

Opinnäytetyö (AMK)

Sosionomi AMK

2022

Varhaiskasvatus

Tiia Dahlström, 1602640 ja Elina Holmberg, 1803996

VARHAISKASVATUKSEN YMPÄRISTÖ ERITYISHERKÄN LAPSEN SILMIN

– Päiväkoti Katariinan Vilske

OPINNÄYTETYÖ (AMK) | TIIVISTELMÄ

TURUN AMMATTIKORKEAKOULU

Sosionomi AMK

Syksy 2022 | 41 sivua, 12 liitesivua

Tiia Dahlström ja Elina Holmberg

VARHAISKASVATUKSEN YMPÄRISTÖ ERITYISHERKÄN LAPSEN SILMIN

- Katariinan Vilske

Kehittämispainotteisen opinnäytetyömme tehtävänä oli luoda opas kasvattajille päiväkoti Katariinan Vilskeeseen. Aiheenamme oli varhaiskasvatuksen ympäristö erityisherikän lapsen silmin.

Johdannossa avaamme kehittämistyön taustaa ja tarvetta. Tietoperustassa käymme läpi teoriaa ja perusteluita erityisherikyyden takana, kuinka huomioida erityisherikyyttä varhaiskasvatuksen ympäristöissä, ja miten tukea lapsiryhmää varhaiskasvatuksessa.

Kehittämistyön käytännön toteutuksessa esittelemme toimeksiantajamme, joka on päiväkoti Katariinan Vilske Turusta, sekä päiväkodin toimintakulttuuria. Kerromme, miten kehittämistyö eteni, kehittämistyölle asetetut tavoitteet ja kehittämistehtävät, kehittämistyössä käytettävät kehittämis- ja tutkimusmenetelmät, kehittämistyöstä syntyvät aineistot ja materiaalit, ja miten analysoimme niitä.

Viimeisessä osiossa arvioimme omaa oppimistamme kehittämistyöstä, kehittämistyömme luotettavuutta ja eettisyyttä, sekä miten voisimme juurruttaa ja levittää tuotostamme. Itse opas on kehittämistyön liitteenä.

ASIASANAT:

erityisherikkyys, erityisherikkä lapsi, sensitiivisyys, sosioemotionaaliset taidot, luontoympäristö

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Bachelor of Social Services

2022 | 41, 12 pages in appendices

Tiia Dahlström and Elina Holmberg

THE ENVIRONMENT OF EARLY CHILDHOOD EDUCATION THROUGH EYES OF A HIGHLY SENSITIVE CHILD

- Kindergarten Katariina's Vilske

The objective of our thesis was to create a guide for educators that work in kindergarten Katariina's Vilske. Our subject was the environment of early childhood education through eyes of a highly sensitive child.

In the introduction we explain the background and need for our thesis. In theoretical background we go through theory and arguments behind the concept of a highly sensitive person or a child. We also talk about how to pay attention to children that are highly sensitive in the environment of early childhood education and how to support the child group in the environment of early childhood education.

In the practical implementation of our development work, we present the kindergarten Katariina's Vilske from Turku and the operational culture of this kindergarten. We explain how we proceed in our development work, what were the objectives and the goals of our development work, what were the methods for development, the materials that were created and how we analyzed them.

In the last part we evaluate our own learning, the reliability of our thesis, ethics, and how could we implant and spread our guide. The actual guide will be as an attachment.

KEYWORDS:

sensory processing sensitivity, highly sensitive child, sensitivity, social-emotional skills, nature environment

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	6
2 ERITYISHERKKÄ LAPSI	7
2.1 Erityisherkkyyys	7
2.2 Erityisherkkyyden ilmeneminen lapsella	9
2.3 Erityisherkkyyden ilmeneminen päiväkodissa	12
3 KASVATTAJAN TUEN MERKITYS	13
3.1 Lapsen tukeminen varhaiskasvatuksessa	13
3.2 Varhaiskasvatusympäristön haasteita	15
3.3 Sosiaaliset taidot sekä positiivinen pedagogiikka	16
3.4 Tunnetaitojen tukeminen varhaiskasvatuksessa	17
4 OPPIMISYMPÄRISTÖN MERKITYS	20
4.1 Oppimisympäristöt varhaiskasvatuksessa	20
4.2 Luontoympäristö ja luontosuhde	21
4.3 Päiväkodin tilat ja pienryhmätoiminta	22
5 KEHITTÄMISTYÖN KÄYTÄNNÖN TOTEUTUS	24
5.1 Toimeksiantaja: päiväkotikattoriinan Vilske	24
5.2 Kehittämistyön eteneminen	25
5.3 Tavoitteet ja kehittämistehtävä	25
5.4 Kehittämismenetelmät	26
6 KEHITTÄMISTYÖN AIKANA KERÄTTY AINEISTO	29
6.1 Kyselylomakkeen analysointi	29
6.2 Työpajan käytännön toteutus	30
6.3 Teemahaastattelun analysointi	31
6.4 Opas Vilskeen kasvattajille	35
7 POHDINTA	37
7.1 Kehittämistyön arviointi	37
7.2 Kehittämistyön luotettavuus ja eettisyys	39
7.3 Pohdinta ja ammatillinen kasvu	40

LIITTEET

- Liite 1. Kyselylomake Vilskeen kasvattajille
- Liite 2. Teemahaastattelun runko
- Liite 3. Opas Vilskeen kasvattajille

1 JOHDANTO

Kehittämispainotteisen opinnäytetyömme aiheena on erityisherkkien lasten huomioiminen varhaiskasvatuksessa päiväkotikategoriassa Vilskeessä. Toimeksiantajamme ehdotti meille tätä aihetta, koska he ovat huomanneet aiheen käsittelylle tarvetta. Aihe kiinnosti myös meitä, joten tartuimme aiheeseen. Toimeksiantajamme kertoi, että vinkit ja menetelmät erityisherkkien lasten kanssa toimimiseen ovat toivottuja varhaiskasvattajien osalta. Toimeksiantajamme toi myös esiin toiveen käsitellä luontoa ja metsää, joka liittyy vahvasti toimeksiantajamme toimintaympäristöön Vilskeessä. Päiväkodin joskus meluisakin ympäristö ja jatkuva vuorovaikutus muiden lasten kanssa voivat asettaa erityisiä haasteita erityisheille lapsille – ja ihan kaikille lapsille. Siksi pidämmekin tärkeänä käsitellä opinnäytetyössämme ja oppaassamme lapsiryhmää tukevia menetelmiä.

Työssämme käsittelemme teoriaosiossa (luvut 2–4) erityisherkkyyttä ja sen tunnistamista, erityisherkkyyden huomioimista varhaiskasvatuksen ympäristössä, sekä lapsiryhmän tukemista varhaiskasvatuksessa. Luvuissa 5 ja 6 kerromme kehittämistyömme käytännön toteuttamisesta ja aineiston keräämisestä, sekä sen analysoimisesta. Luvussa 7 on koostettuna yhteenveto ja arviointi kehittämistyöstämme.

Työn tavoitteena oli 1) kartoittaa, mitä tietämystä ja millaisia toimintatapoja kategoriassa Vilskeessä on erityisherkkien lasten kanssa toimimiseen ja 2) kehittää henkilökunnan käyttöön opas, jota voi hyödyntää erityisherkkien lasten kohtaamisessa Vilskeessä. Ensimmäisen tavoitteen saavuttamiseksi toteutimme Vilskeessä tapaamisia päiväkodinjohdajan kanssa, sekä työpajan henkilökunnan kanssa. Toista tavoitetta varten hyödynsimme kirjoittamaamme teoriaa, sekä Vilskeessä toteutettuja käyntejä. Toteutimme opinnäytetyötämme kevätkesä 2022 painotteisesti.

Punaisena lankana työssämme oli selvittää, miten varhaiskasvatusympäristö voisi olla mahdollisimman soveltuva myös erityisheiden lapsen tarpeisiin. Lapset, joilla ei erityisherkkyyttä ole, hyötyvät myös päiväkotiympäristöstä, jossa erityisherkkien lasten tarpeita on huomioitu. Rajasimme työmme koskemaan erityisherkkyyttä, ja usein erityisherkkyyteenkin liittyvät aistiyliherkkyydet on rajattu tämän työn ulkopuolelle. Erityisherkkyydestä on julkaistu 13 opinnäytetyötä vuosina 2015–2021, ja vain kaksi niistä oli kehittämispainotteisia opinnäytetöitä, kuten tämä.

2 ERITYISHERKKÄ LAPSI

2.1 Erityisherkkyyys

Elaine N. Aron on psykologian tutkija ja laillistettu psykoterapeutti, joka on kirjoillaan ja tutkimusartikkeleillaan tehnyt tunnetuksi luonteenpiirrettä, jota kutsutaan erityisherkkyydeksi. Piirrettä on tutkittu vauvoilla ja lapsilla jo 50 vuoden ajan eri nimillä kuten arkuus, ujous ja matala ärsykekyynnys. Erityisherkkyyteen kuuluvat neljä osa-aluetta, jotka muodostavat lyhenteen ”EVÄS”. Nämä ovat 1. emotionaalinen reaktiokyky sekä empatia, 2. vivahteiden vaistoaminen, 3. ärsykkeiden liiallisuus, 4. syvällinen käsittely. Erityisherkkät ihmiset reagoivat muita voimakkaammin sekä hyviin että huonoihin kokemuksiin (Aron 2019, 11; 14; 23). Keskeisiä piirteen ominaisuuksia ovat myös aistisherkkyyys ja nopea kuormittuminen arkipäivän tilanteista (Heiskanen 2022, 25).

Erityisherkkyyys yhdistetään usein temperamenttipiirteistä ujouteen. Aronin mukaan (2019, 109) ujous ja erityisherkkyyys kuitenkin eroavat toisistaan oleellisesti, sillä erityisherkkyydessä on kyse jokaisessa tilanteessa yksilössä olemassa olevasta piirteestä, kun taas ujous liittyy tietyn tilanteen synnyttämään reaktioon. Kuten myöhemmin luvussa 2.2 todetaan, läheskään kaikki erityisherkkät yksilöt eivät ole ujoja.

Erityisherkkyyttä, hermoston herkkyyttä, esiintyy väestöstä noin 15–20 prosentilla ja on luultavaa, että se on perinnöllistä. Erityisherkkyyys on synnynnäistä ja sitä esiintyy yhtä usein sekä pojilla että tytöillä. (Aron 2019, 22.) Erityisherkkyyys on ihmiselle ominaisuutena normaali, se ei ole sairaus tai vika, jota tulisi hoitaa (Heiskanen 2022, 8). Piirre on periaatteessa neutraali. Erityisherkkyydelle ominaista on aistia ympäristöstä vivahteita ja tiedostaa niitä, joka voi monissa tilanteissa olla eduksi. Toisaalta se johtaa myös siihen, että ollessaan liian pitkään ärsykepaljoutta sisältävässä ympäristössä erityisherkkä alkaa helposti kokea kaiken ylivoimaisena: äänet ja näkymät alkavat uuvuttaa hermostollisesti. Voi siis sanoa, että erityisherkkyydestä on sekä haittaa, että hyötyä. (Aron 2014, 23.)

Erityisherkkyyteen viittaavia asioita voivat olla muun muassa seuraavat: muiden ihmisten mieliala vaikuttaa omaan mielialaan, kofeiiniherkkyyys, kovat äänet tuntuvat ikäviltä, säikähädysherkkyyys, virheiden välttäminen, vaikeus kohdata elämänmuutoksia, kova nälkä aiheuttaa ikävän reaktion, sekä kiireisen päivän lomassa tulee tarve vetäytyä rauhalliseen ja/tai pimeään paikkaan yksin ärsykkeiden vaikutusta lieventämään (Aron 2014, 30–31).

Aistitiedon prosessoinnin herkkyys eli erityisherakkyys on yleinen, periytyvä ja evoluution säilyttämä piirre. Se kuvailee yksilöiden välisiä eroja herakkydessä suhteessa kielteisiin ja myönteisiin ympäristöihin. Erityisherakkyys on noussut nopeasti yhteiskunnallisesti tärkeäksi käsitteeksi viimeisen 20 vuoden aikana, mutta tutkimustietoa aiheesta ei ole vielä riittävästi suhteessa tiedon tarpeeseen. Kriittisesti tarkasteltavia näkökulmia ovat erityisherakkyuden suhde muihin persoonallisuuspiirteiden teorioihin, miten erityisherakkyutta voidaan mitata ja onko piirre luonteeltaan jatkuva vai kategorinen. Erityisherakkyys-käsite tarvitsee lisää objektiivista ja luotettavaa arviointia ja ymmärryksen lisäämistä. Tärkeintä on pyrkiä estämään erityisherakkyuden mukanaan tuomia huonoja puolia yksilön hyvinvoinnille, kuten suurempaa herakkyutta stressille. Toisaalta hyvässä kasvu-ympäristössä kasvaneessa lapsessa voidaan nähdä piirteen positiivinen potentiaali. (Greven ym. 2019, 287.)

Erityisherakkyys kuuluu ympäristöherakkyuden teoreettiseen viitekehukseen. Siihen kuuluvat erityisherakkyuden lisäksi myös biologinen herakkyys kontekstiin ja eriytynyt vastaanottavuus. Näiden teorioiden pohjalla on ajatus siitä, että ihmiset (kuten eläimetkin) ovat eri tavoin herkkiä ympäristölle. Tämä on ollut myös tärkeää evoluution kannalta, sillä joidenkin ryhmän yksilöiden valppaus ympäristölle parantaa koko yhteisön selviytymismahdollisuuksia. Erityisherakkyys eroaa muista ympäristöherakkyuden teorioista siinä, että se esittää, että on olemassa temperamentti, jolle on ominaista tiedon syvällinen käsittely, empatia, tietoisuus ympäristön yksityiskohdista ja herakkyys ylistimuloitua. Erityisherakkyys on yhteydessä muihin temperamenttipiirteisiin, kuten introversioon, neuroottisuuteen ja avoimuuteen. Nämä piirteet vaikuttavat siihen, miten yksilö reagoi ympäristöönsä. Jos synnynnäisesti erityisherakka lapsi altistuu epäsuotuisalle kasvu-ympäristölle, voi hänelle aiheutua herkemmin käyttäytymisongelmia ja mielenhäiriöitä, kuin ei-erityisherakalle. (Greven ym. 2019, 288.)

Erityisherakkyuden biologinen ja etiologinen tutkimus on edelleen hyvin vähäistä ja sen suhdetta muihin persoonallisuuspiirteisiin täytyy vielä selkeyttää. Yhteiskunnallisesti käsite on tullut suosituksi, niin että erityisherakille tarjotaan nykyisin jopa räätälöityjä valmennusohjelmia eri ympäristöissä pärjäämiseen, mutta tieteellinen tutkimus on jäänyt jälkeksi. Tästä voi pahimmillaan seurata väärinymmärryksiä ja harmia erityisherakille ihmisille. Tehty tutkimus kuitenkin osoittaa yhä enenevässä määrin sen, että erityisherakkyys on muista temperamentin ja persoonan rakenteista erillinen, oma piirteensä. Grevenin ym (2019, 302) artikkelissa on esitetty lista siitä, millaista tutkimusta erityisherakkyudesta

tarvittaisiin lisää. Tulevaisuudessa on siis tutkimuksen kautta todennäköisesti mahdollista saada lisää todisteita erityisherkkyydestä persoonallisuuspiirteenä. (Greven ym. 2019, 288; 302.)

2.2 Erityisherkkyyden ilmeneminen lapsella

Jokainen erityisherkkä lapsi on temperamentiltaan ainutlaatuinen. Erityisherkkän lapsen herkkyyys voidaan usein nähdä jo vauvaiässä, sillä jo vauvoina erityisherkkät lapset häiriintyvät ja ärsyyntyvät tavallista herkemmin. Erityisherkkyyys ei kuitenkaan ole synonyymi arkuudelle tai ujoudelle, sillä 70 % erityisherkkistä ihmisistä on temperamentiltaan sisäänpäin suuntautuneita introverteja, kun taas 30 % on ulospäin suuntautuneita ekstroverteja. (Aron 2019, 22; 31.) Erityisherkkissä lapsissa on ambiverttejäkin, eli jotain introvertin ja ekstrovertin väliltä. Introverteille yksin tai kaksin olo on luonnollisempaa kuin ryhmässä oleminen. Ekstrovertti taas nauttii sosiaalisista tilanteista ja kavereista, mutta erityisherkkän lapsen ollessa kyseessä ekstrovertti myös saattaa ylikuormittua liiallisesta sosiaalisuudesta. (Heiskanen 2022, 179–181.)

Suurin osa alle kolmevuotiaista lapsista reagoi yllättäviin ja uusiin asioihin sosiaalisissa tilanteissa usein vetäytyen ja ujosti. Tämän ikäisillä lapsilla kyse on normaaleista reaktioista, vaikka temperamentti tuokin eroja. Näin ollen tämän tyylinen reaktio ei välttämättä kerro lapsen yksilöllisistä taipumuksista. (Keltikangas-Järvinen 2012, 81.)

Erityisherkkä lapsi tekee tavallista yksityiskohtaisempia huomioita ympäristöstään. Erityisherkkät lapset väsyvät muita nopeammin kovaan meluun ja ärsykkeiden suureen määrään. He voivat alkaa tietoisesti vältellä tällaisia tilanteita. (Aron 2019, 32–33.) Vaikka fysiologista perää olevat stressireaktiot liittyvät ulkoapäin tuleviin tilanteisiin ja olosuhteisiin, jotkin lapset omaavat synnynnäisesti stressisysteemin, joka on muita herkempi (Keltikangas-Järvinen 2012, 83).

Erityisherkkällä lapsella voi olla myös jokin erityistaipumus, esimerkiksi taitava sosiaalisten tilanteiden tulkinta tai syvällinen suhde luontoon. Erityisherkkä lapsi kokee tunteet voimakkaasti ja ajattelee syvällisesti. Tästä seuraa empaattisuus muita kohtaan. Lapsen oikeudenmukaisuuden taju on myös usein korostunut. (Aron 2019, 34; 35.)

Herkkyuden varjopuolina lapsi saattaa kuormittua herkästi. Myös täydellisyyden tavoittelu on tavallista. Synnynnäiset temperamenttierot vastaavat noin puolesta persoonallisuuspilteistä ja ympäristö sekä kokemukset vastaavat toisesta puolesta. (Aron 2019, 36–37).

