

# UJON LAPSEN ITSETUNNON TUKEMINEN VARHAIS- KASVATUKSESSA

Kemppainen Suvi

Opinnäytetyö  
Sosiaaliala  
Sosionomi (AMK)

2020

Sosionomikoulutus  
Sosionomi

---

<b>Tekijä</b>	Suvi Kemppainen	Vuosi	2020
<b>Ohjaaja(t)</b>	Tarja Jussila & Kaisu Vinkki		
<b>Toimeksiantaja</b>			
<b>Työn nimi</b>	Ujon lapsen itsetunnon tukeminen varhaiskasvatuksessa		
<b>Sivu- ja liitesivumäärä</b>	50 + 1		

---

Ujot lapset tarvitsevat huomiota ja kannustusta varhaiskasvatuksessa, jotta he kokisivat tulewansa nähdyiksi ja arvostetuiksi. Kaikki temperamenttipiirteet ovat omalla tavallaan erilaisia ja ainutlaatuisia. Lasten temperamenttipiirteet tulisi ottaa huomioon varhaiskasvatuksessa.

Opinnäytetyöni tavoitteena oli selvittää, miten ujojen lasten itsetunnon kehitys otetaan huomioon varhaiskasvatuksessa ja kuinka sitä voidaan tukea. Huomioni kiinnittyi opinnäytetyössä erityisesti ujon lapsen itsetunnon kehittymiseen vaikuttaviin asioihin ja itsetunnon tukemisen menetelmiin. Opinnäytetyöni mahdollistaa ujojen lasten ja heidän itsetuntonsa huomioimisen, entistä enemmän sekä se lisää tietoutta perheille ja varhaiskasvatuksen työntekijöille.

Aikaisempia opinnäytetöitä lapsen ujoudesta tai itsetunnon on tehty Lapin ammattikorkeakoulussa sekä muissa ammattikorkeakouluissa. Sen sijaan ujon lapsen itsetunnosta ei ole tehty aikaisempia opinnäytetöitä, jossa siis käsitellään ujoutta ja itsetuntoa yhtenäisenä aiheena

Opinnäytetyössäni olen käyttänyt kvalitatiivista eli laadullista tutkimusmenetelmää ja sen tukemiseksi haastattelin varhaiskasvatuksen opettajia teemahaastattelua hyödyntäen. Aineistot olen kerännyt aiheisiin liittyvistä kirjoista, tutkimuksista sekä tekemistäni haastatteluista. Analysointimenetelmäksi valikoitui teorialähtöinen sisällönanalyysimenetelmä, jonka tarkoituksena on luoda selkeä kuvaus tutkitusta aiheesta.

Varhaiskasvatuksessa ujojen lasten itsetunnon tukemisessa korostuu kannustaminen ja kehuminen, joiden kautta lapsi saa rohkeutta toimintaansa, sekä kokee tulleensa arvostetuksi omana itsenään. Lasten temperamenttipiirteet olisi hyvä huomioida varhaiskasvatuksen arjessa, jotta lapset voitaisiin ottaa huomioon heille sopivalla tavalla. Haastatteluissa ilmeni pienryhmätoiminnan tuomat mahdollisuudet ujoille lapsille, koska pienryhmässä ujut saavat toimia rauhassa. Ujojen lasten ja heidän itsetuntonsa tukeminen koetaan tärkeäksi.

Avainsanat Ujous, Itsetunto, Kiintymyssuhde, Temperamentti, Varhaiskasvatus

Degree programme in Social Services  
Bachelor of Social Services

---

<b>Author</b>	Suvi Kemppainen	Year	2020
<b>Supervisors</b>	Tarja Jussila, Kaisu Vinkki		
<b>Commissioned by</b>			
<b>Subject of thesis</b>			
<b>Number of pages</b>	50 + 1		

---

Shy children need attention and encourage in early childhood education that they would feel to be taken into consideration and appreciated. All temperament traits are different and unique in their own way. The temperaments of children should be considered in early childhood education.

The aim of the thesis was to determine how the self-esteem development of children becomes noticed and how it can be supported. The attention in the thesis focused especially on things which can affect the development of self-esteem and self-esteem support methods. The thesis enables to consider more and more shy children and their self-esteem, and it increases the information for the families and the early childhood education employees.

Thesis on a child's shyness in early childhood education and self-esteem have already been done at Lapland University of Applied Sciences and other Universities of Applied Sciences but not on the self-esteem of shy children before.

In the thesis qualitative research method was used and to support this method early childhood education teachers were interviewed by using thematic interview. The material was collected from theme related books, researches and the interviews. The analysis method was a theory-based content to have a clear description of the topic under study.

Encouragement and praise were the most used methods to support self-esteem of shy children in early childhood education which gave braveness and appreciation to children. It would be good to notice the temperament traits of children in the daily life of early childhood education that children could be taken into account. The interviews showed that small group activities had good effect on shy children because they could work in peace. Supporting shy children and their self-esteem is an important thing.

Key words shyness, self-esteem, attachment ratio, temperament, early childhood education

---

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO .....	5
2	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS .....	6
2.1	Opinnäytetyön tavoitteet ja tutkimuskysymykset .....	6
2.2	Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä ja teemahaastattelu .....	7
2.3	Aineiston analysointi .....	8
2.4	Eettisyys ja luotettavuus .....	9
3	UJOUS TEMPERAMENTTIPIIRTEENÄ .....	12
3.1	Temperamentti .....	12
3.2	Ujous .....	13
4	ITSETUNTO .....	17
4.1	Yksilöllinen itsetunto .....	17
4.2	Itsetunnon kehittyminen .....	19
5	ITSETUNNON TUKEMINEN VARHAISKASVATUKSESSA .....	21
5.1	Varhaiskasvatuksessa tapahtuva tuki .....	21
5.2	Varhaiskasvattajien rooli tukijana .....	25
5.3	Varhaiskasvatuksen ja perheen yhteistyö .....	28
6	OPINNÄYTETYÖN TULOKSET .....	32
6.1	Ujo lapsi päiväkodissa .....	32
6.2	Itsetunnon kehittymisen havainnointi .....	33
6.3	Tuen merkitys varhaiskasvatuksessa .....	36
6.4	Kasvatusyhteistyö .....	38
7	JOHTOPÄÄTÖKSET .....	40
8	POHDINTA .....	44
	LÄHTEET .....	47
	LIITTEET .....	50

## 1 JOHDANTO

Tässä opinnäytetyössä selvitän, kuinka ujojen lasten itsetuntoa voidaan tukea varhaiskasvatuksessa. Valitsin aiheen, koska ujous on mielenkiintoinen temperamenttipiirre ja halusin selvittää, miten varhaiskasvatuksessa otetaan huomioon ujut lapset ja heidän itsetuntonsa kehitys. Ujous ei ole ongelma, mutta he tarvitsevat kannustusta ja tukea, jotta he voisivat löytää vahvuutensa.

Opinnäytetyössäni perehdyn ujouteen temperamenttipiirteenä ja sen ilmenemiseen yleisesti sekä varhaiskasvatuksessa. Jokaisen yksilön itsetunto kehittyy läpi elämän, mutta on tärkeää edistää sen kehitystä lapsesta saakka. Ujon lapsen itsetuntoon liittyy tiettyjä haavoittuvuuksia, mutta hänen itsetuntonsa ei ole heikko automaattisesti. Varhaiskasvatuksella on merkittävä rooli olla ujon lapsen rinnalla ja huomioida hänet sensitiivisesti. Varhaiskasvatuksen vastuuna on tehdä yhteistyötä perheiden tai lapsen huoltajien kanssa, jotta he voivat edistää ujon lapsen itsetunnon kehittymistä parhaaksi katsotulla tavalla. (Keltikangas-Järvinen 2009, 37 & 199.)

Varhaiskasvatuksen opettajat ovat tärkeässä roolissa ujon lapsen arjessa, kun heille suunnitellaan sopivaa toimintaa ja tapoja tukea itsetuntoa. Vanhemmat ovat myös tärkeässä roolissa ja he tekevät yhteistyötä varhaiskasvatuksen kanssa. Lapsuuden itsetunnon kehityksellä on iso merkitys myöhemmälle elämälle. Kasvatus- ja koulutusinstituutioilla on tärkeä vastuu tukea lapsen itsetunnon kehittymistä. Vastuu merkitsee sitä, että kasvattajat miettivät omaa toimintaansa ja tapoja ohjata itsetunnon kehitystä. (Maasola & Toivakka 2011, 17.)

Ujojen lasten itsetunnon tukemisen esille tuominen on tärkeää, jotta heidät osataisiin ottaa huomioon varhaiskasvatuksen arjessa ja ajateltaisiin lapsen tulevaisuutta. Ujoista lapsista ja ujoudesta ei puhuta paljoakaan sekä ne käsitetään usein negatiivisena asiana, mikä vaikuttaa myös lapsen itsetuntoon. Kulttuurimme suosii edelleen ulospäinsuuntautuneita ihmisiä, mikä tuo haasteita ujoille ihmisille, koska ujut kokevat uusien ihmisten tapaamisen aikana itsensä aroiksi ja uudet sosiaaliset tilanteet voivat olla heille ahdistavia. Jokainen lapsi on ainutlaatuinen omana itsenään ja siksi heidät tulisi ottaa huomioon sellaisenaan.

## 2 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

### 2.1 Opinnäytetyön tavoitteet ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön tavoitteena on tuoda esille ujojen lasten itsetunto ja itsetunnon kehityksen tukeminen varhaiskasvatuksessa. Opinnäytetyön tutkimuskysymyksiä ovat, miten ujojen lasten itsetunnon kehitys otetaan huomioon varhaiskasvatuksessa ja miten itsetuntoa voidaan tukea. Opinnäytetyössäni käsittelen tutkimuskysymyksiin liittyen, millaiset asiat vaikuttavat itsetunnon kehittymiseen positiivisesti tai negatiivisesti, kuinka kiintymyssuhde vaikuttaa lapsen itsetunnon kehittymiseen sekä, mitä vanhempien ja kasvattajien tuki merkitsee?

Halusin perehtyä itsetunnon kehittymiseen, koska mielestäni se pitäisi ottaa huomioon ujon lapsen kasvussa ja kehityksessä. Ujot lapset tarvitsevat sensitiivistä tukea ja kannustusta, eikä ujous saisi leimata heitä. Leimaamisella voi olla huono vaikutus itsetunnon kehittymiselle. Itsetunnon kehityksellä on myös vaikutusta ujon lapsen tulevaisuuteen. Jokainen ansaitsee tulla arvostetuksi omana itsenään. (Vehkalahti 2007, 6.) Opinnäytetyössäni selvitin, miten varhaiskasvatus vaikuttaa ujon lapsen itsetunnon kehitykseen. Onko mahdollista luoda ujoudesta voimavara? Ujous ei ole syy lapsen itsetunnon heikkoudelle tai tarkoita automaattisesti huonoa itsetuntoa. Tarkoitukseni oli tuoda ujouteen liittyviä asioita yhä enemmän esille ja lisätä tietoa ujon lapsen kasvattamisesta. Aiheesta kiinnostuneet varhaiskasvattajat ja vanhemmat pääsevät lukemaan ja perehtymään ujon lapsen itsetunnon tukemiseen opinnäytetyöni kautta.

Tämä opinnäytetyö on alalle ja vanhemmille hyödyksi siten, että varhaiskasvatuksen työntekijät saavat lisää tietoa ujojen lasten tukemisesta ja heidän itsetuntonsa kehittymisestä. Työntekijät voivat auttaa perhettä löytämään tarvittavat ja hyödylliset keinot ujon lapsen tukemiseen. Vanhempien ja varhaiskasvattajien yhteistyö on osa varhaiskasvatusta. Yhteistyö mahdollistaa ujon lapsen itsetunnon monipuolisen tukemisen varhaiskasvatuksessa, kun molempien osapuolien näkökulmat on otettu huomioon.

Kiinnostukseni aiheeseen löytyi tutustuessani erilaisiin temperamenttipiirteisiin ja niistä kertovaan kirjallisuuteen. Lähipiirissäni on ujoja ihmisiä ja olen kohdannut ujoja myös työni kautta. Nämä kokemukset saivat minut miettimään, miten ujojen

lasten kasvua ja itsetunnon kehitystä tuetaan, koska ujojen lasten suhtautuminen itseensä voi kuvastua kielteisenä. Aihe on minulle tärkeä, koska haluan tukea ujoja lapsia tulevassa työelämässäni. Heidän itsetuntonsa tukeminen on tulevaisuuden kannalta merkittävää, jotta voitaisiin ehkäistä myöhäisemmässä vaiheessa elämää ilmeneviä ongelmia.

## 2.2 Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä ja teemahaastattelu

Kvalitatiivista eli laadullista tutkimusmenetelmää käytetään, kun ilmiöstä ei ole tutkimusta, tietoa tai teorioita. Laadullisella tutkimusmenetelmällä tuodaan tutkitavalle ongelmalle ratkaisu, ymmärrys tai kuvaus. Laadullisessa tutkimuksessa halutaan ymmärtää tutkittavaa aihetta ja sen ilmenemistä. Ymmärryksen kautta tutkitavalle kehittyy aiheelle teoria eli selitys. (Kananen 2017, 16,33 & 44.) Laadullinen tutkimusote sopi opinnäytetyöhöni, koska sen avulla tarkastellaan uutta ilmiötä. Ujon lapsen itsetunnosta ei ole vielä paljon tutkittua tietoa, jolloin laadullinen tutkimusote oli perustellumpi, kuin määrällinen tutkimusote. Laadullisella tutkimusotteella halusin saada ujon lapsen itsetunnon tukemisesta varhaiskasvatuksessa syvällisemmän näkemyksen. Opinnäytetyössä käsittelin keräämääni teoriaa ja haastatteluista saatuja vastauksia, joilla kartoitin varhaiskasvatuksessa ilmeneviä tukimenetelmiä.

Laadullisessa tutkimuksessa käytetään yleensä aineistonkeruumenetelminä kyselyitä, haastatteluita, havainnointia ja dokumentteja. Aineistonkeruumenetelmistä haastattelu on yleisin menetelmä laadullisessa tutkimuksessa. Teemahaastattelun tavoitteena on auttaa tutkijaa saamaan kokonaisvaltainen käsitys tutkittavasta ilmiöstä. Teemojen avulla avataan tutkittavaa aihetta. Teemahaastattelun teemat ja kysymykset jakautuvat tutkittavan aiheen mukaisesti, kuten ujous, itsetunto ja varhaiskasvatus. Aihetta tutkittaessa tulisi perehtyä tutkittavaan ilmiöön, jotta teemahaastatteluun voidaan laatia sopivat teemat. Haastattelun avulla tutkija pystyy kasvattamaan ymmärrystään tutkittavasta aiheestaan. (Kananen 2017, 44, 89–90 & 95–96.) Opinnäytetyössäni hyödynsin teemahaastattelua, jolla etsin teoriaa tukevia vastauksia varhaiskasvatuksen opettajilta sekä asioita, joita en teoriaa tutkiessani ollut huomannut. Haastattelemalla varhaiskasvatuksen opettajia sain opinnäytetyötä varten kokemukseräisiä vastauksia.

Teemahaastattelu on hyvä tapa tarkastella tiettyä ilmiötä tai ihmisten ajattelua tietyistä aiheista. Teemahaastattelussa tutkittavasta aiheesta käydään vapaa-  
muotoisesti laajaa keskustelua ja ohjataan sitä avoimilla kysymyksillä. Teema-  
haastattelu etenee teemahaastattelurungon mukaan, mikä tehdään haastattelua  
varten. (Eskola 2007, 35–43.)

Haastattelin kahta varhaiskasvatuksen opettajaa, jotka olivat eri päiväkodeissa  
töissä. Haastatteluista ensimmäisen toteutin puhelinhaastatteluna ja toisen lop-  
pukesästä kasvotusten varhaiskasvatuksen opettajan kanssa. Opinnäytetyöni  
teemahaastatteluissa selvitin haastateltavilta, mitä ujous tarkoittaa, millaisena  
ujojen lasten itsetunto näyttäytyy, miten heidät otetaan huomioon varhaiskasva-  
tuksen toiminnassa ja kuinka heidän itsetuntonsa kehitystä voidaan vahvistaa.

Haastattelun aluksi kartoitin varhaiskasvatuksen opettajien koulutustaustan ja  
heidän työhistoriaansa varhaiskasvatuksen parissa. Sen jälkeen haastattelurun-  
gossa siirryin teemahaastattelun ensimmäiseen teemaan eli ujouteen. Lapsen  
ujoudesta keskustellessa kysyin varhaiskasvatuksen opettajilta omia näkemyk-  
siä, mitä ujous on ja kuinka se tulee esiin päiväkodin arjessa. Varhaiskasvatuk-  
sessa on monenlaisia lapsia ja heihin suhtaudutaan eri tavoin, kuten myös ujou-  
teen. Kolmantena teemana haastattelu rungossa oli ”ujon lapsen itsetunto”.  
Tässä kategoriassa käsiteltiin itsetuntoa yleisesti, ujon lapsen itsetunnon kehitty-  
mistä ja siihen vaikuttavia asioita sekä sen haavoittuvuutta.

Viimeisenä kategoriana oli ”ujon lapsen itsetunnon tukeminen varhaiskasvatuk-  
sessa”, johon opinnäytetyöni pääasiassa keskittyy. Se käsittelee itsetunnon tu-  
kemisen merkitystä varhaiskasvatuksessa, itsetunnon tukemisen menetelmiä,  
varhaiskasvatuksen opettajan roolia tukijana ja perheiden kanssa tehtävää yh-  
teistyötä itsetunnon tukemisen hyväksi.

### 2.3 Aineiston analysointi

Opinnäytetyön tuloksia analysoidessani käytin sisällönanalyysi menetelmää. Si-  
sällönanalyysi menetelmä on monivaiheinen ja sen tarkoituksena on luoda tutki-  
musilmiöstä selkeä sanallinen kuvaus. Sisällönanalyysi aloitetaan aineiston pel-

kistämisellä eli se redusoidaan ja haastattelut litteroidaan. Näiden jälkeen määritellään analyysiyksikkö aineistolle, jolla luodaan kokonaisuus. Aineistosta etsitään yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia. Opinnäytetyössäni olen litteroinnin jälkeen jakanut tulokset teemojen mukaisesti. (Kananen 2008, 94.) Sisällönanalyysi menetelmällä pystyin kirjoittamaan tarkastellut tulokset selkeään muotoon ja sisällyttämään kaiken olennaisen informaation aiheestani. Opinnäytetyöni tavoitteena oli lisätä tietoa ujon lapsen itsetunnosta ja sen tukemisesta varhaiskasvatuksesta, jolloin sisällönanalyysi osoittautui sopivaksi menetelmäksi. (Sarajärvi & Tuomi 2018, 122.)

Opinnäytetyössäni sisällönanalyysimenetelmä oli teorialähtöinen, koska käsittelemäni teorian perusteella muodostin teemahaastattelurungon ja analysoinnin kategoriat määräytyivät sen mukaisesti. Aiemmin kerätyn tiedon käsitteet ohjaavat siis teorialähtöistä sisällönanalyysia. (Sarajärvi & Tuomi 2018, 131.) Haastatteluaineiston analysoinnin aluksi litteroin äänittämäni haastattelut kirjalliseen muotoon, minkä jälkeen käsittelin tuloksia teorialähtöisellä sisällönanalyysimenetelmällä. Kirjoitin ja kokosin litteroidut vastaukset aluksi teemahaastattelurungon kysymysten alle, koska haastattelut etenivät kysymysten mukaisesti ja niissä toistui jo teoriassa ilmenneitä vastauksia. Lisäksi ne liittyivät vahvasti käsiteltävään aiheeseen, jolloin ei syntynyt uusia teemoja, joihin kiinnittää huomiota. Tämän jälkeen kirjoitin litteroidut vastaukset yleiskielelle eli kirjakielelle opinnäytetyön tuloksiin (Kananen 2017, 134–135).

Keskustelemalla näistä oli mahdollista saada teoriaa tukevia vastauksia varhaiskasvatuksen opettajilta. Äänitin molemmat haastattelut puhelimella ja kirjoitin samalla tärkeistä asioista lyhyitä muistiinpanoja. Myöhemmin kuuntelin äänitteet läpi ja litteroin vastaukset suoraan teemarungon kysymysten mukaisessa järjestyksessä erilliselle pohjalle. Sen jälkeen kirjoitin litteroidut vastaukset puhtaaksi opinnäytetyön tuloksiin. Teemahaastattelurunko löytyy opinnäytetyön lopusta liitteenä. (Liite 1.)

## 2.4 Eettisyys ja luotettavuus

Tieteellisessä työssä on aina pyrittävä käyttämään ja luomaan luotettavaa tietoa. Tutkimuksien hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu kriteereitä. Näitä kriteereitä

ovat, esimerkiksi tutkimusmenetelmien eettinen kestävyys. Käytettävät menetelmät liittyvät tutkimusongelman kautta syntyneeseen tutkimusotteeseen ja ne noudattavat tieteellisen tutkimuksen kriteereitä. Tutkimusta tehdessä on työn alusta loppuun noudatettava huolellisuutta, objektiivisuutta ja rehellisyyttä. (Kananen 2017, 189–190.)

Opinnäytetyötä tehdessä on huomioitava monia asioita, jotta sen eettisyys ja luotettavuus toteutuvat. Opinnäytetyön aineiston keruuta varten haastattelin varhaiskasvatuksen opettajia, jolloin minun täytyi huomioida heidän yksityisyytensä ja heidän osallistumisensa vapaaehtoisuus. Yksityisyydellä tarkoitan sitä, että haastateltavat eivät ole tunnistettavissa. Haastateltavat antoivat suostumuksensa haastattelua varten lukemalla ja allekirjoittamalla tutkimusluvut. Kerroin haastateltaville opinnäytetyöni tarkoituksesta, heidän oikeuksistaan ja opinnäytetyön aiheesta.

Käyttäessäni aineistoja ja lukiessani muiden tutkimuksia kunnioitin heidän tuotoksiaan esimerkiksi niin, että en kopioi heidän tekstiään. Aineistoja valittaessa suhtauduin niihin kriittisesti ja arvioivasti. Valitsin aineistot ja lähteet, jotka ovat luotettavia, hyödyllisiä ja aiheeseen liittyviä. (Viinamäki & Saari 2007, 23–24.)

Opinnäytetyössä on tärkeää tiedostaa ja huomioida omat sekä yhteiskunnan arvot ja asenteet. Tutkijana minun tulee olla objektiivinen, eli tein opinnäytetyötäni ilman ennakkokäsityksiä tai asenteita. (Viinamäki & Saari 2007, 26.) Minulla ei ollut ennakkoon näkemystä tai kokemusta siitä, miten varhaiskasvattajat ja vanhemmat toimivat ujojen lasten kanssa ja kuinka heidän itsetuntonsa myönteistä kehitystä voidaan edesauttaa.

Aihetta valittaessani olin huomionut sen, että ujoista lapsista varhaiskasvatuksessa on tehty aikaisemmin opinnäytetöitä, myös Lapin ammattikorkeakoulussa kolme vuotta sitten Elisa Paunan tekemä: Omahoitajan merkitys ujon lapsen vertaisryhmään liittymisessä. Opinnäytetyössään Pauna on tutkinut, miten ujut lapset pääsevät muodostamaan vertaissuhteita päiväkodissa, koska heille leikkiin liittyminen voi olla isompi kynnyks kuin ei-ujoilta lapsille. Opinnäytetyössä korostuu omahoitajan merkitys ja on haluttu tuoda sitä julkisuuteen sekä, kuinka ujoja lapsia voidaan tukea muuten varhaiskasvatuksessa. (Pauna 2015.) Lasten itsetun-

non tukemisesta on tehty myös aikaisemmin opinnäytetöitä esimerkiksi Inka Rossin ja Marianne Salosen: (Pienen lapsen itsetunnon vahvistaminen -Menetelmä-kansio ujon lapsen itsetunnon tukemiseen) sekä Sonja Lammin ja Jenni Pessin: (Lapsen itsetunnon tukeminen ja vahvistaminen päiväkodissa). (Lammi & Pessi 2015; Rossi & Salonen 2015.)

### 3 UJOUS TEMPERAMENTTIPIIRTEENÄ

#### 3.1 Temperamentti

Temperamentilla tarkoitetaan ihmisten tietynlaista reagointia ympäristön ärsykeisiin tai toimintatapaa. Temperamentti vaikuttaa, kuinka ympäristön ärsykkeet saavat ihmisen mielenkiinnon heräämään ja mitkä taas ohittamaan. Se määrittelee reagoinnin ilmenemistä ja sen voimakkuutta. Temperamentti on synnynnäinen ja yksilöllinen käyttäytymistyyli. Temperamentti tekee ihmisestä yksilön, koska jokainen on erilainen. Temperamentin ansiosta jokainen reagoi ja toimii omalla tavallaan, vaikka kasvatuksessa pyritään samanlaisuuteen. (Keltikangas-Järvinen 2010a, 30.)

Temperamenttipiirteille on ominaista niiden pysyvyys. Ne ovat pitäviä riippumatta elämäntilanteesta ja iästä. Siitä huolimatta on mahdollista, että iän mukana voi tulla muutoksia psyykkisen ja biologisen kypsymisen myötä. Temperamentin ilmenemiselle tulee vaikutteita ulkopuolelta, kuten kulttuurin odotuksista ja ympäristöstä. Synnynnäinen temperamentti ei välttämättä muutu ulkopuolisista vaikutteista huolimatta, mutta sen ilmaiseminen voi vaihdella odotusten takia. Temperamentti voidaan jakaa hetero- ja homotyyppisiin. Homotyyppiset temperamentit ovat pysyviä. Ne pysyvät ilmiänsä samanaikaisesti ihmisen kasvaessa. Homotyyppisiä temperamentteja ovat esimerkiksi ujous ja impulsiivisuus. (Keltikangas-Järvinen 2009, 43 & 176.) Temperamentille on luontaista, että tilanteisiin reagoiminen mukautuu temperamentin mukaisesti, kuten hermostamalla muita helpommin tietyissä tilanteissa, kun taas joku muu ei hermostu ollenkaan. Lapsilla on huomattu temperamentin pysyvyyden kestävän ainakin alakouluikäiseksi saakka. (Rudasil 2011, 148.)

Jokaisella lapsella on omanlaisensa temperamentti. Tuntemalla lapsen temperamentin voidaan tukea heidän kasvuaan ja kehitystä parhaaksi todetulla tavalla. Lisäksi sen tunteminen on vanhemmille ja kasvattajille hyödyksi, koska se mahdollistaa lapsen yksilöllisyyden kunnioittamisen ja ymmärtämisen. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2018a.)

Vanhemmat eivät voi muuttaa lapsensa temperamenttia. Lapsen temperamentin pitäisi tulla suvaituksi vanhemmilta, jotta lapsi voi kokea itsensä arvostetuksi. Jos

vanhemmat kokevat tai pelkäävät kasvattaneensa varautuneen lapsensa väärin, niin tuo se haittaa perheelle, koska vanhemmat ajattelisivat tämän kertovan heidän huonosta vanhemmuudestaan. (Keltikangas-Järvinen 2009, 54.)

Sopivan kasvatustavan löytäminen on riippuvainen lapsen temperamentista. Rauhallinen lapsi saa vanhemmilta erilaista kasvatusta verrattuna vilkkaaseen lapseen. Lisäksi se vaikuttaa vanhempien kokemukseen kasvattajana. Jos lapsen temperamentti on ennalta arvaamaton, se voi luoda vanhemmalle epävarmuuden tunteen kasvattajana. Olisi tärkeää luoda vanhemmille ymmärrys, että tämä johtuu lapsen temperamentista ei vanhempien taidoista. Jos vanhemmat eivät ymmärrä tai tiedosta tätä, se voi tuoda seurauksia vanhemman ja lapsen vuorovaikutukseen. (Keltikangas-Järvinen 2010b, 31.)

### 3.2 Ujous

Nykytieteessä ujous on määritelty ekstroversion ja introversion temperamentti-piirteiksi (Keltikangas-Järvinen 2019, 47). Ujous on osa temperamenttia ja se on synnynnäinen piirre. Ujous on inhibiitio-temperamentti-piirteen osa, jolla tarkoitetaan ihmisen reagoitua uusiin yllättäviin tapahtumiin vetäytyen ja varautuneesti. Ujoudella tarkoitetaan, että ihminen arastelee tavatessaan uusia ihmisiä ja ollessaan yllättävissä sosiaalisissa tilanteissa. Ihminen voi kokea epämiellyttävää tunnetta toimiessaan muiden kanssa ja ilmaistessaan tunteitaan. Kaikki temperamentti-piirteet ovat pysyviä, niin myös ujous. Temperamentti-piirteen muoto kuitenkin voi muuttua ajan myötä, jolloin ujo voi kasvaessaan muuttua sosiaalisesti rohkeammaksi. (Keltikangas-Järvinen 2019, 17, 59–60; 2010, 41–42.)

Synnynnäisistä temperamentti-piirteistä ei ole ollut aikaisemmin varmaa tietoa. Aiemmin temperamentti- ja kiintymyssuhdetutkimukset eivät käsitelleet toisiaan, jolloin ujous miellettiin olevan seuraus turvattomasta kiintymyssuhteesta. Ujous ei kuitenkaan tarkoita sitä, että lapsi on turvattomasti kiintynyt, koska ujolla lapsella voi olla turvallinen kiintymyssuhde, kuten kenellä tahansa lapsella. (Keltikangas-Järvinen 2009, 190.)

Tietämys temperamenteista ja se, että tuntee itse oman temperamenttinsa auttaa yksilöä ymmärtämään itseään sekä toisia paremmin. Ihminen, joka on temperamentiltaan ujo, saa ymmärrystä temperamenttinsa vaikutuksesta elämässä ja

vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Ujous on yksi temperamenttipiirteistä ja se ilmenee ujoudelle ominaisilla tavoilla. Esimerkiksi varhaiskasvatuksessa ujous näkyy lapsen turvautumisena aikuiseen, pysyttelemällä tutun työntekijän vierellä ja samalla hän seuraa muiden lasten leikkiä. (Maasola & Uotila 2011, 23.) Ujous voi myös vaikuttaa suhteiden luomiseen. Vahvempi ujous saattaa tukahduttaa suhteiden muodostumista esimerkiksi varhaiskasvatuksen opettajaan, kun taas matalampi ujous mahdollistaa suhteiden luomisen helpommin. (Rudasil 2011, 148.)

Ujous näkyy ihmisten käytöksessä, jolloin heillä on haasteellista toimia luontevasti sosiaalisissa tilanteissa. Vieraiden ihmisten seurassa ujous korostuu ja he ovat epävarmoja siitä, mitä pitäisi sanoa keskustelun aikana, mutta tuttujen ihmisten kanssa ujo voi olla rentoutuneempi ja puheliaampi. (Keltikangas-Järvinen 2019, 19–20.) Ujoille on ominaista omien sosiaalisten taitojen aliarviointi. Toisen kanssa käydyn keskustelun jälkeen ujut käyvät mielessään läpi tilannetta ja ajattelevat sanoneensa asian väärin tai se on kuulostanut tyhmältä. Tämä luo ujolle ahdistusta sosiaaliseen tilanteeseen ja ujo saattaa aloittaa ennakoimaan asiat, jotka hän aikoo sanoa ja hän voi ajatella mielipiteidensä olevan merkityksettömiä muille. (Keltikangas-Järvinen 2019, 32.) Ujous ei tarkoita, etteikö lapsi olisi sosiaalinen. Ujut lapset voivat olla halukkaita leikkimään muiden lasten kanssa ja he pitävät siitä, mikä tekee heistä hyvinkin sosiaalisia. He eivät kuitenkaan välttämättä tiedä, kuinka mennä muiden lasten joukkoon ja liittyä leikkiin mukaan. Tässä he tarvitsevat varhaiskasvatuksen opettajien ja vanhempien apua sekä ohjausta. Lapset voivat kokea epäröintiä ja epävarmuuden tunnetta leikkiin liittymisestä, jolloin lasta voidaan kannustaa ja antaa tilanteeseen sopivaa palautetta. Palaute ja kannustus edesauttavat voittamaan epäröinnin ja muut haitalliset tunteet. (Keltikangas-Järvinen 2019, 58, 80–81.)

Vaikka ihminen on ujo, hänellä voi silti olla hyvät sosiaaliset taidot ja hän voi olla ulospäin suuntautunut. Arjessa ujoudella kuvaillaan käytöstä ja tunnetta. Sosiaalisissa tilanteissa ujo voi tuntea esimerkiksi epämukavuuden, nolostumisen, kiusaantuneisuuden ja häpeän tunteita, jolloin hän kuvailee näiden olevan ujouden tunteita. Ujous näkyy myös tietynlaisena käytöksenä, kuten sosiaalisten tilanteiden välttelynä ja vähäpuheisuutena. Yleensä ujoudesta puhuttaessa siihen ei liitetä automaattisesti myönteisiä asioita, vaan se nähdään negatiivisena. Ujouteen

kuitenkin liittyy myös positiivisia piirteitä ja asioita, kuten empatiakyky. (Keltikangas-Järvinen 2009, 258; 2010, 43; 2019, 58.)

Ympäristö ohjaa, millaiseen toimintaan temperamentti johtaa, mutta se ei pysty samalla tavoin muuttamaan temperamentista pohjautuvia tunteita. Tällä voidaan selittää ujon ihmisen kehittymistä. Ympäristöllä on suuri merkitys sille, pystyykö ujo toimimaan sosiaalisesti ja rohkeasti. On mahdollista, että ujo ei tule pääsemään yli sosiaalisesta pelosta, jännityksen tunteesta, mutta kuten edellä sanottu ympäristöllä on siihen oma vaikutuksensa. Isoin vaikutus ympäristöllä ujouteen on se, onko ujolla mahdollista saavuttaa hyvä itseluottamus. (Keltikangas-Järvinen 2009, 202.) Varhaiskasvatuksessa yksi tärkeimpiä asioita ympäristössä on tunneilmasto, koska se vaikuttaa lasten ja työntekijöiden väliseen vuorovaikutuksen laatuun. Keskeisintä tunneilmaston luomisessa on työntekijöiden sensitiivisyys lapsia kohtaan ja yksilöllinen hyväksyntä. Varhaiskasvattajien pitäisi myös tietää, miten sosiaalinen ja psyykinen oppimisympäristö vaikuttavat lapsen oppimiseen sekä hyvinvointiin. Turvallisen tunneilmaston tunnistaa siitä, että lapsella on tunne ryhmään kuulumisesta ja varhaiskasvatuksen opettajat ovat huomioineet lasten ryhmäytymisen. Ryhmäytymisen tarkoituksena on vahvistaa lasten yhteenkuuluvuuden tunnetta. (Uuraisten varhaiskasvatussuunnitelma 2020.)

Jos vanhemmat ovat itse temperamentiltaan ujoja, on sillä tietynlaisia vaikutuksia ujon lapsen kasvattamiseen. Vanhemmat voivat suojella lasta todella paljon tai vastaavasti antavat lapsen olla ilman huomiota. Ujot vanhemmat kuitenkin pystyvät ymmärtämään lapsen varautuneisuuden ja arastelun. Heillä voi olla huolia sosiaalisten tilanteiden vaikutuksesta lapseen. Heidän mielestään sosiaaliset tilanteet voisivat olla varautuneelle lapselle pelottavia tai vaikeita ja siksi he haluavat varjella lapsiaan sosiaalisilta vaatimuksilta. Sosiaalisille ja aktiivisille vanhemmille voi olla vaikeampaa ymmärtää varautunutta lasta, jolloin he saattavat painostaa temperamentiltaan hitaasti lämpenevää lasta. Heitä voidaan painostaa sosiaaliin tilanteisiin sopeutumista lapselle sopimattomalla tahdilla, koska lapsi ei välttämättä pysty sopeutumaan niin nopeasti, kuin vanhemmat haluaisivat. (Keltikangas-Järvinen 2009, 149, 163–165.)

Kaikki ujut lapset eivät välttämättä edes ymmärrä tai ajattele olevansa ujoja. He eivät näe omaa käytöstään muusta poikkeavana tai hankalana. Tietous ujoudesta ilmenee vasta sitten, kun lapsi saa ympäristöstään epäsuotuisaa huomiota liittyen ujouteen. Esimerkiksi on havaittu ujouden vaikutuksesta lapsiin sukupuolen mukaan. Tyttöjen ujouteen ei kiinnitetä niin paljon huomiota, kuin poikien ujouteen. Ujous ei ole yhtä hyväksyttävää sosiaalisesti pojille, mitä sen ajatellaan olevan tytöille. (Ahonen 2017, 48.)

## 4 ITSETUNTO

### 4.1 Yksilöllinen itsetunto

Itsetunnolla tarkoitetaan itsensä tuntemista, arvostamista ja luottamista. Itsetunto on osa minäkuvaa ja persoonallisuutta, jolla vastataan kysymykseen miten paljon ihminen arvostaa itseään ja kuinka hän suhtautuu itseensä. (Maasola & Toivakka 2011, 15.) Se näkyy arjessa muun muassa ihmisen toimintana, jolloin ihminen toimii paljolti itsensä arvioimisen pohjalta. Kun ihminen pystyy arvostamaan ja ymmärtämään itseään, niin mahdollistaa se myös muiden ihmisten kunnioittamisen ja ymmärtämisen. Itsetunnon rakentumiseen tarvitaan riittävästi hoitoa, rakkautta ja arvostusta, jotta itsetunto voi kehittyä terveeksi. (Niemi 2013, 15–16.)

Itsetunnon voi jakaa annettuun ja hankittuun itsetuntoon. Annetulla itsetunnolla tarkoitetaan itsetuntoa, joka on muodostunut varhaislapsuuden kokemuksista. Hankittu itsetunto merkitsee sitä, että itsetunto koostuu hankituista elämyksistä myöhemmin elämän aikana. (Maasola & Toivakka 2011, 27.)

Hyvän itsetunnon omaava ihminen näkee omat kykynsä ja mahdollisuutensa. Ihminen, jolla on huono itsetunto ei näe omia mahdollisuuksiaan samalla tavalla. Heikko itsetunto ei kuitenkaan tarkoita, että olisi epäonnistunut omassa elämässään. Itsetunto voi kehittyä esimerkiksi hyvien kokemusten kautta, vaikka se vaihtelee elämän aikana ja eri elämän vaiheissa. (Mieli 2019; Sinkkonen 2008, 172.) Ihminen kokee olevansa hyväksyty omana itsenään, kun hänen itsetuntonsa on terve sekä minäkuva on realistinen. Sen sijaan puutteellisella itsetunnolla voi olla haitallisia vaikutuksia, esimerkiksi hyvinvointiin ja mielenterveyteen. Heikon itsetunnon omaava voi kokea hajoavansa myöntäessään omat heikkoutensa, kun taas vahvalla itsetunnolla varustettu ihminen ei kavahda heikkouksiaan tai anna niiden määritellä itseään. (Maasola & Toivakka 2011, 15.)

Itsensä tunteminen on edellytys terveelle itsetunnolle ja hyvälle elämälle (Maasola & Toivakka 2011, 19). Jos itsetunto muodostuu virheelliseksi, niin lapselta voi jäädä huomaamatta omat vahvuutensa ja hän näkee ainoastaan heikkoutensa. Hän ei näe omia vahvuuksiaan ja niiden luomaa hyvää itsetuntoa. Onnistumiset ja epäonnistumiset voi nähdä eri tavoin riippuen, onko yksilöllä vahva vai heikko itsetunto. Vahvan itsetunnon omaava tiedostaa onnistumisen johtuvan

omasta ansiosta ja itsetunnon heikko uskoo onnistumisen olleen ulkoisten tekijöiden aikaansaannos. (Keltikangas-Järvinen 2010b, 31.)

Synnyntäisen temperamentin kautta koetut tilanteet edesauttavat ujon ja aran ihmisen persoonallisuuden kehittymistä sekä vaikuttavat itseluottamuksen kehitykseen. Riippuen kuitenkin tilanteista itseluottamuksen kehitys voi jäädä vähäiseksi. Tällaisia tilanteita ovat esimerkiksi, jatkuva yksin jääminen ja itkeminen, joihin lapsi ei saa tarvitsemaansa huomiota. (Keltikangas-Järvinen 2009, 197–199.)

Ujous ei tarkoita heikkoa itsetuntoa automaattisesti. On todettu, että ujut eivät usko itseensä, mutta tämä ei johdu synnyntäisestä temperamentista niin kuin voisi olettaa. Syynä on ympäristöstä tulevat odotukset ja kokemukset. Tätä voitaisiin kutsua itseluottamuksen puutteeksi, mikä ilmenee sosiaalisissa tilanteissa. Kyseessä on sosiaalisen itseluottamuksen puute, eikä huono itsetunto. Sosiaalisen itseluottamuksen puute johtuu kasvatuksesta, koska sillä on suuri merkitys siihen, miten lapsi nähdään ja miten hän näkee itsensä. (Keltikangas-Järvinen 2009, 261.) Ujut tarkkailevat itseään ja pohtivat mitä muut ajattelevat sekä he itse miettivät ujouttaan muiden seurassa. On pidettävä huolta siitä, että lapsi ei koe olevansa temperamentti- ja piirteeltään ainoa ujo. Lapselle kerrotaan rohkaisevia esimerkkejä muista ujoista ihmisistä, koska ne voivat toimia innostuksena lapselle ja vahvistaa itseluottamusta. (N. Aron 2020, 158.)

Lapsen minäkuvan kehittyessä ujoutta ei saisi vahvistaa negatiivisesti. Jos ujoudesta puhutaan epäsuotuisaan sävyyn lapsen kuullen, voi sillä olla kielteinen vaikutus itsetunnon kehittymiselle. Se tuo epävarmuutta ja saa lapsen miettimään, mikä hänessä on väärin. Ujo lapsi arvioi omaa toimintaansa ja arvostavatko muut häntä. (MLL 2017b.) Ujoa lasta ei kannata vertailla toisiin lapsiin, kuten korostamalla toisen lapsen rohkeutta ja ujon epäröintiä. Tärkeämpää olisi keskittyä painottamaan ujoudelle ominaisia vahvuuksia, jotta vaikutukset ujon itsetunnolle olisivat rakentavia. (N. Aron 2020, 140.) Ujon lapsen itsetunto ei pääse rakentumaan vahvalle pohjalle, jos vanhemmat eivät hyväksy lasta tämän epäonnistuksessa tai epäröidessään toimia. Vanhempien antamalla arvostuksella on paljon merkitystä pienelle lapselle ja hänen tulevaisuudelleen. Lapsen pitää kokea, että häntä rakastetaan. (Sinkkonen 2012, 201.)

## 4.2 Itsetunnon kehittyminen

Itsetunto alkaa kehittymään jo vauvaiässä, jolloin vanhempien antamalla huomiolla on iso merkitys myönteisen itsetunnon kehittymiselle. Lapsena itsetunnon tärkeät kehitysvaiheet ovat 2–3 vuoden ikäisenä, jolloin lapsella on tahtomisen harjoitteluvaihe. (Hytönen & Valli 2016, 15.) Lapsen kiintymyssuhde vanhempiin ja sen turvallisuus vaikuttavat itsetunnon kehittymiseen. Itsetunnon kehittymisen kannalta kiintymyssuhde on kaiken perusta. On kuitenkin mahdollista, että vahvasta kiintymyssuhteesta huolimatta lapsi voi saada elämän aikana kolauksia, jotka vaikuttavat itsetuntoon. Tällaisia asioita ovat, esimerkiksi perhetilanteen muutokset tai ympäristön vaikutukset. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017b.)

Lapselle on tärkeää, että hän saa luotua kiintymyssuhteen tunnetasolla tärkeään aikuiseen. Kiintymyssuhde on pohja lapsen sosiaalisille taidoille, sosiaaliselle ja kognitiiviselle kehitykselle. (Keltikangas-Järvinen 2012, 26.) Kiintymyssuhteella on turvallisuuden aste. Turvallisuuden aste osoittaa, onko hoiva ja lapsen tarpeisiin vastaaminen ollut tarpeeksi hyvä. Jotta kiintymyssuhteesta voi kehittyä turvallinen, vaatii se lapselta uskomista itseensä toiselta ihmiseltä saadun luottamuksen lisäksi. Kun lapsi on saanut tarvitsemaansa hoivaa ja emotionaalisen turvan, niin kiintymyssuhteesta muodostuu turvallinen. Kiintymyssuhteesta tulee turvaton, jos lapsen tarpeet jäävät huomioimatta ja hän on niiden kanssa yksin tai on saanut tarpeisiinsa vastaamatonta hoivaa. Kiintymyssuhteella on monia vaikutuksia lapsen myöhemmälle elämälle ja sen eri osa-alueille. Elämässä tulee muutoksia ja kokemuksia, joita jokainen käsittelee omalla tavallaan. Jotkin muutokset voivat olla haastavia, jolloin voidaan nähdä ero turvallisen ja turvattoman kiintymyssuhteen vaikutuksista tällaisten haastavien muutosten käsittelyyn. Haasteita voi ilmetä esimerkiksi, kun lapsi siirtyy lapsuudesta murrosikään ja murrosiästä aikuisuuteen. (Keltikangas-Järvinen 2009, 184–186.)

Itsetunnon kehittymiseen vaikuttava tekijä on perusturvallisuuden tunne, mikä syntyy vuorovaikutustilanteista. Perusturvallisuudella tarkoitetaan psyykkistä ja fyysistä turvallisuutta, joka on yksilön kokemaa. Lapsi kokee, että hän voi olla oma itsensä psykologisesti luotettavassa ympäristössä ja hänen ei tarvitse pelätä olevansa ei-hyväksyty. (Koivisto 2007, 37.) Hyväksytyksi tuleminen tunne on jo-

kaiselle lapselle tärkeää. Lapsen itsetuntoa nakertaa vanhempien osoittamat kielteiset tunteet, kuten häpeä tai huomioimatta jättäminen. (Sinkkonen 2008, 200–201.) Ujoudesta ei pitäisi tehdä numeroa tai saada ujo lapsi kokemaan olevansa erilainen kuin muut. Ujot lapset tarvitsevat kaikkien muiden tavoin hyväksyntää vanhemmilta ja muilta aikuisilta. Perheen antama huomio lapselle on merkittävä tekijä lapsen itsetunnon kehittymiselle. On tärkeää, että lapsi saa tunteen olevansa tärkeä perheelleen ja muille läheisilleen. Tämä edesauttaa myönteisen itsetunnon kehittymistä. (Maasola & Uotinen 2011, 18.)

