



Riihimäki Netta Y63079560

Erityisherhän lapsen tukeminen tunnetaitojen avulla varhaiskasvatuksessa

Kandidaatin tutkielma
KASVATUSTIETEIDEN TIEDEKUNTA
Varhaiskasvatuksen tutkinto-ohjelma
2023

Oulun yliopisto

Kasvatustieteiden tiedekunta

Lapsen erityisherkkyyden tukeminen tunnetaitojen avulla varhaiskasvatuksessa (Netta Riihimäki)

Kandidaatin tutkielma, 28 sivua

Huhtikuu 2023

Tämän tutkielman aiheena on erityisherkin lapsen tukeminen tunnetaitojen avulla varhaiskasvatuksessa. Erityisherkin lapsen tunnistaminen sekä tunnetaitojen merkitys varhaiskasvatuksessa on tärkeää niin varhaiskasvatuksen opettajan kuin erityisherkin lapsen näkökulmasta. Tutkielman tavoitteena on lisätä tietoa ja syventää ymmärrystä erityisherkestä lapsesta sekä selvittää, kuinka varhaiskasvatuksen opettajan toteuttamalla tunnetaitojen opettamisella erityisherkkää lasta voidaan tukea hänen tarpeisiinsa sopivalla tavalla. Aihe on merkityksellinen, koska siitä voi seurata myöhempää haittaa niin yksilölle kuin yhteiskunnallisestikin, jos erityisherkkää lasta ei tunnista ja tueta. Tutkielmani vastaa tutkimuskysymyksiin: Miten lapsen erityisherkkyyys ilmenee varhaiskasvatuksessa? Miten tunnetaidoilla voidaan tukea erityisherkkää lasta varhaiskasvatuksessa?

Tutkielmani tutkimusmetodi on kirjallisuuskatsaus. Aineistona on kotimaisia ja kansainvälisiä vertaisarvioituja lähteitä. Keskeiset käsitteet avaavat tutkielmassani käsiteltävän aiheen selkeästi ja luovat pohjan tutkimuskysymyksilleni. Aineistoa teemoitteleamalla olen saanut luotua kokonaisuuden erityisherkestä lapsesta sekä tunnetaidoista, ja siitä, kuinka ne liittyvät toisiinsa vahvasti.

Tutkielmani tulokset osoittavat sen, että erityisherkillä lapsella on haasteita tunteiden säätelyssä. Tulokset osoittavat tarpeen siihen, että erityisherkkä lapsi hallitsee tunnetaitoja hänen kokiessaan niin negatiiviset kuin positiiviset ärsykkeet vahvempina. Tunnetaitojen avulla erityisherkkä lapsi oppii sanoittamaan ja hallitsemaan tunteitaan. Tunnetaitojen opettamiseen on olemassa konkreettisia materiaaleja, jotka sopivat erityisherkin lapsen tunteiden säätelyn tukemiseen.

Avainsanat: erityisherkkyyys, varhaiskasvatus, tunteet, tunnetaidot

Sisältö

| | |
|---|-----------|
| 1 Johdanto | 4 |
| 2 Tutkimuksen toteutus | 7 |
| 2.1 Tutkimuksen lähestymistapa ja tutkimuskysymykset..... | 7 |
| 2.2 Tutkimusaineiston kanssa työskentely | 8 |
| 2.3 Eettisyys ja luotettavuus..... | 9 |
| 3 Teoreettinen viitekehys | 11 |
| 3.1 Varhaiskasvatus ja varhaiskasvatuksen opettaja..... | 11 |
| 3.2 Tunteet ja tunnetaidot varhaiskasvatuksessa..... | 11 |
| 3.3 Erityisherkkä lapsi varhaiskasvatuksessa..... | 13 |
| 4 Tulokset | 15 |
| 4.1 Erityisherkkä lapsi varhaiskasvatuksessa..... | 15 |
| 4.2 Erityisherkkän lapsen tunteet varhaiskasvatuksessa | 16 |
| 4.3 Tunnetaitojen hallinnan merkitys erityisherkkälle lapselle varhaiskasvatuksessa | 17 |
| 5 Johtopäätökset ja pohdinta | 20 |
| 5.1 Luotettavuuden ja eettisyyden arviointi | 23 |
| 5.2 Jatkotutkimusideat | 25 |
| Lähteet | 27 |

1 Johdanto

Tutkielmani aiheeksi valikoitui lapsella ilmenevä erityisherkyys ja sen tukeminen. Tutkielmani sijoittuu varhaiskasvatuksen kontekstiin. Haluan painottaa erityisherkyiden tunnistamisen tärkeyttä sekä tunnetaitojen merkitystä varhaiskasvatuksessa niin varhaiskasvatuksen opettajan kuin erityisherkin lapsen näkökulmasta. Tärkeä rooli erityisherkin lapsen tukemisessa on kasvattajalla kotona sekä varhaiskasvatuksessa. Tutkielmassani käsitelen aihetta kuitenkin varhaiskasvatuksessa lapsen ja varhaiskasvatuksen opettajan välisenä. Tutkielmassa tulee esille tunnetaitojen merkitys erityisherkyiden tukemiseen sekä se, kuinka erityisherkin lapsen kokonaisvaltaiselle kehitykselle on tärkeää se, että hänen herkkyytensä ymmärretään ja hän saa yksilöllisesti tarvitsemaansa tukea.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (Opetushallitus [OPH], 2022) mukaan varhaiskasvatuksen henkilöstöltä edellytetään ammattitaitoa ja herkkyyttä tunnistaa tunnetiloja sekä muuttaa ja suunnata omaa toimintaansa niiden mukaisesti. Lasten aloitteet ovat usein kehollisia ja sanattomia, joten niiden ymmärtäminen ja niihin vastaaminen edellyttävät henkilöstöltä sensitiivistä läsnäoloa ja lapsen yksilöllistä tuntemista (OPH, 2022). Karjalaisen (2021) mukaan päivittäisessä kasvatuselämässä olisi tarve antaa enemmän aikaa ja herkkyyttä lasten moninaisille tavoille kommunikoida tunteistaan, sillä se loisi perusteet lasten kuulluksi ja kohdatuksi tulemiselle. Tutkielmani aiheen kokonaisvaltainen ymmärtäminen ja havainnointi olisikin tärkeää varhaiskasvatuksen opettajan työssä.

Aron (ks. esim. 2013) käyttää tietokirjoissaan käsitettä *highly sensitive person* (HSP), joka on suomennettu erityisherkäksi ihmiseksi. Tutkimusartikkeleissaan Aron ja Aron (1997) käyttävät käsitettä *sensory-processing sensitivity* (SPS), joka voidaan suomentaa aistitiedon käsittelyn herkkyydeksi (viitattu lähteessä Airaksinen & Satri, 2021). Airaksisen ja Satriin (2021) mukaan kotimaisessa tutkimuskirjallisuudessa herkyys ympäristölle on toistaiseksi lähes tuntematon käsite. Heidän mukaansa tämä voi johtua siitä, että kotimaista tutkimusta aiheesta on toistaiseksi vähän, ja kansainvälisessä tutkimuskirjallisuudessa ilmiön tutkimus on levittäytyneenä erilaisten käsitteiden alle (Airaksinen & Satri, 2021).

Boyce (2019) on tutkinut erityisherkkyyttä ja lähestynyt sitä kirjallisuudessaan käyttäen vertauskuvaallisia ilmaisuja orkidea ja voikukka. Voikukkalapsi (*dandelion child*) kuvaa lasta, joka kukoistaa ympäristöstä ja olosuhteista riippumatta. Orkidealapsi (*orchid child*) eli erityisherkkä lapsi on tarkka ja vahvasti riippuvainen kasvuympäristöstään sekä hoivasta ja

tuesta. Hänen määritelmänsä mukaan erityisherkkää orkideaa ei määritä haavoittuvaisuus vaan herkkyys, ja kun sitä tukee oikein, se voi puhjeta kukkaan iloisena ja menestyksekkäänä. Tämä määritelmä kiteyttää mielestäni erinomaisesti sen, kuinka erityisherkkä lapsi tulisi tunnistaa, kohdata ja tukea. Lionetti, Aron, Aron, Burns, Jagiellowicz ja Pluess (2018) sekä Aron (2020a) ovat käyttäneet tätä samaa vertauskuvallista ilmaisua erityisherkästä orkideasta, ja erityisherkkyyttä koskevissa tutkimuksissaan he vahvistavat samaa kuin Boyce siitä, että jotkut yksilöt näyttävät olevan herkempiä kuin toiset. He kaikki painottavat myös, että nämä erilaisille ympäristön ärsykeille reaktiivisemmat yksilöt voivat olla herkempiä niin haitallisten kokemusten negatiivisille vaikutuksille, kuin positiivisten kokemusten hyödyllisille vaikutuksille. Kyseiset vertauskuvalliset ilmaisut ovat mielestäni selkeitä ja ymmärrettäviä ilmaisuja lasten erilaisista herkkyyspiirteistä.

Erytyisherkkyyys on tutkimuksissa selkeästi tunnistettu ja tärkeä aihe (ks. esim. Aron, 2020a; Boyce, 2019; Lionetti, 2018) ja tunnetaitojen tueksi on kehitetty erilaisia materiaaleja ja hankkeita, joita voidaan käyttää erityisherkan lapsen tunnepurkauksien tukena (Fanni, TUNTUVA). Mielestäni tunnetaitojen opettamisen ja hallinnan tulisi olla isossa roolissa varhaiskasvatuksessa ja pidänkin varhaiskasvatuksen opettajan taitoa tukea lapsen tunnetaitoja tärkeänä. Tunnetaidot toimivat pohjana lapsen kokonaisvaltaiselle kehitykselle ja varhaiskasvatuksella on paljon merkitystä tämän asian tukemisessa. Olen itse havainnut selkeän yhteyden tunnetaitojen tarpeellisuudesta erityisherkkyyden tukemisessa ja tämä sama yhteys on havaittavissa myös tutkielmassani käytetyissä tutkimuksissa. Siitä, kuinka tunnetaidot vaikuttavat positiivisesti erityisherkan lapsen tunneherkkyyteen, ei ole oikein tutkittu.

Yksilöt voivat kokea ympäristössään vallitsevat olosuhteet hyvin eri tavoin ja myös reagointi ympäristöön on yksilöllistä (Airaksinen & Satri, 2021). Vaikka varhaiskasvatuksessa kaikkia tulisi kasvattaa ja kohdella samantarvoisesti, se ei tarkoita kaikkien kasvavan ja kehittyvän samalla tavalla (Boyce, 2019). Tämän voi yhdistää varhaiskasvatukseen, jossa jokainen lapsi kokee ja tuntee varhaiskasvatuksen opettajan samanlaisen toiminnan ja olemuksen sekä varhaiskasvatuksen ympäristön edes jollain tavalla erilaisena. Tästä syystä olisi hyvä tuntea lapset yksilöllisesti. Näennäisen muuttumaton ympäristö ei ole todellisuudessa kaikille lapsille samanlainen (Boyce, 2019).

Erytyisherkkä voi jatkuvasti ärsykeistä stressaantuessaan ilmaista tunteensa tunnepurkauksina, ja jos tunnepurkauksien syytä, eli tutkielmani yhteydessä lapsen erityisherkkyyden ja ympäristön negatiivisten vaikutusten yhteyttä, ei tunnisteta voi stressi pitkittyä. Tämä voi

aiheuttaa uusia oireiluja, kuten myöhemmällä iällä mielenterveysongelmia (Aron, 2020a; Boyce, 2019). Erityisherkan pitkittynyt stressi voi olla yhteydessä myös moniin sairauksiin (Boyce, 2019). Jotta erityisherkkä lapsi mahdollisesti välttyy myöhemmiltä terveysongelmilta, tulee varhaiskasvatuksen henkilöstöllä olla resursseja ja osaamista tunnistaa erityisherkkä lapsi ja tukea yksilöllisesti. Tällöin myös yhteiskunnallisesti voitaisiin välttää terveydenhuollon lisäkuormitusta. On hyvä muistaa se, että mitä tapahtuu lapsuudessa, ei koskaan jää vain lapsuuteen (Boyce, 2019). Luvussa 4.2 Erityisherkan lapsen tunteet varhaiskasvatuksessa on tästä mahdollisesta yhteydestä myös kuvio, joka havainnollistaa tarpeen erityisherkan lapsen tunnistamiseen ja tukemiseen. Kasvatustieteellisesti lapsen erityisherkkyyden tunnistaminen sekä tunnetaitojen osaaminen ja opettaminen edistävät oikeanlaisen, yksilöllisen pedagogiikan toteutumista, jolla tukea erityisherkkää lasta ja toteuttaa tunnetaitoja systemaattisesti varhaiskasvatuksen arkipäiväisessä toiminnassa (Peltonen, 2005; Boyce, 2020).

Koen henkilökohtaisella tasolla aiheen merkitykselliseksi. Intressinä kyseiseen tutkielman aiheeseen ovat omakohtaiset kokemukseni erityisherkkyydestäni. Olen reflektoinut omaa lapsuuttani runsaasti opinnoissani havaitsemiini tilanteisiin ja teorioihin, ja havainnut erityisherkkyyden ja tunnetaitojen yhteyden tärkeyden. Tämä on tutkielmani kannalta vahvuus, sillä osaan tuoda olennaisia ja varhaiskasvatuksen kannalta merkityksellisiä asioita esille. Koen kykeneväni aiheen läheisyydestä huolimatta myös objektiivisesti havainnoimaan aineistoa. Tutkielmani aihe on itseäni puhututtava, jota mielestäni pitäisi tutkia vielä enemmän, jotta erityisherkkät lapset saisivat tarvitsemaansa tukea.

Tutkielmani tavoitteena on lisätä tietoa lapsen erityisherkkyydestä, sen ilmenemisestä ja siihen vaikuttavista tekijöistä. Painotan tutkielmani näkökulmaa niin lapsen kuin opettajan tunnetaitojen osaamiseen ja oppimiseen, niiden tukemiseen ja merkitykseen varhaiskasvatuksen arjessa. Tutkielmani lisää ymmärrystä erityisherkkyydestä ja tuloksista voivat hyötyä varhaiskasvatuksen opettajat sekä lapset.

2 Tutkimuksen toteutus

2.1 Tutkimuksen lähestymistapa ja tutkimuskysymykset

Kandidaatin tutkielmani on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus, jolla Metsämuurosen (2011) mukaan tarkoitetaan kokonaista joukkoa erilaisia tulkinnallisia tutkimuskäytäntöjä. Kvalitatiivista tutkimusta on vaikea määritellä selvästi, koska sillä ei ole rajattua teoriaa tai metodeja, jotka olisivat vain sen omia (Metsämuuronen, 2011). Laadullinen tutkimus voi olla kokemuksen tutkimista, joka esimerkiksi varhaiskasvatusta ajatellen on toimiva metodi (Metsämuuronen, 2011). Tätä metodia voidaan käyttää, kun ollaan kiinnostuneita luonnollisista tilanteista, joita ei voida järjestää kokeeksi eikä kaikkia vaikuttavia tekijöitä voida kontrolloida (Metsämuuronen, 2011).

Tutkimukseni on integroiva, kuvaileva kirjallisuuskatsaus, jossa hyödynnän lähteitä mahdollisimman laajasti sekä monipuolisesti keräten aiheesta selkeän kokonaisuuden. Hirsjärven, Remeksen ja Sajavaaran (2009) mukaan kirjallisuuskatsaus näyttää, millaisia tutkimuksia aiheesta on aiemmin tehty ja keskustella keskeisten näkökulmien, metodien, tutkijoiden ja tutkimustulosten avulla. Tutkielmani tarkoitus on aiempia tutkimuksia ja kirjallisuutta hyödyntäen selvittää ja luoda kuvaus siitä, miten lapsen erityisherkyys ilmenee varhaiskasvatuksessa sekä miten tunnetaidoilla voidaan tukea erityisherkkää lasta. Salminen (2011) tuo esille, että kuvaileva kirjallisuuskatsaus voidaan toteuttaa integroivana kirjallisuuskatsauksena, jota käytetään ilmiön monipuolisessa kuvaamisessa sekä uuden tiedon tuottamisessa. Integroiva katsaus sisältää myös kriittistä tarkastelua ja arviointia (Salminen, 2011). Integroivan katsauksen avulla olen pystynyt yhdistelemään olemassa olevasta tiedosta uutta ja tarkentavaa tietoa, koska aihetta on tutkittu vielä varsin vähäisesti. Integroivaan kirjallisuuskatsaukseen liittyvät vaiheet koostuvat tutkimuskysymyksen luomisesta, aineiston hankinnasta, analysoinnista, arvioinnista, tulkinnasta ja tulosten esittämisestä (Salminen, 2011).

Tutkimuskysymykseni ovat seuraavat:

Miten lapsen erityisherkyys ilmenee varhaiskasvatuksessa?

Miten tunnetaidoilla voidaan tukea erityisherkkää lasta varhaiskasvatuksessa?

2.2 Tutkimusaineiston kanssa työskentely

Työskentelyni alkoi aiheen valikoimisesta, joka oli yllättävän helppoa. Oma erityisherkkyyteni ja halu ottaa aiheesta enemmän selvää myös omaa tulevaisuuden työtäni varten ohjasi juuri tähän aiheeseen. Tutkimusta hahmotellessani ja lähteitä hakiessani käytin hakusanoja erityisherkkyyks ja erityisherkkä lapsi. Muita hakusanoja olivat varhaiskasvatus, tunnetaidot ja tunteet, joista käytin erilaisia katkaisumenetelmiä. Tiedonhaussa käytin Oula-Finmaa, Jultikaa sekä Ebsco- ja ProQuest-tietokantoja. Hakusanoina on käytetty tutkimuksen käsitteitä suomeksi sekä englanniksi, sillä kansainvälistä tieteellistä tutkimusaineistoa aiheestani on löytynyt laajemmin kuin suomalaista. Näitä kaikkia käänsin myös englanniksi saadakseni kansainvälisiä lähteitä. Kotimaisten lähteiden löytyminen oli melko niukkaa. Löysin kaksi aihettani tutkinutta tutkijaa, Aronin ja Boycen, ja sitä kautta heidän kollegoitaan, kuten Lionettin. Jultikasta löysin avukseni muutamia sopivia kandidaatintutkimuksia, joiden lähdeluetteleista hyödynsin aiheeseeni sopivia. Olen hyödyntänyt tutkielmassani aiheeseeni sopivia tieteellisiä ja vertaisarvioituja lähteitä, kuten tutkimuksia ja kirjallisuutta sekä hyödyntänyt hyväksi kokemiani väitöskirjoja. Lähteitä valitessa ja arvioitaessa on kiinnitettävä huomiota kustantajan ja kirjoittajan arvostettavuuteen sekä tunnettavuuteen, lähteiden alkuperäisyyteen sekä siihen, että lähteet olisivat mahdollisimman tuoreita ja objektiivisia (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 2009).

Lähdemateriaalin etsiminen tuotti jonkin verran vaikeuksia, sillä tutkimuksia erityisherkkyyden ja tunnetaitojen yhteydestä ei löytynyt. Sain apua hakusanoissa ja hakukoneiden käytössä myös kirjastolta, jolloin kansainvälisiä lähteitä erityisherkkyydestä alkoi löytymään. Lopulta sain kerättyä aiheestani monipuolisesti erilaista aineistoa. Olisin toivonut vielä runsaammin materiaalia, erityisesti tutkimuksia. Tässä tutkielmassa keskitytään Boycen, Aronin ja Lionettin tutkimuksiin ja teorioihin. Osa käytetyistä lähteistä on vanhempia, muttei se heikennä tutkimukseni luotettavuutta, sillä lähdemateriaaleja tutkiessani huomasin, kuinka samankaltaiset teoriat ovat nousseet esiin jo 1950-luvulla (ks. esim. Honkavaara, 1958a).

Kirjallisuuskatsauksen toteuttaminen alkoi aineistojen etsimisellä, aikataulutamisella ja käymällä läpi löytämäni lähteet. Verkkolähteiden tutkiminen ja hyödyntäminen tuntui helpommalta, sillä pystyin nopeammin etsimään tutkimukseeni olennaiset tiedot. Kirjoja tuntui löytyvän aiheeseeni sopivia enemmän. Perehdyin aineistoihin ja keräsin niistä olennaiset teoriat. Kokosin olennaisista lähteistä asiat yhteen, teemoittelin informaatiota ja aloin kasaamaan yhtenäistä kokonaisuutta, saadakseni tutkielmaani rakenteen. Tuomi ja Sarajärvi

(2018) kertovat teemoittelun olevan yksi laadullisen tutkimuksen analyysimenetelmistä. Joitain löytämiäni aineistoja jouduin kokonaan poistamaan, sillä tiedot tuntuivat vanhentuneilta uudempiin lähteisiin verrattuna tai kokonaan vääriltä ja ohi aiheeni meneviltä. Kokonaisuudessaani luotettavat, eri lähteet keskustelevat keskenään ja luovat kokonaiskuva n lapsen erityisherkkyyden tukemisesta tunnetaitojen avulla. Aineiston keräämiseen tuli liittymään myös joitakin eettisiä ongelmia, vaikka tutkielmassa käytetään valmista tutkimusaineistoa. Kaikkia alkuperäisiä lähdemateriaaleja minulla ei ollut mahdollista saada auki, sillä käyttöoikeuksia ei ollut.

Kirjoittaminen sujui säännöllisesti tekemällä, lähteitä yhdistelemällä ja järjestelmällisesti työstämällä. Pyrin muutamana päivänä viikossa ottamaan aikaa, jolloin sain keskittyä tutkielmani työstämiseen. Tutkielmaani tein usein kurssikavereideni kanssa ja yhdessä tekemällä pystyimmekin käsittelemään tutkielmienne aiheita sekä tukemaan ja auttamaan toisiamme. Yhdessä kokoontuminen myös motivoi ja välillä mietinkin, että kaverin kanssa tutkielman teko olisi voinut sittenkin olla toimivampaa. Yhdessä vaiheessa työskentely tuntui tyssänneen eikä tiennyt mihin suuntaan edetä. Tämä oli hyvin lopussa, kun tuntui ettei olisi enää paljoa tekemistä jäljellä, muttei osannut olla tyytyväinen ja ajatella, että tässä olisi jo tarpeeksi. Työskentely tuntui puuduttavalta eikä tarpeeksi luotettavia lähteitä enää alkanut löytyä, joita tutkielmani olisi tarvinnut. Rakenteeseen tein useita isoja muutoksia muun muassa vähentämällä teorian osuutta siirtämällä tietoja suoraan tuloksiin. Lopputulos valmistui vain tekemällä sekä apua pyytämällä. Sain opettajalta ja ystäviltä paljon apuja siihen, kuinka jatkaa työskentelyä vaikeina hetkinä ja saada vielä viimeisetkin tarvittavat asiat tutkielmaani.

2.3 Eettisyys ja luotettavuus

Lahtisen ja Rantasen (2019) mukaan tunnetasolle virittäytyminen täytyy tehdä hienovaraisesti. Kun alamme puhua tunteista, menemme henkilökohtaiselle alueelle (Lahtinen & Rantanen, 2019). Erityisherkkyyden ollessa herkkä aihe, tulee sitä käsitellä asiantuntevasti mutta sensitiivisesti. Honkavaara (1958c) mainitsee, että erityisen herkillä ihmisillä on sisäinen tarve tulla ymmärretyiksi ja hyväksytyiksi (viitattu lähteessä Airaksinen & Satri, 2021). Tutkimuksen eettisyyden näkökulmasta otan huomioon tämän tarpeen käsitellessäni erityisherkkyyttä. Lähteitä tutkiessani havainnoin kuinka niissä on kuvattu erityisherkkää lasta. Valitsin tutkimukseeni sellaiset lähteet, joissa erityisherkkä lapsi kuvataan sensitiivisesti, osoitetaan että häntä ymmärretään ja hänet kohdataan yksilöllisesti.

Juutin ja Puusan (2020) mukaan laadullisen tutkimuksen luotettavuudella tarkoitetaan, että tutkija vakuuttaa lukijan tutkimuksen toteutuksesta ammattitaidolla, ja että perusteltu ja oikeita lähestymistapoja ja menetelmiä on hyödynnetty. Tämä edellyttää tutkimuksen etenemisen totuudenmukaista kuvaamista. Myös Kiviniemen (2018) mukaan tutkimuksen luotettavuuden kannalta keskeistä on tutkimusprosessin esille tuominen sekä prosessin todenmukainen ja kriittinen tarkastelu. Tuen tutkielmaani tutkimuksilla, jolloin tuottamani teksti ei jää ainoastaan kirjallisuuden varaan.

Tutkielmaani tehdessä olen havainnoinut tarkasti sitä, että tutkimusote pysyy objektiivisena enkä esimerkiksi nosta asioita esiin tutkielmaani vain omiin kokemuksiini liittyen. Omat kokemukseni ja havaintoni tutkielmani aiheesta ovat mielestäni hyvä tuki tutkielman tekoon, sillä saan siten nostettua esiin tärkeitä tietoja ja muodostettua konkreettisia tuloksia. Tiedostettu subjektiivisuus ei välttämättä ole tutkielman kannalta luotettavuutta pienentävä tekijä ja laadullisen tutkimuksen uskottavuutta voi jopa lisätä se, että tutkimusta tekevä henkilö kykenee tunnistamaan oman subjektiivisuutensa (Aaltio & Puusa, 2020).

3 Teoreettinen viitekehys

Aiheeni kannalta keskeisimpiä käsitteitä ovat varhaiskasvatus, varhaiskasvatuksen opettaja, erityisherkyys, tunteet ja tunnetaidot. Tässä luvussa määrittelen aiheeseeni liittyvät käsitteet, jotka ovat tutkielmani kannalta merkityksellisimmät. Keskityn määrittelyssä tarkastelemaan käsitteitä varhaiskasvatusikäisen lapsen näkökulmasta ja varhaiskasvatuksen kontekstista.

3.1 Varhaiskasvatus ja varhaiskasvatuksen opettaja

Tulen tutkielmassani käyttämään termejä varhaiskasvatus ja varhaiskasvatuksen opettaja. Tarkastelen tutkimuksessani varhaiskasvatusta päiväkodissa. Varhaiskasvatus on yhteiskunnallinen palvelu ja osa suomalaista koulutusjärjestelmää sekä tärkeä vaihe lapsen kehityksen polulla (OPH, 2022). Pölkkin ja Vornasen (2016) sekä Opetushallituksen (2022) mukaan Suomessa kaikilla 0–6-vuotiailla on oikeus osallistua varhaiskasvatukseen, jossa tärkeää on luoda yhdenvertaiset mahdollisuudet kokonaisvaltaiseen kehitykseen. Varhaiskasvatuslain (540/2018) mukaan varhaiskasvatuksessa olevalla lapsella on oikeus saada suunnitelmallista ja tavoitteellista kasvatusta, opetusta ja hoitoa. Sen tehtävänä on myös edistää lasten tasa-arvoa ja ehkäistä syrjäytymistä ja tukea myös huoltajia kasvatustyössään (OPH, 2022).

Laadukkaan varhaiskasvatuksen mahdollistaa moniammatillinen henkilöstö, mutta pedagoginen vastuu on varhaiskasvatuksen opettajilla ja erityisopettajilla (OPH; 2022; Varhaiskasvatuslaki 540/2018). Karilan (2016) mukaan varhaiskasvatuksen ammattilaisilla on keskeinen merkitys lasten elämänlaadun säätelijöinä varhaiskasvatuksessa. Varhaiskasvatuksen opettajana työskentely vaatii kasvatustieteiden kandidaatin tutkinnon suorittamisen (Varhaiskasvatuslaki 540/2018). Varhaiskasvatuksen opettaja vastaa toiminnan suunnittelusta, tavoitteellisuudesta, arvioinnista ja kehittymisestä, joten tulee hänellä olla opinnoissa saatua asiantuntemusta muun muassa varhaisesta kehityksestä ja oppimisesta, varhaispedagogiikasta ja kasvatuksesta (OPH, 2022; Varhaiskasvatuslaki, 540/2018). Vaikka käytän tutkielmassani käsitettä varhaiskasvatuksen opettaja, on aihe yhtä tärkeä kaikille varhaiskasvatuksen moniammatillisessa henkilöstössä työskenteleville.

3.2 Tunteet ja tunnetaidot varhaiskasvatuksessa

Ennen kuin määrittelen tunnetaitoja, tulee mielestäni määritellä itse tunteet. Jääskisen (2017) mukaan tunteet syntyvät sisäisten ja ulkoisten havaintojen, tietoisten tai tiedostamattomien tulkintojen myötä. Sandbergin (2021) mukaan tunteet ovat elimistön tavoitteellista

psykkisfysiologista toimintaa, jotka ohjaavat toimintaamme ja suuntaavat voimavaroja olennaisiin asioihin. Ihmisellä on kuusi perustunnetta, jotka ohjaavat käyttäytymistä: ilo, viha, pelko, suru, inho ja hämmästyminen (Sandberg, 2011). Tunne voi kestää muutamista sekunneista jopa useaan tuntiin (Sandberg, 2011).

Tunteiden tärkeä tehtävä on säädellä keskus- ja äärihermoston tilaa ja ihmisen käyttäytymistä (Sandberg, 2021). Tunteet syntyvät automaattisesti aivoissa ja niihin vaikuttavat myös tilannetekijät, temperamenttieroit ja kehon toiminta (Sandberg, 2021). Aivojen limbisellä järjestelmällä on merkittävä osuus tunteiden säätelyssä ja niitä onkin kutsuttu tunne-aivoiksi (Sandberg, 2021). Limbinen alue on kiinteässä yhteydessä kaikkiin muihin aivojen rakenteisiin ja tästä syystä tunteet vaikuttavat kaikkiin ihmisen kognitiivisiin toimintoihin, kuten ajatteluun (Sandberg, 2021). Tunteisiin liittyy muutoksia autonomisen hermoston toiminnassa, ja nämä muutokset voidaan todentaa muun muassa kehon fysiologisina reaktioina ja stressireaktioina, kuten sydämen sykkeen muutoksina, verenpaineen kohoamisena ja lihasjännityksen lisääntymisenä (Sandberg, 2021).

Jääskisen (2020) mukaan tunnetaidoilla tarkoitetaan muun muassa kykyä tunnistaa ja ilmaista tunteita ja tavoitteena on tavoittaa tunne kyvystään hallita tunnetaitojen ominaisuudet. Lahtisen ja Rantasen (2019) mukaan tunnetaidot sisältävät tietoja sekä taitoja; tiedolla tarkoitetaan yksilön kykyä ymmärtää miten tunteet vaikuttavat toimintaan, sekä miten tunteita voi ottaa huomioon osana omaa toimintaa. Taidot tarkoittavat yksilön kykyä hyödyntää tietoaan käytännössä, kuten ajattelemalla ja toimimalla tunteet huomioiden. Jalovaaran (2005) mukaan lapsi oppii hyväksymään omat tunteensa, jos hänelle annetaan mahdollisuus pelata niitä ilman häpeää. Lapsille tulee antaa tukea tunteiden ilmaisussa ja itsesäätelyssä (OPH, 2022). Lapsen harjoiteltaviin säätelytaitoihin kuuluu muun muassa tunteiden säätelytaidot eli laajemmin tunnetaidot (Sandberg, 2021). Näitä jokainen lapsi tarvitsee tunteiden säätelyssään sisäisten ja ulkoisten ärsykkeiden ja impulssien kontrolloimiseen (Sandberg, 2021). Tunnetaitoja lapset tarvitsevat myös ihmissuhteiden luomiseen ja ylläpitämiseen sekä toisten huomioimiseen, sillä lapsen tulee esimerkiksi hallita ja käsitellä omia tunnereaktioitaan ja samalla huomioida myös ympäristön tunnereaktioita (Sandberg, 2021). Varhaiskasvatuksessa tunnetaitojen osalta lapsille tulisi tarjota mahdollisuuksia kehittää niitä. Muun muassa myönteiset tunnekokemukset ja vuorovaikutussuhteet edistävät esimerkiksi oppimista (OPH, 2022). Tunteet, tunnetaidot ja niiden hyödyntäminen mahdollistavat opetustyöhön laaja-alaisia vuorovaikutustaitoja, sillä vuorovaikutussuhteet ja -tilanteet muodostuvat pitkälti tunnetaitojen ympärille (Lahtinen & Rantanen, 2019).

3.3 Erityisherkkä lapsi varhaiskasvatuksessa

Airaksisen ja Satrin (2021) mukaan tutkimuksissa esiintyy erilaisia käsitteitä, jotka kuvaavat herkkyyden ilmiötä eri näkökulmista. Aronin ja Aronin (1997) myötä tieteellinen keskustelu herkkyydestä on alkanut käsitteellä sensory-processing sensitivity (viitattu lähteessä Airaksinen & Satri, 2021). Pluessin (2015) sekä Pluessin, Assaryn, Lionettin, Lesterin, Krapohlin, Aronin ja Aronin (2018) uudemmissa tutkimuksissa keskeiseksi käsitteeksi on muodostunut environmental sensitivity, joka kuvaa ihmisten erilaista herkkyyttä niin ympäristön myönteisille kuin kielteisillekin vaikutuksille. Herkkyydet niin negatiivisille kuin positiivisille ympäristövaikutuksille voivat poiketa toisistaan suuresti eikä korkeampi herkkyyys liity pelkäästä lisääntyneeseen alttiuteen haitallisille ärsykeille, vaan myös lisääntyneeseen taipumukseen hyötyä positiivisista ärsykeistä (Lionetti ym., 2018). Ilmaus voikukkalapsi viittaa joidenkin lasten kykyyn selviytyä olosuhteissa missä tahansa ja vastakkainen ilmaus orkidealapsi kuvaa erityisherkkää yksilöä, joka väärissä olosuhteissa heikkenee, kun taas tuen ja hoivaamisen olosuhteissa se kasvaa poikkeuksellisen kauniiksi (Boyce, 2019).

Satrin (2015) mukaan herkkyyys voidaan määrittellä useista eri näkökulmista. Aron (2020a) määrittelee erityisherkkyyden (*highly sensitive person, HSP*) oikeaksi ilmiöksi, sillä on pohdintoja siitä, olisiko sitä oikeasti olemassa, vai olisivatko erityisherkkyyden sisältämät piirteet esimerkiksi autismikirjon lievempi muoto. Erityisherkkyydessä ja autismikirjossa aivotoiminta on erilaista, mikä erottaa nämä kaksi toisistaan (Aron, 2020a). Erityisherkkyyden uskotaan olevan ikään kuin muunnelma normaalista, kun autismikirjo luokitellaan häiriöksi (Aron, 2020a). Peruste kyseiselle luokittelulle on myös esiintyvyys, sillä erityisherkkyyttä esiintyy tavasti pienemmällä osalla ihmisistä, kuin autismikirjoa (Aron, 2020a).

Kannisen ja Sigfridsin (2017) mukaan erityisherkkä lapsi on synnynnäisesti herkkä kaikenlaisille ärsykeille sekä aistien ylikuormittumiselle. Boyce (2019) kuvaa erityisherkkien lasten kokevan akuutisti ja jopa tuskallisesti erilaiset ärsykkeet. Biologisesti erityisherkkyyys on aivojen välittäjäaineviestinnässä olevien yksittäisten hermosolujen eroja (Boyce, 2019).

Erityisherkkiä ihmisiä on noin 15–20 prosenttia väestöstä (Aron, 2020a). Pluessin ja kumppaneiden (2018) lapsille ja nuorille tekemässä tutkimuksessa sekä Lionettin ja kumppaneiden (2018) aikuisille tekemässä tutkimuksessa jopa 30 prosenttia koehenkilöistä voitiin tulkita herkimpään ryhmään kuuluviksi, 40 prosenttia keskivertoherkiksi ja 30 prosenttia matalasti herkiksi.

Tyypillisiä erityisherkan temperamenttipiirteitä ovat sensitiivisyys sekä emotionaalinen reaktiivisuus eli tunneherkkyys (Kanninen & Sigfrids, 2017). Äärimmäinen neurobiologinen reagoivuus, joka on tunnusomaista Boycen (2019) tutkimus orkidealapsille toi esiin luonteenpiirteitä kuten kielteisen emotionaalisuuden ja mahdollisen taipumuksen väistyä uusista tai haastavista tilanteista. Tämä ei kuitenkaan merkitse, että orkidealapset olisivat yleisesti ottaen esimerkiksi sulkeutuneita eikä myöskään sitä, että sulkeutuneemmat lapset olisivat yleensäkin biologisesti herkkiä stressitekijöille (Boyce, 2019). Sen sijaan näyttäisi olevan niin, että herkät ja differentiaalisesti vastaanottavaiset orkidealapset ovat muita useammin taipuvaisia ujouteen, aistiherkkyyteen ja pelkäämään uusia tilanteita (Boyce, 2019). Voimakkaasti reagoivan lapsen ydinpiirre on epätavallinen herkkyys sosiaalisille olosuhteille, oli niiden luonne tai laatu millainen tahansa.

Aronin (2020a) luokittelun mukaan erityisherkan henkilön piirteet voidaan jakaa neljään ryhmään, joiden perusteella on muodostettu lyhenne DOES. Lyhenne muodostuu jokaisen piirteen alkukirjaimista; depth of processing (syvällinen tiedon prosessointi), overarousability (ärsykkeiden liiallisuus, kuormittumisalettius), emotional intensity (emotionaalinen reaktiokyky sekä empatia), sekä sensory sensitivity (hermostollinen herkkyys) (HSP suomi ry, 2021; Aron, 2020a). Tutkielmassani painottuu emotionaalinen reaktiokyky ja empatia, sillä se on tutkielmani tulosten osalta olennaisin ryhmä.

4 Tulokset

Tutkimuskysymyksiäni ovat ”Miten lapsen erityisherkkyyks ilmenee varhaiskasvatuksessa?” ja ”Miten tunnetaidoilla voidaan tukea erityisherkkää lasta varhaiskasvatuksessa?” Seuraavaksi käyn läpi tutkimuskysymysteni tuloksia.

4.1 Erityisherkkä lapsi varhaiskasvatuksessa

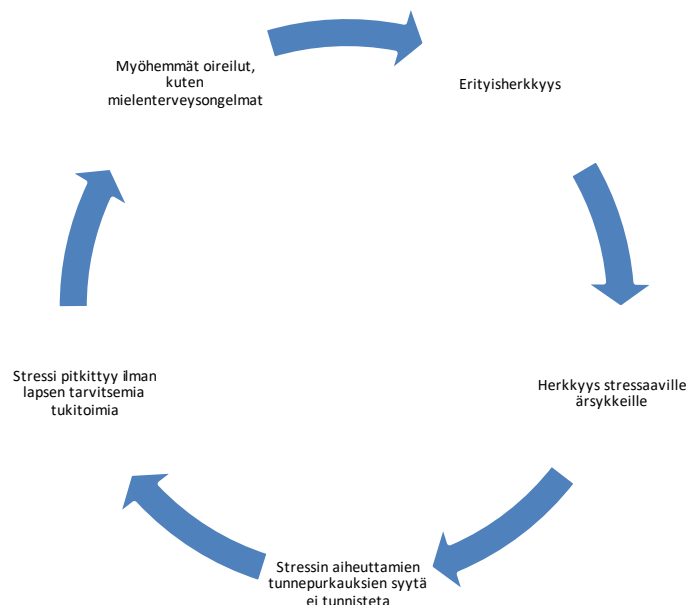
Voimakkaasti reagoivilla lapsilla voisi olla muita heikompi kyky toimia vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa (Sandberg, 2021). Tätä voisi verrata erityisherkkiin lapsiin. Toisaalta Boyce (2019) on 25 vuotta kestäneissä tutkimuksissaan todennut orkidealapsen olevan myös oivallusten ja luovan ajattelun lähde, jonka kamppailuissa ja heikkouksissa piilee odottamatonta voimaa. Tämä biologinen herkkyys, joka tekee heistä alttiimpia erilaisille koettelemuksille, tekee heistä myös vastaanottavampia elämän lahjoille ja lupauksille (Boyce, 2019).

Erityisherkkyyteen vaikuttavat sekä ympäristö että geenit vuorovaikutuksessa, ja vain ympäristöön voi vaikuttaa mahdollisesti pienentäen sen negatiivista vaikutusta, jolloin jäljelle jäisivät geneettiset, ”negatiiviset” tekijät (Boyce, 2019). Erityisherkkä lapsi ei välttämättä kokisi tunteitaan niin vahvasti saadessaan geenien aiheuttamiin asioihin ympäristöltä tukea (Boyce, 2019). Myös Honkavaaran (1958c) tutkimustyössä tulee esille ympäristön vaikutusten painottaminen nimenomaan herkkien yksilöiden näkökulmasta (viitattu lähteessä Airaksinen & Satri, 2021). Pluessin (2015) mukaan ympäristön vaikutukset ihmisen kasvuun, kehitykseen ja menestymiseen ovat kiistattomat: esimerkiksi lapsi on täysin riippuvainen saamastaan tuesta ja huolenpidosta (viitattu lähteessä Airaksinen & Satri, 2021).

Boyce (2019) on tehnyt urallaan haastattelukokeen lapsille, jossa haastattelija on olemukseltaan joko lempeä tai yrmeä esittäessään kysymyksiä. Vähemmän herkkien voikukien vastauksiin tai muistamiseen ei vaikuttanut haastattelijan puheen tai olemuksen sävy. Orkidealasten herkkyys ärsykkeille vaikutti heidän kognitiivisiin suorituksiinsa eli kykyyn ajatella ja muistaa. Mukavasta haastattelutilanteesta orkideat muistivat asioita tarkasti ja haastattelijan ollessa yrmeä eivät he muistaneet mitään. Voikukat suoriutuivat keskinkertaisesti, oli haastattelijan sävy mikä tahansa (Boyce, 2019). Erityisherkkä vertaa automaattisesti uusia kokemuksia ja havaintoja aiempiin kokemuksiin (Satri, 2015). Erityisherkkä voi saada lyhyestäkin hetkestä paljon irti intensiivisenä aisti- ja tunnekokemuksena, jota käsittelee vielä pitkään mielessään (Satri, 2015). On myös hyvä muistaa se, että mitä tapahtuu lapsuudessa, ei koskaan jää vain lapsuuteen (Boyce, 2019).

4.2 Erityisherkan lapsen tunteet varhaiskasvatuksessa

Aronin (2020a) mukaan tunnepitoinen reaktioprosessi alkaa aina jostain ärsykkeestä. Erityisherkkä koee niin positiiviset kuin negatiiviset ärsykkeet vahvoina. Nämä ärsykkeet voivat olla sisäisiä, eli liittyä omiin ajatuksiin tai muistoihin tai täysin ulkoisia ja liittyä esimerkiksi toiseen ihmiseen (Aron, 2020a). Ärsykkeen sisältö tunnustetaan aivoissa ja se aktivoidaan emotionaalisesti ja tämän jälkeen aktivoituu nopeasti tunnetila sekä kehon fysiologiset reaktiot (Boyce, 2019). Erityisherkkyyteen liittyy tunteiden itsesäätelyn haasteita (Sandberg, 2021). Erityisherkkää kannattaa opettaa hänen herkkyydestään jo lapsena, jotta hän oppii tunnistamaan kuormittumisensa ja säätelemään voimavarojaan (Satri, 2015). Erityisherkan lapsen tunteiden aiheuttama stressireaktio voi pitkittyessään ylikuormittaa tätä, jolloin tunnepurkaukset voivat olla osa ylikuormituksen purkua (Sandberg, 2021; Boyce, 2019). Kuten aiemmin tutkielmassani olen maininnut esimerkiksi Boycen (2019) todenneen, ovat erityisherkkät helpommin myös stressaantuneita herkan ylikuormituksen mahdollisuuden vuoksi, ja täten tunnepurkaukset voivat olla yleisempiä. Erityisherkan pitkittynyt stressi voi olla yhteydessä myös sairauksiin (Boyce, 2019). Seuraavassa kuviossa on esitetty mahdollinen kierre, jos stressi pääsee pitkittymään.



Kuvio 1. Erityisherkan lapsen pitkittyneen stressin mahdollinen vaikutus (Riihimäki, 2023).

Kuviossa 1. kuvataan sitä, kuinka erityisherkkä voi stressaantuessaan ärsykkeistä jatkuvasti ilmaista tunteensa tunnepurkauksina (Aron, 2020a). Jos tunnepurkauksien syytä eli tässä

yhteydessä lapsen erityisherkkyyden ja ympäristön negatiivisten vaikutuksen yhteyttä ei tunnisteta ja voi stressi pitkittyä. Tämä voi aiheuttaa uusia oireiluja, kuten myöhemmällä iällä mielenterveysongelmia. Jos lapsella ei ole tarvittuja taitoja tunteidensa käsittelyyn, voi lapsi ylikuormittua emotionaalisesti (Aron, 2020a). Tällöin erityisesti negatiiviset tunteet kuten pelko ja ahdistus voivat kasautuvat ja ennen pitkää purkautuvat esimerkiksi raivokohtauksina (Aron, 2020a). Jos lapsi osaa hallita, käsitellä, tunnistaa ja sanoittaa tunteitaan, voi lapsi välttyä vahvoilta tunnepurkauksiltaan, eikä pitkäkestoista stressiä pääse syntymään. Tämä kierre voi jatkaa toimintaansa kerta toisensa jälkeen, jos erityisherkkä lapsi ei saa tarvitsemaansa tukea. Erityisherkkä lapsi on kokonaisvaltaisen herkkä erilaisille ärsykkeille, kuten äänille, hajuille, sekä tuntemuksille, sillä erityisherkkään lapsen aivot prosessoivat kaikkea informaatiota tarkemmin kuin muilla lapsilla (Aron, 2020a). Aikuisten olisi hyvä olla tietoisia lapsen erityisherkkyydestä tällaisen kierteen välttämiseksi ja myöhempien vaikutusten ehkäisemiseksi. Sen sijaan, että vain katsoisi lapsen tunnepurkauksia, tulee pohtia syitä sille, mikä mahdollisesti saa lapsen käyttäytymään kyseisellä tavalla ja miettiä mitä lapsi syvällä sisimmässään tuntee (Lahtinen & Rantanen, 2019; Sandberg, 2021).

4.3 Tunnetaitojen hallinnan merkitys erityisherkkälle lapselle varhaiskasvatuksessa

Erityisherkkään tunteiden säätelyn haasteisiin voidaan vaikuttaa muun muassa tunnetaitoja opettelemalla. Tunnetaitojen merkitys ja vaikutus on laaja, joten niitä oikealla tavalla toteutettuna ne edistävät myönteisellä tavalla lapsen kasvua, kehitystä ja oppimista. Varhaiskasvatuksen yksi suurimmista tavoitteista on, että lapsi saa kokonaisvaltaiset valmiudet tulevaisuuteensa ja tunnetaitojen opettelu on iso osa tätä prosessia (Köngäs, 2019). Varhaiskasvatuksessa on tärkeä tehtävä opettaa tunnetaitoja eli muun muassa tunteiden tunnistamista ja nimeämistä, koska silloin erityisherkkä lapsi oppii ymmärtämään ja hallitsemaan itseään paremmin (Sandberg, 2021). Kaikenlaisten tunteiden ja niiden ilmaisujen tulisi olla sallittuja, sillä lapsi hallitsee tunteensa vasta ikä- ja kehitystasonsa suomalla tavalla. Tunnetaitojen opettaminen ja opettelu on tärkeää, jotta tunteiden hallinta kehittyy. Tunnistamalla ja huomioimalla tunteet, lisääntyy syvempi ymmärrys ja viisaus erityisherkkään lapsen kokemista tunnetiloista (Lahtinen & Rantanen, 2019).

Peltosen (2005) mukaan lapset tarvitsevat tunnetaitoihin opettajan toteuttamaa suunnitelmallista ja systemaattista pedagogista tukea varhaiskasvatuksen arjessa. Könkään (2019) mukaan tunnetaitojen opetusta ovat muun muassa suunnitelmalliset menetelmät, joilla opetellaan esimerkiksi toisen kuuntelua ja kohtelua ja omien tunteiden ilmaisua. Tällaisilla

keinoilla opettaja pääsee lähelle erityisherikän lapsen syvimpiäkin tuntemuksia ja pystyy tukemaan lasta. Koivuniemen, Kinnusen, Männyn, Järvenojan ja Näykin (2020) mukaan tunnetaitojen opettelu on usein liitetty vain suunniteltuihin, opettajajohtoisin tuokioihin, vaikka ne olisivat käytännön tasolla helppo ottaa osaksi arkea. Tunnetaitojen opettelu tulisi tehdä mahdolliseksi kaikkii arjen keskellä tapahtuviin tilanteisiin. Tämä olisi myös erityisherikälle lapselle helpottavaa, sillä tunnepurkaus tulisi päästä käsittelemään pian, jotta ylikuormitusta ei pääsisi syntymään.

Tunteiden tunnistaminen on tärkeä, usein myös ensimmäisenä opittu taito, jonka päälle muut tunnetaidot rakentuvat (Jääskinen, 2017). Tunnetilanteiden hallinta auttaa erityisherikkää lasta tunnistamaan ärsykeitä sekä vastaamaan haastaviin emotionaalisiin tilanteisiin tehokkailla säätelyn keinoilla ja tällä tavoitellaan automatisoitunutta mallia konfliktihetkiin (Köngäs, 2019). Automatisoitunut malli olisi erityisherikälle lapselle hyväksi, jotta haastavat tunteet eivät mahdollisesti tuntuisi kerta toisensa jälkeen raskailta ja kuormittavilta. Tunteiden säätelyn ohjaaminen, opettaminen ja pedagoginen tukeminen ovat tärkeää tunnetaitojen opettamista, sillä tällöin lapsi oppii tunnistamaan esille tulevia tunteita ja sovittamaan toimintaansa tunteiden mukaisesti (Peltonen, 2005). Kun lapset ymmärtävät itsessään tunteiden aiheuttamia fyysisiä muutoksia, he ymmärtävät paljon paremmin vaikeiden tilanteiden ja tunteiden olevan hallittavissa (Köngäs, 2019). Tämä tuo myös turvaa erityisherikälle lapselle. Tunnetilanteiden hallinnan avulla lapsi voi oppia pysähtymään jo ennen tunnekaappausta ja kyetä jakamaan tunteensa muiden kanssa hyväksyttävällä tavalla (Köngäs, 2019; Peltonen, 2005). Erityisherikälle lapselle oman herkkyyden ymmärtäminen helpottaa tilanteita, joissa hänen tunteensa tulevat esiin vahvoina. Kokemukset ja tutkimukset kertovat ihmisen voivan paremmin, jos hän kykenee kokemaan, näyttämään ja myös vastaanottamaan erilaisia tunteita (Peltonen, 2005). Lapselle tulee muodostaa ymmärrys vihankin tunteen hyväksyttävyydestä ja tärkeydestä viestivälineenä. Kun opetetaan kaikkien tunteiden olevan sallittuja ilmaista, tuo sekin varmuutta erityisherikälle lapselle. Hän uskaltaa ilmaista tunteensa ja saada tukea, eikä jää esimerkiksi yksin tunteensa kanssa.

Lapsen tasolle tulisi herkistyä ja hyödyntää tietoista kuuntelua eli syväkuuntelua: kuunnella koko keholla lapsen tuntemusta ja miettiä, mitä omat silmät, korvat ja keho tästä tuntee, sillä tällöin varmasti olisi helpompi eläytyä toisen tunteeseen (Lahtinen & Rantanen, 2019). Tämä edistäisi erityisherikän lapsen käytöksen ja tunteiden ilmaisujen syiden havaitsemista. Läsnä olevasti ja aidosti kuulluksi tuleminen rauhoittaa erityisherikkää lasta luomaan sopivan yhteyden tunnetasollisesti, jolloin voi miettiä tilanteeseen sopivia tunnetaitoja yhdessä lapsen

kanssa (Lahtinen & Rantanen, 2019). Tärkeimpiä oletuksia lapselle hoivasuhteessa on toisten ihmisten tunneperäinen saatavilla olo, lapsen auttaminen tunteiden ymmärtämisessä sekä lohdun saaminen (Kanninen & