



VAASAN AMMATTIKORKEAKOULU
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Maria Käräjöja

ERITYISHERKKÄ LAPSI

Erityisherkkien lasten huomioiminen päiväkodissa

Sosiaali- ja terveysala
2017

TIIVISTELMÄ

Tekijä	Maria Käräjäoja
Opinnäytetyön nimi	Erytyisherkkä lapsi. Erytyisherkkien lasten huomioiminen päiväkodissa
Vuosi	2017
Kieli	suomi
Sivumäärä	67+1 liite
Ohjaaja	Ahti Nyman

Tutkimuksen tarkoituksena on tutkia erityisherkkiä lapsia heidän vanhempien näkökulmasta. Tässä työssä selvitetään mitä haasteita ja positiivisia asioita erityisherkkä lapsi tuo päivähoiton arkeen. Tässä työssä selvitettiin myös, minkälainen tuki on vanhempien mielestä paras erityisherkkälle lapselle. Tässä työssä tutkitaan myös, miten erityisherkkyyttä voi hyödyntää lapsen ollessa aikuinen.

Opinnäytetyö tehtiin eri kirjoittajien teorioista. Aineistoa kerättiin kyselylomakkeella sosiaalisessa mediassa olevassa vertaisryhmässä. Opinnäytetyö on sekä kvalitatiivinen että kvantitatiivinen ja se toteutettiin kertakyselynä. Kaikki aineisto kerättiin e-lomakkeen avulla. Kyselylomake sisälsi sekä avoimia että monivalintakysymyksiä. Kysymykset olivat pääasiallisesti kuitenkin avoimia kysymyksiä.

Tutkimus osoitti, että aikuisen sensitiivisyys sekä pienryhmätoiminta on erityisherkkälle lapselle parhain tuki päivähoitossa. Myös kesken päivän saatu oma rauhallinen hetki auttaa lasta ylikuormittumasta. Tutkimus osoitti, että haasteiksi hoitopäivän arjessa muodostuu lapsen omien tunteiden hallitsemattomuus sekä se, että lapsi kätkee todelliset tunteensa. Tutkimuksessa selvisi, että erityisherkkä voi käyttää herkkyyttään aikuisiällä hyödyksi esimerkiksi työelämässä olemalla oikeudenmukainen, empaattinen ja nopea oppimaan.

ABSTRACT

Author	Maria Käräjäoja
Title	Highly-Sensitive Child. Paying Attention to Highly-Sensitive Children in Kindergarten.
Year	2017
Language	Finnish
Pages	67+1 Appendix
Name of Supervisor	Ahti Nyman

The purpose of this study is to examine highly-sensitive children from their parents' point of view. The aim of this bachelor's thesis is to find out what challenges and positive things a highly-sensitive child brings the everyday life of day care. A further aim was to find out what kind of support is the best according to the parents of these children. The focus was also on looking at how being highly-sensitive can be useful in adulthood.

This bachelor's thesis includes the theories of several different authors. The material was collected with a questionnaire in a peer group on social media. The bachelor's thesis is both qualitative and quantitative, and it was carried out as one-time survey. All the data was collected by e-form. The questionnaire contained both open-ended and multiple choice questions. However, the questions were mainly open-ended questions.

The study showed that the sensitivity of an adult and small group activities are the best support to a highly-sensitive child in day care. Also having own, peaceful time and moment during the day will help the child from becoming overloaded. The study showed that the challenges of everyday life in day care consist of uncontrollability of the child's own feelings and the fact that the child hides the true feelings. The study revealed that a highly-sensitive person can utilize the sensitivity in adulthood in working life, for example, by being fair, empathetic and by being a quick learner.

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO	8
2	VARHAISKASVATUS.....	9
	2.1 Varhaiskasvatuslaki	9
	2.2 Päivähoidon perustehtävä	11
	2.3 Päivähoidon ja kodin välinen yhteistyö	11
3	TEMPERAMENTTI.....	12
	3.1 Kasvatuksen merkitys ja ympäristön vaikutus.....	13
	3.2 Introvertti ja ekstrovertti	14
	3.3 Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot	15
	3.4 Erityisherkkyyys	16
	3.5 Historia sekä aikaisemmat tutkimukset	17
	3.6 Herkkyyys voimavarana	19
	3.7 Erityisherkkä lapsi	20
	3.7.1 Ärsykkeiden ja ylivirittyneisyyden merkitys	21
	3.7.2 Empaattisuus	22
	3.7.3 Erityisherkkä lapsi päivähoidossa	22
	3.7.4 Erityisherkkän lapsen kohtaaminen ja tukeminen.....	23
	3.8 Hyvä itsetunto ja sen kehittyminen.....	24
4	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	26
	4.1 Tutkimusmenetelmä.....	26
	4.2 Aineistonhankinta	27
	4.3 Aineiston analyysi.....	28
	4.4 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys	29
5	TUTKIMUSTULOKSET	31
	5.1 Tutkimuksen tulokset.....	31
	5.1.1 Lapsen hoitomuoto.....	31
	5.1.2 Erityisherkkyyden määritelmä	32

5.1.3	Erityisherkkyyden näkyminen lapsen käyttäytymisessä	34
5.1.4	Lapsen käyttäytymisen kuvaileminen ennen herkkyyden löytämistä	39
5.1.5	Erityisherkälle lapselle annettava tuki	41
5.1.6	Vanhemman erityisherkkyyden	43
5.1.7	Erityisherkan lapsen positiiviset piirteet	44
5.1.8	Erityisherkan lapsen haasteelliset piirteet	46
5.1.9	Itsetunnon liittyminen erityisherkkyyteen	49
5.1.10	Erityisherkkyyden vahvuutena	50
5.1.11	Haasteet hoitopäivän arjessa	52
5.1.12	Paras tuki erityisherkälle lapselle päivähoitossa	56
5.2	Päivähoitossa työskentelevien palaute	59
6	JOHTOPÄÄTÖKSET	60
7	POHDINTA	63
	LÄHTEET	65

LIITTEET

KUVIOLUETTELO

Kuvio 1. Lapsen hoitomuodot	31
Kuvio 2. Erityisherkkyyden määrittelmä	32
Kuvio 3. Erityisherkkyyden näkyminen lapsen käyttäytymisessä	34
Kuvio 4. Lapsen käyttäytymisen kuvailun ilmaisut ennen erityisherkkyyden määrittelyä	39
Kuvio 5. Lapselle annettava tukimuoto	41
Kuvio 6. Vanhemman erityisherkkyyys	43
Kuvio 7. Erityisherkan lapsen positiiviset piirteet	44
Kuvio 8. Erityisherkan lapsen negatiiviset piirteet	46
Kuvio 9. Itsetunnon liittyminen erityisherkkyyteen	49
Kuvio 10. Erityisherkkyyden vahvuusalueet lapsen myöhemmässä elämässä	50
Kuvio 11. Haasteet hoitopäivän arjessa	52
Kuvio 12. Paras tuki erityisherkälle lapselle päivähoitossa	56

LIITELUETTELO**LIITE 1. Kyselylomake**

1 JOHDANTO

Erityisherkkyyden sanana on ollut viime aikoina paljon pinnalla. Ajankohtaisuudesta huolimatta erityisherkkyyden käsitteenä on monelle hyvinkin tuntematon. Erityisherkkyyden mielletään usein hyvin kapea-alaiseen ja negatiiviseen luonteenpiirteeseen, yliherkkään ihmiseen, jolle ei uskalla sanoa mitään. Erityisherkkä lapsi voidaan kokea myös hankalaksi päiväkodissa hänen rauhallisen ja usein vetäytyvän ja tarkkaan harkitsevan luonteensa vuoksi. Erityisherkkä lapsi ei ole ensimmäisenä vaatimassa itselleen huomiota ja saattaa jäädä helposti muiden varjoon. Tämän vuoksi lapsen itsetunto voi jäädä huonoksi. Hyvän itsetunnon kehittämisellä jo varhaisessa lapsuudessa on merkittävä vaikutus myöhemmälle tasapainoiselle elämälle. Hyvällä itsetunnolla on myös iso vaikutus, jotta erityisherkkä ihminen voi ottaa herkkyyden yhdeksi vahvuudekseen sekä kyvyn hyödyntää sitä myöhemmin esimerkiksi opiskelussa ja työelämässä.

Tietämättömyydestä ja negatiivisesta suhtautumisesta johtuen monelta jää huomaamatta erityisherkkän lapsen tuomat ilot, pieniin yksityiskohtiin keskittymisen sekä hetkessä elämisen taidon. Tällä työllä haluan tuoda esille, miten herkkyyttä voi pitää vahvuutena lapsena mutta myös aikuisiällä.

Tutkimukseni tavoitteena on tuottaa tietoa erityisherkkistä lapsista heidän vanhemmilleen ja heidän kanssa työskenteleville ammattilaisille, kuten päiväkodin henkilökunnalle. Tällä työllä halusin tuoda kuuluviin erityisherkkien lasten vanhempien näkemyksen erityisherkkyyteen liittyvissä asioissa.

Päätökseni lähteä tutkimaan asiaa lähti omien lasten sekä työkokemuksen kautta. Huomasin, että erityisherkkiä on yhtä monta erilaista kuin on ihmistäkin. Erityisherkkiä muovaa oma synnynnäinen temperamentti, kasvatus ja ympäristö aivan kuten ei-herkkää ihmistäkin.

2 VARHAISKASVATUS

Varhaiskasvatuksella on monta eri tehtävää yhteiskunnallisena palveluna. Varhaiskasvatuksen tavoitteena on edistää lasten tasapainoista kasvua, kehitystä ja oppimista. Tähän tarvitaan kiinteää yhteistyötä vanhempien ja kasvatuksen ammattilaisten välillä, jotta yhteinen kasvatustehtävä muodostaa mielekkään kokonaisuuden lapsen parhaaksi. Varhaiskasvatus on myös tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta edistävää palvelua. Lasten osallisuutta ja aktiivista toimijuutta vahvistaa varhaiskasvatuksessa opitut tiedot ja taidot. (Opetushallitus 2016, 9.)

Varhaiskasvatus toteutuu kokonaisuutena. Siinä hoito, kasvatus ja opetus liittyvät toisiinsa. Jokainen lapsi tuo varhaiskasvatukseen omat kokemuksensa, joissa merkittävänä tekijänä on lapsen ja huoltajien väliset vuorovaikutus- ja kiintymyssuhteet. Jokainen varhaiskasvatuksen ulottuvuus painottuu eri tavoin eri-ikäisillä lapsilla. Myös varhaiskasvatuksen toteuttamisen merkitys vaihtelee erilaisissa tilanteissa. Mitä pienemmästä lapsesta on kyse, sen suurempi osa kasvattajan ja lapsen vuorovaikutustilanteista tapahtuu hoitotilanteissa. Niillä on merkitystä sekä lapsen oppimiselle että yleiselle hyvinvoinnille, sillä ne ovat kasvatuksen, opetuksen ja ohjauksen tilanteita. (Opetushallitus 2016, 12–13.)

Varhaiskasvatuksen asiantuntijavirastona toimii opetushallitus. Se laatii ja päättää valtakunnalliset varhaiskasvatussuunnitelman perusteet, joiden pohjalta kunnat laativat paikallisesti varhaiskasvatussuunnitelmat. Sekä päiväkodissa että perhepäivähoidossa jokaiselle lapselle laaditaan henkilökohtainen varhaiskasvatussuunnitelma. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2015.)

2.1 Varhaiskasvatuslaki

Varhaiskasvatuksella tarkoitetaan lapsen suunnitelmallista ja tavoitteellista kasvatuksen, opetuksen ja hoidon muodostamaa kokonaisuutta, jossa painottuu erityisesti pedagogiikka (L.8.5.2015/580). Varhaiskasvatuslaki määrittää lapsen oikeuden varhaiskasvatukseen. Laki sovelletaan kunnan, kuntayhtymän sekä muun palvelujen tuottajan järjestämään varhaiskasvatukseen. Varhaiskasvatusta toteutetaan päiväkodeissa, perhepäiväkodeissa tai jossain muussa siihen tarkoitukseen vara-

tussa paikassa. (L.8.5.2015/580.) Lapset, jotka eivät ole vielä oppivelvollisia ovat oikeutettuja varhaiskasvatukseen sekä erityisissä olosuhteissa olevat sitä vanhemmat lapset, mikäli hoitoa ei muulla tavalla voida järjestää (L.23.12.1999/1290).

Varhaiskasvatuksen tavoitteena on edistää yksilöllisesti lapsen kokonaisvaltaista lapsen iän ja kehityksen mukaista kasvua, terveyttä, kehitystä ja hyvinvointia. Varhaiskasvatuksen tavoitteena on myös tukea lapsen oppimisen edellytyksiä ja edistää lapsen elinikäistä oppimista. Sen tavoitteena on myös toteuttaa lapsen leikkiin, liikkumiseen, taiteisiin ja kulttuuriperintöön perustuvaa pedagogista toimintaa. Sen tarkoituksena on mahdollistaa myönteiset oppimiskokemukset, kuten turvallisen, terveellisen, kehittävän ja oppimista edistävän kasvatusympäristön. Sen tarkoitus on turvata lasta kunnioittavan toimintatavan sekä mahdollisimman pysyvät vuorovaikutussuhteet lasten ja varhaiskasvatushenkilöstön kesken. Laki antaa kaikille lapsille yhdenvertaiset mahdollisuudet varhaiskasvatukseen. Se edistää sukupuolten tasa-arvoa ja antaa valmiuksia ymmärtää ja kunnioittaa yleistä kulttuuriperinnettä sekä lapsen kielellistä, kulttuurista, uskonnollista ja katso-muksellista taustaa. Lain tavoitteena on kehittää lapsen yhteistyö- ja vuorovaiku-tustaitoja, edistää lapsen toimimista vertaisryhmässä sekä ohjata eettisesti vastuul-liseen ja kestävään toimintaan, toisten ihmisten kunnioittamiseen ja yhteiskunnan jäsenyyteen. Tavoitteena on varmistaa lapsen mahdollisuus osallistua ja saada vaikuttaa itseään koskeviin asioihin. Lain tarkoitus on toimia yhdessä lapsen sekä lapsen vanhemman tai muun huoltajan kanssa lapsen tasapainoisen kehityksen ja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin parhaaksi sekä tukea lapsen vanhempaa tai muuta huoltajaa kasvatustyössä. (L.8.5.2015/580.)

Jokainen kunta tekee oman varhaiskasvatussuunnitelman. Varhaiskasvatussuunni-telma laaditaan valtakunnallisten varhaiskasvatussuunnitelmien pohjalta. Laati-misvelvoite koskee myös kunnan valvomaa yksityistä päiväkotitoimintaa tai yksi-tyistä perhepäivähoitoa. Suunnitelmia tulee myös jatkossa arvioida sekä kehittää. (Opetushallitus 2016, 5.)

2.2 Päivähoidon perustehtävä

Päivähoidon perustehtävä sisältää lasten hoidon, kasvatuksen ja opetuksen. Nämä kolme ovat päiväkodin ydintehtäviä. Näiden lisäksi perustehtäviin voidaan lisätä vanhempien kanssa tehtävän yhteistyön, verkostotyön sekä lastensuojelun tukitoimet. (Koivunen 2009, 11.)

2.3 Päivähoidon ja kodin välinen yhteistyö

Varhaiskasvatuksessa tärkeä roolissa on vanhempien kanssa tehtävä yhteistyö. Sen tavoitteena on henkilöstön ja vanhempien yhteinen sitoutuminen taata lapselle turvallinen ja terve kasvu, kehitys sekä oppiminen. (Opetushallitus 2016, 23.) Kasvatustyöhön liittyvistä arvoista, tavoitteista ja vastuista keskustellaan sekä henkilöstön kesken että huoltajien kanssa. Yhteistyö on vuorovaikutteista ja edellyttää varhaiskasvatuksen henkilöstöltä aloitteellisuutta ja aktiivisuutta. Yhteistyössä huomioidaan perheiden moninaisuus, lasten yksilölliset tarpeet sekä huoltajuuteen ja vanhemmuuteen liittyvät kysymykset. Tarvittaessa keskusteluissa käytetään tulkkia molemminpuolisen ymmärryksen varmistamiseksi. (Opetushallitus 2016, 23; Koivunen 2009, 151–153.)

Osa yhteistyötä on kotikasvatuksen tukeminen. Se ei tarkoita automaattisesti kaikenlaisten kasvatusten menetelmien hyväksymistä ja tukemista. Se tarkoittaa vanhempien ja kasvattajien avointa ja tavoitteellista keskustelua perheen arvoista, kasvatuseriaatteista ja kulttuurista. Osa yhteistyötä on myös kasvatustavun jakaminen. Kasvattajat ovat vastuussa lapsesta päivähoiton ajan mutta vanhemmat ovat viime kädessä vastuussa lapsen kasvatuksesta. Kasvatustavun jakaminen edellyttää tiivistä ja toimivaa yhteistyötä vanhempien ja kasvattajien välillä. Vanhempia osallistavassa yhteistyössä kannustetaan vanhempia yhteistyöhön. Tämä vaatii kasvattajalta herkkyyttä tunnistaa perheen tilanne sekä kykyä nähdä, mikä yhteistyömuoto heidän kanssaan olisi paras mahdollinen. Jotta mikään yhteistyömuoto toimisi, vaatii se kasvattajalta ja vanhemmalta tietoa omasta roolistaan sekä keskinäistä luottamusta. (Koivunen 2009, 151–153.)

3 TEMPERAMENTTI

Temperamentti on ihmisen biologinen perusta, johon kuuluu joukko synnynnäisiä valmiuksia, joista ympäristön vaikutukset, lapsen saama kasvatus, kulttuurin normit, yhteisöjen odotukset ja arvostukset muokkaavat ihmisen persoonallisuuden. Temperamentin ja persoonallisuuden ero on se, että temperamentti syntyy jo varhain, ennen kuin ympäristö on ehtinyt sitä muuttaa. Kun taas persoonallisuus syntyy ympäristön vaikutuksesta. Tämä ei kuitenkaan tarkoita sitä, etteikö ympäristö voisi muokata myös temperamenttia. (Keltikangas-Järvinen 2004, 36.)