Lapsen itsetunnon kehittyminen ei välttämättä ole helppoa. Palautteen antaminen ja kohteleva vaikutus siihen, millainen itsetunto lapselle kehittyy. Hyvän itsetunnon kehittyminen voi vaikeutua, jos lapselle annetaan jatkuvasti kuvaa siitä, että hän on muista poikkeava tai vääränlainen. Toisen määrittelemisellä on paljonkin väliä, eikä kukaan halua, että hänet määriteltäisiin heikkouksien mukaan. Määrittelyllä on myös lasten itsetunnon kehittymiselle ratkaiseva vaikutus. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2018, 18 & 29.) Myös ympäristöllä on oma vaikutuksensa itsetunnon kehittymiseen, sillä kulttuurin odotusten vastainen lapsi saattaa kokea olevansa erilainen ja huono, koska hän ei mahdu kulttuurin asetamaan muottiin. Huonommuuden tunne vaikeuttaa vahvan itsetunnon ja minäkuvan kehittymistä. (Keltikangas-Järvinen 2009, 251.)

Kehumisen tulee olla aitoa, jotta sillä olisi vaikutusta itsetunnon hyvään kehittymiseen. Aikuisten pitää huomioida omaa kehonkieltään ja sanoittaa tunteitaan, koska jopa pienet lapset voivat huomata näiden välisen ristiriidan. (Sinkkonen 2008, 171 & 177.) Kun lasta kehuaan ilman, että sitä tarkoitetaan aidosti voi siitä olla enemmän haittaa lapsen itsetunnon kehittymiselle kuin hyötyä. Kehutut asiat muuttuvat epätodellisimmiksi lapsille, koska he eivät tiedä missä ovat onnistuneet oikeasti. Jos lapsen ujoudesta huomauteltaisiin jatkuvasti negatiivisesti kotona tai varhaiskasvatuksessa, olisi sillä heikentävä vaikutus lapsen itsetunnon kehittymiselle. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela 2020, 106.)

## 5 ITSETUNNON TUKEMINEN VARHAISKASVATUKSESSA

### 5.1 Varhaiskasvatuksessa tapahtuva tuki

Kasvatus- ja koulutusinstituutioilla on iso rooli tukea ja vaikuttaa lapsen itsetunnon kehittymiseen. Vastuun tarkoituksena on herättää ajatusta itsetunnon ohjaisesta tiettyyn suuntaan. Haluammeko, että lapsella on hyvä itsetunto vai emmekö välitä asiasta? Voiko kannustuksella ja kehumisella mahdollistaa lapselle positiivisen minäkuvan rakentumisen? (Maasola & Toivakka 2011, 16–17 & 26.)

Tuella ja kasvatuksella voidaan auttaa ujoa lasta löytämään keinoja toimimaan uusissa tilanteissa sekä kerätä rohkeutta. Tämä luo ujolle lapselle hyväksytyinolon, koska ujostelemisesta huolimatta häntä arvostetaan ja se auttaa lasta luottamaan itseensä. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2018a.)

Varhaiskasvatuksen toimintaa ja lasten kasvatusta ohjaavat varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden arvoperustat. Arvoperustat korostavat lasten ainutlaatuisuutta ja heidän huomioimistaan sekä ainutlaatuista kasvatusta arvoperusteiden edellyttämällä tavalla. Lasten etu on ensisijainen asia. Lapsia ei saa syrjiä, vaan heitä tulee kohdella yhdenvertaisesti ja heillä on oikeus huolenpitoon, hyvinvointiin, suojeluun sekä mielipiteiden huomioimiseen. Arvoperustan arvoista lapsuuden itseisarvossa korostetaan lapsen ainutlaatuisuutta ja arvokkuutta juuri omana itsenään. Tämä arvo oikeuttaa lapsen tulla nähdyksi, kuulluksi ja huomioiduksi sellaisena kuin hän on. (Opetushallitus 2018, 20–21.) Silloin ujut lapset ovat oikeutettuja tulla huomioiduksi varhaiskasvatuksessa omalla persoonallaan ja temperamentillaan. Varhaiskasvatuksessa lapsia arvostetaan ja se arvostus tehdään näkyväksi, jotta lapsi voi kokea olevansa huolittu. Arvostuksen voi osoittaa, esimerkiksi kertomalla ääneen lapsen hyvistä puolista ja samalla luoda lämmintä katse lasteen, josta kuvastuu aikuisen hyväksyntä.

Varhaiskasvatuksessa tulisi huomioida alle kolmivuotiaan lapsen perustemperamentti. Päiväkodissa voidaan ohjata ujoja lapsia heidän yksilöllisten piirteiden ja toiminnan perusteella. Lapsen varautuneisuudesta ei tehdä numeroa kommentoimalla sitä ääneen. Ujon lapsen kanssa toimiminen voi olla kasvattajille epävarmaa. Ujoja lapsia yritetään saada painostamalla rohkeiksi tai sitten heidän anne-

taan olla yksin ilman ohjaamista. Lasta ei kannata painostaa liikaa ja lapsen kasvaessa voidaan aloittaa miettimään tarkemmin keinoja, kuinka saada lapsi muiden lasten joukkoon. Lapsissa tapahtuu kuitenkin oman aikaista kehittymistä ja kasvua, jolloin arkuus muiden kanssa leikkimisestä voi väistyä ajan kanssa. Ujoja lapsia huomioidaan sensitiivisesti ja heitä ohjataan muiden lasten joukkoon vähitellen. (Keltikangas-Järvinen 2010a, 45–48.)

Varhaiskasvatuksessa ujoudesta ja arkuudesta voidaan ajatella sellaisina piirteinä, jotka pitäisi heti saada ratkaistua, jotta niistä ei olisi myöhemmin elämässä haittaa. Ujous on kuitenkin pysyvä piirre läpi elämän, joten sitä ei voida poistaa. Kun lasta tuetaan pitkän aikaa, hän saa kasvatettua omaa rohkeuttaan, itseluottamustaan ja itsetuntoaan. (Repo 2013, 140.) Uusitalo-Malmivaaran ja Vuorisen mukaan kasvatuksessa voidaan hyödyntää positiivista psykologiaa, mikä mahdollistaa ihmisten ainutlaatuisuuden huomioinnin. Positiivisella psykologialla halutaan pyrkiä kasvattamaan lapsia positiivisen luonnekasvatuksen kautta, jonka ideana on korostaa jokaisen lapsen persoonallisuuden vahvuuksia. Esimerkiksi lasten hitaasti lämpeneminen osataan ottaa huomioon, jolloin pystytään seuraamaan hänen aikatauluaan lämmitä toiminnalle. Hän voi osallistua sitten, kun hän on saanut tarpeeksi aikaa kerätä rohkeutta. Lapsi saa mahdollisuuden kokea hallitsevansa tilanteita ja hän tuntee selviytyvänsä tilanteista, jotka ovat hänelle haastavia. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2013, 35.)

Lapsien erilaisuus kaventuu, kun heitä kohdellaan eritavoin ja heihin kohdistetaan omat odotukset sen sijaan, että kaikkiin kohdistettaisiin samanlaiset odotukset. Esimerkiksi ujoon tai aktiiviseen lapseen kohdistetut odotukset. Aktiivisia lapsia voidaan ohjata hallitsemaan aktiivisuuttaan ja ujoa lasta rohkaistaan ilman, että häneltä odotettaisiin samaa kuin aktiiviselta lapselta. (Keltikangas-Järvinen & Mollola 2014, 22.) Tällä tarkoitetaan sitä, että varhaiskasvatuksen arjessa lapsille asetetaan erilaiset odotukset heidän piirteidensä ja taitojensa mukaisesti. Varhaiskasvatuksen opettajan velvollisuutena on havainnoida lapsia ja oppia tuntemaan heidät, jotta hän voi asettaa lapsille yksilölliset odotukset.

Varhaiskasvatuksessa on mahdollista hyödyntää positiivista pedagogiikkaa, mikä ilmenee monenlaisin tavoin. Positiivisella pedagogiikalla halutaan edistää

lasten hyvinvointia, luoda lapselle uskoa omiin kykyihin ja mahdollisuuksiin, hyväksyä ja arvostaa lasta omana itsenään. Se vaikuttaa myös siihen, miten kasvattaja on läsnä ja vuorovaikutuksessa lapsen kanssa. Positiivista pedagogiikka hyödyntämällä voi löytää erilaisia tapoja tukea lapsen itsetuntoa, kuten havainnoimalla lapsen vahvuuksia. Lapsia kohtaan halutaan osoittaa pedagogista rakkautta, jotta kasvattajat voivat osoittaa välittävänsä lapsista. Pedagogisella rakkaudella tarkoitetaan sitä, että kasvattaja luottaa lapsen mahdollisuuksiin ja kykyihin sekä kohtelee lasta hyvin. Jokainen lapsi on taitava jossakin, mutta he eivät aina huomaa omia kykyjään ja silloin kasvattajan rooli tulee esiin. Kasvattaja tuo lapsen kyvyt näkyville kertomalla hänelle hänen ainutlaatuisuudestaan. (Leskinen 2019, 40–43, 112.)

Lapsen itsetunnon kehittymiselle hyvinä rakennusaineina toimivat muun muassa onnistumisten ja voimavarojen tunnistaminen. Kun ne tuodaan esille varhaiskasvatuksessa, niin lapsi saa rohkeutta ja uskoa itseensä. Lapset oppivat tunnistamaan itse voimavaransa, jolloin kasvattajat osaavat myös havainnoida niitä paremmin. Palautteen pitää olla aitoa, jotta sillä olisi myönteinen vaikutus. Lapsi uskaltaa kohdata haasteita ja ylittää niitä. Ujo lapsi saa rohkeutta tilanteisiin, jotka saavat hänet ujostelevaan, kun aikuinen on vieressä rohkaisemassa. Onnistumisen kokemukset vahvistavat lapsen itsetunnon kehittymistä. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2013, 96; 2018 17–18.)

Myöhemmin lapset kiinnittävät itsekkin huomiota vahvuuksiinsa ja tietoisuus omista taidoista kehittää itsetuntoa. Kokemusten kerääminen on tärkeää ujoille lapsille, koska he tarvitsevat opastusta liittymisestä muiden joukkoon saadakseen rohkeutta. Lapsen ohjaaminen on aikuisen tehtävä. Muiden joukkoon kehottaminen ei ole neuvo, joka rohkaisisi välttämättä lasta leikkimään muiden kanssa. Lasta ei kuitenkaan pitäisi pakottaa leikkimään muiden kanssa, jos tämä ei halua. Joskus tämä voi tuoda haasteita kasvattajille, kun ei voida olla varmoja siitä, eikö lapsi todella halua, uskalla tai osaa liittyä muiden lasten leikkiin. (Keltikangas-Järvinen 2010a, 44–45.) Ujolle lapselle tulisi antaa tilaa toimia temperamenttinsa mukaisesti, mutta aikuisen olisi suotavaa olla lapselle tukena erilaisissa tilanteissa.

Ujot tarvitsevat vahvistusta sosiaalisten taitojen kehittämisessä, koska uusissa sosiaalisissa tilanteissa ujous on ensireaktio. Ujostelevien ei tarkoita, että lapsi haluaisi olla aina sivustakatsoja, vaan hekin tahtovat liittyä mukaan leikkiin. Leikkiin liittymisen mahdollistamiseksi aikuinen on tukemassa lasta, kun häntä ujosuttaa, jotta hän pääsee myöhemmin paremmin reaktion yli. Ujous voi olla niinkin vahva, että se johtaa avuttomuuteen sosiaalisissa tilanteissa. Tämän seurauksena lapsi voi saada huonoa palautetta muilta ihmisiltä. Jatkuva negatiivinen huomio altistaa lapsen minäkuvan kehityksen vahingolliseen suuntaan sekä itsetunnon heikkoudelle. (Keltikangas-Järvinen 2010a, 59.) Ujojen lapsien sosiaalista kehitystä tukevat myös heidän varhaislapsuudessaan muodostuneet ihmissuhteet muihin lapsiin. Ystävyyssuhteet vaikuttavat myös vahvasti lapsen itsetunnon ja kelpoisuuden kokemiseen sekä tuoda turvallisuudentunteen. (Kalland 2012, 152 & 165.)

Norjan ja Iso-Britannian yliopistojen tekemässä tutkimuksessa ”Teacher’s strategies for enhancing shy children’s engagement in oral activities: necessary, but insufficient?” opettajat olivat hyödyntäneet koulussa ujojen lasten kanssa sosiaalisia tukimenetelmiä. Tukimenetelmät sisälsivät muun muassa kannustusta leikkiin muiden lasten kanssa, turvallisuuden tunteen luontia ympäristöön ja kehittää aktiviteetit ujoille sopiviksi. Opettajat kehuivat ja rohkaisivat verbaalisti tai nonverbaalisti. Lisäksi opettajat sisällyttivät luokkalaiset rohkaisemaan ja olemaan tukena ujoille lapsille luokan ulkopuolella. (Crozier, Edwards, Mjelve & Nyborg 2019, 4.)

Kun lapsille annetaan palautetta, on hyvä miettiä sen monipuolisuutta. Sitä voidaan antaa verbaalisti eli sanomalla ääneen, mutta palautteen voi antaa myös nonverbaalisti hyödyntäen kehon kieltä, kuten aikaisemmin mainitussa tutkimuksessa sen vaikutus oli huomattu. Lapset ovat yksilöllisiä ja jokainen ujo lapsi on myös yksilö. Ei ole toista samanlaista ujoa lasta. Tutkimuksessa opettaja oli huomannut, että ujo lapsi ei pitänyt palautteen saamisesta ääneen muiden kuullen, koska silloin lapsi oli huomion keskipisteenä. Sen sijaan lapsi piti enemmän eleistä ja liikkeistä kuten hymystä, josta lapsi sai tarvitsemaansa arvostusta. (Crozier, Edwards, Mjelve & Nyborg 2019, 10.) Varhaiskasvatuksessa tapahtuu paljon tilanteita, joista täytyy jutella lapsen kanssa. Ujojen lasten kanssa vaaditaan

sensitiivisyyttä ja rakentava palaute toimintaan osallistumisesta tukee itsetunnon kehitystä.

Lasta rohkaistaan ja motivoidaan asioissa, jotka ovat hänelle uusia tai haastavia. Aikuinen on näissä tilanteissa tukena ja asettaa tavoitteet yhdessä lapsen kanssa. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela 2020, 105.) Esimerkiksi jos lapsi ujostelee toimintaan osallistumista muiden lasten kanssa, voidaan asettaa tavoitteeksi tehdä toiminta parin lapsen kanssa, jotta lapsi voi tutustua heihin paremmin ja saada rohkeutta olla muiden lasten kanssa. Lasta voi edelleen ujostuttaa, eikä hän välttämättä halua kokeilla, mutta tällaisessa tilanteessa on tärkeää pysyä lapsen rinnalla ja antaa aikaa.

Päiväkodissa lapsen toimintaan voi myös vaikuttaa ryhmäkoko. Ujot lapset voivat uskaltaa olla äänessä enemmän, kun he ovat pienessä ryhmässä, mutta isoissa ryhmissä he saattavat vaieta täysin. Tämmöisissä tilanteissa on osattava ottaa huomioon lapsen tarpeet ja mikä olisi lapselle parasta, jotta ujokin lapsi pääsisi ääneen ja osallistumaan. Yhtenä ratkaisuna voisi toimia pienryhmätoiminta. Pienryhmässä lapsi voi tutustua paremmin muihin lapsiin ja aikuisiin, jolloin ryhmästä muodostuu ujolle lapselle turvallinen. Tämä taas mahdollistaa ujon lapsen vapautumisen ollakseen oma itsensä ja hänen itsetuntonsa saa vahvistusta turvallisuudessa ryhmässä. (Hytönen & Valli 2016, 18.)

## 5.2 Varhaiskasvattajien rooli tukijana

Varhaiskasvatuksen arjessa varhaiskasvatuksen opettaja voi olla tukena lapselle esimerkiksi: olemalla aidosti läsnä, arvostamalla lapsen ainutlaatuisuutta, olemalla utelias ja avoin sekä kuuntelemalla lapsen tunteita. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2013, 51.) Varhaiskasvatuksen opettajan rooliin kuuluu luoda lapsiryhmään turvallinen, lämmin ja lapsia arvostava ilmapiiri. Tämä on kaikkien lasten itsetunnon kehittymisen lähtökohta. Niin ujoille, kuin muillekin lapsille kerrotaan, että epäonnistumiset eivät haittaa, sillä niistä oppii ja tärkeintä on yrittäminen. (Hytönen & Valli 2016, 21.)

Lapsen itsetunnon tukemista varten on opittava tuntemaan lapsen persoonallisuus ja temperamentti. Lapseen voi tutustua rauhassa keskustellen niitä näitä tai erilaisien leikkien avulla. Varhaiskasvattaja voi ohjata ja vahvistaa ujon lapsen

itsetuntoa siten, että hän antaa lapselle keinoja selviytyä elämässä temperamenttinsa kanssa. Varhaiskasvatuksen opettajat voivat opettaa tietynlaisia toimintamalleja lapselle ja kuinka toimia oman temperamenttinsa kanssa. Heidän antama tuki ja kasvatus auttaa lasta siten, että temperamentti ei hallitse lasta, vaan lapsi hallitsee temperamenttinsa. (Keltikangas-Järvinen & Mullola 2014, 31–32.) Aikuisen on hyvä olla ujolle lapselle tukena empaattisesti ja muistaa, että lapsi tarvitsee aikaa (Repo 2013, 140).

Oman temperamenttinsa tuntemisesta on hyötyä varhaiskasvattajalle, koska se auttaa häntä vuorovaikutustilanteissa lasten kanssa ja ymmärtämään temperamentti-erojen erilaisuuden. Varhaiskasvattaja voi kokea pitävänsä joistakin lapsista enemmän, kuin toisista ja joidenkin kanssa vuorovaikutus voi olla hankalampaa. Omasta temperamentista poikkeavaa temperamentti-eroa voi olla vaikea ymmärtää, jolloin se voi alkaa näkymään tiedostamatta varhaiskasvattajan vuorovaikutuksessa ja kasvatuksessa. Esimerkiksi kasvattaja kuuntelee ja vastaa aktiivisen lapsen tarpeisiin, mutta ei ole varma toimintatavoistaan hiljaisemmän lapsen kanssa. (Keltikangas-Järvinen & Mullola 2014, 118 & 146.)

Varhaiskasvattajat toimivat lapsille esimerkillisenä roolina ja ikään kuin peilinä, jota lapset katsovat ja tulkitsevat oman toimintansa kautta. Varhaiskasvattajan tulisi olla avoin ja rehellinen lapselle. Varhaiskasvatukseen liittyy erilaisia arvoja, jotka ohjaavat varhaiskasvattajan työtä. He voivat miettiä omia arvojaan lasten kasvatuksessa, kuten omaa suhtautumistaan lasten erilaisuuteen, yksilölliseen tukemiseen ja ennen kaikkea millainen kasvattaja hän kokee itse olevansa. (Ahonen 2017, 65–67.) Aikuinen voi toimia rohkaisevana mallina lapsille kehumalla myös itseään lasten kuullen. Esimerkiksi tuomalla esiin omat onnistumiset ja innostus uuden kokeilemisestä, näin ollen lapsikin voi löytää halukkuuden yrittää. Sen sijaan negatiivisuuteen tarttuva aikuinen ei välttämättä luo lapsille parasta roolimallia, koska jatkuva virheisiin ja huonoihin asioihin takertuminen ovat haitaksi itsetunnon kehittymiselle. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela 2020, 98 & 108–110.) Ujon lapsen ujoudesta jatkuva kielteinen huomauttelu voi siis olla lapsen itsetunnon kehitykselle haitallista.

Varhaiskasvattajan vastuulla on luoda uskoa tulevaisuutta varten, asioiden myönteiseen edistymiseen ja näyttää, että kaikki lapset ovat arvokkaita sellaisina

kuin he ovat. (Rantala & Uotinen 2018, 134.) Lapsi tietää olevansa hyvä jossakin ja aikuiset huomaavat sen sekä tuovat sen esille. Kun keskitytään tarkastelemaan lasten luonteenvahvuuksia, voidaan rakentaa pohjaa niiden kautta itseluottamukselle. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2013, 36, 61–69.) Kasvattajat voivat toiminnallaan saada muutettua lapsen itsetunnon kehityksen suunnan negatiivisesta positiiviseksi. (Koivisto 2007, 35).

Tutkimuksessa:” Teacher’s strategies for enhancing shy children’s engagement in oral activities: necessary, but insufficient?” todettiin, että työssään kasvattajan on huomioitava ujojen ja hiljaisten lasten tekemisiä sekä pitää heidät mielessä. On tärkeää, että varmistetaan lapsen mukana pysyminen toiminnassa ja arjessa. Luovalla ajattelulla voi keksiä erilaisia menetelmiä lapsen tukemiseen, kuten antamalla enemmän aikaa asioiden tekemiseen ja omia pieniä tehtäviä. Tutkimuksessa voitiin huomata, että ujut lapset saivat rohkeutta osallistua toimintaan, kun osallistumisen kynnyistä laskettiin aktiviteetin leikkisyydellä ja kiinnittämällä lapsen huomion tiettyyn toimintaan. (Crozier, Edwards, Mjelve & Nyborg 2019, 13–15.) Antamalla ujolle lapselle hänen ansaitsemansa huomion ja hänelle sopivalla tavalla voidaan rohkaista lasta, mikä taas auttaa itsetunnon kehittymisessä.

Aikuisen sensitiivisyydestä on apua lasten kasvatuksessa. Aikuinen kohtaa lapset sensitiivisesti olemalla empaattinen lasta kohtaan, jolloin kohtaamisesta tulee aito ja lapsen tarpeet tulevat kuulluksi sekä huomioiduksi. Sensitiivisyys merkitsee sitä, että aikuiselta löytyy herkkyys tunnistaa lapsen tunnetiloja, lapselle merkitykselliset asiat ja tilanteet. Aikuinen myös eläytyy niihin empaattisesti ja tunnistaa, milloin lapsella on tarve tulla kuulluksi ja arvostaa lapsen ainutlaatuisuutta. Sensitiivisyys tuo vuorovaikutukseen muun muassa lasten tarvitsemaa lämpöä. Tämä mahdollistaisi myös vetäytyvien ja ujojen lasten huomiointin erilaisissa tilanteissa. Varhaiskasvattaja tukee lapsia sosiaalisissa tilanteissa, joissa he ujos-televat tai kokevat huomion keskipisteenä olemisen epämiellyttävänä (Ahonen 2017, 72 & 87).

On tärkeää tukea lapsen kokemusmaailmaa ja jakaa hänen onnistumisensa hetket. Kasvattajalta vaaditaan myönteisen kokemusmaailman tukemista varten taitoa auttaa lasta tunnistamaan tunnetiloja ja käsittelemään kokemuksiaan. Lasten

kuunteleminen on aina tärkeää ja siksi kasvattajan olisi suotavaa omata herkkyyttä sitä varten. (Hilppö, Kumpulainen, Lipponen, Mikkola & Rajala 2014, 239.) Henkilöstö tunnistaa lasten keskinäisten kohtaamisten eriarvoistavia piirteitä sekä puuttuu niihin hienotunteisesti ja johdonmukaisesti. Myönteisellä ja kannustavalla vuorovaikutuksella tuetaan lapsen oman identiteetin ja itsetunnon kehitystä. (Opetushallitus 2018, 30–31.)

Ujojen lasten ohjaamisessa vaaditaan kärsivällisyyttä, koska painostamisella ei päästä sellaiseen suuntaan, johon pyritään ujon lapsen kasvatuksessa. Ujolle lapselle on annettava aikaa ja mahdollistettava sivusta seuraaminen sen sijasta, että häntä painostettaisiin liikaa osallistumaan toimintaan. Kun ujo lapsi saa mahdollisuuden sivusta seuraamiseen, voi se saadakin lapsen rohkaistumaan ja liittymään mukaan. On kuitenkin mahdollista, että ujo lapsi kieltäytyy toimintaan osallistumisesta ja se ei kuitenkaan haittaa, sillä se voidaan nähdä oman tahdon ilmaisun harjoitteluna. (Hytönen & Valli 2016, 42.) Itsetunnon kehittymisen kannalta ujojen lasten omantahdon ilmaiseminen on tärkeää myöhemmän elämän kannalta. He uskaltaisivat ilmaista itseään ja omaa tahtoaan sen sijaan, että he mukautuisivat aina täysin toisten tahtoon eivätkä he ilmaisisi omia ajatuksiaan.

### 5.3 Varhaiskasvatuksen ja perheen yhteistyö

Varhaiskasvatuksessa perheiden kanssa tehtävään yhteistyöhön vaikuttavia asioita ovat varhaiskasvatuslaki (540/2018), varhaiskasvatuksensuunnitelma (OPH 2018), varhaiskasvatusyksikköjen toimintatavat sekä vanhempien, työntekijöiden ja lapsen yhteinen toiminta. Perheen kannalta varhaiskasvatuksen tavoitteena on edistää lapsen tasapainoista kehittymistä ja kokonaisvaltaista hyvinvointia toimimalla yhdessä lapsen vanhemman tai lapsen huoltajan kanssa. Lisäksi varhaiskasvatuksessa tuetaan lapsen vanhempaa tai huoltajaa kasvatuksessa, jonka määrittelee varhaiskasvatuslaki. Perheiden kanssa tehtävä yhteistyö on olennainen osa varhaiskasvatuksen ammattilaisten työtä. (Rantala & Uotinen 2018, 125–127; Varhaiskasvatuslaki 540/2018; 3§.)

Varhaiskasvatuslaissa on määritelty, että varhaiskasvatuksen henkilöstö ja lapsen vanhemmat tai muu huoltaja tekevät yhdessä varhaiskasvatuksen suunnitelman lapselle sopivaksi. Varhaiskasvatuksen suunnitelmaan asetetaan lapselle

sopivia tavoitteita, joista keskustellaan ja sovitaan vanhempien tai huoltajien kanssa. Suunnitelmaa ja sen toteutumista täytyy arvioida sekä se tarkistetaan vähintään kerran vuodessa. Arvioitavia asioita suunnitelmassa ovat tuen riittävyys, tuen tarve ja sen tarkoituksen mukaisuus. Lapsen varhaiskasvatuksen toteuttamiseen, suunnitteluun sekä sen arviointiin on lain mukaan annettava mahdollisuus vaikuttamiseen vanhemmille tai muille huoltajille. (Varhaiskasvatuslaki 540/2018, 5:23 §.)

Yhteistyö vanhempien kanssa on edistävää tekijä lapsen tukemisessa ja ilman sitä on haastavampaa auttaa lasta. Kun lapsen itsetunnon kehitykselle suunnitellaan sopivia menetelmiä, tulee ottaa huomioon koko perhe. Tämä työskentelytapa on perhelähtöinen, jonka tarkoituksena on keskittyä perheen sisäisiin asioihin sekä yhteistyöhön varhaiskasvatuksen kanssa. Näitä asioita ovat perheen voimavarat, arvot, yhteinen suunnitteleminen, lapsen tukeminen ja rohkaiseminen kotona. (Rantala & Uotinen 2018, 128–130).

Yhteistyön kannalta on tärkeää, että työntekijät keskustelevat keskenään tekemistään havainnoista lapseen liittyen sekä kertovat niistä lapsen perheelle, josta sitten voidaan keskustella yhdessä. Kun asioista keskustellaan avoimesti yhdessä vanhempien ja työntekijöiden kanssa, niin on helpompi muodostaa kokonaisvaltainen kuva lapsen tuen tarpeesta. Jotta lapsen tukeminen olisi mahdollisimman määrätietoista ja laadukasta, niin vanhempien ja kasvattajien tulisi työskennellä yhteisten tavoitteiden mukaisesti. Tasavertaisuus kasvattajien ja vanhempien välillä on edellytys laadukkaalle yhteistyölle. Yhteistyölle tärkeänä lähtökohtana on se, että työntekijät suhtautuvat vanhempiin tuomitsematta. On kuitenkin otettava huomioon, että vanhempien ja työntekijöiden näkemykset voivat poiketa toisistaan, koska lapset voivat käyttäytyä eri tavoin kotona ja varhaiskasvatuksessa. (Ahonen 2017, 162 & 243–245.)

Varhaiskasvattajat eivät välttämättä näe kaikkia lapseen liittyviä asioita varhaiskasvatuksessa, jolloin jotain tärkeää voi jäädä huomioimatta. Siksi on ratkaisevaa, että perhe ja työntekijät keskustelevat lapsesta sekä perheestä esimerkiksi, miten lapsi toimii kotona, miten taas päiväkodissa ja millaista perheen arki on. Tämä auttaa keskittymään molemmissa ympäristöissä sellaisiin asioihin, joihin pitää kiinnittää huomiota. (Rantala & Uotinen 2018, 131.) Vanhempien kanssa

yhteistyötä tehtäessä kaikista tärkeimpiä asioita ovat asioista puhuminen, lapsen kasvun edistäminen, vanhempien kuunteleminen ja tukimenetelmien pohtiminen. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2013, 133.)

Kun vanhempien kanssa keskustellaan, on hyvä tuoda esille positiivisia asioita, koska niillä on voimaannuttava vaikutus ja vanhemmat kokevat saavansa tukea sekä motivointia vanhemmuuteensa työntekijöiltä. Lisäksi heille voidaan kertoa positiivisen kasvatuksen vaikutuksesta, jota he voisivat hyödyntää kotona. (Leskenoja 2019, 53–54.) Kasvatuskeskusteluissa tuodaan vanhemmille esille lapsen vahvuudet, jotta vanhemmat saavat paremman käsityksen lapsensa hyvistä puolistista ja niiden tukemisen tärkeydestä. Jos lapsen vahvuudet eivät ole vielä selvät varhaiskasvatuksen alussa, niin voidaan keskustelussa hyödyntää listaa vahvuuksista, josta vanhemmat voivat valita lapseensa parhaiten sopivat. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2013, 73.)

Ujon lapsen kasvattamisessa olisi vanhemmille hyötyä tietää temperamentti- ja persoonallisuustyypistä ja niihin liittyvistä asioista. Vanhempiin kohdistuu sosiaalista painetta heidän kasvattaessaan estyneitä, ujoja tai hitaasti lämpeneviä lapsia ja siksi heiltä vaaditaan vahvaa itseluottamusta. (Keltikangas-Järvinen 2009, 166.) Työssä on tärkeää antaa hyvää palautetta lapsille, mutta myös vanhemmille tuodaan esille päivän aikana tulleet onnistumiset. Kertomalla niistä kasvattajien ja lasten välinen suhde ja luottamus kasvaa. Sama pätee kasvattajien ja vanhempien välillä ja se luo pohjaa heidän yhteistyölleen. Perhe saa kuvan lapsen hyväksytyksi tulemisesta varhaiskasvatuksessa, kun työntekijät kertovat päivän aikana koetuista onnistumisista ja hyvistä hetkistä. Tällainen palaute tuo vanhemmille rauhallisen mielen omasta lapsesta varhaiskasvatuksessa siitä huolimatta, että lapsella olisi haasteita. (Leskisenoja 2019, 25 & 130.) Varhaiskasvatuksen opettajien on mietittävä, mitä ja miten he kertovat perheelle lapsen päivästä, koska se vaikuttaa perheen ja varhaiskasvatuksen väliseen yhteistyöhön. Yhteistyöpohjan rakentamisen kannalta on tärkeää toimia ammatillisesti perheiden kanssa. Työntekijät ottavat myös palautetta vastaan perheiltä, jolloin vuorovaikutusta tapahtuu molemmin puolin.

Lapsen itsetunnon kehittymiseen vaikuttaa hänen lähipiirinsä antama tuki. Kun lapsen ympärillä on ihmisiä, joihin hän voi turvautua, uskaltaa hän silloin kokeilla

eri elämäntaitoja. Lisäksi tunteiden, onnistumisten sekä mahdollisten epäonnistumisten kokeminen tuntuvat turvalliselta. Ujoja lapsia vahvistaa turvallinen aikuinen, joka tukee heidän ominaisuuksiaan. He saavat lisää rohkeutta toimia piirteidensä mukaisesti. Aikuisen hyväksyessä itsensä sellaisena kuin on vahvistaa myös lapsen itsetunnon tukemista ja sallii lapsen olla oma itsensä. Aikuisen tulee pysyä lapsen rinnalla ja saada lapsi tuntemaan, että hänen vieressään pysytään epäonnistumistenkin aikana. Tämä auttaa lasta rakentamaan vahvemman itsetunnon. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela 2020, 98–110.)

## 6 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET

### 6.1 Ujo lapsi päiväkodissa

Teemahaastattelussa käsittelin aluksi ujouteen liittyviä kysymyksiä, joihin haastateltavat vastasivat omien näkemystensä ja kokemustensa perusteella. Varhaiskasvatuksen opettajat kuvailivat varhaiskasvatusikäisen lapsen ujoutta hiljaisena olemuksena, jolloin lapsi ei juttele muille tai tuo itseään välttämättä näkyviin. Ujot lapset vaativat enemmän aikaa tutustua muihin lapsiin ja aikuisiin. Varhaiskasvatuksessa lapsen ujous ilmenee päiväkodissa esimerkiksi arasteluna mennä valitsemaan soitinta päiväpiirillä laulettaessa, jolloin hän on huomion kohteena. On tärkeää antaa lapselle aikaa lämmitä, eikä painostaa häntä liikaa oman temperamenttinsa vastaiseen käytökseen, kuten reippauteen. Aikuisen tehtävänä on huomioida ujo lapsi hänelle sopivalla tavalla ja olla tukena lapsen tutustuessa päiväkodin toimintaan, lapsiin ja aikuisiin. Aikuinen voi olla esimerkiksi lapsen mukana leikissä.

Ujouden suhtautumiseen varhaiskasvatuksessa sain haastateltavilta erilaiset vastaukset. Toinen haastateltavista kertoi, että ujouteen ei vielä kukaan osata välttämättä suhtautua luontevasti, vaan osa saattaa pitää sitä edelleen epäsuotuisana piirteenä. Hän itse ymmärsi ujojen lasten tarpeita ja temperamenttia, koska on itse ollut lapsena ujo. Hän kuvaili, että yhteiskunnassa edelleen ihailaan reippautta ja rohkeutta, jolloin rohkeat lapset otetaan helpommin huomioon. Sen sijaan aremmat ja hiljaisemmat lapset voivat jäädä vähemmälle huomiolle. Myös suotuisa korostus on matalampi, kuin rohkeiden ja reippaiden lasten korostaminen. Varhaiskasvatuksessa tulisi ottaa huomioon kaikki temperamentit sellaisina kuin ne ovat. Myös vanhempien kanssa on suotavaa keskustella lapsen ujoudesta ja siitä, miten lapsi tarvitsee aikaa ja rohkaistuu varmasti ajan kanssa. Tärkeintä on, että vanhemmat ja varhaiskasvatuksen työntekijät ovat lapsen tukena.

*“Kaikki temperamentit pitäisi ottaa huomioon siellä, ettei vaan arvosteta sitä rohkeaa, joka uskaltaa tehdä.” (Haastattelu)*

Toinen haastateltava antoi kuvan siitä, että varhaiskasvatuksessa työntekijät osaavat suhtautua ujouteen, vaikkakin jokainen suhtautuu ujouteen omalla taval-

laan. Lapsen tutustutaan tämän tullessa vierailemaan päiväkotiin, jolloin voidaan jo varhaisessa vaiheessa havainnoida lasta. Samalla vanhemmilta kysellään, millainen heidän lapsensa on temperamentiltaan. Lapsen ujustelun voi huomata esimerkiksi siitä, että hän katselee paikkoja mielummin vanhemman vierestä, josta hän hakee turvaa.

Haastattelussa tiedustelin, kuinka ujut otetaan varhaiskasvatuksessa huomioon, johon molemmilta haastateltavilta tuli samantyyppisiä vastauksia. Vastauksissa korostui esimerkiksi pienryhmätoiminta. Pienryhmätoiminta on oivallinen tapa antaa lapselle mahdollisuus tutustua toiseen lapseen ja se pienentää kynnystä osallistua toimintaan. Lisäksi aikuinen on ujon lapsen tukena pienryhmätoiminnassa. Pienryhmätoiminnassa varhaiskasvattaja voi havainnoida ujoa lasta, jolloin lapsesta voi oppia uusia asioita, kuten lapsen kiinnostuksen kohteet, temperamentinpiirteet ja vahvuudet. Havaintojen jälkeen pienryhmätoiminnassa voidaan ottaa lapselle mieluista puuhaa, joka voi saada hänet rentoutumaan ja avautumaan toiminnan parissa. Lisäksi haastattelussa korostettiin temperamenttien huomiointia toiminnan suunnittelussa. Tämä liittyy myös pienryhmätoimintaan siten, että lasten temperamentit voidaan ottaa huomioon pareja muodostaessa. Voidaan miettiä toisiko rohkea lapsi rohkeutta ujolle lapselle, jos he toimivat parina. On kuitenkin tarkasteltava, ettei kumpikaan koe ahdistusta toisen seurassa, koska he voivat olla temperamentiltaan hyvinkin erilaisia.

*”Voidaan miettiä olisiko lapsella pienryhmässä helpompi kertoa asioita ja tuoda omia vahvuuksia esille.” (Haastattelu)*

*”Pienryhmän kautta lapsi voi vähitellen vahvistaa uskoa itseensä, että kyllä hänkin pystyy tekemään asioita.” (Haastattelu)*

## 6.2 Itsetunnon kehittymisen havainnointi

Haastattelujen alussa keskustelimme siitä, mitä itsetunto on. Haastateltavat kuvasivat itsetunnon olevan uskallusta olla oma itsensä ja tietää omat vahvuutensa, mutta myös heikkoutensa, joissa tarvitsee vielä harjoitusta. Ihminen uskalttaa näyttää, millainen hän on, seisoo sanojensa takana ja toimii oman tahdon mukaisesti, eikä vain miellyttääkseen toisia.

Seuraavaksi käsitteimme ujon lapsen itsetunnon eroavuutta ei ujon lapsen itsetunnosta ja itsetunnon haavoittuvuutta. Kysymykset osoittautuivat kinkkiseksi valinnoiksi, jota en ollut tullut juurikaan ajatelleeksi aiemmin. Varhaiskasvattajat kuitenkin antoivat niihin omat näkemyksensä. Jokaisella lapsella on yksilöllinen itsetunto ja siihen voivat vaikuttaa monet tekijät. Lapsen itsetunnon vahvuus vaikuttaa siihen, miten lapsi kestää tietyt palautteet tai muutokset elämässä. Ei voida suoraan sanoa, että ujon lapsen itsetunto on heikko tai hyvä. Molemmissa haastatteluissa kuvailtiin, että rohkeammalla lapsella voi olla yhtä lailla heikko itsetunto, kuten ujolla lapsella voisi olla. On silti mahdollista, että molempien itsetunto onkin hyvä. Joskus lapsi voi olla niinkin ujo, ettei hän ei uskalla kertoa omia ajatuksiaan tai mitä hän haluaisi tehdä, jolloin hän tekee asioita muiden mieliksi.

Esimerkiksi: Ulospäinsuuntautunut huomiota herättävä energinen lapsi voi kompensoida huonolla käytöksellään omia haasteitaan sosiaalisessa kanssakäymisessä muiden lasten kanssa. Kun taas ujon lapsen arkeen voi kuulua kotona toimiminen reippaasti ja kehuja saaminen, mutta tullessaan päiväkotiin lapsi voi olla jännittynyt, ujostelee, eikä uskalla osallistua lapsiryhmän toimintaan. Lapsi saattaa kokea jännitystä ja ahdistusta tilanteessa, jossa muut lapset vastaavat varhaiskasvattajan esittämään kysymykseen päiväpiirillä, mutta hän ei uskallaakaan vastata. Tällaiset tilanteet voivat muuttua helposti leimaavaksi, jos lasta painostetaan vastaamaan tai hänen hiljaisuudestaan tehdään muuten numero. On varhaiskasvattajan vastuulla miettiä omaa toimintaansa ja sen seurausta erilaisissa tilanteissa. Hänen pitäisi osata lukea tilannetta ja havainnoimalla tutustua lapseen, jolloin hän voisi antaa lapselle tämän tarvitsevan ajan rohkaistua vastaamaan muiden lasten tavoin. Lasta voi kehua hänen vastatessaan, mikä kasvattaa hänen rohkeuttaan pyrkiä vastaamaan jatkossakin.

Ujon lapsen itsetunnon kehittymisen huomiointi herätti pidempää keskustelua ja pohdintaa, miten varhaiskasvatuksessa ujon lapsen itsetunnon kehittyminen otetaan huomioon. Osittain vastaukset sisälsivät toistoa jo aiemmin mainituista asioista, kuten havainnointi, jota haastateltavat korostivat haastatteluiden aikana.

Varhaiskasvattajat kuvailivat lapseen tutustumisen tärkeyttä heti lapsen vieraillessa päiväkodissa ennen hoidon aloitusta, jolloin lapsesta voi tehdä ensimmäiset havainnot. Lisäksi vanhemmilta voi tiedustella, millainen heidän lapsensa on

temperamentiltaan, mistä asioista lapsi pitää ja millainen lapsi on kotona. Nämä ja muut asiat auttavat varhaiskasvattajaa luomaan kuvaa lapsesta ja ottamaan tiettyjä asioita huomioon toiminnan suunnittelussa. Esimerkiksi toiminnat, joissa lapsi on muiden huomion keskipisteenä voivat olla aluksi vaivaannuttavia ujolle lapselle. Häntä voi ujostuttaa muiden lasten ja aikuisten kanssa, eikä hän välttämättä uskalla toimia niin kuin pyydetään ja tämä voi saada hänet kokemaan epäonnistuneensa. On tärkeää tehdä selväksi lapselle, että se ei haittaa ja ehkä toisella kerralla hän uskaltaa yrittää. Lapsille kerrotaan ryhmässä, että kaikkea ei tarvitse osata ja siellä he voivat opetella erilaisia taitoja. Ujon lapsen kasvatussuunnitelmaan voi laittaa yhdeksi tavoitteeksi sen, että hän saisi rohkeutta varhaiskasvatuksessa olon aikana.

*“Ei patisteta ujoa. Voi toki kehottaa, että rohkenisitko? Jos sinusta toki nyt tuntuu siltä, että ei, niin ei ole mitään hätää. Lapselle tulisi tunne, että ei tarvitse hirveästi pinnistellä omaa temperamenttia vastaan.” (Haastattelu)*

Pienryhmätoiminta toistui myös itsetunnon kehittymisen huomioimisessa. Pienryhmätoiminta mahdollistaa lapsen tutustumisen ja lähestymisen paremmin, kuin isommassa ryhmässä. Varhaiskasvattajan tekemät havainnot lapsesta jaetaan muille työntekijöille ryhmässä, jotta kaikki työntekijät voivat ottaa hänen temperamenttinsa huomioon lapselle sopivalla tavalla. On myös mietittävä, miten toiminnat vaikuttavat lapseen. Sillä on mahdollista, että vauhdikas leikki saa ujonkin lapsen innostumaan ja saa aikaan niin kutsutun ”flow tilan”, jolloin lapsi voi huomaamattaan alkaa juttelemaan tai toimimaan rohkeammin. Myös lapselle mieluisen puuha pienryhmässä voi saada tällaista aikaan.

Varhaiskasvatuksessa voi tulla ennakkokäsitteitä perheistä ja lapsista, jos perheet ovat etäisesti tuttuja tai heistä on kuultu asioita. Ennakkokäsitteet saattavat vaikuttaa varhaiskasvattajan ajattelutapaan perheestä ja lapsesta, mikä voi hankaloittaa varhaiskasvattajan keskittymistä työhönsä lapsen ja perheen kanssa. Varhaiskasvattajan kannattaa sivuuttaa ennakkokäsitteet, jotka voisivat luoda negatiivisen kuvan ja sen sijaan luoda itse käsitys perheestä ja lapsesta tutustessaan heihin.

Haastateltavat eivät erityisemmin avanneet kiintymyssuhteen merkitystä itsetunnon kehittymiselle, koska asiasta löytyy paljon tutkimuksia, mitkä kertovat tar-

kemmin. Molemmat haastateltavat kuitenkin kuvailivat varhaislapsuuden kiintymyssuhteen olevan erittäin tärkeä pohja lapsen kehitykselle ja tulevaisuudelle. Varhaislapsuudessa on tärkeää, että lapsi saa tarvitsemansa huomion ja hoidon. Jos lapselta jää puuttumaan myönteinen huomio sekä tarpeiden mukainen hoito, voivat ne vaikuttaa lapseen haitallisesti.

Itsetunnon kehitykseen vaikuttaa elämän aikana monenlaiset asiat ja niiden vaikutukset voivat olla hyviä tai huonoja. Ujon itsetuntoon haitallisia vaikutuksia voivat olla epäasiallinen tyyli kohtelu, hoputtaminen, painostetaan temperamentin vastaiseen rohkeuteen ja jatkuvaan reippauteen. Lapsi ja hänen tarpeensa pitäisivät ottaa huomioon sellaisena kuin ne ovat. Myönteisiä vaikutuksia varhaiskasvatuksen opettajien mukaan ovat kannustus, positiivinen ja rakentava palaute sekä kehu, joilla tuodaan esiin lapsen onnistumiset. Varhaiskasvattajat painostivat, että kehuja annettaessa on kuitenkin huomioitava se, ettei niistä tule tyhjiä ja epäaitoja.

*“Kun joku arka ja hiljainen lapsi uskaltaa aukaista vakkansa ja kantensa, niin sitten kehuakin sitä, että on hienoa, kun olet näin uskaltanut tehdä.” (Haastattelu)*

*”Kyllähän se ehdottomasti tekee hallaa, jos sanotaan lapselle negatiiviseen sävyyn, että yritäpä sinäkin vastata ja sinä oot niin hiljaa.” (Haastattelu)*

### 6.3 Tuen merkitys varhaiskasvatuksessa

Varhaiskasvatuksella on iso rooli lasten kasvatuksessa ja tukemisessa. Itsetunnon kehitys on lapsen kasvulle ja tulevaisuudelle tärkeä asia. Lapsen tulevaisuuden kannalta on merkittävää, että hän on saanut tukea varhaiskasvatuksessa kasvun varhaisessa vaiheessa. Lapsi siirtyy varhaiskasvatuksesta kouluun ja se on iso askel lapsen elämässä. Varhaiskasvatuksen aikana lapseen on voitu suhtautua monella tapaa, ja sillä on vaikutus itsetunnon kehittymiseen. Todennäköisesti lapsen sopeutuminen kouluun sujuu paremmin, jos hänellä on edeltäviä myönteisiä kokemuksia päiväkotitai esikouluryhmästä. Ujo lapsi voi arastella kouluun siirtymistä, jos hänen ujouteensa on suhtauduttu varhaiskasvatuksen ajan huonosti. Hän ei ole saanut tarpeeksi tukea, jolloin hänen itsetuntonsa ei ole vahvistunut ja hän voi itse ajatella ujoutensa olevan negatiivinen asia. Lapset muistavat hyvin, mitä heille on sanottu, joten on syytä miettiä sanoja ja tapaa,

miten lapsille puhuu. Jokainen lapsi ansaitsee mahdollisuuden kukoistaa sellaisena kuin on.

Pienryhmätoiminnan avulla voidaan pikkuhiljaa tuoda ja luoda lapsen varhaiskasvatuksen arkeen asioita, jotka saavat lapsen itsetunnon kohentumaan ja kehittymään. Pienryhmätoiminnassa lapsi voi tehdä itselleen mieleisiä ja vahvuuksiinsa sopivia asioita, jotka mahdollistavat onnistumisen kokemusten kasvun, mikä taas tukee itsetuntoa. Lapsille on myös mahdollista nimetä lähiaikainen, johon lapsi voi turvautua ja aikuinen on lapsen toiminnoissa mukana luomassa turvaa ja tukemassa häntä. Ujolle lapselle ja kaikille lapsille ylipäättään ryhmän pysyvyys voi olla merkittävä asia. Esimerkiksi jatkuva aikuisten vaihtuminen saattaa tuntua lapsista turvattomalta, kun on vasta päässyt tutuksi tiettyyn aikuiseen, mutta hänen tilalleen tulee joku muu ja häneen joutuu tutustumaan uudelleen. Ennakoimalla ujoa lasta jännittävät tilanteet voidaan pehmentää niihin siirtymistä kertomalla lapselle, mitä seuraavaksi tullaan tekemään, jotta hän voi valmistautua siihen. Annetaan lapselle mahdollisuus päättää eri vaihtoehdoista, mitä hän voisi tehdä ja kenen kanssa hän voisi leikkiä.

*“Koko ajan havainnoida ja dokumentoida sitä lapsiryhmää sekä reflektoida lapselle ja vanhemmille.” (Haastattelu)*

*”Havainnoin kautta löydetään asioita, joita lapsi tykkää tehdä ja ne mahdollistavat onnistumisen kokemukset lapselle.” (Haastattelu)*

Haastatteluissa halusin keskustella varhaiskasvattajien kanssa heidän näkemyksestään siitä, mikä on varhaiskasvatuksen opettajan rooli ujon lapsen itsetunnon tukemisessa. Haastateltavien mielestä heidän roolinsa on erittäin tärkeä varhaiskasvattajana. Lapsen kasvatusta on vanhempien, mutta myös varhaiskasvattajien vastuulla. Varhaiskasvattajat tekevät yhteistyötä ryhmänsä sisällä, jossa yhdessä voidaan suunnitella toimintaa lapsen suhteen ja kuinka hänen tarpeensa otetaan huomioon. Varhaiskasvattajan vastuulla on kirjoittaa lapsen vasuun hänen tarpeistaan ja pyrkiä tukemaan niitä. Varhaiskasvatuksessa tehdään kuitenkin yhteistyötä ryhmässä ja vanhempien kanssa, jolloin vastuu jakautuu jokaiselle lasta kasvattavalle.

## 6.4 Kasvatusyhteistyö

Opinnäytetyössäni pohdin varhaiskasvatuksessa tapahtuvaa tukemista ja varhaiskasvattajien tekemää yhteistyötä perheen ja lapsen huoltajien kanssa. Haastatteluissa kartoitin, millaista yhteistyötä varhaiskasvatuksessa tehdään perheiden kanssa. Ensimmäisenä haastateltavat nostivat esiin, kuinka vanhempien kanssa tehtävä yhteistyö kuuluu kasvatusyhteistyöhön. Kasvatusyhteistyöllä tarkoitetaan sitä, että varhaiskasvatuksen työntekijät ja vanhemmat sitoutuvat toimimaan yhdessä lapsen ja perheen parhaaksi. Yhteistyötä ajatellen on tärkeää luoda hyvä luottamus varhaiskasvatuksen ja perheiden välille, jotta lapsen ja perheen asioista voidaan keskustella ja toimia heidän parhaakseen. Tähän sopivana lähtökohtana toimii aloituskeskustelut, joissa vanhemmat pääsevät kertomaan lapsen arjesta, persoonallisuudesta, mielenkiinnon kohteista ja monista muista asioista.

*“Yhteistyö on luottamuksellista. Vanhemmat luottavat meidän ammattitaitoomme ja kasvattajien pitää pystyä luottamaan vanhempiin, että he tekevät oman osansa.” (haastattelu)*

*“Monesti joutuu vanhemmille sanomaan, että lapsen ei tarvitse esittää mitään, vaan annetaan hänen olla oma itsensä.” (Haastattelu)*

Vanhempien kanssa keskustellaan lapsesta päivittäin, kun lapsi tuodaan tai haetaan. Vanhempien kertomat havainnot lapsesta auttavat varhaiskasvattajia tukemaan lasta tarpeiden mukaan. Lapsen ujoudesta kerrottaessa ja kuinka se vaikuttaa lapseen, voidaan suunnitella, mitä tehdään ujon lapsen tukemiseksi varhaiskasvatuksessa. Lapsi saattaa kotona uskaltaa toimia rohkeammin, kuin varhaiskasvatuksessa. Lisäksi vanhemmilta voidaan kysyä mielipiteitä lapsen kanssa käytettävistä menetelmistä ja asioista, joita lapsi harjoittelee. Varhaiskasvattajat suunnittelevat vanhempien kanssa lapselle sopivia tavoitteita, joita lapsi voi harjoitella ja oppia. Esimerkiksi ujolle lapselle voisi asettaa tavoitteeksi saada lisää rohkeutta osallistua ryhmätoiminnassa, kuten viittaaminen, oman toiveen kertominen ja lorupussilla käynti muiden lasten edessä. Nämä ovat tilanteita, jotka voivat jännittää lasta ja pikkuhiljaa häntä voidaan yrittää rohkaista kokeilemaan näitä asioita.

Perheet ovat yleisesti ottaen suhtautuneet suotuisasti lapsen itsetunnon tukemiseen. Vanhemmat haluavat lapsensa parasta ja siksi he ovat kokeneet tuen tärkeäksi. Ujojen lasten vanhemmat kertovat jo alussa lasta kuvaillaessaan hänen piirteistään, että lapsi tarvitsee mahdollisesti aikaa lämmitä eri toiminnoille. Vanhemmat haluavat myös kuulla varhaiskasvatukselta vinkkejä lapsensa tukemista varten.

*”Mietitään yhdessä vanhempien kanssa, mitä menetelmiä voitaisiin kokeilla ja mikä heistä olisi lapselle parasta.” (Haastattelu)*

Kun perheiden kanssa tehdään yhteistyötä voi hyvänä ajattelutapana pitää esimerkiksi tasavertaisuutta varhaiskasvatuksen ja perheiden välillä. Tämä kuvastui toisen haastateltavan ajatuksena kasvatuskumppanuuteen liittyen. Varhaiskasvattajat ja vanhemmat voisivat olla tasavertaisia ja varhaiskasvattajat eivät tee itselleen roolia, joka olisi vanhempien yläpuolella. Kaikista asioista ei välttämättä olla aina samaa mieltä, mutta yhteistyön tekeminen on silti tärkeää. Lapsen kasvatuksen kannalta on tärkeää, että perhettä voidaan tukea ja auttaa, mitä tapahtuukin paljon varhaiskasvatuksessa.

## 7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Opinnäytetyöni tutkimuskysymykset keskittyivät ujon lapsen itsetunnon kehityksen huomiointiin ja tukemiseen varhaiskasvatuksessa. Lisäksi selvitin millaiset asiat vaikuttavat itsetunnon kehittymiseen ja perehdyin vanhempien sekä varhaiskasvattajien yhteistyöhön.

Keräämäni teorian ja haastattelujen vastausten perusteella voidaan huomata, että ujojen lasten itsetunto otetaan huomioon varhaiskasvatuksessa ja sitä halutaan vahvistaa. Tuloksista voidaan todeta, että ujojen lasten itsetunnon tukemisen menetelmissä korostuivat sanallinen tukeminen, jolloin lasta kannustetaan ja kehdutaan ja lisäksi isossa roolissa oli pienryhmätoiminta.

Itsetunto kehittyy läpi elämän ja sen kehittymiselle voi olla positiivisia sekä negatiivisia vaikutuksia. Jokaisella lapsella on yksilöllinen itsetunto, oli sitten ujo tai ei. Merkittävä vaikuttaja itsetunnon kehittymiselle on kiintymyssuhde ja varhaislapsuudessa saatu huomio sekä rakkaus. Itsetunnon kehitys voi saada vahingollisia vaikutuksia, jos kiintymyssuhde on turvaton ja lapsi jää ilman tarpeiden huomiointia sekä rakkautta. Jos lapselta puuttuu itsetunto ja itseluottamus, niin hänen minänsä vaurioituu. Minävaurio on seurausta siitä, että lapsi on jäänyt ilman tarvitsemaansa rakkautta ja hoitoa. (Keltikangas-Järvinen 2010b, 101.) Läsnä olevalla aikuisella on iso rooli lapsen itsetunnon tukemisessa. Tämä korostui opinnäytetyön aikana kerätyissä materiaaleissa ja haastatteluissa. On siis tärkeää, että lapsi saa tukea vanhemmiltaan ja varhaiskasvattajilta.

Haastateltavien mukaan ujojen lasten sekä heidän itsetuntonsa tukemista pidettiin tärkeänä varhaiskasvatuksessa. Ujous on temperamenttipiirre ja kaikki temperamenttipiirteet tulisi ottaa huomioon varhaiskasvatuksessa. Ujouteen suhtaudutaan temperamenttipiirteenä edelleen vaihtelevasti, mutta toinen haastateltavista koki, että hänen työ uransa aikana on nähnyt enemmän positiivista suhtautumista ja lapsia halutaan tukea heille sopivalla tavalla. Lapsen kasvatuksen kannalta on myönteistä, jos varhaiskasvattaja on tietoinen temperamenttieroista ja kuinka ne vaikuttavat lasten oppimistapoihin. Varhaiskasvattajan on pysyteltävä ajan tasalla ja jaettava tietonsa myös muiden työntekijöiden sekä vanhempien kanssa. (N. Aron 2020, 309.)

Itsetunnon kehittymisellä on iso rooli lapsen myöhempää elämää ajatellen, kuinka hän uskoo omiin kykyihinsä, onnistumisiinsa sekä, miten hän ottaa palautteet ja kritiikin vastaan. Varhaiskasvatuksella on ennakoiva vaikutus lapsen kouluun siirtymisvaihetta ajatellen, kuinka lapseen on suhtauduttu päiväkodissa ja esikoulussa. Kouluun sopeutuminen olisi todennäköisesti helpompaa, kun lapsella on ollut myönteisiä elämyksiä päiväkodissa. (Kalland 2012,153.)

Vanhempien kanssa tehtävää yhteistyötä pidettiin itsestään selvänä, koska se on osa kasvatusyhteistyötä varhaiskasvatuksessa. Yhteistyö vanhempien kanssa on tärkeää, jotta heidän lapsensa kasvua voidaan tukea parhaimman mukaan. Haastateltujen varhaiskasvatuksen opettajien mukaan he haluavat olla tasavertaisia vanhempien kanssa, jotta yhteistyö toimisi ilman eriarvoista aseman asetelua. Tasavertaisuudesta mainittiin myös teoriassa, kuinka varhaiskasvattajat ja vanhemmat tukevat lapsen kasvua saavuttaakseen yhteisesti laaditut tavoitteet ja tasavertainen yhteistyö luo pohjan lapsen kasvatusyhteistyölle. (Ahonen 2017, 243.)

Vanhemmat tuntevat lapsensa parhaiten ja he kertovat jo varhaiskasvatuksen alussa, millainen heidän lapsensa on ja mahdollisista huomioon otettavista asioista. He voivat miettiä varhaiskasvatuksen aloitusta varten perustietopaketin lapsestaan, jolloin lapsen ujoutta ja sen ilmenemistä voidaan kuvailla muutamalla lauseella. Tämä helpottaa jokaista osapuolta varhaiskasvatuksessa, kun ujous otetaan huomioon alusta alkaen. (N. Aron 2020, 160.)

Pienryhmätoiminta tuli uutena asiana haastatteluissa. En ollut keräämäni teorian perusteella ollut huomannut pienryhmätoiminnasta mainintaa, joten en ollut osannut ottaa sitä huomioon yhdeksi tukimuodoksi varhaiskasvatuksessa. Pienryhmätoiminnassa lapset saavat yksilöllistä ohjausta ja huomiota, mahdollisuuden olla vain muutaman lapsen kanssa sekä tilaisuuden tehdä mieluisia asioita ja saada sitä kautta onnistumisen kokemuksia. Lisäksi pienryhmässä lapsi voi saada tarvitsemaansa aikaa. Nämä kaikki asiat ovat hyödyksi ujon lapsen ja hänen itsetuntonsa huomioimisessa. Varhaiskasvattajat pääsevät paremmin havainnoimaan lapsen mielenkiinnon kohteita ja toimintaa. Näiden havaintojen avulla hän

voi kokeilla ujolle lapselle erilaisia kannustamisen menetelmiä verbaalisti tai non-verbaalisti, kuten Iso-Britannian ja Norjan yliopistojen tekemässä tutkimuksessa opettajat olivat tehneet. (Crozier, Edwards, Mjelve & Nyborg 2019, 14.)

Ujon lapsen itsetuntoon vaikuttavat monenlaiset asiat, kuten huomioon ottamisen merkitys. Otetaanko lapsi huomioon omine tarpeineen ja ohjataanko häntä, vai jätetäänkö hänet huomioimatta? Erityisesti ujoilla itsetuntoon vaikuttaa leimautuminen. Se on negatiivinen tekijä, koska pieni lapsi ei välttämättä voi ymmärtää, mikä hänessä on vikana ja miksi hänestä ei pidetä. He eivät itse välttämättä tiedosta olevansa ujoja. Haastatteluissa ja teoriassa mainittiin lapsen painostamisesta osallistua toimintaa tai mennä leikkimään muiden lasten kanssa, vaikka hän ei oikeasti ole siihen valmis. Oikeasti lapselle tulisi antaa aikaa liiallisen painostamisen sijasta.

Esimerkiksi lapsi ei välttämättä uskalla vastata piirillä kysymykseen, mutta häntä painostetaan vastaamaan, mikä luo hänelle epämiellyttävän olon. Lopulta hänet saatetaan sivuuttaa, jolloin ujo lapsi voi kokea epäonnistuneensa. Elämässä tulee onnistumisia ja epäonnistumisia väistämättä, mutta vastaamattomuus ei ole epäonnistumista. Lapsi varmasti saa rohkeutta vastata myöhemmin, kunhan hänelle on annettu aikaa ja hänen kanssaan muistetaan toimia sensitiivisesti. Varhaiskasvatuksessa käytetään lapsilähtöistä kasvatusta, millä tarkoitetaan lapsen yksilöllistä huomioimista. Lapsilla on yksilölliset tarpeet, jotka ovat merkityksellisiä ja ne huomioidaan niiden mukaisesti. Kaikki lapset ovat ainutlaatuisia yksilöitä sellaisina kuin ovat ja siksi olisi tärkeää, että aikuiset myös osaisivat nähdä ja kuulla lapsen omana yksilönä. (Ahonen 2017, 64.)

Ujon lapsen itsetuntoa voivat haavoittaa vanhempien odotukset ja käytös häntä kohtaan. Jos vanhemmat antavat lapselle kuvan siitä, että he odottavat lapsen olevan muuta kuin on, saa se lapsen olemassaolon oikeuden tunteen horjumaan. Sen sijaan vanhempien tulisi osoittaa sanoin ja elein, että ujo lapsi riittää heille omana itsenään. Mattila kuvailee kirjassaan ajatusta lapsen sopeutumisesta ja unohtamisesta, jos häntä on kohdeltu huonosti. Ajatus voi käydä toteen, jolloin lapsi unohtaa ja sopeutuu saamaansa kohteluun, mutta sen seurauksena hänen itsetuntonsa heikkenee. (Mattila 2014, 93 & 102.)

Haastatteluissa keskustelimme siitä, että onko ujon lapsen itsetunto haavoittuvaisempi kuin ei ujon lapsen itsetunto. Tämä osoittautui haastavaksi kysymykseksi, millä en kuitenkaan tarkoittanut ujon lapsen itsetunnon olevan automaattisesti heikompi. Vastaukseksi he antoivat, että itsetunto on haavoittuvainen lapsen temperamentista tai persoonallisuudesta riippumatta. Joillakin enemmän ja toisilla vähemmän haavoittuvainen. Haastatteluissa ilmeni myös, että varhaiskasvatuksessa huomio kiinnittyy helposti vilkkaimpiin lapsiin ja heidän tukemiseensa. Vilkkaan lapsen käytöstä ja toimintaa havainnoidaan sekä mietitään hänelle sopivia tukemisen menetelmiä. Hytösen ja Vallin mukaan tämä on yleistä ja silloin hiljaisemmat lapset jäävät vaille huomiota, jota he tarvitsisivat muiden lasten tavoin. Tämä voi johtua siitä, että emme ole varmoja hiljaisten lasten tukemisesta, vahvistamisesta ja heilläkin on tarpeita, jotka pitäisi ottaa huomioon (Hytönen & Valli 2016, 30.)

## 8 POHDINTA

Opinnäytetyön aikana olen oppinut temperamenttipiirteiden eroavuudesta ja niiden ainutlaatuisuudesta. Olisi hyvä, jos kaikki temperamenttipiirteet voitaisiin hyväksyä sellaisinaan, jolloin lapset tulisivat nähdyiksi ja he suvaitisivat oman temperamenttinsa. Itsetuntoon kohdistuu haitallisia vaikutuksia, kun jostain piirteestä luodaan epäsuotuisaa kuvaa. Ujolla lapsella on omat vahvuutensa ja mielenkiintonsa ujoudesta huolimatta. Ujo lapsi tarvitsee arjessa kannustusta ja arvostusta, jotta hänen itsetuntonsa saisi positiivisia kokemuksia. Itsetunto voi olla haavoittuva lapsen temperamentista riippumatta, eikä ujous tee itsetunnosta heikkoa automaattisesti. Temperamentteja on monenlaisia ja kaikissa on omat puolensa.

Opinnäytetyö on ollut kokonaisuudessaan mielenkiintoinen projekti, mutta se on ollut myös haastavaa. Tämän myötä olen oppinut enemmän varhaiskasvatuksessa tapahtuvasta yksilöllisestä tuesta ja siitä, kuinka ujojen lasten itsetunto otetaan huomioon. Lasten tukeminen on tärkeää jo varhaisessa vaiheessa, koska lapsuus luo pohjaa tulevaisuudelle ja elämälle. Haasteita opinnäytetyön tekemisessä toi keväällä koronavirus, minkä vuoksi haastattelun toteutusta piti miettiä uudelleen ja siirtyä puhelinhaastatteluun kasvokkain tapahtuvan haastattelun sijasta. Koronavirus vaikeutti myös haastateltavien työskentelyä, mikä toi haasteita haastatteluajan sopimiseen. Puhelinhaastatteluista toinen jäi lopulta kokonaan pois, jolloin jouduin etsimään uuden haastateltavan. Tavoitteenani oli saada tehtyä haastattelut keväällä, mutta ne siirtyivät loppukesään muutosten takia. Lisäksi koronan vaikutuksesta materiaalien saanti hankaloitui keväällä, kun kirjastot menivät kiinni, eikä ollut mahdollista lainata kirjoja.

Ujoudesta tai ujon lapsen itsetunnosta ei löytynyt paljoa ajankohtaisia tutkimuksia, jolloin hyödynnettävät aineistot liittyen ujon itsetuntoon olivat rajalliset. Nykyään erityisherkkyyteen on alettu kiinnittämään huomiota ja siitä on alettu tehdä tutkimuksia, mutta erityisherkkyyks ja ujous eivät ole sama asia. Muita aineistoja tutkimalla ja hyödyntämällä sain kuitenkin kasattua hyvän teoria pohjan opinnäytetyölleni.

Olisin voinut tutkia tarkemmin vanhempien kanssa tehtävää yhteistyötä ja selvittää haastatteluissa enemmän siihen liittyviä asioita, koska koen yhteistyön varhaiskasvatuksen ja perheen välillä olevan merkittävää ujon lapsen itsetunnon tukemisen kannalta. Haastattelussa olisin voinut selvittää, miten yhteistyöllä on iso merkitys muissakin lapsen kasvatukseen liittyvissä asioissa. Itsetunnon tukeminen on osa kasvatusta. Lisäksi vanhempien kasvatukseen ja lapsen tukeminen kotona olisivat voineet olla osana opinnäytetyötä, mutta silloin olisi pitänyt mahdollisesti haastatella myös vanhempia. Vanhempien haastattelemineen olisi laajentanut koko opinnäytetyötä ja näkökulmia. Päätin kuitenkin haastatella vain varhaiskasvatuksen opettajia, jolloin sain näkökulman keskittymään varhaiskasvatuksessa tapahtuvaan tukemiseen, mikä oli tavoitteenani.

Opinnäytetyössäni teoria ja haastatteluaineistot vastasivat toisiaan, jolloin niistä löytyi yhtäläisyyksiä, mutta myös joitain eroavaisuuksia. Opinnäytetyön aikana tuli toistoa samoista asioista ja menetelmistä, joita käytetään itsetunnon tukemisessa. Aineistoista keräämällä teoriolla ja niiden toistumisella huomasin haastatteluiden aikana muistavani käsitelleeni samanlaisia asioita, joita haastateltavat antoivat vastaukseksi. On yllättävää huomata, kuinka yhtäläisyyksiä löytyy haastateltavien vastauksista ja kerätyistä teoria-aineistoista. Tämä kertoo todennäköisesti varhaiskasvattajien kokemuksesta ja havainnoista ujon lapsen huomioimisesta sekä itsetunnon tukemisesta varhaiskasvatuksessa.

Opinnäytetyön loppua kohden minulla alkoi heräämään lisää ajatuksia ja ideoita, joita olisi vielä voinut tuoda esiin tai selvittää niiden vaikutusta ujon lapsen itsetuntoon. Oli kuitenkin järkevää keskittyä omaan rajaukseeni, jotta opinnäytetyö ei lähtisi karkaamaan käsistä. Palaset alkoivat lokahtamaan paikalleen opinnäytetyön loppuvaiheessa, jolloin aikaraja alkoi tulemaan jo vastaan. Koen, että olen onnistunut kokomaan opinnäytetyöstäni hyvän kokonaisuuden ja saavuttanut tavoitteeni. Tavoitteenani oli selvittää, miten ujojen lasten itsetuntoa tuetaan varhaiskasvatuksessa ja keräämäni teorian sekä haastattelujen avulla sain etsimäni vastaukset opinnäytetyölleni.

Jatkotutkimusta voisi tehdä esimerkiksi ujoista koululaisista tai aikuisista. Aikuisia voitaisiin haastatella, kuinka he ovat kokeneet oman temperamenttinsa tai miten se on vaikuttanut elämän aikana. Voi kuitenkin olla, että ujoin ihmiset arastelevat

antaa haastatteluita, joten kysely voisi tuntua mahdollisesti helpommalta. Uskon silti, että on myös sellaisia ujoja aikuisia, jotka haluavat kertoa ujoudestaan. Aihe on mielenkiintoinen ja sitä olisi kiintoisaa tutkia monesta eri näkökulmasta.

## LÄHTEET

Ahola, A., Saari, E. & Viinamäki, L. 2007. Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen. Helsinki: Tammi 2007

Ahonen, L. 2017. Haastavat kasvatustilanteet. Lämpimän vuorovaikutuksen käsikirja. Bookwell Oy: Juva

Cacciatore, R. & Korteniemi-Poikela, E. 2020. Sisu tahto itsetunto. Portaat itku-potkuraivareista aggression hallintaan. Minerva kustannus Oy, Helsinki. Painettu EU:ssa 2020

Crozier, W.R., Edwards, A. Mjelve, L. H. & Nyborg, G. 2019. Teacher's strategies for enhancing shy children's engagement in oral activities: necessary, but insufficient? Viitattu 14.5.2020. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/13603116.2020.1711538>

Hytönen, T. & Valli, S. 2016. Ihanat tytöt. Menetelmäopas hiljaisten ja ujojen tyttöjen kohtaamiseen. Tallinna Raamatutrükikoja, Viro 2016.

Maasola, M. & Toivakka, S. 2011. Itsetunto kohdalleen! Bookwell Oy: Juva 2011

Mannerheimin lastensuojeluliitto 2018. Lapsen ja nuoren temperamentti. Viitattu 17.12.2019. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemmuus-ja-kasvatus/lapsen-ja-nuoren-temperamentti/>

Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017. Lapsen itsetunnon tukeminen. Viitattu 17.12.2019. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemmuus-ja-kasvatus/lapsen-itsetunnon-tukeminen/>

Mattila, K-P. 2014. Lapsen vahvistava kohtaaminen. Bookwell Oy, Juva 2014

Mieli 2019. Hyvä itsetunto on optimistista realismia. Viitattu 17.12.2019. <https://mieli.fi/fi/mielenterveys/itsetuntemus/hyv%C3%A4-itsetunto-optimistista-realismia>

N. Aron, E. 2020. Erityisherkkä lapsi. Tunnista lapsen herkkyyys ja auta häntä kääntämään herkkyytensä voimavaraksi. Suomentanut Kirsi-Marja Tielinen. Suomenkielinen laitos. Otava 2020

Niemi, P. 2013. Resuinen ja rikas: itsetunto, identiteetti, tunteet, tahto. Hämeenlinna 2013.

Kalland, M. & Sinkkonen, J. (toim.) Hautamäki, A., Korja, R., Mäntymaa, M., Pajulo, M., Pasanen, K., Punamäki, R-L., Puura, K., Pärssinen-Hentula, I. Repokari, L. & Schulman, M. 2012. Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. 1-2. PAINOS, 2012. Sanoma Pro Oy.

Kananen, J. & Jyväskylän ammattikorkeakoulu 2008. KVALI Kvalitatiivisen tutkimuksen teoria ja käytänteet. Jyväskylän yliopistopaino.

- Kananen, J. & Jyväskylän ammattikorkeakoulu 2017. Laadullinen tutkimus pro graduna ja opinnäytetyönä. Suomen Yliopistopaino Oy
- Keltikangas-Järvinen, L. 2019. Ujot ja Introvertit. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö 2019
- Keltikangas-Järvinen, L. & Mullola, S. 2014. Maailman paras koulu. Helsinki: WSOY 2014
- Keltikangas-Järvinen, L. 2012. Pienen lapsen sosiaalisuus. Helsinki: WSOY 2012.
- Keltikangas-Järvinen, L. 2010a. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. WS Bookwell Oy, Juva 2010
- Keltikangas-Järvinen, L. 2010b. Hyvä itsetunto. Helsinki: WSOY 2010
- Keltikangas-Järvinen, L. 2009. Temperamentti. WS Bookwell oy: Juva 2009
- Koivisto, P. 2007. "Yksilöllistä huomiota arkisissa tilanteissa" Päiväkodin toimintakulttuurin kehittäminen lasten itsetuntoa vahvistavaksi. Jyväskylä University Printing House, Jyväskylä 2007
- Koljonen, H. 2016. "Kato kun mä osasin" – Tietoa varhaiskasvatukseen lapsen itsetunnosta ja sen tukemisesta. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.
- Lammi, S. & Pessi, J. 2015. Lapsen itsetunnon tukeminen ja vahvistaminen päiväkodissa. SeAMK Sosiaali- ja terveystieteiden tiedekunta. Opinnäytetyö.
- Leskisenoja, E. 2019. Positiivinen pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Toteuta käytännössä. Otavan kirjapaino Oy, Keuruu 2019
- Opetushallitus. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018. PunaMusta Oy, Helsinki 2019. Viitattu 11.10.2020 [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman\\_perusteet.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet.pdf)
- Pihlaja, P. & Viitala, R. (toim.) 2018. Varhaiserityiskasvatus. Otavan kirjapaino Oy, Keuruu 2018.
- Repo, L. 2013. Pienet lapset ja kiusaaminen ehkäisy. Bookwell Oy: Juva 2013
- Rossi, I. & Salonen, M. 2015. Pienen lapsen itsetunnon vahvistaminen -Menetelmäkansio lapsen itsetunnon tukemiseen. Turun ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.
- Rudasil, K.M. 2011. Child temperament, teacher–child interactions, and teacher–child relationships: A longitudinal investigation from first to third grade. Educational Psychology Papers and Publications. Paper 118. University of Nebraska – Lincoln.
- Sarajärvi, A. & Tuomi, J. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Kustannusosakeyhtiö Tammi, 2018. Painettu EU:ssa

Sinkkonen, J. 2008. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. Helsinki: WSOY 2008

Sinkkonen, J. 2012. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. WSOY 2012. Painettu EU:ssa

Uusitalo-Malmivaara, L. & Vuorinen, K. 2013. Huomaa hyvä! Näin ohjaat lasta ja nuorta löytämään luoteen vahvuutensa. Bookwell Oy: Juva 2013.

Uusitalo-Malmivaara, L. (toim.) 2014. Hilppö, J., Kumpulainen, K., Lipponen, L., Mikkola, A., Rajala, A. Positiivisen psykologian voima. Bookwell Oy: Juva

Uusitalo-Malmivaara, L & Vuorinen, K. 2018. Huomaa hyvä! Vahvuusvariksen bongausopas. As Pajo: Viro 2017

Varhaiskasvatuslaki 540/2018. Annettu Helsingissä 13.7.2018. Saatavilla sähköisesti osoitteessa <<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20180540>>

Viinämäki, L. & Saari, E. 2007. Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen. Gummerus Kirjapaino Oy, Jyväskylä: Tammi.

Vehkalahti, R. 2007. Kehu lapsi päivässä. Lasten Keskus, Helsinki 2007. Painopaikka Saarijärven Offset, Saarijärvi 2007.

LIITTEET

LIITE 1. Teemahaastattelurunko

## Teemahaastattelurunko

### Ujon lapsen itsetunnon tukeminen varhaiskasvatuksessa

#### 1. KOULUTUS JA TYÖHISTORIA

- Mikä on sinun koulutuksesi?
- Kuinka kauan olet tehnyt työtä varhaiskasvatuksen opettajana?

#### 2. LAPSEN UJOUS

- Mitä on ujous?
- Miten lapsen ujous ilmenee päiväkodin arjessa?
- Miten ujouteen suhtaudutaan piirteenä varhaiskasvatuksessa?
- Kuinka ujut lapset otetaan huomioon päiväkodin arjessa?

#### 3. UJON LAPSEN ITSETUNTO

- Mitä itsetunto on?
- Eroaako mielestäsi ujon lapsen itsetunto ei ujon lapsen itsetunnosta?
- Onko ujon lapsen itsetunto haavoittuvaisempi?
- Miten ujon lapsen itsetunnon kehittymiseen kiinnitetään huomiota?
- Onko kiintymyssuhteella merkitystä itsetunnon kehittymiselle?
  - Miten se vaikuttaa?
- Millaiset asiat vaikuttavat ujon lapsen itsetuntoon?
  - Positiivisesti/Negatiivisesti?

#### 4. UJON LAPSEN ITSETUNNON TUKEMINEN VARHAISKASVATUKSESSA

- Mitä ujon lapsen itsetunnon tukeminen merkitsee?
- Millainen merkitys itsetunnon tukemisella on varhaiskasvatuksessa?
- Millä tavalla ja menetelmillä ujon lapsen itsetuntoa voidaan tukea?
- Mikä on varhaiskasvatuksen opettajan rooli ujon lapsen itsetunnon tukemisessa?
- Tekevätkö varhaiskasvatuksen opettajat yhteistyötä vanhempien kanssa tukeakseen yhdessä itsetuntoa?
  - Kerro millaista yhteistyötä?
  - Mitä yhteistyö merkitsee itsetunnon tukemiselle?
- Miten vanhemmat suhtautuvat itsetunnon tukemiseen?