

Levoton lapsi varhaiskasvatuksessa

Opas Lumikellon henkilökunnalle

LAB-ammattikorkeakoulu

Sosionomi (AMK), Sosiaalipedagoginen varhaiskasvatus

Syksy 2022

Jennifer Kuusisto

Tiivistelmä

Tekijä(t) Kuusisto, Jennifer	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Valmistumisaika syksy 2022
	Sivumäärä 20	
Työn nimi Levoton lapsi varhaiskasvatuksessa Opas Lumikellon henkilökunnalle		
Tutkinto Sosionomi (AMK)		
Toimeksiantajan nimi, titteli ja organisaatio Luomupäiväkoti Lumikello		
<p>Tiivistelmä</p> <p>Opinnäytetyö tehtiin toimeksiantona Luomupäiväkoti Lumikelolle. Opinnäytetyön tarkoitus oli koota opas levottomien lasten kanssa työskenteleville varhaiskasvattajille. Lasten lisääntynyt levottomuus on haaste päiväkodin arjessa ja työkaluja arjen haasteisiin kaivataan. Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Lumikellon henkilökunnan kanssa.</p> <p>Teoreettinen osuus koostuu alle kouluikäisten lasten sosioemotionaalisesta kehityksestä ja kasvattajan sekä lapsen keskeisestä vuorovaikutuksesta. Lisäksi se käsittelee levottomuuden syitä ja erilaatuisia vuorovaikutustapoja sekä erilaisia työskentelymenetelmiä.</p> <p>Oppaan suunnittelua varten käytin määrällisiä menetelmiä, kuten avoimia keskusteluja ja henkilöstön haastattelua. Sitä kautta löydettiin arjen haastavia tilanteita ja ongelmakohtia.</p> <p>Valmis opas tuo konkreettisten esimerkkien kautta toiminta ehdotuksia varhaiskasvattajille ja tarjoaa linkkejä tärkeille työkaluille ja materiaalille. Tieto levottomuuden syistä mahdollistaa laajempaa ymmärrystä lasten käyttäytymiseen ja antaa kehittämiseen ideoita. Opas toteutettiin e-aineistona sekä tulostettuna aineistona ja Lumikellon henkilökunta arvioi sen.</p>		
Asiasanat levottomuus, sosioemotionaalinen kehitys, varhaiskasvatus, vuorovaikutus		

Abstract

Author(s) Kuusisto, Jennifer	Type of Publication Thesis, UAS	Published autumn 2022
	Number of Pages 20	
Title of Publication Restless child in early childhood education A guide for Snowdrop day-care staff		
Name of Degree Social services (UAS)		
Name, title and organization of the client Snowdrop day-care		
<p>Abstract</p> <p>The thesis was assigned by Snowdrop day-care. The reason of the thesis was to assemble a guide for early childhood educators working with restless children. Children's increased restlessness is a challenge in the day-to-day life in Childcare, tools for everyday challenges are needed. The thesis was done in cooperation with Snowdrops staff.</p> <p>The theoretical part consists of the socio-emotional development of children under school age and the interaction between the educator and the child. In addition, it deals with the causes of restlessness and different types of interaction as well as diverse working methods.</p> <p>To design the guide, I used quantitative methods, such as open discussions and interviews with the staff. Through that, challenging situations and problem areas in everyday life were found.</p> <p>The finished guide provides information about the causes of restlessness and suggestions of actions and ways of working for early childhood educators. Actual examples and links to important tools and materials are provided in the guide. This all leads to a wider understanding of children's behavior and gives ideas to develop.</p> <p>The guide was completed by using electronic and printed material and evaluated by the staff of Snowdrop day-care.</p>		
Keywords restlessness, socio-emotional development, early childhood education, interaction		

Sisällys:

1	Johdanto.....	1
2	Levoton lapsi	3
2.1	Alle kouluikäisen lapsen kehittyminen.....	3
2.2	Itsesäätelytaitojen kehittäminen	5
2.3	Levottomuus lapsella	6
2.4	Pedagogisen tuen tarpeet levottomalla lapsella	8
3	Varhaiskasvattajan vuorovaikutus.....	9
3.1	Vuorovaikutus.....	9
3.2	Varhaiskasvattajan vuorovaikutustavat	10
3.3	Menetelmät levottoman lapsen kanssa työskentelyssä	11
4	Oppaan kehittämisprosessi.....	14
4.1	Toiminnallinen opinnäytetyö	14
4.2	Oppaan suunnittelu.....	15
4.3	Oppaan toteutus	16
4.4	Oppaan arviointi	17
5	Yhteenveto	19
5.1	Pohdinta	19
5.2	Eettiset näkökulmat ja luotettavuus.....	19
5.3	Jatkokehittämisideat	20

Liitteet

Liite 1. OPAS

1 Johdanto

Opinnäytetyöni käsittelee levottomia lapsia varhaiskasvatuksessa. Varhaiskasvatuksen piirissä on aina ollut lapsia, jotka haastavat kasvattajia kasvatustyössä. Lapsen levottomuus on yleinen ongelma mikä tuo haasteita varhaiskasvatukseen ja herättää kysymyksiä kasvattajille ja perheille. Tyypillisiä levottoman lapsen piirteitä ovat itsehillinnän puute, kärsimättömyys, ailahtelevaisuus ja sosiaalinen sopeutumattomuus. Tutkimuksen mukaan yli-vilkkauden merkkejä esiintyy 11–24 %:lla 5–12-vuotiaista (Lääkärikirja Duodecim 2000).

Arki lapsiryhmässä saattaa tuntua kasvattajan näkökulmasta osittain kaaosmaiselta ja pitkällä aikavälillä uuvuttavalta. Levottomat lapset vaativat paljon tukea, mikä vie aikaa muulta lapsiryhmältä ja kasvattajalle saattaa tulla riittämättömyyden tunne. Tähän pulmaan Lumikellon henkilökunta toivoo tukea ja kehittämisideoita.

Varhaiskasvatussuunnitelman (2022) mukaan varhaiskasvatuksen päämääränä on myötävaikuttaa lasten tasapainoista kasvua ja kehitystä sekä oppimista. Kasvatusalan ammattilaiselta edellytetään hyvää kykyä tunnistaa lapsen haasteet ja reagoida niihin mahdollisimman aikaisin.

Olen työni ja oman mielenkiinnon puolesta useasti miettinyt, miten voin kasvattajana vaikuttaa lapsiin ja tukea heitä arjessa. Toimiantajalta nousi myös kysymys, miten voimme tukea levottomia lapsia integroitumaan ryhmään, jos heillä on tämän asian kanssa vaikeuksia. Tutkimukset ja hankkeet ovat luoneet tähän työkaluja ja erilaisia menetelmiä. Ryhmätoiminta edellyttää lapselta sosiaalisia ja emotionaalisia taitoja, joita voi tietyllä menetelmällä vahvistaa ja opettaa. Onnistumiseen vaikuttaa myös se, miten läheiset ja ympärillä olevat ihmiset kohtaavat lapset haasteineen ja miten voimme yhdessä tukea heitä arjessa. Näiden kaikkien kokoaminen, esittäminen ja työstäminen mahdollistaa ryhmäperhepäiväkodin toiminnan kehittämistä.

Pienessä perhepäiväryhmässä tuen saaminen voi olla haastavaa, koska resurssit ovat usein niukat. Erityisopettajan konsultaation saaminen on mutkikasta. Yksityinen palvelutuottaja joutuu kustantamaan sen itse. Idean opinnäytetyöni aiheeseen sain keskustelemalla perhepäivähoidon ohjaajan kanssa. Pyrin opinnäytetyön puitteissa tuomaan näihin kysymyksiin vastauksia. Opinnäytetyöni tuloksena suunnittelen oppaan, joka sisältää erilaisia menetelmiä ja työvälineitä kasvattajille kohdatessaan haastavasti käyttäytyviä levottomia lapsia.

Opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa opas levottomien lasten kanssa työskentelyn tueksi Luomupäiväkoti Lumikelloon. Opinnäytetyön tavoitteena on vahvistaa työntekijöiden valmiuksia työskentelyssä levottomien lasten kanssa

Luomupäiväkoti Lumikello sijaitsee rauhallisella omakotialueella Jokimaalla. Taloa ympäröi iso piha, missä on tilaa leikkiä ja liikkua. Yksikön toiminta on monipuolista ja pyrkii kiireettömyyteen ja kodinomaisuuteen. Ravinto on 100 % luomua ja sekä kesällä että syksyllä salaattit ja osa vihanneksista kypsyvät omilla kasvulaatikoissa ja ruoka valmistetaan itse. Lumikello tarjoaa lapsille paljon taidepainotteisia tuokioita kuten käsityötä, draamaa, musiikkia, maalausta, ja interaktiivista nukketeatteria. Talon tietty viikkorytmi, jonka avulla lapset pystyvät ennakoimaan tapahtumia, on uudistuksien takia väistynyt ja antanut tilaa projekteille, jotka syntyvät lasten ideoista ja mielenkiinnon kohdista. Lasten luovuuden tukeminen on vahvasti läsnä. Lähiympäristön luonnon kokeminen toteutuu viikoittain retkeillä ja tutkiskella. Jokimaan metsät, lammaslaitumet ja jokimaisemat antavat tähän hyvän mahdollisuuden. Perhepäiväryhmä on ollut 12 paikkainen mutta uusien säädösten takia tällä hetkellä on vain 8 paikkaa 1–6-vuotiaille lapsille. (Lumikello 2020.) Henkilökunta on aidosti ja sydämellä sitoutunut omaan tehtävään ja sen voi nähdä sekä kokea päiväkodin tiloissa ja projekteissa.

2 Levoton lapsi

2.1 Alle kouluikäisen lapsen kehittyminen

Kehitys on kokonaisvaltainen prosessi. Lapsen fyysinen-, motorinen-, kognitiivinen- ja sosioemotionaalinen kehitys ovat kaikki toisistaan riippuvaisia. Lapsen kehitys tapahtuu omassa tahdissa, sen takia myös samanikäiset lapset voivat olla eri vaiheissa kehityskulkua. Jonkin osa-alueen kehitykselliset ongelmat voivat tuottaa haasteita myös muilla kehityksen alueilla; esimerkiksi oppimisen vaikeudet saattavat aiheuttaa itsetunnon ja käyttäytymisen haasteita. (Mielenterveystalo 2021.)

Emotionaalisen ja sosiaalisen kehityksen alue kytkeytyy tunteisiin ja kokemuksiin sekä kanssakäymiseen ja vuorovaikutukseen. Sosioemotionaalinen kehitys on tärkeä nostaa esille, kun kysymyksessä on levoton lapsi, koska se liittyy vahvasti lapsen käyttäytymiseen ja mahdollisuuksiin pärjätä ryhmässä. Tieto kehityksen kulusta antaa kasvattajalle mahdollisuuden huomata lapsissa viivästyksiä ja löytämään siten tuen tarpeita. Lapsi kehittää sosiaaliemotionaalisia taitoja syntymästä lähtien. Vuorovaikutussuhde vanhempien ja lapsen välillä on merkittävässä roolissa lapsen kehityksen kannalta. (Kallio 2017, 11–13.)

Ahosen (2017, 16) mukaan lapsi tarvitsee sosioemotionaaliseen kehitykseen monia erilaisia taitoja, osallistuakseen sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Näitä taitoja ovat kyky toimia vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa sekä tunnistaa, ilmaista ja käsitellä omia ja muiden tunteita.

Pihlaja (2018, 143–145) määrittelee sosioemotionaaliset taidot sekä sosiaalisen että emotionaalisen kehityksen kautta. Tunteiden tunnistaminen, ilmaisu ja tulkinta on osa emotionaalista kehitystä. Tunteet ja niiden tunnistaminen ovat tärkeitä tekijöitä ihmisen hyvinvoinnille. Tunteet auttavat kehittämään itsetuntemusta. Varhaiskasvatuksessa tunnetaitoja harjoitellaan monesti ja tuetaan lapsen emotionaalista kehitystä. Myötätunto (empatia) on merkittävä emotionaalinen taito. Tunteiden ja empatian kehitys rakentuu vuorovaikutuksessa askeleittain (taulukko 1).

IKÄ	TUNTEET	EMPATIA
Vauvat 0–1 v	toisten tunnetilojen tulkinta kasvoista, emotionaalisen merkityksen liittäminen tiettyihin objekteihin	kyky kokea toisen paha olo itsessä, toisen paha olo saa vauvassa aikaan ahdistusta
1–2 v	tuotetaan itse erilaisia emootioita aktiivisesti, ei vain reagoida toisen tunnetilaan, toisten lohduttaminen ja sattuttaminen sekä kiusaaminen	toisen pahan olon aiheuttama ahdistus vähenee, pyrkimys vaikuttaa toiseen esim. antamalla lelu
2–3 v	kyky kuvitella toisen ihmisen olotilaa, havaintoja, aikomuksia tai tunteita	aktiiviset interventiot toisen ihmisen lohduttamiseksi lisääntyvät, empaattinen toisen ihmisen tunnetiloja kohtaan
3–4 v	omien tunteiden puoliautomaattinen piilottaminen, ei vielä "huijaa" toisia omilla tunteilla	tietää jo, että paha olo sijaitsee toisessa, ei itsessä
5–6 v	tunnistaa ja nimeää pelon, ilon, surun, vihan ja ujouden, osaa jo käyttää omia tunteita hyödyksi ja "huijata" niillä muita	empatia toisen ihmisen elämänoolosuhteita kohtaan
7 v	tunnistaa edellä mainittujen tunteiden lisäksi ylpeyden, mustasukkaisuuden, kiittolisuuden, huolestuneisuuden, syyllisyyden ja jännittyneisyyden	

Taulukko 1. Tunteiden ja empatian kehitys lapsuudessa (Berg, Broden, Harris & Schaffer, Pihlaja mukaan 2018, 146)

Taulukossa on esitetty miten lasten (0–7-vuotiaiden) tunteet ja empatia kehittyvät suhteessa vuorovaikutukseen. Sosiaalisuus tarkoittaa ihmisen halua olla toisten ihmisten seurassa ja sosiaalinen taito on kyky tulla toimeen muiden ihmisten kanssa. Sosiaalisuus on synnynnäinen temperamenttiominaisuus, mutta sosiaaliset taidot omaksutaan kokemusten ja kasvatuksen kautta. (Keltikangas-Järvinen 2012, 49–50.) Lapsen sosiaalinen kehitys tapahtuu vuorovaikutuksessa; ympäristöllä ja kulttuurilla on tässä suuri vaikutus kehittyvään

lapsen. Ympäristö voi joko edistää tai rajoittaa tiettyjä tunteita tai käyttäytymistä. (Pihlaja 2018, 148–149.)

Tarkan (2021) mukaan lapset oppivat leikkimällä muiden kanssa yhdessä tunteiden säätelyä ja tahtoa sekä ottamaan toiset ihmiset ja heidän näkökulmansa huomioon. Leikin kautta yhteisöllisyys lisääntyy ja sen avulla lapsi vahvistaa positiivista tunneilmaisua.

Sosiaaliseen pätevyyteen kuuluu kyky olla vuorovaikutuksessa lähiympäristön kanssa, tavoitella ja saavuttaa tarkoituksenmukaisia sosiaalisia päämääriä, sitoutua tehokkaasti vääntäviin sosiaalisiin vuorovaikutustilanteisiin, kyky luoda ystävyys-suhteita ja saada aikaan hyväksyntää muiden joukossa (Keltikangas-Järvinen 2012, 51).

Neitolan (2020) mukaan lapset, jotka omaavat ulospäin suuntautuvan temperamentin ja suhtautuvat toisiin myönteisesti, ovat sosiaalisesti taitavia ja ne jotka osaavat säädellä omia tunteita hyväksytään helpommin leikkeihin ja ovat suosittuja. Varhaisvuosien sosioemotionaaliset kompetenssit enteilevät kehittyviä kykyjä ja taitoja olla tekemisessä toisten ihmisten kanssa. Lapsen sopeutumisella kouluun ja akateemisella oppimisella on myös yhteys sosiaalisiin kompetensseihin. Hyvät tunne- ja vuorovaikutustaidot sekä myönteiset ihmissuhteet suojaavat syrjäytymiseltä sekä päihde- ja mielenterveysongelmilta.

2.2 Itsesäätelytaitojen kehittäminen

Itsesäätelytaidot kuuluvat sosiaalisten kompetenssiin. Turvalliset kiintymissuhteet ja rikas sosiaalinen ympäristö ovat niiden perustaa. Itsesäätelytaidot kehittyvät paljon varhaiskasvatusvuosina ja niillä on huomattu olevan suojaava tekijä lapsen sisäisiä ja ulkoisia riskitekijöitä vastaan. Niillä on myös suora yhteys lapsen vuorovaikutussuhteiden laatuun ja ryhmässä toimimiseen. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, 95).

Alle kahden vuoden ikäisen lapsen itsesäätely on enimmäkseen aikuisen säätelytukeen rakentuvaa, mutta merkkejä sisäisestä itsesäätelystä näkyy, kun pieni lapsi pystyy rauhoittamaan itse itseään ja aikuisen ohjeiden avulla. Kaksivuotiaana itsesäätely alkaa sisäistyä, aikuisten ohjeet ja pyynnöt näkyvät lapsen toiminnassa. Itsekontrolli alkaa. Kolme – viisivuotiaan lapsen itsesäätelytaidot kehittyvät nopeasti ja lapsi alkaa ymmärtämään, että muiden ajatukset ja tunteet voivat olla erilaisia kuin omat. Moniosaisten ohjeiden muistaminen ja noudattaminen onnistuu ja lapsi hallitsee jo paremmin omia tunteita ja käyttäytymistä. Peleissä ja leikeissä huomataan pitkäjänteisyys ja lapsi käyttää myös sisäistä puhetta säätelystrategiana. Vasta viisi- kuusivuotias vahvistaa itsesäätelytaitoja, silloin keskushermosto kehittyä voimakkaasti. Lapsi ei ole enää niin itsekeskeinen ja ymmärtää

paremmin toisten näkökulmat. Yhteiset leikit ja yhteistyö sujuu, lapsella on useita strategioita säädellä omia tunteita ja käyttäytymistä. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, 96–98.)

Pienille lapsille aikuisten antama tuki on tärkeää. Lapsen itsesäätelykykyyn vaikuttavat sekä lasten temperamentti että vanhempien ja kasvattajien vuorovaikutuksen laatu. Varhaiskasvatusvuosina tuetaan lapsen säätelyprosessia kohti lapsen itsenäistä säätelytaitoa. Lapsia ympäröivät aikuiset ja lapset voivat yhdessä myötävaikuttaa lasten itsesäätelyä. (Kettumäki 2018.)

2.3 Levottomuus lapsella

Päiväkodeissa tavataan yhä useammin levottomasti käyttäytyviä lapsia. Levottomuus ilmenee sekä keskittymiskyvyn ja tarkkavaisuuden häiriönä että yliaktiivisuutena ja häiriköintinä. Lapsen sisäisten impulssien kontrolli on heikko. Lapsilla on vaikeuksia selviytyä ryhmässä ja he tarvitsevat aikuisten tukea. (Tahkokallio 2003, 99.)

Jalankon (2019) mukaan levottoman lapsen piirteitä ovat seuraavat: itsehillinnän puute, kärsimättömyys, ailahtelevaisuus ja sosiaalinen sopeutumattomuus. Lapsi ei malta istua paikallaan, liikkuu usein ympäriinsä ja vähät välittää ympäristön reaktioista.

Lapsen kyvyttömyys keskittyä ja kuunnella annettuja ohjeita sekä hankaluuksia noudattaa sääntöjä tuo levottomille lapsille usein tottelemattomuuden maineen. Toistuva negatiivinen palaute aiheuttaa lapsissa turvattomuutta ja epäonnistumisen tunnetta. (Koivunen 2009, 73.)

Levottomuutta aiheuttavat tekijät voivat johtua eri syistä, niitä ovat mm. biologiset tekijät kuten geneettinen häiriö (esim. autismi) ja keskittymis- ja tarkkaavaisuushäiriö (ADHD) sekä myös temperamentti (MLL 2020).

ADHD (Attention deficit and hyperactivity Disorder) vaatii aina lääkärin diagnoosin. Lapsilla, joilla on tämä oireyhtymä, kärsivät häiriintyneestä kehityksestä vireystilaa säätelevässä hermostoverkossa. Tämä ilmenee oireina, joissa lapsilla huomataan tarkkaamattomuus, yliaktiivisuus (ylivilkkaus, hyperaktiivisuus) ja impulsiivisuus. Oireyhtymään saattaa myös liittyä vaikeus sietää pettymyksiä, korostunut ärtyneisyys ja mielialojen voimakas vaihtelu. (Lääkärikirja Duodecim 2019.)

Varhaiskasvatuksessa voidaan kuulla, että joku puhuu ADHD-tyyppisestä lapsesta, silloin kyseessä on usein temperamentiltaan tietyntyyppinen lapsi (Koivunen 2009, 23).

Kaikki lapset ovat yksilöitä, joilla on omanlaisensa temperamentti. Temperamentti näkyy jokaisella tyypillisellä tavalla toimia ja käyttäytyä (motorinen aktiivisuus, arkuus, pelokkuus, emotionaalisuus, reaktiivisuus, aistiherkkyys, sosiaalisuus, pitkäjänteisyys ja tarkkavaisuus. (Sajaniemi ym. 2015, 47–48.)

Keltikangas-Järvinen (2004, 48) kuvailee temperamentit Thomaksen ja Chessin teorian mukaan. Thomas ja Chess määrittelevät temperamentin käyttäytymistyyliksi (helppo, hitaasti lämpiävä ja vaikea), jakaen sen yhdeksään temperamenttipiirteeseen (aktiivisuus, rytmisyys, häirittevyys, reaktioiden intensiivisyys, reaktioherkkyys, sopeutuvuus, sinnikkyys, lähestyminen tai vetäytyminen uusissa tilanteissa, mielialan laatu).

Tyypiltään vaikean temperamentin omaavilla lapsilla huomataan biologisten toimintojen epäsäännöllisyys (esim. uni ja ruokailurytmi). Sopeutuminen uusiin tilanteisiin ja asioihin on hidasta ja lapsi helposti vetäytyy ensireaktion ja protestoi äänekkäästi. Itku tulee herkästi ja kestää ja lapsi on usein ärtyisä sekä huonolla tuulella. (Keltikangas-Järvinen 2004, 62–66.)

Temperamentti ja ympäristö ovat vuorovaikutuksessa ja muokkaavat toisiaan. Sopeutumisvaikeudet voivat johtua todennäköisesti myös niiden yhteensopimattomuudesta. Jos ympäristön odotukset ja vaatimukset eivät sovi yhteen temperamentti piirteiden kanssa, silloin lapsi kokee stressiä ja ahdistusta. (MLL 2021.)

Stressi on yksi selkeä levottomuuden tekijä lapsilla. Lapset, jotka ovat luoneeltaan herkkiä ja sen takia reagoivat voimakkaasti ärsykkeisiin (kosketus, ääni, tuoksu, maku) stressaantuvat helposti. Temperamenttipiirteet vaikuttavat siihen mistä asioista stressi puhkeaa ja jokaisen oma stressiherkkyys määrää kuinka helposti se syntyy ja myös millä intensiivisyydellä reaktio tapahtuu. (Keltikangas-Järvinen 2012, 158–159, 194–195.)

Lapsi saattaa tuntea stressiä monista syistä. Perheessä tai lähipiirissä tapahtuvat elämänmuutokset kuten muutto, läheisen sairastuminen tai avioero voivat olla esimerkkeinä. Päivähoidossa kuormittavia tekijöitä lapselle voivat olla esimerkiksi liian suuri ryhmä, hoitajan kohtuuton vaatimustaso, sosiaaliset vaatimukset, henkilökunnan riittämätön läsnäolo, ennakkoimattomuus päivänohjelmassa, turvattomuus ja melu. (Koivunen 2009, 83–84.)

Lapset saavat usein levottomalla ja haastavalla käyttäytymisellään negatiivista palautetta sekä kasvattajalta että myös muilta lapsilta. Lapsien on vaikea noudattaa ohjeita ja tuntuu siltä, että he eivät välitä yhteisistä säännöistä. Lisäämällä tietoisuutta ja ymmärrystä levottoman käyttäytymisen syistä auttaa kasvattajaa orientoitumaan ja sitä kautta toimimaan lapselle parhaimmalla tavalla. (Suomi 2013, 7.)

2.4 Pedagogisen tuen tarpeet levottomalla lapsella

Yksi tavoite varhaiskasvatuksessa on nähdä lapsen yksilöllisen tuen tarve sekä mahdollistaa asianmukaista tukea tarpeen mukaan moniammatillisessa yhteistyössä (Varhaiskasvatustlaki 540/2018, 3 §). Lasten kehittymistä, oppimista ja hyvinvointia tuetaan tarpeeksi aikaisella ja oikein kohdistetulla tuella. Lähtökohtana tuen järjestämisestä ovat lapsen kehitykseen ja oppimiseen liittyvät tarpeet sekä vahvuudet. Tuki annetaan osana varhaiskasvatuksen jokapäiväistä toimintaa ja siitä kirjataan varhaiskasvatussuunnitelmaan. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022, 54–55.)

Lapsen temperamentin tunteminen edesauttaa varhaiskasvattajia ymmärtämään ja arvostamaan lapsen yksilöllisyyttä. Kun tunnistetaan lapsen temperamentti, pystytään tukemaan hänen kasvuaan sekä kehitystä parhaalla mahdollisella tavalla. Tämä tietoisuus auttaa ymmärtämään myös arjen haasteita, lasten välisiä eroavaisuuksia tai omia tunteita lasta kohtaan uusilla menetelmillä. (MML 2021.)

Tuen järjestämisessä on hyvin tärkeää, että samalla kun katsomme lasten pedagogisia tukitoimia ja kehitystarpeita, nostetaan myös heidän taitonsa ja onnistumiset esille. Vahvuusperustaisesta tuesta Sandbergin (2021, 33) mukaan nähdään, että lapsilla on sekä vahvoja puolia ja voimavaroja että kehittämisen kohteita. Tukemalla lasten onnistumisen kokemuksia vahvistetaan myös lapsen itsetuntoa ja minäkäsitystä.

Erilaisilla järjestelyillä ja pedagogisilla menetelmillä ennaltaehkäistään vaikeuksia. Ne pitävät sisällään muun muassa toiminnan eriyttämisen suunnitelmallisesti, ryhmien joustavamman muuntelun ja ympäristön muokkaamisen toimivammaksi. Päiväjärjestyksen selkeyttäminen ja jokapäiväinen toimintojen rytmitys antavat tuen kaikille lapsille. Nämä tuen järjestämistä ohjaavat periaatteet antavat jo hyviä ohjeita kasvattajille. Kolmiportainen tuen malli auttaa oikean tuen kohtaamisessa. Kaikki lapset kuuluvat yleisen tuen piiriin, jossa huomioidaan lapsen yksilölliset tarpeet ja kasvun sekä oppimisen edellytykset yhteistyössä huoltajien kanssa. Tehostettua tukea järjestetään silloin, kun yleinen tuki on riittämätön. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022, 54–57.)

Varhaiskasvatuksen pedagogiikka on tavoitteellinen ja varhaiskasvatuksen parissa työskenteleviltä henkilöiltä vaaditaan ammattitaitoa sekä sensitiivisyyttä tunnistaa eri tilanteiden pedagogisia mahdollisuuksia päiväkodin arjessa (Lastentarhanopettajaliitto 2017, 10).

3 Varhaiskasvattajan vuorovaikutus

3.1 Vuorovaikutus

Vuorovaikutus tarkoittaa ihmisten välistä molemminpuolista viestintää ja tapaa miten olemme toisten ihmisten kanssa. Vuorovaikutus koostuu verbaalisesta ja nonverbaalisesta kommunikaatiosta. (Väestöliitto 2018.)

Lapsi on syntymästä lähtien vuorovaikutuksessa ja turvallinen, sensitiivinen sekä johdonmukainen vuorovaikutus on välttämätöntä turvallisuudelle kiintymykselle (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, 83–84). Ahosen (2017, 59–60) mukaan vuorovaikutus lapsen ja aikuisen välillä on myös kasvatuksellisen toiminnan perusta. Hyvä luottamuksellinen vuorovaikutussuhde on lähtökohta varhaiskasvatuksen toiminnalle, se auttaa, että lapsen tarpeet tunnustetaan ja niihin vastataan. Lapsi kehittää jatkuvasti vuorovaikutus tilanteissa sosiaaliemotionaalisia taitoja, ja kasvattajan vuorovaikutukselliset valinnat heijastuvat lapsen emotionaaliseen hyvinvointiin. Ahonen huomauttaa kuinka suuressa roolissa nonverbaalinen viestintä on pienillä lapsilla. Lapsi kokee vuorovaikutustilanteet kokonaisuudessa ja kaikki nonverbaalinen (katseet, äänensävy, kehonkieli) merkitsee hänelle enemmän kuin sanat. Tärkeää on vielä mainita, että lapsi luo kuvaa itsestään vuorovaikutuksessa häntä ympäröivän todellisuuden kanssa sosiaalisesta näkökulmasta katsottuna. Hänen mukaansa varhaiskasvattajan pedagoginen toimintatapa muuttuu tasokkaammaksi ja suhde lapseen parantuu entisestään, kun kasvattaja kehittää omia vuorovaikutustaitojaan.

Koivunen (2009, 73–77) tuo tuotoksessa esille miten kasvattajan tunteet vaikuttavat levottomiin lapsiin. Hän esittää esimerkkejä kielteisestä ja myönteisestä kehästä. Levottomasti käyttäytyvä lapsi saa usein kasvattajilta kielteistä palautetta toiminnasta, kuten ei- ja älä-sanoja ja syyllistää lasta. Tämä aiheuttaa levottomasti käyttäytyvän lapsen ja kasvattajan välille kielteisen vuorovaikutuksen, joka muuttuu noidan kehäksi, josta on hankala päästä myönteisempään suuntaan. Lapsilla muodostuu tästä kielteinen kuva itsestään ja ei-toivottu käyttäytyminen lisääntyy. Tieto lapsesta ja levottomuuden syistä auttavat kasvattajaa suhtautumaan myönteisemmin lapseen. Omien tunteiden ja sietokyvyn työstäminen ja itsensä kehittäminen ovat avaimia lapsen myönteisen suhtautumiseen. Myönteinen kohtaaminen auttaa lasta muodostamaan paremman kuvan itsestään, levottomuus vähenee ja toivottu käyttäytyminen lisääntyy.

Varhaiskasvatuksessa toimivalla henkilökunnalla pitäisi olla kykyä toimia sensitiivisessä vuorovaikutussuhteessa kaikkien lasten kanssa. Vain turvallinen ja luottavainen vuorovaikutussuhde mahdollistaa lapsen oppia itsesäätelyä ja muita taitoja sekä uusia tietoja. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020, 89.) On tehty tutkimuksia, joiden mukaan lasten ja

kasvattajan välillä oleva positiivinen vuorovaikutus varhaiskasvatuksessa vaikuttaa lapsen käyttäytymiseen myönteisesti. Kun vuorovaikutus on myönteistä, on lapsen helpompi ottaa vastaan ohjeita ja neuvoja, jolloin lapsen ja aikuisen ristiriidat vähenevät. Näin syntyy myönteisen vuorovaikutuksen kehä. Myönteinen vuorovaikutus ja positiivinen lähestymistapa parantaa myös päiväkodissa ilmapiiriä ja sen kautta lisää henkilöstön työmotivaatiota. (Kanninen & Sigfrids 2012, 163.)

3.2 Varhaiskasvattajan vuorovaikutustavat

Ahosen (2017, 75–137) mukaan vuorovaikutustavat vaihtelevat lapsi- ja tilannekohtaisesti kasvatustilanteissa. Hän jäsentää lämpimän, ristiriitaisen, teknisen, välttelevän ja etäisen vuorovaikutustavan. Hänen tutkimuksessaan yleisin käytetty vuorovaikutustapa haastavissa kasvatustilanteissa oli lämmin, mutta sen laatu vaihteli. Lämpimässä vuorovaikutuksessa kasvattaja suhtautuu lapseen empaattisesti ja sensitiivisyydellä, tunnistaa lasten yksilölliset tarpeet ja tukee lapsia tarkoituksenmukaisella tavalla. Lämmin vuorovaikutus edellyttää kasvattajalta oman toimintatavan reflektiivistä tarkastelua ja arviointia. Ristiriitaisessa vuorovaikutustavassa kasvattaja sitoutuu vuorovaikutukseen lasten kanssa vain hetkellisesti. Kasvattaja ei aina tunnista lapsen tarvetta pitkäkestoiseen tukeen tai yksilöllisiä tarpeita. Tekninen vuorovaikutustapa antaa kasvattajan nojautua rutiineihin ja pitää kiinni pedagogisista suunnitelmistaan. Vuorovaikutus ei ole sitoutunutta ja tunneyhteys lapseen saattaa kadota osittain, mutta toimitapa voi olla kuitenkin innostava ja aktivoi lapsia. Positiivista palautetta annetaan melko usein, sillä ei kuitenkaan ole suoraa vaikutusta lapsen myönteisempään käyttäytymiseen. Haastavat tilanteet selvitetään mekaanisesti, ohjaamalla lapsia pyytämään anteeksi nopeasti ja unohtamaan asia sen jälkeen. Välttelevässä vuorovaikutustavassa kasvattaja välttelee kasvatustilanteita erityisesti haastavasti käyttäytyvien lasten kanssa ja pyrkii siirtämään vastuun toisille työtovereille, koska hän kokee neuvottomuutta ja riittämättömyyttä vaativassa tilanteessa (aggressiivisesti ja uhmakkaasti käyttäytyvät lapset). Kasvattaja kuitenkin saattaa luoda syvällisemmän suhteen vaan osaan lapsista ja vältellä aggressiivisesti tai uhmakkaasti käyttäytyviä lapsia. Etäinen vuorovaikutustapa on viileä ja etäinen, kasvattaja sivuuttaa lasten emotionaaliset ja sosiaaliset tarpeet ja ei ole kiinnostunut lapsen ajatuksista ja kokemuksista. Kasvattaja on autoritaarinen, hän ohjaa lapsia kielloilla ja komennoilla tai on hyvin välinpitämätön ja poissaoleva. Tyypillistä tälle vuorovaikutustavalle on myös kasvattajan huomion kiinnittyminen haasteisiin, jolloin myönteinen käytös ja onnistumiset jäävät helposti ilman huomiota.

Koivusen (2009, 119–221) mukaan kasvatustapaan vaikuttavat myös vahvasti kasvattajan temperamentti, vuorovaikutustaidot, hänen kokemuksensa omasta lapsuudestaan, ihmissuhteet ja asenteet sekä kasvatuskäsitykset. Hän esittelee sallivaa, auktoritatiivista, laiminlyövä ja autoritarista kasvatustyyliä. Salliva kasvatustyyli sisältää lämpöä, mutta kasvattaja ei näe tarpeelliseksi asettaa selkeitä rajoja. Auktoritatiivinen kasvatustyyli on lapsilähtöinen ja tukee myös lapsen tunne-elämää sekä tuo turvallisuutta ja onnistumisen kokemuksia. Aikuinen on luotettava auktoriteetti. Laiminlyövässä kasvatustyyliässä kasvattaja ei aseta lapsille rajoja ja piittaamattomuutta lapsesta sekä sitoutumattomuutta tehtäviin saattaa esiintyä. Tästä seuraa haitallisia vaikutuksia lapsen itseluottamukseen. Autoritaarisella kasvatustyyliällä on sama vaikutus lapseen. Kasvattajan epäluottamus ja kontrolloiva toiminta on vahvasti aikuiskeskeinen koska kontrolli on muodollista ja rajoittavaa, eikä tuo lapselle turvallisuutta.

Leskisenoja (2019 112–114) nimeää lämpimän ja huolehtivan kasvatustavan, välittävä pedagogiikka, joka kumpuaa pedagogisesta rakkaudesta. Lähtökohta on lapsen kohtaaminen ja se tulee esiin myönteisyytenä, kannustamisena, arvostamisena ja huolenpitona. Kasvattajan pysähtyminen lapsen äärelle, lapsen kuuleminen ja nähdäksi tuleminen ovat suuressa roolissa. Aikuisen läsnäolo ja huomio lapselle on oletamus laadukkaalle varhaiskasvatukselle.

3.3 Menetelmät levottoman lapsen kanssa työskentelyssä

Varhaiskasvatuslaissa (540/2018) mainitaan §3 tavoitteiksi jokaisen lapsen hyvinvointia, terveyttä, kehitystä ja kokonaisvaltaista kasvua. Edistään lapsen yksilöllisen tuen tarpeen tunnistamista ja tuen järjestämistä myös lapsen yhteistyö- ja vuorovaikutustaitojen kehittämistä sekä perheiden kotikasvatuksen tukemisesta.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2022, 56) puhutaan kolmiportaisen tuen yhteydessä ennaltaehkäisevästä toiminnasta kuten pedagogiset järjestelyt ja erilaiset työtavat. Toiminnan menetelmiä mukautetaan sopimaan eri kehitysvaiheissa olevien lasten tarpeisiin.

Varhaiskasvatuksen toimintaympäristöissä on olemassa hyviä käytäntöjä lapsen tuen järjestämiseksi. Yksi lähde on Avointen oppimateriaalien kirjaston, Niilo Mäen Instituutin julkaisema materiaali, jossa annetaan vinkkejä levottoman lapsen tukemiseen päiväkodin ryhmätoiminta- ja ruokailutilanteissa, arvioidaan tunteidensäätelyn ja positiivisen

palautteen merkitystä sekä varhaiskasvattajan roolia ja vanhempien kanssa yhteistyön tärkeyttä (Peitso, 2021).

Monelle lapselle on haasteellista toimia ryhmässä, erityisesti jos hänellä on vaikeus ymmärtää uusia tilanteita sekä on heikko tilannetaju. Aivot helposti ylikuormittuvat liiasta informaatiosta ja ärsykkeistä. (ADHD-liitto 2011.)

Ryhmätoiminnassa on tärkeää huomioida, että lapsi saa tietoa, mitä tapahtuu seuraavaksi ja ennakoidaan toimintaa. Lapsen strukturoitua päivän kulkua voidaan havainnollistaa ja selkeyttää kuvien avulla. Toiminnassa aikuisen on oltava läsnä ja ohjata tekemisiä. Istumapaikka on valikoitava oikein, rauhallisuuden säilyttämisen kannalta. (Peitso 2021.)

Hanel (1999, 10) kiinnittää huomiota istumapaikan visuaalisuuden ja akustiikan osalta. Hänen mukaansa lapsi kannattaa istuttaa niin, ettei selän takana ei ole muita, vieressä on rauhallisimpia lapsia ja paikka on merkattu. Levottoman lapsen olisi hyvä olla äänessä heti päivän alussa, kun keskittymiskyky on vielä korkea. Silloin hän saisi kertoa omia asioitaan ja kuulumisia.

Peitso (2021, 3–8) tuo sääntöjen ja ohjeiden tärkeyttä esille. Yhteiset säännöt ja toistuvat rutiinit tuovat turvaa ja selkeyttävät päivätoimia. Ohjeiden on oltava selkeitä lapsen ymmärtämisen helpottamiseksi. On huomioitava, ettei sääntöjä ole liikaa ja lapsi saa tarpeeksi positiivista palautetta. Liikunta tuo usein iloa motorisesti vilkkaalle lapselle ja erilaisia apuvälineitä käytetään liikkeen kanavoimiseen (nystyrätyyny, stressipallot, lelu sylissä, jalkarulla). Myös ylimääräiset tehtävät, joissa lapsi voi hakea jotain ja liikunnalliset leikit auttavat levottomuuteen. Ruokailutilanteessa levottomuutta ja kärsivällisyyden puutetta voi helpottaa toiminnanohjauskuvilla tai tarinahahmoa apuna käyttäen. Aikuisen on hyvä syödä yhdessä lasten kanssa, jotta saavutetaan hyvä ja rauhallinen ruokahetki. Ympäristö on hyvä luoda turvalliseksi lapsen leikkitilanteissa. Keskitytään yhteen leikkiin ja minimoidaan ylimääräisiä ärsykejä jakamalla esim. leikkitiloja niin saadaan aikaan rauhallinen vaikutus.

Kannisen ja Sigfridsin (2012, 97–101) mukaan leikkitilanteet antavat oivan tilaisuuden vaikuttaa lasten emotionaaliseen kehitykseen ja mahdollistavat onnistuneita yhdessäolon hetkiä. Parhaiten tähän soveltuvat vuorovaikutusleikit. Tilanteissa käytetään erityisesti myönteisiä tunteita, iloa, leikkisyyttä ja tarpeeksi haasteellisuutta. Tämän kautta lapsen yhteistyökyky paranee ja myös oma aloitteellisuus ottaa kontaktia muihin lisääntyä.

Leskiojan (2019, 128–131) mukaan vanhempien kanssa toimiva yhteistyö on lapsen hyvinvoinnin kannalta suurin supervoima. Kasvattajan ammattitaito ja vanhempien tai huoltajien asiantuntemus luovat lapsille turvallisuutta ja elämään jatkuvuutta. Toimivasta yhteistyöstä päävastuun kantaa kasvattaja. Tärkeäksi nähdään perheiden aidosti tervetulleeksi

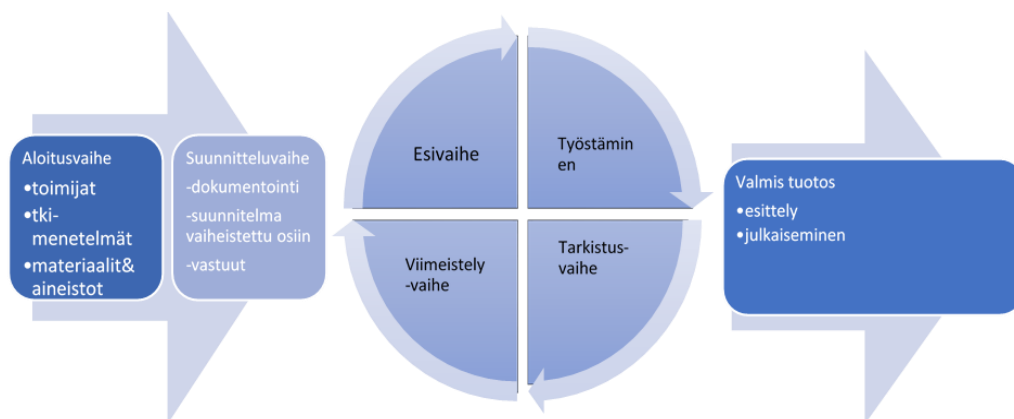
toivottaminen sekä yhteistyön näkeminen tärkeänä ja arvokkaana. Myönteinen vuorovaikutus mahdollistaa positiivisia kohtaamisia ja on suositeltavaa. Lapsen negatiiviseen käyttäytymiseen kiinnitetään mahdollisimman vähän huomiota. Keskustelut päätetään asioihin, joissa lapsi on ihana ja onnistunut, ja että vanhemmat voivat olla ylpeitä lapsesta. Haasteiden sijasta on hyvä kiinnittää huomiota lapsen hyviin ominaisuuksiin. Tämä luo toiveikkuutta ja vahvistaa vanhemman luottamusta, että heidän lapsensa on merkityksellinen jäsen ja hyväksytty.

4 Oppaan kehittämisprosessi

4.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Opinnäytetyöni on toiminallinen ja sisältää kehittämisprosessin. Prosessin konkreettinen tuotos on opas työyhteisölle. Opas keskittyy tuomaan tietoa ja menetelmiä kasvattajille le-vottomien lasten kanssa toimiessaan.

Kehittämismenetelmänä käytän konstruktivistista mallia (Salonen 2013, 16–17), mikä yhdis-tää lineaarisen, että spiraalimallin ja missä korostuu yhteisöllisyys, osallisuus sekä pedago-ginen työote. Lineaarinen malli antaa valmiudet selkeään suunnitteluun ja pohjatyöhön. Spi-raalimalli kuvaa kehitystä syklinä ja sen kautta antaa enemmän mahdollisuuksia reflektoida prosessia eri vaiheissa. Konstruktivistisessa mallissa eri työskentelyvaiheet tekevät kehittä-mistoiminnan hyvin näkyväksi. Kehittämistyössä toimijat ovat mukana eri vaiheissa (kuvio 1).



Kuvio 1. Kehittämistoiminnan konstruktivinen malli –esimerkkinä opinnäytetyö vaiheineen (mukaillen Salosta 2012, 20).

Kuvio esittää opinnäytetyön prosessin. Aloitusvaihe pitää sisällään idean teemasta ja päätöksen yhteistyö kumppaneista. Suunnitteluvaihe sisältää kirjallisen suunnitelman aikatauluineen. Toteutusvaihe koostuu neljästä eri jaksosta. Esivaiheessa käydään suunnitelma läpi ja sovitaan tulevasta työskentelystä. Työstämis- jaksossa nousee tärkeäksi materiaalin ja aineiston kokoaminen ja teoriaosuuden kirjoittaminen. Tarkistusvaiheessa tarkastetaan

ja arvioidaan tuotosta ennen viimeistelyä. Viimeistelyvaihe sisältää sekä tuotoksen, että kirjallisen raportin valmistumisen. Valmiiksi tehty tuote on konkreettinen teos, kuten opas, kansio, esite tai toimintapäivä. (Salonen 2013, 17–19.)

Tämän opinnäytetyön kokonaisuus koostuu varhaiskasvattajille suuntautuneesta oppaasta ja työn raportista. Opas on suunnattu yksityisen ryhmäperhepäivähoidon yksiköön Lahdessa.

4.2 Oppaan suunnittelu

Salosen (2013, 17) mukaan opinnäytöntyön suunnitteluvaiheessa laaditaan kirjallinen suunnitelma, jossa selvitetään tavoitteiden lisäksi työympäristö, eri vaiheet ja toimijat sekä tiedonhankinnassa käytettävät menetelmät. Suunnitelmassa laaditaan lisäksi aineistojen tavat dokumentoinnissa ja kerättyjen aineistojen käsittelyt sekä toimijoiden vastuut ja tehtävät.

Oppaan suunnittelussa käytettiin laadullisia menetelmiä kuten vapaamuotoista keskustelua ja avointa haastattelua. Nämä koettiin hyväksi, koska ne mahdollistivat täydentävien kysymyksien esittämisen.

Opinnäytetyön suunnittelu alkoi Lumikellon henkilökunnan yhteisen keskustelun ja pohdinnan tuloksena. Aihe tuli työelämän tarpeista, henkilökunta koki, että heillä on liian vähän tietoa ja puutteellisia keinoja selvittää haastavissa tilanteissa levottomien lasten kanssa. Teoriapohjasta nousevilla kysymyksillä ja tiedoilla pyrittiin selvittämään Lumikellon henkilökunnan toiveet oppaan sisällöstä.

Tavattiin Lumikellon henkilökuntaa kolme kertaa avoimen keskustelun sekä haastattelun merkeissä. Ensimmäisessä keskustelussa kartoitettiin, mitä oppaassa olisi hyvä heidän mielestään olla. Seuraavat teemat nousivat keskustelussa esille: Ymmärrys lapsen käyttäytymisen syistä, mallintaminen, kasvatusyhteistyö, ratkaisukeskeisyys, rentoutuminen. Toisessa keskustelussa tarkasteltiin yhdessä haastavia tilanteita ja miten käyttäytyminen niissä tilanteissa tapahtuu. Samalla kartoitettiin tilanteet, mitkä onnistuvat ja tuovat onnistumiskokemukset myös lapselle. Kartoitettiin myös seuraavia tilanteita ja asioita. Ryhmätoiminta on hyvin haasteellista ja vaatii tukea. Liikunta onnistuu hyvin. Ruokailussa on haasteita, tauoton puhuminen ja vaikeudet istua paikallaan. Ympäristö vaikuttaa herkästi, itsesäätelykyvyt ovat vähäisiä ja tuo tunteet nopeasti esille. Palaute ja palkkiot eivät tähän asti ole auttaneet lasta.

Kolmannessa keskustelussa keskusteltiin tämän hetken tilanteesta ja tarkasteltiin yhdessä päiväkodin päiväohjelmaa saadaksemme selville, missä tilanteissa esiintyy eniten levottomuutta. Esille nousivat haastavat tilanteet, kuten tulo- ja lähtöhetki, vapaa leikin aloittaminen ja toisten leikkiin mukaan pääseminen. Toisaalta paikalla pysyminen ruokailu ja aamupiiri tilanteissa sekä muiden lasten häiritseminen niissä hetkissä. Sosiaalisten taitojen puuttuminen ja tunteiden säätelyssä vaikeudet nousivat myös teemaksi.

Kaikista paikan päällä käydyistä keskusteluista tehtiin muistinpanoja vihkoon ja etähaastattelut tehtiin puhelimen viestien ja ääniviestien avulla.

Tein mielikuvituksellisia suunnitelmia oppaan sisällöstä ja ulkonäöstä. Hahmottelin eri vaiheita ja kokonaisuutta myös muistinpanoissa.

4.3 Oppaan toteutus

Salosen (2013, 18) mukaan työstövaiheessa työskennellään kohti yhteisiä tavoitteita ja se on vaiheista pisin ja myös vaativin. Tässä vaiheessa toteutuu suunnitelman tavoitteet sekä toimijat, menetelmät, aineistot ja materiaalit ja niiden dokumentointi tulevat näkyväksi. Oppimisen kannalta tämä vaihe on tärkeä, koska tässä kehitetään ammatillisia edellytyksiä kuten mm. suunnitelmallisuus, vastuullisuus, vuorovaikutteisuus ja sitkeys.

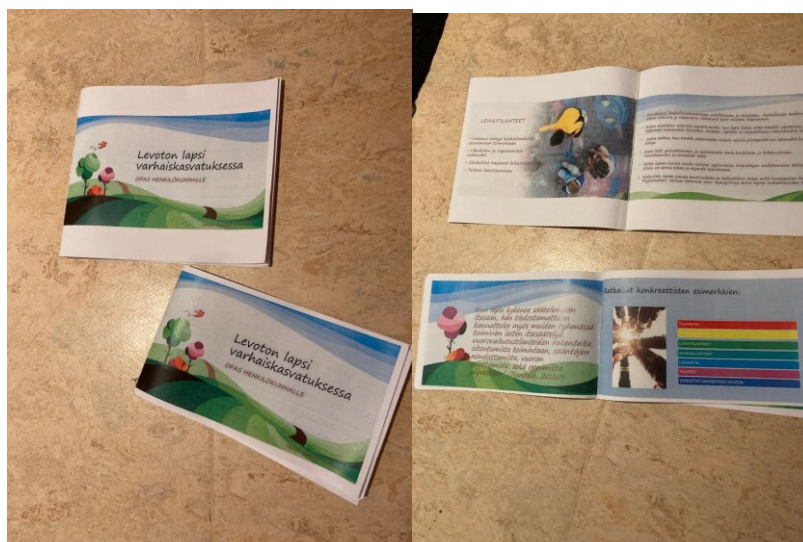
Työn toimijoita ovat Lumikellon varhaiskasvattajat ja opinnäytetyön tekijä. Varhaiskasvattajan haasteet päivittäisessä toiminnassa levottomien lasten kanssa ja heidän toiveensa työkaluihin olivat pohjana oppaan rakenteelle ja sisältöön.

Oppaan toivottiin olevan käytännönläheinen ja selkeä, jotta se palvelee parhaiten toimeksiantajaa. Oppaan tavoite oli olla konkreettisesti käytettävä, visuaalisesti kiinnostava ja inspiroiva. Materiaali tähän oppaaseen on poimittu kirjoista ja internetistä. Lähteitä käytettiin suomen lisäksi myös englannin ja saksan kielen alueilta.

Valmis opas on kansineen 32 sivuinen vihko, joka on A5 kokoinen vaakaa aseteltu. Oppaan rakenne on selkeä, jokainen aukeama käsittelee omaa teemaa. Kansi on otsikoitu Levoton lapsi varhaiskasvatuksessa. Ensimmäinen aukeama näyttää sisällyksen ja antaa kuvan oppaan kokonaisuudesta. Kirjallinen osuus alkaa seuraavalla aukeamalla ja on tiivistelmä levottomien lasten ominaisuuksista ja syistä. Temperamentti on yksi niistä ja sitä käsitellään seuraavalla aukeamalla. Toinen syy, stressi, esitetään sen jälkeen seuraavalla aukeamalla. Näiden jälkeen tulee oppaan konkreettiset esimerkit päiväkodin arkisiin pulmiin. Nämä ovat ensin listattu ja sen jälkeen analogisessa järjestyksessä käsitelty aukeamilla. Haasteet ovat listattu vasemmalla ja apukeinot niihin ovat oikealla aukeamilla.

Seuraavat tilanteet ovat käsitelty: tulohetki, ryhmässä oleminen, leikkitilanteet, ruokailuhetket, tunteet, lepoaika ja lopuksi yhteistyö vanhempien kanssa. Sivut on visualisestisesti muokattu niin, että tilanteisiin on liitetty niihin sopivat valokuvat. Kuvat ovat Microsoftin kuvapankista. Apukeinoin on myös osittain liitetty kuvat selkeytymään esitettyä asiaa. Nämä kuvat ovat peräsin verkosta ja niiden lähteet on merkattu oppaan lopussa. Apukeinot ja ohjeet ovat esitelty yksinkertaisesti ja selkeästi. Näiden sivujen jälkeen on aukeama mistä löytyy linkit teemaan liittyviin materiaaleihin ja niiden linkit, sekä alan koulutukset, joista olisi hyötyä. Viimeinen aukeama näyttää lähteet ja kiitokset yhteistyöstä.

Oppaan valmisteluun on käytetty Microsoftin PowerPoint alustaa, koska se osoittautui Wordiin nähden käytännön ystävällisemmäksi. Muokkaaminen oli helppoa ja mielekästä ja valmiit pohjat teemaan sopivia. Mahdollisuus jakaa opas myös sähköisesti diaesityksenä osoittautui eduksi ja mahdollisti toimeksiantajan kanssa hyvän yhteistyön. Vihkoseksi tulostaminen onnistui muutamien kokeilujen jälkeen ja konkretisoi oppaan lopputuloksen (kuva 1).



Kuva 1. Valmis opas (Kuusisto 2022)

4.4 Oppaan arviointi

Arviointi tapahtuu tarkastusvaiheessa, jossa toimijat yhdessä arvioivat toiminnallisen opinnäytetyön konkreettisen luomuksen. Arviointivaihe on nopea ja yleensä kertaluonteinen. (Salonen 2013, 18–19.)

Toimeksiantaja sai sekä sähköisen version oppaasta, että kaksi paperista vihkosta. Arviointi pyydettiin sähköpostilla, lähettämällä heille kysymyksiä ja olemalla myös puhelimitse yhteydessä.

Kysymyksiä olivat muun muassa: oliko opas käytännöllinen, vastasiko se heidän tarpeisiinsa, oliko hyötyä arjessa ja vastattiinko ongelmakohtiin. Myös visuaalista vaikutusta yleisilmeeltään kysyttiin.

Toimeksiantaja oli oppaan lopputuloksesta ilahtunut ja hyvin tyytyväinen sen selkeästä rakenteesta ja käytännönläheisyydestä. Se koettiin visuaalisesti kauniiksi, selkeäksi ja helposti luettavaksi. Opasta lukiessa koettiin, että se tarjoaa henkilökunnalle loistavan työvälineen työstää arkipäivän haasteita. Heidän mielestään opas toimii myös muistilistana arkipäivän suunnittelussa ja toteutuksessa, sekä lisäksi se tarjoaa hyvän punaisen langan reflektoidessa omaa toimintaa varhaiskasvattajana sekä arvioidessa hoitopaikan toimintatapoja. Parhaimmillaan se haastaa myös henkilökuntaa itsekasvatukseen ja yhteisten toimintasuunnitelmien hiomiseen ja sitä myötä työhyvinvoinnin kasvuun.

Toimeksiantajan mielestä opas tarjoaa myös arvokasta tietoa opiskelijoille, työharjoittelijoille ja sijaisille. Se auttaa heitä ymmärtämään levottoman lasten käytöstä ja oman toiminnan vaikutusta. Hyväksi koettiin myös se, että oppaasta löytyy lopussa hyviä linkkejä kirjallisuuteen, nettikirjoituksiin ja koulutuksiin, joiden avulla voi perehtyä aiheeseen syvemmin ja löytää myös paljon käytännönvinkkejä heti käyttöön otettavaksi.

Mielipide oli, että tällainen pieni ja kätevä opas saattaa olla myös vanhemmille hyvä tuki ja hyvän kasvatuskumppanuuden pohja. He kokivat, että opasta voisi myös käyttää helposti lähestyttävänä muotona informaation ja tietoisuuden lisäämiseksi, jolloin koko yhteisö erityistä huomiota tarvitsevan lapsen ympärillä voi yhdessä kantaa vastuuta ja lähteä jopa keskustelemaan mahdollisista tukitoimista kaikkien hyväksi.

”Se, mihin keskitymme, lisääntyy” on aforismi, joka löytyi oppaan loppuosasta. Mietelause oli heidän mielestään yllättävän tehokas ja jäi lukijan mieleen. Vastaavia kannustavia työarkea ja hyvinvointia tukevia lauseita voisi löytyä jopa useampia opasvihkosissa, oli heidän huomionsa.

5 Yhteenveto

5.1 Pohdinta

Opinnäytetyön tavoitteena oli löytää keinoja ja työkaluja levottomien lasten kanssa työskentelevälle henkilökunnalle. Kaivattiin konkreettisia esimerkkejä, miten tuetaan sekä lapsia että varhaiskasvatuksen henkilökuntaa arjessa. Varhaiskasvattajat olivat myös avoimia kehittämisehdotuksille.

Opinnäytetyön aiheeseen löytyi paljon kirjallisuutta ja materiaalia. Aihe on ajankohtainen ja sitä kautta myös mielenkiintoinen. Lasten levottomuus on lisääntynyt viime vuosina ja tietyt toimintamallit sekä pedagogiset menetelmät ovat osoittautuneet hyödyllisiksi. Toiminnanantajan kiireinen arki ja henkilökunnan vähäiset resurssit ovat osasyynä siihen, että he eivät itse ole pystyneet tutkimaan asiaa enempää ja näin ollen toivoisivat tukea tähän haasteeseen. Opas on heille hyvä työkalu ja inspiraation lähde. Oppaan pienistä ideoista ja vinkeistä voi löytyä ratkaisut ja tuet moniin arjen pulmiin. Samalla sitä voi käyttää työskentely pohjana keskusteluissa ja työskentelyssä.

Yhteistyö toimeksiantajan kanssa oli hyvin tärkeää prosessin alussa, jotta opinnäytetyön teemat hahmottuivat ja löysivät suuntansa. Ohjaavan opettajan ohjaukset auttoivat työn rajauksessa ja antoivat suunnat etenemisessä. Oppaan kokoaminen oli palkitseva osuus, koska siinä kitkeytyy opinnäytetyön teoriapohja yhteen ja oli mahdollista synnyttää jotain uutta.

5.2 Eettiset näkökulmat ja luotettavuus

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjeessa (TENK 2012, 6) viitataan siihen, että tieteellinen tutkimus voi olla eettisesti luotettavaa, uskottavaa ja hyväksyttävää vain, jos tutkimuksessa on huomioitu hyvän tieteellisen käytännön tavat. Pyrin opiskelijana koko opinnäytetyöprosessin ajan omassa toiminnassani siihen, että kunnioitan tutkimuksiin osallistuvien henkilöiden ihmisarvoa ja oikeuksia.

Lähtökohtana olivat tutkimusetiikan hyvän tieteellisen käytännön periaatteet, kuten rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus kaikissa tutkimuksen vaiheissa.

Opinnäytetyössäni suunnittelin dialogisia keskusteluja henkilökunnan kanssa, tiesin niiden luottamuksellisuudesta ja varmistin että vaitiolovelvollisuus toteutui. Osallistujat pysyisivät anonyymina, jotta henkilötietojen käsittely olisi lain mukaista ja tietosuojasta toteutuisi. Jos oli tarpeellista, hain suostumuksen osallistuvilta henkilöiltä.

Hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu myös, että opiskelija noudattaa laissa määriteltyjä henkilötietojen käsittelyyn ja tietosuojaan liittyviä ohjeita (ARENE 2019,7). Tässä oli erityisesti huomioitava kaikki käyttämäni tutkittu ja kirjallinen aineisto. Tarkistin, että tiedonhankinnan ja arvioinnin menetelmät olivat eettisesti kestävä ja lähdeviitaukset olivat asianmukaisia.

Kaikki opinnäytetyöhön liittyvät kerätyt aineistot (muistiinpanot ym.) poistetaan työn julkaisun jälkeen. Opinnäytetyö säilytetään Theseus-tietokannassa.

5.3 Jatkokehittämisideat

Jatkokehittämisideat syntyivät jo oppaan valmistumis- vaiheessa. Huomasin jo keskusteluissa, että varhaiskasvatuksen arjessa oli monenlaisia pulmia ja lasten eri haasteet askarruttivat. Oppaita voisi kehittää eri teemoihin ja ajankohtaisin kysymyksiin, esim. yliherkät lapset, pakolaislasten integrointi, traumaa kohdanneen lapsen tukeminen. Oppaissa olisi myös hyvä olla oma versio vanhemmille ja miksei myös lapsille.

Niiden lisäksi voisi kehittää työskentelypohjat oppaan teemoihin, joita käytettäisiin vanhempien kanssa yhteistyössä.

Lähteet:

ADHD-liitto ry.2011. Arki toimimaan- vinkkejä lapsen myönteiseen tukemiseen. Viitattu 6.6.2022. Saatavissa: https://adhd-liitto.fi/wp-content/uploads/2018/05/arki_toimimaan_kevyt_valmis.pdf

- Ahonen, L. 2017. Lämpimän vuorovaikutuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-Kustannus
- Arene. 2019. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. Viitattu 12.2.2021. Saatavissa: <http://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf? t=1578480382>
- Hanel, J. 2002. Vom Umgang mit hyperaktiven Kindern. Viitattu 1.6.2022. Saatavilla: https://www.bildung-stmk.gv.at/dam/jcr:b466df0d-113b-4b84-9074-ac0d4fbd2ffb/Umgangsm%3Fglichkeiten%20ADHS%20Beratung_Schule.pdf
- Huttunen, M. & Socada, L. 2019. ADHD (aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö) Lääkärikirja Duodecim. Saatavilla: <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00353>
- Jalanko, H. 2019. Levoton lapsi. Duodecim, Viitattu 13.4.2021. Saatavilla: <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00442>
- Kallio, K. 2017. Lapsen sosioemotionaalisen kehityksen tukeminen varhaiskasvatuksessa. Opinnäytetyö. SAMK
- Kanninen, K. & Sigfrids, A. 2012. Tunne minut!. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Keltikangas-Järvinen, L. 2004. Temperamentti. Ihmisen yksilöllisyys. Helsinki: WSOY
- Keltikangas Järvinen, L. 2012. Pienen lapsen sosiaalisuus. Helsinki: WSOY
- Kettumäki, S. 2018. Miten voimme tukea lapsen itsesäätelytaitojen kehittymistä? Viitattu 27.5. Saatavilla: <https://tutkittuavarhaiskasvatuksesta.com/2018/10/19/miten-voimme-tukea-lapsen-itsesaatelytaitojen-kehittymista/>
- Koivunen, P-L. 2009. Hyvä päivähoito. Jyväskylä: PS-Kustannus
- Lastentarhanopettajanliitto. 2017. Nyt on pedagogiikan aika! Helsinki: PunaMusta
- Leskisenoja, E. 2019. Positiivinen pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Toteuta käytännössä. Keuruu: PS-kustannus
- MML.2021. Lapsen ja nuoren temperamentti. Viitattu 13.4.2021. Saatavissa: <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemmuus-ja-kasvatus/lapsen-ja-nuoren-temperamentti/>
- MML.2020. Levoton leikki- tai kouluikäinen lapsi. Viitattu 14.4.2021. Saatavissa: https://www.lastenkuntoutus.net/saatio/blogi/levoton_leikki-tai_kouluikainen_lapsi.804.news

Neitola, M. 2020. Rinnalla. Sosiaaliemotionaaliset taidot. Viitattu 28.5.2021. Saatavissa: <https://sites.utu.fi/rin-nalla/sisaltoalueet-ja-asiantuntijat/sosiaaliemotionaaliset-aidot/>

Peitso, S. 2021. Niilo Mäki Instituutti. Hyviä käytänteitä levottoman lapsen tuen järjestämiseksi varhaiskasvatuksen toimintaympäristössä. Viitattu 30.4.2022. Saatavissa: <https://koju.nmi.fi/wp-content/uploads/2020/05/Hyvat-kaytannot-levottoman-lapsen-tuen-jarjestamiseksi-varhaiskasvatuksen-toimintaymparistossa.pdf>

Pihlaja, P. ja Viitala, R. 2018. Varhaiserityiskasvatus. Keuruu: PS-Kustannus,

Sainio, T., Pajulahti, R. ja Sajaniemi, N. 2020. Näin tuet lapsen itsesäätelyä – hyvinvoinnin pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä: PS-kustannus

Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön-opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Tampere: Juvenes Print Oy. Viitattu 13.5.2022. Saatavissa: <https://julkaisumyynti.turkuamk.fi/PublishedService?pageID=9&itemcode=9789522163950>

Sandberg, E. 2021. Pedagoginen tuki varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa. Jyväskylä: PS-Kustannus

Sajaniemi, N., Suhonen, E., Nislin, M., Mäkelä, J. 2015. Stressin säätely. Jyväskylä: PS-Kustannus

Suomi, P. 2013. Opinnäytetyö: Haastavan lapsen kohtaaminen varhaiskasvatuksessa. Hyvinkää

Tahkokallio, K. 2003. Mitä tehdä levottomille lapsille. Juva: WSOY

Tarkka, K. Vasu-perusteet leikin asialla. Viitattu 27.5.2021. Saatavissa: <https://leikkipaiva.fi/vasu-perusteet-leikin-asialla/>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 3/2019. Viitattu 15.5.2022. Saatavilla: [Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa \(tenk.fi\)](#)

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Viitattu 15.5.2022. Saatavilla: https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf

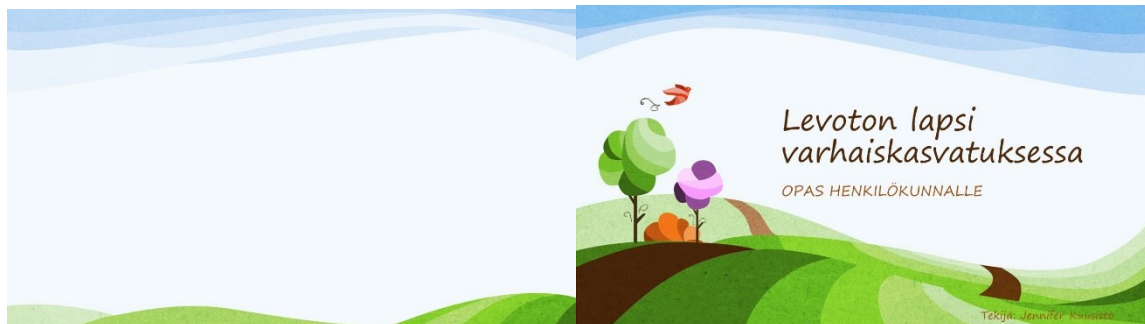
Varhaiskasvatuslaki (540/2018). Finlex. Viitattu 23.5.2022. Saatavilla: <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20180540>

Varhaiskasvatussuunnitelmien perusteet. 2022. Viitattu 22.4.2021. Saatavissa:
<https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/varhaiskasvatussuunnitelmien-perusteet>

Väestöliitto.2018. Ihmissuhteet perustuvat vuorovaikutukseen. Viitattu 5.6.2021.

Saatavilla: <https://www.hyvakysymys.fi/artikkeli/ihmissuhteet-perustuvat-vuorovaikutukseen/>

Liitteet:



takakansi

etukansi



sivu 1

sivu 2

Levottomien lasten ominaisuudet ja syyt:

Päiväkodeissa tavataan yhä useammin levottomasti käyttäytyviä lapsia. Levottomuus ilmenee keskittymiskyvyn ja tarkkavaisuuden häirionä, sekä yliaktiivisuutena että häiriköintinä. Lapsen sisältäen impulssien kontrolli on heikko. Lapsilla on vaikeuksia selviytyä ryhmässä ja he tarvitsevat aikuisten tukea.

Lapset saavat usein levottomalla ja haastavalla käyttäytymisellään negatiivista palautetta sekä kasvattajalta että myös muilta lapsilta. Lapsilla on vaikea noudattaa ohjeita ja tuntuu että he eivät välitä yhteisistä säännöistä. Lisäämällä tietoisuutta ja ymmärrystä levottoman käyttäytymisen syistä auttaa kasvattajaa orientoitumaan ja sitä kautta toimimaan lapselle sopivammalla tavalla.

Levottomien lasten piirteet: itsehillinnän puute, kärsimättömyys, ailahtelevaisuus ja sosiaalinen sopeutumattomuus. Lapsi ei malta istua paikallaan ja liikkuu usein ympäriinsä ja vähät välittää ympäristön reaktioista.

Levottomuutta aiheuttavat tekijät voivat johtua eri syistä. Niitä ovat mm. biologiset tekijät kuten geneettinen häiriö (esim. autismi) ja keskittymis- ja tarkkavaisuushäiriö (ADHD) sekä myös temperamentti.

sivu 3

sivu 4

Temperamentti:

Jokainen lapsi on yksilö, jolla on omanlaisensa temperamentti. Temperamentti näkyy jokaisella tyypillisellä tavalla toimia ja käyttäytyä (motorinen aktiivisuus, arkuus, pelokkuus, emotionaalisuus, reaktiivisuus, aistiherkkyys, sosiaalisuus, pitkäjänteisyys ja tarkkavaisuus).

Tyypiltään vaikean temperamentin omaavilla lapsilla huomataan biologisten toimintojen epäsäännöllisyys (esim. uni ja ruokailurytmi). Sopeutuminen uusiin tilanteisiin ja asioihin on hidasta ja lapsi helposti vetäytyy ensireaktiona ja protestoi äänekkäästi. Itku tulee herkästi ja kestää ja lapsi on usein artyisiä ja huonolla tuulella.

Temperamentti ja ympäristö ovat vuorovaikutuksessa ja muokkaavat toisiaan. Sopeutumisvaikeudet voivat johtua todennäköisesti myös niiden yhteensopimattomuudesta. Jos ympäristön odotukset ja vaatimukset eivät sovi yhteen temperamentti piirteiden kanssa, silloin lapsi kokee stressiä ja ahdistusta.

sivu 5

sivu 6

Stressi:

Stressi on yksi selkeä levottomuuden tekijä lapsilla. Lapset, jotka ovat luonteeltaan herkkiä ja sen takia reagoivat voimakkaasti ärsykeisiin (kosketus, ääni, tuoksu, maku) stressaantuvat helposti. Temperamenttipiirteet vaikuttavat, mistä asioista stressi puhkeaa ja jokaisen oma stressiherkkyys määrää kuinka helposti se syntyy ja myös millä intensiivisyydellä reaktio tapahtuu.

Lapsi saattaa tuntea stressiä monesta syistä. Perheessä tai lähipiirissä elämänmuutokset kuten muutto, läheisen sairastuminen tai avioero voivat olla esimerkkeinä. Päivähoidossa kuormittavia tekijöitä lapselle voivat olla esimerkiksi liian suuri ryhmä, hoitajan kohtuuton vaatimustaso, sosiaaliset vaatimukset, henkilökunnan riittämätön läsnäolo, ennakkoimattomuus päivänohjelmassa, turvattomuus ja melu.

sivu 7

sivu 8



sivu 9

• Ratkaisut konkreettisten esimerkkien:



TULOHEIKU
RYHMÄSSÄ
LEIKKUTILANTEET
RUOKAILUTILANTEET
LEPOHEIKU
TUNTEET
YHTEISTYÖ VANHEMPIEN KANSSA

sivu 10



sivu 11



sivu 12



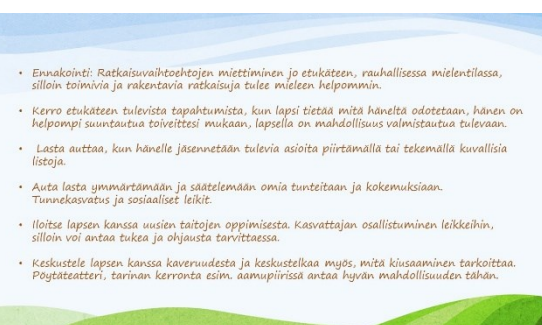
sivu 13



sivu 14



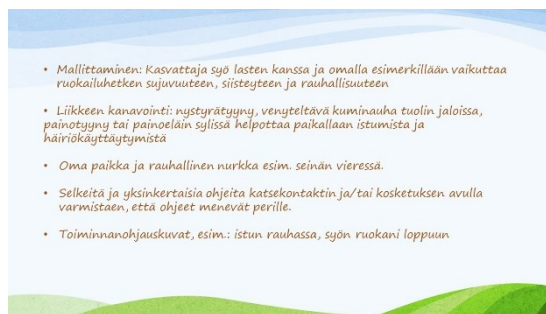
sivu 15



sivu 16



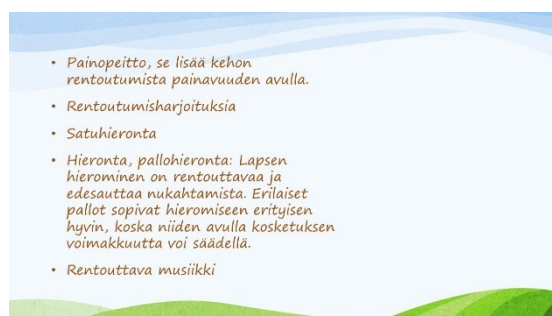
sivu 17



sivu 18



sivu 19



sivu 20



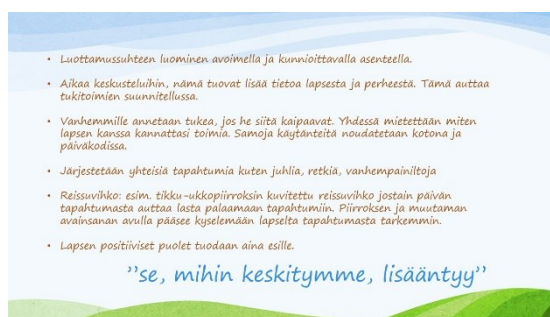
sivu 21



sivu 22



sivu 23



sivu 24



sivu 25

Materiaali ja linkit

Tunnekorite: <https://www.suolilitto.fi/tukilitto-ja-yhdistykset/kehittamistoiminta/tunnekorite/>

https://eq.poppupals.com/pdf/Reggy_Kansiolokitek.pdf

- Rauhoitumiskortit: https://al.droppsoustercent.com/s/OmnpStuhoStav1/Calming_Cards_Finnish2.pdf?d=1
- Tunnekuksia ja muutoksia: tunnetauto-ohjelma esikoulun ja alkoopetuksen: http://personal.finnnet.fi/palvelu/tunnetauto/My_Homepage_Files/Page2.html
- Vinkkimateriaalia tunnekasvatukseen: <https://digiinka.wordpress.com/2017-2/>
- Pienin Askein: Oppimista, sosiaalista kehitystä ja tunnetautoja tukeva opetusohjelma: <https://www.hogrefe.fi/tuotteet/pienin-askein/>

Kuvamateriaali: <https://paperkit.net/materiaalia/materiaalia-luvakkomunikaoinin>

sivu 26

Valittävän varhaiskasvattajan Huoneentaulu: https://www.varhaiskasvatuksen.tietotalo.fi/jasamateriaalit/pospeda/varhaiskasvatuksessa_huoneentaulu.pdf

Vuorovaikutusleikit: Lampinen & Toivanen. Kaverikanuselli ja 79 muuta vuorovaikutusleikkiä <https://www.psi-kustannus.fi/tuotteet/Kaverikanuselli-ja-79-muuta-vuorovaikutusleikki%C3%A4.html>

Leikkipaikkiki: <https://www.leikkipaikkiki.fi/haku>

Renkovenäisjärjötöksiä. <https://www.terveystiete.fi/lastentalo/Documents/Kysely.pdf>
<https://www.coronaria.fi/lmviipaikkain/jarjotitett-lapsille/satu-unipullasta/>

Satuhieronta: <https://satuhieronta.fi/>

sivu 27

Koulutukset:

ADHD-liitto: <https://adha-liitto.fi/ajankohtaista/tapahtumat/>
Niilo Mäki Institute: <https://www.nimi.fi/koulutus-ja-julkaisutoiminta/>

Erja Sandberg: <https://erjasandberg.fi/varhaiskasvatuksen-pedagogisten-tukitoimien-paketti/>

Positiivinen kasvatus: <https://eliasleksisenoja.com/koulutukset/>

Varhaiskasvattajan ajankohtaisia koulutuksia:
<https://varhaiskasvattaja.fi/varhaiskvp/varhaiskasvattajan-koulutuspaketti/>

<https://koju.nimi.fi/tuote-osasto/koulutukset/koulutukset-ammattilaisittain-koulutuksia-varhaiskasvatuksen-tyontekijöille/>

sivu 28

Lähteet:

- Huttunen, M. ja Socada, L. 2019. ADHD (aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö) Lääkärikirja Duodecim.
- Jalanko, H. 2019. Levoton lapsi. Duodecim
- Keltikangas-Järvinen, L. 2004. Temperamentti. Ihmisen yksilöllisyys. Helsinki: WSOY
- Keltikangas Järvinen, L. 2012. Pienen lapsen sosiaalisuus. Helsinki: WSOY
- Koivunen, P.-L. 2004. Hyvä päivähoito. Jyväskylä: PS-Kustannus
- Opetushallitus. 2022. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet.
- Papunniemi, 2022.
- Peitso, Satu. 2021. Niilo Mäki Instituutti. Hyviä käytänteitä levetönnän lapsen tuen järjestämiseksi varhaiskasvatuksen toimintaympäristössä.
- Sajaniemi, N., Sihonen, E., Nislin, M., Mäkelä, J. 2015. Stressin sateely. Jyväskylä: PS-Kustannus
- Tahkokallio, K. 2003. Mitä tehdä levetönnölle lapsille. Juva: WSOY

sivu 29



KITTO YHTEISTYÖSTÄ LUMIKELLON
HENKILÖKUNNALLE

sivu 30