Ihmisen kuvailemisessa temperamentti viittaa ihmisten eroihin. Temperamentti näkyy, koska se on käyttäytymistyyli. Arkikielessä puhutaan usein ihmisen olevan temperamenttinen, jolla viitataan hänen impulsiivisuuteen tai räiskähtelevään tyyliinsä. Yhtä lailla kuitenkin rauhalliset ja ujoet ihmiset ovat temperamenttisia. Jokaisella ihmisellä on oma temperamentti. (Keltikangas-Järvinen 2004, 39–40.)

Temperamenttipiirteet ovat usein pysyviä. Jos lapsi on ujo ja huonosti uusiin asioihin tottuva, hän voi oppia selviytymiskeinoja niiden voittamiseen mutta ei hän koskaan tule nauttimaan niistä tilanteista, eli asiat eivät mene toisin päin aikuiseksi vartuttuaan. Vaikka temperamenttipiirteet ovat pysyviä, tapahtuu niiden ilmaisuissa kuitenkin vartuttua muutoksia. Näitä muutoksia selittää biologinen ja psyykkinen kasvaminen. Vaikka pohjalla oleva temperamentti ei muuttuisi, kulttuuri ja ympäristö alkavat yhä enemmän vaikuttaa siihen, kuinka ihminen itseään ilmaisee. Aikuinen on oppinut näyttämään eri tavalla ärtyneisyytensä kuin pieni uhmaikäinen lapsi. (Keltikangas-Järvinen 2004, 43–44.)

Kun vanhempi tai kasvattaja tuntee lapsen temperamentin, se auttaa ymmärtämään ja myös kunnioittamaan lapsen yksilöllisyyttä. Vanhemman tai kasvattajan on helpompi tukea kasvua ja kehitystä, kun lapsen temperamentti on tuttu ja se hyväksytään. Sen tunteminen voi auttaa myös sisarusten välisten erojen tai arjen solmukohtien ymmärtämisessä. (MLL 2016.)

3.1 Kasvatuksen merkitys ja ympäristön vaikutus

Kasvatus on tietoista ja tavoitteellista toimintaa, jolla ohjataan kasvua, persoonallisuuden muodostumista sekä ominaisuuksien muuttumista. Yleensä käsitetään kasvatuksen olevan vanhemman antamaa opetusta, huolehtimista ja hoitamista. Kasvatuksen tavoitteet, sisällöt ja menetelmät ovat perhekohtaisia. Perheiden lisäksi kasvatuksesta huolehtivat myös muut instituutiot, kuten päivähoito tai koulu. (Järvinen, Laine & Hellman-Suominen 2009, 18.)

Kasvatustyyplejä sekä -tapoja on useita. Kasvatustyylistä ilmenee, mitä kasvattaja ajattelee lapsesta ja miten hän näkee lapsena olon. Tyypillisimpiä kasvatustyyplejä ovat esimerkiksi aikuisjohtoinen kasvatus, jossa aikuisen sana on laki. Siinä vanhempi päättää mikä on lapselle paras eikä asioista neuvotella lapsen kanssa. Lapsijohtoinen kasvatus on vastakohta aikuisjohtoiselle. Siinä kasvatus pohjautuu lapsen omiin mielihaluihin ja niiden toteutumiseen. Vanhemmat haluavat lapselle vain hyvää toteuttamalla lapsen kaikki toiveet. Vapaa kasvatustyyli tuo lapselle oikeudet tehdä, kuten hän haluaa. Aikuinen ei ohjaa eikä puutu vaan antaa lapsen itse kokeilla. Curling- kasvatus sekä helikopterivanhemmuus ovat hyvin paljon samanlaisia. Niissä on kyse ilmiöiden äärimmäisyydestä. Niissä vanhemmat rai-vaavat kaikki esteet lapsen tieltä, jotta lapsi oppii vanhempana erityistaitoja. Ohjaavassa kasvatustyyliässä keskeisessä asemassa on vuorovaikutus. Lapsen ja vanhemman välillä on luottamus. Ohjaavassa kasvatuksessa lähdetään lapsen näkökulmasta, keskustellaan toiveista, tarpeista ja ollaan myös kiinnostuneita niistä. (Järvinen ym 2009, 23–25.)

Lapsen oma perhe on paikka, jossa voidaan kokea turvallisuutta ja yhteenkuuluvuutta. Omassa perheessä voi näyttää tunteensa vapaasti ja annetaan tukea vaikeuksien sattuessa. Se on lapsen tärkein kasvuympäristö, jossa opetellaan elämisen taitoja. Myös lapsen perheen ulkopuolinen ympäristö vaikuttaa lapsen elämään ja kasvuun. Lapsi tutustuu sukulaisiin, naapureihin, vanhempien ystäviin, lähialveluiden työntekijöihin ja päivähoidon kasvattajiin sekä muihin lapsiin siellä. Näin lapsen kasvatustapahtumassa on mukana yhteiskunta ja sen yksilölliset, kulttuuri-

set ja sosiaaliset tapahtumat. Tällöin lapsen yksilöllinen kasvu, kehitys ja oppiminen tapahtuu ympäristön yhteisprosessina. (Järvinen ym 2009, 29–30.)

Myös perimä ja ympäristö yhdessä vaikuttavat lapsen persoonallisuuden muodostumiseen. Tämä yhteisvaikutus saa aikaan niin sanotun lumipalloefektin. Lapsi, joka on hiljainen ja helppohoitoinen on sitä osaltaan vanhempien perimän yhteisvaikutuksesta. Siitä johtuen vanhemmat arvostavat saman kaltaista käytöstä ja luovat hiljaisen ja rauhallisen kasvatusympäristön lapselle. Koska lapsen temperamentti sopii hyvin tällaiseen ympäristöön, vanhemmat palkitsevat tällaisesta ympäristöstä jatkossakin ehkä jopa asteittain lisäämällä palkitsemista. Siksi tällaisesta lapsesta voi kasvaa verrattain hiljainen ja helppohoitoinen koska lapsen perimätyyppi ja ympäristö toimivat yhdessä. Jos taas perimä ja ympäristö yhdessä aiheuttavat negatiivisen kierteen, lapsi voi kasvaa reaktiiviseksi. (Molfese & Molfese 2000, 51–52.)

3.2 Introvertti ja ekstrovertti

Persoonallisuuden peruserona on pidetty ihmisten jakautumista introvertteihin, jotka ovat sisäänpäin suuntautuneita sekä ekstrovertteihin, jotka ovat ulospäin suuntautuneita. Karkeasta jaosta huolimatta ihmiset sijoittuvat jatkumoissa eri kohtiin. Useimmat kokevat itsessään piirteitä ja ominaisuuksia kummastakin suuntautuneisuudesta. (Satri 2014, 4.) Strelaun (1998, 7) mukaan nämä introvertit ja ekstrovertit jakautuvat neljään eri psyykkiseen funktioon. Nämä ovat aistimus, ajattelu, tunne ja intuitio. Tavallisesti ihmisellä yksi näistä neljästä on dominoivassa roolissa. Nämä neljä funktiota voidaan jakaa vielä introverteille ja ekstroverteille erikseen, joten funktioita voi lopulta olla jopa kahdeksan.

Introverttien ja ekstroverttien perusero on energian saannissa, joka on synnynnäinen ja aivoperustainen ominaisuus. Kun ekstrovertti kerää voimavaroja vuorovaikutuksesta ja ulkopuolelta, introvertti kerää niitä sisältään, ajatusten ja ideoiden maailmasta. Yhtä lailla introvertti voi pitää ihmisten kanssa vuorovaikutuksesta mutta hänellä on siihen vähemmän voimavaroja kuin ekstrovertillä. Voisi sanoa, että introvertti toimii sosiaalisissa tilanteissa ennakkoon kerätyllä energialla, kun

taas ekstrovertti latautuu ihmisten kanssa vuorovaikutuksessa. (Satri 2014, 48–49.)

Herkistä ihmisistä noin 30 prosenttia on ekstroverteja ja loput introverteja. Kaikki herkäät eivät kuitenkaan tunnista olevansa selkeästi jompaakumpaa piirrettä. Introversion kuvaus on hyvin saman kaltainen kuin herkkyyden, sillä introvertit ovat aistiherkempiä kuin ekstrovertit. (Satri 2014, 48–50.)

3.3 Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot

Arkikielessä usein sotketaan sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Sosiaalisuus on synnynnäinen temperamenttipiirre, kun taas sosiaaliset taidot tulevat oppimalla. Sosiaalisuudella tarkoitetaan seurallisuutta, sitä kuinka kiinnostunut hän on muiden ihmisten seurasta. Sosiaalinen ihminen laittaa muut ihmiset yksinolon edelle. Sosiaaliset taidot taas tulevat oppimalla selviämään sosiaalisista tilanteista. Se tarkoittaa kykyä olla muiden ihmisten kanssa, riippumatta siitä onko hän kiinnostunut heidän seurastaan vai ei. Sosiaaliset taidot tulevat kokemusten ja saamansa kasvatuksen kautta. Sosiaalisia taitoja voi oppia, vaikka olisi minkälainen temperamenttipiirre pohjalla. Sosiaalisten taitojen oppiminen ei siis välttämättä vaadi sosiaalisuutta, tosin se voi edesauttaa niiden oppimista. (Keltikangas-Järvinen 2010, 17–18.)

Jos sosiaalisia taitoja määritellään, on ne sidoksissa aikakauteen ja kulttuuriin. Monet tämän päivän selviytymismallit olisivat muutama vuosikymmen sitten tuomittu mutta tänä päivänä ne määritellään selviytymisen ja pärjäämisen osoitukseksi. Tänä päivänä sosiaalisista taidoista puhutaan, kun ihmisellä on kyky tulla toimeen erilaisten ihmisten kanssa, luoda verkostoja ja käyttää small talkia, joka vielä muutama vuosikymmen sitten oli joutavanpäiväistä. Myös empatia, eli kyky asettua toisen asemaan sekä sympatia eli kyky ymmärtää toista luetaan sosiaalisiin taitoihin. Sosiaalinen herkkyyden ja hienotunteisuus ovat myös sosiaalisia taitoja. (Keltikangas-Järvinen 2010, 22–23.) Erytisherkillä on omia kykyjä, kun puhutaan sosiaalisista taidoista. He osaavat puhua syvällisistä asioista, osaavat kuunnella mutta sallivat myös hiljaisuuden, joka mahdollistaa syvällisten ajatusten syntymisen. (Aron 2015 a, 121.)

3.4 Erityisherkkyyt

Herkkyys eli sensitiivisyys on synnynnäinen psykofyysinen ominaisuus. Sen perusta on hermojärjestelmän herkässä reagoivuudessa. (Satri 2014, 17.) Herkkyydellä on biologinen tausta ja se tarkoittaa, että se on synnynnäinen. Kuitenkin ympäristö sekä kasvatus vaikuttavat osaltaan siihen, millaiseksi ihmisen persoonallisuus kehittyy. Herkkyyt voidaan määrittellä osaksi temperamenttia biologisena ominaisuutena. (Satri 2014, 18.) Herkkyyt tarkoittaa varovaisuutta, sisäänpäin suuntautuneisuutta sekä tarvetta olla yksin tavallista enemmän. Muiden silmissä erityisherktät nähdään usein ujoina, arkoina, heikkoina tai jopa epäsosiaalisina. Tämä johtaa ketjureaktioon, jossa erityisherkkä ihminen yrittää olla kuten muut mutta ahdistuu ja ylivirittyy, jolloin hänet leimataan neuroottiseksi tai hulluksi, jolloin herkkä itekin alkaa siihen uskomaan. (Aron 2015 a, 34–35.) Tutkimusten mukaan erityisherkkiä miehiä on yhtä paljon kuin naisia. Yhteiskuntamme kuitenkin tukee käsitystä, että miehet eivät saisi olla herkkiä mutta naiset saavat. (Aron 2015 a, 96.) Pojilla voi olla vaikeaa kieltää tunteet ja kivun kokemisen kaveriporukan keskellä. Tämä tosin pätee myös ei-herkkiin poikiin. Herktät pojat välttelevät kontaktilajeja ja tappeluun joutumista matalan kipukynnyksen vuoksi. (Satri 2014, 115–116.)

Herkkä eli sensitiivinen ihminen on erityisen herkkä ympärillään oleville ärsykeille sekä sisäisille vaikutteilleen. Herkkä ihminen tekee poikkeuksellisen hienovaraisia havaintoja ja prosessoii niitä syvällisesti osin tiedostamatta mutta osin puolittietoisesti. (Satri 2014, 17–18.) Herkällä ihmisellä on tarkka havaitsemiskyky, kun puhutaan sanattomasta viestinnästä, ilmeistä ja eleistä. Sosiaalisesti herkkä ihminen huomaa, jos tunnelma muuttuu, osaa asettaa sanansa tilanteen vaatimalla tavalla. Tämä piirre ihmisessä on osa hienotunteisuutta, joka auttaa toimimaan sosiaalisissa tilanteissa. (Keltikangas-Järvinen 2010, 60–61.) Sosiaalisesti herkkä ihminen tietää ensi silmäyksellä toisen tunnetilan ja kuinka voisi tehdä toisen olon paremmaksi. Sosiaalisesti erityisen herkkä ihminen lukee hyvin tarkasti sanatonta viestintää sekä näkee helposti ihmisen pinnan alle. Tällöin hän saattaa huomata, kun ihminen pyrkii peittämään tai piilottamaan tunnetiloja tai jos ihminen näyttlee muuta kuin on. Herkkä ihminen tuntee helposti olonsa vaivautu-

neeksi jos hän aistii ihmisten välisiä negatiivia jännitteitä. (Satri 2014, 24). Korkeasti sensitiivisellä ihmisellä on sensorista herkkyyttä, joka tarkoittaa että hän on herkkä maistamaan, haistamaan, kuulemaan, havaitsemaan sekä on herkkä kosketukselle. Sensitiiviseen herkkyyteen kuuluu myös sosiaalinen herkkyyys. (Keltikangas-Järvinen 2010, 60–61.)

Satri (2014, 26) vertaa herkän ihmisen tietokirjassa herkkiä ihmisiä helposti epäviireeseen meneviin soittimiin tai vesiastiaan, jota täytetään kahdesta hanasta. Sosiaalisten tilanteiden tekemät havainnot tai epäselviksi jääneet asiat tai selvittämättömät ihmissuhdeongelmat saavat herkän ihmisen helposti ylivirtymään ja kuormittumaan. Myös fyysinen ympäristö saa herkän ihmisen väsähtämään, koska he imevät itseensä ympäriltä valtavan määrän ärsykejä ja vaikutelmia.

Kahta samanlaista herkkää ei ole olemassa. Erilaiset temperamenttipiirteet, sosiaaliset taidot, erilaiset taipumukset, kokemukset ja ympäristö tekevät yksilön. Eriytyisherkkyyys ominaisuutena ei sulje ihmisestä pois positiivisia tai negatiivisia piirteitä mutta se voi voimistaa niitä kokemuksia ja piirteitä joita ihmisellä on. Eriytyisherkkä reagoi positiiviseen keskimääräistä enemmän mitä negatiiviseen ilma- piiriin tai kohteluun. (HSP 2016.)

3.5 Historia sekä aikaisemmat tutkimukset

Jo 1950-luvulla herkkiä ihmisiä tutkinut Sylvi-Sanni Manninen on kuvannut herkkiä janaksi, jonka eri kohtiin ihmiset sijoittuvat. Enemmistö ihmisistä ei sijoittunut janan keskivaiheille, vaan lähelle jompaakumpaa päätä. Toisessa päässä ovat ihmiset, jotka ovat reaktioherkkiä. Toisessa ääripäässä taas ovat ne, jotka eivät ole reaktioherkkiä eivätkä havainnoi asioita kovinkaan hienovaraisesti. (Satri 2014, 18–19.)

Elaine N. Aron on tutkinut erityisherkkyyttä vuodesta 1991 lähtien. Hänen kehittämänsä termi Highly Sensitive Person (HSP) on yleisessä käytössä tänä päivänä. Tieteellisissä yhteyksissä eli neurologisissa tutkimuksissa erityisherkkyydestä käytetään termiä Sensory Processing Sensitivity. (HSP 2016.)

Aron on hyödyntänyt temperamenttitutkimuksia mutta antanut niissä esiin tulleille piirteille positiivisemmän ja kuvaavamman nimen. Aron on kuvannut erityisherkkyyttä toimintastrategiana, johon kuuluu asioiden pohtiminen sekä etuettä jälkikäteen eli reflektointi. Ei-erityishervät ovat kokeilevia ja impulsiivisia, eikä virheet aiheuta heille suurta epäonnistumisen kokemusta, kun taas erityisherkillä se voi olla päinvastoin. Erityisherkkien toimintastrategiana on taas valmistautuminen ja tarkkailu, joista osa tapahtuu tiedostamatta tai puolittietoisesti. (HSP 2016.)

Temperamentin sensitiivisyyden lisäksi herkkyyttä on tutkittu useilla eri nimillä. Temperamenttitutkimuksen puolella sitä on käsitelty esimerkiksi ujoutena, estyneisyytenä sekä reaktiivisuutena. Kehityspsykologian puolella taas puhutaan haaivoittuvuudesta. Kuitenkin kaikkien näiden kuvausten taustalla on autonomisen eli tahdosta riippumattoman hermoston reagoitiherkkyys. (Satri 2014, 18.)

Tiina Kojonen-Kyllönen on tutkinut aikuisen kokemuksia ja havaintoja herkkyydestä. Tutkimuksen tavoite on ollut tarkastella ihmissuhteiden ja tunne-elämän kokemuksia herkkyydestä. Näiden lisäksi tutkimuksissa on ollut mukana työelämä. Hän tutki, miten vastaajat ovat tulleet tietoisiksi herkkyydestään, miten he siihen suhtautuvat sekä miten he selittävät kokemansa herkkyyden. Tutkimuksissa selvisi, että vastaajien kokemukset olivat niin positiivisia kuin negatiivisiakin sekä yksityiselämässä että työelämässä. Myös vastaajien näkemys herkkyyden ilmaisemisessa jakautuu näkyvään ja ei-näkyvään. Näin pääteltiin, että herkkyyys onkin aivan eri asia kuin koettu herkkyyys.

Anna-Matilda Tähtisen opinnäytetyö kertoo erityisherkästä lapsesta päiväkodissa. Hänen tutkimuksen tavoite on ollut selvittää erityisherkkyyden huomioonottamisesta Porin alueen päiväkodeissa. Tutkimuksen mukaan päivähoidon henkilökunta tunnistaa erityisherkkyyden ja sen tuovan monenlaisia haasteita päivähoidon arkeen. Lapsen erityisherkkyyys näkyy jokaisella lapsella yksilöllisesti. Niina Mäki ja Emmi Paloranta ovat tehneet opinnäytetyön ujoista ja aroista lapsista mutta siivuvat myös erityisherkkiä lapsia. He halusivat selvittää lastentarhaopettajien keinoja ujojen, arkojen sekä erityisherkkien lapsien huomioimiseen päiväkodissa. He

halusivat tuoda opinnäytetyöllään kuuluviin ujut ja arat lapset positiivisessa valossa sekä miten erityisherkkiä lapsia huomioitaisiin päiväkodissa. Yksi tavoite oli myös selvittää turvallinen ympäristö ja mitä se tarkoittaa vuorohoidossa. Tutkimuksista selvisi, että pienryhmätoiminta sekä aikuisen rooli on merkittävä ujojen, arkojen sekä erityisherkkien huomioimisessa. Lapsen yksilöllinen huomioiminen, kannustaminen ja tukeminen olivat oleellisia asioita, jotta lapsi tulee nähdyksi ja kuulluksi.

Miia Kurkela on tutkinut työelämässä olevia erityisherkkiä aikuisia. Hänen tutkimuksessaan osana oli myös termi *goodness of fit*. *Goodness of fit* on Thomasin ja Chessin luoma käsite, jolla kuvataan sellaista tilannetta, jossa ympäristön vaatimukset ja odotukset sekä ihmisen temperamentti ovat sopuissa (Keltikangas-Järvinen 2008, 145). Kurkelan tutkimuksen tavoite on ollut lisätä ymmärtämystä siitä miten erityisherkkät ovat kokeneet persoonallisuutensa ja miten se sopii eri sosiaalisiin konteksteihin. Lisäksi hänen työnsä tarkoituksena on ollut selvittää erityisherkkien kokemuksia persoonallisuussyrjinnän näkökulmasta tarkasteltuna. Lisätavoitteena hänellä on ollut tuoda tietoa erityisherkkyydestä niin heille itselleen kuin muille ihmisille sekä vanhemmille ajattelunvälineitä erityisherkkien lasten kanssa toimimiseen. Hänen tutkimuksessa tuli esille voimakkaan reagoinnin, sensoriärsykkeiden prosessoinnin herkkyydessä kuin sisäänpäin suuntautuneisuudenkin (introvertti) runsaudessa. *Goodness of fit* tai sen puute näkyi tuloksissa. Erityisesti tuloksessa korostui niin positiivisessa kuin negatiivisessa suhteessa suhde omiin vanhempiin. Tutkimustulosten mukaan erityisherkkät näkivät, että yhteiskunta on menossa sallivampaan suuntaan, kun puhutaan herkkyydestä tai ylipäätään erilaisuudesta.

3.6 Herkkyys voimavarana

Herkälle ihmiselle voi olla vaikeaa seurata muiden ihmisten nauttimista asioista, joita hän ei itse uskalla yrittää, kuitenkin samaan aikaan tietäen, että hänellä olisi yhtä lailla potentiaalia ja mahdollisuuksia samaan. Tästä voi seurata kateus, joka voi viedä kahteen suuntaan. Toinen suunta voi olla viemättä häntä haluamaansa suuntaan tai toinen, joka herättää tahdonvoiman niin lujaksi, että se vie häntä sa-

maan kuin muutkin. Ihminen voi kuitenkin kasvaa siihen, että tietää elämän olevan lyhyt, joka on täynnä rajoituksia ja velvollisuuksia. Kukaan ei kuitenkaan saa maailmassa kaikkea eikä voi tehdä kaikkea mitä haluaisi. Tällöin ihminen osaa olla lannistumatta asioista, joita hän ei itse pysty tekemään mutta nauttii siitä, että hänellä on sellainen kyky, joka muilta puuttuu. Tämmöinen ajattelu kumpuaa varhaislapsuudesta opituista asenteista. (Aron 2015 a, 99.)

Psykiatri-psykoanalyttikko Juhani Mattila kertoi studio55:n haastattelussa, kuinka erityisherkkä voi käyttää eri ammateissa hyväkseen sitä, että on herkkä vaistomaan asioita. Kaikki ammatit, joissa ollaan ihmisten kanssa tekemisissä ovat herkälle ihmiselle vahvinta aluetta. Herkkä voi vaistota toisesta asioita, ennen kuin toinen itse edes tajuaa. Hän mainitsi myös luokanopettajat sekä taideaineet, joissa herkkyyks on ikään kuin instrumentti. Hän muistutti kuitenkin, että jokaisen ihmisen pitää löytää oma vahvuutensa itse. (Erityisherkkyyks– miten sen kanssa pärjää, entä miten sen kääntäisi vahvuudeksi 2015.)

3.7 Erityisherkkä lapsi

Erityisherkillä lapsella on synnynnäinen kyky nähdä yksityiskohtaisia huomioita ympärillään. Erityisherkkä lapsi punnitsee jokaisen tilanteen tarkkaan ennen kuin toimii verrattuna toisiin, jotka ovat impulsiivisia ja heti valmiita toimimaan. Sen vuoksi sekä herkkät lapset että aikuiset ovat harkitsevia, tunnontarkkoja, älykkäitä, luovia ja empaattisia. Useiden samanaikaisten ärsykkeiden määrä uuvuttavat erityisherkkät lapset muita nopeammin. Tämän vuoksi he pyrkivät välttämään liian kuormittumisen mutta muiden silmin saattavat vaikuttaa ”yliherkiltä” ja jopa ilonpilaajilta. Erityisherkan aistit ovat normaalit, vaikka he aistivatkin paljon ympärillään, mitä muut eivät välttämättä huomaa. Aistien tarkentuminen johtuu siitä, että heidän aivonsa prosessoivat asiat tavallista huolellisemmin. Tämä ei tapahdu vain aivoissa vaan selkäytimestä lähtevästä reaktiosta, joka tarkoittaa nopeita refleksejä. Kuitenkin samalla erityisherkkät ovat hyvin kipuherkkiä. He myös reagoivat voimakkaasti lääkkeisiin sekä erilaisiin nautintoaineisiin. Erityisherkillä lapsilla on myös paljon allergioita, joka kertoo myös kehon herkästä havaitsemisesta erilaisiin ärsykkeisiin. (Aron 2015 b, 32–33.)

Lapsen erityisherkkyyden ilmenemisessä on kuitenkin yksilöllisiä eroja eikä se välttämättä näy ulospäin. Lapsi saattaa käyttäytyä hyvin rauhallisesti ja hillitysti. Herkkyyden ilmenemisen voimakkuuteen vaikuttavat synnynnäiset piirteet sekä kasvuympäristö. Erityisherkyys voidaan kuitenkin jakaa kolmeen eri osa-alueeseen; fyysiseen aistiherkkyyteen, sosiaaliseen herkkyyteen sekä psyykkiseen herkkyyteen. (HSP 2016.)

Fyysinen aistiherkkyys ja muu kehollinen herkkyyys voi ilmetä lapsella visuaalisina ärsykkeinä, melun, kirkkaiden valojen, lämpötilan, kosketuksen, nälän tai muun fyysisen ärsykkeen kokemisen voimakkaana. Tarkka makuaisti, pesulappujen ärsyttävyyys tai epämukavat vaatteet lapsi kokee voimakkaana. (HSP 2016.)

Sosiaalinen herkkyyys ilmenee vuorovaikutustilanteissa, empatiana sekä tunneälynä. Herkällä lapsella on kyky lukea rivinvälejä, tunnistaa ilmapiiri ja sen eri vaihteet sekä toisen ihmisen mieliala. Herkkä lapsi voi kokea toisen ihmisen tunteet sekä imeä ne itseensä. (HSP 2016.) Herkkyyteen liittyy myös kyky huomata yksityiskohdat. Herkkä lapsi huomaa ilmeet aikuisen kasvoilla, rohkaistaanko häntä vai moititaanko. Lapsella on helppo ymmärtää, mitä ohjaaja tai opettaja haluaa hänen tekevän. Kuitenkin paineiden ja ylikuormittumisen seurauksena lapsen intensiivinen tarkkailukyky voi kadota, kun hermojärjestelmä ylikuormittuu. (Aron 2015 b, 16.)

Psyykinen herkkyyys näkyy lapsessa suurten asioiden pohtimisena. Pienikin asia voi suistaa täysin raiteiltaan, lapsi on itku- ja raivoherkkä. Lapsi kokee omat tunteet syvällisesti ja pohtii niitä. Lapsella on hyvä intuitio. Hänellä on herkkyyttä luontoon sekä taiteelle. Herkät lapset ovat hyvin oikeudenmukaisia. (HSP 2016.)

3.7.1 Ärsykkeiden ja ylivirittyneisyyden merkitys

Lapsi, joka havainnoi tapahtumia ja kokemiaan asioita muita perusteellisemmin, on vaarassa uupua niin henkisesti kuin fyysisestikin. Lapsi voi myös stressaantua muita nopeammin. Lapsi kokee päivittäin hänelle uusia asioita ja vanhemmat liisäävät sitä haluten lapsen tutustuvan uusiin asioihin. Herkälle lapselle se voi olla liikaa ja johtaa täten väsymykseen ja ylivirittyneisyyteen. Ylivirittyminen on

luonnollinen seuraus asioiden syvällisestä työstämisestä. Ylivirittyneellä lapsella on heräämis- ja nukahtamisvaikeuksia tapahtumarikkaan tai jännittävän päivän jälkeen. Ylivirittynyt lapsi alkaa löytämään kiviä kengästään, hänellä on kutittavia tai märkiä vaatteita yllään. Lapsi valittaa hänellä olevan liian kuuma tai liian kylmä. Kovat äänet saattavat aiheuttaa lapsessa jopa fyysistä kipua. Lapsi voi reagoida hyvinkin voimakkaasti ympärillä tapahtuviin muutoksiin. Ylivirittynyt lapsi tarvitsee paljon lepoa sekä rauhallista leikkiaikaa. (Aron 2015 b, 12–13.)

3.7.2 Empaattisuus

Herkät lapset painavat mieleensä tarkasti sellaiset elämänopit, kuten kuinka saada toinen hymyilemään tai kuinka pysytellä lämpimänä tai saada hyvä arvosana. Herkkä lapsi myös painaa hyvin mieleensä, kuinka olla suututtamatta vanhempiaan tai kuinka välttyä huonolta arvosanalta. Herkät lapset painavat nämä muita tarkemmin mieleensä, koska he välittävät niin paljon ympärillä olevasta maailmastaan. Herkillä lapsilla on luontainen empatiakyky vaistota toisten ihmisten tunteet ja ajatukset. Kun empatia yhdistyy voimakkaaseen tunnekokemukseen, syntyy myötäelämisen taito. (Aron 2015 b, 14.) Empatiaa on pidetty yhtenä sosiaalisten taitojen lähtökohtana. Tutkimuksissa on todettu, että empatia on yksi tärkeä selittäjä, miksi lapsi vetäytyy kiusaamistilanteesta tai edes lähtee kiusaamiseen mukaan. (Keltikangas-Järvinen 2010, 60.)

Emotionaalinen vastaanottavaisuus ja empatia tarkoittavat, että lapsi tuntee syvästi, on itkuherkkä, tavoittelee täydellisyyttä tai reagoi voimakkaasti pieneenkin virheeseen. Lapsi myös vaistoa toisen huonovointisuuden, myös vieraiden ihmisten tai jopa eläinten. Herkkä lapsi ei pysty todistamaan epäoikeudenmukaisuutta tai julmuutta. (Aron 2015 b, 14–15.)

3.7.3 Erityisherkkä lapsi päivähoitossa

Erityisherkkälle lapselle on erityisen tärkeää aloittaa päivähoito ennen esikouluikää, koska se valmistaa häntä kodin ulkopuoliseen sosiaaliseen elämään ja vie häntä kohti suurempaa muutosta, kouluelämää. Myös jokapäiväinen hoito, vaikka vain parin tunnin ajan, auttaa säännöllisyyteen ja päivähoiton arkeen tottumiseen.

(Aron 2015 b, 227.) Päivähoitopaikan ympäristön olisi hyvä olla enemmän rauhoittava kuin meluisa tai ahdas. Päivähoitohenkilökunnalle olisi myös hyvä kertoa etukäteen lapsen herkkyydestä. Herkälle lapselle on annettava tilaa ja rauha tutustua uuteen ympäristöön. Lapsi sopeutuu pienin askelin, kun häntä tuetaan ja kannustetaan. (Aron 2015 b, 230.)

3.7.4 Erityisherikän lapsen kohtaaminen ja tukeminen

Lapsen yksilöllinen huomiointi vaatii kasvattajalta herkkyyttä ja taitoa havaita, miten lapsi ajattelee ja oppii. Kasvattaja osaa hyödyntää vuorovaikutustaitojaan, että lapsi oppisi luottamaan häneen ja että lapsi kokisi olevansa turvassa. Kasvattajan täytyy kiinnittää huomiota sekä lapsen sanalliseen että sanattomaan viestintään. Kasvattajan on huomioitava ne lapsen temperamenttiin, sosiaalisiin taitoihin sekä kehityksen eri osa-alueisiin kuuluvat piirteet, jotka vaikuttavat hänen tapansa olla vuorovaikutuksessa muuhun ympäristöön. Lapsen on sitä helpompi löytää oma paikkansa mitä kehittyneemmät hänen vuorovaikutustaitonsa ovat. (Järvinen, Laine & Hellman-Suominen 2009, 160.)

Ujoksi ei pitäisi leimata lasta, joka mielellään vetäytyy tai seuraa sivusta. Lapselle ei myöskään saisi korostaa muiden rohkeutta. Herkkä lapsi tarvitsee aikaa tottua uusiin tilanteisiin sekä vieraisiin ihmisiin. Jos lapsi vaikuttaa ujolta ja aralta, tehokkainta on aikuisen läsnäolo ja tarpeeksi pienet tavoitteet. Turvalliset osallistumismahdollisuudet sekä lämminhenkiset aikuiset voivat houkutella lapsen voittamaan ujon alkureaktion. (Satri 2014, 47.) Lapsen herkkyyttä pitäisi ymmärtää, ottaa huomioon sekä hyväksyä se. Herkkä lapsi vaistoa helposti kasvattajalta, mitä häneltä odotetaan. Jos herkkyyttä ei hyväksytä, se alkaa ruokkimaan lapsen huonommuuden tunnetta.

Sajaniemi kertoo Helsingin Sanomien artikkelissa, että vaikka herkkyyys on synnynäinen, ei ole tarkoitus kääriä lasta pumpuliin eikä eristää häntä ympäröivästä maailmasta. Lapsen on tärkeää oppia itsesäätelyn taitoja. Itsesäätelyn taito on haluta omaa mieltä ja palauttaa sisäinen tasapaino. Lapsi tarvitsee siihen kannustusta, rohkaisua sekä aikuisen läsnäoloa kanssasäätelyyn sekä aikuista tunteiden jakamisessa. Se on rinnalla kulkevaa siedättämistä sekä lempeää taluttamista. Kun ympä-

rillä on paljon ärsykeitä, on aikuisen oltava herkkänä ja nähdä kun lapsella menee sietokyvyn yli. Vetäytyvää lasta houkutellaan takaisin ja sillä tavalla vahvistetaan lapselle turvan merkkejä. Lapsen stressijärjestelmä tottuu vähitellen ja hän oppii kohtamaan erilaisia ympäristöjä sekä ärsykeitä. Mikäli pakeneminen tai ympäristön siivoaminen jää lapsen ainoaksi selviytymismalliksi, se on vahingollista lapsen kehitykselle sekä haittaa sosiaalista elämää sekä kapeuttaa sitä. (Tommola 2015.)

Erityisherkkää lasta ei saisi kuitenkaan huomioida liiallisella ylistyksellä eikä myöskään säähillä. Lapsi voi joutua tilanteisiin, jossa hänen herkkyyttään pidetään harvinaislaatuksena. Lapsi itsessään ei kuitenkaan ole tehnyt mitään, että hän on syntynyt herkäksi, eikä häntä pitäisi nostaa muiden yläpuolelle. Herkkä lapsi ei myöskään tarvitse sääliä, se on vielä aiheettomampaa kuin liika huomioiminen. (Aron 2015 b, 86.)

Herkkä lapsi ei välttämättä pura kiukkuaan tai harmistustaan huutamalla tai heittelemällä tavaroita. Herkkä lapsi voi kätkeä epämielisiä tunteita sisäänsä, kuten surua, pelkoa tai jopa kiukkua. Hän saattaa hautoa asiaa sisällään ja haluta kostaa kokemansa mutta harvoin sitä toteuttavat pelätessään omaa vihaansa tai muille aiheuttamaansa tuskaa. Herkkä lapsi voi kehittää itselleen täysin irrationaalisia pelkoja, kuten kävyistä, varjoista ja tietyistä muodoista. Niin vanhemmat kuin lapsi itse voi olla hämmentynyt tilanteesta, eikä kukaan tiedä, mistä ne ovat tulleet. Kilttiltä vaikuttava lapsi voi aikuisen silmin katsottuna olla sopeutunut päiväkotiin. Lapsi voi näyttää rauhalliselta mutta kuitenkin hän voi sisimmässään muurehtia omaa huonouttaan. (Aron 2015 b, 218–219.)

3.8 Hyvä itsetunto ja sen kehittyminen

Itsetunto on tunnetta nähdä itsessä hyviä ominaisuuksia ja piirteitä. Hyvän itsetunnon omaava näkee enemmän positiivisia ominaisuuksia itsessään, kuin huonomman itsetunnon omaava, joka näkee enemmän negatiivisia. Hyvän itsetunnon omaava näkee rehellisesti itsessään myös heikkoudet ja hyväksyy ne osana itseään. Kuitenkin kuvatessaan itseään, hän korostaa hyviä puoliaan. Hyvän itsetunnon saaminen vaatii itsensä arvostamista ja luottamusta itseensä. Se tarkoittaa sitä,

että osaa puolustaa itseään oikeaksi katsomissaan asioissa. Hän ei myöskään jää katumaan ja murehtimaan tekemiään ratkaisuja. Ihminen uskaltaa asettaa itselleen korkeitakin vaatimuksia. Hyvä itsetunto vaatii myös oman sekä muiden elämän näkemisen arvokkaana. Oma elämä nähdään ainutkertaisena mutta ihminen osaa antaa arvoa ja tunnustusta myös toiselle. Vaikka ihminen näkee oman arvonsa, hän ymmärtää ettei ole ainoa joka osaa. Hyvä itsetunto on myös itsenäisyyttä, kykyä tehdä omia ratkaisuja riippumatta muiden mielipiteistä sekä rohkeutta pitää niistä kiinni. Hyvän itsetunnon omaava ei mieti, mitä muut ajattelevat eikä ole huolissaan toisten hyväksynnästä. Hyvä itsetunto on myös epäonnistumisten ja pettymysten sietämistä. Epäonnistumisten myöntäminen ei horjuta itsetuntoa eikä tee ihmisestä huonoa. Hän näkee, että pettymyksiä on kaikkien ihmisten elämässä. (Keltikangas-Järvinen 1995, 17–23.)

Itsetunnon rakentuminen lähtee niistä kokemuksista, joita ihminen saa ympäristöstään ja muista ihmisistä. Itsetunnon kehitys lähtee jo lapsuudesta, kun vanhemmat hoitavat häntä. Myöhemmällä iällä merkitystä on sillä, miten vanhemmat lapsen näkevät, kuinka he suhtautuvat onnistumisiin ja epäonnistumisiin. (Keltikangas-Järvinen 1995, 123.) Lapsen itsetunnon kehittyminen lähtee hänen ensimmäisestä vuodesta. Kun vauva saa riittävästi hoivaa, hän kokee olevansa tärkeä ja arvokas. Tämä syntyy siitä, kun hän saa aikuisen toimimaan haluamallaan tavalla esimerkiksi halutessaan ruokaa. Itsetunnon kehitykseen vaikuttaa myös hoidon oikea ajoitus. Tämä ei kuitenkaan tarkoita ylihuolehtimista, joka voi olla ensimmäisen lapsen saaneiden lasten kohdalla mahdollista. Hoidon oikea ajoitus saa lapsen luottamaan, että hän vaikuttaa ympärillä olevaan maailmaan ja omaan elämäänsä. Tämä on varhainen vaihe itsetunnon kehittymisessä. Kun lapsi oppii luottamaan ympäröivään maailmaan, hän oppii liittämään hyvinolon tunteen myös muihin ihmisiin, kuin vain nälkään ja janoon. Tämä tarkoittaa, että lapsi saa riittävästi hoivaa ja hellyyttä, eikä häntä jätetä pitkiksi ajoiksi yksin. (Keltikangas-Järvinen 1995, 125–127.)

4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tutkimuksen tavoitteena oli tuottaa tietoa erityisherkeistä lapsista heidän kanssa työskenteleville ammattilaisille, kuten päiväkodin henkilökunnalle. Tarkoitus oli tutkia, minkälaisia haasteita ja toisaalta taas positiivisia asioita erityisherkkyyden mahdollisesti tuo päivähoidon arkeen.

Tällä työllä haluttiin tuoda kuuluviin erityisherkkien lasten vanhempien näkemys lapsen erityisherkkyyteen liittyvissä asioissa. Päiväkoti, jossa ei juurikaan erityisherkkiä lapsia ole ollut, saa vanhemmilta arvokasta tietoa erityisherkkien lasten tyypillisimmistä piirteistä ja osaavat täten ottaa ne huomioon parhaalla mahdollisella tavalla. Tutkimuksessa nousee esille temperamentin, kasvatuksen ja ympäristön vaikutukset erityisherkan lapsen elämään ja lapsen persoonallisuuden kehittymiseen. Tutkimuksen tavoitteena oli myös tuoda herkkyyttä esille positiivisena asiana sekä kyknä, jota voi hyödyntää monessa asiassa, ettei se olisi pelkkä taakka.

Työssä pidettiin tärkeänä huonoa itsetuntoa, joka kehittyy usein herkälle ihmiselle. Sitä tuotiin työssä esille, jotta siihen kiinnitettäisiin enemmän huomiota – sen vahvistuminen ja vahvistaminen lähtee jo varhaislapsuudesta.

4.1 Tutkimusmenetelmä

Tutkimuslupa on saatu Pohjois-Pohjanmaalla sijaitsevasta yksityisestä päiväkodista syksyllä 2016. Aineistonhankinta toteutettiin strukturoidulla e-lomakkeella (liite1), joka lähetettiin sosiaalisessa mediassa olevaan vertaisyhteisöön. Tutkimuksen kohteeksi valikoitui tarkoituksenmukaisesti ihmisiä, joilla tiedetään olevan kokemusta ja tietoa tutkittavana olevasta ilmiöstä. Näin tutkimuksesta tulee näyte, koska tällä halutaan saada vastaajiksi niitä, joilla on jokin yhteys tai kiinnitys tutkittavana olevaan asiaan (Ronkainen 2008, 72). Useat vertaisyhteisöt, keskustelupalstat sekä harrastusryhmät voivat antaa hyvän pohjan lähteä rakentamaan aineistoa (Ronkainen 2008, 73).

Tutkimus oli kvalitatiivinen ja kvantitatiivinen. Kvalitatiivisen tutkimuksen lähtökohtana pidetään todellisen elämän kuvaamista (Hirsjärvi, Remes, Sajavaara 2013, 161). Kvalitatiivinen tutkimus sopii hyvin uuden ilmiön kuvaamiseen ja ymmärtämiseen (Kananen 2010, 36). Kvalitatiivisessa tutkimuksessa pyritään kokonaisvaltaisesti tutkimaan aihetta. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa suositaan todellista, luonnollista tilannetta kerätä aineistoa ihmisiltä. Tyypillisimpiä metodeja kvalitatiivisessa tutkimuksessa ovat teemahaastattelut, ryhmähaastattelut, erilaisien dokumenttien ja tekstien diskursiiviset analyysit sekä havainnoinnit. Tapaukset ovat ainutlaatuisia ja aineistoa tulkitaan aina sen mukaisesti. Myös tutkimussuunnitelma muotoutuu tutkimuksen edetessä ja suunnitelmia voidaan muuttaa vastaamaan olosuhteita. (Hirsjärvi ym 2013, 164.) Tutkimuskohteeksi eli objektiiksi valikoituu aina ne ihmiset, joita tutkittavana oleva asia tai ilmiö koskettaa tai ne, jotka tietävät asiasta kaikkein eniten (Kananen 2010, 37).

Kvantitatiivisessa eli määrällisessä tutkimuksessa ollaan usein kiinnostuneita numeerisista tuloksista perustuvasta ilmiön selittämisestä, erilaisista luokitteluista, vertailuista sekä syy- ja seuraussuhteista. Kvantitatiiviseen menetelmäsuuntaukseen sisältyy paljon niin tilastollisia kuin laskennallisia analyysimenetelmiä. (Jyväskylän yliopisto 2015.)

Kvantitatiivisen eli määrällisen tutkimuksen parina pidetään kvalitatiivista eli laadullista tutkimusta. Siinä pyritään ymmärtämään tutkimuksen kohteen laatua, ominaisuuksia ja merkityksiä kokonaisvaltaisesti. Usein laadullisen ja määrällisen menetelmäsuuntauksen välistä eroa korostetaan mutta molemmilla suuntauksilla voidaan selittää samoja tutkimuskohteita mutta eri tavoin. (Jyväskylän yliopisto 2015.)

4.2 Aineistonhankinta

Kyselypohja oli valmis saman vuoden syyskuussa, jolloin se myös testattiin. Aineistoa kerättiin syksyllä 2016. Tulokset analysoitiin talvella 2017. Valmis opinnäytetyö oli valmis esitettäväksi keväällä 2017.

Kysely tehtiin sosiaalisessa mediassa olevassa vertaisyhteisössä antamalla linkin kyselyyn. Kyselyssä saadaan tietoa vastaajien arvoista, uskomuksista, vakaumuksista, asenteista, tiedoista, tosiasioista sekä käyttäytymisestä ja toiminnasta. Lisäksi näihin voi saada myös perusteluja, joka selittää asiaa vielä tarkemmin. (Hirsjärvi ym 2013, 197.) Sosiaalisessa mediassa sekä verkossa tehty kysely vähentää myös opinnäytetyön tekijän työvaiheita, sekä riskiä lyöntivirheisiin syöttö- eli litterointivaiheessa, jolloin aineistosta tulee entistä luotettavampi. (Valli & Perkkilä 2015, 110.)

Kyselylomake sisälsi sekä avoimia että monivalintakysymyksiä. Kysymykset olivat pääasiallisesti kuitenkin avoimia kysymyksiä. Ajatuksena on ollut saada mahdollisimman hyvin vastaajan oma näkemys asiasta. Kyselytutkimuksen etuna pidetään laajaa tutkimusaineistoa, koska tällöin voidaan saada paljon vastaajia ja siinä voidaan kysyä monia eri asioita. Heikkoutena voidaan kuitenkin pitää sitä, että tutkija ei tiedä, kuinka huolellisesti ja rehellisesti vastaaja on siihen vastannut. (Hirsjärvi ym 2013, 195.) Kyselylomakkeessa ei voi kysyä mitä vain, mikä olisi mielenkiintoista tai hyödyllistä tietää, vaan siinä kysytään tutkimuksen tarkoituksen kannalta olennaisia ja merkityksellisiä kysymyksiä. Jokaiselle kysymykselle on tällöin löydyttävä perustelu tutkimuksen viitekehuksesta eli tutkittavasta ilmiöstä jo aiemmin tiedetystä. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 77.)

4.3 Aineiston analyysi

Aineistoa voidaan analysoida monella eri tavalla. Ne voidaan kuitenkin jakaa karkeasti kahteen tapaan; selittävään ja ymmärtävään. Selittävässä lähestymistavassa käytetään usein tilastollista analyysia. Ymmärtävässä puolestaan käytetään laadullista analyysia. Pääperiaatteena kuitenkin valitaan sellainen analyysitapa, joka toisi parhaiten vastauksen tutkimusongelmaan. Laadullisessa tutkimuksessa koetaan kuitenkin analyysivaihe vaikeimmaksi, koska vaihtoehtoja on paljon eikä niihin ole tiukkoja sääntöjä. Myös aineiston runsas määrä sekä vastausten elämänläheisyys tekevät analysoinnista haastavaa mutta mielenkiintoista. (Hirsjärvi ym 2010, 224–225.) Tässä työssä vastaukset analysoitiin aineistolähtöistä sisällönanalyysia apuna käyttäen.

Aineistoa analysoitaessa edettiin yksi kysymys kerrallaan. Ensin vastaukset luettiin läpi useaan kertaan, jonka jälkeen saman kysymyksen vastaukset kerättiin yhteen. Vastauksista alettiin etsiä samantyyppisiä ilmaisuja, jotka koottiin yhteen omiksi teemoiksi eli alaluokiksi. Aiheet, jotka toistuvat aineistossa muodossa tai toisessa, voidaan hahmottaa teemoiksi. Analyysimenetelmänä teemoittelu etenee teemojen muodostamisesta ja ryhmittelystä tarkasteluun. (Jyväskylän yliopisto 2015). Sen jälkeen ilmaisujen määrä laskettiin yhteen ja muodostettiin kuvioon pääluokka. Samalta ihmiseltä saattoi tulla useampi ilmaisu. Lukijalle selvennettiin ilmaisuja kuvioilla sekä suorilla lainauksilla, jotka erottaa kursivoidulla tekstillä. Samalla tavalla käytiin jokainen kysymys läpi.

Vastaukset osoittautuivat hyvin samankaltaisiksi vastaajien välillä, joten niiden analysoiminen meni sujuvasti. Jokaiselle kysymykselle löytyi perustelu tutkimuksen viitekehuksesta eli tutkittavasta ilmiöstä.

4.4 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Tutkimuksessa virheitä pyritään estämään reliabiliteetin eli luotettavuuden ja validiteetin eli pätevyyden avulla. Reliabiliteetti tarkoittaa mittaustulosten toistettavuutta. Validiteetilla taas tarkoitetaan kykyä mitata juuri sitä, mitä tutkijan on ollut tarkoituskin mitata. Kyselyissä voi olla ongelmana, että vastaaja ymmärtää tutkijan asettaman kysymyksen eri tavalla kuin on ollut tarkoitus. Näin ollen tutkimus ei voi olla pätevä mikäli tutkija ei ota sitä huomioon analysointivaiheessa. Reliabiliteetti ja validiteetti liitetään usein kvantitatiiviseen tutkimukseen mutta yhtä lailla ne kuuluvat myös kvalitatiiviseen tutkimukseen. (Hirsjärvi ym 2010, 231–233.) Internetin hyödyntäminen tutkimuksissa viime vuosina ei poista lakia henkilötietolain peruslähtökohtia. Tietojen kerääminen tulee olla asianmukaista ja perusteltua. (Karjalainen 2008, 126.)

Kysymyksiin vastattiin anonyymisti. Kysymyksiä mietittäessä on tärkeää ottaa huomioon, ettei vastauksista tunnista yksittäistä ihmistä. Vaikka tuloksia analysoidessa opinnäytetyön tekijä tunnistaisikin vastaajan, ulkopuolisille sitä ei saa paljastaa. (Karjalainen 2008, 126.) Vastauksia säilytettiin opinnäytetyön tekijän kovalevyllä, mutta poistettiin opinnäytetyön valmistuttua.

Työssä pyrittiin tiedostamaan opinnäytetyön tekijän oma kosketus aiheeseen sekä pyrittiin toimimaan niin ettei se vaikuttaisi tutkimukseen (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006).

5 TUTKIMUSTULOKSET

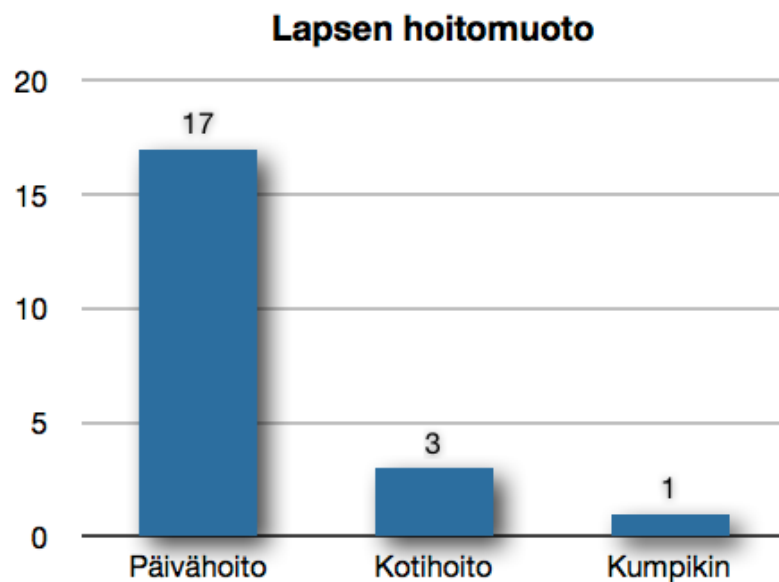
Kyselyyn vastasi 22 erityisherikän lapsen vanhempaa. Anonyymiyden vuoksi työssä puhutaan yhteisellä nimikkeellä vastaajat. Aineistolähtöisen sisällönanalyysin avulla (ks. luku 4.3) vastauksista poimittiin ilmaisut, joista teemat muodostuivat. Lukijalle selvennettiin erilaisten kuvioiden avulla tuloksia. Useampien vastausten lukumäärä oli suurempi kuin vastaajien määrä, sillä joiltakin vastaajilta tuli useampi kuin yksi ilmaisu.

5.1 Tutkimuksen tulokset

Alla olevissa alaotsikoissa avattiin kysymys kerrallaan vastaajien vastauksia. Tutkimustuloksia avattaessa haluttiin käyttää henkilöiden suoria vastauksia, sillä työssä haluttiin tuoda esille vastaajien oma näkemys asiasta. Suorat lainaukset ovat erotettu kursivoidulla tekstillä.

5.1.1 Lapsen hoitomuoto

Hoitomuotoa koskevaan kysymykseen vastasi 21 henkilöä (ks. kuvio 1).

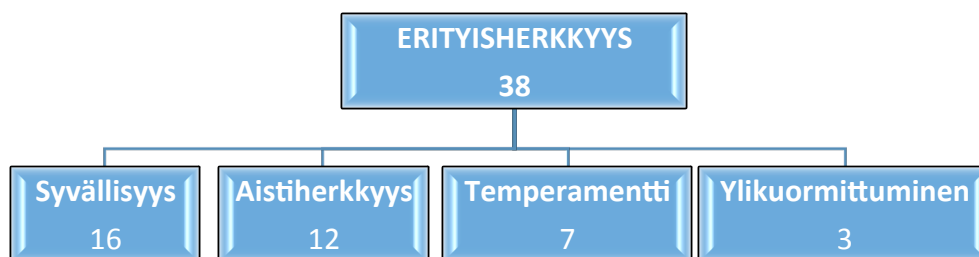


Kuvio 1. Lapsen hoitomuodot

Suurin osa vastaajien lapsista oli päivähoidossa. Hoitomuotoa kysyttiin, koska haluttiin tietää, selittääkö joitakin vastauksia se, onko lapsella ja vanhemmalla vielä kokemusta päivähoidosta. Vastauksista ei voitu päätellä, onko lapsella ja vanhemmalla jo kokemusta päivähoidosta vai ei.

5.1.2 Erityisherkkyyden määritelmä

Kysymyksessä haluttiin tuoda vastaajien oma näkemys erityisherkkyydestä yleisellä tasolla (ks. kuvio 2). Tässä kysyttiin miten määritellä käsite erityisherkkä. Kysymykseen vastasi 20 henkilöä.



Kuvio 2. Erityisherkkyyden määritelmä

Syvällisyys. Erityisherkkyyttä määriteltäessä vastauksissa eniten ilmaisuja sai syvällisyys. Vastaajien mukaan erityisherkkä ihminen kokee ja tuntee asiat voimakkaammin ja syvällisemmin niin itsessään, ympäristössä kuin myös toisissa ihmisissä. Useassa vastauksessa kävi myös ilmi, että erityisherkkä ihminen kokee asiat hyvin eri tavalla kuin muut.

”Ihminen, joka aistii ja kokee kaiken ympäröivän (ja sisäisen elämänsä) keskimääräistä voimakkaammin”

”...kokee asiat erilailla kuin muut...”

Aistiherkkyys. Toiseksi eniten vastauksissa erottui aistiherkkyteen kuuluvat ilmaisut. Vastajat kuvailivat erityisherkan ihmisen olevan keskivertoa herkempi havaitsemaan eri aisteilla, kuten kuulo-, näkö-, maku-, haju- sekä tuntoaisteilla. Usea vastaaja nosti esille näiden herkkyyksien hankaloittavan erityisherkan elämää.

”Ärsyntyä ulkoisista asioista mm. tunto-, kuulo- aisteilla... Havaitsee herkemmin aisteillansa”

Temperamentti. Vastauksissa nousi esiin myös erityisherkan ihmisen temperamentti-aiheet. Vastajista kaksi kuvaili erityisherkan ihmisen olevan jännittäjä. Jännittäjiin liitettiin myös asioiden liiallinen pohtiminen. Kolme vastaajaa nosti esiin vetäytymisen, joka ilmenee suurissa väkijoukoissa, melussa ja hälinässä. Nämä vastaajat kertoivat myös erityisherkan ihmisen olevan omaa aikaa ja rauhaa rakastava.

”Herkkä reagoimaan ihmisten tunteisiin, tunnistaa helposti toisten tunteet, herkästi vetäytyvä, rauhaa kaipaava.”

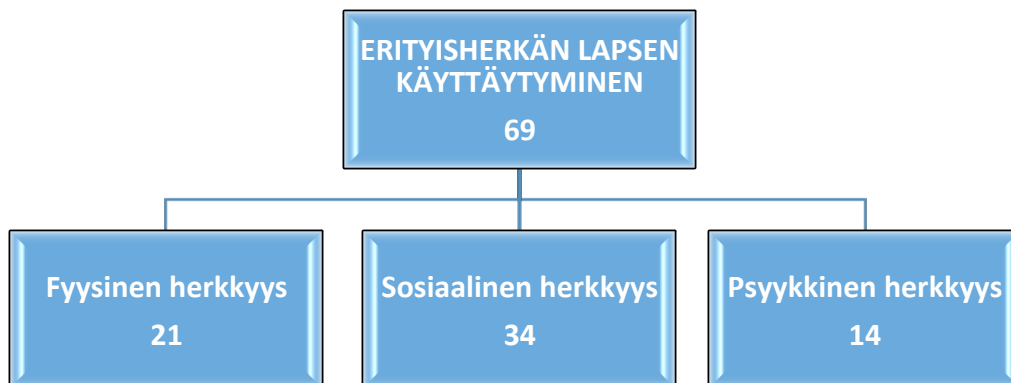
Ylikuormittuminen. Neljänneksi teemaksi muodostui erityisherkan ihmisen ylikuormittuminen. Useassa vastauksessa kävi ilmi herkkä reagoivuus asioihin mutta niihin ylikuormittuminen nostettiin esille osassa vastauksissa. Vastauksissa ilmeni myös kuormittumisherkkyys eri ärsykkeistä.

”...kuormittuu helpommin ärsykkeistä ja lämpenee hitaammin.”

Vastauksista voidaan päätellä, että vastaajat kokivat syvällisyyden erityisherkkyyden merkittävimmäksi asiaksi. Vastajat näkivät myös erityisherkkyyden olevan osa ihmisen temperamenttia (ks. luku 3.) Vastajat kokivat myös, että erityisherkillä ihmisellä on herkemmat aistit kuin ei-herkillä ihmisellä (ks. luku 4.3).

5.1.3 Erityisherkkyyden näkyminen lapsen käyttäytymisessä

Seuraavassa kysymyksessä haluttiin tietää, miten erityisherkyys näkyy lapsen käyttäytymisessä (ks. kuvio 3). Kysymykseen vastasi 21 henkilöä.



Kuvio 3. Erityisherkkyyden näkyminen lapsen käyttäytymisessä

Sosiaalinen herkkyys. Alaluokiksi tässä tuli empatia, hitaasti lämpiävä, tarkkailija, vieraille ihmisille puhumattomuus, tarkka oikeudentaju, tunnetilojen voimakkuus, siirtymätilanteet sekä muutokset.

Empatia. Suurin osa vastaajista kertoi empatian sekä muiden tunteiden ymmärtämisen näkyvän erityisherkän lapsen käyttäytymisessä.

”...hän ymmärtää helposti muiden tunnetiloja ja on niistä hyvin kiinnostunut. Hän huolehtii pikkusisarestaan...”

”...poikani myös vaistoaa herkästi toisten ihmisten tunnetiloja ja piiloviestejä. Hänestä on hyvin hämmentävää jos esim. sanotaan jotakin positiivista tekohymyn takaa. Hän ymmärtää mielestäni poikkeuksellisen hyvin keskustelun sävyn, monenlaiset ilmeet ja ns. ihmisen auran...”

”...on hyvin empatiakykyinen ja tarkkaavainen...”

Muutamassa vastauksessa tuli ilmi, että empaattisuus voi olla jopa niin voimakasta, että lapsi ei osaa ajatella omia tarpeitaan auttaessaan toisia.

”...hukkaa välillä todelliset omat tarpeensa, sillä kokee toisten auttamisen olevan paljon tärkeämpää...”

Hitaasti lämpiävä, tarkkailu, vieraille puhumattomuus. Osa vastaajista kertoi lapsen käyttäytymisessä näkyvän hänen hitaasti lämpiämisen, erilaisten asioiden ja tilanteiden tarkkailun ennen kuin menee toimintaan mukaan sekä sen, että vieraalle ihmiselle puhumiseen menee aikansa.

”Jännittää uusia asioita ja tilanteita. Ei puhu vieraille ihmisille, saattaa käyttäytyä vihaisesti uusia lapsia/ihmisiä kohtaan kun ei tiedä ennalta mitä kys. ihminen haluaa hänestä. Lämpiää erittäin hitaasti uusissa tilanteissa.”

”...analysoi asioita paljon ennen toimintaa.”

”...Vetäytyy uusissa tilanteissa ja uusien ihmisten kanssa, mutta jos saa aikaa käsitellä asioita ennakkoon, niin menee kuitenkin rohkeasti mukaan...”

”...hänen kanssaan on täytynyt edetä täysin lapsentahtisesti. Hän ahdistuu jos hoputetaan tai pakotetaan, seuraavalla kerralla sama tilanne entistä pahempi Hänen pitää antaa oivaltaa itse mitä häneltä odotetaan ja vain hienovaraisesti ohjeistaa, ei käskyttää...”

”...lapsi on ns. ujo ja arka (ei ota katsekontaktia ja puhuu hiljaisella äänellä jos ollenkaan vieraille)... vauvana viihtyi vain äidin/isän sylissä, ei aktiivinen tutkimaan ympäristöä rohkeasti mutta sylissä hyvin tarkkaileva vauva...”

Oikeudentaju. Erityisherkillä lapsella on vahva oikeudentaju ja se näkyy lapsen käyttäytymisessä.

”...oikeudentaju on vahva...”

”...kiltti (tottelee ja miellyttää eikä esim ole hiekkalaatikolla tarvinnut keskittyä siihen ettei muide päälle heitetä hiekkaa, tönitä, purra jne. vaan nämä ollut lapseen sisäänrakennettuna.)... Toimii ohjeiden ja sääntöjen mukaan ja ymmärtää hyvin jos poikettu, rikottu sääntöä.”

Tunteiden voimakkuus tai niiden hallitsemattomuus. Vastauksissa tuli ilmi, että erityisherkkä lapsi kokee erilaiset tunteet hyvin voimakkaana. Lapsella ei ole välttämättä kuitenkaan tarpeeksi voimia hallita niitä.

”He reagoivat voimakkaasti ja menevät ylikierroksille. Pienikin asia saa suhteettoman suuret mittasuhteet. Tunteet vellovat laidasta laitaan ja ne koetaan erittäin voimakkaasti. Lapsella usein myös vaikeus hallita tai ymmärtää omia tunteitaan.”

”Tunteet nousevat helposti pintaan, lapsi stressaantuu melusta, kun lapsi stressaantuu hän alkaa kiukutella..”

”Hän itkee herkästi, pahoittaa mielensä herkästi ja kaikki ikävät tunteet tulevat esiin enemmän harmina ja suruna kuin niinkään suuttumuksena tai raivona... Nauttii, iloitsee, rakastaa ja suree ihan täysillä...”

”...jos harmittaa tai itkettää, niin ei halua vuolasta sanatulvaa lohdutukseksi vaan läsnäolo ja mahdollisesti puhumaton sylissäolo helpottaa... valtavan kipuperäinen ja pienikin ”osuma” saa lähes rammaksi pitkäksi aikaa...”

”Hän on temperamentiltaan hyvin kiivasluontoinen, mutta osaa kätkeä sen äärimmäisen hyvin vierailta ihmisiltä olemalla ns. Vieraskorea. Hän on pienestä pitäen ymmärtänyt miten missäkin tilanteessa tulisi käyttäytyä ja onkin ”mallioppilas” esim lääkärissä ja vieraiden luona. Hän kuitenkin ”tsemppaa” itsensä tällaisissa tilanteissa itsensä aivan uuvuksiin, joka purkautuu kotona raivokohtauksia. Kohtauksen aikana hän huutaa, paiskoo tavaroita, lyö, potkii ja pienempänä satutti itseään kaikin mahdollisin keinoin. Tällöin silittely ja kiinnipitäminen vain lietsoi tilannetta. Hänen

piti itse saada päättää milloin oli valmis ja minun tehtävä äitinä oli olla vain läsnä ja saatavilla...”

”... reagoi voimakkaasti nälkään tai väsymykseen.”

Erilaiset muutokset sekä siirtymätilanteet. Muutokset arjessa aiheuttavat lapsessa levottomuutta ja voi sekoittaa lapsen koko päivän ja nämä näkyvät selvästi lapsen käyttäytymisessä. Siirtymätilanteisiin valmistautuminen voi vaatia tavallista enemmän aikaa.

”...rutiinin tai suunnitelmien muutokset aiheuttaa joskus paniikinomaista raivoa ja epävarmuutta. Leikkipuiston kerhossa tutun ohjaajan poissaoleminen ja sijainen kerhossa tekivät kerhoon jäämisestä todella vaikean ja yhtenä päivänä mahdottoman.”

”...rutiineista pitävä...”

”...siirtymätilanteisiin lapsi tarvitsee usein tavallista enemmän aikaa, ja saattaa myös hermostua ja kiukustua siirtymästä...”

Fyysinen herkkyyys. Alaluokiksi tuli herkät aistit sekä ylikuormittuminen.

Herkät aistit. Suurin osa vastaajista kertoi lapsen käyttäytymisessä näkyvän hänen herkät aistinsa.

”Pukeutuminen: lapsi ei sietänyt villaisia vaatteita ihollaan, ei mitään kutittavaa, eikä puristavaa... Ruokailu: lapseni ei kestänyt ruokien sekoittamista keskenään, maku- ja hajuaisti oli niin herkkä, että porkkanaraaste, perunamuusi ja kalapuikot piti syödä erikseen, ehdottomasti ilman kastiketta. Hän ei yksinkertaisesti pystynyt syömään kaikkea ruokaa suutuntuman vuoksi, joka inhotti...”

”...kylmä/kuuma tunne voimakas, samoin kuin ruuan rakenne tarkkaa sekä vaatteet...”

Ylikuormittuminen. Osa vastaajista kertoi lapsen ylikuormittuvan helposti.

”...kuormittuu metelistä ja vuorovaikutuksesta. Vetäytyy omiin puuhiin. Äidissä kiinni. Sanoo päivittäin ihania huomioita, mutta toisinaan on niin väsynyt/kuormittunut että kaikki on huonosti ja saa ”raivokohtauksia”.”

”Lapsi kokee esim. kovat äänet vahvasti, kuormittuu ja väsy helpommin kuin muut, on hyvin itsekriittinen, hänen on vaikea kohdata ristiriittatilanteita...”

Psyykkinen herkkyyys. Alaluokiksi tässä tuli perfektionisti, pelkotilat sekä suurten asioiden pohtiminen.

Perfektionismi. Usea vastaaja kertoi perfektionismin näkyvän lapsen käyttäytymisessä.

”...pyrkii tekemään elämässä kaiken oikein... Pelkää virheitä ja pahoittaa mielensä pienenkin virheen tehtyä...”

”...Perfektionisti, joka haluaisi osata kaiken heti ja hermot menee kun ei heti onnistukaan...”

Pelkotilat. Erilaiset pelkotilat näkyvät lapsen käyttäytymisessä.

”Hänellä on pahoja pelkotilanteita...”

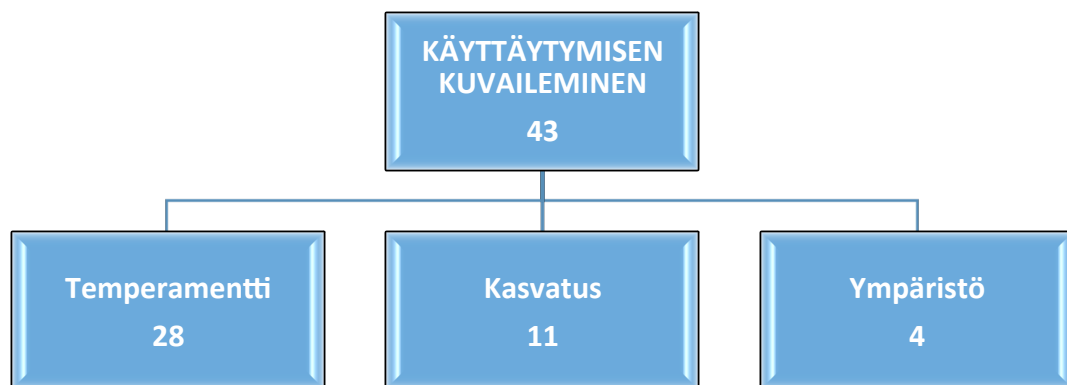
Suurten asioiden pohtiminen. Pohtiminen on ominaista erityisherkkälle lapselle. Lapsi analysoi ja pohtii asioita niin etukäteen kuin jälkikäteen.

”...analysoi asioita paljon ennen toimintaa.”

Kaikkiaan vastauksista voidaan päätellä, että erityisherkkyyys näkyy lapsessa monella eri tavalla, jotka kuitenkin voidaan luokitella kolmeen eri osa-alueeseen (ks. luku 3.7).

5.1.4 Lapsen käyttäytymisen kuvaileminen ennen herkkyyden löytämistä

Seuraavassa kysymyksessä haluttiin tietää, miten lasta on kuvailtu ennen kuin on tiedetty lapsen erityisherkkyydestä. Kysymykseen vastasi 21 henkilöä. (ks. kuvio 4).



Kuvio 4. Lapsen käyttäytymisen kuvailun ilmaisut ennen erityisherkkyyden löytymistä

Temperamentti. Alaluokiksi tuli ujo/arkea, itku- ja ääniherkkä, vetäytyvä, tahtova sekä oikutteleva.

Ujo/arkea. Osa vastaajista kertoi lasta kuvattaneen ujoksi tai araksi, joka ei kuitenkaan suoranaisesti ole erityisherkkän lapsen tavallinen piirre.

”...häntä on kutsuttu ujoksi. Häntä pitäisi rohkaista...”

”Ujo ja arka, mitä hän ei todellakaan ole. Kyseessä on todella sosiaalinen lapsi, joka vaatii lämmitäkseen aikaa ja jota jännittää uudet asiat...”

Itku- ja ääniherkkä. Itku- ja ääniherkkyydestä on moni vastaaja kuullut muiden sanovan.

”Tunnollinen ja herkkä”

”Vauvana hän reagoi helposti itkemällä... Hän reagoi koviin ääniin voimakkaasti”

”...itkupilli...”

”...varsinkin hän itki märkää vaippaa ja nälkää niin hysteerisesti, ettei siinä vaiheessa enää meinannut rauhoittua ollenkaan...”

Oikutteleva. Lasta on pidetty oikuttelevana.

”Lasta on pidetty oikuttelevana.”

Vetäytyvä. Joidenkin lasta on sanottu vetäytyväksi.

”Lasta kuvailtiin vetäytyväksi, harkitsevaksi...”

Tahtova ja itsepäinen. Osa vastaajista kertoi lasta kuvattavan tahtovaksi.

”Tahtova lapsi...”

Kasvatus. Alaluokiksi tässä tuli huono kasvatus sekä äidin helmoissa kiinni oleminen.

”Ystäväni ympärilläni pitivät lastani tottelemattomana, joka olisi pitänyt laittaa ojennukseen. Hänen isänsä sanoi kasvatuksestani, että edestä löydät, kun en rankaissut lastani arestilla tai muulla vastaavalla. Keinoni oli keskustella ja selittää asiat. Mielikuvitusleikkien avulla ja houkuttelemalla selvisimme kaikista hankalista tilanteista helpommin.”

”Arki, pilalle lellitty, itkupilli ja kantelupukki (samat ihmiset), mm mummo kuvailisi yhä näin”

Ympäristö. Alaluokiksi tässä tuli harkitseva sekä ruokavaikeudet.

Harkitseva. Osa vastaajista kertoi lapsen olevan harkitseva. Lapsi analysoi etukäteen hyvin paljon.

”...harkitsevaksi...”

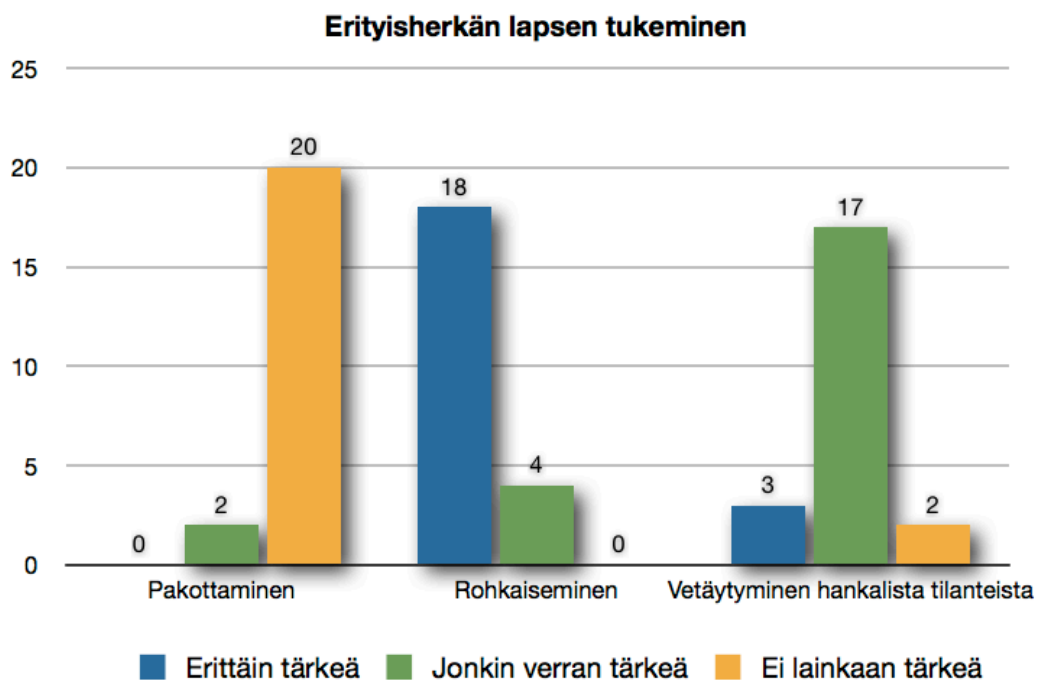
Ruokavaikkeudet. Usea vastaaja mainitsi lapsen ruokavaikkeudet.

”...Ruoan suhteen sanottu nirsoksi...”

Vastauksista voidaan päätellä, että erilaiset temperamentti-aiheet näkyvät lapsen käyttäytymisessä ja niitä on kuvailtu eniten. Temperamentti on ihmisen biologinen perusta, johon kuuluu joukko synnynnäisiä valmiuksia, joista ympäristön vaikutukset, lapsen saama kasvatusta, kulttuurin normit, yhteisöjen odotukset ja arvostukset muokkaavat ihmisen persoonallisuuden (ks. luku 3 sekä luku 3.1).

5.1.5 Erityisherikälle lapselle annettava tuki

Tässä kysymyksessä haluttiin selvittää vanhempien ajatuksia siitä, minkälainen tuki voisi mahdollisesti olla paras erityisherikälle lapselle. Vaihtoehtoja annettiin kolme kappaletta; pakottaminen, rohkaiseminen sekä vetäytyminen hankalista tilanteista (ks. luku 3.7.4). Alla olevassa kuviossa vastausten jakaumat (ks. kuvio 5). Kysymykseen vastasi 22 henkilöä.



Kuvio 5. Lapselle annettava tukimuoto

Pakottaminen. Vastaajista 20 ei pitänyt lapsen pakottamista hankaliin tilanteisiin lainkaan tärkeänä. Kaksi (2) vastaajaa piti sitä jonkin verran tärkeänä.

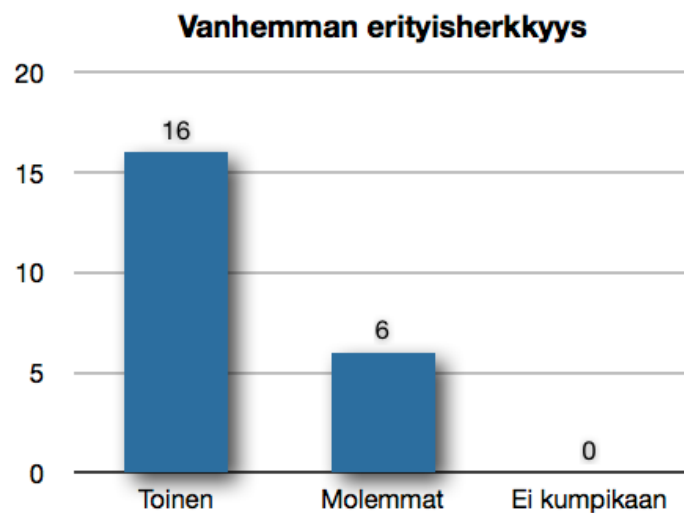
Rohkaisu. Lapsen rohkaisemista hankalissa tilanteissa piti 18 vastaajaa erittäin tärkeänä. Neljä (4) vastaajaa piti sitä jonkin verran tärkeänä.

Vetäytyminen hankalista tilanteista. Vastaajista 17 piti jonkin verran tärkeänä sitä, että lasta voi tukea vetäytymään hankalista tilanteista. Kolme (3) vastaajaa piti erittäin tärkeänä vetäytymistä hankalista tilanteista. Kaksi (2) vastaajaa ei pitänyt vetäytymistä lainkaan tärkeänä.

Vastauksista voidaan päätellä, että vanhemmat eivät halua pakottaa lastaan hankaliin tilanteisiin mutta haluavat rohkaista lasta yrittämään mutta kuitenkin antaen luvan vetäytyä, mikäli lapsi ei halua hankalaan tilanteeseen mennä. Lasta ei voi kääriä pumpuliin vaan aikuisen on oltava herkkänä, kun lapsella menee sietokyvyn yli (ks. luku 3.7.4).

5.1.6 Vanhemman erityisherkkyyks

Seuraavassa kysymyksessä haluttiin selvittää, kokeeko vanhempi itse, toinen heistä tai molemmat olevan mahdollisesti erityisherkkiä. Kysymykseen vastasi 22 henkilöä. (ks. kuvio 6).

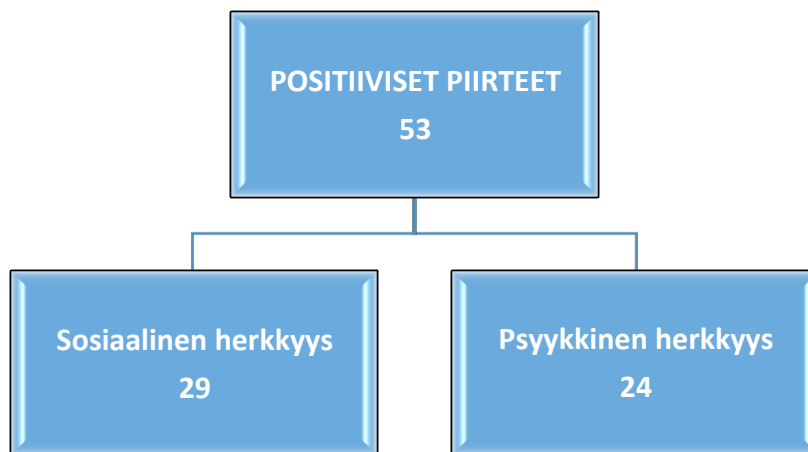


Kuvio 6. Vanhemman erityisherkkyyks

Vastauksista voidaan päätellä, että vastaajat ovat hyvin tietoisia omasta erityisherkkyydestään ja osaavat tulkita täten omia lapsiaan. Persoonallisuuden geneetiikkaa on hyvin vaikea selvittää, mutta joitakin testejä ja tutkimuksia on tehty liittyen perinnöllisyyteen ja erityisherkkyyteen. Tutkijat uskovat, että suurin osa persoonallisuudesta on perittyä mutta tutkijat eivät ole löytäneet vahvoja yhteyksiä geeneihin tutkiessaan tavallisimpia persoonallisuuspiirteitä, kuten sisäänpäin suuntautuneisuus, tunnollisuus ja miellyttävyys. Kiinalaiset tutkijat perehtyivät erityisherkkyyteen. Tutkimuksissa selvisi, että herkkyydesti liittyi seitsemän erilaisen dopamiinia säätelevän geenin kymmeneen muunnelmaan. Kuitenkaan tuloksen toistettavuus on ollut hankalaa, joten tutkimukset jatkuvat yhä. (Aron 2015a, 15.)

5.1.7 Erityisherikän lapsen positiiviset piirteet

Seuraavassa kysymyksessä haluttiin vanhempien miettivän, mitä positiivisia piirteitä erityisherikkyys tuo heidän lapseensa. Kysymykseen vastasi 21 henkilöä. (ks. kuvio 7).



Kuvio 7. Erityisherikän lapsen positiiviset piirteet

Sosiaalinen herkkyys. Alaluokiksi tuli empaattisuus, toisen huomioon ottaminen, nopea oppimiskyky, sekä hyvä huumori ja tilannetaju.

Empaattisuus. Suurin osa vastaajista kertoi lapsen empaattisuuden olevan positiivisin piirre.

”Empatiakyky, kyky lukea tunteita toisesta ihmisestä, sosiaalinen herkkyys kaikin tavoin, ja kyky aistia asioita. Vahva intuitio...”

Toisen huomioon ottaminen. Yhtenä positiivisimmista puolista nähtiin toisen huomioon ottaminen.

”...hän huomioi toisen tunteita ja välittää ihmisistä.”

Nopea oppimiskyky. Osa vastaajista kertoi lapsella olevan nopea oppimiskyky.

”Älykyys, nopea oppiminen...”

Hyvä huumori sekä tilannetaju. Moni vastaaja kertoi lapsella olevan hyvä huumori sekä tilannetaju.

”...mahtavasti huumorintaju, tilannetaju...”

Psyykinen herkkyyys. Alaluokiksi tässä tuli taiteellisuus, ajattelevaisuus, harkitsevaisuus, varovaisuus, oikeudenmukaisuus sekä loistava mielikuvitus.

Taiteellisuus. Usea vastaaja kertoi lapsen positiiviseksi piirteeksi taiteellisuuden.

”...musikaalisuus...”

”...mahtava tarinankertoja...”

”Taiteellisia...”

Ajattelevaisuus, harkitsevaisuus sekä varovaisuus. Suurin osa vastaajista mainitsi positiiviksi piirteiksi, että lapsi on ajattelevainen, harkitseva tai varovainen.

”Todella ajattelevainen, pohtiva ja viisas lapsi. Yleensä harkitseva ja miettii ennen kuin tekee. Pohtii isojakin asioita...”

”...Pohtii asioita monelta kantilta ja hänen kanssaan voi keskustella asioista tosi syvällisesti...”

”Uteliaisuuden ja syvälliset pohdinnat...”

Oikeudenmukaisuus. Usea vastaaja nosti esille erityisherhän lapsen olevan hyvin oikeudenmukainen.

”...vahva käsitys oikeasta ja väärästä sekä ymmärrys muiden tunteista tai tekojen seurauksista...”

”Hän on äärimmäisen huolehtivainen ja pitää heikoimpien puolia, niin eläinten kuin ihmistenkin...”

”...tietää ja ymmärtää ihan pienestä, mikä on oikein ja mikä on väärin... oikeudenmukainen, otti kaikki mukaan leikkeihin.”

Loistava mielikuvitus. Osa vastaajista kertoi lapsella olevan loistava mielikuvitus.

”...Mielikuvitus vahvuutena, leikkii myös itsekseen viihtyen, kekseliäs ja luova leikeissään...”

”...mahtava tarinankertoja...”

Vastauksista voidaan päätellä, että empatia ja oikeidenmukaisuus näkyy suurimmalla osalla erityisherkeitä ihmisistä. Sosiaalinen herkkyys ilmenee vuorovaikutustilanteissa, empatiana, tunneälynä sekä nopeana oppimisena. Psykkinen herkkyys näkyy lapsessa suurten asioiden pohtimisena. Pienikin asia voi suistaa täysin raiteiltaan, lapsi on itku- ja raivoherkkä. Lapsi kokee omat tunteet syvästi ja pohtii niitä. Lapsella on hyvä intuitio. Hänellä on herkkyyttä luontoon sekä taiteelle. (ks. luku 3.7)

5.1.8 Erityisherkein lapsen haasteelliset piirteet

Tässä kysymyksessä haluttiin selvittää, minkälaisia mahdollisia haasteellisia piirteitä erityisherkkyyden lapsen on tuonut (ks. kuvio 8). Kysymykseen vastasi 21 henkilöä.



Kuvio 8. Erityisherkein lapsen haasteelliset piirteet

Tunteiden hallinta. Alaluokiksi tuli omien tunteiden hallinta, asioiden murehtiminen, lapsen huono itsetunto.

Omien tunteiden hallinta. Suurin osa vastaajista kertoi negatiiviseksi piirteeksi lapsessa lapsen vaikeudet hallita omia tunteita.

”...Tunteiden heittäminen laidasta laitaan on välillä hankalaa...”

”...Oma jaksaminen kaikkien tunneryöppyjen kanssa on välillä vähissä...”

Asioiden murehtiminen. Osa vastaajista kertoi lapsen jäävän murehtimaan eri asioita pitkiksi ajoiksi.

”Jumittaminen rutiineihin, liiallinen asioiden pohtiminen, ”mutta kun jos...”

”Lapsi ottaa liian vakavasti toisten sanomiset tai sanattomatkin viestit. Jää pohtimaan ja murehtimaan niitä.”

”...murheiden kantaminen... Ilmapiiirin tuntee vahvasti, joten pienetkin riidat iskevät syvälle.”

”... Hän saattaa tuntikausia muistella sitä ekstrahymyä tai hellittelyä jota hän ei sitten saanut...”

Huono itsetunto. Osa vastaajista nosti esille lapsen itsetunnon jäävän huonoksi.

”...oman itsetunnon kehittyminen positiivisesti vaatii aikuiselta enemmän”

”Arkuus uusissa tilanteissa. Ryhmässä toimimisen hankaluus. Pelkään, että nämä piirteet ajaa lapsen ulkopuoliseksi ryhmissä ja asioita jää kokematta, mikä vaikuttaa itsetuntoon ja sosiaalisiin suhteisiin.”

Aistiärsykkeet. Suurin osa vastaajista kertoi lapsen olevan ärsytysherkkä esimerkiksi melulle, hälinälle, kirkkaille valoille, tietynlaisille vaatteille sekä uusille ruokamauuille. Myös suuret ihmisjoukot aiheuttavat ahdistusta

”Ärsytysherkkyys. Valot, äänet, ihmismassat aiheuttaa ärtymystä. Meluisa...”

”...Myös pukeminenon vaikeaa, koska vaatteet pitävät olla tietynlaisia. Ruoat lautaselle pitääasettaa tietyssä järjestyksessä jne.”

Uuden aloittaminen. Alaluokiksi tässä tuli perfektionismi, itsekriittisyys sekä luovuttaminen.

Perfektionismi ja itsekriittisyys. Vastaajat kokivat perfektionismin yhdeksi negatiiviseksi piirteeksi. Lapsi, joka on itsekriittinen ei usein halua edes aloittaa mitään uutta, jos ei osaa jo valmiiksi.

”Äkkipikaisuus, hermostuneisuus, jos jokin menee väärin tai ei onnistu. Vaatii itsestänsä liian paljon...”

”Jos asiat ovat vaikeita tai niitä ei osaa, niin niitä ei voi edes yrittää tehdä tai mitään ei voi tehdä ”puolittain” (täydellisyyden tavoittelu)...”

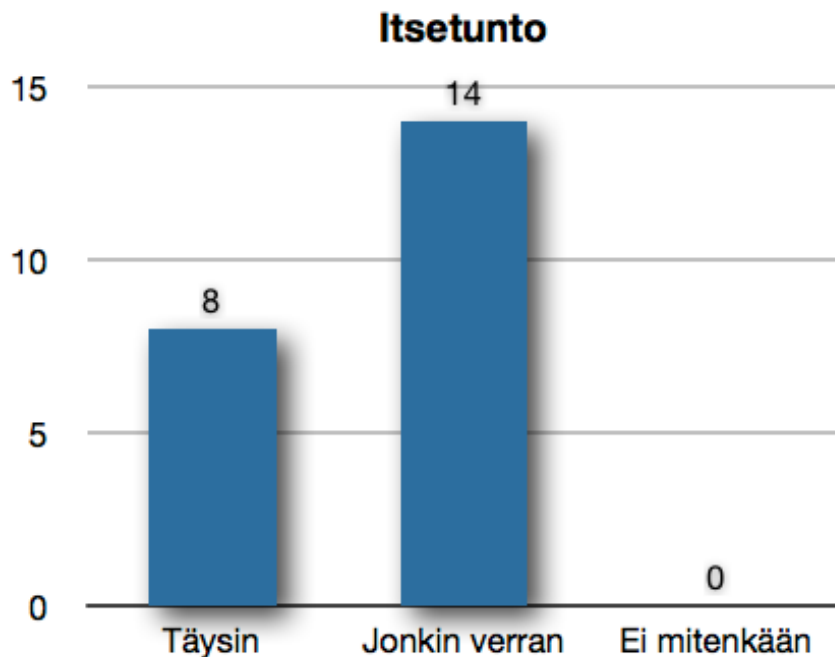
Luovuttaminen. Osa vastaajista koki, että lapsi luovuttaa liian helpolla.

”...lapsi luovuttaa hyvin helpolla”

Vastauksista voidaan päätellä, että haasteellisimpia piirteitä on omien tunteiden hallitsemattomuus sekä asioiden murehtiminen, joihin lapsi tarvitsee aikuisen tukea (ks. luku 3.7.4).

5.1.9 Itsetunnon liittyminen erityisherkkyyteen

Seuraavassa kysymyksessä haluttiin selvittää, mitä vanhemmat ajattelevat, liittyykö itsetunto erityisherkkyyteen (ks. kuvio 9). Kysymykseen vastasi 22 henkilöä.



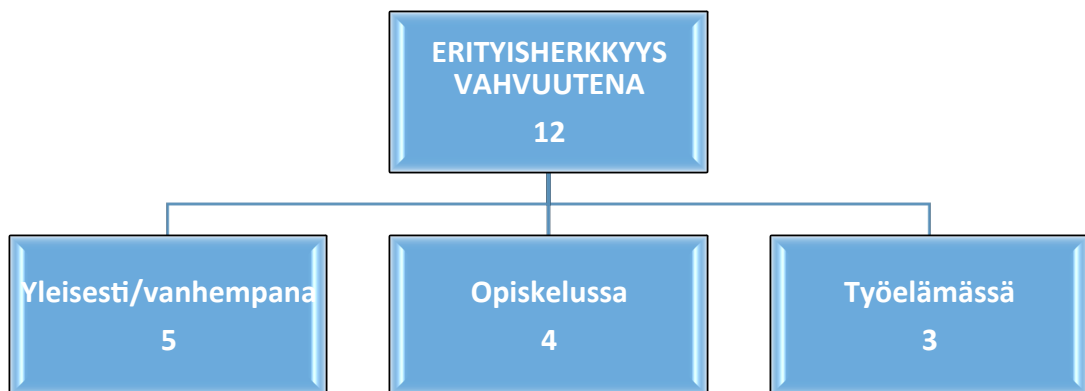
Kuvio 9. Itsetunnon liittyminen erityisherkkyyteen

Vastauksista voidaan päätellä, että itsetunto liittyy jonkin verran erityisherkkyyteen. Edellisessä kysymyksessä muutama vanhempi kertoi lapsen itsetunnon vahvistumisen vaativan vanhemmalta enemmän kuin ei-herkän lapsen.

Hyvän itsetunnon saaminen vaatii itsensä arvostamista ja luottamusta itseensä. Se tarkoittaa sitä, että osaa puolustaa itseään oikeaksi katsomissaan asioissa. Hän ei myöskään jää katumaan ja murehtimaan tekemiään ratkaisuja. (ks. luku 3.8). Useassa vastauksessa on tullut ilmi, että erityisherkkä lapsi ei välttämättä saa ääntä kuuluviin oikeaksi katsomissaan asioissa, eikä täten osaa puolustaa niitä tai itseään. Myös yksi erityisherkän lapsen piirre jäädä murehtimaan asioita voi heikentää itsetuntoa.

5.1.10 Erityisherkkyyden vahvuutena

Tässä kysymyksessä haluttiin selvittää, missä asiassa lapsi voisi käyttää hänen myöhemmässä elämässään erityisherkkyyttään vahvuutena (ks. kuvio 10). Kysymykseen vastasi 21 henkilöä.



Kuvio 10. Erityisherkkyyden vahvuusalueet lapsen myöhemmässä elämässä

Yleisesti/vanhempana. Erityisherkkään ihmisen nähdään olevan oikeudenmukainen, toisten tunteita ymmärtävä, hyvä kuuntelija sekä rauhallinen. Myös oikeanlainen seura nähtiin vahvuutena erityisherkkälle ihmiselle.

”Ymmärtää toisten erilaisia tunteita. Hyvä kuuntelija, rauhallinen.”

”Tilannetaju, toisen huomioon ottaminen, luovuus.”

”Osaa lukea ihmisiä hyvin, mistä voi olla hyötyä mahdollisessa ammatinvalinnassa ja työnhaussa. Vanhempana varmasti loistava ja empaattinen.”

Opiskelussa. Erityisherkkälle opiskelijalle nähtiin vahvuutena nopea asioiden omaksuminen, hyvä keskittymiskyky sekä tarkkuus.

”Parantaa keskittymiskykyä ja tarkkuutta, jotka ovat opiskelussa hyödyksi”

Työelämässä. Työelämän teeman ilmaisut liittyivät oikeudenmukaisuuteen, empaattisuuteen sekä uusien asioiden nopeaan oppimiseen.

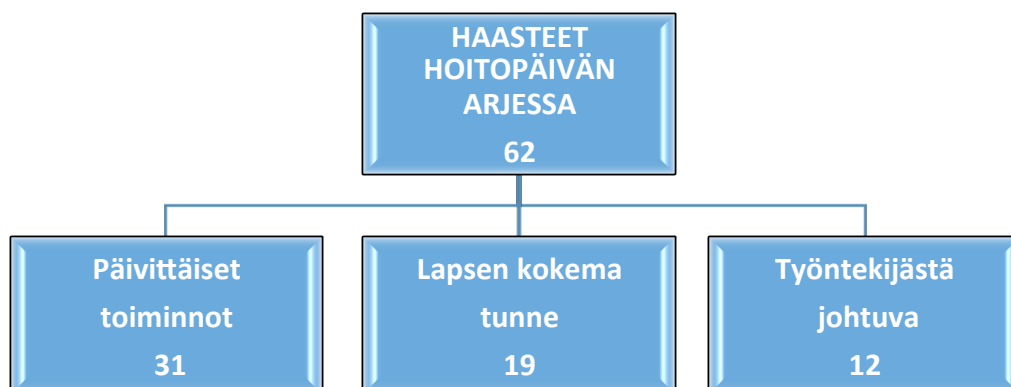
”omaksuu uudet asiat nopeasti töissä/koulussa. Toimii oikeudenmukaisesti muita kohtaan.”

”Työntekijänä tai työtoverina empaattinen”

Vastauksista voidaan päätellä, että erityisherkkä voi käyttää monella eri osa-alueella herkkyyttään hyödyksi (ks. luku 4.2).

5.1.11 Haasteet hoitopäivän arjessa

Toiseksi viimeisessä kysymyksessä haluttiin kysyä vanhempien näkemystä siitä, mitkä ovat heidän mielestään haasteet lapsen hoitopäivän arjessa (ks. kuvio 11). Kysymykseen vastasi 21 henkilöä.



Kuvio 11. Haasteet hoitopäivän arjessa

Päivittäiset toiminnot. Alaluokiksi tässä tuli rutiinitilanteet, ryhmäkoko, melu ja rauhallinen ympäristö sekä oman ajan löytäminen.

Rutiinitilanteet. Hoitopäivän haasteiksi ilmaistiin esimerkiksi pukemistilanteet, päiväuniaika sekä vessakäynnit.

”... Kinesteettinen herkkyys pukeutumisessa, kerrospukeutuminen vaikeaa...”

”...Vessakäynnit edelleen vaikeita, samoin syöminen.”

”...päiväunet... pukemistilanteet...”

Ryhmäkoko. Osa vastaajista ilmaisi suuret ryhmäkoot haasteiksi hoitopäivän arjessa.

”Vaihtuvat hoitajat ja suuret ryhmäkoot saattavat aiheuttaa haasteita...”

”Lapsi on ns näkymätön lapsi aika pitkälle päiväkodissa koska ryhmät ovat suuria ja haastavia lapsia on paljon. Lapsi hoitaa omat hommansa ohjeiden mukaan eikä pyydä opelta apua eli pärjää omillaan mikä ei ole oikein, hänelläkin on oikeus hoivaan ja mielipiteensä ilmaisuun, kuulemisen tarve, pienenä syli...”

Melu, rauhallinen ympäristö sekä oman ajan löytyminen. Osa vastaajista ilmaisi melun häiritsevän ja kuormittavan erityisherkkää lasta. Rauhallista paikkaa, johon mennä melua pakoon toivoi suurin osa vastaajista. Osa vastaajista myös ilmaisi, että lapsi tarvitsee välillä aikaa itsekseen ololle.

”Esim. Jos häiriintyy melusta, niin löytyykö erityisherkkälle lapselle rauhallinen paikka leikkiä ja syödä...”

”...Erityisherkkä saattaa häiriintyä paljon päivähoidon jatkuvasta melusta, hälystä ja rauhattomuudesta ja hänen pitäisi saada lrikkiä tai touhuta rauhassa eikä isossa tilassa muiden kanssa. Hoitajien pitäisi ymmärtää, ettei lapsi voi sillä mitään, ettei aina voi olla reipas ja mukana vaan hän yrittää parhaansa...”

Lapsen kokema tunne. Alaluokiksi tässä tuli huomion, tuen sekä rohkaisun tarve, tunteiden peittäminen, luottamuksen syntyminen, epäonnistumisen pelko, tunteiden hallitsemattomuus sekä kuormittuminen.

Huomion, tuen sekä rohkaisun tarve. Suurin osa vastaajista ilmaisi, että erityisherkan lapsen haasteita on tavallista enemmän tarvitseva tuki.

”...Lapsi myös tarvitsee paljon huomiota aikuisilta eikä ymmärrä jos aikuisella ei ole aikaa keskittyä häneen ja hänen asiaansa. Kokee helposti että vika on hänessä.”

”...Asioita pitää kerrata ja selittää perinpohjaisesti eli enemmän vaivaa täytyy nähdä kuin muiden kanssa. Ei voida vain käskyttää vaan pitää selittää miksi ja ennakoida tulevaa, esim. leikkiä ei voida jättää kesken vain viidessä minuutissa.”

Tunteiden peittäminen. Osa vastaajista kertoi lapsen peittävän todelliset tunteensa.

”...Tyttäreni taas ei välttämättä sano jos joku asia harmittaa, huomataan-ko se ajoissa?”

”...Henkilökunnan tulee muistaa että kaikki ei ole sitä miltä näyttää. Lapsi voi olla hyvinkin stressaantunut ja ahdistunut, vaikka tsemppaakin päiväkotipäivän ja näyttää reippaalta...”

Luottamuksen löytyminen. Osa vastaajista kertoi luottamuksen syntymiseen menevän tavallista enemmän aikaa.

”Hän ei alkuun puhunut mitään, nyt jo hiukan...luottamus hoitajiin tullut hitaasti, reilu puoli vuotta ollut hoidossa ja nyt alkaa pikkuhiljaa olla ns. normaali lapsi.”

Epäonnistumisen pelko. Osa vastaajista kertoi lapsella olevan pelko epäonnistumisesta.

”...Epäonnistumisen pelko kuormittaa lasta”

Tunteiden hallitsemattomuus. Osa vastaajista kertoi, että lapsella on haasteita hallita omia tunteitaan. Tunteet menevät helposti ylikierroksille.

”Poikamme ainakin on vilkas ja reagoi jännitykseen menemällä aivan ylikierroksille eikä silloin hallitse enää itseään ollenkaan. Tämä vaatii ymmärrystä herkkyydestä...”

Kuormittuminen. Osa vastaajista kertoi yhdeksi hoitopäivän haasteeksi kuormittumisen.

”Kuormittuminen on yksi ongelma. Olen saanut aika tiukasti päiväkodille puhua päiväunien merkityksestä. Lapsi itse tunnistaa tämän tarpeen itsessään, joten nukkuu mielellään. Aika kauan sain kuitenkin puhua, ennen kuin asiaan löydettiin ratkaisu...”

”Meille ei sovi teollinen ruoka tai jättipäiväkodit. Hermosto kuormittuu näistä liikaa”

Työntekijästä johtuva. Alaluokiksi tässä tuli vaihtuvat hoitajat sekä sijaiset, yhteistyö vanhempien kanssa, etukäteistiedotus sekä aikuisen läsnäolo.

Vaihtuvat hoitajat sekä sijaiset.

”Sijaiset, muutokset jne. Hankalia...”

Yhteistyö vanhempien kanssa. Moni vastaaja koki tärkeänä toimivan yhteistyön vanhempien ja päivähoidon välillä.

”...Toimiva yhteistyö vanhempien kanssa on erittäin tärkeää.”

Etukäteistiedotus. Osa vastaajista näki haasteena tiedotuksen.

”...Pitäisi kiinnittää huomiota tiedotukseen, sillä erityisherkkä lapsi haluaa yleensä tietää hyvin etukäteen seuraavan päivän tapahtumista mahdollisimman tarkkaan, jottei tule yllätyksiä ja pystyy sopeutumaan tulevaan...”

Aikuisen läsnäolo. Osa vastaajista kertoi aikuisen 100 % läsnäolon olevan tärkeää työskennellessä erityisherkkän lapsen kanssa.

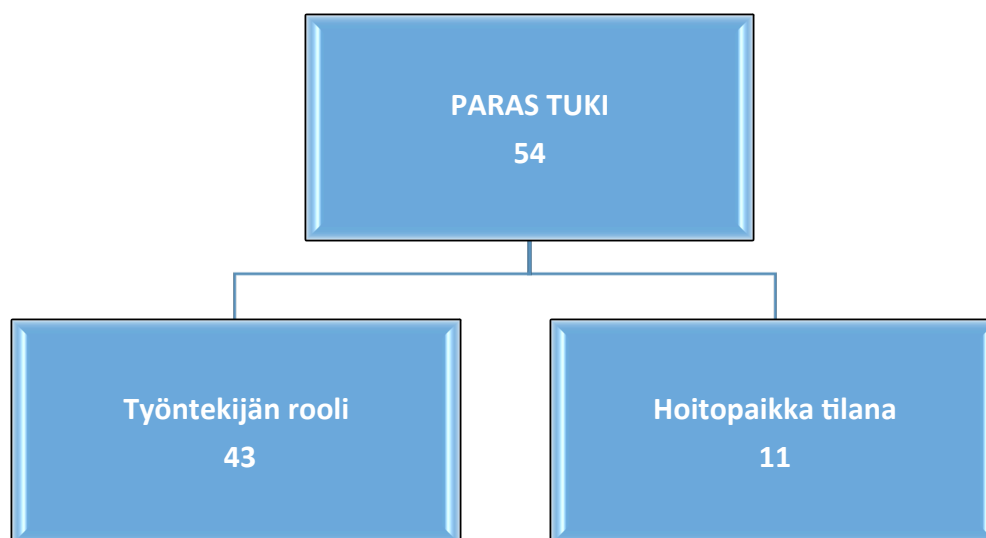
”...aikuisen 100 % läsnäolotaito tarvittavassa tilanteessa. Asioita ei voi hoitaa ”toisella kädellä” puoli huolimattomasti.”

Vastauksista voidaan päätellä, että haasteellisimmat tilanteet syntyvät, kun lapsi ei saa pientä hetkeä olla rauhassa. Päivähoitopaikan ympäristön olisi hyvä olla enemmän rauhoittava kuin meluisa tai ahdas. Päivähoitohenkilökunnalle olisi myös hyvä kertoa etukäteen lapsen herkkyydestä. Herkälle lapselle on annettava tilaa ja

rauha tutustua uuteen ympäristöön. Lapsi sopeutuu pienin askelin, kun häntä tuetaan ja kannustetaan. (ks. luku 3.7.3.).

5.1.12 Paras tuki erityisellä lapselle päivähoitossa

Viimeisenä kysymyksenä haluttiin selvittää, mikä vanhempien mielestä voisi olla paras tuki erityisellä lapselle päivähoitossa (ks. kuvio 12.) Kysymykseen vastasi 21 henkilöä.



Kuvio 12. Paras tuki erityisellä lapselle päivähoitossa

Työntekijän rooli. Alaluokiksi tässä tuli sensitiivisyys, erityisyyden kunnioittaminen, omana itsenä oleminen, rauhallinen eteneminen, tuki.

Sensitiivisyys. Suurin osa vastaajista toivoi työntekijältä sensitiivisyyttä että myös hyvää läsnäolotaitoa.

”Pienet ryhmät ja tutut hoitajat, joilla on aikaa olla läsnä, kuunnella ja seurata lasten keskinäisiä leikkejä. Hoitajalla pitäisi olla ymmärrystä

herkkydestä ja mahdollisuus mukauttaa toimintaa lapsen tilanteen mukaan...”

”Läsnä oleva, ymmärtävä, aidosti motivoitunut ja lapsista välittävä aikuinen”

”Tieto siitä, että turvallinen aikuinen on saatavilla ja auttaa tarpeen mukaan. Kuitenkin pitäisi löytää kultainen keskitie – lapsi ei tykkää, että ”tupataan”, mutta herkkislapsi ei myöskään pyydä apua, vaikka sitä tarvitsisi eli taito lukea lasta ja olla apuna tarvittaessa. Ei myöskään saa ”hyökätä” esim ”anna minä autan” vaan ”pärväätkö, voinko auttaa?”. Herkkis on älykäs ja ottaa aina muut huomioon, joten sama häntä kohtaan - kohteli-aasti ja yksilöä pitää kohdella, eikä saa aliarvioida tai puhua kuin vähä-älyiselle ☺”

Erityisherkkyyden kunnioittaminen. Osa vastaajista toivoi työntekijän kunnioittavan lapsen herkkyyttä.

”Ainakin yksi aikuinen, joka tunnistaa ja kunnioittaa lapsen erityisherkkyyden.”

Vaikka vastaajat toivoivatkin erityisherkkyyden kunnioittamista ja huomioimista arjessa, osa vastaajista myös toivoi, ettei sitä tuotaisi esille liikaa.

”...Ei saa tehdä suurta numeroa Erityisyydestä.”

Omana itsenä oleminen. Osa vastaajista toivoi, että lapsi saisi olla oma itsensä.

”...Hyväksyminen sellaisena kuin on eikä sellaista hienovaraista painostamista ollenkaan...”

”Kärsivällisyys ja ymmärtäminen...”

”Jokainen on yksilö ja annetaan olla niin, tuetaan hyvissä ja autetaan huonoissa puolissa”

Rauhallinen eteneminen. Osa vastaajista toivoi työntekijältä rauhallista ja suunnitelmallista etenemistä.

”...tentaaminen ahdistaa mutta rauhallinen eteneminen asiassa kuin asiassa on kantanut hedelmää.”

”Tarkat keskustelut vanhempien kanssa siitä, millainen lapsi on ja miten lapsi asioihin reagoi. Tulisi tehdä suunnitelma miten hankalissa tilanteissa toimitaan ja yhdessä etsiä ratkaisuja haastaviin tilanteisiin...”

”Lapsentahtinen...”

Tuki. Osa vastaajista toivoi aikuiselta, että lapsi saisi tukea ja rohkaisua.

”...lasta pitää rohkaosta mutta antaa samalla myös tilaa”

”...kehutaan kun on syytä...”

”...istua välillä sylissä. Auttaminen sosiaalisissa tilanteissa.”

Hoitopaikka tilana. Alaluokiksi tässä tuli rauhallinen tila, johon vetäytyä sekä pienryhmätoiminta.

Rauhallinen tila, johon vetäytyä. Suurin osa vastaajista toivoi hoitopaikasta löytyvän rauhallinen tila, johon lapsi voisi vetäytyä hoitopäivän aikana hetkeksi.

”...Herkälle lapselle olisi myös hyvä tarjota jonkinlaista rauhallista nurkkausta tai tekemistä että hän pääsisi vetäytymään hetkeksi kaikesta hälystä, joka kuormittaa lasta paljon.”

”Meluisassa 5-vuotiaiden ryhmässä lapsi sai luvan mennä kesken puuhien lukunurkkaan kuuntelemaan kuulokkeilla kirjaa tai musiikkia. Jo luvan saaminen näytti auttavan jaksamaan paremmin.”

Pienryhmätoiminta. Osa vastaajista näki, että pienryhmätoiminta on hyväksi erityisherälle lapselle.

”Mahdollisuus toimia pienryhmissä...”

”Yleisellä tasolla pienemmät ryhmät ja ammattitaitoiset opet (vaihtuvuuden minimointi omahoitaja (kiinnittyminen))...”

Tässä kuten edellisessä vastauksessa nousi esiin rauhallinen tila, johon lapsi saapua hetkeksi (ks. luku 3.7.3). Vastaajien mukaan myös pienryhmä toimii tässä mainiosti.

5.2 Päivähoidossa työskentelevien palaute

Tutkimuksen tuloksia näytettiin kahdelle päivähoitoryhmässä olevalle työntekijälle. He kokivat, että tuloksia voi käyttää tai hyödyntää päiväkodissa erityisesti tunnistamisen kannalta. He kokivat saavansa paljon vinkkejä toimintaan, mikäli ryhmässä on erityisherkkä lapsi. Työntekijät myös kertoivat, että erityisherkkyyys ei tarkoita samaa eri lasten kohdalla vaan ilmenemismuodot voivat olla hyvinkin erilaisia. Työntekijöiden mielestä tästä tutkimuksesta saatava tieto auttaa ymmärtämään erityisherkkää lasta paremmin, sillä monella työntekijällä voi olla kyllä tietoa erityisherkkyyden olemassaolosta mutta tämä tutkimus auttoi heitä ymmärtämään tiettyjä piirteitä. Eräs työntekijä piti tärkeänä sitä, että vanhempien vinkit ja toiveet otetaan huomioon.

Työntekijät kokivat samoin kuin tutkimustulos, että erityisherkkä lapsi tarvitsee tilaa ympärilleen sekä aikaa tutustua omaehtoisesti. Lapselle on annettava aikaa päättää asioistaan. Lapsen on myös annettava rauhoittua raivokohtauksistaan rauhassa mutta aikuisen on oltava saatavilla, kun lapsi sitä tarvitsee. Myös työntekijät olivat sitä mieltä, että erityisherkkä lapsi ei tarvitse erityiskohtelua vaan rohkaisua. Työntekijät kokivat, että tutkimuksesta saatava tieto lisäsi heidän ammatillista osaamista.

6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimuksen tavoitteena oli tuottaa tietoa erityisherkeistä lapsista heidän kanssa työskenteleville ammattilaisille, kuten päiväkodin henkilökunnalle. Tarkoitus oli tutkia, minkälaisia haasteita ja toisaalta taas positiivisia asioita erityisherkkyyden mahdollisesti tuo päivähoidon arkeen.

Aineiston avulla selvisi, että teoreettinen tieto erityisherkkyydestä vastaa suurimmilta osin vastaajien käsitystä tai kokemusta aiheesta. Suurin osa vastaajien lapsista oli päivähoidossa, joten vastauksissa tulee hyvin esiin vanhempien kokemukset päivähoidosta.

Vastaajia pyydettiin omin sanoin määrittelemään käsite erityisherkkyyden. Suurin osa vastaajista oli sitä mieltä, että erityisherkeä ihminen kokee ja tuntee asiat voimakkaammin ja syvällisemmin niin itsessään, ympäristössä kuin myös toisissa ihmisissä. Vastauksissa nousi esiin myös, että erityisherkkyyden on osa temperamenttia ja että erityisherkeällä ihmisellä on kaikki aistit normaalia herkemmit.

Suurin osa vastaajista kertoi erityisherkeän lapsen käyttäytymisessä näkyvän hänen sosiaalinen herkkyytensä. Suurin osa nimesi empatian sekä muiden tunnetilojen ymmärtämisen näkyvimmäksi piirteeksi. Myös suurten asioiden pohtiminen sekä eri asioista ylikuormittuminen näkyy ja kuuluu lapsen käyttäytymisessä.

Vastaajilta haluttiin tietää, millä sanoilla tai esimerkeillä lasta on kuvailtu ennen erityisherkkyyden löytymistä. Suurin osa vastaajista kertoi sitä kuvailtaneen jollain temperamenttipiirteellä kuten ujo, herkeä tai vetäytyvä. Usea kertoi myös, että vanhempia on moitittu lapsen huonosta kasvatuksesta.

Suurin osa vastaajista ei halua pakottaa lastaan hankaliin tilanteisiin mutta he haluavat rohkaista lasta yrittämään mutta kuitenkin antaen luvan vetäytyä, mikäli lapsi ei halua hankalaan tilanteeseen mennä. Suurin osa oli sitä mieltä, että lasta ei voi kääriä pumpuliin vaan aikuisen on oltava herkeänä, kun lapsella menee sietokyvyn yli.

Vastaajista suurin osa koki olevansa itse erityisherkkä tai ainakin toinen vanhemmista. Tällöin voidaan päätellä, että vanhempi tunnistaa lapsessaan erityisherkkyyden ja osaa täten tukea lasta riittävästi kun lapsi sitä tarvitsee.

Erityisherkkään positiivisimpina piirteinä nähtiin lapsen empaattisuus sekä oikeudenmukaisuus, loistava mielikuvitus ja sitä kautta hyvä tarinankerronta. Myös moni vastaaja näki positiivisena asiana lapsen harkitsevuuden ja varovaisuuden. Lapsi ei säntää suin päin mihinkään ja välttyy monelta vaaratilanteelta.

Lapsen haasteellisimmiksi piirteiksi vastaajat nimesivät lapsen omien tunteiden hallitsemattomuuden. Tunteet koetaan niin voimakkaina, että niitä on vaikea hallita. Myös erilaiset aistiärsykkeet ylikuormittavat helposti. Moni näki myös uuden aloittamisen olevan aina vaikeaa.

Vastaajilta haluttiin kysyä, liittävätkö he itsetunnon ja erityisherkkyyden toisiinsa. Suurin osa vastaajista oli sitä mieltä, että se liittyy jonkin verran, osa liitti ne täysin toisiinsa. Kukaan vastaajista ei ollut sitä mieltä, että niillä ei olisi mitään tekemistä keskenään. Osassa vastauksista myös ilmeni, että itsetunnon vahvistaminen vaatii myös vanhemmilta tavallista enemmän tukemista.

Vastaajilta haluttiin tietää, miten erityisherkkyyttä voisi käyttää vahvuutena lapsen myöhemmässä elämässä kuten opiskelussa ja työelämässä. Suurin osa vastaajista näki jälleen, että empaattisuus, oikeudenmukaisuus, nopea oppimiskyky sekä toisten tunteiden ymmärtämistä voi pitää vahvuuksina. Nämä nähtiin myös vahvuuksiksi lapsen ollessa jo itse vanhempi.

Eniten vastaajat toivoivat päiväkodin henkilökunnalta sitä, että lapsi voisi vetäytyä hoitopäivän aikana tekemään rauhassa jotakin. Se auttaisi lasta jaksamaan koko hoitopäivän. Myös pienryhmätoiminta auttaa erityisherkkää lasta olemaan oma itsensä ja lapsi saisi täten äänensä kuuluviin helpommin. Isossa ryhmässä lapsi saattaa esittää reipasta, eikä helposti näytä aitoja tunteitaan. Useassa vastauksessa nousi esiin aikuisen sensitiivisyys sekä taito olla läsnä sataprosenttisesti.

Päivähoidon työntekijöiltä saadusta palautteesta voidaan päätellä, että vanhempien ja päivähoidossa työskentelevien ajatukset kohtaavat, kun puhutaan erityisherkkään

lapsen tukemisesta. Tutkimus lisäsi kuitenkin vielä entisestään heidän ammatillista osaamistaan, sillä he saivat lisää tietoa erilaisista piirteistä.

Tutkimukseen valittiin tarkoituksella selkeä kohderyhmä, eli henkilöt joilla on kokemusta kyseisestä aiheesta. Myös kysymyksien huolellisella miettimisellä sekä tarkalla analysoinnilla pyrittiin saamaan luotettava tutkimus. Selkeä vastaus tutkimusongelmaan tekee tutkimuksesta validin. Eettisyyteen pyrittiin sillä, että kyselyyn vastaaminen oli kaikille vapaaehtoista ja kyselyn vastaukset tuhottiin asianmukaisesti. Tutkijan oma kosketus aiheeseen otettiin huomioon, eikä sen annettu vaikuttaa tutkimuksen tuloksiin. Kun tutkimustuloksia näytettiin kahdelle päiväkodissa työskentelevälle, he olivat myös sitä mieltä, että tutkimustulos osoittaa kuinka tärkeässä asemassa on tieto lapsen erityisherkkyydestä päivähoidossa.

7 POHDINTA

Aiheena erityisherkkyyks oli itselleni jo tuttu oman lapsen kautta. Opinnäytetyön aihevalintaan vaikutti myös kuitenkin työkokemus eri päiväkodeissa. Huomasin, että erityisherkkyydestä tiedetään oikeastaan todella vähän, vaikka se on paljon mediassa ollut esillä. Huomasin myös, että mikäli halutaan tukea ja kannustaa lasta juuri oikealla tavalla, asiaa pitää kysyä lasten vanhemmilta itseltään. Aikaisemmin on tätä aihetta käsitelty vain lastentarhanopettajien näkökulmasta.

Oman kokemuksen siivittämänä halusin tuoda tällä työllä lasten kanssa työskenteleville herkkyyttä positiivisena asiana ja toisaalta vanhemmille ajatusta siitä, kuinka merkittävä vahvuus se voi olla lapsen myöhemmällä iällä, kun sitä tuetaan ja vaalitaan oikealla tavalla.

Analysointia tehdessäni jäin miettimään erityisherkkyyden perinnöllisyyttä. Niin moni vastaajista koki olevansa joko itse tai ainakin toinen vanhemmista erityisherkkä. Tämä tulos jollakin tasolla yllätti ja sitä olisi ollut mielenkiintoista lähteä tutkimaan enemmän. Minulle tuli myös vahva tunne, että nämä vanhemmat tuntevat lapsensa todella hyvin ja osaavat juuri oikealla tavalla olla lapsen tukena lapsen temperamentin huomioiden. Toinen minut yllättävä piirre oli, että erityisherkkyyttä ei nähty vain positiivisena asiana vaan myös jossain määrin haastavana. Aineistossa nousi myös usein lapsen hoitajan sensitiivisyys sekä aikuisen läsnäolo. Vastauksista ei voinut päätellä, oliko lapsilla sellaiset hoitajat vai toivoivatko he, että sellaisia heillä olisi?

Heli Heiskaselta ilmestyi uusi kirja nimeltään Herkkyyden voima –opas omannäköiseen elämään 2016. Valitettavasti en sitä ehtinyt tässä työssä hyödyntämään mutta kirjaan kannattaa tutustua.

Haastavaksi analysoinnin teki toisinaan vastausten samankaltaisuus. Osaltaan kysymykset saattoivat olla liian lähellä toisiaan. Olin valtavan otettu aiheen saamista kiinnostuksesta vanhempien keskuudessa. Tunnen suurta kiittollisuutta heitä kohtaan, että he halusivat vastata kysymyksiini sekä auttaa erityisherkkiä lapsia

saamaan sitä tukea, jota he tarvitsevat. Mielestäni sain kattavasti vastauksia niin haasteista kuin positiivisistakin asioista aiheeseen liittyen.

Oma kasvuni työn aikana painottui pitkäjänteisyyteen. Malttamattomana ja asiat valmiiksi heti haluavana ihmisenä on joutunut kasvamaan tekemään työtä, jota ei voinut tehdä yhdessä illassa valmiiksi. Myös ymmärrys asiaa kohtaan kasvoi entisestään. Opinnäytetyön lopputulokseen olen tyytyväinen ja toivon, että tästä on paljon hyötyä lasten kanssa työskenteleville.

Kun aistin herkkyyden ja kauneuden, voin nähdä sellaista, mikä on äärettömästi suurempaa.

LÄHTEET

Aron, E. 2015 a. Erityisherkkä ihminen. Helsinki. Nemo.

Aron, E. 2015 b. Erityisherkkä lapsi. Helsinki. Nemo.

Erityisherkkyyks- miten sen kanssa pärjää, entä miten sen kääntäisi vahvuudeksi? 2015. Studio55. MTV3. Esitetty 02.02.2015.

Heiskanen, H. 2016. Herkkyyden voima –opas omannäköiseen elämään. Kustantaja Origonova.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2013. Tutki ja kirjoita. 18. Painos. Porvoo. Bookwell Oy.

HSP- Suomen erityisherkkät ry. Erityisherkkä lapsi –esite. Viitattu 03.06.2016. http://media.wix.com/ugd/ea89b1_fd339e439f4c4553ab9dbc4a336c8bca.pdf

Jyväskylän Yliopisto. Avoimen yliopiston koppa. Määrällinen tutkimus. 2015. Viitattu 08.12.2016. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/maarallinen-tutkimus>

Järvinen, M., Laine, A., Hellman-Suominen, K. 2009. Varhaiskasvatusta ammattitaidolla. Hämeenlinna. Kariston Kirjapaino Oy.

Kananen, J. 2010. Opinnäytetyön kirjoittamisen käytännön opas. Tampereen Yliopistopaino Oy – Juvenes Print.

Karjalainen, A. 2008. Tutkimusetiikasta. Teoksessa Sähköä kyselyyn! Webkysely tutkimuksessa ja tiedonkeruussa. 121-131. Toim. Ronkainen, S. & Karjalainen, A. Lapin yliopiston menetelmätieteiden laitoksen tutkimuksia 1. Tutkimusmenetelmät. Rovaniemi. Lapin yliopistopaino.

Keltikangas-Järvinen, L. & Mullola, S. 2014. Maailman paras koulu? EU. WSOY.

Keltikangas-Järvinen, L. 2004. Temperamentti. Ihmisen yksilöllisyys. Helsinki. WSOY.

Keltikangas-Järvinen, L. 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. EU. WSOY.

Keltikangas, L. 1995. Hyvä itsetunto. Juva. WSOY:n graafiset laitokset. 4. painos.

Keltikangas, L. 2008. Temperamentti, stressi ja elämäntilanne. Juva. WS Bookwell Oy.

Koivunen, P-L. 2009. Hyvä päivähoito. Työkaluja sujuvaan arkeen. Juva. PS-kustannus.

- Kojonen-Kyllönen, T. 2012. Kokemuksia ja havaintoja herkkyydestä. Pro gradu -tutkielma. Valtiotieteellinen tiedekunta. Helsingin yliopisto.
- Kurkela, M. 2014. Erityishervät ja goodness of fit. Pro gradu - tutkielma. Käyttäytymistieteellinen tiedekunta. Helsingin yliopisto.
- L.23.12.1999/1290. Laki lasten päivähoidosta. Säädös säädöstietopankki Finlexin sivuilla. Viitattu 07.06.2016. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1973/19730036>
- L.8.5.2015/580. Varhaiskasvatustilaki. Säädös säädöstietopankki Finlexin sivuilla. Viitattu 07.06.2016. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1973/19730036>
- MLL 2016. Lapsen ja nuoren temperamentti ja persoonallisuus. Tietokulma. Viitattu 23.08.2016. http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ ja_ kehitys/lapsen-temperamentti/.
- Molfese, V., Molfese, D. 2000. Temperament and Personality Development Across the Life Span. New Jersey. Lawrence Erlbaum Associates.
- Mäki, N. & Paloranta, E. 2015. Ujojen, arkojen ja erityisherkkien lasten huomiointi vuorohoitopäiväkodissa. Opinnäytetyö. Sosiaalialan koulutusohjelma. Vaasan ammattikorkeakoulu.
- Opetushallitus. 2016. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. Viitattu 14.02.2017. http://www.oph.fi/download/179349_varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2016.pdf
- Ronkainen, S. 2008. Otanta, edustavuus ja kadon analyysi. Teoksessa Sähköä kyselyyn! Web-kysely tutkimuksessa ja tiedonkeruussa, 70-76. Toim. Ronkainen, S. & Karjalainen, A. Lapin yliopiston menetelmätieteiden laitoksen tutkimuksia 1. Tutkimusmenetelmät. Rovaniemi. Lapin yliopistopaino.
- Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Verkkojulkaisu. Yhteiskuntatieteellinen tietovaranto. Tampere. Viitattu 15.01.2017. http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L3_2.html
- Satri, J. 2014. Sisäinen lepatus. Herkän ihmisen tietokirja. Helsinki. Basam Books Oy.
- Strelau, J. 1998. Temperament. A Psychological Perspective. New York. Plenum Press.
- Studio55: Erityisherkkyyden - miten sen kanssa pärjää, entä miten sen kääntäisi vahvuudeksi? 2015. MTV3. Esitetty 02.02.2015.
- Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos. 2015. Varhaiskasvatus. Viitattu 06.06.2016. <https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/varhaiskasvatustalvet>

Tommola, A. 2015. Onko lapsesi erityisherkkä? Älä leimaa, nosta jalustalle tai kääri häntä pumpuliin. HS. Viitattu 13.06.2016. <http://www.hs.fi/elama/a1442374454830>

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2004. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 1.-3. painos. Jyväskylä. Gummerrus Kirjapaino Oy.

Tähtinen, A-M. 2015. Erityisherkkä lapsi päiväkodissa. Opinnäytetyö. Sosiaalialan koulutusohjelma. Satakunnan ammattikorkeakoulu.

Valli, R. & Perkkilä, P. 2015. Nettikyselyt ja sosiaalinen media aineistonkeruussa. Teoksessa Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. 109-120. Toim. Valli, R. & Aaltola J. 4. uudistettu ja täydennetty painos. Jyväskylä. PS- kustannus.

LIITE 1

1. Lapsesi hoitomuoto? Päivähoidossa ___ Kotihoidossa ___
2. Miten määrittelisit käsitteen erityisherkkä?
3. Miten erityisherkkyyys näkyy lapsesi käyttäytymisessä?
4. Miten erityisherkan lapsesi käyttäytymistä kuvailtiin, ennen kuin tiedettiin hänen erityisherkkyydestään? Voit kertoa myös esimerkein.
5. Minkälainen tuki on mielestäsi paras erityiselle lapselle? Laita mielestäsi alla olevat väittämät tärkeysjärjestykseen.
 - Vetäytyminen hankalista tilanteista
 - Rohkaiseminen
 - Lapsen pakottaminen
6. Oletko itse, toinen vanhempi tai kummatkin mahdollisesti erityisherkkiä?
 - Olen itse
 - Olemme molemmat
 - Toinen vanhempi
 - Ei kumpikaan
7. Mitä positiivisia piirteitä erityisherkkyyys lapseesi tuo?
8. Mitä negatiivisia piirteitä erityisherkkäessä lapsessasi mahdollisesti näet?

9. Miten erityisherkyys ja itsetunto liittyvät mahdollisesti toisiinsa? Valitse jokin alla olevista vaihtoehdoista.

- ei liity mitenkään - liittyy jonkin verran - liittyy täysin toisiinsa

10. Missä asiassa tai tilanteessa lapsesi voisi käyttää mahdollisesti erityisherkyytään vahvuutena hänen myöhemmässä elämässä?

11. Mitä haasteita lapsesi erityisherkyys saattaa tuoda päiväkodin arkeen?

12. Minkälainen tuki on mielestäsi paras erityisherkälle lapselle päivähoitosa?

Kiitos vastauksistasi!