

Lotta Luukkonen

LASTENTARHANOPETTAJIEN
NÄKEMYKSIÄ LAPSEN
ITSETUNNON TUKEMISESTA
PÄIVÄKODISSA

Opinnäytetyö
Sosiaaliala


Toukokuu 2015




MAMK

University of Applied Sciences

KUVAILULEHTI

 MAMK University of Applied Sciences	Opinnäytetyön päivämäärä 30.5.2015
Tekijä(t) Lotta Luukkonen	Koulutusohjelma ja suuntautuminen Sosiaalialan koulutusohjelma Sosionomi AMK
Nimeke Lastentarhanopettajien näkemyksiä lasten itsetunnon tukemisesta päiväkodissa	
Tiivistelmä <p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia yhden mikkeliiläisen päiväkodin lastentarhanopettajien näkemyksiä lapsen itsetunnon tukemisesta. Työn tavoitteena oli etsiä tietoa, miten lastentarhanopettajat päiväkodissa vahvistavat ja tukevat lasten itsetuntoa ja sen muodostumista. Tutkimuksen avulla pyrin myös vahvistamaan omaa osaamistani varhaiskasvatuksessa ja saamaan lisää tietoa lapsen itsetunnosta ja minäkuvasta sekä niiden kehittymisestä ja tukemisesta.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin kvalitatiivisena eli laadullisena tutkimuksena haastatellen päiväkodin lastentarhanopettajia puolistrukturoidulla yksilöhaastattelulla. Haastattelukysymykset valikoituivat tutkimuksen pää- ja alakysymysten pohjalta ja haastatteluja tehtiin yhteensä yhdeksän.</p> <p>Työn teoriaosuudessa kerrotaan yleisesti lapsen itsetunnosta, minäkuvasta ja itsetunnon tukemisesta varhaiskasvatuksesta. Työssä määritellään itsetunto, sen rakentuminen ja miten päiväkodissa voidaan tukea lapsen itsetuntoa ja sen kehittymistä.</p> <p>Opinnäytetyön avulla saatiin vastaus tutkimuksen pääkysymykseen, eli miten lapsen itsetuntoa tuetaan päiväkodissa. Lisäksi tavoitteena oli selvittää, miksi lapsen itsetunnon tukeminen on tärkeää.</p> <p>Tulosten mukaan lapsen itsetuntoa tuetaan päiväkodissa monin eri tavoin ja sen tukeminen on ensiarvoisen tärkeää, sillä itsetunto kehittyy paljon juuri lapsuusvuosina. Keskeisimpiä tuen muotoja ovat kehuaminen, kannustaminen, lapsen aito kohtaaminen ja realistisen palautteen antaminen. Lapsen itsetunto näkyy lastentarhanopettajille ja sen tukemiseen pyritään kiinnittämään paljon huomiota.</p>	
Asiasanat (avainsanat) Itsetunto, minäkuva, varhaiskasvatus	
Sivumäärä 42+3	Kieli Suomi
Huomautus (huomautukset liitteistä) Liitteinä tutkimuslupa, saatekirje lastentarhanopettajille ja teemahaastattelurunko	
Ohjaavan opettajan nimi Erja Lappalainen	Opinnäytetyön toimeksiantaja

DESCRIPTION

 MAMK University of Applied Sciences	Date of the bachelor's thesis 30.5.2015
Author(s) Lotta Luukkonen	Degree programme and option Degree Programme in Social Work Bachelor of Social Services
Name of the bachelor's thesis Views of kindergarten teachers on how to support a child's self-esteem in a nursery	
Abstract <p>The purpose of the bachelor's thesis was to study the views of kindergarten teachers in a nursery school in Mikkeli on how to support a child's self-esteem. The aim of the study was to investigate how kindergarten teachers support and strengthen children's self-esteem and help them to form their self-esteem. The aim was also to develop my knowledge in early childhood education and to get more information on the self-esteem and self-image of children in addition to how they develop and how to support the development.</p> <p>A qualitative research method was chosen for this research and it included semi-structured interviews with the kindergarten teachers. The interview questions were based on the research questions of this study and all in all 9 interviews were conducted.</p> <p>The theory part of the thesis included general information on a child's self-esteem, self-image and how to support them in early childhood education. The term self-esteem, how it develops and how the development of a child's self-esteem can be supported in a nursery were defined.</p> <p>The thesis answered the main research question on how a child's self-esteem is supported in the nursery. In addition, the aim was to examine why it is important to support a child's self-esteem.</p> <p>According to the results the nursery uses a lot of different ways to support a child's self-esteem, which is crucial as children's self-esteem develops a lot specifically during their childhood years. The key means include praise and encouragement, in addition to genuine encounters with a child and giving realistic feedback. Kindergarten teachers can see the self-esteem of a child and they try to pay a lot of attention to supporting the self-esteem.</p>	
Subject headings, (keywords) Self-esteem, self-image, early childhood education	
Pages 42+3	Language Finnish
Remarks, notes on appendices Permit for research, cover letter for kindergarten teachers and interview structure as appendices	
Tutor Erja Lappalainen	Bachelor's thesis assigned by

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	1
2	ITSETUNTO JA MINÄKUVA	2
3	ITSETUNNON TUKEMINEN.....	5
4	LAPSEN ITSETUNNON TUKEMINEN PÄIVÄKODISSA	9
4.1	Varhaiskasvatuksen keinot päiväkodissa.....	9
4.2	Lastentarhanopettajat	12
4.3	Päiväkotitoimintaympäristönä	13
5	OPINNÄYTETYÖN TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	15
6	MENETELMÄT JA TOTEUTUS	15
7	TULOKSET	17
7.1	Itsetunnon tukemisen merkitys päiväkodissa	18
7.2	Lapsen itsetunto ja sen näyttäytyminen lastentarhanopettajalle	19
7.3	Lapsen itsetunnon tukeminen päiväkodissa.....	24
7.4	Itsetunnon tukemisessa käytettävät menetelmät	29
7.5	Lastentarhanopettajan rooli lapsen itsetunnon tukemisessa	32
8	POHDINTA	35
	LÄHTEET	41

LIITTEET

- 1 Tutkimuslupa
- 2 Saatekirje
- 3 Teemahaastattelurunko

1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni aiheena on tutkia, miten ja millaisin keinoin lapsen itsetuntoa ja sen kehittymistä tuetaan päiväkodissa. Tutkimuksen aihe nousi omasta kiinnostuksestani lapsen itsetuntoon. Itsetunto on ihmisen kykyä pitää itsestään ja nähdä oma elämänsä tärkeänä sekä ainutkertaisena. Se on kykyä luottaa itseensä ja arvostaa itseään heikkouksista huolimatta. Itsetunto vaikuttaa kaikkeen ihmisen toimintaan ja hänen ratkaisuihinsa. Itsetunto on olennainen ja tärkeä osa ihmisen persoonallisuutta. (Keltikangas-Järvinen 1994,16.)

Tästä aiheesta ei ole aiemmin tehty juuri tällaista tutkimusta, joten ajattelin sen olevan hyvä ja tuore aihe. Haluan kehittää omaa osaamistani tutkimuksen kautta ja valitsin työni aihepiiriksi varhaiskasvatuksen, sillä suuntaudun opinnoissani lapsi- ja perhelähtöiseen työhön, joten opinnäytetyöni tarkoitus on vahvistaa omaa varhaiskasvatukseen liittyvää osaamistani.

Työni työelämäkumppanina on Mikkelissä sijaitseva kunnallinen päiväkotitoiminta. Päiväkotitoiminta mahdollistaa tutkimuksen tekemisen, sillä tarkoitukseni on tutkia juuri päiväkodissa työskentelevien lastentarhanopettajien näkökulmasta lapsen itsetunnon kehittymistä ja sen tukemista. Toteutin tutkimukseni haastattelemalla avoimella yksilöhaastattelulla päiväkodin lastentarhanopettajia. Pyrin selvittämään, miten lastentarhanopettajat tukevat lasten itsetunnon kehittymistä ja millaisia menetelmiä heillä on käytössään.

Työni aihe on ajankohtainen, sillä nykyisin varhaiskasvatuksessa otetaan huomioon kaikki lapsen kasvuun ja kehitykseen liittyvät asiat, ja lapsen itsetunnon tukeminen on yksi tällaisista asioista. Varhaiskasvatussuunnitelmassa todetaan, että varhaiskasvatuksen tavoitteena on, että lapsi saa vahvistusta itsetunnon olleeseen, sekä tulee arvostetuksi, kuulluksi ja nähdyksi (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 15). Opinnäytetyöni aihe on tärkeä, koska lapsen itsetunnon muodostuminen vaikuttaa pitkälle hänen tulevaisuuteensa. Lapsen oma näkemys itsestään vaikuttaa kaikkiin hänen toimintoihinsa ja myönteisen minäkuvan tukeminen ja itsetunnon vahvistaminen on yksi varhaiskasvatuksen keskeisistä tehtävistä.

2 ITSETUNTO JA MINÄKUVA

Itsetunto on ihmisen kykyä pitää itsestään ja nähdä oma elämänsä tärkeänä sekä ainutkertaisena. Se on myös ihmisen kykyä luottaa itseensä ja arvostaa itseään havaitsemista heikkouksista huolimatta. Itsetunto vaikuttaa kaikkeen ihmisen toimintaan ja hänen ratkaisuihinsa. Ihmisen itseluottamuksen määrä vaihtelee elämän eri alueilla ja itsevarmuuden tunne voi ajoittain vaihdella ihmisen pettymysten ja onnistumisten vaikutuksesta. Itsetunto on olennainen ja tärkeä osa ihmisen persoonallisuutta. (Keltikangas-Järvinen 1994,16.) Itsetunto muodostuu monista eri tekijöistä ja eri ihmisillä siihen vaikuttavat erilaiset asiat. Itsetunto koostuu muun muassa ihmisen tunteista, ihmishuuhdetaidoista ja yleisestä osaamisesta. (Keltikangas-Järvinen 1994, 27.)

Itsetunto on ihmisen käsitystä itsestään ja se vaihtelee usein. Itsetunnon muutokset johtuvat siitä, mitä ympäristössä, itsessä sekä ympäristön ja ihmisen välisissä suhteissa tapahtuu. Ihmisen itselleen antamalla palautteella on suuri merkitys itsetuntoon, mutta ihmiset ovat myös riippuvaisia ympäristön antamasta palautteesta. Palautteen vastaanottamisessa on monia vaiheita ja lopulta tärkeää on vain se, millaisen merkityksen palaute saa ihmisen mielessä, eli miten sen ottaa vastaan ja integroi omaan minäkuvaan ja muuhun olemassa olevaan tietoon. Palautteen sieto riippuu pitkälti ihmisen itsetunnosta. Hyvään itsetuntoon liittyvät myös keskeisesti kaikki ei-kielellinen vuorovaikutus, kuten äänensävyt ja katseet. (Sinkkonen 2008, 172–174.)

Minäkäsityksellä tarkoitetaan ihmisen tietoista käsitystä itsestään eli kaikkia niitä puolia, joita ihminen tietoisesti liittää itseensä kuuluviksi. Minäkäsityksessä on kaksi puolta; minän tunto eli laaja-alainen aistikokemuksellinen minä ja kyky tarkastella sekä pohtia minuuden kokemuksia. Kun ihminen tarkastelee itseään, ajatuksiaan, tunteitaan ja kokemuksiaan, hän luo suhdetta sisäiseen maailmaansa ja ohjautuu sen perusteella toimintoihinsa. Tämän kautta muodostuu myös ihmisen tietoinen minäkäsitys eli identiteetti. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 34.) Itsetunto, minäkuva ja identiteetti ovat kaikki minän osia.

Minäkuvalla ja minäkäsityksellä tarkoitetaan usein samaa asiaa ja nämä käsitteet voidaan ymmärtää toistensa synonyymeiksi. Minäkuva on ihmisen kokonaisnäkemys itsestään. Se sisältää menneisyyden, nykyisyyden ja tulevaisuuden havainnot sekä kokemukset, yhdistettyinä ihmisen ihanteisiin, arvoihin, asenteisiin ja tunteisiin. Ihmi-

sen minäkäsityksessä on useita osa-alueita ja se voidaan jakaa kolmeen pääkohtaan: reaalinminäkäsitykseen, ihanneminäkäsitykseen ja normatiiviseen minäkäsitykseen. Reaalinminäkäsitys on ihmisen todellinen ja tiedostettu käsitys siitä minkälainen hän on. Ihanneminäkuva on ihmisen näkemys siitä, minkälainen hän haluaisi olla, mitä toiveita ja tavoitteita hänellä on kehittyä. Normatiivinen minäkäsitys on ihmisen ajatus siitä, millaisena muut ihmiset häntä pitävät tai millaisena muut haluavat hänen olevan. Näiden määritelmien lisäksi minäkuva voidaan tarkemmin jakaa emotionaaliseen, sosiaaliseen, fyysis-motoriseen ja suoritusminäkuvaan, riippuen siitä, mitä asiaa halutaan tarkastella. (Aho & Laine 1997, 18–19.)

Minäkuva on yksilön kokonaisnäkemystä itsestään; sitä millaisena hän itsensä näkee ja millaisena hän itseään pitää. Minäkäsitykseen liittyvät henkilön ajatukset hänen ulkonäöstään, asenteistaan, arvoistaan, ominaisuuksistaan ja tunteistaan. Minäkäsitystä pidetään yhtenä ihmisen tärkeimmistä ominaisuuksista, sillä ihmisen minäkuva määrittää pitkälti hänen käyttäytymistään. Ihminen toimii sen mukaan, millainen käsitys hänellä on itsestään, eikä sen mukaan, millaiset hänen todelliset kykynsä tai ominaisuutensa ovat. Minäkuva vaikuttaa myös ihmisen psyykkiseen tasapainoon ja oppimiseen, sillä ihmisellä on luontainen tarve vahvistaa minäkäsitystään. Minäkuvan vahvistaminen tapahtuu muun muassa siten, että ihminen valikoi ympäristöstä hänen omaa minäkäsitystään tukevaa tietoa. Minäkuvan avulla ihminen antaa merkityksiä kokemuksilleen ja tulkitsee maailmaa sekä määrittelee odotuksiaan. (Aho 1996, 9-12.) Minäkuva on ihmisen pysyvä käsitys siitä millainen hän on ja millaisena hän itsensä näkee (Keltikangas-Järvinen 1994, 30). Minäkuvan pysyvyys tarkoittaa sitä, että minäkuva määräytyy ihmisen sisältäpäin, ei hetkittäisen ulkoisen palautteen mukaan (Keltikangas-Järvinen 2010, 140).

Minäkuvaan ja sen muodostumiseen vaikuttavat ihmisen temperamentti, kyky ja taito tehdä havaintoja toisten ihmisten käyttäytymisestä sekä toisilta ihmisiltä saatu palaute. Lapsen minäkäsitys alkaa kehittyä jo varhain, ja on todettu, että jo 3–4 vuotiaat lapset pystyvät kuvaamaan ja arvioimaan itseään psykologisilla ominaisuuksilla. Minäkuvan kehittymiseen vaikuttavat eniten lapselle tärkeät ihmiset, kuten opettajat, vanhemmat ja kaverit. Minäkuvan kehitys etenee siten, että lapsi havainnoi tilanteita ja tekee niistä johtopäätöksiä, minkä jälkeen hän toimii harkintansa mukaan. Toiminnasta saadun palautteen varassa hän kehittää ja tarkentaa minäkuvaansa. Näin lapset rakentavat vuorovaikutuksesta saadun kokemuksen avulla käsitystä itsestään. Käsitys oman mi-

nän pysyvyydestä syntyy 7–10 vuoden iässä, ja herkin aika minäkäsityksen muodostumiselle on lapsen ollessa noin viisi vuotias. (Aho 1996, 26–28.)

Minäkuva on ihmisen käsitys omasta itsestään ja ilmenee tavassa, jolla ihminen kuvaa odotuksiaan, ihanteitaan, osaamistaan, kykyjään, tavoitteitaan ja persoonaansa. Minäkuvan voidaan katsoa olevan ihmisen elämän päätösten ja ratkaisujen kivijalka. Ihmisen minäkuva eli hänen käsityksensä osaamisestaan, tavoitteistaan ja itsestään ratkaisee sen, mikä on ihmisen mielestä hänelle parasta. Minäkuvan muodostuminen on pitkä kehitystapahtuma ja lapsen minäkuvan muodostuminen alkaa kolmannen ikävuoden loppuun mennessä, kun lapsi käsittää itsensä itsenäiseksi yksilöksi. Lapsen turvallinen kiintymyssuhde häntä hoitavaan aikuiseen mahdollistaa sen, että lapsi ymmärtää olevansa erillinen ihminen. Turvallisessa kiintymyssuhteessa lapsi tiedostaa, että häntä hoitava aikuinen ei katoa, vaikka tämä välillä toimii lapsen odotusten vastaisesti. Lapsi myös huomaa, että vaikka hän kiukuttelisi ja etsisi omia rajojaan, aikuinen ei hylkää häntä, vaan rakastaa lasta kaikesta huolimatta. Nämä kokemukset tekevät mahdolliseksi pysyvän minäkuvan muodostumisen. Erityisen tärkeitä minäkuvan muodostumisen kannalta ovat lapsen ikävuodet neljästä kuuteen. (Keltikangas-Järvinen 2010, 137–139.)

Lapsen minäkäsitys kehittyy paljon juuri varhaiskasvatuksessa, sillä kun lapsi on päiväkodissa, hänellä on enemmän vertailukohteita itseensä nähden. Lapsi rakentaa identiteettiään vertailemalla itseään muihin ja testaamalla omaa osaamistaan. Lapset myös rakentavat minäkuvaansa kaikesta kuulemastaan ja näkemästään, ja päiväkodissa lapsi saa runsaasti systemaattista palautetta käyttäytymisestään. Varhaiskasvatuksessa lapsen arviointi- ja havainnointikyky kehittyvät paljon, jolloin lapsi pystyy arvioimaan itseään ja hänestä tulee realistisempi itseään kohtaan. (Aho 1996, 28–29.)

Lapsen käsitys omasta tärkeydestään rakentuu todellisuudesta ja muodostuu lapsen kokemuksista ja havainnoista, sekä niistä viesteistä, joita muilta ihmisiltä saa. Joskus lapsi voi kuitenkin tulkita asioita virheellisesti ja aikuisen arvostus ei välity lapselle, jollei hän sano sitä ääneen ja näytä sitä tekoina. Mitä pienempi lapsi on, sitä enemmän teoilla on merkitystä hänelle ja vastaavasti sanojen merkitys on vähäisempi. (Caciatore ym. 2008, 149.) Olisi siis tärkeää, että lasten kanssa työskenneltäessä ei-kielellinen viestintä ei olisi ristiriidassa kielellisen viestinnän kanssa, sillä se sekoittaa

lapsen toimimista eikä lapsi osaa suhtautua oikein, jos aikuinen esimerkiksi vaikuttaa ärsyntyneeltä tai torjuvalta, mutta kuitenkin kehuu lasta.

Itsetunto on osa ihmisen persoonallisuutta ja temperamenttia, se muotoutuu ja muokkautuu koko ihmisen elämän aikana. Kaikki lasten kanssa tekemisissä olevat ihmiset vaikuttavat lapsen itsetunnon ja minäkuvan kehittymiseen. Itsetuntotyö on merkittävä osa aikuisten tekemää kasvatustyötä. Itsetunnon rakentaminen on ensiarvoisen tärkeää, koska toimiva itsetunto edistää lapsen kasvua ja kehitystä tasapainoiseksi ihmiseksi. Oikein tuettuna jokaisesta lapsesta voi tulevaisuudessa kasvaa itsensä kanssa pärjäävä ja itseään arvostava aikuinen. Itsetunto on jatkuvasti läsnä ja vaikuttaa suoraan ihmiseen, hänen ajatuksiinsa, tekoihin ja olettamuksiin, sekä siihen miten muut ihmiset häneen suhtautuvat ja hänet ymmärtävät. Hyvä itsetunto antaa lapselle luvan olla oma itsensä, hän saa leikkiä ja hänellä saa olla omia mielipiteitä. Lapsi, jolla on hyvä itsetunto, suhtautuu toiveikkaan luottavasti ympäristöönsä, tulevaisuuteensa ja itseensä. Kun lapsi on tasapainossa itsensä kanssa ja hänellä on hyvä itsetunto, ei hänellä ole tarvetta alistaa muita lapsia, esimerkiksi kiusaamalla. (Cacciatore ym. 2008, 8-15.)

Erilaisia itsetuntomääritelmiä ja -malleja on runsaasti ja Cacciatore ym. (2008, 148.) on kirjassaan nostanut esille itsetunnon peruskahdeksikon, sillä se on hyvin käytännönläheinen malli. Itsetunnon peruskahdeksikko kuvaa itsetunnon rakenteen selkeänä ja yksinkertaisena. Itsetunnon peruskahdeksikko koostuu ihmisen näkemyksestä omasta merkityksestään, käsityksestä omasta kehostaan, reviirinsä rajoista, aggressiosta, seksuaalisuudesta, sukupuoliroolistaan ja ympäristön turvallisuudesta sekä oman elämänkaarensa mielikuvasta. Itsetunnon vahvuus ja heikkous vaikuttavat ihmisen sisällä olevaan persoonallisuuteen, ja heikkoja osa-alueita tulisi vahvistaa.

3 ITSETUNNON TUKEMINEN

Cacciatore ym.(2008, 264–265) on linjannut kirjassaan kymmenen keinoa, joiden avulla aikuinen voi tukea lapsen itsetuntoa. Tärkeäksi ovat nousseet läsnäolo ja lapsen kohtaaminen, sillä ilman näitä asioita on vaikea havaita lapsen tunteita ja haastavia asioita hänen elämässään. On tärkeää, että lapsella on aina tavoitettavissa lähellä turvallinen aikuinen, joka tukee lapsen omia pohdintoja ja kunnioittaa hänen perustelujaan ja näkökulmiaan. Aikuisen on myös uskottava lapseen, sillä nostamalla esiin

lapsen osaamista, onnistumisia ja hyviä ominaisuuksia, hän tukee lapsen itsetuntoa ja myönteistä minäkuvaa parhaiten. Lapsen on myös hyvä tietää, ettei aikuisen usko ja välittäminen lapseen horju, vaikka tämä epäonnistuisi tai tekisi virheitä. Aikuinen on mallina lapselle kaikissa asioissa, myös hyvässä itsetunnossa. Lapset oppivat aikuisilta kuinka kohdella itseään, aikuisen antama malli voi olla joko arvostava tai vähättelevä. Lapsen itsetuntoa tukeessa on hyvä muistaa, että kaikki lapset ovat yksilöitä ja erilaisia, mutta kaikki tarvitsevat positiivista palautetta ja tukea hyvän itsetunnon luomiseen.

Yksi keskeisimmistä keinoista, joilla tuetaan lapsen itsetuntoa, on aikuisen ja lapsen yhdessä oleminen. On tärkeää, että aikuiset viettävät lapsen kanssa aikaa ja tekevät hänen kanssaan erilaisia asioita. Vanhempien ja päiväkodin välinen tiivis yhteistyö edesauttaa lapsen itsetunnon kehittymistä, kun lapsella on samanlaiset käytännöt kotona sekä päiväkodissa. Jatkuvuus ja pysyvyys ovat keskeisiä asioita pienen lapsen arjessa, varsinkin jos kyseessä on erityistä tukea tarvitseva lapsi. On tärkeää, että mitä enemmän aikuisia on lapsen elämässä, sitä tiiviimpää myös yhteistyö eri tahojen välillä on. Lapsen itsetuntoa tuetaan antamalla hänelle sopivassa suhteessa sekä vapautta, että vastuuta. On keskeistä, että lapsi saa olla oma itsensä ja hänet kohdataan yksilönä. Lapsen on yksilöllisyyden lisäksi hyvä tuntea pienestä asti olevansa osa jotain isompaa kokonaisuutta johon hän kuuluu, esimerkiksi perhettä tai päiväkotiryhmää. Tällainen ajattelu tukee lapsen itsetuntoa sekä edesauttaa häntä kasvamaan yhteiskunnan täysivaltaiseksi jäseneksi. (Roberts 2002, 116–117.)

Ben Furman (2012, 9–15) esittelee kirjassaan *Olen ylpeä sinusta!* vanhemmille sekä muille lasten kasvattajille ratkaisukeskeisiä keinoja, joiden avulla voidaan tukea ja kannustaa lasta. Positiivinen palaute, eli lasten kiittäminen, kannustaminen ja kehuminen, on tehokas kasvatusmenetelmä, mutta sen hyödyntäminen ei ole aina helppoa. Lapsia on tärkeä kannustaa ja kehua, koska se vahvistaa heidän uskoaan itseensä. Lapset ovat kuitenkin yksilöitä ja voivat reagoida kehumiseen ja positiiviseen palautteeseen hyvin eri tavoin. On tärkeää käyttää erilaisia tapoja antaa positiivista palautetta sekä tunnistaa lasten yksilölliset tarpeet. Furman esittelee (2012, 16–27) kirjassaan kuusi erilaista tapaa, joilla lapsia voidaan kehua ja näin tukea heidän itsetuntoaan. Näitä tapoja ovat kiittäminen, ns. juorukehu eli epäsuora kehuminen, sanaton, kyselevä ja leikkisä kehuminen sekä yrittämisestä kehuminen. Kiittäminen on usein aikuiselle luontevin tapa antaa lapselle myönteistä palautetta. Lapsen on helppo ottaa sitä vas-

taan ja hän saa samalla hyvän mallin ja oppii kiittämään muita. Juorukehulla eli epäsuoralla kehumisella tarkoitetaan positiivisen palautteen antamista lapsesta jollekin muulle henkilölle, esimerkiksi lapsen vanhemmalle tai toiselle päiväkodin työntekijälle. Sanaton kehuminen on usein ja ilmeisesti tapahtuvaa kannustamista ja leikkivä kehuminen kannustamista huumorin ja ilon kautta. Kyselevä kehuminen auttaa lasta pohtimaan ja keskustelemaan mikä sai hänet onnistumaan. Lasta on tärkeää kehua onnistumisesta, mutta myös yrittämisestä.

Ammattikorkeakoulussa on 2011 julkaistu aiheeni sivuuttava opinnäytetyö, jonka aiheena on lapsen itsetunnon vahvistaminen esiopetuksessa. Opinnäytetyön pääpaino on esiopetuksessa ja se on toteutettu yhden esiopetusryhmän työntekijöiden avoimella yksilöhaastattelulla. Opinnäytetyön tuloksissa kävi ilmi, että esiopetuksen työntekijöillä on useita erilaisia keinoja vahvistaa lapsen itsetuntoa. Lapsen itsetunnon tukeminen varhaiskasvatuksessa on tärkeää, sillä se vaikuttaa lapsen ajatuksiin, tekoihin ja siihen, miten muut ihmiset häneen suhtautuvat. Lapsen itsetunnon vahvistaminen vie aikaa ja päiväkodin työntekijä voi kohentaa lapsen itsetuntoa vahvistamalla itsetunnon eri osa-alueita. Itsetunto koostuu muun muassa perus turvallisuuden, itsensä tiedostamisen ja pätevyyden tunteista. Konkreettisesti lapsen itsetuntoa vahvistetaan päiväkodissa esimerkiksi myönteisten oppimiskokemusten ja kannustavan palautteen avulla. Myös kielen avulla tuetaan lapsen itsetuntoa, kun varhaiskasvatuksessa opetellaan vuorovaikutustaitoja ja tunteiden ilmaisua. Päiväkodin työntekijä voi vahvistaa lapsen itsetuntoa omalla toiminnallaan antamalla lapselle myönteistä palautetta, sekä tukea lapsen itsetuntoa sanallisella ja sanattomalla viestinnällä. Opinnäytetyössä todetaan myös, että päiväkodin työntekijän oman itsetunnon tulisi olla vahva, jotta hän voi tukea lapsen itsetuntoa. (Kuninkaanniemi 2011, 33–34.)

Päivi Koivisto (2007, 158) on yliopistotasolla tehnyt tutkimuksen päiväkodin toimintakulttuurin kehittämiseksi lasten itsetuntoa vahvistavaksi. Hän on tutkinut itsetuntoa sekä sen kehittymistä, ja pohtinut yhdessä yhteistyökumppanin kanssa, kuinka päiväkodin toimintaa voitaisiin kehittää itsetuntoa vahvistavaksi. Koiviston tutkimuksessa käy ilmi, että päiväkodin henkilökunnan tietoisuuden lisääntyminen lapsen itsetunnon merkityksestä, auttoi yksikön uusien toimintatapojen ja arvojen pohdintaan. Kun itsetuntoa vahvistavaa toimintaa oli alettu arvostaa päiväkodissa ja siihen kiinnitettiin tietoisesti huomiota, sille haluttiin järjestää aikaa ja mahdollisuuksia arjen tilanteissa. Tämä johti päiväkodissa uusiin pedagogisiin ratkaisuihin, kuten kiireettömyyteen päi-

vän toiminnoissa, pienryhmissä toimimiseen ja mahdollisuuksien järjestämiseen erilaisille leikeille. Lasten itsetunnon vahvistaminen päiväkodissa on vaativaa ja moniulotteinen tehtävä, jossa on otettava huomioon monia eri asioita.

Koivisto (2007, 149) loi tutkimusta tehdessään kuvion siitä, kuinka lapsen itsetunnon vahvistaminen päiväkodissa tapahtuu ja miten se on mahdollista. Kuviossa käy ilmi, miten konkreettisesti lapsen itsetuntoa voidaan tukea päiväkodissa. Koivisto on jakanut itsetunnon tukemisen yleiseen itsetuntoa vahvistavaan pedagogiikkaan sekä itsetunnon osa-alueita vahvistavaan pedagogiikkaan. Lapsen yleistä itsetuntoa vahvistavia menetelmiä ovat aikuisen jakamaton henkilökohtainen huomio, aito kohtaaminen ja kiinnostus lapsen asioista, positiivinen palaute, sanaton vuorovaikutus, läheisyys ja tunteiden ilmaiseminen. Itsetunnon osa-alueita vahvistavat lapsen tunne siitä, että hän osaa, lapsi haluaa kehittyä, lapsi saa onnistumisen kokemuksia ja rakentavaa ohjausta sekä palautetta, lapsella on mahdollisuus toiminnoille, jotka ovat hänelle tärkeitä ja lapsella on elämässään perustellut säännöt sekä rajat. Lapsen itsetuntoa tukiessa kahdenkeskiset hetket lapsen kanssa, pienryhmätyöskentely ja aikuisen esimerkki sekä malli ovat keskeisiä asioita. Koiviston mukaan on tärkeää, että lapsen itsetuntoa vahvistetaan kaikissa arkisissa vuorovaikutustilanteissa. Päiväkodin toimintakulttuuri, kasvattajan hyvä itsetunto ja perusturvallinen kasvatusilmapiiri ovat keskeisessä osassa lapsen itsetunnon tukemisessa.

Itsetuntoa tukevia ja vahvistavia leikkejä sekä harjoituksia on luotu runsaasti. Esimerkiksi Plummer ja Serrurier (2006, 7–8.) ovat luoneet itsetuntoon liittyviä harjoituksia, joilla juuri lasten tervettä itsetuntoa voidaan tukea. Harjoitukset koostuvat muun muassa ryhmäharjoituksista, ongelmanratkaisua vaativista tehtävistä ja tunteisiin liittyvistä harjoituksista. Harjoitusten avulla lapset pystyvät harjoittelemaan ja vahvistamaan kognitiivisia, emotionaalisia ja sosiaalisia taitojaan. Suomessa Sari Toivakka ja Miina Maasola (2011, 11–16) ovat koonneet eri-ikäisten ihmisten kanssa käytettäväksi toiminnallisia harjoituksia, joiden tarkoituksena on vahvistaa ihmisen itsetuntoa. Kirjan harjoituksista suurin osa on sovellettavissa myös päiväkotikäisten lasten kanssa käytettäväksi ja niissä rakennetaan toiminnallisilla ja hauskoilla tavoilla itsetuntemustaitoja. Kirja pohjautuu ajatukseen, että kun vuorovaikutustaitojen ja itsetuntemuksen parissa työskennellään tietoisesti, itsetunto kehittyy. Erityisesti onnistumisen kokemukset vahvistavat lapsen itsetuntoa. Kaikilla lasta ympäröivillä ihmisillä on mahdollisuus vaikuttaa lapsen kehittyvään itsetuntoon. Itsetuntoa vahvistavia leikkejä ohjatessa,

aikuisen tulee kiinnittää huomiota omaan läsnäolon tapaansa, ryhmän sisäisen luottamuksen synnyttämiseen ja kannustavan palautteen antamiseen. Palautteella ja aikuisen antamalla tuella on suuri merkitys lapsille. On tärkeää, että harjoitukset valitaan aina tarkoin, jotta leikit ovat ryhmään soveltuvia.

Suomalaisessa kasvatuskulttuurissa itsetunnon kehittymistä ja sen tukemista pidetään tärkeänä. Esimerkiksi esiopetuksen opetussuunnitelman perusteisiin on kirjattu, että esiopetuksen tavoitteena on lapsen myönteisen minäkuvan vahvistuminen. Esiopetuksen tärkeä tehtävä on vahvistaa lapsen tervettä itsetuntoa muun muassa myönteisten oppimiskokemusten ja kielen avulla. (Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2010, 7–12)

4 LAPSEN ITSETUNNON TUKEMINEN PÄIVÄKODISSA

4.1 Varhaiskasvatuksen keinot päiväkodissa

Varhaiskasvatus on kasvatuksellista vuorovaikutusta, joka on pienten, alle kouluikäisten lasten kanssa tapahtuvaa toimintaa. Varhaiskasvatuksen tavoitteena on edistää ja tukea lasten tasapainoista oppimista sekä kasvua ja kehitystä. Yhteiskunta järjestää varhaiskasvatusta sekä valvoo sen toteuttamista. Varhaiskasvatuksen palveluja tuottavat kunnat, järjestöt, yksityiset palveluntuottajat sekä seurakunnat. Keskeisimpiä varhaiskasvatuksen palveluja ovat päiväkotitoiminta, perhepäivähoito sekä avoin päivähoito. Varhaiskasvatus koostuu hoidon, opetuksen ja kasvatuksen osa-alueista. Se on tavoitteellista sekä suunnitelmallista yhteistoimintaa ja vuorovaikutusta, jossa keskeinen merkitys on lapsen omaehtoisella leikillä. Varhaiskasvatuksen piiriin kuuluvat kaikki alle kouluikäiset lapset, mutta myös ne oppivelvollisuusikäiset lapset, jotka käyttävät varhaiskasvatuspalveluja. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 11–12.)

Varhaiskasvatus on osa päivähoitoa ja päivähoito on yhteiskunnan tarjoama varhaiskasvatuspalvelu, jossa lapsen hoito toteutetaan ja järjestetään laissa määriteltynä päiväkotihoidona, perhepäivähoitona, leikkitoimintana tai muuna päivähoitotoimintana. Päivähoitoa järjestävät kunnat, yksityiset tahot sekä kolmas sektori. Päivähoidon tavoitteena on tukea lasten vanhempia näiden kasvatustehtävässä sekä yhdessä perheen

kanssa edistää lapsen tasapainoista kehittymistä, kasvua ja oppimista. Päivähoidon tulee tarjota lapselle turvalliset ja jatkuvat ihmissuhteet, suotuisa kasvuympäristö sekä monipuolista lapsen kasvua ja kehitystä tukevaa toimintaa. Päivähoitopalvelu on monimuotoista ja sitä on saatavilla eri tavoin järjestettynä perheiden tarpeiden mukaan. Lasten päivähoito on pyrittävä järjestämään niin, että se tarjoaa lapsen kasvatukselle ja hoidolle sopivan paikan sekä jatkuvan hoidon sinä vuorokauden aikana, kun sitä tarvitaan. Päivähoidossa yhdistyvät lapsen oikeus saada varhaiskasvatusta ja vanhempien oikeus lapsen hoitopaikkaan. (Laki lasten päivähoidosta 2015.)

Varhaiskasvatusta ohjaavat valtakunnallisella tasolla useat lait ja asiakirjat, kuten esimerkiksi esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet, varhaiskasvatussuunnitelman perusteet, laki sekä asetus lasten päivähoidosta, perusopetuslaki sekä laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2014). Näistä päivähoitolaki on parhaillaan muuttumassa varhaiskasvatuslaiksi. Valtakunnalliset linjaukset määrittelevät varhaiskasvatuksen toteuttamisen, tavoitteet, keskeiset periaatteet, laadun sekä sisällöt. Kunnallisella tasolla varhaiskasvatusta ohjaavat kuntien omat varhaiskasvatussuunnitelmat ja esiopetuksen opetussuunnitelmat, jotka perustuvat valtakunnallisiin suunnitelmiin. Jokaisella päivähoidon yksiköllä on myös oma tarkempi varhaiskasvatussuunnitelmansa ja jokaisella lapsella on henkilökohtainen yhdessä vanhempien kanssa laadittu varhaiskasvatuksen tai esiopetuksen suunnitelma. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 8–9.)

Suomalaisen varhaiskasvatuksen arvopohja perustuu kansainvälisiin lasten oikeuksia määritteleviin sopimuksiin. Varhaiskasvatuksen keskeiset periaatteet ovat lapsen oikeus turvattuun kasvuun, kehitykseen ja oppimiseen, oikeus turvallisiin ihmissuhteisiin ja ympäristöön, jossa lapsi voi toimia ja leikkiä monipuolisesti sekä lapsen oikeus tulla kuulluksi, ymmärretyksi ja saada tarvitsemaansa tukea. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 12.)

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa on nimetty kolme varhaiskasvatusta ohjaavaa kasvatuspäämäärää. Yksi näistä päämääristä on lapsen henkilökohtaisen hyvinvoinnin edistäminen, jossa keskeistä on, että lapsen yksilöllisyyttä kunnioitetaan. Tällä luodaan pohja sille, että jokainen lapsi voi kehittyä ja toimia omana ainutlaatuisena persoonanaan. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 13.) Tämä päämäärä tukee ajatusta siitä, että päiväkodin henkilöstön tulisi tukea lapsia olemaan omia itse-

jään, sekä vahvistamaan heidän myönteistä käsitystä itsestään. On tärkeää, että lapsi saa kannustavaa palautetta, jotta hänen itsetuntonsa vahvistuu.

Lapsen itsetunnon tukemisen avuksi päiväkodissa on kehitelty monia eri menetelmiä. Esimerkiksi Theraplay menetelmään perustuva vuorovaikutusleikki tukee lapsen itsetuntoa ja myönteistä minäkuvaa. Menetelmän tarkoituksena on kannustaa lapsia vuorovaikutukseen muiden ihmisten kanssa, saada lapselle onnistumisen kokemuksia ja tunnetta siitä, että lapsi on hyvä juuri sellaisenaan kuin hän on. (Suomen Theraplay-yhdistys ry 2015.) Myös erilaiset tunnetaitoja harjoittavat menetelmät, kuten Askeleittain, auttavat tukemaan lapsen itsetuntoa. Lapsi oppii tuntemaan itsensä ja ymmärtämään sekä hallitsemaan omia tunteitaan. (Psykologienkustannus 2015) Erilaisten menetelmien avulla lapsi ymmärtää myös sen, että jokainen ihminen on erilainen. Lapsi oppii ymmärtämään, että ihmiset ovat hyviä eri asioissa ja pitävät eri asioista, mutta kaikki ovat silti yhtä arvokkaita. Menetelmien lisäksi lasten itsetuntoa pyritään tukemaan kaikissa päiväkodissa tapahtuvissa tilanteissa. Ruokailu-, ulkoilu-, riisumis- ja pukemistilanteet sekä lepo- ja leikkihetket, ovat päivittäisiä asioita, joissa lapsi saa palautetta aikuisilta, häntä kannustetaan ja hänet huomioidaan. Kaikki arkiset tilanteet ja kohtaamiset voivat omalta osaltaan tukea lapsen itsetuntoa, ja niillä on valtavan suuri merkitys. Onkin tärkeää, että varhaiskasvatuksessa työskentelevät ihmiset tiedostavat itsetunnon tukemisen merkityksen ja kiinnittävät siihen huomiota.

Varhaiskasvatuksen ja päiväkodin ensisijainen tavoite on edistää lapsen kokonaisvaltaista hyvinvointia, sillä kun lapsi voi hyvin, hänellä on hyvät edellytykset oppimiselle, kasvuille ja kehitykselle. Päiväkodissa lapsen tulee kokea, että hänet hyväksytään omana itsenään, häntä arvostetaan, hän tulee nähdyksi ja kuulluksi sekä hän saa vahvistusta terveelle itsetunnolle. Varhaiskasvatuksessa hyvällä hoidolla voidaan edistää lapsen myönteistä minäkäsitystä, ajattelun, itseilmaisun ja vuorovaikutustaitojen kehittymistä. Tutkiminen, leikkiminen, liikkuminen ja taiteellinen ilmaisu ovat lapsille ominaisia tapoja toimia. Tällainen lapselle luonteva toiminta vahvistaa lapsen käsitystä itsestään, lisää osallistumismahdollisuuksia ja vahvistaa lapsen hyvinvointia. Lapsi myös ilmentää tunteitaan ja ajatteluaan toimiessaan itselle mielekkäällä tavalla. Varhaiskasvatuksen suunnittelussa ja toteutuksessa otetaan huomioon lapsille ominaisen toiminnan tavat ja ne ohjaavat työntekijöiden toimintaa lasten kanssa. Varhaiskasvatusta ja päiväkotitoimintaa kehitetään ja arvioidaan refleктоimalla sekä havainnoi-

malla lapsia, työntekijöiden toimintaa ja ympäristöä. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 15–20.)

4.2 Lastentarhanopettajat

Varhaiskasvatuksen työntekijät muodostavat moniammatillisen kasvattajayhteisön, jonka toiminta pohjautuu määriteltyihin lakeihin ja asiakirjoihin, kuten varhaiskasvatussuunnitelman perusteisiin. Varhaiskasvatuksessa kasvattajan työssä on tärkeää tiedostaa oma kasvattajuus sekä sen taustalla olevat eettiset periaatteet ja arvot. Oman työskentelyn arviointi ja reflektointi auttavat työntekijää toimimaan eettisesti ja ammatillisesti kestävien toimintaperiaatteiden mukaisesti. Varhaiskasvatuksen piirissä työskenteleviltä työntekijöiltä edellytetään sitoutuneisuutta sekä kykyä ja herkkyyttä reagoida lapsen tarpeisiin ja tunteisiin. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 16.)

Varhaiskasvatuksen piirissä työskentelee monenlaisia ihmisiä, sillä varhaiskasvatuspalveluja tuottavat kunnat, yksityiset palveluntuottajat, seurakunnat ja järjestöt. Varhaiskasvatuspalveluista keskeisimpiä ovat päiväkotitoiminta, avoin päiväkotitoiminta sekä perhepäivähoito. Laadukkaan varhaiskasvatuksen takaamiseksi jokaisella yksittäisellä kasvattajalla on oltava vahva ammatillinen tietoisuus ja osaaminen. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 11.) Päiväkodeissa työskentelee muun muassa lastentarhanopettajia, erityislastentarhanopettajia, sosionomeja, lähi- ja lastenhoitajia sekä perhepäivähoitajia. Kaikilta alaikäisten lasten kanssa työskenteleviltä ihmisiltä tarkastetaan rikostausta, ja päiväkodissa työskentelemiseen vaaditaan, ettei työntekijällä ole rikostaustaa.

Lastentarhanopettajan työtehtäviin ja vastuisiin päiväkodissa kuuluu lapsiryhmän pedagogisesta toiminnasta vastaaminen, sen suunnitleminen ja toteuttaminen. Lastentarhanopettaja vastaa lapsiryhmän opetus- ja kasvatustyöstä, ja tämän työn tavoitteena on ohjata ja tukea lapsen kehitystä sekä kasvua kaikilta osa-alueilta. Lastentarhanopettajan työssä yhdistyvät opetus, kasvatus ja lapsen perushoito. Lastentarhanopettajan tekemä pedagoginen työ perustuu valtakunnalliseen varhaiskasvatuksen suunnitelman perusteisiin ja toiminta rakentuu siinä mainittujen tavoitteiden ja sisällöllisten orientaatioiden pohjalta. Lastentarhanopettaja ohjaa lapsiryhmässä päivittäisiä tuokioita, kuten aamupiiriä, liikunta-, musiikki-, leikki- ja kädentaitotuokioita. Hän toimii myös

kasvatuskumppanina perheille ja tekee tiivistä yhteistyötä lasten vanhempien kanssa. Lastentarhanopettajan tarkoituksena on tukea vanhempia heidän kasvatustehtävässään. (Ammattinetti 2015) Usein lastentarhanopettaja toimii myös lapsiryhmän vastuuhenkilönä ja tiiminvetäjänä.

Lastentarhanopettajalla on keskeinen rooli lapsen itsetunnon tukemisessa, sillä hän toteuttaa ja vastaa päiväkodin pedagogisesta toiminnasta. Eli hän suunnittelee kaikki toiminnot ja tuokiot mitä lapsiryhmän kanssa tehdään. Näissä toiminnoissa tulisi ottaa lapsen itsetunnon kehittyminen huomioon. Lastentarhanopettajalla on myös eniten tietoa ja osaamista havainnoida lapsen itsetuntoa ja hänen mahdollisia tuen tarpeitaan. Lastentarhanopettajan tulisi reagoida lapsen tarpeisiin erilaisten itsetuntoa tukevien keinojen kautta, kuten positiivisen palautteen, kannustuksen ja kehujen antamisen avulla.

Kaikkien päiväkodin työntekijöiden tarkoituksena on luoda hyvä ilmapiiri, jossa lapset voivat kokea osallisuuden ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Työntekijöiden tehtävänä on suunnitella ja toteuttaa toimintaa, jossa näkyvät varhaiskasvatuksen sisällölliset orientaatiot sekä luoda ympäristö, jossa lapsen on mahdollista toteuttaa ominaisinta tapaansa toimia, eli leikkiä. Sisällöllisiä orientaatiota varhaiskasvatuksessa ovat matemaattinen, luonnontieteellinen, historiallis-yhteiskunnallinen, esteettinen, eettinen ja uskonnollis-katsomuksellinen orientaatio. Työntekijöiden toimintaa päiväkodissa ohjaa lapsen kasvun, hoidon ja opetuksen kokonaisuus, ja työntekijöiden tulee tiedostaa lapsen kasvun ja oppimisen mahdollisuudet. Ammatillinen tieto ja kokemus ovat perusta työntekijöiden osaamiselle ja on tärkeää, että työntekijät ylläpitävät omaa osaamistaan ja pyrkivät aina kehittämään omaa toimintaansa sekä tiedostavat varhaiskasvatuksen muuttuvat tarpeet. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 16–26.)

4.3 Päiväkotitoimintaympäristönä

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2005, 17–18) linjataan, että varhaiskasvatustalvueluita tuottavien tahojen toimintaympäristö tulee suunnitella joustavaksi, jotta sitä voidaan muuttaa tarpeiden mukaisesti. Esimerkiksi päiväkodin toimintaympäristön tulee olla monipuolinen ja lasten oppimiseen innostava. Ympäristön tarkoituksena on herättää lapsen uteliaisuutta, kokeilunhalua ja mielenkiintoa sekä kannustaa lasta toimimaan ja ilmaisemaan itseään. Toimintaympäristö muodostuu sosiaalisten, fyysis-

ten ja psyykkisten tekijöiden kokonaisuudesta. Siihen liittyvät erilaiset materiaalit ja välineet, rakennetut tilat ja lähiympäristö. Päiväkodin toimintaympäristöä luodessa on tärkeää huomioida toiminnalliset ja esteettiset näkökulmat, sillä hyvin rakennettu ympäristö on sekä lapsista että kasvattajista viihtyisä ja kannustaa lasta liikkumaan, toimimaan, tutkimaan ja leikkimään. Tärkeää on, että päiväkodin toimintaympäristön ilmapiiiri on turvallinen sekä myönteinen ja päiväkodin tilat on suunniteltu tarkoituksen mukaisesti siten, että niissä pystytään parhaalla mahdollisella tavalla toteuttamaan ja järjestämään varhaiskasvatusta.

Päiväkodit ovat olemassa lapsia ja perheitä varten, ja niiden tulee olla paikkoja, jossa lapsi voi kasvaa ja kehittyä. Päiväkodin tärkeä tehtävä on kehitysedellytysten luominen lapselle. Päiväkotien toimintaympäristö on muutoksessa, sillä ne ovat pitkään toimineet samojen periaatteiden mukaisesti eikä niiden ole tarvinnut ottaa huomioon ympäristössä vaikuttavia muutostekijöitä. Tänä päivänä päiväkodit ovat kuitenkin yhä enemmän vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa. Erilaiset ympäristön haasteet ja vaatimukset aiheuttavat päiväkodeille toimintatapojen ja toimintaympäristön muuttamista. Esimerkiksi vanhempien työaikojen muuttuminen, vuorohoidon tarve ja eri kulttuuritaustaisten perheiden lisääntyminen luo muutosta päiväkodin toimintaympäristöön. (Kokljuschkin 2001, 23–25.) Vanhemmat ovat nykyisin yhä enemmän kiinnostuneita siitä, mitä päiväkodin seinien sisäpuolella tapahtuu, millaisessa paikassa heidän lapsensa viettää aikaa, mitä toimintaa siellä on, millaiset rutiinit ja toimintaperiaatteet päiväkodissa on.

Lasten onnistuneeseen oppimiseen vaikuttavat käytettävät opetusmenetelmät, mutta myös konkreettinen ympäristö, ja millaisia mahdollisuuksia se tarjoaa. Päiväkotien tulisi antaa mahdollisuuksia erilaisille leikeille ja paikallaan pysyvän toiminnan lisäksi myös liikettä ja ääntä sisältäviä toimintoja. (Kokljuschkin 2001, 69.)

Oppimisympäristöllä on keskeinen merkitys oppimiselle, sillä pelkillä toimintatuokioidella ei päästä päiväkodeissa kaikkiin tavoitteisiin, vaan ratkaisevan suuri merkitys on oppimisympäristöllä. Päiväkodin ympäristön tulisi olla sellainen, jossa lapsi kohtaa käsiteltäviä asioita. Päiväkodissa on oltava tilaa kaikkien lasten tunteille ja tarpeille, päiväkodin oppimisympäristön tulisi antaa mahdollisuus kaikenlaisille leikeille. Päiväkotien toimintakulttuuri määrittelee pitkälle sitä, miten paljon lapsilla on mahdollisuus hyödyntää omaa oppimistyyliään. Yksi suomalaisten päiväkotien haaste on saada

päiväkotien fyysinen oppimisympäristö monipuolisemmaksi (Kokljuschkin 2001, 78–83.)

Mikkelin kaupungin varhaiskasvatussuunnitelmassa (2012, 7–10) varhaiskasvatuksen visioksi on määritelty, että Mikkelin kaupungin tarkoituksena on tarjota perheiden tarpeista lähtevää monimuotoista päivähoitoa sekä esiopetusta hyvässä kasvatusilmapiirissä. Mikkelin kaupungin varhaiskasvatuspalveluiden toimintaympäristössä korostetaan henkilöstön ja vanhempien väistä kasvatuksellista kumppanuutta. Mikkelin kaupungin päivähoidon arvoina ovat yhteisöllisyys, kehittämistahto, avoimuus ja asiakaslähtöisyys. Mikkelin kaupungin päiväkodeissa lasten kasvu- ja toimintaympäristön tulee olla psyykkisesti ja fyysisesti turvallinen, ja siellä tulee olla rauhallinen, kiireetön ja myönteinen ilmapiiri.

5 OPINNÄYTETYÖN TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Opinnäytetyöni tarkoituksena on etsiä tietoa, miten lastentarhanopettajat päiväkodissa vahvistavat ja tukevat lasten itsetuntoa ja sen muodostumista. Tarkoitukseni on selvittää, millaisia keinoja heillä on tämän työn tekemiseen. Tutkimuksen avulla pyrin vahvistamaan omaa osaamistani varhaiskasvatuksessa ja saamaan itselleni lisää tietoa lapsen itsetunnon ja minäkuvan tukemisesta sekä niiden kehittymisestä. Tarkoitukseni on myös selvittää, miten päiväkodissa huomioidaan lapsen minäkuva ja itsetunto sekä minkälaisia käsityksiä lastentarhanopettajilla on aiheeseen liittyen.

Tutkimukseni pääkysymys on, miten lapsen itsetuntoa tuetaan päiväkodissa. Pääkysymystä täydentävät alakysymykset ovat miksi lapsen itsetunnon tukeminen on tärkeää, miten päiväkodin työntekijät kokevat tämän työn sekä miten he käsittävät ja määrittelevät itsetunnon. Tutkimuksessani pyrin etsimään vastauksia näihin kysymyksiin.

6 MENETELMÄT JA TOTEUTUS

Opinnäytetyöni menetelmällinen lähestymistapa on laadullinen eli kvalitatiivinen. Laadullisessa tutkimuksessa on lähtökohtana todellisen elämän kuvaaminen, ja sen tarkoituksena on pyrkiä tutkimaan kohdetta mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Laa-

dullisessa tutkimuksessa aineisto pyritään kokoamaan luonnollisissa ja todellisissa tilanteissa. Laadullisessa tutkimuksessa valitaan tutkimuksen kohdejoukko tarkoituksenmukaisesti, ei satunnaisotoksella. Tärkeintä kohdejoukon valinnassa on kerättävän aineiston laatu teoreettisesti perusteltuna, ei niinkään yksilöiden määrä. (Hirsjärvi ym. 2008, 157–160.)

Kvalitatiivisissa tutkimuksissa aineistonkeruumenetelmänä käytetään usein haastattelua ja päädyin myös itse haastattelun käyttämiseen. Haastattelun avulla saadaan selville, mitä henkilöt ajattelevat, uskovat ja tuntevat. Haastattelussa on mahdollista nähdä vastaajan ilmeet ja eleet sekä tehdä mahdollisia tarkentavia kysymyksiä. Haastattelua käyttämällä voidaan myös tavoittaa vastaajat myöhemmin, jos on tarvetta lisäkysymyksille tai tarkennuksille. Haastattelun huonona puolena on, että se vie usein paljon aikaa ja vaatii huolellista suunnittelua. Myös haastattelun purkaminen on aikaa vievää, mutta vastaukset ovat myös usein kyselylomakkeiden vastauksia kattavampia. (Hirsjärvi ym. 2008, 200–207.)

Tutkimusaineistona opinnäytetyössäni minulla on päiväkodin lastentarhanopettajilta haastattelemalla kerätyt vastaukset. Päädyin valitsemaan tutkimukseni kohdejoukoksi päiväkodin lastentarhanopettajat, sillä tulen omissa opinnoissani saamaan lastentarhanopettajan kelpoisuuden ja olen sen takia kiinnostunut juuri lastentarhanopettajien näkemyksistä ja kokemuksista. Päiväkotia on suuri yksikkö ja mielestäni noin kymmentä lastentarhanopettajaa haastattelemalla on mahdollista saada realistista tietoa lapsen minäkuvan ja itsetunnon tukemisesta päiväkodissa. Haastattelujen lisäksi minulla on aineistona kyseisestä aiheesta aiemmin tehdyt tutkimukset sekä teoreettinen tieto.

Tutkimusaineiston hankin haastattelemalla päiväkodin lastentarhanopettajia puoli-strukturoidulla teemahaastattelulla. Teemahaastattelu kohdennetaan tiettyihin teemoihin, joista keskustellaan. Teemahaastattelu ei edellytä kokeellisesti aikaansaattua yhteistä kokemusta, vaan se pohjautuu olettamukseen, että kaikkia ihmisen uskomuksia, ajatuksia, tunteita ja kokemuksia voidaan tutkia tällä menetelmällä. Teemahaastattelussa voidaan ottaa huomioon se, että ihmisten tulkinnat asioista ja niille annetut merkitykset ovat keskeisiä, samoin merkityksen syntyminen vuorovaikutuksessa. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 47–48.)

Käytin haastatteluissa puolistrukturoitua menetelmää, jossa kysymykset on laadittu valmiiksi, mutta niiden tarkka muoto ja järjestys voivat vaihdella. Päädyin tähän menetelmään, koska puolistrukturoidussa kyselyhaastattelussa kysymykset ja aihepiiri ovat kaikille haastateltaville samat, mutta vastausvaihtoehtoja ei ole määriteltä. Jokainen haastateltava saa siis vastata aivan kuten haluaa ja parhaaksi kokee. Laadin haastattelukysymykset itse tutkimukseni tavoitteiden pohjalta keskustellen opinnäytetyötäni ohjaavan opettajan kanssa. Päädyin tutkimuksessani keskittymään lapsen itsetunnon tukemiseen, sillä minäkuva liittyy osin itsetuntoon ja päiväkotimaailmassa itsetunto on minäkuvaan enemmän esillä. Haastattelin yksitellen ja kasvotusten kaikki tutkimukseen osallistuvat lastentarhanopettajat.

Käsittelin ja analysoin lastentarhanopettajilta keräämääni aineistoa yleistä teoriakirjallisuutta apuna käyttäen. Tallensin haastattelut nauhurin avulla, mikä auttoi niiden myöhempää analysointia. Nauhurin avulla minun oli myös mahdollista keskittyä paremmin haastattelujen toteuttamiseen, kun en joutunut kirjaamaan vastauksia tai tekemään muistiinpanoja. Litteroin haastattelut jälkeensä, eli kirjoitin puhutut vastaukset tekstimuotoon. Litterointia voidaan tehdä eri tavoin, riippuen siitä miten puhe ja saadut vastaukset halutaan tallentaa analyysiä varten. Puhe voidaan litteroina sanataksiksi ja siihen voidaan ottaa kaikki tauot, äännähdykset ja täytesanat mukaan tai puhe voidaan litteroina yleiskielellisesti, jolloin murresanat jäävät pois. Litterointia voidaan myös tehdä ajatussisältöjen mukaan, jolloin tutkija kirjaa ylös haastateltavan vastauksista ajatussisällön ylös. (Virtuaali AMK 2015.) Päädyin litteroimaan haastattelut yleiskielellisesti, sillä tutkimukseni kannalta keskeistä ei ole se miten puhe on edennyt tai miten sitä on tuotettu, vaan vastausten asiasisältö. Litteroinnin jälkeen purin haastatteluja teemoittelun avulla. Olin jo haastattelukysymyksiä laatiessani jakanut kysymykset eri teemoihin ja näiden teemojen pohjalta lähdin vastauksia tarkastelemaan.

7 TULOKSET

Ennen aineiston analysoinnin aloittamista purin aineiston litteroimalla, eli kirjoittamalla haastattelut sanalliseen muotoon. Kaikki haastattelut tehtyäni luin aineistoa kokonaisuutena, sillä aineistoa ei voi analysoida, ellei sitä ensin lue. Laadullisen tutkimuksen aineiston käsittelyssä keskeisimmässä osassa ovat analyysi ja synteesi. Analyysivaiheessa luokitellaan ja eritellään aineistoa ja synteesi vaiheessa pyritään luo-

maan tutkittavasta asiasta kokonaiskuvaan sekä esittämään mahdollisesti tutkittava ilmiö uudessa näkökulmassa. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 143.)

Haastattelin opinnäytetyötäni varten yhdeksää mikkeliäisessä päiväkodissa työskentelevää lastentarhanopettajaa. Heistä viisi oli valmistunut yliopistosta kasvatustieteiden kandidaatiksi ja neljä oli koulutukseltaan sosionomeja (AMK), joilla on lastentarhanopettajan kelpoisuus. Näissä tuloksissa käsitellään haastattelussa saatuja lastentarhanopettajien näkemyksiä lapsen itsetunnon tukemisesta. Tulosten teemat ovat itsetunnon tukemisen merkitys päiväkodissa, lapsen itsetunto ja sen näyttäytyminen lastentarhanopettajalle, lapsen itsetunnon tukeminen päiväkodissa ja siinä käytettävät menetelmät sekä lastentarhanopettajan rooli itsetunnon tukemisessa.

7.1 Itsetunnon tukemisen merkitys päiväkodissa

Kaikki haastatellut olivat samaa mieltä siitä, että lapsen itsetunnon tukemisen merkitys on päiväkodissa erityisen suuri. Lapsen itsetunnon tukeminen on todella tärkeä asia, joka korostuu päiväkodissa, sillä lapset viettävät niin ison osan päiväistään siellä. Itsetunnon mielletään olevan perustavanlaatuinen osa lapsen hyvinvointia ja oleellinen osa lapsen jokapäiväistä elämää, sillä lapsuudessa rakennetaan pohja tulevaisuudelle ja kaikelle oppimiselle. Lapsen itsetunnon ja myönteisen minäkuvan tukeminen on lastentarhanopettajan työssä todella keskeinen asia, sillä päivähoitoikäisillä lapsilla tapahtuu paljon oppimista juuri lapsuusvuosien aikana ennen kouluikää. Lastentarhanopettajat näkevät, että jos varhaislapsuudessa lapsen itsetuntoa ja sen kehittymistä tuetaan, niin siitä on etua lapselle myöhemmin kouluiässä.

Se on se pohja, minäkuva ja itsetunto, minkä päälle ruvetaan rakentamaan ihan kaikki mikä loppujen lopuksi lapsesta tulee isompana.

Myös Cacciatore ym. (2008, 43–45) korostaa varhaisvuosien merkitystä lapsen itsetunnon kehittämisessä. Itsetunto on tärkeä kaikenikäisille ihmisille ja se rakentuu jatkuvasti. Lapsuudella on kuitenkin itsetunnon kehityksen näkökulmasta aivan erityinen merkitys. Lapsen ensimmäiset elinvuodet ovat oman persoonallisuuden rakennusvuosia. Lapsi rakentaa kuvaa omasta pärjäämisestään ja ensimmäisinä vuosina lapsi on herkkä vaikutteille. Kun päiväkodissa lastentarhanopettajat työskentelevät lapsien kanssa, on kyseessä todella merkittävä aika koko lapsen elämän kannalta. Kaikella

päiväkodissa tehtävillä asioilla on suuri merkitys, sillä lapsen tulevat kokemukset ja tapahtumat rakentuvat lapsuuden kokemusten päälle. Lapsen tärkeinä persoonallisuuden kasvu- ja kehitysvuosina jokainen läheinen aikuinen vaikuttaa lapsen kasvuun, kehitykseen ja oppimiseen.

Lastentarhanopettajat toivat ilmi, että jos lapsella on huono itsetunto, siihen tulee heti sekä kasvattajien että vanhempien puuttua. On tärkeää alkaa etsiä ratkaisuja sekä menetelmiä, joilla lapsen itsetuntoa lähdetään tukemaan. Jos lapsella on paljon ongelmia itsetunnossa, hänen oppiminen ja kehitys voivat häiriintyä. Haastatellut nostivat esille, että itsetunto on kuin pohjalaatta tai tukipilari, jonka päälle koko muu elämä rakentuu. Itsetunto ovat pohjana ihmisen henkiselälle hyvinvoinnille. Hyvä itsetunto on asia mikä kantaa läpi elämän, ja sitä tarvitaan elämässä kaikkialla.

Lastentarhanopettajat olivat samaa mieltä kuin Koivisto (2007, 35), että päiväkodin arjessa lapsen itsetunnon tukeminen on tärkeää ja sen merkitys on suuri. Varhaiskasvatusikäiset lapset oppivat paljon ja viettävät paljon aikaa päiväkodissa, minkä vuoksi on tärkeää, että päiväkodissa huomioidaan lapsen itsetunto ja lasta pyritään tukemaan hänen kasvussa ja kehityksessään. Itsetunto alkaa kehittyä päiväkotikäisillä lapsilla ja silloin luodaan pohja lapsen käsitykselle itsestään ja omista taidoistaan, mikä vaikuttaa paljon hänen tulevaisuuteensa. Lasten itsetuntoa on tärkeä tukea yksilöllisesti, sillä kaikki lapset ovat omia persooniaan ja tarvitsevat erilaisia keinoja hyvän itsetunnon rakentumiseen. Itsetunnon tukemissa on myös hyvä ottaa huomioon itsetunnon eri osa-alueet, kuten esimerkiksi emotionaalinen itsetunto eli tunteiden ilmaiseminen ja niiden hallinta, sillä itsetunnon osa-alueilla on vaikutusta lapsen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin ja yleiseen itsetuntoon (Koivisto 2007, 40–41).

7.2 Lapsen itsetunto ja sen näyttäytyminen lastentarhanopettajalle

Lastentarhanopettajat mielsivät itsetunnon realistiseksi käsitykseksi siitä, mihin lapsi kykenee ja mihin hänen tarvitsee kyetä. Itsetunto on tietoisuutta omista vahvuuksistaan, mutta myös omista kehittämisen tarpeistaan. He nostivat myös esiin ajatuksen, että itsetunto on luottamusta omaan kykyihin. Lapsi uskoo selviävänsä asioista joita eteen tulee. Lastentarhanopettajat linkittävät itsetuntoon itseluottamuksen. Lapsella pitää olla itseluottamusta, jotta hänellä voi olla hyvä itsetunto. Kun lapsella on hyvä

itsetunto, hän uskoo omiin kykyihinsä ja osaamiseensa. Haastatellut totesivat myös, että lapsen minäkäsitys rakentuu pitkälti itsetunnon kautta.

Ajattelen niin, että itsetunto on toisaalta sellainen realistinen käsitys omasta itsestään, niin kuin minäkuva. Mutta se on myös sitä, että kokee itsensä arvokkaana ja hyvänä, ja ajatukset, mitä itsestään ajattelee, on pääsääntöisesti positiivisia.

Itsetunto on sellaista omaa kuvaa, minkälaisena lapsi kokee, näkee ja tuntee itsensä. Minkälainen se oma tunne on siitä omasta itsestään.

Yksi haastatelluista ajatteli, että itsetunto on mahdollisimman positiivinen kuva lapselle hänestä itsestään. Eli, että lapsi tuntee olevansa hyväksytty sellaisena kuin hän on ja hänellä on oikeus ajatella, että hän riittää juuri sellaisenaan.

Itsetunto on se pohja, minkä saat pienenä, miten sinä koet itsesi, mitä sinä uskallat, oletko hyvä vai huono, minkälaisia vastuuta sinä loppujen lopuksi uskallat ottaa, miten sinä puolustat itseäsi, miten sinä kannat itsesi.

Lastentarhanopettajat näkivät itsetunnon hyvin samoin kuin Keltikangas-Järvinen. Keltikangas-Järvinen (1994, 17–18) toteaa, että itsetunto on ihmisen tunnetta siitä, että hän on hyvä. Hyvään itsetuntoon liittyy lastentarhanopettajien korostama realistinen käsitys itsestään. Lapsen, jolla on hyvä itsetunto, minäkuva on totuudenmukainen ja realistinen. Hän pystyy havaitsemaan ja tietämään omat heikkoutensa vahvuuksien rinnalla. Hyvän itsetunnon omaava henkilö pitää kuitenkin hyviä ominaisuuksiaan tärkeämpinä kuin heikkouksiaan, ja omien puutteiden myöntäminen ei romuta hänen itseluottamustaan tai tuo mukaan ylitsepääsemätöntä ahdistusta. Aivan kuten haastatellut sanoivatkin, itsetunto on ennen kaikkea itseluottamusta ja itsensä arvostamista.

Lastentarhanopettajat olivat yksimielisiä siitä, että lapsen itsetunto voi näkyä monella tapaa päiväkodin työntekijöille. Jos lapsella on hyvä itsetunto, silloin hänellä ei ole ylitsepääsemätöntä epävarmuutta missään asiassa, vaikka tulee isompiakin haasteita vastaan. Kun lapsella on hyvä itsetunto, hän voi uskoa selviävänsä haasteista, ja uskaltaa olla oma itsensä. Lapsi uskaltaa erehtyä ja toisaalta hän osaa jo kertoa, missä asioissa on hyvä ja missä tarvitsee vielä harjoitusta.

Keltikangas-Järvisen (1994, 22) mukaan hyvä itsetunto näyttäytyy juuri epäonnistumisten ja pettymysten sietämisenä. Hyvän itsetunnon omaava lapsi kestää epäonnistumisia ilman, että jokainen pettymys vaurioittaa hänen itsetuntoaan. Hyvä itsetunto auttaa omien virheiden hyväksymisessä epäonnistumisten jälkeen. Epäonnistuminen ei johda itsesyytöksiin, vaan sen pohtimiseen, mitä hän voi ensi kerralla tehdä toisin, jotta tilanne on vältettävissä. Hyvän itsetunnon omaava lapsi kykenee oppimaan virheistään ja hän tietää, että vaikka hän teki jonkun asian väärin tai huonosti, ei se tarkoita sitä, että hän olisi huono.

Cacciatore ym. (2008, 14–15) tuo esille, että lapsen itsetunto näkyy jo lapsen olemuksesta. Jos lapsi on saanut hyvän perustan itsetunnon, esimerkiksi kotona tai päivähoidossa, hän arvostaa itseään ja tämä viestittyy hänen olemuksestaan. Itseään arvostava lapsi viihtyy myös yleensä sekä muiden lasten joukossa että itsekseen. Tähän vaikuttavat toki myös lasten yksilölliset erot esimerkiksi temperamentissa ja luonteessa. Lapsi, jolla on hyvä itsetunto, kykenee odottamaan omaa vuoroaan ja esittämään oman mielipiteensä, mutta kuuntelemaan myös toisten mielipiteitä. Hyvän itsetunnon turvin lapsi voi olla oma itsensä ja keskittyä olemaan lapsi. Hän luottaa itseensä, mutta myös ympärillä oleviin aikuisiin ja kykenee siten olemaan toiveikas sekä leikkisä lapsi.

Minun mielestä se näkyy arjen toiminnassa ja sitten siinä lapsen olemuksessa. Niin kuin minä sanoin, että sellainen lapsi, jolla on hyvä itsetunto, se tuntee olevansa niin kuin kotonaan siinä omassa olossaan.

Haastatellut lastentarhanopettajat totesivat, että lapsen heikko tai huono itsetunto voi näkyä monin eri tavoin. Se voi näkyä esimerkiksi liian kriittisenä suhtautumisena itseensä ja omiin suorituksiinsa, vetäytymisellä yhteisistä toiminnoista tai ylimääräisenä arkuutena. Myös Cacciatore ym. (2008, 15) on tuonut esille, että itseään vähättelevä ja vetäytyvä lapsi kärsii usein itsetunto-ongelmista. Lapsi ilmaisee omaa hätäänsä aralla olemuksellaan ja syrjään vetäytymisellä. Lapsi ei luota omaan tekemiseensä eikä kestä, jos hänelle tulee virheitä.

Lapsi, jolla on heikko itsetunto, on epävarma itsestään ja omasta osaamisestaan, eikä halua ottaa riskejä ja hän voi pelätä sosiaalisia tilanteita. Tällainen lapsi ei mielellään ole huomion kohteena ja pyrkii jäljittelemään toisten lasten käyttäytymistä, jottei koe

itseään erilaisena. (Aho 1996, 21.) Yhteisistä toimista vetäytyminen voi kertoa siitä, että lapsi ei uskalla osallistua tai ei tiedä osaako hän jotain asiaa. Tällaiset lapset saattavat aluksi tarkkailla toimintaa ja vähän ajan kuluttua tulevatkin mukaan. He halusivat vain tarkistaa, että varmasti osaavat. Myös esimerkiksi se, ettei lapsi aloita itsenäisesti tehtävää ohjeen jälkeen voi kertoa heikosta itsetunnosta. Lapsi katsoo mitä muut tekevät, jotta tekee itse varmasti samalla tavalla, hän ei luota omiin kykyihinsä. Lapsi voi myös kieltäytyä olemasta jonon ensimmäinen, sillä tilanne on hänelle liian jännittävä. Voi myös olla, että lapsi ei uskalla pyytää kaveria leikkiin, koska pelkää tämän kieltäytyvän.

Jos lapsen minäkuva tai itsetunto on niin sanotusti häiriintynyt, että näkee itsensä ihan eri tavalla, se vaikuttaa sinun kaikkeen toimintaan, oppimiskykyyn, kaverisuhteisiin, sosiaalisuuteen, ihan jopa perhesuhteisiin. Ja siihen miten sinä opit ja kehityt.

Esimerkiksi aamupiirillä lapsi, jolla on heikompi itsetunto, ei uskalla vastata kysymyksiin, eikä uskalla viitata, vaikka tietäisi vastauksen. Lapsi ei uskalla yrittää ja voi sanoa aina kaikissa yhteisissä toiminnoissa ”en minä osaa”, vaikka oikeasti, kun hän yrittää ja alkaa tekemään, hän osaa vaikka mitä. Tällaisissa tilanteissa voi paljastua lapsen heikko itsetunto, jos hänen suhtautumisensa on aina erilaisiin asioihin ”en minä osaa” tai hän ei uskalla edes sanoa mitään, istuu vain paikallaan ja pyörittelee tavaroita. Lapsi on epävarma omasta osaamisestaan eikä halua edes yrittää. Cacciatore ym. (2008, 11) toteaa, että lapsi, jolla on huono tai heikko itsetunto, epäilee jatkuvasti omia kykyjään ja voimiaan, eikä usko selviytyvänsä erilaisista tilanteista. Myös Aho (1996, 22) on nostanut saman asian esille. Lapsen, jolla on heikko itsetunto, ensimmäinen reaktio asioihin on ”tämä on liian vaikeaa” tai ”en osaa”. Lapsi olettaa automaattisesti epäonnistuvansa ja reagoi sen mukaisesti. Lapsi, jolla on heikompi itsetunto, voi myös turhautua ja itkeä helposti. Myös tällaisen lapsen kohtaaminenkin voi olla vaikeaa. Lapsi ei välttämättä rohkene katsoa silmiin tai vastaavasti on kokoajan kiinni aikuisessa ja hakee huomiota. Jos lapsi on kokoajan kiinni aikuisessa, hänen huomionhakunsa ei ole tasapainoista, vaan lapsella on ihan kyltymätön tarve saada huomiota eikä hän koe, että hänet on huomattu.

Lapsen persoonallisuus vaikuttaa hyvin paljon siihen, miten hänen itsetuntonsa näkyy lastentarhanopettajalle. Lastentarhanopettajan on myös osattava erottaa lasten luonneja temperamenttierot, ettei sekoita niitä itsetuntoon. Pienillä lapsilla mukana voi olla

jännitystä ja ujoutta, ja lapsien persoonallisuudessa on paljon eroja. Toiset lapset ovat sosiaalisempia ja ulospäinsuuntautuneempia, ja toiset eivät tykkää olla esillä. Kaikki ei välttämättä kerro pelkästään itsetunnosta, vaan siitä, minkälainen luonne lapsella on.

Että erilaisia kyllä, toinen ehkä vetäytyy kuoreen ja toinen antaa sen näkyä eri lailla ulospäin.

Cacciatore ym. (2008, 48) on todennut, että itsetunnolla ja ihmisen ulkonäöllä ei ole mitään tekemistä keskenään. Lapsen vahva itsetunto ei tarkoita, että lapsi olisi myös fyysisesti vahva ja voimakas. Minäkuva, itsetunto ja ajatus siitä, onko riittävän hyvä, ovat kaikki ihmisen sisäisiä oletusarvoja. Ne ovat ihmisen näkemyksiä, uskomuksia ja käsityksiä, jotka rakentuvat muun muassa ihmissuhteiden kautta. Havaintoja itsetunnosta voi tehdä silmät kiinni, mikä tähdentää juuri sitä, että lapsen ulkonäkö ja itsetunto ovat kaksi eri asiaa. Se mitä lapsi näyttää ulospäin ei ole aina koko totuus. Lapsen huomaamaton olemus voi pitää sisällään varman ja vahvan persoonan, kun taas kovan ulkokuoren alla voi olla haavoitettu ja herkkä lapsi.

Lapsen hankala käytös ryhmässä, aikuisen huomionhakuisuus ja tilan ottaminen voivat kieliä heikosta itsetunnosta. Tällöin lapsi pyrkii peittämään omat heikkoutensa ja pelkonsa häiritsevän käytöksen taakse. Usein lapsiryhmän pelleillä, lapsella, joka on eniten esillä, on heikko itsetunto. Tällainen lapsi rehentelee omilla suorituksillaan ja saattaa vähätellä muita. (Aho 1996, 21.) Lapsi haluaa, että aikuinen huomaa hänet keinolla millä tahansa. Jos aikuinen ei huomaa hyvällä käytöksellä, niin huomaa sitten huonolla. Tällaisten lasten kanssa olisi tärkeää ennakoida, ja antaa lapselle tämän kaipaamaa huomiota, jotta lapsen ei tarvitsisi hakea huomiota huonon käyttöksensä avulla. Myös kiusaaminen kertoo usein huonosta itsetunnosta. Sen taustalla voi olla kokemus siitä, että itse ei olekaan niin hyvä kuin toinen on. Lapsi voi olla kateellinen toiselle lapselle ja se ilmenee kiusaamisena. Huono itsetunto ja oma epävarmuus voivat tulla ulos myös kiukkuna ja aggressiivisuutena. Lapsi voi pelätä jotain tilannetta niin paljon, että hänen on helpompi torjua aikuisen yritykset saada hänet osallistumaan.

Itsetunto on Keltikangas-Järvisen (1994, 19) mukaan myös kykyä arvostaa toisia ihmisiä. Tämä asia saattaa välillä unohtua, eikä sen tarvetta muisteta riittävästi korostaa. Hyvän itsetunnon omaava henkilö kykenee näkemään toisen ihmisen osaamisen, an-

tamaan arvoa tämän mielipiteille ja ihailemaan toista ihmistä. Esimerkiksi kiusaaminen kielii tämän tarpeen puuttumisesta ja huonosta itsetunnosta. Tällöin ihminen tuntee, että jokainen menestyvä ihminen on hänelle uhka, siksi hänen on vähäteltävä ja kritisoitava toista ihmistä. Hänen on saatava toinen ihminen mitätöityä. Jos lapsen, jolla on huono itsetunto, kuullen kehutaan toista lasta, hän automaattisesti ajattelee olevansa itse huono.

Lastentarhanopettaja voi päätellä millainen lapsen itsetunto on havainnoimalla lasta eri tilanteissa ja keskustelemalla näistä havainnoista muiden työntekijöiden kanssa. Lapsen itsetunnosta kertovat asiat voivat olla hyvinkin pieniä ja ne eivät aina ole helposti huomattavissa, mutta niitä pystyy havaitsemaan, kun on läsnä ja tekee lasten kanssa asioita, juttelee ja leikkii. Tällaisista tilanteista nousee esille asioita, jotka voivat kertoa lapsen itsetunto-ongelmista. On myös tärkeää erottaa ja selvittää, mitkä asiat johtuvat tai liittyvät itsetuntoon, ja mitkä kertovat jostain muusta asiasta. Jos lapsella on heikko itsetunto, on keinot tukea ja vahvistaa sitä vain löydettävä.

Haastatellut lastentarhanopettajat tiesivät hyvin, mitä asioita itsetuntoon sisältyy ja miten lapsen huono tai hyvä itsetunto voi näkyä. Heidän mielestään itsetunto on lapsen realistinen käsitys hänestä itsestään. Lapsi tietää mitä hän osaa ja vastaavasti mitä hänen tulee vielä oppia. Lapsi, jolla on hyvä itsetunto, hyväksyy itsensä ja muut, pystyy luottamaan hänestä huolehtiviin aikuisiin ja uskaltaa yrittää ja osallistua eri toimintoihin. Lapsen heikko itsetunto voi näkyä hänen käyttäytymisessään esimerkiksi arkuutena, epävarmuutena, haluttomuutena osallistua ja yrittää, tai jopa kiusaamisena. Lastentarhanopettajan on tärkeä havainnoida ja reflektoida lapsen toimintaa, jotta mahdolliset itsetunto-ongelmat tulevat ilmi ja lasta pystytään tukemaan.

7.3 Lapsen itsetunnon tukeminen päiväkodissa

Aikuisen rooli lapsen itsetunnon rakentumisessa on keskeinen. Itsetunnon vahvistamiseksi ei kuitenkaan ole olemassa yhtä tiettyä ohjetta, vaan kasvattajan on aina otettava huomioon lapsen persoonallisuus ja valittava toimintatapansa tilannekohtaisesti. Lastentarhanopettajan oma persoona on hänen tärkein työvälineensä. Lähtökohtana lapsen itsetunnon tukemisessa on aikuisen todellinen kiinnostus lapsesta ja ajatus siitä, että itsetunnon tukeminen on tärkeää lapsen elämän kannalta. Itsetunnon tukemisen, kuten kaiken muunkin kasvatuksen, edellytyksenä on, että aikuinen oikeasti tuntee lapsen.

Lastentarhanopettajan tulisi tietää, missä kehitysvaiheessa lapsi on ja millainen vuorovaikutus sekä palaute ovat tarkoituksenmukaisia juuri kyseessä olevalle lapselle. (Aho 1996, 48)

Haastatellut lastentarhanopettajat nostivat tärkeänä asiana lapsen itsetunnon tukemisessa kannustamisen, rohkaisun ja positiivisen palautteen antamisen sekä sen, että lapsen itsetunto tulisi huomioida päiväkodissa joka päivä. He korostivat kehumisen ja positiivisen palautteen antamisessa kuitenkin sensitiivisyyttä. Kiitoksen ja kehun pitää olla aito ja tulla oikeasta asiasta, sillä lapset ovat viisaita ja aistivat kyllä jos aikuinen turhaan, tai joka asiasta heitä kehuu. Silloin positiivisesta palautteesta katoaa sen teho, eikä lapsi itsekään saa siitä mitään.

Kun kiitetään lasta ja kehutaan, niin sen pitää olla realistista, että se kehuminen ei ole sellaista, että ylistetään älyttömästi huonosti tehdystä työstä. Kyllä sen pitää olla sellaista, että lapsikin, varsinkin vähän isompi lapsi, niin se ymmärtää sen, että nyt minä oikeasti olen yrittänyt parastani, niin siitä saa kehumista.

Jos on jotain asiaa harjoiteltu kauan, ja jos aina vaan samanlaisista asioista kehuutaan, eikä nosteta sitä tavoitetasoa, niin sekään ei ole oikeaa itsetunnon tukemista. Lapsikin ymmärtää, että tuo puhuu nyt lämpimikseen. Aikuisen pitää jatkuvasti tarkkailla tilannetta.

Haastatellut totesivat myös, että kannustuksen ja rohkaisun sanoja pitäisi lapselle löytyä päivän mittaan enemmän kuin niitä rajoituksen ja kiellon sanoja. Negatiivisia asioita kuitenkin tulee ilmi ja niitä pitää myös tuoda esiin, mutta lastentarhanopettajan tehtävänä on löytää jokaisesta lapsesta se pienikin hyvä, mistä antaa positiivista palautetta, sillä jokainen lapsi tekee joka päivä jotain hyvää. On myös tärkeää, että työntekijöillä on yhtenäinen linja siinä, miten lasten kanssa toimitaan, varsinkin jos ryhmässä on erityistä tukea tarvitseva lapsi. Jokaiselle lapselle on päiväkodissa luotu oma henkilökohtainen varhaiskasvatussuunnitelman ja tämän suunnitelman perusteella koko päiväkodin henkilöstö tulee toimia lapsen yksilölliset tarpeet tiedostaen ja johdonmukaisesti (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 33).

On tärkeää, että aikuiset eivät vain rajoita lasta ja anna negatiivista palautetta, vaan lapsi saa myös onnistumisen ja hyväksynnän kokemuksia. Aho (1992, 49) korostaa,

että kasvatustilanteissa olisi tärkeää erottaa lapsen käyttäytyminen tämän persoonasta. Eli esimerkiksi, kun aikuinen joutuu rajoittamaan lasta, tulisi lapselle käydä ilmi, että toimenpide johtuu hänen käytöksestään eikä siitä, ettei aikuinen pitäisi hänestä. On tärkeää, että lapsi kokee, että hänet ihmisenä hyväksytään, vaikka hänen käyttäytymistään ei hyväksyttäisiinkään. Varsinkin pienten lasten on vaikea erottaa itsensä käyttäytymisestä, joten on tärkeää, että näitä tilanteita käydään lasten kanssa sanallisesti läpi ja aikuinen selventää lapselle, mistä mikäkin johtuu.

Sitten iso asia on se, että siinä omassa arkikäyttäytymisessä, kun lasta joutuu rajoittamaan tai joutuu antamaan palautetta, niin pitää pääsääntöisenä sen, että se palaute on positiivista. Että se kommunikointi ei ole lapsen kanssa sitä älä älä älä, vaan se olisi sellaista, että ”tämän sinä teit hyvin”.

Joskushan se menee sellaiseksi, että joku lapsi tuntuu niin hankalalta, että huomaamme, että me kaikki vaan rajoitetaan sitä. Että me vaan annetaankin päivät pitkät sitä ”nyt sinä teit noin ja nyt sinä teit noin, nyt sinä teit ja mitä sinä nyt teit”. Näitäkin tapahtuu. Meidän pitäisi siinä tiimissä yhdessä pohtia se, miten me toimitaan.

On tärkeää, että päiväkodin työntekijät muistavat kehua lasta kun hän oppii uuden asian. Lapsen tulee saada onnistumisistaan positiivista palautetta, sillä se motivoi häntä oppimaan uusia asioita, hän kokee tyydytyksen tunnetta ja tietää tehneensä jonkun asian hyvin. Yhtä tärkeää kehumisen rinnalla on se, ettei lasta ”mollata” siitä, jos hän ei vielä jotain osaa, sillä kaikki lapset oppivat asioita vähän eri tahtiin. Lapselle ei missään vaiheessa saa tulla sellaista tunnetta, että hän on huonompi kuin joku toinen, koska hän ei osaa vielä jotain asiaa. Haastateltujen lastentarhanopettajien mukaan lasta tulee onnistumisten ohella palkita myös yrittämisestä, ja lapselle pitää antaa riittävästi tilaisuuksia yrittää ja harjoitella taitojaan. Haastatteluissa nousi esiin palautteenannon rinnalla termi hyväksyvä katse. Usein lapselle voi riittää tueksi ja kannustukseksi pelkkä lämmin ja hyväksyvä katse aikuiselta eikä aina tarvita sanallista kannustamista. Myös kosketuksella aikuinen voi antaa lapselle tukea ja hyväksyntää, kun hän esimerkiksi koskettaa lasta olkapäälle tai selkään.

Eräs vastaajista totesi, että itsetunnon tukemista ei tule miettiä päivittäisessä toiminnassa. Lapsen itsetunnon tukeminen pitäisi kuitenkin huomioida joka päivä, sillä hyvän itsetunnon päälle rakentuvat kaikki lapsen oppiminen, hyvät vuorovaikutus- ja

leikkitaidot sekä rohkeus olla oma itsensä. Jos lapsen itsetuntoon ei kiinnitetä tarpeeksi huomiota eikä lapsi saa tarvitsemaansa tukea, vaikuttaa heikko itsetunto lapsen minäkuvan syntymiseen ja myös oppimiseen. Siksi on erityisen tärkeää, että itsetunnon tukeminen on kaikissa päiväkodin päivittäisissä hetkissä läsnä ja lastentarhanopettajat tiedostavat tämän asian ja osaavat kiinnittää siihen huomiota.

Läsnäoloa, kannustamista. Iloitaan niistä onnistumisista ja tuetaan niissä pettymyksissä, että sellaista kokonaisvaltaista huomioimista.

Lastentarhanopettajien vastauksista nousivat esiin myös vuorovaikutustilanteet ja lapsen päivittäinen kohtaaminen. Avainasemassa lapsen itsetunnon tukemisessa ovat aito läsnäolo, keskustelu ja katse, jonka aikuinen lapselle suo. Vuorovaikutustilanteissa vastaajat korostivat aitoa läsnäoloa ja pysähtymistä. Kun lapsi puhuu, aikuinen kuuntelee ja on aidosti kiinnostunut siitä mitä sanottavaa lapsella on. Isoissakin lapsiryhmissä on ensiarvoisen tärkeää, että lastentarhanopettaja kohtaa päivän aikana jokaisen lapsen ja joka ainoa lapsi tulee huomioitua jollakin tavalla. Lapsiryhmässä voivat helposti jäädä vähemmälle huomiolle esimerkiksi kiltit ja hiljaiset lapset, jotka tekevät kaiken niin kuin pitääkin, eivätkä nosta itseään esille. On tärkeää, että lastentarhanopettaja tietoisesti kiinnittää huomiota siihen, että huomioi kaikki lapset joka päivä, ja kaikki lapset saavat kokemuksen, että hänet huomioidaan ja huomataan.

Se on minusta se perus juttu, että lapsi kokee, että hän on olemassa, kun hänet huomataan ja häneen pysähdytään ja hänenkin mielipide on tärkeä aikuiselle.

Kyllä ne on hyvinkin tällaiset päivittäiset kohtaamiset, että se lapsi tulee kuulluksi, nähdyksi ja tavallaan sellainen lapsesta ilahtuminen joka päivä. Että ihan jokaisesta pitäisi pystyä ilahtumaan, ja se pitäisi näyttää lapselle, jotta hän saa kokemuksen, että hän on tärkeä.

Annetaan sille lapselle yksilönä aikaa, koska sekin, että meidän ryhmässä on 23 lasta. Joo me olemme ryhmä, mutta siellä on 23 yksilöä. Ja kaikki tarvitsee ihan sen samantyyppisen huomion.

On myös tärkeää, että lapset tietävät, mitä heiltä vaaditaan ja odotetaan sekä mihin heidän tulee pyrkiä. Lapsille asetettujen tavoitteiden on aina oltava yksilöllisiä ja tar-

koituksenmukaisia ja tavoitetason tulee olla jokaiselle lapselle sopiva. Tärkeäksi nousee myös se, miten lapsen suoritukseen suhtaudutaan. Itsetunnon kehittymisen kannalta päiväkodissa tulee olla sellainen ilmapiiri, että lapsi uskaltaa erehtyä ja hän tietää, ettei se haittaa mitään. On tärkeää, että lapsella on turvallinen, lämmin ja hyvä olo päiväkodissa, ja arjen tilanteet ovat hyvin pitkälti mukavia yhdessäolon hetkiä. Näillä arkisilla asioilla tuetaan lapsen itsetuntoa, kun lapsi saa kokemuksen, että hän on hyvä ja tärkeä. Kaikki toiminta, mistä lapsi nauttii, tukee myös omalta osaltaan hänen itsetuntoaan.

Hyvän itsetunnon kehittämisessä on tärkeää se, että aikuinen aika selkeästi määrittelee rajat, että lapsi tietää, mitä häneltä odotetaan ja sitten myös saa siitä kiitoksen, kun osaa toimia niin kuin häneltä odotetaan.

Myönteinen palaute on aina ykkönen ja sitten jossain tilanteissa lapsi tarvitsee myös realistista palautetta ja keskustelua siitä, mikä ei nyt onnistunut ja miksi, ja sen erittelyä.

Keskeisimpiä itsetunnon tukemisen keinoja lastentarhanopettajien mukaan ovat lapsen kannustaminen, kehuminen, realistisen palautteen antaminen ja vuorovaikutussuhteessa oleminen. Lasta voidaan kannustaa sanallisesti, eleiden, ilmeiden ja erilaisten kuvien sekä kosketuksen avulla. Esimerkiksi iloinen hymynaama tai ylöspäin osoittavan peukun kuva viestittävät lapselle onnistumista ja positiivista palautetta samoin lastentarhanopettajan hymy ja lämmin katse. Sanallisessa viestinnässä tärkeää on, että lapsi tietää mitä on tehnyt oikein ja hyvin, ja missä hänen tulee vielä harjoitella taitojaan. Palautteen antamisessa tulee olla hyvin konkreettinen ja lapsen ikä- sekä kehitystaso tulee ottaa siinä huomioon. Lapset ovat yksilöitä ja tarvitsevat kaikki hieman erilaista tukea ja kannustamista. Vuorovaikutussuhteella ja lapsen aidolla jokapäiväisellä kohtaamisella on iso merkitys itsetunnon tukemisessa. Kun lapsi pääsee päivittäin keskustelemaan lastentarhanopettajan kanssa, kertomaan omista asioistaan, saa huomiota ja hyväksyntää, hänen itsetuntonsa kasvaa ja vahvistuu. On tärkeää, että lapsi tuntee itsensä tärkeäksi ja huomioduksi, siksi lastentarhanopettajien tulee panostaa jokaisen lapsen päivittäiseen yksilölliseen kohtaamiseen ja siihen, että he ovat aidosti läsnä lasten kanssa ollessaan.

7.4 Itsetunnon tukemisessa käytettävät menetelmät

Erilaisista menetelmistä, joilla lapsen itsetuntoa voidaan tukea, haastatteluissa esiin nousivat Muksuoppi, tunnekasvatusta edustava Askeleittain ohjelma sekä Theraplay menetelmään perustuva vuorovaikutusleikki. Muksuoppi on Ben Furmanin luoma menetelmä, jossa käännetään lapselle vaikea asia taidoksi, joka hänen tulee vielä oppia. Muksuopin avulla voidaan miettiä, miten tavoitteeseen päästäisiin ja miten lapsen tulisi toimia. Muksuopissa lähdetään liikkeelle ajatuksesta, mitä lapsen tulisi oppia, eikä niinkään ajatuksesta, mitä lapsi ei osaa. Muksuopin tarkoituksena on olla oppimiseen kannustava, siinä lapsi oppii positiivisella, myönteisellä tavalla pois sellaisista asioista, jotka hankaloittavat hänen elämänsä. (Meidän perhe 2011.) Muksuoppi on yksi itsetunnon kasvatuksen väline, kuten myös Askeleittain-opetusohjelma. Askeleittain ohjelman (Psykologienkustannus 2015) avulla voidaan päiväkodissa opettaa lapsille tunteiden säätelyä, empatiataitoja sekä itsehillintä- ja ongelmanratkaisutaitoja. Ohjelma perustuu teoreettiseen tietoon, jonka keskeisenä ajatuksena on, että sosiaalisia taitoja sekä tunnetaitoja voidaan harjoitella ja oppia samoin kuin muitakin taitoja. Askeleittain ohjelmassa ollaan pienessä ryhmässä ja harjoitellaan tunne-elämän asioita kuten sitä, että jokaisessa on hyviä piirteitä ja opitaan tunnistamaan ja ymmärtämään muiden tunteita. Nämä taidot tukevat omalta osaltaan myös lapsen itsetunnon kehittymistä, sillä hyvä vuorovaikutus on keskeisessä osassa lapsen itsetunnon kehittymistä.

Vuorovaikutusleikki on hoivaavaa vuorovaikutteista leikkiä, joka perustuu theraplay menetelmään. Theraplay koostuu hoidon ja leikin kokonaisuuksista ja on terapia muoto, joka pyrkii vahvistamaan lapsen ja tämän hoitajan välistä kiintymyssuhdetta, lapsen kykyä toimia sosiaalisissa suhteissa sekä lapsen tervettä itsetuntoa. (Suomen Theraplay-yhdistys ry 2015.) Theraplay-menetelmä on hausalla tavalla vuorovaikutukseen houkutteleva, jäsentynyt sekä hoivaava ja leikkisä menetelmä. Theraplayssa opetellaan miten fyysistä koskettamista käytetään osana lempeää hoivaa. Lapsen itsetuntoa kohennetaan haasteiden avulla ja vuorovaikutus kytketään iloa tuottaviin sekä hauskoihin leikkeihin. Theraplayssa lapsia tuetaan, kun he tuntevat negatiivisia tunteita kuten ahdistusta tai pelkoa. (Jernberg & Booth 2003, 20.) Vuorovaikutusleikissä lapsi tuntee olevansa hyvä, häntä hoidetaan ja pidetään hyvänä ja jos hän tekee jotain väärin, hänet vain ohjataan napakasti takaisin eikä sanota mitään negatiivista.

Sillä on hyvin suuri merkitys, että sitä itsetuntoa täällä tuetaan. Että lapsi saa kasvaa sellaisessa ympäristössä, että hän tuntee olevansa hyväksytty ja hyvä.

On tärkeää, että lapsiryhmässä tehdään itsetuntoa tukevia harjoituksia sen lisäksi, että yksilöllisesti muistetaan antaa kehuja, tukea ja kertoa, missä lapsi on onnistunut. Yhteisissä harjoituksissa lapsi saa kuulla toisten lastenkin suusta kehuja ja sellaisia asioita itsestään, missä on hyvä kaveri tai mitä hän osaa hyvin. Eräs lastentarhanopettaja nosti esiin myös itsetuntoa tukeviksi välineiksi sellaiset lautapelit, jossa ei ole kyse nokkeluudesta vaan tuurista ja onnesta. Tällaisten pelien pelaaminen opettaa lapselle, että joskus hän voittaa ja joskus ei, mutta nämä asiat eivät ole kiinni siitä, että lapsi olisi huono. Tällaisissa peleissä pärjääminen ei ole kiinni lapsen taidosta vaan jostain muusta.

Haastatellut lastentarhanopettajat olivat sitä mieltä, että lasten yksilöllisyys näkyy itsetunnon tukemisessa paljon. Kaikilla lapsilla on oma varhaiskasvatussuunnitelma, joka laaditaan yhdessä vanhempien kanssa. Lapsen omassa varhaiskasvatussuunnitelmassa ovat hänelle luodut yksilölliset tavoitteet, jotka muodostetaan vanhempien kanssa keskustelemalla ja ne ohjaavat lapsikohtaisen varhaiskasvatuksen toteuttamista. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 9.) Tavoitteita pohdittaessa käydään läpi lapsen taitoja ja tarpeita, mitä lapsi tarvitsee ja minkälaisin keinoin häntä voidaan tukea. Tavoitteita asettaessa huomioidaan lasten yksilöllinen kehitystaso, sillä vaikka lapset olisivat saman ikäisiä, eivät kaikki asiat etene samaan tahtiin eikä kaikilta lapsilta voi vaatia samoja asioita. Päiväkodin henkilöstön tehtävänä on havainnoida lapsen kehitystä ja ottaa havainnointitieto huomioon lapsikohtaista varhaiskasvatussuunnitelmaa luodessa sekä kaikessa toiminnan suunnittelussa. Lapsen omaa varhaiskasvatussuunnitelmaa ja sen toteutumista arvioidaan päiväkodissa säännöllisesti. Yksittäisen lapsen varhaiskasvatussuunnitelman tavoitteena on huomioida vanhempien näkemykset ja lapsen yksilöllisyys päiväkodin arjessa. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 32–33.) Joillakin lapsilla itsetunto korostuu paljon ja varhaiskasvatussuunnitelmaan voidaan tehdä vuoden tavoitteet itsetunnon ja minäkuvan pohjalta. Tavoitteena voi olla esimerkiksi tukea lapsen itsetuntoa ja myönteistä minäkuvaa saamalla lapselle onnistumisen kokemuksia. Lastentarhanopettajan on hyvä säännöllisin väliajoin palautella mieleen näitä lapselle luotuja tavoitteita, jotta niiden saavuttamiseen annetaan arjessa mahdollisuuksia ja edellytyksiä.

Ei sitäkään, että lapsia pakotetaan jotain tekemään. Vaan sitä kannustamista, että lapsi itse huomaisi, että tähän onkin kivaa ja minä haluan kokeilla ja olla mukana. Ne voi olla tosi pieniäkin askeleita, mutta sille lapselle isoja.

Joillakin lapsilla itsetuntoa ei tarvitse erikseen huomioida, vaan se tulee riittävästi huomioitua ja tuettua arjen toiminnoissa. Toiset lapset taas tarvitsevat enemmän tukea ja ohjausta. Jos päiväkodin työntekijät huomaavat, että jollain lapsella itsetunto ei ole kohdallaan ja hän kokee riittämättömyyttä tai alemmuutta toisiin nähden, niin tällaista lasta yritetään vielä enemmän tukea ja kannustaa. Lapselle voidaan ottaa käyttöön erillisiä kasvatuskeinoja itsetunnon tukemiseksi, esimerkiksi hänelle voidaan antaa positiivista palautetta ihan pienimmistäkin onnistumisista erilaisten kuvien, merkkien, sanojen ja eleiden avulla. Lasten yksilöllisessä tukemisessa on myös hyvä huomioida, että vaikka joku lapsi tarvitsisi enemmän ohjausta tai panostusta itsetuntoon liittyvissä asioissa, hyödyttävät yhteiset, koko ryhmän harjoitukset kaikkia lapsia, ja ovat tärkeitä myös niille, joiden itsetunto on hyvä.

Itsetunto ei kuitenkaan ole ihan sellainen asia mitä tuolla kadulla kulkija ehkä ajattelee, että siinä on niin paljon vivahteita mitä sitten tarvitsee miettiä, että osaa tukea.

Vastaajat olivat sitä mieltä, että lasten yksilöllinen huomioiminen lähtee myös kohtaamisesta. On tärkeää, että lastentarhanopettaja havainnoi lasta ja tutustuu oikeasti lapseen, jotta hän pystyy löytämään lapsen käytöksestä tämän tarvitsemiaan asioita ja tietää miten ketäkin lasta autetaan. Lapset ovat erilaisia ja voivat tarvita hyvinkin erilaisia asioita kasvunsa tueksi. Toiset tarvitsevat kannustusta, toiset rohkaisua, joku vähän jarruttamista. Haastatellut lastentarhanopettajat kertoivat, että usein kokemuksen ja omien tuntemusten kautta, he näkevät ja aistivat, mikä asia voisi toimia minkäkin lapsen kanssa.

Omalta kohdaltani ajattelen ainakin, että mahdollisimman paljon ottaa huomioon sen lapsen yksilöllisyys, se oma persoona, lapset ovat niin erilaisia sitten taas temperamentiltaan, luonteeltaan, että kuka vaatii minkäkin laista huomiota.

Vastaajien mielestä täytyy olla erilaisia keinoja tukea eri lasten itsetuntoa, koska kaikki lapset ovat yksilöitä ja erilaisia keskenään. Lapset ovat erilaisia persoonia ja tarvitsevat eri asioita. Joku tarvitsee erilaisilla kehuja ja kannustusta eri tilanteisiin ja lapsi

saattaa tulla kysymään, että menikö tämä hyvin ja onko tämä hyvä. Lapsi voi tarvita vahvistusta omalle tekemiselleen ja olemiselleen, ja tulee ihan pyytämäänkin palautetta, kun taas joku toinen ei vaadi niin paljon. Yksilöllisyys näkyy myös siinä, että vaikka päiväkodissa olisi lapsia samasta perheestä ja voisi ajatella, että he ovat kotona saaneet samanlaista tukea ja vahvistusta omalle toiminnalleen ja itsetunnolleen, voivat lapset olla hyvin erilaisia, toisella voi olla vahvempi itsetunto kuin toisella. Tämä kuvastaa hyvin sitä, että kaikki lapset ovat omia persooniaan ja yksilöitään ja jokaisen kasvun ja kehityksen tueksi tulee löytää juuri hänelle sopivat asiat.

Lasten itsetuntoa pystytään tukemaan päiväkodissa monin eri tavoin. Päiväkodissa on mahdollista ohjatuilla tuokioilla käyttää itsetunnon tukemisen avuksi kehitettyjä menetelmiä, kuten Muksuoppia, Askeleittain-ohjelmaa tai vuorovaikutusleikkiä. Näitä menetelmiä käytetään lapsiryhmässä, mutta lasten itsetuntoa voidaan tukea myös yksilöllisesti esimerkiksi päivittäisissä tilanteissa, kuten pukemis- ja riisumistilanteissa, ulkoiluissa, ruokailussa ja leikkihetkissä. Lasten itsetuntoa voidaan tukea kannustamalla ja antamalla lapselle palautetta. Tärkeimmät lapsen itsetunnon tukemisen keinot ovat kehu ja kannustus, lapsen aito kohtaaminen ja realistisen palautteen antaminen. Lapset ovat yksilöitä ja tarvitsevat kasvunsa tueksi erilaisia asioita. Lasten yksilöllisyys voidaan ottaa huomioon toimintoja suunnitellessa sekä toteutettaessa ja myös lasten varhaiskasvatussuunnitelmissa. Lastentarhanopettajan tehtävä antaa lapselle juuri hänen tarvitsemaansa palautetta. On tärkeää, että lapsi tietää mitä häneltä vaaditaan ja hänelle asetetaan myös tavoitteita. Pelkkä kehuminen ei riitä, vaan lapsi tarvitsee myös realistista palautetta suorituksistaan. Ensiarvoisen tärkeä asia lapsen itsetunnon tukemisessa on hänen aito, päivittäinen kohtaaminen. Kun lapsi tulee huomioduksi ja hänet kohdataan, lapsi kokee olevansa tärkeä, ja se tukee hänen itsetuntoaan eniten.

7.5 Lastentarhanopettajan rooli lapsen itsetunnon tukemisessa

Kysymykseen siitä, miten lastentarhanopettajat voivat omalla toiminnallaan tukea lapsen itsetuntoa, haastateltavat vastasivat eri tavoin ja toivat esiin erilaisia asioita. Erään vastaajan mukaan tärkeiksi asioiksi nousevat ryhmän hallinta, ryhmän ilmapiirin luominen ja yksilön tukeminen. Lapsen itsetunnon tukeminen edellyttää psykologisesti turvallista ilmapiiriä. Lapsen pitää saada olla oma aito itsensä ilman pelkoa pilkkaamisesta, nöyryytyksestä tai vähättelystä. Lapsen ohjaaminen on helpompaa,

kun ilmapiiri salliva ja hyväksyvä. (Aho 1996, 48–49) Ryhmän ilmapiiriin tulisi olla sellainen, että kaikki uskaltavat vastata, kenenkään vastauksille ei naureta ja jokaisen vastauksessa on jotain, mistä lapselle voi antaa myönteistä palautetta. Näin luodaan ilmapiiri, jossa lapset uskaltavat keskustella eivätkä pelkää niin sanottuja vääriä vastauksia.

Ryhmän ilmapiiriin sekä hallintaan liittyvät myös yhteiset pelisäännöt. On tärkeää, että työntekijöillä on yhtenäinen linja ja ryhmällä yhdessä sovitut säännöt miten toimitaan ja millaista käytöstä ei hyväksytä. Silloin lapset tietävät, mitä heiltä odotetaan ja miten toimitaan. Lastentarhanopettaja myös viestittää omalla tekemisellään ja mallillaan lapsille mitä hyväksytään ja mitä ei. Eräs vastaaja nosti esiin myös tilanteen, jossa lasta joudutaan ojentamaan jostain asiasta tai selvitetään riitatilannetta. Tällöin olisi hyvä, että paikalla ovat vain asianomaiset, jotta lapset eivät tule leimatuiksi. Hän myös korosti sitä, että ryhmässä voidaan käydä yleisesti läpi pelisääntöjä tai toimintamalleja yksilöimättä sitä erityisesti kehenkään lapseen.

Lastentarhanopettajien vastauksissa nousi esiin myös tässä kohtaa vahvasti lapsen kohtaaminen ja päivittäinen huomioiminen. Lastentarhanopettajat pitivät tärkeänä sitä, että he oikeasti kohtaavat lapsen, katsovat silmiin, kuuntelevat, mitä sanottavaa lapsella on ja vastaavat hänen puheeseensa. Tärkeää on myös se, ettei lapsen ohi puhuta esimerkiksi vanhemmille, vaan aina huomioidaan myös lapsi. Myös se, että lastentarhanopettaja oikeasti ajattelee, että lapsi on arvokas, välittyy hänen toiminnoissaan lapselle. Eräs vastaaja toi esille jokaisen lapsen päivittäisen huomioimisen ja tasapuolisuuden. Että kaikki lapset saavat samalla tavalla aikuisen huomiota, hyväksyntää, syliä ja kannustusta erilaisissa tilanteissa. Eikä niin, että ryhmässä tietyt lapset aina vievät aikuisen huomion ja vaativat sitä enemmän ja toiset jäävät vähemmälle huomioille, koska eivät vaadi sitä samalla tavalla.

Myös esimerkiksi päiväohjelmaa tai koko vuodenkin työskentelyä suunnitellessa vastaanottaneet lastentarhanopettajat pyrkivät huomioimaan jokaisen lapsen. Että jokainen lapsi saa olla esillä esimerkiksi aamupiirillä tai keskustelutuokioilla ja he saavat sanoa vuorollaan asiansa ja toiset kuuntelevat, sillä jokaisen lapsen mielipide on niin tärkeä, että hänelle annetaan oma vuoro kertoa siitä. Tai esimerkiksi, kun päiväkodissa vietetään lapsen syntymäpäiviä niin jokainen saa vuorollaan oman huomionsa. Myös esi-

merkiksi lasten töitä laitetaan esille ja jokaisen lapsen työ pääsee esille ja niitä voidaan yhdessä ihailla.

Itsetuntoon on aika oleellista sekin, että kun otetaan jotakin leikkejä, pidetään kiinni vuoroista, ollaan oikeudenmukaisia ja pidetään kiinni siitä, että kaikki saa vuoronsa.

Lastentarhanopettajat kokivat tärkeänä asiana positiivisen suhtautumisen lapsiin ja työhön. Sekä sen, mitä itsestään näyttää lapsille. Ilmeet ja eleet kertovat ja merkitsevät lapsille paljon ja kyllä lapset aistivat, kun aikuinen todella välittää lapsesta. Kun lastentarhanopettaja itse on iloinen ja positiivinen, hän omalla esimerkillään näyttää lapsille, että meille tulee tästä hyvä päivä. Positiivinen asenne on osa ammatillisuutta, sillä aina se ei tule automaattisesti, jos itsellä on huono päivä, mutta työminä on erilainen kuin se tunne mikä sinulla on.

Että kyllä se varmaan vuosien myötä tulee melko lailla automaattisestikin, jos sen on oivaltanut, sen asenteen tähän työhön.

Haastattelussa kysyttiin myös, millaisena lastentarhanopettajat tuntevat lasten itsetunnon tukemisen. Pääsääntöisesti vastaajat olivat sitä mieltä, ettei sitä ole vaikea huomioida, sillä se tulee heiltä melko automaattisesti. Välillä kuitenkin tulee eteen tilanteita, joissa ei tiedä, mikä asia johtuu mistäkin. Eräs lastentarhanopettaja nosti esiin myös sen, että päiväkodilla ei ole kaikkia ”lankoja käsissään” vaan lapsilla voi olla vaikeita tilanteita perheessä tai kehityksessä. Tällöin voi olla vaikeaa tietää, mistä asiat johtuvat, mitkä liittyvät itsetunto-ongelmiin, mitkä johonkin muuhun. Yhteistyössä vanhempien ja moniammatillisen tiimin kanssa voidaan miettiä näitä syitä ja mitkä ovat niitä keinoja, joiden avulla lähdetään eteenpäin.

Haasteena koettiin myös se, että kun on kiireisiä päiviä ja henkilökuntaa puuttuu, niin lapsen yksilöllinen huomioiminen jää vähemmälle. Usein kaikista pienimmät ja temperamentiltaan vaativimmat lapset saavat näissä tilanteissa sen aikuisen huomion. Isojen lapsiryhmien haasteena on jokaisen lapsen yksilöllinen huomioiminen, että kaikki saisivat tarvitsemansa huomion ja kokemuksen siitä, että ovat tärkeitä.

Toivon ja oletan, että tälle alalle tulee ihmisiä, mitkä ovat aidosti kiinnostuneita lapsista ja kiinnostuneita lapsen hyvinvoinnista ja siitä, että lapsi kehittyy ja siitä saa-

daan loppujen lopuksi yhteiskuntakelpoinen kansalainen. Rakkautta, rajoja ja lämpöä, niin ei siinä sen kummempaa.

Haastatellut lastentarhanopettajat mieltävät itsetunnon ja sen tukemisen todella tärkeäksi asiaksi päiväkodissa ja se vaatii kertausta ja asiaan palaamista. Vastaajat toivat haastattelussa esiin myös jatkuvan itsensä kehittämisen. On tärkeää ylläpitää tietoa ja kehittää itseään, sillä kokoajan tulee uusia tutkimustuloksia ja asiat voivat muuttuakin. Oli ilo huomata, että lastentarhanopettajilla on halu oppia lisää.

Mutta aina on sitä uuden oppimista ja tiedon lisäämistä, ikinä ei ole valmis, niin minä ainakin ajattelen.

Lastentarhanopettajien rooli lasten itsetunnon tukemisessa on merkittävä, sillä heillä on päiväkodissa vastuu pedagogisen toiminnan järjestämisestä sekä toteuttamisesta. Lastentarhanopettajat vastaavat pitkälti lapsen kasvusta ja kehityksestä, ja he voivat tukea lapsen kasvua monin tavoin. Lastentarhanopettajan toiminnassa tärkeimpiä asioita lapsen itsetunnon kannalta ovat lapsen yksilöllinen kohtaaminen ja tukeminen, ryhmän ilmapiirin luominen ja ryhmän hallinta. Kun ryhmässä on turvallinen ja positiivinen ilmapiiri ja kaikki lapset huomioidaan yksilöllisesti, se tukee lasten itsetuntoa.

8 POHDINTA

Tutkimukseni pääkysymyksenä oli miten lapsen itsetuntoa tuetaan päiväkodissa. Pääkysymystä täydentävät alakysymykset olivat miksi lapsen itsetunnon tukeminen on tärkeää, miten päiväkodin työntekijät kokevat tämän työn sekä miten he käsittävät ja määrittelevät itsetunnon. Tutkimukseni tulosten keskeinen anti oli miten lapsen itsetuntoa tuetaan päiväkodissa. Sain lastentarhanopettajilta paljon konkreettisia esimerkkejä siitä, miten lapsen itsetuntoa tuetaan päiväkodissa. Tärkeimmiksi keinoiksi nousivat lapsen kannustaminen sanallisesti sekä ilmeiden ja eleiden avulla, realistisen palautteen antaminen lapsen suorituksista, mitkä asiat ovat menneet hyvin ja missä hän tarvitsee vielä harjoitusta sekä lapsen yksilöllinen aito kohtaaminen. Jokainen lapsi tulisi päiväkodissa lastentarhanopettajan toimesta huomioida, lapsen kanssa tulisi keskustella ja tälle tulisi antaa henkilökohtaista aikaa, jotta lapselle viestittyy hänen olevan tärkeä ja ainutlaatuinen.

Haastatellut lastentarhanopettajat olivat täysin yksimielisiä siitä, että lapsen itsetunnon tukeminen päiväkodissa on todella tärkeää, sillä lapset kehittyvät ja oppivat paljon asioita päiväkotii-ikäisinä, ja tuolloin opitut asiat kantavat heitä eteenpäin tulevaisuudessa. Lapset rakentavat omaa minäkuvaansa ja he tarvitsevat vahvistusta omalle toiminnalleen ja ovat riippuvaisia aikuisilta saadusta huomiosta ja palautteesta. Lapsen tulisi kokea olevansa tärkeä ja hyvä sellaisena kuin hän on, silloin hänen itsetuntonsa kehittyy hyväksi ja hän oppii luottamaan itseensä ja omiin taitoihinsa. Lastentarhanopettajat pyrkivät päivittäin kohtaamaan jokaisen lapsen yksilöllisesti, sillä lapsen yksilöllinen huomioiminen ja hänen kanssaan keskustelu sekä leikkiminen, ovat asioita, jotka kertovat lapselle, että hän on aikuiselle tärkeä ja aikuinen todella välittää hänestä. Lasten itsetuntoa tukeessa on huomioitava lasten yksilöllisyys ja erilaisuus, jokainen lapsi on oma persoonansa ja lapset ovat luonteiltaan erilaisia. He voivat tarvita hyvinkin erilaisia asioita kasvunsa tueksi. On lastentarhanopettajan tehtävä löytää jokaiselle lapselle ne keinot, jolla lapsen itsetuntoa saadaan vahvistettua. Joillekin se voi olla sanallista kannustamista ja palautteen antamista, toiset taas hyötyvät enemmän kuvallisesta viestinnästä tai fyysisestä koskettamisesta.

Lastentarhanopettajat osasivat hyvin määritellä ja kertoa mitä itsetunto on ja mitkä asiat siihen liittyvät. Vastaajat totesivat, että lapsesta pystyy usein sanomaan millainen itsetunto hänellä on. Jos lapsella on hyvä itsetunto, lapsi luottaa omiin kykyihinsä ja uskaltaa olla oma itsensä sekä yrittää uusia asioita. Tällainen lapsi luottaa aikuisiin ja tietää, mitä hän jo osaa ja mitä hänen tulisi vielä oppia. Jos lapsella taas on heikompi itsetunto, lapsi saattaa vetäytyä, itkeskellä, hän voi olla arka tai hän ei halua osallistua yhteisiin toimintoihin. Lapsi, jolla on huono itsetunto, voi jatkuvasti sanoa ”en osaa” tai ”en halua kokeilla”, koska lapsi ei luota omiin kykyihinsä ja hän pelkää epäonnistuvansa. Lapsen temperamentti ja luonne vaikuttavat siihen, miten hänen itsetuntonsa näkyy lastentarhanopettajalle ja lastentarhanopettajan on tärkeä erottaa, mitkä asiat liittyvät itsetuntoon ja mitkä kertovat jostain muusta.

Lasten itsetuntoa voidaan päiväkodissa tukea kaikissa päivittäisissä tilanteissa, kuten pukemis- ja riisumistilanteissa, ruokailuissa sekä ulkoiluissa. Tällaisissa tilanteissa usein sanallinen kannustaminen ja kehuminen sekä peukun näyttäminen hyvästä suorituksesta, tukevat lasten itsetuntoa. Itsetuntoa voidaan tukea myös ryhmässä tehtävillä harjoituksilla, jotka vahvistavat lasten itsetuntoa esimerkiksi vuorovaikutuksen ja tunnetaitojen avulla. Tärkeimpiä keinoja itsetunnon tukemisessa ovat kannustaminen ja kehuminen. Lastentarhanopettajat nostivat kuitenkin esiin myös realistisen palautteen

antamisen. Lapset ovat todella fiksuja, joten kiitoksen täytyy tulla oikeasta onnistumisesta. Lapset tarvitsevat positiivisen palautteen lisäksi myös rakentavaa palautetta, jotta he voivat oppia, kasvaa ja kehittyä. On lastentarhanopettajan tehtävä suhteuttaa rakentava ja positiivinen palaute juuri lapsen tarvitsemalle tasolle.

Lastentarhanopettajan rooli lapsen itsetunnon tukemisessa on vastaajien mukaan merkittävä. Lastentarhanopettajat vastaavat lapsiryhmän pedagogisen toiminnan suunnittelusta ja toteutuksesta, ja he pyrkivät näissä huomioimaan lasten itsetunnon tukemisen. Lastentarhanopettajat yrittävät pitää lasten itsetunnon mielessään ja luoda sellaista toimintaa, mikä tukee lasten kasvua ja kehittymistä. Vastaajat totesivat, että he voivat omalla esimerkillään ja suhtautumisellaan myös edesauttaa lasten itsetunnon kehittymistä. Esimerkiksi lapsiryhmän sisäisillä säännöillä ja työrauhalla edesautetaan itsetunnon kehittymistä, kun lapset tietävät miten toisia ihmisiä tulee kohdella ja ettei esimerkiksi kiusaamista hyväksytä. Myös se, että kaikki lapset saavat olla esillä ja vastata esimerkiksi aamupiirillä lastentarhanopettajan kysymyksiin, luo lapsille kuvaa siitä, että kaikki heistä ovat tärkeitä ja yhtä arvokkaita.

Mielestäni teoreettinen ja empiirinen osuus sopivat työssäni yhteen. Sain tutkimuksessani vastauksia tutkimuskysymyksiin ja selville juuri niitä asioita, joita oli tarkoituskin. Toteutus sujui mielestäni tarkoituksenmukaisesti ja vastasi tutkimuksen pääkysymyksiä. Toki aina löytyy jotain kehitettävää ja esimerkiksi päiväkotiin luotuihin itsetuntoa tukeviin menetelmiin olisi voinut perehtyä laajemmin. Minulle tuli työtä tehdessäni yllätyksenä, miten hyvin lastentarhanopettajat tiesivät mitä itsetunto on ja miten hyvin he osasivat eritellä, miten itsetunto voi näkyä lapsen käytöksestä ja miten sitä voidaan tukea. Sain työni kautta näkökulman, että lastentarhanopettajilla on todella paljon tietoa, ja heidän osaamistaan voitaisiin varmasti hyödyntää muihinkin teemoihin liittyen. Lastentarhanopettajia haastatteleamalla saa arvokasta, konkreettista ja käytännönläheistä tietoa, joka tuki ainakin omaa oppimistani ja uskon, että muutkin pystyvät hyödyntämään tutkimukseni tuloksia jatkossa.

Opinnäytetyöstä saamani tulokset ovat luotettavasti ja eettisesti hankittuja. Vastaajien henkilöllisyys on tunnistamattomissa ja he lähtivät vapaaehtoisesti haastatteluihin mukaan. Heillä oli myös oikeus kieltäytyä haastatteluista, mutta kukaan ei näin tehnyt. Kerroin haastateltavilleni avoimesti millaista työtä olen tekemässä ja mikä työn tarkoitus on, ja he osallistuivat mielellään tutkimukseeni. Tutkimuksesta saamani tulokset ovat mielestäni merkittäviä, sillä niistä muut varhaiskasvatuksen opiskelijat ja työnte-

kijät voivat ottaa vinkkejä, miten itsetuntoa voisi tukea sekä he saavat teoreettista tietoa, miksi lapsen itsetunnon tukeminen on tärkeää. Työni tulokset eivät ole kovin yleistettävissä, sillä työni on laadullinen eikä määrällinen. Tulokset kertovat kuitenkin hyvin kyseisen päiväkodin henkilökunnalle, miten ja millaisin keinoin juuri tässä päiväkodissa tuetaan lasten itsetuntoa. Ei siis voida yleistää, että esimerkiksi kaikissa Mikkelin päiväkodeissa tilanne on sama, kun otos on vain yhdestä yksiköstä.

Opinnäytetyöstäni on paljon hyötyä minulle itselleni. Opin tutkittavasta aiheesta sekä tutkimuksen tekemisestä todella paljon. Opin miten tutkimusprosessi etenee ja miten tutkimusta suunnitellaan sekä toteutetaan. Käytin haastattelumenetelmää ensimmäistä kertaa ja ymmärsin miten puolueettomat haastattelukysymykset luodaan ja miten saatuja vastauksia lähdetään litteroinnin jälkeen purkamaan. Työn kautta minulle myös selvisi, että haastattelu vaatii aina rauhallisen ympäristön onnistuakseen. Opin työn aikana paljon prosessin suunnittelusta, aikataulutuksesta ja hallinnasta. Hyvällä suunnittelulla ja aikataulutuksella, sekä siinä pysymisellä, on iso apu tällaista projektia tehtäessä. Opin myös tiedonhakuun liittyviä asioita, osaan nyt hakea tietoa monipuolisemmin sekä uskon, että kriittisyyteni lähteitä kohtaan on kasvanut.

Aiemmin minulla ei ollut tietoa itsetunnon kehittymisestä ja sen merkityksestä päiväkodissa työskenneltäessä. Nyt tiedän miksi itsetunnon tukeminen on tärkeää ja miten lasten itsetuntoa voidaan tukea. Osaan myös itse haastatteluun osallistuneilta lastentarhanopettajilta saatujen esimerkkien pohjalta havainnoida lapsia ja tiedän, mitkä asiat voivat kertoa lapsen hyvästä tai huonosta itsetunnosta. Itselleni tuli tutkimusta tehdessäni yllätyksenä se, miten paljon lastentarhanopettajilla on tietoa itsetuntoon liittyen. Olin ajatellut, että tämä voisi olla haastava ja vaikeakin aihe joillekin vastaille, mutta kaikki tiesivät hyvin tarkkaan mistä itsetunnon tukemisessa on kyse sekä miten ja miksi tätä työtä tehdään.

Uskon, että tutkimuksestani on hyötyä kaikille, joita lapsen itsetunnon tukeminen kiinnostaa. Myös työelämäkumppani päiväkotia saa työstä konkreettista näyttöä, miten heidän päiväkodissaan lasten itsetuntoa tuetaan. Lastentarhanopettajat voivat myös saada työstä lisää teoreettista pohjaa tekemälleen työlle sekä uusia ajatuksia. Löysin tutkimusta tehdessäni vastauksia tutkimuskysymyksiini ja työstäni on löydettävissä monia eri keinoja, miten lastentarhanopettaja voi tukea lapsen itsetuntoa päiväkodissa.

Lapsen itsetunnon tukeminen on merkittävä ja tärkeä aihe, josta olisi vielä mahdollista tehdä erilaisia tutkimuksia ja tuotoksia. Aiheesta olisi mahdollista tehdä esimerkiksi konkreettinen menetelmällinen opas, jossa olisi lyhyesti esitelty itsetunto, sen eri osat alueet sekä sen tukemisen merkitys päiväkodissa. Tuohon oppaaseen voisi koota keinoja sekä menetelmiä, miten lapsen itsetuntoa voidaan tukea ja vastaavasti myös esimerkkejä, mitkä voivat kertoa lapsen heikosta tai hyvästä itsetunnosta. Uskon, että tällaisesta oppaasta voisi olla hyötyä alan opiskelijoille sekä vastavalmistuneille lastentarhanopettajille. Usein opiskelijat ja työuransa alkutaipaleella olevat tarvitsisivat jotain ”kättä pidempää”, teoriaa ja tietoa johon pohjata omaa toimintaansa ja mistä saada vinkkejä. Aiheesta voisi myös tehdä määrällistä tutkimusta, jos haluaisi saavuttaa kattavamman ja yleistettävän tuloksen esimerkiksi koko Mikkelin kaupungin päiväkotien näkökulmasta.

Tulevaisuudessa olisi mielenkiintoista tutkia miten käytännössä lasten itsetunnon tukeminen tulee huomioitua päiväkodissa. Lastentarhanopettajien työtä havainnoimalla pystyisi selvittämään onko heillä riittävästi aikaa ja mahdollisuuksia huomioida lasten itsetuntoa. Pystyvätkö he kohtaamaan päivittäin lapset yksilöllisesti ja antamaan riittävästi tukea ja kannustusta, vai jääkö itsetunnon tukeminen arjessa vähemmälle huomiolle. Lastentarhanopettajilta voisi myös kysyä, miten he kehittäisivät päiväkodin toimintaa tulevaisuudessa, jos kehitettävää on.

Haastavinta työssäni oli varmasti aiheen rajaaminen. Itsetuntoon liittyy todella paljon asioita ja sitä on tutkittu jo melko paljon, joten siihen liittyvää materiaalia on paljon saatavilla. Päätin teoriassa esitellä itsetunnon rinnalla myös minäkuva, sillä itsetunnosta puhuttaessa on hyvä tiedostaa myös ihmisen minäkuva ja näiden eroavaisuudet. Itse tutkimuksessa keskityin kuitenkin itsetuntoon, sillä se on päiväkodissa enemmän esillä ja itsetuntoa tukemalla vaikutetaan myös lapsen minäkuvaan. Menetelmistä valitsin puolistrukturoidun teemahaastattelun. Aluksi pohdin myös kyselylomaketta, mutta jälkepäin olen todella tyytyväinen, että päädyin haastatteluun. Haastattelu vei toki enemmän aikaa ja vaati aikataulujen yhteensovittamista lastentarhanopettajien kanssa, mutta sain myös laadukkaita ja kattavia vastauksia. Kyselylomakkeella vastaukset olisivat voineet jäädä enemmän pintaraapaisuiksi.

Tavoitteenani oli haastatteleamalla saada esille lastentarhanopettajien näkemyksiä lasten itsetunnon tukemisesta, ja tässä onnistuttiin. Kaikki haastatteluista saadut vastauk-

set olivat lastentarhanopettajien näkemyksiä, mutta niitä analysoidessani huomasin, että ne olivat hyvin samansuuntaisia teoriakirjallisuuden kanssa. Uskon, että vastaukset ovat melko luotettavia ja kuvaavat realistisesti lastentarhanopettajien näkemyksiä, vaikka en pystykään olemaan varma siitä, minkä verran he olivat valmistautuneet ja tutustuneet aiheeseen etukäteen. Lastentarhanopettajien saatekirjeessä mainitsin aiheen olevan lapsen itsetunnon tukeminen, joten on mahdollista, että lastentarhanopettajat olivat varautuneet ja valmistautuneet haastatteluun, vaikka se ei pakollista olisi ollut. En kuitenkaan usko, että valmistautuminen suurelta osin olisi muuttanut vastauksia, vaan lastentarhanopettajat olivat vain pohtineet miten he käytännössä omassa työssään tukevat lasten itsetuntoa.

LÄHTEET

Aho, Sirkku 1996. Lapsen minäkäsitys ja itsetunto. Helsinki: Edita.

Aho, Sirkku & Laine, Kaarina 1997. Minä ja muut. Kasvaminen sosiaalisen vuorovaikutukseen. Keuruu: Otavan Kirjapaino.

Ammattinetti 2015. Lastentarhanopettaja. WWW-dokumentti.
http://www.ammattinetti.fi/ammattit/detail/98_ammatti. Ei päivitystietoja. Luettu 5.2.2015.

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

Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2010. PDF-dokumentti.
http://www.oph.fi/download/131115_Esiopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2010.pdf. Ei päivitystietoja. Luettu 2.3.2015.

Finlex 2015. Laki lasten päivähoidosta. WWW-dokumentti.
<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1973/19730036>. Päivitetty 19.2.2015. Luettu 24.2.2015.

Furman, Ben 2012. Olen ylpeä sinusta!. Ratkaisukeskeisiä keinoja vanhemmille ja muille lasten kasvattajille. Helsinki: Tammi.

Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena 2010. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Tallinna: Raamatutrukikoda.

Hirsjärvi, Sirkka, Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2008. Tutki ja kirjoita. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Jernberg Ann M. & Booth Phyllis B. 2003. Theraplay. Vuorovaikutusterapian käsikirja. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Keltikangas-Järvinen, Liisa 1994. Hyvä itsetunto. Juva: WSOY.

Keltikangas-Järvinen, Liisa 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Juva: WS Bookwell Oy.

Koivisto, Päivi 2007. "Yksilöllistä huomiota arkisissa tilanteissa". Päiväkodin toimintakulttuurin kehittäminen itsetuntoa vahvistavaksi. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteet. Väitöskirja. PDF-dokumentti.
<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/13312/9789513929053.pdf?sequence=1>. Päivitetty 7.9.2009. Luettu 6.1.2015.

Kokljuschkin, Mikael 2001. Unelmien päiväkot. Kohti parempaa oppimisympäristöä. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Kronqvist, Eeva-Liisa & Pulkkinen, Minna-Leena 2007. Kehityopsykologia matkalla muutokseen. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.

Kuninkaanniemi, Sanna 2011. Lapsen itsetunnon vahvistaminen esiopetuksessa: Kahden esiopetuksen työntekijän kokemuksia lapsen itsetunnon vahvistamisesta. Kemi-Tornion ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. PDF-dokumentti.

http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/36994/Kuninkaanniemi_Sanna.pdf?sequence=1. Päivitetty 12.12.2011. Luettu 10.11.2014.

Meidän perhe 2011. Ben Furmanin Muksuopin 15 askelmaa. WWW-dokumentti.

http://www.meidanperhe.fi/artikkeli/kasvu/ben_furmanin_muksuopin_15_askelmaa. Päivitetty 8.10.2011. Luettu 11.5.2015.

Mikkelin kaupungin varhaiskasvatussuunnitelma 2012. PDF-dokumentti.

http://www.mikkeli.fi/sites/mikkeli.fi/files/atoms/files/mikkelin_kaupungin_varhaiskasvatussuunnitelma_2012_0.pdf. Ei päivitystietoja. Luettu 29.4.2015.

Plummer, Deborah & Serrurier, Jane 2006. Self-Esteem Games for Children. England: Jessica Kingsley Publishers.

Psykologienkustannuslaitos 2015. Askeleittain. WWW-dokumentti.

http://www.psykologienkustannus.fi/index?product_id=80. Ei päivitystietoja. Luettu 7.5.2015.

Roberts, Rosemary & Roberts, Rosie 2002. Self-Esteem and Early Learning. USA: SAGE Publications Inc.

Sinkkonen, Jari 2008. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. Juva: WS Bookwell Oy.

Suomen Theraplay-yhdistys ry. Mitä on Theraplay-terapia? WWW-dokumentti.

<http://www.theraplay.fi/index.php?k=4194>. Ei päivitystietoja. Luettu 4.4.2015.

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2014. Varhaiskasvatuksen ja esiopetuksen keskeinen lainsäädäntö. WWW-dokumentti. http://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/lait_oppaat/varhaiskasvatus_ja_paivahoito/lainsaadanto/varhaiskasvatuksen_ja_esiopetuksen_keskeinen_lainsaadanto. Päivitetty 31.10.2014. Luettu 20.1.2015.

Toivakka, Sari & Maasola, Miina 2011. Itsetunto kohdalleen!. Harjoituksia itsetunteuksen ja vuorovaikutustaitojen oppimiseen. Juva: Bookwell Oy.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005. PDF-dokumentti.

<http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77129/Varhaiskasvatussuunnitelmanperusteet.pdf?sequence=1>. Ei päivitystietoja. Luettu 29.4.2015.

Virtuaali AMK 2015. Laadullinen tutkimus. Litterointi. WWW-dokumentti.

<http://www2.amk.fi/digma.fi/www.amk.fi/opintojaksot/030906/1144934265902/1144934482934/1144934703586/1146052870489.html>. Ei päivitystietoja. Luettu 14.3.2015.

Mikkelin kaupunki
Sivistystoimi

Päätöspöytäkirja

Sivu 1

Varhaiskasvatusjohtaja

26.11.2014

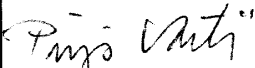
16 §

Lotta Luukkonen

321 / 429 / 2014

Muut asiat

Tutkimusluvan myöntäminen Lotta Luukkoselle

Asia	<p>Mikkelin ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelija Lotta Luukkonen anoo tutkimuslupaa <u>opinnäytetyötä</u> varten. Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, miten _____ päiväkodissa tuetaan lapsen minäkuvan kehittymistä, millaisin keinoin tätä työtä tehdään ja miten lastentarhanopettajat kokevat tämän työn.</p> <p>Tutkimus on kvalitatiivinen eli laadullinen ja aineisto kerätään haastattelemalla yksilöhaastatteluin päiväkodin lastentarhanopettajia.</p>
Päätöksen peruste	<p>Mikkelin kaupungin sivistystoimen toimintasääntö 5.2.2.</p>
Päätös	<p>Myönnän Lotta Luukkoselle tutkimusluvan asiakohdassa mainitun tutkielman tekemistä varten edellyttäen, että hän noudattaa ehdotonta salassapitovelvollisuutta kerättävässä aineistossa mahdollisesti esiin tulevien yksilöä ja perhettä koskevien seikkojen suhteen. Lisäksi edellytetään, että yksi kappale tutkielmasta luovutetaan varhaiskasvatusjohtajan käyttöön.</p>
Allekirjoitus	<p> Pirjo Vartiainen Varhaiskasvatusjohtaja</p>
Tiedoksi	<p>Luukkonen, varhaiskasvatuspalvelut, _____ päiväkot</p>

Mikkeli 5.3.2015

Saatekirje

Lastentarhanopettaja,

Olen sosiaalian viimeisen vuoden opiskelija Mikkelin ammattikorkeakoulusta ja teen opinnäytetyöni lapsen itsetunnon tukemisesta päiväkodissa lastentarhanopettajien näkökulmasta. Tarkoitukseni on selvittää miten ja millaisin keinoin päiväkodissa vahvistetaan ja tuetaan lasten itsetuntoa ja sen muodostumista. Tarkoitukseni on selvittää millaisia keinoja päiväkodin työntekijöillä on tämän työn tekemiseen ja miten päiväkodissa huomioidaan lapsen itsetunto arjen tilanteissa.

Toteutan opinnäytetyötäni haastattelemalla lastentarhanopettajia lapsen itsetunnon tukemisesta. Haastattelu kestää n. 20 minuuttia ja tallennan sen nauhurilla, jotta voin myöhemmin analysoida vastauksia. Käsittelen vastaukset luottamuksellisesti, eikä haastateltavien henkilöllisyys paljastu missään vaiheessa. Haastatteluun osallistuminen on vapaaehtoista. Jos et halua osallistua haastatteluun, ilmoita siitä minulle.

Aloitan haastattelujen tekemisen viikolla 11 ja huhtikuun alkuun mennessä pyrin saamaan kaikki haastattelut tehtyä. Sovitaan yhdessä käypä ajankohta haastattelujen tekemiseen.

Opinnäytetyötäni ohjaa Mikkelin ammattikorkeakoulusta lehtori Erja Lappalainen. Valmis opinnäytetyö tulee julkaisemaan Theseus tietokannassa.

Ystävällisin terveisin

Lotta Luukkonen, Sosiaalian opiskelija

050 413457 luukkonen.lotta@gmail.com

Aluksi kerätään haastateltavan taustatiedot: koulutus ja työkokemus.

Kysymykset lastentarhanopettajien yksilöhaastattelussa ovat:

Millaisena koet lapsen itsetunnon tukemisen merkityksen päiväkodissa? Miksi?

Millaisena käsität itsetunto-käsitteen? Miten lapsen itsetunto näkyy lastentarhanopettajalle?

Millaisin keinoin lapsen itsetuntoa ja sen kehittymistä pyritään tukemaan päiväkodin arjessa? Onko jotain konkreettisia esimerkkejä tai tiettyjä menetelmiä?

Miten lasten yksilöllisyys huomioidaan itsetunnon tukemisessa? Onko erilaisia keinoja tukea eri lapsia?

Miten sinä voit tukea lapsen itsetunnon kehittymistä omalla toiminnallasi? Millaisena koet tämän työn?