Erityisherkkä lapsi kokee tunteet syvästi ja kokonaisvaltaisesti. Herkkyys on synnynnäistä hermojärjestelmän herkkyyttä. Koska huomattava osa lapsista (15–20 %) on erityisherkkiä, tulee asia ottaa päiväkodeissakin huomioon. Runsaat ärsykkeet kuten melu ja sosiaaliset kontaktit voivat saada lapsen ylivirittyneeseen tilaan, mikä voi johtaa lapsen lukkiutumiseen tai raivokohtauksiin. Näitä tilanteita voidaan välttää antamalla lapselle rauhoittumisen mahdollisuuksia päivän aikana. On tärkeää tunnistaa erityisherkkät lapset ja kiinnittää huomiota myös erityisherkkyyden positiivisiin puoliin: erityisherkkät lapset ovat usein luovia, tunnollisia, empaattisia ja syvällisiä lapsia. Heille tulee antaa mahdollisimman paljon positiivista palautetta, jotta lapsen usko ryhmässä pärjäämiseen kasvaa. (Hotokka 2019.)

Jotkut erityisherkkät lapset kokevat tavallista enemmän tyytymättömyyttä ja huolestuneisuutta asioista. Tähän vaikuttavat lapsuuden kokemukset. Hyvässä kasvuympäristössä erityisherkkät lapset pärjäävät kuitenkin monessa suhteessa jopa paremmin kuin muut. Muun muassa kouluarvosanat, sosiaaliset taidot ja itsesäätely ovat heillä usein keskivertoa parempia. (Aron 2019, 15; 17.)

Lapsen erityisherkkyyden havaitsemiseksi on Erityisherkkä lapsi teoksessa liitteenä kysely vanhemmille (Aron 2019, 10). Myös Heli Heiskanen teoksessa Erityisherkkä lapsen kanssa on Lapsen herkkyydesti, johon on käytetty lähteenä Elaine Aronin alkuperäistä testiä (Heiskanen 2022, 22–23). Testi löytyy myös Heli Heiskanen nettisivuilta (Kuva 1). On tärkeää tunnistaa erityisherkkyyys, jotta voi ymmärtää paremmin useita lapsen haasteita, kokemuksia ja vahvuuksia (Heiskanen 2022, 21).

Lapsen herkkyystesti

Tämä on Elaine Aronin laatima arviointikysely lapsen erityisherkkyyden tunnistamiseksi. Vastaa kysymyksiin parhaan kykysi mukaan. Kirjoita kysymyksen perään TOTTA (T), kun väite pitää paikkansa täysin tai melko hyvin lapsen kohdalla, tai on ollut aiemmin totta merkittävän ajanjakson ajan. Kirjoita kysymyksen perään EI TOTTA (E) jos väite ei pidä paikkaansa ollenkaan tai ei juurikaan, eikä ole ollut totta aikaisemminkaan.

1. Säikähtää helposti.
2. Valittaa kutittavista vaatteista, sukan saumoista tai paitojen pesulapuista ihoa vasten.
3. Ei yleensä nauti isoista yllätyksistä.
4. Oppii paremmin hienovaraisesta ohjauksesta kuin kovasta rangaistuksesta.
5. Vaikuttaa lukevan ajatuksiani.
6. Käyttää "isoja" sanoja ikäisekseen.
7. Huomaa pienimmänkin oudon hajun.
8. Älykäs huumorintaju.
9. Vaikuttaa hyvin intuitiiviselta (herkkävaistoiselta).
10. Vaikeus nukahtaa jännittävän päivän jälkeen.
11. Ei suoriudu hyvin isoista muutoksista.
12. Haluaa vaihtaa vaatteita kun ne ovat märät tai hiekkaiset.
13. Kysyy paljon kysymyksiä.
14. Pyrkii täydellisyyteen.
15. Huomaa muiden tuskan ja kärsimyksen.
16. Pitää hiljaisesta leikistä.
17. Kysyy syvällisiä, ajatuksia herättäviä kysymyksiä
18. On hyvin herkkä kivulle.
19. Kokee meluisat paikat häiritsevinä
20. Huomaa vivahteet ja yksityiskohdat (esim. jokin on siirtynyt tai henkilön ulkoasu muuttunut).
21. Varmistaa onko turvallista ennen kuin kiipeää korkealle.
22. Suoriutuu parhaiten kun paikalla ei ole tuntemattomia henkilöitä.
23. Kokee tunteita syvästi.

PISTEYTYYS

Jos vastasit TOTTA (T) kolmeentoista tai useampaan väittämään, lapsi on todennäköisesti erityisherkkä. Vaikka vain muutama kohta pitäisi paikkansa, mutta todella vahvasti, saattaa lapsi olla erityisherkkä. Mikään testi ei voi kuitenkaan määrittellä ihmistä kokonaan, joten kyselyn tulos on yksi apuväline lapsen ymmärtämiseksi ja tukemiseksi hänelle sopivalla tavalla. (Lähde: The Highly Sensitive Child, Elaine Aron. Suomennos Heli Heiskanen, www.heliheiskanen.fi)

Kuva 1. Lapsen herkkyystesti (Heli Heiskanen 2019).

2.3 Erityisherkkyyden ilmeneminen päiväkodissa

Päiväkotia lapselle valittaessa olisi hyvä valita paikka, jossa herkän lapsen tarpeet osataan ottaa huomioon. Päiväkodin aloittaminen vaatii usein tasapainoilua tukemisen ja kannustamisen välillä. Lapsen tulee saada tarkkailla tilanteita sivusta ennen kuin hän osallistuu itse. Kun lapsi huomaa tuen olevan tarvittaessa saatavilla, on hänen helpompaa yrittää asioita itsenäisesti ja rennommin. (Heiskanen 2022, 157–160.)

On yleistä, että herkällä lapsella on taipumusta täydellisyyden tavoitteluun, ja lapsella saattaa esiintyä myös vaativuutta itseään kohtaan. Herkkä lapsi saattaa pelätä epäonnistumista pienestä asti ja näin ollen pyrkiä virheettömyyteen tai jopa olla yrittämättä kokonaan. Lapsi saattaa omata epärealistisen vaatimuksen itseään kohtaan siitä, että hänen tulisi osata uudetkin asiat heti hyvin. Jos lapsi on tarkkailun alaisena, hänellä saattaa esiintyä myös alisuoriutumista, jolloin lapsen todellinen osaamistaso ei pääse välttämättä esiin ylivirittyneisyyden vuoksi. (Heiskanen 2022, 167–169.)

Vaativuus itseään kohtaan saattaa johtaa myös arkuuteen ilmaista itseään ryhmässä. Sosiaaliset tilanteet saattavat olla jännittäviä herkälle lapselle. Tämän vuoksi on ensiarvoisen tärkeää, että herkkä lapsi saa myönteisiä kokemuksia ryhmässä toimimisesta. (Heiskanen 2022, 184–185.) Stressihormoni nousee päiväkotipäivän aikana eniten sellaisilla lapsilla, jotka eivät viihdy ryhmäleikeissä ja ovat temperamentiltaan arkoja tai ujoja (Keltikangas-Järvinen 2012, 81).

Herkillä lapsilla on usein rikas sisäinen maailma, joka saa heidät uppoutumaan kuvalliseen ilmaisuun (kuten piirtämiseen), tarinoihin, kirjoittamiseen ja musiikkiin. Luonto on myös usein kiinnostuksen kohteena. Edellä mainitut asiat auttavat myös erilaisten tunteiden käsittelemisessä. Saattaa olla, että herkkä lapsi ei pidä aktiviteeteista, joissa on kovempaa fyysistä kontaktia ja kovia ääniä. (Heiskanen 2022, 175–176.)

3 KASVATTAJAN TUEN MERKITYS

3.1 Lapsen tukeminen varhaiskasvatuksessa

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2022) on kerrottu lapsen oikeuksista, yhdenvertaisuudesta, tasa-arvosta ja moninaisuudesta muun muassa seuraavaa: lapsen tulee tulla ymmärretyksi niillä ilmaisun keinoilla, joita hänellä on, sekä lapsella tulee olla oikeus ilmaista ajatuksiaan, mielipiteitään ja itseään. Lapsella on oikeus kannustavaan palautteeseen ja hänen tulee voida iloita oppimastaan. Lapsella on oikeus kuulua ryhmään ja saada osakseen yhteisöllisyyttä. Lapsella on oikeus käsitellä tunteita ja ristiriitoja, sekä saada tietoa monipuolisesti, opetella ja kokeilla uusia asioita. Varhaiskasvatuksen tulee tarjota mahdollisuus tehdä valintoja ja kehittää taitoja kulttuuritaustasta, syntyperästä, sukupuolesta tai muista henkilöön liittyvistä syistä riippumatta. Moninainen kulttuuriperintö, joka varhaiskasvatuksessa rakentuu, muotoutuu henkilöstön, lasten ja heidän huoltajiensa vuorovaikutuksessa. (Opetushallitus 2022, 11.)

Hyväksytyksi tuleminen juuri sellaisena kuin on, on lapselle ensiarvoisen tärkeää. Lapsen liittyy aina lapsen perhe, joten hyväksyvä suhtautuminen lapsen perheeseen on myös oleellista. Kasvattajan ei tule pyrkiä vaikuttamaan perheen valintoihin, paitsi jos siihen liittyy lapsen hyvinvointiin liittyvä syy. (Malinen 2019, 25–26.) Jos kasvattajalla on hyvä suhde lapsen huoltajiin, se saattaa edistää positiivisen vuorovaikutussuhteen syntymistä myös lapsen kanssa. Huoltajille tulee puhua lapsesta yksilönä ja kuulumisten vaihdon yhteydessä kertoa asioista, joita juuri heidän lapsensa on päivän aikana kokenut ja tehnyt. (Ranta 2021, 48.)

Kasvattajien tulee toimia mallina myönteiselle vuorovaikutukselle, sekä luoda ilmapiiri, joka kunnioittaa moninaisuutta. Varhaiskasvatuksen tuleekin ohjata lapsia arvostamaan omia, muiden lasten ja perheiden katsomuksia ja kulttuuria, kohtaamaan erilaisia ihmisiä kunnioittavasti ja tukea lasten ilmaisua ja vuorovaikutustaitoja. (Hujala & Turja toim. 2020, 255.) Lapsen tunnesäätelyn kehittymistä edesauttavat kasvattajan lämmin, hyväksyvä, johdonmukainen ja turvallinen tyyli kasvattaa. On tärkeää, että kasvattaja pystyy itse säätämään itseään jokaisessa tilanteessa. (Sandberg 2021, 173.) Esimerkiksi pienen lapsen kokiessa surua aamulla erotessaan vanhemmastaan, tunne tulee ottaa todesta. Lapsen stressiä tilanteessa lievittää parhaiten kasvattaja, joka kohtaa lapsen sensitiivisesti ja auttaa lasta tämän tunnekokemuksen säätelmissä. (Ahonen & Roos

2021, 49–51.) Rauhalliset kosketukset vähentävät lapsen stressiä ja se auttaa myös pieniä lapsia säätelemään stressiään (Sandberg 2021, 171).

Mikäli lapsi vaikuttaa kuormittuneelta varhaiskasvatuksessa, olisi kasvattajien hyvä pohdita, miten he voisivat vähentää tunne- ja aistikuormitusta ryhmässä (Heiskanen 2022, 162). Kun aikuinen osallistuu lasten kanssa leikkiin ja havainnoi toimintaa ja leikkiä, kasvattaja saa paremman ymmärryksen lapsen osaamisesta ja kehityksestä ja pystyy tarjoamaan lapsen taitotasolle oikeanlaisia tehtäviä. Tämä auttaa siinä, että toiminta tukee lapsen kehitystä ja kasvua. (Ranta 2021, 85.)

Lapsen saadessa kokemuksia vaikeiden asioiden oppimisesta harjoittelun kautta hänen itsetuntonsa vahvistuu. Oppimisen tukeminen pienin askelin helpottaa lasta, joka on epävarma tai pelkää epäonnistumista. Asioiden omaksumiseen ja harjoitteluun olisi hyvä antaa tarpeeksi aikaa ja oppimista jakaa pieniin osiin. Virheiden salliminen ja epätäydellisyyden sietäminen ovat taitoja, joihin tarvitaan kasvattajien tukea tehtyjen virheiden tuottamien pettymyksen ja epäonnistumisen tunteiden käsittelyyn. (Heiskanen 2022, 168–170.) Jos lapsella on arkuutta, voi lapselle korostaa hänellä olevia taitoja, jotka hän osaa ikäisekseen hyvin, ja taas lapsen vaativuutta virheistä voi helpottaa näyttämällä tilanteita, joissa aikuinenkin voi tehdä virheen, sekä näyttämällä, miten aikuinen tähän reagoi (Köngäs 2019, 94). Kun lapsi saa onnistumisen kokemuksia jokaisena päiväkotipäivänä, se vahvistaa ja tukee lapsen itsetuntoa, sekä oppimisminäkuvaa (Ranta 2021, 85).

Mikäli lapsi on arka muiden tai uusien ihmisten seurassa, olisi hyvä kannustaa lasta muiden lasten pariin. Sosiaaliset tilanteet vaativat harjoittelua. Myös yksin oleminen tulisi sallia, koska se saattaa edistää lapsen hyvinvointia ja auttaa häntä latautumaan päivän muiden puuhien ohella. Kasvattajan on kuitenkin hyvä olla varma siitä, että yksinolo on lapsen oma valinta. On mahdollista, että lapsi on avoin ja puhelias kahden kesken ollessa. Kavereihin tutustuminen helpottaa usein arkuutta, ja tähän voi tarvita kannustusta ja tukea kasvattajien taholta. (Heiskanen 2022, 182–183.)

Varhaiskasvatusympäristö luo myös haasteita lapselle. Kasvattajan tulee ottaa tämä huomioon. Kasvattajan on myös erityisesti huomioitava sosiaalisten taitojen, positiivisen pedagogiikan ja tunnetaitojen merkitys varhaiskasvatuksessa.

3.2 Varhaiskasvatusympäristön haasteita

Tänä päivänä niin kasvattajat kuin lapsetkin kärsivät stressistä päiväkodeissa. Olisi tärkeää, että päiväkodeissa ympäristö olisi lapsille lempeä ja kiireetön. (Köngäs 2019, 65.) Empatiakyvyn harjoittelu stressaavassa ympäristössä voi olla lapselle liian vaativaa (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 95). Stressihormonin nousu päiväkotiympäristössä on yleistä ja sitä tapahtuu eniten taaperoiässä. Kotona olevilla lapsilla stressihormonin nousua ei tapahdu. Yksi syy stressihormonin nousuun on vaatimus jatkuvasta sosiaalisesta vuorovaikutuksesta. Lapset tarvitsisivat eniten vartiointia ja huolenpitoa iltopäivisin, jolloin stressitaso on korkeimmillaan – tämä lisää myös lasten tapaturma- ja sairastumisriskiä. (Keltikangas-Järvinen 2012, 80–85.) On todennäköistä, että päiväkodin alkuvaiheessa toistuvat turvattomat lapsen kokemat erotilanteet vanhemmasta ovat yhteydessä pitkäkestoiseen stressiin, jota pienet lapset kokevat (Ahonen & Roos 2021, 49). Lapsen täytettyä neljä vuotta lapselle on kehittynyt niin kyky kuin halu olla vuorovaikutuksessa isommankin ryhmän kanssa, eikä tämän ikäinen lapsi enää stressaannu hoitopäivän aikana (Keltikangas-Järvinen 2012, 104).

Päiväkodissa arkeen liittyy monia muuttuvia tekijöitä, kuten siirtymät paikasta toiseen, lapsia tulee ja menee, aikuisilla on monia erilaisia tehtäviä, toimintaa aloitetaan, joudutaan keskeyttämään ja lopetetaan. Voi siis sanoa, että tällainen sosiaalinen jatkuvien kontaktien maailma luo lapselle monia haasteita. (Määttä & Rantala 2016, 119.) Turhat keskeytykset ja liian kova kiire voivat olla stressaavia lapsille (Ranta 2021, 96). Jatkuva sosiaalisten suhteiden vaihtuvuus, kiire, melu ja liian isot lapsiryhmät heikentävät sosiaalisen kompetenssin kehittymistä (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 95). Päivän toiminnot varhaiskasvatuksessa vievät myös aikaa lasten kohtaamiselta, vaikka niissä kaikissa lasten kohtaamista tapahtuukin. On kuitenkin mahdollista, että yhden lapsen kohtaamiseen ei jää kovinkaan paljoa aikaa. (Ranta 2021, 58.)

Melu päiväkodissa on jopa suurempi syy stressitasojen nousuun kuin konfliktit, jotka syntyvät sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Melu aiheuttaa haasteita kaikille lapsille, mutta hyvin herkät lapset kärsivät siitä erityisesti. Melun haittavaikutukset ulottuvat niin keskittymiseen, kielen käsittelyyn, muistiin, kuin oppimiseenkin. Suurin haitallinen seuraus melusta koituu pienille lapsille – puhetta on vaikea erottaa, jolloin ääniteitä ei erota kunnolla. Lasten kyky erottaa puhetta melussa on heikompi kuin aikuisten. (Keltikangas-Järvinen 2012, 91–92.)

3.3 Sosiaaliset taidot sekä positiivinen pedagogiikka

Sosiaalisten taitojen tukeminen luo myönteisen ilmapiirin, joka parhaimmillaan johtaa siihen, että on mahdollista vastata kaikkien tarpeisiin (Ranta 2021, 147). Lapsi oppii sosiaalisia taitoja erityisesti reippaan liikunnan aikana. Liikunta lasten ulkoilun aikana liittyy lasten kontaktihakuisuuteen ja vuorovaikutukseen, joka tuottaa uutta sisältöä. Liikunnan määrä on yleensä runsaampaa ulkona kuin sisätiloissa ja runsas liikunnan määrä lapsella on todettu olevan yhteydessä myös positiivisella tavalla muun muassa itsehillintätaitoihin. (Ruokonen toim. 2022, 77; 82.) Lasten välisiä vertaissuhteita muodostuu, kun toimitaan yhdessä sosiaalisessa vuorovaikutuksessa (Turun kaupunki 2020, 21).

Kun lapsi liikkuu luonnossa, hänen tulee pystyä ottamaan huomioon niin ympäristö, kuin ystävänsä ja samalla hänen motoriikkansa harjaantuu. Vaihtelevien maastojen tuoma jännitys auttaa luovuutta ja kognitiivisia taitoja loistamaan, lasten leikit luonnossa kehittävät niin sosiaalisia, kielellisiä kuin motorisia taitoja, sekä samalla lapsi havainnoi, oppii ja tutkii ympäristöään. Luonto suo kaikille tasa-arvoisen leikkiympäristön. Sosiaaliset vuorovaikutussuhteet tiivistyvät luonnon tarjoamien elämysten ja kokemusten ansiosta. (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 94.)

Lapsi tarvitsee sosioemotionaalista kompetenssia. Tämä tarkoittaa sitä, että lapsella on kyvykkyyttä toimia erilaisissa tilanteissa. Tämä edesauttaa lapsen tavoitteisiin pääsemistä sosiaalisessa vuorovaikutuksessa tavalla, joka säilyttää myönteisen suhteen muihin lapsiin ja myös aikuisiin. Kun lapsi omaa sosioemotionaalista kompetenssia, hän pystyy huomioimaan ja tunnistamaan muiden tunteita, sekä käyttämään ja hallitsemaan sosiaalisia taitoja ja tunnetaitoja. (Sandberg 2021, 168–169.) Käyttäytymisen ja tunteiden säätely, sekä sosiaaliset taidot harjaantuvat ollessa vuorovaikutuksessa muiden kanssa (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 94–95).

Sosioemotionaaliseen kompetenssiin liittyvät myös sääntöjen noudattaminen, kommunikointitaidot, toisten kuunteleminen, mielipiteiden huomiointi, seurausten ennakointi ja arviointi, emootioiden säätely, yhteistoiminnallisuus ja prososiaalisuus. Prososiaalisuudella tarkoitetaan myönteistä sosiaalista käyttäytymistä, jolla tavoitellaan toimintaa, joka on toisen ihmisen parhaaksi. Empaattisuus, ystävällisyys ja auttamisen halu ovat esimerkkejä prososiaalisuudesta. Jos lapsi on prososiaalinen, hänen on yleensä helppoa saada ryhmältä sosiaalista hyväksyntää, sekä solmia ja ylläpitää sosiaalisia suhteita. Vetäytyminen ja aggressiivisuus puolestaan liittyvät epäsosiaaliseen käyttäytymiseen,

joka saattaa olla riskitekijänä ei-toivotulle käyttäytymiselle. (Sandberg 2021, 168–169.)
Tunnetaitoja käsitellään laajemmin alaluvussa 3.4.

Kasvattajan on tärkeää ilmaista lapselle, että hän aidosti yrittää ymmärtää lasta, vaikka ei aina onnistuisikaan siinä. Aktiivinen läsnäolo, lasten tunteminen, lasten kuunteleminen, tilannetaju ja reagointi vuorovaikutustilanteissa tukevat kasvattajan pyrkimyksiä ymmärtää lasta – lasten tarpeet myös vaihtelevat yksilöittäin. Tämä tarkoittaa myös lasten sanattomiin viesteihin tarttumista erityisesti pienten lasten kohdalla. (Ranta 2021, 69; 78)
Lasten tulisi kokea päiväkodissa joka päivä kaikkia arvostava ilmapiiri ihmisten välillä (Hujala & Turja toim. 2020, 212). Sosiaaliset taidot ovat opittavia taitoja, mutta synnynäiset erot vaikuttavat siihen, kuinka innokkaasti lapset haluavat olla muiden seurassa. Mikäli lapsella on matala sosiaalisuus, yksin leikkimään vetäytyminen on hänelle ominaista. Tämä saattaa johtaa siihen, että lapsi ei saa juurikaan positiivista palautetta. (Keltikangas-Järvinen 2012, 59–61.)

Positiivista pedagogiikkaa käytettäessä yritetään hyödyntää kasvatus- ja opetustehtävässä positiivisen psykologian tutkimustietoa. Positiivisesta pedagogiikasta on erilaisia teorioita, joista yhden (Kumpulainen ym. 2014) mukaan siihen liittyy viisi taustaoletusta: osallisuus, huoltajien kanssa tehtävä yhteistyö, myönteinen toimintakulttuuri ja yhteisöllisyys, myönteiset tunteet, sekä vahvuudet. (Ranta 2021, 19–20.)

Positiivinen pedagogiikka ei keskity puutteisiin vaan siihen, mikä saa lapset voimaan hyvin. Positiivista pedagogiikkaa käytettäessä hyödynnetään lapsen myönteisiä kokemuksia ja voimavaroja ja vahvistetaan niitä. Tavoitteena on saada lapsia innostumaan oppimisesta ja tuntemaan iloa oppimisestaan. Tarkoituksena on nähdä ja sanoittaa mahdollisimman paljon onnistumisia, hyviä asioita ja vahvuuksia. Tämä vaatii kasvattajan huomiota, jotta kasvattaja huomaa hyvät teot, sanat ja asiat. Kasvattajan oma hyvinvointi onkin tärkeää, koska hyvinvointiin liittyviä asioita voidaan vahvistaa ja opettaa erityisesti oman esimerkin voimalla. (Avola & Pentikäinen 2019, 32–33)

3.4 Tunnetaitojen tukeminen varhaiskasvatuksessa

Tunnetaitoja opitaan, kun ollaan vuorovaikutuksessa muiden kanssa (Pöyhönen & Livingston 2020, 28.) On erityisen tärkeää, että pienten lasten kohdalla aikuinen on mukana lapsen tilanteissa sanoittamassa eli yhdistämässä tunnesanoja lapsen sisäiseen kokemukseen, koska lapsi ei pysty tähän vielä yksin. Mikäli tunteita ei opi sanoittamaan

missään elämän vaiheessa, saattaa minäkuvan erittely jäädä vaillinaiseksi. Vielä 4-vuotiaanakin lapsen aivot ovat vastaanottavaisia uusille tunnemalleille, joten siihen kannattaa kiinnittää erityistä huomiota. Tässä iässä on vielä mahdollisuus korjata jo tapahtuneita tunnevaurioita. 4-vuotiaankin kohdalla tunnetaitoja on helpoin kartuttaa kokemuksen kautta, sekä mallioppimisilla, mutta mukaan tulisi tässä vaiheessa lisätä myös painotusta tunteen ymmärtämisestä ja yhä edelleen tunnetilojen sanoittamista. (Köngäs 2019, 93–94.) Kun tunteita sanoitetaan, oppii lapsi tunnistamaan paremmin myös kaverin tunteita omien tunteidensa ohella (Ranta 2021, 147). On tärkeää sanoittaa niin myönteisiä kuin negatiivisiakin tunteita, jotta lapsi oppii tunnesanoja monipuolisesti. On myös tärkeää huomioida, ettei kasvattaja väitä tietävänsä lapsella olevaa tunnetta. Lapsi saattaa kokea sen alentavana tai vähättelevänä. (Pöyhönen & Livingston 2020, 33.)

Tunnetaitojen harjoittelu edesauttaa myös lapsen ymmärrystä omista tunteistaan, sekä itsesäätelyssä tunteiden kanssa (Sandberg 2021, 150). Lapsella tunteiden itsesäätely on vielä vaillinaista, eikä lapsi kaikissa tilanteissa pysty säätelemään itseään ja tunnereaktioitaan. Kasvattajan tehtävänä onkin olla lapsen tukena ja turvana vaikeissa tilanteissa tunnereaktion aikana ja opettaa lasta säätelemään tunteitaan. (Sandberg 2021, 156.) On hyvä muistaa, että pienen lapsen voi olla vaikea erottaa tunteita kehon erilaisista tuntemuksista. Väsymys, nälkä, liiallinen kuumuus tai kylmyys, kirkkaat valot tai vaikkapa epä mukavat kiristävät vaatteet saattavat aiheuttaa fyysisiä tuntemuksia, jotka vaikuttavat lapsen tunteiden säätelemiseen. Fyysisiä tuntemuksia pystyy kuitenkin yleensä korjaamaan, jolloin lapsi taas hyvinvoivana saa omat tunnetaitonsa paremmin käyttöönsä. (Pöyhönen & Livingston 2020, 37.)

Pettymyksensietokyky on myös tärkeää tunnesäätelyn kannalta. Tätä voi harjoitella esimerkiksi niin, että lapsi on välillä viimeinen tai vaikka toinen esimerkiksi jonossa, joka auttaa lasta sietämään pettymystä ja säätelemään itseään pettymyksen osuessa kohdalle. (Sandberg 2021, 171.) Myönteiset tunteet ovat hyvinvointia vahvistavia, ja ne ovat tärkeitä jokaiselle lapselle. Näihin kuuluu esimerkiksi ilo, kiitollisuus, into ja kiinnostus. Myönteiset tunteet vaikuttavat positiivisesti keskittymiseen, luovaan ongelmanratkaisuun, uuden oppimiseen, muistiin, kannattaviin ratkaisuihin neuvottelutilanteissa, sekä ne lisäävät lapsella olevaa elämän tarkoituksellisuuden tunnetta. (Sandberg 2021, 150.) Jotta voi opettaa tunneälyä lapselle, hänen tulee saada tuntea olonsa hyväksytyksi, kuulukuksi ja rakastetuksi. Mikäli tunnekasvatus on sellaista kuin sen tulisi olla, ehkäisee se yksinäisyyttä, syrjäytymistä ja väkivaltaisuutta. (Köngäs 2019, 107–110).

Lasten stressihormoni laskee päiväkodissa silloin, kun lapsi saa levätä ja olla irti vuorovaikutuksesta, joka on päiväkodissa jatkuvaa (Keltikangas-Järvinen 2012, 84). Jos se on mahdollista tilojen puolesta, olisi lapsilla hyvä olla paikka, johon vetäytyä tarvittaessa itseksensä. Rentoutuminen ja rauhoittuminen ovat taitoja, joita voi harjoitella lapsiryhmän kanssa yhteisesti – näistä on hyötyä niin herkille lapsille kuin muillekin lapsille ja myös kasvattajille. Tällaiset keinot ovat kuormitusta vähentäviä. (Heiskanen 2022, 162.) Liikkuminen luonnossa lievittää stressiä ja auttaa rauhoittamaan niin levottoman aikuisen kuin lapsenkin mieltä (Tuormaa 2016, 6). Metsässä ja luonnossa vietetty aika vähentää stressiä ja lisää hyvinvoinnin kokemusta sen tuoman liikkumisen kautta. Vuorovaikutuksen ylläpitäminen kohenee luonnossa. Luonnosta saadaan myös visuaalisia elämyksiä ja mielihyvää. (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 95.)

Tarinoita on hyvä hyödyntää tunnetyöskentelyssä (Köngäs 2019, 94). Myös nukketatteri, rentoutumisharjoitukset, kuvakortit ja draama ovat oivallisia työkaluja tunnetaitojen harjoitteluun (Ranta 2021, 147). Tunnekuvia voi hyödyntää esimerkiksi tunnekuuhun jälkeen, jotta lapsi pystyy sanoittamaan itsellään ollutta tunnetta kasvattajalle (Pöyhönen & Livingston 2020, 35).

4 OPPIMISYMPÄRISTÖN MERKITYS

4.1 Oppimisympäristöt varhaiskasvatuksessa

Oppimista tapahtuu kaikkialla. Oppimisessa yhdistyvät ajattelu, kieli, aistihavainnot, tunteet, keholliset kokemukset, tiedot, taidot, sekä toiminta. Muiden toiminnan jäljittely, ympäristön tarkkailu ja sen havainnointi, itsensä ilmaisu, taiteisiin perustuva toiminta, leikki, tutkiminen, liikkuminen ja erilaisten työtehtävien tekeminen ovat osa oppimista. Kun lapsi kokee olonsa turvalliseksi ja voi hyvin, hän oppii parhaiten. Oppimista edistävät myönteiset vuorovaikutussuhteet ja tunnekokemukset. Opittavien asioiden tulee olla yhteydessä lapsen kulttuuriseen taustaan, kehittyviin valmiuksiin ja muuhun kokemusmaailmaan. Keskeisiä asioita oppimisen kannalta ovat kokemus yhteisöön kuulumisesta ja vertaisryhmä, sopivasti haastava toiminta, joka on tavoitteellista ja lapsia kiinnostavaa. (Opetushallitus 2022, 11–12.)

Kun oppimisympäristö on toimiva, levollinen ja selkeä, se tukee lapsen kokonaisvaltaista kehitystä. Lasten fyysistä aktiivisuutta ja oppimisen osa-alueita tulee edistää niin pihalueilla kuin ympäröivässä luonnossakin. Arjen tilanteissa harjoiteltavat tunne- ja taidot tukevat itsetuntoa ja tunnetaitoja näin vahvistaen lapsen psyykkistä hyvinvointia. (Turun kaupunki 2021, 20.) Salliva oppimisympäristö, jossa voi turvallisesti harjoitella asioita ja joka rohkaisee lasta yrittämään ja kokeilemaan, edesauttaa lapsen minäpystyvyyden ja itsetunnon kehitystä, sekä hyvää oppimisilmapiiriä. Lasten turvallisuudentunne lisääntyy, kun kasvattaja on rauhallinen ja positiivinen myös haastavissa tilanteissa. Kaikki tunteet ovat sallittuja hyvässä oppimisympäristössä. (Ranta 2021, 100–101.)

Omatoimisuuden mahdollistaminen ja tukeminen ovat tärkeitä palikoita oppimisympäristöä suunniteltaessa. Lapselle voi olla tärkeää saada kokemus siitä, että kasvattaja luottaa hänen taitoihinsa tehdä asioita itse. (Ranta 2021, 128.) Kun ympäristö tukee omaehtoista liikkumista, parantaa se lapsen minäkuvaa itsestään, koska näin lapsi saa kokea tunteita onnistumisesta (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 77). Kasvattajien pitää huomioida lasten kiinnostuksen kohteet, sekä yksilölliset tarpeet ja taidot toteuttaessaan pedagogista toimintaa (Opetushallitus 2022, 34). Mikäli lapsi ei osallistu toimintaan, kasvattajan tulee reflektoida omaa toimintaansa. (Ranta 2021, 121).

Kosketus ja kehollisuus ovat osa turvallista päiväkotiympäristöä. Opettajat, jotka ovat fyysisesti lähellä lapsia, saavat luotua lapsiin vuorovaikutuksellisemman suhteen, kuin

etäällä olevat opettajat. Kun lapsia kohdataan sensitiivisesti ja lasten emotionaaliset ja sosiaaliset tarpeet huomioidaan, saadaan tuettua lapsen oppimista ja hyvinvointia. (Ranta 2021, 22–23.) Luonnollinen osa huolenpitoa ja hoivaa on lapsen kunnioittava koskettaminen. Voi olla lapsen edun mukaista ottaa lapsi syliin myös sellaisissa tilanteissa, joissa lapsi tarvitsee kasvattajaa vaikkapa kiukun tai väkivaltaisen käyttäytymisen hallintaan. (Turun kaupunki 2021, 37.)

4.2 Luontoympäristö ja luontosuhde

Yleisesti ottaen Suomessa luontoloikka, eli luonnon laajempi hyödyntäminen oppimisympäristönä, olisi tarpeen. Lapsen suhde luontoon voi olla rakkaudellinen sisäisen viettimme eli biofilian vaikutuksesta. Luonnon vaikutus ihmismieleen on rauhoittava. Luontokasvatuksen tärkeä tavoite on pyrkiä myönteiseen luontosuhteeseen kognitiivisin ja affektiivisin kasvatuserityksin. Kognitiivinen luontosuhde on tietoon perustuva, affektiivinen puolestaan tunnepitoiseen kokemukseen perustuva suhde luontoon. Hyvä suhde luontoon parantaa lapsen hyvinvointia ja parhaimmillaan aikaansaa elämänmittaisten motivaation tehdä kestäviä valintoja ympäristön kannalta. (Ratinen 2021, 96; 99–100.)

Luonto on kokonaisvaltainen ympäristö, jossa lapsi voi kokea asioita kaikilla aisteillaan. Luonnossa lapsi voi myös vahvistaa itsetuntemustaan sekä oppia mm. retkeily- ja ryhmässä toimimisen taitoja. Luonnossa lapsi luo oman, henkilökohtaisen luontosuhteensa. Luontokasvatuksessa opitaan, että luonnolla on sekä aineettomia (hyvinvointi metsässä olemalla) sekä aineellisia (esimerkiksi marjat) ulottuvuuksia. (Ratinen 2021, 96–97.)

Metsässä ja luonnossa liikkuesssa lapsen mielikuvitus ja sosiaalisuus kehittyy, lapsi saa harjoitella ja kehittyä motorisissa taidoissaan monipuolisesti, ja olla osana erilaista oppimis- ja leikkiympäristöä. Lähiympäristöön tehdyt retket tukevat mielikuvitusta, tunnemaailmaa ja sosiaalisuutta. (Tuormaa 2016, 6–7.) Kun lapsen oppimisympäristö on niin luonnonmukainen kuin mahdollista, keskittymiskyky ja oppimismotivaatio kohenevat. On myös mahdollista, että muisti, havaintokyky, tunnistaminen ja nimeäminen, sekä luokittelu taitoina parantuvat. (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 77.) Korpela, Kytän ja Hartigin (2001) mukaan ajan viettäminen luonnossa on myös yhteydessä parempaan mielenterveyteen ja tunnesäätelyyn (Ratinen 2021, 100).

Kun retkiä tehdään säännöllisesti, lasten suhde ympäristöön vahvistuu ja lapset oppivat nauttimaan luonnosta – metsässä ollessa käytetään kaikkia aisteja: ympäristöä koskellaan, haistellaan, kuulostellaan ja jopa maistellaan, vaikkapa retkieväiden muodossa. (Ahonen & Roos 2021, 230.) Kasvun ihmeen seuraaminen keväisin on tärkeää aikaa, jolloin lasten kanssa voi vaikka kylvää erilaisia kasveja (Hujala & Turja toim. 2020, 217). Myös havaintomotoriset taidot ja luonnollinen ympäristön oppiminen mahdollistuvat ulkotoiminnassa (Ruokonen toim. 2022, 76).

Lasten kunnioittava ja myönteinen suhde ympäristöä kohtaan kehittyy, kun lapset saavat liikkua, tutkia, toimia ja tulkita asioita sekä luonnossa, että rakennetussa ympäristössä. Luonnossa liikkuminen stimuloi lapsen eri aisteja ja kehittää tasapainoa. (Turun kaupunki 2021, 31–33.) Esimerkiksi pienten lasten kanssa jo lähistöllä olevan puun tai ison kiven juurelle meneminen on jo retki, joka tarjoaa lapsille elämyksen, jota päiväkodin pihalla ei ole (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 18). Luonto, piha ja muu rakennettu ympäristö ovat oppimisen paikkojen lisäksi liikunta- ja luontoelämysten paikkoja (Opetushallitus 2022, 35).

On tärkeää, että luontoympäristöihin tutustumisessa on mukana tuttuja ja turvallisia aikuisia – kaikkia lapsia ei välttämättä ole viety aiemmin esimerkiksi lähimetsään. Kun mukana on ohjattua toimintaa, kaikkien lasten on helpompi tutustua luontoympäristöihin. Ryhmä voi vaikka yhdessä kasvattajien kanssa keksiä leikkejä ja tarinoita ympäristöön liittyen. Ympäristöön tutustumisessa voi hyödyntää eri aisteja ja kasvattajat voivat rikastaa toimintaa käyttämällä valmiita materiaaleja monipuolisesti. (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 80.)

4.3 Päiväkodin tilat ja pienryhmätoiminta

Hyvä oppimisympäristö antaa lapselle kokemuksen siitä, että hän on arvostettu, takaa myönteisten tunteiden kokemisen, ja antaa lapselle ymmärryksen siitä, että hän on osa päiväkotiyhteisöä. Oppimisympäristön ollessa lasta osallistava, siinä näkyy lasten kädenjälki. (Ranta 2021, 22; 113) Kun toimintaa toteutetaan pedagogisesti tarkoituksenmukaisissa ryhmissä, se edistää lapsilähtöistä toimintaa, ja sekä aikuisten, että lasten keskittymistä (Opetushallitus 2022, 34).

Kun arvioidaan oppimisympäristön toimivuutta, olennainen kysymys on, onko oppimisympäristö lasten tarpeista lähtöisin, onko se luotu lapsia varten? Kasvattaja on merkittävässä roolissa oppimisympäristön sosiaalisista ja emotionaalisista tekijöistä ja niihin vaikuttamisessa. Lapsia mahdollisesti stressaavien tekijöiden pohdinta on tärkeää jo oppimisympäristön suunnitteluvaiheessa. Tilojen jakaminen, tutun kasvattajan läsnäolo, lasten jakaminen pienryhmiin, liiallisen päiväkohtaisen ohjelman karsiminen, sekä pitkäkestoisien leikin mahdollistaminen ovat esimerkiksi asioita, joilla voi huomioida lapsen oppimisympäristössä kokemaa turvallisuuden tunnetta. (Ranta 2021, 95–96.)

2010-luvulle tultaessa on yleistynyt, että päiväkodeissa on siirrytty ydintiimeistä, joissa yleensä 3 työntekijää, parityöskentelyyn kasvattajien osalta (Karila & Lippoinen toim. 2020, 74). Yksi syy pienryhmätoiminnan järjestämiselle on ratkaisujen etsiminen isojen ryhmien kasvatustyöhön (Karila & Lippoinen toim. 2020, 77). Myönteinen asia pienryhmätoiminnassa on se, että siinä on vähemmän lapsia kerralla, ja näin myös kasvattajan ei tarvitse tuntea niin montaa lasta perusteellisesti suunnitellessaan pienryhmätoimintaa ja pedagogiikkaa. Myös päiväkodin tilojen käyttö sujuu helpommin pienryhmissä, kun ei tarvita niin paljoa tilaa ja muut pienryhmät voivat vaikka ulkoilla toisten ollessa sisällä. Toiminnan toteuttaminen näin ei ole myöskään niin tilaan sidottua. (Karila & Lippoinen toim. 2020, 79–80.)

5 KEHITTÄMISTYÖN KÄYTÄNNÖN TOTEUTUS

5.1 Toimeksiantaja: päiväkotikoti Katariinan Vilske

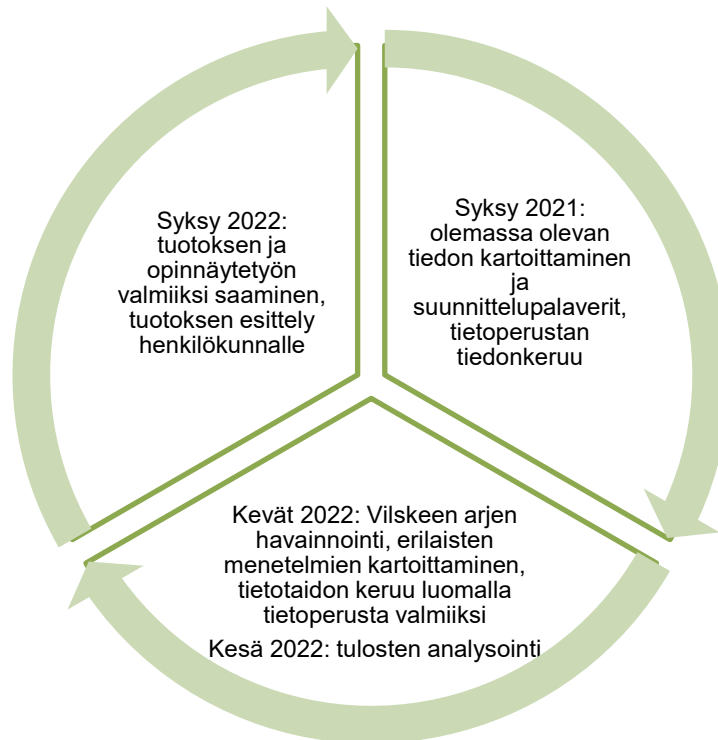
Katariinan Vilske, lyhyemmin Vilske, on Turussa toimiva yksityinen päiväkotikoti. Vilske toimii kahdessa talossa: Pikku-Vilske Jagellonicankadulla pienille alle 3-vuotiaille, ja Isposten kartanossa isommille lapsille Pikku-Vilskettä vastapäätä. Esikoululaisille on varattu kotipesäksi Pikku-Vilskkeen pihalla oleva ”mummola”-rakennus, mutta he viettävät suurimman osan ajasta luonnossa. Vilskeessä on noin 130 lasta, ja lapset on jaettu ryhmiin syntymävuoden mukaan, toiminta toteutuu pienryhmissä. Vilskeessä toimii oma varhaiskasvatuksen erityisopettaja. Vilskkeen henkilökunnasta löytyy esittelyt Vilskkeen sivuilla. (Vilske 2020.) Vilskeessä varhaiskasvatussuunnitelmassa ja nettisivuilla on kiteytetty Vilskeessä toiminta sanoin:

”Äänekäs tai hiljainen, vauhdikas tai rauhallinen, nopeasti syttyvä tai tuumaileva. Jokainen lapsi on ainutlaatuinen ja meillä on kaikilla lupa olla juuri sellaisia kuin olemme. Lapsella on oikeus tulla nähdyksi, kuulluksi ja hyväksytyksi. Siksi katsoimme maailmaa lapsen näkökulmasta ja kuljemme lapsen rytmissä. Lapsia kasvatetaan parhaiten kasvamalla yhdessä heidän kanssaan. Lupaamme aitoja kohtaamisia- metrin mitassa!” (Vilske 2020.)

Vilskkeen varhaiskasvatussuunnitelmassa (2020, 5–7) kerrottu Vilskeessä joka lapsen oikeudet: oikeus ihmetellä, tutkia ja kokeilla, oikeus hyppiä, pomppia ja juosta, oikeus kasvaa lähellä luontoa, oikeus olla ihana oma itsensä, sekä oikeus kuvitella, luoda ja leikkiä. Vilske haluaa luoda lapsille turvallisuudentunteen, kiireettömän ja stressittömän arjen, pitää positiivisuutta voimavarana ja harjoitella lasten kanssa kiitollisuutta kaikkea elämää kohtaan. Tärkeää on, että jokainen päivä jokainen lapsi tulee kosketetuksi, nähdyksi ja kuulluksi. (Vilskkeen varhaiskasvatussuunnitelma 2020, 8.)

Toiminta toteutuu projektien ympärillä. Aikuiset tarttuvat arjessa lasten ideoihin, joista lähdetään rakentamaan yhdessä projektitoimintaa aikuisten eri vahvuuksia hyväksikäyttäen. Projekteja toteutetaan usein jakamalla lapsia ja aikuisia pienryhmiin. (Vilskkeen varhaiskasvatussuunnitelma 2020, 8.)

5.2 Kehittämistyön eteneminen



5.3 Tavoitteet ja kehittämistehtävä

Tavoitteena kehittämispainotteisessa opinnäytetyössämme oli:

- selvittää Vilskeen kasvattajien tietoisuutta erityisherkkyydestä ja lisätä tietoa erityisherkkyydestä kasvattajien keskuudessa
- etsiä keinoja, jotka tukevat erityisherkkiä lapsia, sekä koko lapsiryhmää
- erityisherkkien lasten hyvinvoinnin lisääminen päiväkotiympäristössä.

Kehittämistehtävänämme oli luoda tavoitteiden pohjalta opas Vilskeen kasvattajien käyttöön. Kehittämistyön tuotoksena luotiin arkea hyödyttävä opas henkilökunnalle, joka helpottaa erityisherkkyyden tunnistamista, erityisherkkien lasten sensitiivistä kohtaamista, ja jossa kerrotaan menetelmistä ja työvälineistä lapsiryhmän tukemiseksi varhaiskasvatuksen ympäristössä. Oppaassa on myös pohdintaa siitä, miten erityisherkkien lasten hyvinvointia voi tukea päiväkotiympäristössä.

5.4 Kehittämismenetelmät

Kehittämistyö lähtee aina ilmiöön perehtymisestä. Tällä pyritään selvittämään ilmiö, sekä siihen vaikuttavat tekijät, joita tarvitaan suunniteltaessa ja arvioidessa kehittämistyötä. Kun kehittämistyö koskee työyhteisöä, hyviä ilmiön lähteitä ovat ne ihmiset, joita ilmiö koskettaa tai joilla on jotain tietoa ilmiöstä. Perehtymisessä apuna on aihealueen kirjallisuus. Kirjallisuus tarjoaa mahdollisesti käsitteitä, sekä työkaluja kehittämissuunnitelmaan. (Kananen 2012, 55–56.) Tästä syystä olemmekin perehtyneet hyvin kirjallisuuteen ja tehneet kattavan teorian kehittämistyömme tavoitteisiin ja kehittämistehtäväämme liittyen. Kehittämistyössä tiedonhankintamenetelmien käyttäminen on tutkimustyötä joustavampaa, vaikka ne ovatkin pääasiassa samoja, kuin tutkimusmenetelmät. (Salonen 2013, 23.).

Prosessin alkuvaiheessa lähdimme myös kentälle hankkimaan työyhteisöstä tietoa Vilskeen kasvattajilta heille luomamme kyselylomakkeen (Liite 1) avulla, eli lähestyimme niitä ihmisiä, joita ilmiö koskettaa. Halusimme kartoittaa lähtötilanteen: mitä tietoa Vilskeen kasvattajilla on ilmiöstä, sekä mitä kasvattajat toivovat opinnäytetyömme ja kehittämistehtävänä syntyvän oppaamme tarjoavan.

Tutkimusotteemme oli luonteeltaan kvalitatiivinen. Tässä tutkimusotteessa pyritään ymmärtämään ilmiötä, jota tarkastellaan. Tilastollisia menetelmiä ei käytetä, vaan ilmiötä kuvataan ja tulkitaan. Kvalitatiivinen tutkimus sopii käytettäväksi silloin, kun halutaan saavuttaa syvälinen näkemys ilmiöstä. Kvalitatiivisen tutkimuksen menetelmällinen viitekehys ja ohjeistus eivät ole yhtä tarkkoja, kuin kvantitatiivisessa tutkimuksessa. Tulokset ja tulokset eivät ole objektiivisia, vaan tutkija vaikuttaa niihin itsekkin. (Kananen 2012, 29–30.) Meillä oli tavoitteena saada syvälinen näkemys siitä, millainen tietämys erityisherkkyydestä Vilskeen henkilökunnalla ja mitä he toivoivat kehittämistyöltämme.

Kyselylomakkeen kysymykset olivat: 1) Onko termi erityisherkkyyks sinulle tuttu? Mitä se mielestäsi tarkoittaa? 2) Miten erityisherkkyyks näkyy tällä hetkellä Vilskeen arjessa? 3) Meidän opinnäytetyömme tehtävänä on luoda opas erityisherkkyydestä Vilskeen aikuisille. Mitä toivoisit oppaan sisältävän? ja 4) Tuleeko sinulle mieleen konkreettisia tilanteita, joissa olet huomannut lapsen erityisherkkyyden, miten olet edennyt tilanteessa? Vilskeen kasvattajat täyttivät kyselylomakkeet päiväkodissa toteutuneessa viikkopalaverissa 7.4.2022 jokainen yksinään, ilman, että me olimme paikalla. Viikkopalaveriin osallistui 88 % Vilskeen varhaiskasvattajista ja kaikki osallistujat täyttivät kyselylomakkeen.

Päiväkodinjohtaja vastasi lomakkeiden keräämisestä, ja palautti ne meille tapaamisessamme 27.4.2022.

Tällä kyselylomakkeella saimme vastauksen ensimmäiseen tavoitteeseemme, joka oli selvittää Vilskeen kasvattajien tietoisuutta erityisherkkyydestä. Kyselylomakkeen lisäksi kävimme useita keskusteluja päiväkodinjohtajan kanssa aiheesta – aihe oli kuitenkin häneltä lähtöisin (kuten kerrottu luvussa 1), joten hän oli yksi niistä henkilöistä, joita ilmiö läheisesti koskettaa. Toteutimme keskustelua dialogisella periaatteella, eli olimme avoimia tuleville asioille, ajatuksille, sekä keskityimme kuuntelemaan (Vilén ym. 2008, 86). Kyselyiden käsittelyssä vertailu ja kuvailu riittävät, mahdollisuuksien mukaan frekvenssien ja prosenttien esittäminen mukaan. Kaikki materiaali, joka tuotetaan hankkeen aikana, on lähtökohtaisesti yhtä tärkeää. (Salonen 2013, 23–25.) Kyselylomakkeisiin vastasi 21 henkilöä, joten saimme näistä kerättyä paljon aineistoa. Kyselylomakkeista saadun aineiston ohella keräämämme teoriaosuus toimi oivana pohjana kehittämistehtävällemme.

Kyselylomake kuitenkin herätti mielessämme jatkokysymyksiä, ja tämä mielessämme pitäen suunnittelimmekin työpajan toteutettavaksi Vilskeen kasvattajien kanssa 9.6.2022. Toimimme työpajassa dialogisella periaatteella. Työpaja ja dialoginen keskustelu ovatkin kehittämismenetelmiä (Salonen 2013, 22). Dialogisesti toimiessa työntekijä (eli tässä tapauksessa me opinnäytetyön tekijät) osaa asettua ei-tietämisen tilaan ja luottaa asiantuntijuuteen, joka toisella osapuolella on – tämä johtaa kokemukseen siitä, että asiantuntijuus on yhteistä ja jaettua (Vilén ym. 2008, 87).

Keskustelimme päiväkodinjohtajan kanssa työpajasta 27.4.2022 samalla kun saimme kyselylomakkeet täytettyinä takaisin. Tulimme siihen tulokseen, että työpajaan olisi hyvä osallistua 5–7 henkilöä meidän lisäksi, jotta saamme kunnon keskustelua aikaan. Suunnittelimme työpajaa varten teemahaastattelun (liite 2), jota kävimme läpi ryhmässä kirjallisia menetelmiä hyödyntäen seinätyöskentelyllä. Kynän ja paperin avuksi otto on osa kehittämismenetelmiä ja haastattelu taas osa tiedonhankintamenetelmiä (Salonen 2013, 22–23.)

Teemahaastattelulle ominaista on se, että haastattelussa olevat teemat eli aihepiirit tiedetään etukäteen. Kysymyksillä ei niinkään ole tarkkaa järjestystä tai muotoa. (Hirsjärvi ym. 2009, 208.) Teemahaastattelun kantavana teemana oli kasvattaja lapsen tukena. Alateemoina olivat 1) Menetelmät, sosiaaliset taidot ja tunnetaidot, 2) Oppimisympäristöt, sekä 3) Erityisherkkyyks (Vilskeen) arjessa.

Kun teemahaastattelun teemoja on pohdittu riittävän kattavasti monelta eri kannalta, löytyy kerätystä aineistosta ratkaisu (Kananen 2012, 112). Haastatteluista tulee kehittämissyöissä litteroida tasolla 1 tai 2 (Salonen 2013, 24). Litteroinnin vaiheessa 1 tekstinkäsittelyohjelmaan kirjoitetaan teemahaastattelussa käytetyt kysymykset, teemahaastattelun vastaajat, sekä vastaukset eli saatu aineisto. Vaiheessa 2 on tarkoitus erottaa tekstistä itsenäiset asiakokonaisuudet eli segmentit toisistaan. (Kananen 2012, 110.)

Ryhmähaastattelua toteutettaessa saadaan tietoa monelta henkilöltä samanaikaisesti. Esimerkiksi tilanteet, joissa haastateltavia saattaa jännittää, ovat oivallisia ryhmähaastattelulle. Tulee kuitenkin ottaa huomioon, että ryhmän kannalta negatiiviset asiat saattavat jäädä tulematta ilmi ryhmähaastattelua toteutettaessa. Ryhmässä voi myös olla henkilöitä, jotka ohjaavat keskustelua. Toisaalta väärinymmärryksiä voidaan korjata ryhmän avulla. (Hirsjärvi ym. 2009, 210–211.)

Kokosimme haastattelumme pääteemoista ”taulut” seinälle pahveista, jotka otsikoimme teeman mukaisesti. Tauluja syntyi neljä kappaletta (ensimmäisestä teemasta syntyi 2 taulua), ja teemoihin perustuen esitimme työpajassa oleville kasvattajille kysymyksiä. Kasvattajat saivat kirjoittaa vastauksia post-it-lapuille, jotka laitettiin niille kuuluviin tauluihin. Kävimme samalla dialogista keskustelua aiheesta, ja toinen meistä dokumentoi käytyä keskustelua. Otimme myös kuvat valmiista post-it-tiluista dokumenteiksi opinnäytetyöhömme. Dokumentointi on oleellinen osa kehittämistyötä, jotta tehty työ tulee näkyväksi (Salonen 2013, 23).

Tästä työpajasta saimme tietoa siitä, millaista tietotaitoa, millaisia menetelmiä ja minkälaista pedagogiikkaa Vilskeen kasvattajilla on käytössään. Saimme yhteistä pohdintaa siitä, millaiset menetelmät ovat lapsiryhmää tukevia. Saimme siis merkittävästi lisää aineistoa opastamme varten. Saatuja tuloksia lähdimme vertaamaan kirjoittamaamme teoriaan, ja esittelemme sen luvussa 7.

6 KEHITTÄMISTYÖN AIKANA KERÄTTY AINEISTO

6.1 Kyselylomakkeen analysointi

Lähtötietoja kartoittaaksemme laadimme kyselylomakkeen erityisherkkyydestä Vilskeen henkilökunnalle. Saimme vastauksia yhteensä 21 kappaletta. Kyselylomakkeen ensimmäinen kysymys oli, onko termi erityisherkkyyks kasvattajalle tuttu. Kaikki vastasivat kysymykseen ja tähän 100 % kasvattajista totesi erityisherkkyyden käsitteenä olevan heille jollain lailla tuttu. Siinä olikin jonkin verran hajontaa, että mitä erityisherkkyyks kasvattajan mielestä tarkoittaa. Lähes kaikki kuitenkin korostivat vahvempaa ja voimakkaampaa aistimista, kokemista ja tuntemista. Sisäisiin ja ulkoisiin ärsykkeisiin reagoiminen tuli myös ilmi. Moni vastaaja oli kirjoittanut siitä, miten henkilö tuntee tai kokee asioita:

”Tunteellinen. Tunteet nousevat pintaan, itkettää, naurattaa, suututtaa. Samalla ei pysty aina käsittelemään tunteita ja tilanteita.”

”Erytyishervät lapset reagoivat ympäristön ärsykkeisiin muita vahvemmin ja herkemmin. Esim. äänet/meteli. Tuntee asiat vahvasti.”

Toinen kysymys kasvattajille koski erityisherkkyyden näkymistä Vilskeen arjessa tällä hetkellä. Kaikki kasvattajat vastasivat kysymykseen. Ennakoinnin tärkeys, toiminnan suunnittelu, sekä erityisherkan lapsen hermostuminen tai tilanteeseen jumittaminen tulivat esiin kasvattajien vastauksissa. Neljä vastaajaa kertoi melun aiheuttamista haitoista erityisherkeille lapsille:

”Muuttuvat tilanteet, kova äänentaso ja monen lapsen samassa tilassa yhtä aikaa oleminen aiheuttavat toisille enemmän haasteita ja kuormitusta. Osa lapsista laittaa esimerkiksi käsiä korville herkästi melutason noustessa.”

Kahdeksan kasvattajaa mainitsi, että Vilskeessä lapset huomioidaan yksilöinä:

”Jokaisella oikeus olla oma itsensä. Kaikkia arvostetaan. Erytyisherkkyyks ei ole missään nimessä negatiivinen asia.”

Kaksi kasvattajista toi esille pienryhmätoiminnan tärkeyden erityisherkkien lasten kanssa:

”Lapsia yritetään huomioida esim. pienryhmätoiminnassa. Annetaan jokaiselle lapselle mahdollisuus olla oma itsensä kaikkineen herkkyyksineen ja löydetään omat vahvuudet ja mieltymykset.”

Kolmantena kysymyksenä kartoitimme sitä, mitä kasvattajat toivoisivat oppaamme sisältävän. Kaikki vastasivat kysymykseen. Noin 70 % kasvattajista toivoi oppaamme sisältävän tietoa erityisherkkyydestä, käytännön vinkkejä arkeen ja arjen helpottamiseksi erityisherkkien lasten kohdalla. Kaksi vastaajaa toivoi vastausta kysymykseen: miten kohdata erityisherkkiä lapsia? Yhdellä vastaajalla nousi esiin pohdinta siitä, miten erityisherkkyydestä voisi kertoa lapselle itselleen.

”Perustietoa asiasta, ohjeita meille kasvattajille, asiasta voisi myös kertoa jotenkin lapselle itselleen.”

Viimeisenä, neljäntenä kysymyksenä lomakkeella pyysimme kertomaan konkreettisia tilanteita, joissa kasvattaja on huomannut lapsen erityisherkkyyden, ja kasvattajan omaa toimintaa tilanteessa. Tähän kysymykseen vastasi noin 70 % kasvattajista. Useampi kasvattaja mainitsi tässäkin kohtaa metelin, erityisherkkät lapset muun muassa laittavat käsiä korvilleen melutason noustessa. Eräs kasvattaja kertoi toimivansa näin:

”Ryhmätilanteessa missä on paljon lapsia. Olen pyrkinyt hiljentämään tilan äänentasoa ja tarjonnut mahdollisuutta siirtyä vähän syrjempään metelin keskeltä.”

Kolmella kasvattajalla heräsi pohdintaa siitä, miten erityisherkkiä lapsia voi koskea, vai voiko heitä koskea:

”Vaatteet ahdistaa/puristaa. Ruoka on kummallista suussa. Asiat tuntuvat suurelta lapsen sisällä esim. herkkyys itkeä. Kova meteli ahdistaa. Koskea vai eikö koskea?”

Kasvattajat kertoivat ennakoivansa tilanteita muun muassa järjestämällä pienryhmiä, pysähtyvänsä lapsen kanssa ja olevansa läsnä tilanteessa, rauhallisesti lapsen tunteiden huomioon ottamista, ja luomalla lapselle turvallisuuden tunnetta.

6.2 Työpajan käytännön toteutus

Järjestimme Vilskeessä työpajan 9.6.2022. Ennen työpajan pitämistä olimme saaneet opinnäytetyömme teoriaosuuden valmiiksi, sekä analysoineet kyselylomakkeiden tulokset. Näin ollen pääsimme työpajassa syventymään Vilskeen henkilökunnan toimintatapoihin päiväkodin arjessa erityisherkkyyden huomioiden, miten kasvattajat ovat lasten tukena, sekä millaisia ovat kasvattajien tarpeet ja toiveet opinnäytetyötämme koskien.

Työpajaan osallistui kahdeksan Vilskeen varhaiskasvattajaa. Työpaja pidettiin päiväkodin rytmiiin sopivasti lasten päiväuniaikaan yhdessä Vilskeen pienryhmähuoneista. Osallistujat olivat aiemmin vastanneet kyselylomakkeeseemme, ja olivat tietoisia opinnäytetyöstämme. Aloitimme teemahaastattelumme esittäytymällä ja kertomalla hieman tarkemmin opinnäytetyöprojektistamme, sen teoriaosuudesta sekä oppaasta. Esittelimme työpajan käytännön toteutuksen, jota varten olimme valmistelleet neljä isoa taulua, joissa jokaisessa oli oma teemansa.

Taulut käsiteltiin teemahaastattelun rungon mukaisesti (liite 2). Osallistujat kirjoittivat teemasta nousevia ajatuksiaan erivärisille muistilapuille, ja laput kerättiin aina kunkin teeman taululle. Kannustimme osallistujia kirjoittamaan kaikesta, mitä teemasta mieleen tuli. Pajan osallistujat olivat aktiivisia, ja moni kirjoitti useamman muistilapun taulua kohden. Samalla moni pohdiskeli aiheita ääneen, ja niin syntyi keskustelua teemasta. Teimme työpajassa muistiinpanoja. Kun kukin taulu oli valmis, Tiia luki ääneen kaikki muistilaput. Sitten kysyimme, tuleeko jollekin vielä mieleen jotakin. Tässä kohden heräsi keskustelua, ja osallistujat myös syvensivät muistilappujensa sisältöä. Otimme valokuvat valmiista tauluista.

Työpajan tunnelma oli mukavan avoin ja keskusteleva. Työpajan kesto oli noin tunti, joten jokaista taulua käsiteltiin 10–15 minuuttia. Muistilappujen täyttämisen lisäksi aiheista virisi aktiivista keskustelua. Jokainen osallistuja toi omia ajatuksiaan jaettavaksi. Työpajaan osallistuneiden kasvattajien palaute työpajasta oli positiivinen: ainakin yksi heistä huomasi työpajan aikana, kuinka paljon he jo tekevät lasten, niin erityisherkkien kuin muidenkin, kanssa hyviä asioita. Osallistujien mielestä työpaja oli rakennettu positiivisen ajattelun kautta, ja siksi se oli heidän mielestään voimaannuttava. Keskustelimme myös oppaan käytännön toteutuksesta ja toiveista sitä kohtaan, sekä myös oppaan valmistuttua tapahtuvasta ”julkistamistilaisuudesta” kasvattajien kanssa.

6.3 Teemahaastattelun analysointi

Keskusteltuamme tulevasta työpajasta 8 kasvattajan kanssa pääsimme paneutumaan teemojen ääreen (liite 2). Ensimmäisenä teemana meillä oli menetelmät lapsiryhmän kanssa, ja eriteltynä sosiaaliset taidot ja tunnetaidot.

Olimme jakaneet nämä kahteen tauluun, joista ensimmäisessä pohdittiin Vilskeessä käytössä olevia menetelmiä sekä pedagogiikkaa. Ensimmäinen asia, joka tuli esiin ja jonka

kaikki allekirjoittivat, oli kasvattajan läsnäolo. Lapsen aito kohtaaminen ja kuuntelu oli keskustelun läpi vievä teema, jonka alle mahtui paljon eri asioita. Lasten yksilöllisten tarpeiden, sekä ylipäänsä lasten yksilöllinen huomiointi nousi esiin, kuin myös yhteinen ymmärrys yksittäisen lapsen maailmasta. Lapset tulee kuulla ja nähdä, ja heille tulee suoda mahdollisuus vetäytyä rauhassa ja olla osallistumatta. Arjessa tärkeää on pysähtyminen, ennakointi, rutiinit, sekä huumorin käyttö. Tilanteissa tulee luovia tarpeiden mukaan, ja jokaiselle lapselle luodaan tilanteita onnistumiselle. Lapsia kannustetaan positiivisen kautta ja heitä keuhataan. Lasten ideoita pyritään toteuttamaan mahdollisuuksien mukaan realismin rajoissa:

“Jos lapsi haluaa kuun taivaalta, voisiko vastaus löytyä puusta?”

Keskustelussa nousi esille myös pienryhmätoiminnan pitäminen, sitä pyritään toteuttamaan mahdollisuuksien mukaan niin paljon kuin voidaan. Lasten vahvuuksiin keskittyminen, tunnetuokioiden/-kerhojen pitäminen kaiken ikäisille ja erityisesti lasten täytettyä kaksi vuotta koettiin erityisen tärkeiksi.

Toisessa taulussa käsitelimme sosiaalisia taitoja ja tunnetaitoja teemahaastattelun rungon mukaisesti. Kaikki työpajassa olleet toivat esiin sen, että näitä taitoja harjoitellaan arjen askareissa ja tilanteissa:

”Tunne- ja sosiaalisia taitoja opetellaan jokaisen päivän jokaisena hetkenä.”

Tärkeinä asioina nousivat esille kasvattajan mukana olo ohjaamassa leikkiä – ja vuorovaikutustilanteita, sanoittaminen ja mallintaminen, tilanteiden läpikäyminen ja se, että tunteet saavat näkyä ja huumorin käyttö on suotavaa. Kasvattajan on myös tärkeä ottaa huomioon lasten fyysiset tuntemukset ja tarpeet. Useampi vastaaja mainitsi näitä taitoja harjoiteltavan leikin (ja pelien) kautta, sekä luonnon ääressä oltaessa. Vilskeessä käytetään paljon draamaa ja näytelmiä, ja suurin osa vastasikin myös näiden edesauttavan tunne- ja sosiaalisten taitojen oppimista. Myös mindfulness ja rentoutuminen ovat osa Vilskeen arkea, ja ne edistävät myös lasten tunnetaitojen harjoittelua. Positiivinen pedagogiikka sai myös maininnan.

Kuten ensimmäisen taulun kohdalla tuli esille, Vilskeessä pidetään tunnetuokioita/-kerhoja kaiken ikäisille ja näihin Vilskeessä on käytössä erilaisia menetelmiä. Näissä tuoki-oissa opitaan niin tunne-, kuin sosiaalisiakin taitoja. Useampi kasvattaja mainitsi musiikin käyttämisen tunteiden tulkkina, esimerkkinä mainittiin Kielinupun laulu ”Miltä tuntuu nal-

lesta?”. Useampi kertoi myös tunnekirjojen ja satujen käyttämisen tuokiomuotoisena olevan käytössä, ja tunnekortit saivat myös muutaman maininnan. Vilskeessä on myös käytössä tunnetyynyjä, joissa on kirjailtuna erilaisia ilmeitä. Työpajassa nousi puheeksi työvälineistä, kirjasarjoista ja tunnekorteista keskustellessa seuraavat:

- Fanni – sarja
- Lasten omat voimakortit
- Molli – sarja
- Piki – sarja
- Pomenia - sarja
- Sisu tunnekoira – tuokiot erityisesti pienten kanssa (Vilskeeseen aiemmin tehdyn opinnäytetyön tuotos)
- Tunnetaitoja käsittelevät lastenohjelmat, esimerkiksi Yle Areenan ”Miltä tuntuu Reima Räiske?”
- Vahvuusvaris ja muut ”Huomaa hyvä!” - materiaalit
- Ympyräiset – sarja + Tunnetaitojen käsikirja

Kolmas taulu käsitteli oppimisympäristöjä. Eräs kasvattaja nosti esiin, että psyykinen oppimisympäristö on kaikista tärkein. Vilskeessä on myös käytössä sauna, joka nousi puheissa esiin harvinaisempana oppimisympäristönä. Saunaa hyödynnetään esimerkiksi joulun alla joulusaunoin, ja saunan yhteydessä on iso kylpyhuone, jossa voidaan hyödyntää vesielementtiä esimerkiksi leikkien muodossa. Luonto on kuitenkin Vilskeen toiminnan yksi kulmakivistä:

”Luonnossa konfliktit lasten välillä ovat harvinaisia; avara tila, ei riitaa tavaroista (lelut), luovuus pääsee valloilleen, kasvattajan ei tarvitse puuttua lasten käyttäytymiseen.”

Kasvattajat kertoivat, että luonnossa yhteisleikit isommallakin porukalla ovat mahdollisia, sillä kaikille riittää rooleja leikkiin. Mielikuvitus toteutuu leikeissä luonnossa ihan omalla tavallaan, vaikkapa vaahtokarkin grillausta voi toteuttaa laittamalla sammalta tikun nokkaan.

”Luontoon voidaan lähteä myös ex tempore, jos lapsiryhmän toiminnassa on haasteita sisällä/päiväkodin pihalla -> laukaisee tilanteen ja muuttaa ilmapiirin.”

Luonnossa saa mennä vipeltää, tutkia ja ihmetellä. Vilskeen vieressä sijaitsee Katariinanlaakson luontopolut ja meri, ja meri on elementtinä myös rauhoittava. Kasvattajat toivat esille, että rauhoittuminen luonnossa tulee kuin itsestään.

”Luonnossa myös äänet ”katoavat” isoon avaraan tilaan, joka helpottaa ääniherkkyyksien kanssa.”

Luontoa käytetään tunnetaitojen opettelemisen tukena, luonnossa harjoitellaan rauhoittumisen ja kuuntelemisen taitoja. Luonnossa tehdään ihan kaikkea, ja metsä koetaan kaikilla aisteilla säällä kuin säällä. Luonnossa hyödynnetään toiminnallista oppimista.

Vilskeessä lapset on jaettu iän mukaan isompiin ryhmiin, joista sitten muodostetaan vielä pienryhmiä ja tätä toteutetaan koko päivän ajan, ei vain aamupäivällä. Vilskeessä ei lähtökohtaisesti ole kiinteitä pienryhmiä, tällä halutaan muun muassa ehkäistä fiksoitumista tiettyyn pienryhmään ja kasvattajien ”määräysvaltaa”. Pienryhmätoiminnan joustavuuden positiivisia puolia kasvattajien mukaan ovat:

”Lapset tukevat toisiaan eri tavalla eri pienryhmissä tekemisen mukaan.”

”Muodostuu uusia ystävyysuhteita, kun pienryhmien kokoonpanoja vaihdellaan.”

Lisäksi maininnan sai pajatoiminta, jota järjestetään erityisesti kesäisin. Näissä niin lapsilla kuin kasvattajilla on mahdollisuus luovaan luovimiseen pienryhmien välillä – kukin kasvattaja pääsee hyödyntämään omia vahvuuksiaan. Ruokailukin toteutuu pienryhmissä, ja kasvattajat kertovat tämän seurauksena syntyvän mahtavia pöytäkeskusteluja. Yleisesti Vilskeessä pienryhmien kokoonpanot vaihtelevat toiminnan mukaan, työskentelylle pyritään antamaan tarpeeksi aikaa ja lapsille annetaan mahdollisuus rauhallisen oman tilan etsimiseen pienryhmätyöskentelyn ajaksi. Muutama maininta tuli myös kiinteistä pienryhmistä:

”Voidaan myös pitää kiinteä pienryhmä, jos joku lapsi sitä tarvitsee – näin toteutuu lapsen yksilöllinen huomioiminen.”

”Kielikerhoissa on kiinteät pienryhmät -> kerhot vastaavat kielellisiin haasteisiin.”

Neljäs taulu käsitteli erityisherkkyyttä Vilskeen arjessa. Vilskeessä toteutuvan joustavan pienryhmätoiminnan vuoksi kaikki kasvattajat tuntevat kaikki lapset, joka on kasvattajien mukaan suuri vahvuus, sillä lapsi pystyy aina turvautumaan tuttuun aikuiseen. Kasvattajat toivat esille, että lasten tunteminen on todella tärkeää, sillä kaikkia lapsia ei voi laittaa samaan muottiin ja lapset tulee huomioida yksilöllisesti. Useampi kasvattaja korosti pienryhmien merkitystä arjessa, sekä lasten perustarpeiden huomioimisen (nälkä, jano, väsymys), kuten myös joidenkin lasten kohdalla erityisherkkyyks voi vaikuttaa pukemiseen ja siihen, miltä vaatteet tuntuvat. Eräs kasvattaja mainitsi myös sen, että erityisherkkät

kokevat enemmän ärsykeitä, kuin muut voivat edes ehkä nähdä, ja tämä on hyvä huomioida.

Lasten kohtaaminen, kannustaminen ja kehuminen ovat todella tärkeitä asioita, kuten myös ennakointi ja struktuuri arjessa – jos edessä on uusia asioita, lapsia tulee perehdyttää asiaan ja antaa aikaa sopeutumiseen. Kasvattajan tilannetaju on todella tärkeää, tilanteissa tulee olla lapselle aikaa ja kiireettömyyttä. Ruokailuissa ei pakoteta syömään, vaan kannustetaan maistamaan. Lapsen ei tarvitse olla esillä, jos hän ei itse sitä valitse. Lapsille pitää antaa mahdollisuus omaan tilaan ja rauhaan ja tulee huomioida se, että kaikki eivät pidä sylistä tai lähellä olemisesta. Kaikki kuitenkin lähtee lapsesta – lasten omat ideat, lasten mahdollisuus itsensä ilmaisuun ja kaikenlaisen toiminnan mahdollistaminen. Uuden oppiminen on tärkeää, mutta mukaan on hyvä sisällyttää myös jotain lapselle entuudestaan mielekästä ja tuttua. Luonnon hyödyntäminen nousi esille myös tässä kohtaa, ja se, että luonnon äänimaailma tekee hyvää ihan kaikille.

Meillä oli noussut idea vuosikellon toteuttamisesta aiheeseen liittyen, ja tähän kasvattajat yksimielisesti totesivat, että vuosikello ei toimi tässä kontekstissa. Oppaasta keskustellessa kasvattajat toivat esiin, että toivovat oppaan olevan helppolukuinen ja sisältävän käytännön esimerkkejä, sekä vinkkejä. Oppaan haluttiin myös olevan painettu versio, jotta sitä on helppo hyödyntää arjessa. Oppaan toivottiin vastaavan kysymykseen, miten erityisherkkyyks ilmenee.

6.4 Opas Vilskeen kasvattajille

Opas on muodostettu tämän opinnäytetyön pohjalta. Oppaassa on tiivis katsaus erityisherkestä lapsesta ja lapsen herkkyydestä erityisherkkyyden tunnistamisen avuksi. Oppaassa on kerrottu hieman erityisherkestä lapsesta varhaiskasvatuksessa, sekä avattu Vilskeen kasvattajien ajatuksia erityisherkestä lapsesta Vilskeessä.

Oppaassa on käsitelty kasvattajan tuen merkitystä eri näkökulmista: tuen merkitys ja varhaiskasvatusympäristön haasteet, eriteltyinä ovat sosiaaliset taidot (kaveritaidot), positiivisen pedagogiikan hyödyntäminen, sekä tunnetaidot. Tähän on yhdisteltyä teoriaa ja Vilskeen kasvattajien tuomia ajatuksia kyselylomakkeista ja työpajasta. Osiossa on myös kerrottu esimerkkejä työvälineistä ja kirjasarjoista lasten kanssa toimimiseen.

Viimeisenä osiona on oppimisympäristön merkitys. Tähän on eriteltynä oppimisympäristöt, luontoympäristö ja pienryhmätoiminta, joista kahdesta viimeisestä Vilskeen kasvattajillakin oli paljon sanottavaa työpajassa. Loppuun olemme koonneet listan suositteluista lisämateriaaleista mahdollisten linkkien kera. Nämä lisämateriaalit ovat kaikki nousseet esille Vilskeen kasvattajien kanssa työskennellessä.

7 POHDINTA

7.1 Kehittämistyön arviointi

Teoriaosion tietoa erityisherkkyydestä hyödynnettiin tuotoksen osiossa, jossa on vinkkejä erityisherkkyyden tunnistamiseksi. Tarkoituksena ei ollut tarjota menetelmiä vain erityisherkkien lapsien kanssa toimimiseen, vaan tarjota menetelmiä, joista erityisherkkät lapset hyötyvät, mutta joita voi tehdä koko ryhmän kanssa. Menetelmät ja toimintatavat hyödyttävät aivan varmasti jokaista lasta. Kaikkien toimintatapojen, joita lapsiryhmässä käytetään, tulee olla kaikille lapsille osallistavia, rohkaisevia ja kannustavia (Sandberg 2021, 32).

Opinnäytetyön arvioimisessa on tärkeää verrata tavoitetta ja lopputulosta keskenään. Opinnäytetyömme luvussa 5.2 esitellyt tavoitteet olivat:

1. Selvittää Vilskeen kasvattajien tietoisuutta erityisherkkyydestä ja lisätä tietoa erityisherkkyydestä kasvattajien keskuudessa
2. Etsiä keinoja, jotka tukevat erityisherkkiä lapsia, sekä koko lapsiryhmää
3. Erityisherkkien lasten hyvinvoinnin lisääminen päiväkotiympäristössä.

Kehittämistyön tuotoksena loimme oppaan Vilskeen kasvattajien käyttöön. Opas sisältää tiivistettynä tässä opinnäytetyössä esitellyn teoria- ja kasvattajilta kerätyn tiedon.

Selvitimme Vilskeen kasvattajien tietoisuutta erityisherkkyydestä tekemällä kasvattajille kyselylomakkeen, ja analysoimalla siihen saamiamme vastauksia. Lomakkeeseen vastasi 88 % Vilskeen kasvattajista. Tietoisuus erityisherkkyydestä lisääntyi ainakin järjestämässämme työpajassa, ja valmiin oppaan ja opinnäytetyön esittelytilaisuudessa Vilskeen kasvattajille. Todennäköisesti myös aiheen nostaminen esiin opinnäytetyön myötä on lisännyt kasvattajien keskenään käymää ajatusten vaihtoa.

Erityisherkkiä lapsia muiden lasten ohella tukevia keinoja löysimme sekä teoriapohjasta (mm. tunnetaidot, pienryhmätoiminta ja luontoympäristön hyödyntäminen) että Vilskeen kasvattajille järjestetyssä työpajassa toteutetussa seinätyöskentelyssä ja käydyissä keskusteluissa. Selvisi, että monet lapsia tukevat keinot olivatkin jo käytössä Vilskeessä. Opinnäytetyömme avulla keinot tulevat mahdollisesti vielä laajemmin käyttöön Vilskeessä. Olisi lasten kannalta hyödyllistä, jos jokainen kasvattaja lukisi oppaan ja tämän

opinnäytetyön. Uuden työntekijän aloittaessa Vilskeessä, olisi uuden työntekijän hyvä tutustua myös tähän opinnäytetyöhön. Näin opas ja teoriapohja eivät unohtuisi arjen kii-reissä, vaan niiden hyödyntämisen jatkuvuus olisi turvattu. Veimme oppaasta tulostettuja versioita Vilskeen käyttöön, jotta niitä olisi helppoa hyödyttää arjessa.

Erityisherkkien lasten hyvinvoinnin lisäämistä päiväkotiympäristössä (tavoite 3) on hie-man hankalaa mitata. Tästä voisi hankkia tietoa kasvattajilta ja/tai lapsilta sitten, kun opas on ollut jonkin aikaa päiväkodin käytössä. Tämän opinnäytetyön puitteissa voimme kuitenkin vain olettaa, että tietouden lisäämisen aiheesta ja arkea helpottavien keinojen esittelemisen voisi ajatella lisäävän erityisherkkien lasten hyvinvointia Vilskeessä.

Kehitystyössämme käyttämämme menetelmät olivat teoratiedon hyödyntäminen, kyse-lylomake, dialoginen keskustelu sekä työpaja, jossa toteutimme teemahaastattelun sei-nätyöskentelyllä. Ensin teimme suunnitelman, jossa oli teoriaa jo jonkin verran, sekä lu-ettelo niistä lähteistä, joita tulimme hyödyntämään opinnäytetyömme teoreettisessa vii-tekehyksessä. Teoriatietoa aiheeseen löytyi niin kirjoista kuin tieteellisistä artikkeleista-kin runsaasti. Tiedosta piti vain löytää oleellinen sisältö ja rakentaa tietoperusta. Valit-simme teorialähteitä runsaasti painottaen tuoreutta ja laatua, ja lähteiden joukossa oli myös erityisherkkyyteen kriittisesti suhtautuva näkökulma edustettuna.

Kehittämistyömme suunta tarkentui dialogisissa keskusteluissa Vilskeen johtajan kanssa. Selvitimme, mitä toimeksiantaja työltämme odottaa. Pidimme säännöllisesti yh-teyttä, ja lähetimme toimeksiantajalle opinnäytetyömme suunnitelman kommentoita-vaksi. Tapasimme dialogisen keskustelun merkeissä myös kyselylomakkeen tiedon ke-ruuvaiheen jälkeen. Tällöin keskustelimme tiedonkeruun tuloksista ja tulevan työpajan toteuttamisesta; työpajaan osallistuvien työntekijöiden määrästä ja työpajassa käsiteltä-vistä teemoista.

Sekä kyselylomakkeen että työpajan (teemahaastattelu) avulla saamamme materiaalit litteroimme tekstinkäsittelyohjelmaan, ja nostimme niistä soveltuvia lainauksia ja kuvai-limme saatuja vastauksia. Opinnäytetyöprosessimme oli melko suoraviivainen, eikä suunnitelmiin tullut suuria muutoksia matkan varrella. Kehittämistyön aihepiiri ja rajauk-sen laajuus soveltuivat hyvin opinnäytetyöksi. Keräsimme oppaaseen ydinasiat teoriasta ja kasvattajilta saamistamme vastauksista. Keräämämme materiaali nosti esiin hyvin sa-manlaisia asioita, mitä teoriaosioissa oli noussut. Tältä osin kehittämistyömme voisi sa-noa onnistuneen erinomaisesti.

7.2 Kehittämistyön luotettavuus ja eettisyys

Kehittämistyössä on tärkeää arvioida sen luotettavuutta. Kehittämistyön arvioinnissa painotetaan erityisesti sen käytännöllistä ongelmanratkaisua ja tulosten sovellettavuutta. Prosessin tulee olla systemaattinen ja johdonmukainen. Kehittämistyössä on tärkeää kerätä aineistot huolellisesti valitulla menetelmällä ja analysoida ne perustellusti. Kehittämistyön tehtävä tulee pitää kirkkaana mielessä menetelmiä valitessa, ja pohtia mitkä menetelmät palvelevat parhaiten lopputulosta. Kaikkien prosessin vaiheiden tarkka dokumentoiminen on kehittämistyön laadun tae. (Hyväri & Vuokila-Oikkonen 2020.)

Reliabiliteetilla kuvataan tutkimustulosten pysyvyyttä ja validiteetilla oikeiden asioiden tutkimista. Yhdessä nämä muodostavat kehittämistyön luotettavuuden. Työn reliabiliteettia ja validiteettia tulee pohtia jo työn suunnitteluvaiheesta lähtien. Käytettävän tiedon tulee olla luotettavaa. (Kananen 2012, 161–162.) Pyrimme varmistumaan käyttämämme tiedon luotettavuudesta lähdekritiikkiä hyödyntämällä, eli käytimme teoriapohjassamme vain tieteellisiä, vertaisarvioituja artikkeleita ja kirjoja.

Luotettavuuteen kuuluu tutkimusprosessin vaiheiden ja tulosten tarkka kirjaaminen. Näin tehdään läpinäkyväksi se, miten kehittämistyön tekemisessä on toimittu. (Kananen 2012, 163) Olemme kirjoittaneet suunnitelmasta lähtien kehittämistyömme vaiheet näkyviin. Kyselylomakkeen kysymykset ja työpajan teemat sekä niitä tarkentavat kysymykset on kirjattu ja esitelty liitteissä (liitteet 1 ja 2).

Kehittämistyössä yksityiskohtainen kirjaaminen ja tehtyjen valintojen perustelut ovat tärkeitä prosessin kaikissa prosessin vaiheissa, joita ovat lähtötilanne, lopputilanne ja kehittämistyössä käytetyt menetelmät. Kehittämistyön loppuvaiheessa on tärkeää verrata tuotosta tavoitteisiin: saavuttiko kehittämistyö sille asetetut tavoitteet? Tavoitteet kuvaavat kehittämistyön tarvetta, ja kehittämistyö perustuu aina tarpeeseen. Kehittämistutkimuksessa käytetään yhdistelmää useammasta menetelmästä. Tällöin reliabiliteetti määritellään hyödynnettyjen menetelmien kriteereillä. Tarkka dokumentaatio ja tehtyjen valintojen perustelut ovat oleellisia erityisesti prosessin ulkopuoliselle lukijalle, joka pystyy niiden avulla arvioimaan kehittämistyön luotettavuutta. (Kananen 2012, 165–166.)

Luotettavuuden arviointi on kvalitatiivisessa tutkimuksessa kvantitatiivista tutkimusta vaativampaa, sillä mittarit on kehitetty kvantitatiivista tutkimusta varten. Kvantitatiivisessa tutkimuksessa on suhteellisen helppoa toistaa esimerkiksi jokin kemiallinen koe samoissa lämpötilaolosuhteissa. Kvalitatiivisen tutkimuksen kohteena ovat puolestaan

ihmiseen liittyvät asiat, jolloin esimerkiksi tutkimuksen toistaminen täysin samanlaisena toisen tutkijan toimesta on mahdotonta. Kriteerit kvalitatiiviselle tutkimukselle ovatkin arvioitavuus/dokumentaatio, tulkinnan ristiriidattomuus, luotettavuus ja saturaatio. (Kanonen 2012, 173; 175.)

Kehittämistyömme ei sisältänyt tarvetta laajalle eettiselle pohdinnalle. Kehittämistyöhön osallistuneet työntekijät ovat tienneet, mihin tarkoitukseen tietoa kerätään, ja osallistuminen on perustunut vapaaehtoisuuteen. Työntekijöille suunnattu tiedonkeruu on toteutettu nimettömästi, ja saatuja vastauksia on myös käsitelty ilman nimiä. Saatuja vastauksia ei esitetä opinnäytetyössämme kokonaisuudessaan, vaan niistä on esitetty nimettömänä joitain poimintoja.

7.3 Pohdinta ja ammatillinen kasvu

Tuotoksena syntyvää opasta voi hyödyntää päiväkodin henkilökunnan lisäksi lasten vanhempien kanssa: esimerkiksi oppaaseen tulevaa infoa siitä, mitä erityisherkyys on ja kuinka sen voi tunnistaa, voisi jakaa myös vanhempien kanssa Vilskeessä. Juurruttamista on myös se, että pohdimme, miten tulemme opastamaan henkilökuntaa oppaan käyttöön.

Opinnäytetyön prosessi on ollut hyvin opettavainen matka. Sen kuluessa olemme oppineet, kuinka ensin ideasta lähdetään tekemään suunnitelmaa, ja pikkuhiljaa kasvatetaan teoretietoa sekä tietoa menetelmistä niin, että kokonaisuus alkaa hahmottua. Erityisen mielenkiintoista on ollut paneutua erityisherkyteen ja pohtia yhdessä toimeksiantajan kanssa sitä, miten varhaiskasvatusympäristössä voitaisiin paremmin huomioida myös erityisherkit lapset. Yhteistyö toimeksiantajan kanssa on ollut sujuvaa ja olemme saaneet Vilskeen henkilökunnalta runsaasti tietoa ja ajatuksia opinnäytetyömme perustaksi.

Parityönä tehtävä opinnäytetyö on ollut positiivinen kokemus. Olemme voineet jakaa ajatuksiamme keskenämme, ja saaneet toisiltamme tukea prosessissa. Myös opinnäytetyöpajat sekä vertaisparin ja ohjaajan antama palaute eri vaiheissa ovat edistäneet opinnäytetyömme valmistumista pala palalta – tällainen valmiiksi pienempiin kokonaisuuksiin jaettu prosessi on helpottanut työn toteuttamista. Opinnäytetyön suunnitelma on toiminut ikään kuin ytimenä, jonka päälle olemme kasanneet lisää kerroksia, jotka muodostuvat teoretiedosta, kehittämismenetelmistä ja prosessin aikana kerätystä tiedosta toimeksiantajalta sekä näiden yhdistämisestä.

Ammatillista kasvua on tapahtunut erityisesti yhteistyössä työelämäkumppanin kanssa; viestintä, yhteisten tavoitteiden asettaminen ja työpajan suunnittelu ja järjestäminen ovat edistäneet yhteistyötaitojamme. Opinnäytetyön prosessin hallitseminen on kasvattanut kykyämme hallita isoa kokonaisuutta, suunnitelmallisuutta ja keskittymistä oleelliseen tietoon. Prosessissa olemme myös oppineet lähdekriittisyyttä eli arvioimaan, mitkä lähteet sopivat opinnäytetyön teoriaosassa käytettäväksi. Olemme saaneet laajan kokonaiskuvan erityisherkkyydestä, ja oppaan luominen on opettanut teorian tiedon soveltamista käytäntöön.

LÄHTEET

- Ahonen, L. & Roos, P. 2021. Untuvikot. Alle 3-vuotiaiden pedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Aron, E. N. 2014. Erityisherkkä ihminen. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Nemo.
- Aron, E. N. 2019. Erityisherkkä Lapsi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Nemo.
- Avola, P. & Pentikäinen, V. 2019. Kukoistava kasvatus. Positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen käsikirja. Espoo: BEEhappy Publishing.
- Greven, C.U., Lionetti, F., Boothe, C., Aron, E.N., Foxe, E., Schendang, H. E., Pluess, M., Bruiningh, H., Acevedo, B., Bijnst, P., Homberg, J. (2019). Sensory Processing Sensitivity in the context of Environmental Sensitivity: A critical review and development of research agenda. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*: osa 98, 3/2019, 287–305. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2019.01.009>. Viitattu 16.5.2022.
- Hotokka, M. (2019). Herkkä vaan ei heikko – erityisherkkä lapsi päiväkodissa. *Talentia-lehti* 24.6.2019. <https://www.talentia-lehti.fi/herkka-vaan-ei-heikko-erityisherkka-lapsi-paivakodissa/> . Viitattu 22.10.2021
- Heiskanen, H. 2019. Lapsen herkkyydesti. <https://heliheiskanen.fi/test/lapsen-herkkyydesti/>. Viitattu 11.5.2021.
- Heiskanen, H. 2022. Erityisherkkä lapsen kanssa. Helsinki: Minerva Kustannus.
- Hujala, E. & Turja, L. (toim.) 2020. Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hyvärinen, S. & P. Vuokila-Oikkonen (2020). Osallistavan ja tutkivan kehittämisen opas 2.0. Tutkimus- ja kehittämistyön luotettavuus. <https://libguides.diak.fi/c.php?g=670543&p=4760642> Viitattu 22.10.2021.
- Kananen, J. 2012. Kehittämistutkimus opinnäytetyönä. Kehittämistutkimuksen kirjoittamisen käytännön opas. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Tampereen yliopistopaino Oy: Juvenes print.
- Karila, K. & Lipponen, L. 2020. Varhaiskasvatuksen pedagogiikka. Tampere: Vastapaino
- Keltikangas-Järvinen, L. 2012. Pienen lapsen sosiaalisuus. Helsinki: WSOY.
- Köngäs, M. 2019. Tunneäly varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Malinen, H. 2019. Anna lapselle ääni. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Määttä, P. & Rantala, A. 2016. Tavallisen erityinen lapsi. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Opetushallitus. 2022. Varhaiskasvatussuunitelman perusteet. <https://eperusteet.opinto-polku.fi/eperusteet-service/api/dokumentit/8280118>. Viitattu 16.3.2022.
- Parikka-Nihti, M. & Suomela, L. 2014. Iloa ja ihmettelyä. Ympäristökasvatus varhaislapsuudessa. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Pöyhönen, J. & Livingston, H. 2020. Fanni ja suuri tunnemöykky. Tunteiden tunnistamisen ja nimeämisen harjoittelu. Jyväskylä: Kumma-kustannus.
- Ranta, S. 2021. Kasvun juuret. Miten tuen lapsen oppimista ja hyvinvointia? Jyväskylä: PS-kustannus.

Ratinen, I. 2021. Lasten ympäristöherkkyttä tukeva luontokasvatus kestävän elämäntavan perustana. Teoksessa Ihminen osana elonkirjoa — Luontosuhteet, luontokäsitykset ja sivistys kestävyyskriisin aikakaudella. Sitra Muistio 9.12.2021. Toim. Haverinen, R., Mattila, K., Neuvonen, A. Saramäki, R. ja Sillanaukee, O.

Ruokonen, I. toim. 2022. Ilmaisun ilo. Käsikirja 0–8-vuotiaiden taito- ja taidekasvatukseen. Jyväskylä: PS-kustannus.

Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf>. Viitattu 18.5.2022

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

Tuormaa, M. 2016. Takapihalta alkaa seikkailu. Jyväskylä: PS-kustannus.

Turun kaupunki. 2021. Turun kaupungin varhaiskasvatussuunnitelma. https://www.turku.fi/sites/default/files/atoms/files/turun_kaupungin_varhaiskasvatussuunnitelma_002.pdf. Viitattu 17.5.2022.

Vilén, M., Leppämäki, P. & Ekström, L. 2008. Vuorovaikutuksellinen tukeminen. Helsinki: WSOY.

Vilske. 2020. <https://www.vilske.fi/>. Viitattu 21.10.2021

Vilskeen varhaiskasvatussuunnitelma. 2020. <https://drive.google.com/file/d/1rVCX-fJuAfnCMieLQrlsHmyjQkCEhwn4/view>. Viitattu 21.10.2021

Liite 1: Kyselylomake Vilskeen kasvattajille



Hei, olemme Tiia ja Elina ja teemme Vilskeeseen opinnäytetyötä aiheesta "VARHAISKASVATUKSEN YMPÄRISTÖ ERITYISHERKÄN LAPSEN SILMIN". Tarkoituksena on kehittää Vilskeen henkilökunnan käyttöön opas, jossa kerrotaan erityisherkkyydestä, ja annetaan muun muassa menetelmäideoita erityisherkkien lasten kanssa toimimiseen. Tätä varten meillä olisi teille muutama kysymys. Kiitos yhteistyöstä 😊

1. Onko termi erityisherkkyyys sinulle tuttu? Mitä se mielestäsi tarkoittaa?

2. Miten erityisherkkyyys näkyy tällä hetkellä Vilskeen arjessa?

3. Meidän opinnäytetyömme tehtävänä on luoda opas erityisherkkyydestä Vilskeen aikuisille. Mitä toivoisit oppaan sisältävän?

4. Tuleeko sinulle mieleen konkreettisia tilanteita, joissa olet huomannut lapsen erityisherkkyyden, miten olet edennyt tilanteessa? 😊

Liite 2: Teemahaastattelun runko

Teemahaastattelun kantavana teemana kasvattaja lapsen tukena

Teema 1. Menetelmät, sosiaaliset taidot, tunnetaidot

Millaiset menetelmät varhaiskasvatuksen arjessa tukevat koko lapsiryhmää?

Miten koette toimivanne lapsiryhmän hyvinvoinnin eteen?

Toteutatteko positiivista pedagogiikkaa? Miten se näkyy?

Miten sosiaalisia taitoja (kaveritaitoja) kehitetään arjessanne?

Onko teillä käytössä jotain tiettyjä työvälineitä kaveritaitoihin ja/tai tunnetaitoihin liittyen?

Miten tunnetaitojen harjoittelu toteutuu käytännössä arjessa?

Onko teillä käytössänne tiettyjä tunnetaitoihin liittyviä kirjasarjoja, tunnekortteja tai muuta vastaavaa?

Mitkä työvälineet olette kokeneet hyväksi tunnetaitojen ja sosiaalisten taitojen harjoittelussa?

Teema 2. Oppimisympäristöt

Miten hyödynnätte luontoympäristöä?

Millaisia menetelmiä käytätte luonnossa?

Miten toteutatte pienryhmätoimintaa?

Miten koostatte pienryhmät?

Teema 3. Erityisherkyys (Vilskeen) arjessa

Miten erityisherkkien lasten hyvinvointia voisi tukea Vilskeessä sinun näkökulmastasi?

Vuosikello, ideoita?

Missä muodossa haluatte oppaan? Sähköinen, painettu?

Liite 3: Opas Vilskeen kasvattajille



VARHAISKASVATUKSEN YMPÄRISTÖ ERITYISHERKÄN LAPSEN SILMIN

Opas Vilskeen kasvattajille

Tiia Dahlström & Elina Holmberg, 2022

Erityisherkkä lapsi

- **15-20% lapsista on erityisherkkiä**
 - Erityisherkkistä lapsista n. 70% on introverteja- introverteille yksin tai kaksin olo on luonnollisempaa, kuin ryhmässä oleminen
 - Erityisherkkistä lapsista n. 30% on ekstroverteja- he nauttivat sosiaalisista tilanteista ja kavereista, mutta saattavat ylikuormittua liiallisesta sosiaalisuudesta
- Erityisherkkä lapsi tekee tavallista yksityiskohtaisempia huomioita ympäristöstään
- Erityisherkkä lapsi kokee tunteet voimakkaasti ja ajattelee syvällisesti- seurauksena empaattisuus muita kohtaan
- Oikeudenmukaisuuden taju saattaa myös olla korostunut
- Erityisherkkät lapset ovat usein luovia, tunnollisia, empaattisia ja syvällisiä lapsia heille tulee antaa mahdollisimman paljon positiivista palautetta, jotta lapsen usko ryhmässä pärjäämiseen kasvaa
- Erityisherkkät lapset väsyvät muita nopeammin kovaan meluun ja ärsykkeiden suureen määrään- he voivat alkaa tietoisesti vältellä tällaisia tilanteita
 - Runsaat ärsykkeet kuten melu ja sosiaaliset kontaktit voivat saada lapsen yliviirittyneeseen tilaan, mikä voi johtaa lapsen lukkiutumiseen tai raivokohtauksiin.
- Jotkut erityisherkkät lapset kokevat tavallista enemmän tyytymättömyyttä ja huolestuneisuutta asioista- tähän vaikuttavat lapsuuden kokemukset

Lapsen herkkyydesti

Tämä on Elaine Aronin laatima arviointiväline lapsen erityisherkkyyden tunnistamiseksi. Vaataa kysymyksiin parhaan kytesi mukaan. Kirjoita kysymyksen perään TOTTA (T), kun väite pitää paikkansa täysin tai melko hyvin lapsen kohdalla, tai on ollut aiemmin totta merkittävän ajanjakson ajan. Kirjoita kysymyksen perään EI TOTTA (E) jos väite ei pidä paikkaansa ollenkaan tai ei juurikaan, eikä ole ollut totta aikaisemminkaan.

- Säikähtää helposti.
- Välittää kuttavista vaatteista, sukien saumoista tai paitojen pesulapusta ihoa vasten.
- Ei yleensä nauti isoista yllätyksistä.
- Oppii paremmin hienovaraisista ohjauksesta kuin kovasta rangaistuksesta.
- Vaihtaa lukevan ajatuksiin.
- Käyttää "isoja" sanoja ikäisekseen.
- Huomaa pienimminkin oudon hajun.
- Äykyä huumorintaju.
- Vaihtaa hyvin intuitiiviselta (herkkaistoiselta).
- Vaikeus nukahtaa jännittävän päivän jälkeen.
- Ei suoriudu hyvin isoista muutoksista.
- Haluaa vaihtaa vaatteita kun ne ovat märät tai hiekkaiset.
- Kysyy paljon kysymyksiä.
- Pyrkii täydelliseen.
- Huomaa muiden tuskan ja kärsimyksen.
- Pitäähiljaisesta leikistä.
- Kysyy syvällisiä, ajatuksia herättäviä kysymyksiä.
- On hyvin herkkä kivulle.
- Kokee melukat paikat häiritsevinä.
- Huomaa vivahteet ja yksityiskohdat (esim. jokin on siirtynyt tai henkilöön ulkoasu muuttunut).
- Varmistaa onko turvallista ennen kuin kipeää korkealle.
- Suoriutuu parhaiten kun paikalla ei ole tuntemattomia henkilöitä.
- Kokee tunteita syvästi.

PISTEYTYS

Jos vastasi TOTTA (T) kolmeentoista tai useamman väittämän, lapsi on todennäköisesti erityisherkkä. Vaikka vain muutama kohta pitää paikkansa, mutta todella vahvasti, saattaa lapsi olla erityisherkkä. Mikään testi ei voi kuitenkaan määrittellä ihmistä kokonaan, joten kyselyn tulokset on yksi opudline lapsen ymmärtämiseksi ja tukemiseksi hänelle sopivalla tavalla. (Lähde: The Highly Sensitive Child, Elaine Aron, Suomentanut Heli Heiskanen, www.heltheiskanen.fi)

VINKKEJÄ ERITYISHERKKYYDEN TUNNISTAMISEKSI

Erityisherkkä lapsi varhaiskasvatuksessa

- Herkillä lapsilla on usein rikas sisäinen maailma, joka saa heidät uppoutumaan kuvalliseen ilmaisuunkuten piirtämiseen, tarinoin, kirjoittamiseen ja musiikkiin
- Luonto on usein erityisherkkän lapsen kiinnostuksen kohteena
- Sosiaaliset tilanteet saattavat olla jännittäviä herkälle lapselle
 - On ensiarvoisen tärkeää, että herkkä lapsi saa myönteisiä kokemuksia ryhmässä toimimisesta
 - Vaativuus itseään kohtaan saattaa johtaa myös arkuuteen ilmaista itseään ryhmässä
- Saattaa olla, että herkkä lapsi ei pidä aktiviteeteista, joissa on kovempaa fyysistä kontaktia ja kovia ääniä
- On yleistä, että herkillä lapsella on taipumusta täydellisyden tavoitteluun, ja lapsella saattaa esiintyä myös vaativuutta itseään kohtaan
 - Herkkä lapsi saattaa pelätä epäonnistumista pienestä asti ja näin ollen pyrkiä virheettömyyteen tai jopa olla yrittämättä kokonaan
 - Jos lapsi on tarkkailun alaisena, hänellä saattaa esiintyä myös alisuoriutumista, jolloin lapsen todellinen osaamistaso ei pääse välttämättä esiin ylivirttynäisyysdenvuoksi
 - Asioiden omaksumiseen ja harjoitteluun olisi hyvä antaa tarpeeksi aikaa ja oppimista jakaa pieniin osiin
 - ”Uuden oppiminen on tärkeää mutta mukaan on hyvä sisällyttää myös jotain lapselle entuudestaan mielekästä ja tuttua”

Erityisherkkä lapsi Vilskeessä – kasvattajien ajatuksia

- *“Jokaisella oikeus olla oma itsensä. Kaikkia arvostetaan. Erityisherkyys ei ole missään nimessä negatiivinen asia”*
- *“Erityisherkkät lapset reagoivat ympäristön ärsykkeisiin muita vahvemmin ja herkemmin. Esim. äänet/meteli. Tuntee asiat vahvasti.”*
- *“Tunteellinen. Tunteet nousevat pintaan, itkettää, naurattaa, suututtaa. Samalla ei pysty aina käsittelemään tunteita ja tilanteita.”*
- *“Kaikki kasvattajat tuntevat kaikki lapset joustavan pienryhmätoiminnan vuoksi -> suuri vahvuus! Lapsi pystyy aina turvautumaan tuttuun aikuiseen.”*
- *“Luonnon hyödyntäminen – luonnon äänimaailma tekee hyvää ihan kaikille.”*
- *“Kasvattajan tilannetaju: lapselle tulee antaa aikaa ja luoda kiireettömyyttä Lapsen ei tarvitse olla esillä, jos ei itse sitä valitse. Lapselle tulee antaa mahdollisuus omaan tilaan ja omaan rauhaan.”*
- *“Ennakointi ja struktuuri arjessa – uusien asioiden tullessa kohdalle lapsi tulee perehdyttää niihin ja antaa lapselle aikaa sopeutumiseen.”*

KASVATTAJAN TUEN MERKITYS

Menetelmiä ja vinkkejä lapsen tukemiseksi

Tuen merkitys lapselle

- Lapsen tulee tulla ymmärretyksi niillä ilmaisun keinoilla, joita hän omaa, sekä lapsella tulee olla oikeus ilmaista ajatuksiaan, mielipiteitään ja itseään
 - "Lasten yksilöllisten tarpeiden, sekä ylipäänsä lasten yksilöllinen huomiointi, kuin myös yhteinen ymmärrys yksittäisen lapsen maailmasta ovat erittäin tärkeitä."*
- Lapsella on oikeus kannustavaan palautteeseen ja hänen tulee voida iloita oppimastaan
 - "Lasten kohtaaminen, kannustaminen ja kehuminen ovat todella tärkeitä asioita, kuten myös ennakoiti ja struktuuri arjessa – jos edessä on uusia asioita, lapsia tulee perehdyttää asiaan ja antaa aikaa sopeutumiseen ."*
- Lapsen saadessa kokemuksia vaikeiden asioiden oppimisesta harjoittelun kautta hänen itsetuntonsa vahvistuu.
 - Oppimisen tukeminen pienin askelin helpottaa lasta, joka on epävarma tai pelkää epäonnistumista
- "Lapset tulee kuulla ja nähdä, ja heille tulee suoda mahdollisuus vetäytyä rauhassa ja olla osallistumatta"*
- Kun aikuinen osallistuu lasten kanssa leikkiin ja havainnoi toimintaa ja leikkiä, kasvattaja saa paremman ymmärryksen lapsen osaamisesta ja kehityksestä ja pystyy tarjoamaan lapsen taitotasolle oikeanlaisia tehtäviä
- "Arjessa tärkeää on pysähtyminen, ennakoiti, rutiinit, sekä huumorin käyttö. Tilanteissa tulee luovia tarpeiden mukaan."*
- Lapsen tunnesäätelyn kehittämistä edesauttavat kasvattajan lämmin, hyväksyvä, johdonmukainen ja turvallinen tyyli kasvattaa - on tärkeää, että kasvattaja pystyy itse säätelemään itseään jokaisessa tilanteessa.
 - Rauhalliset kosketukset vähentävät lapsen stressiä ja se auttaa myös pieniä lapsia säätelemään stressiään
 - "Kasvattajan tilannetaju on todella tärkeää, tilanteissa tulee olla lapsella aikaa ja kiireettömyyttä"*
- Lapsella on oikeus käsitellä tunteita ja ristiriitoja, sekä saada tietoa monipuolisesti, opetella ja kokeilla uusia asioita

Varhaiskasvatusympäristön haasteita

- Stressihormonin nousu päiväkotiympäristössä on yleistä ja sitä tapahtuu eniten taaperoiässä
 - Yksi syy on vaatimus jatkuvasta sosiaalisesta vuorovaikutuksesta
 - Lapset tarvitsisivat eniten vartiointia ja huolenpitoa iltapäivisin, jolloin stressitaso on korkeimmillaan- tämä lisää myös lasten tapaturma- ja sairastumisriskiä
 - On todennäköistä, että päiväkodin alkuvaiheessa toistuvat turvattomat lapsen kokemat erotilanteet vanhemmasta ovat yhteydessä pitkäkestoiseen stressiin, jota pienet lapset kokevat
 - Esimerkiksi pienen lapsen kokiessa surua aamulla erotessaan vanhemmastaan tunne tulee ottaa todesta. Lapsen stressiä tilanteessa lievittää parhaiten kasvattaja, joka kohtaa lapsen sensitiivisesti ja auttaa lasta tämän tunnekokemuksen säätelemisessä
- Päivän toiminnot varhaiskasvatuksessa vievät aikaa lasten kohtaamiselta, vaikka niissä kaikissa lasten kohtaamista tapahtuukin. On kuitenkin mahdollista, että yhden lapsen kohtaamiseen ei jää kovinkaan paljoa aikaa
- Melu aiheuttaa haasteita kaikille lapsille, mutta hyvin herkät lapset kärsivät siitä erityisesti
 - Melun haittavaikutukset ulottuvat niin keskittymiseen, kielen käsittelyyn, muistiin, kuin oppimiseenkin
 - Lasten kyky erottaa puhetta melussa on heikompi kuin aikuisten
 - "Muuttuvat tilanteet, kova äänentaso ja monen lapsen samassa tilassa yhtä aikaa oleminen aiheuttavat toisille enemmän haasteita ja kuormitusta. Osa lapsista laittaa esimerkiksi käsiä korville herkästi melutason noustessa."*

Sosiaaliset taidot, kaveritaidot

- *”Tunne- ja sosiaalisia taitoja opetellaan jokaisen päivän jokaisena hetkenä.”*
- Aktiivinen läsnäolo, lasten tunteminen, lasten kuunteleminen, tilannetaju ja reagointi vuorovaikutustilanteissa tukevat kasvattajan pyrkimyksiä ymmärtää lasta – lasten tarpeet myös vaihtelevat yksilöittäin
 - Muista myös sanattomiin viesteihin tarttuminen erityisesti pienten lasten kohdalla
- Sosiaalisten taitojen tukeminen luo myönteisen ilmapiirin, joka parhaimmillaan johtaa siihen, että on mahdollista vastata kaikkien tarpeisiin
- Lapsi oppii sosiaalisia taitoja erityisesti reippaan liikunnan aikana
 - Runsas liikunnan määrä lapsella on todettu olevan yhteydessä myös positiivisella tavalla muun muassa itsehillintätaitoihin
- Käyttäytymisen ja tunteiden säätely, sekä sosiaaliset taidot harjaantuvat ollessa vuorovaikutuksessa muiden kanssa
 - *”Sosiaalisten taitojen oppimisen kannalta on tärkeää kasvattajan mukana olo ohjaamassa leikkiä – ja vuorovaikutustilanteita.”*
- Lapsi tarvitsee sosioemotionaalista kompetenssia. Tämä tarkoittaa sitä, että lapsi että lapsella on kyvykkyyttä toimia erilaisissa tilanteissa
 - Lapsi pystyy huomioimaan ja tunnistamaan muiden tunteita, sekä käyttämään ja hallitsemaan sosiaalisia taitoja ja tunnetaitoja
- Sosiaaliset vuorovaikutussuhteet tiivistyvät luonnon tarjoamien elämysten ja kokemusten ansiosta
- *”Sosiaalisia- ja tunnetaitoja harjoitellaan leikin ja pelien kautta, sekä luonnon ääressä”*

Positiivinen pedagogiikka

- Positiivisen pedagogiikan hyödyntämiseen liittyy viisi taustaoletusta: osallisuus, huoltajien kanssa tehtävä yhteistyö, myönteinen toimintakulttuuri ja yhteisöllisyys, myönteiset tunteet, sekä vahvuudet
- Positiivinen pedagogiikka ei keskity puutteisiin vaan siihen, mikä saa lapset voimaan hyvin
- Tarkoituksena on nähdä ja sanoittaa mahdollisimman paljon onnistumisia, hyviä asioita ja vahvuuksia
 - *”Keskitymme lasten vahvuuksiin esimerkiksi Vahvuusvarista hyödyntämällä.”*
- Tavoitteena on saada lapsia innostumaan oppimisesta ja tuntemaan iloa oppimisestaan
 - *”Jokaiselle lapselle luodaan tilanteita onnistumiselle.”*
- Hyödynnetään lapsen myönteisiä kokemuksia ja voimavaroja ja vahvistetaan niitä
 - *”Lapsia kannustetaan positiivisen kautta ja heitä kehuaan.”*
- Kasvattajan oma hyvinvointi on tärkeää, koska hyvinvointiin liittyviä asioita voidaan vahvistaa ja opettaa erityisesti oman esimerkin voimalla

Tunnetaidot

- On erityisen tärkeää, että pienten lasten kohdalla aikuinen on mukana lapsen tilanteissa sanoittamassa eli yhdistämässä tunnesanoja lapsen sisäiseen kokemukseen, koska lapsi ei pysty tähän vielä yksin
 - Mikäli tunteita ei opi sanoittamaan missään elämän vaiheessa, saattaa minäkuvan erittely jäädä vaillinaiseksi
 - Vielä 4-vuotiaanakin lapsen aivot ovat vastaanottavaisia uusille tunnemalleille, joten siihen kannattaa kiinnittää erityistä huomiota - mukaan tulisi tässä vaiheessa lisätä myös painotusta tunteen ymmärtämisestä ja yhä edelleen tunnetilojen sanoittamista
 - *”Sanoittaminen ja mallintaminen, tilanteiden läpikäyminen ja se, että tunteet saavat näkyä ja huumorin käyttö on suotavaa”*
 - On myös tärkeää huomioida, ettei kasvattaja väitä tietävänsä lapsella olevaa tunnetta. Lapsi saattaa kokea sen alentavana tai vähätteleväenä
- Myönteiset tunteet ovat hyvinvointia vahvistavia, ja ne ovat tärkeitä jokaiselle lapselle.
 - Esimerkiksi ilo, kiitollisuus, into ja kiinnostus.
 - Vaikuttavat positiivisesti keskittymiseen, luovaan ongelmanratkaisuun, uuden oppimiseen, muistiin, kannattaviin ratkaisuihin neuvottelutilanteissa, sekä ne lisäävät lapsella olevaa elämän tarkoituksellisuuden tunnetta
- Lapsi ei kaikissa tilanteissa pysty säätämään itseään ja tunnereaktioitaan.
 - Kasvattajan tehtävänä onkin olla lapsen tukena ja turvana vaikeissa tilanteissa tunnereaktion aikana ja opettaa lasta säätämään tunteitaan
- On hyvä muistaa, että pienen lapsen voi olla vaikea erottaa tunteita kehon erilaisista tuntemuksista
 - Väsymys, nälkä, liiallinen kuumuus tai kylmyys, kirkkaat valot tai vaikkapa epämiellyttävät vaatteet saattavat aiheuttaa fyysisiä tuntemuksia, jotka vaikuttavat lapsen tunteiden säätelyyn
 - *”Vaatteet ahdistaa/puristaa. Ruoka on kummallista suussa. Asiat tuntuvat suurelta lapsen sisällä esim. herkkyyttä itkeä. Kova meteli ahdistaa.”*
 - Pettymyksensietokyky on myös tärkeää tunnesäätelyn kannalta. Tätä voi harjoitella esimerkiksi niin, että lapsi on välillä viimeinen tai vaikka toinen esimerkiksi jonossa, joka auttaa lasta sietämään pettymystä ja säätämään itseään pettymyksen osuessa kohdalle

Tunnetaidot

- Rentoutuminen ja rauhoittuminen ovat taitoja, joita voi harjoitella lapsiryhmän kanssa yhteisesti- näistä on hyötyä niin herkille lapsille, kuin muillekin lapsille ja myös kasvattajille
 - Rentoutumisharjoitukset ovat oivallisia työkaluja tunnetaitojen harjoitteluun
 - *”Myös mindfulness ja rentoutuminen ovat osa Vilskeen arkea, ja ne edistävät myös lasten tunnetaitojen harjoittelua.”*
- Tarinoita ja kuvakortteja on hyvä hyödyntää tunnetaitojen harjoittelussa
 - *”Pidämme tunnetaitokortteja/kerhoja kaiken ikäisille ja erityisesti lasten täytettyä 2 vuotta ne ovat erityisen tärkeitä.”*
- Nukketeatteri ja draama toimivat tunnetaitojen harjoittelussa
 - *”Vilskeessä käytetään paljon draamaa ja näytelmiä ja ne edesauttavat tunne- ja sosiaalisten taitojen oppimista.”*
- Musiikin käyttämisen tunteiden tulkina, esimerkkinä Kielinupun laulu *”Miltä tuntuu nallesta?”*
- Metsässä luonnossa vietetty aika vähentää stressiä ja lisää hyvinvoinnin kokemusta sen tuoman liikkumisen kautta.
 - Vuorovaikutuksen ylläpitäminen kohenee luonnossa
 - *”Luontoa käytetään tunnetaitojen opetteluun tukena, luonnossa harjoitellaan rauhoittumisen ja kuuntelemisen taitoja”*

Työvälineitä ja kirjasarjoja

- Fanni – sarja
- Molli – sarja
- Piki – sarja
- Pomenia - sarja
- Sisu tunnekoira – tuokiot erityisesti pienten kanssa (Vilskeseen aiemmin tehdyn opinnäytetyön tuotos)
- Ympyräiset – sarja + Tunnetaitojen käsikirja
- Lasten omat voimakortit
- Tunnetaitoja käsittelevät lastenohjelmat, esimerkiksi Yle Areenan ”Miltä tuntuu Reima Räiske?”
- Tunnekorttien käyttö
- Tunnetaitoja käsittelevät laulut, esim. Kielinupun ”Miltä tuntuu Nallesta?”
- Tunnetyöniyjen käyttö
- Vahvuusvaris ja muut Huomaa hyvä! - materiaalit

OPPIMISYMPÄRISTÖN MERKITYS

Oppimisympäristöt

- Kun lapsi kokee olonsa turvalliseksi ja voi hyvin, hän oppii paremmin
 - *”Psyykinen oppimisympäristö on kaikista tärkein.”*
 - Lasten turvallisuudentunne lisääntyy kun kasvattaja on rauhallinen ja positiivinen myös haastavissa tilanteissa
 - Kaikki tunteet ovat sallittuja hyvässä oppimisympäristössä
 - Arjen tilanteissa harjoiteltavat tunteja turvataidot tukevat itsetuntoa ja tunnetaitoja näin vahvistaen lapsen psyykkistä hyvinvointia
- Oppimisessa yhdistyvät ajattelu, kieli, aistihavainnot, tunteet, keholliset kokemukset, tiedot, taidot, sekä toiminta
- *”Sauna, vesileikit ja luonto ovat Vilskeen omia erityisiä oppimisympäristöjä”*
- Kasvattajien pitää huomioida lasten kiinnostuksen kohteet, sekä yksilölliset tarpeet ja taidot toteuttaessaan pedagogista toimintaa
 - Mikäli lapsi ei osallistu toimintaan, kasvattajan tulee reflektoida omaa toimintaansa
 - *”Kaikki kuitenkin lähtee lapsesta – lasten omat ideat, lasten mahdollisuus itsensä ilmaisuus ja kaikenlaisen toiminnan mahdollistaminen”*
 - *”Lasten ideoita pyritään toteuttamaan mahdollisuuksien mukaan realismin rajoissa: Jos lapsi haluaa kuun taivaalta, voisiko vastaus löytyä puusta?”*
- Kosketus ja kehollisuus ovat osa turvallista päiväkotiympäristöä
 - Luonnollinen osa huolenpitoa ja hoivaa on lapsen kunnioittava koskettaminen.
 - Opettajat, jotka ovat fyysisesti lähellä lapsia, saavat luotua lapsiin vuorovaikutuksellisen suhteen, kuin etäällä olevat opettajat
 - *”Lapsen ei tarvitse olla esillä, jos hän ei itse sitä valitse. Lapsille pitää antaa mahdollisuus omaan tilaan ja rauhaan ja tulee huomioida se, että kaikki eivät pidä syylistä tai lähellä olemisesta.”*

Luontoympäristö

- Hyvä suhde luontoon parantaa lapsen hyvinvointia ja parhaimmillaan aikaansaava elämänmittaisen motivaation tehdä kestäviä valintoja ympäristön kannalta
 - Luonto on kokonaisvaltainen ympäristö, jossa lapsi voi kokea asioita kaikilla aisteillaan
- Kun retkiä tehdään säännöllisesti, lasten suhde ympäristöön vahvistuu ja lapset oppivat nauttimaan luonnosta – metsässä ollessa käytetään kaikkia aisteja: ympäristöä kosketellaan, haistellaan, kuulostellaan ja jopa maistellaan, vaikkapa retkieväiden muodossa
 - *”Luonnon äänimaailma tekee hyvää ihan kaikille”*
 - *”Luonnossa tehdään ihan kaikkea, ja metsä koetaan kaikilla aisteilla säällä kuin säällä. Luonnossa hyödynnetään toiminnallista oppimista .”*
- Lasten kunnioittava ja myönteinen suhde ympäristöä kohtaan kehittyä, kun lapset saavat liikkua, tutkia, toimia ja tulkita asioita sekä luonnossa, että rakennetussa ympäristössä
 - Esimerkiksi pienten lasten kanssa jo lähistöllä olevan puun tai ison kiven juurelle meneminen on jo retki, joka tarjoaa lapsille elämyksen, jota päiväkodin pihalla ei ole
- On tärkeää, että luontoympäristöihin tutustumisessa on mukana tuttuja ja turvallisia aikuisia – kaikkia lapsia ei välttämättä ole viety aiemmin esimerkiksi lähimetsään
 - Ympäristöön tutustumisessa voi hyödyntää eri aisteja ja kasvattajat voivat rikastaa toimintaa käyttämällä valmiita materiaaleja monipuolisesti
 - Kun mukana on ohjattua toimintaa, kaikkien lasten on helpompi tutustua luontoympäristöihin
 - *”Luonnossa konfliktit lasten välillä ovat harvinaisia; avara tila, ei riitaa tavaroista (lelut), luovuus pääsee valloilleen, kasvattajan ei tarvitse puuttua lasten käyttäytymiseen.”*
 - *”Luontoon voidaan lähteä myös ex tempore, jos lapsiryhmän toiminnassa on haasteita sisällä/päiväkodin pihalla -> laukaisee tilanteen ja muuttaa ilmapiiriin.”*
 - *”Luonnossa myös äänet ”katoavat” isoon avaraan tilaan, joka helpottaa ääniherkkyyksien kanssa.”*
 - *”Rauhoittuminen luonnossa tulee kuin itsestään ”*

Pienryhmätoiminta ja päiväkotiympäristö

- Hyvä oppimisympäristö antaa lapselle kokemuksen siitä, että hän on arvostettu, takaa myönteisten tunteiden kokemisen, ja antaa lapselle ymmärryksen siitä, että hän on osa päiväkotiyhteisöä
- Kun toimintaa toteutetaan pedagogisesti tarkoituksenmukaisissa ryhmissä, se edistää lapsilähtöistä toimintaa, ja sekä aikuisten, että lasten keskittymistä
 - *”Voidaan myös pitää kiinteä pienryhmä, jos joku lapsi sitä tarvitsee– näin toteutuu lapsen yksilöllinen huomioiminen.”*
- *”Vilskeessä lapset on jaettu iän mukaan isompiin ryhmiin, joista sitten muodostetaan vielä pienryhmiä ja tätä toteutetaan koko päivän ajan, ei vain aamupäivällä.”*
- *”Muodostuu uusia ystävyyssuhteita, kun pienryhmien kokoonpanoja vaihdellaan”*
- Kasvattaja on merkittävässä roolissa oppimisympäristön sosiaalisista ja emotionaalisista tekijöistä ja niihin vaikuttamisessa
 - *”Lapsia yritetään huomioida esim. pienryhmätoiminnassa. Annetaan jokaiselle lapselle mahdollisuus olla oma itsensä kaikkineen herkkyyksineen ja löydetään omat vahvuudet ja mieltymykset.”*
 - *”Lapset tukevat toisiaan eri tavalla eri pienryhmissä tekemisen mukaan.”*
- Lapsi mahdollisesti stressaavien tekijöiden pohdinta on tärkeää jo oppimisympäristön suunnitteluvaiheessa
 - Tilojen jakaminen, tutun kasvattajan läsnäolo, lasten jakaminen pienryhmiin, liiallisen päiväkohtaisen ohjelman karsiminen, sekä pitkäkestoisten leikin mahdollistaminen ovat esimerkiksi asioita, joilla voi huomioida lapsen oppimisympäristössä kokemaa turvallisuuden tunnetta

Suosittelut lisämateriaalit

- Fanni – sarja: <https://www.tunnetaitojalapselle.fi/tuotesarjat/Fanni-sarja.html>
- Heiskanen, H. 2022. Erityisherkin lapsen kanssa. Helsinki: Minerva Kustannus.
- Kielinuppu - Miltä tuntuu Nallesta?: https://www.youtube.com/watch?v=JFD_AoFNzndY
- Lasten omat voimakortit: <https://www.tunnetaitojalapselle.fi/tuotteet/Lasten-omat-voimakortit.html>
- Mollin – sarja: <https://www.tunnetaitojalapselle.fi/tuotesarjat/Mollin-sarja.html>
- Piki – sarja: <https://lastenkeskus.fi/kasvattajan-tueksi/piki-sarja/>
- Pomenia – sarja: <https://www.tunnetaitojalapselle.fi/tuotesarjat/Pomenia-sarja.html>
- Sisu tunnekoira – materiaalit erityisesti pienille (Vilskeeseen aiemmin tehdyn opinnäytetyön tuotos)
- Tunnetaitoja käsittelevät lastenohjelmat, esimerkiksi Yle Areenan ”Miltä tuntuu Reima Räiske?”: <https://areena.yle.fi/1-60969113>
- Vahvuusvaris – Huomaa hyvä! – materiaalit: <https://www.varhaiskasvatustietopalvelu.fi/kampanjat/6772.html>
- Ympyräiset – sarja + Tunnetaitojen käsikirja: <https://www.tunnetaitojalapselle.fi/tuotesarjat/Ympyräiset-sarja.html>

Lähteet

- Ahonen, L. & Roos, P. 2021. Untuvikot. Alle 3 -vuotiaiden pedagogiikka. Jyväskylä: PS -kustannus.
- Aron, E. N. 2019. Erityisherkkä Lapsi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Nemo.
- Avola, P. & Pentikäinen, V. 2019. Kukoistava kasvat. Positiivisen pedagogiikan ja laaja -alaisen hyvinvointipetuksen käsikirja. Espoo: BEEhappy Publishing.
- Heiskanen, H. 2019. Lapsen herkkyydesti. <https://heliheiskanen.fi/test/lapsen-herkkyydesti/>. Viitattu 11.5.2022.
- Heiskanen, H. 2022. Erityisherkkä lapsen kanssa. Helsinki: Minerva Kustannus.
- Keltikangas -Järvinen, L. 2012. Pienen lapsen sosiaalisuus. Helsinki: WSOY.
- Kysely Vilскеen kasvattajille 7.4.2022.
- Köngäs, M. 2019. Tunnealy varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä: PS -kustannus.
- Opetushallitus. 2022. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. <https://eperusteet.opintopolku.fi/eperusteet-service/api/dokumentit/8280318>. Viitattu 16.3.2022.
- Parikka -Nihti, M. & Suomela, L. 2016. Iloa ja ihmettelyä. Ympäristökasvat. varhaislapsuu -dessa. Jyväskylä: PS -kustannus.
- Pöyhönen, J. & Livingston, H. 2020. Fanni ja suuri tunnemöykky. Tunteiden tunnistamisen ja nimeämisen harjoittelemisen. Jyväskylä: Kumma -kustannus.
- Ranta, S. 2021. Kasvun ijuuret. Miten tuen lapsen oppimista ja hyvinvointia? Jyväskylä: PS -kustannus.
- Ratinen, I. 2021. Lasten ympäristöherkkyttä tukeva luontokasvat. kestävän elämäntavan perustana. Teoksessa Ihminen osana elonkirjoa - Luontosuhteet, luontokäsitteet ja sivistys kestävyyskriisin aikakaudella. Sitra Muistio 9.12.2021. Toim. Haverinen, R., Mattila, K., Neu -vonen, A., Saramäki, R. ja Sillanauke, O.
- Ruokonen, I. toim. 2022. Ilmaisun ilo. Käsikirja 0 -8-vuotiaiden taito - ja taidekasvatukseen. Jyväskylä: PS -kustannus.
- Sandberg, E. 2021. Pedagoginen tuki varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa. Jyväskylä: PS -kustannus.
- Turun kaupunki. 2021. Turun kaupungin varhaiskasvatussuunnitelma. https://www.turku.fi/sites/default/files/atoms/files/turun_kaupungin_varhaiskasvatussuunnitelma_002.pdf. Viitattu 17.5.2022.
- Työpaja Vilскеessä 9.6.2022.
- Vilске. 2020. <https://www.vilске.fi/>. Viitattu 24.5.2022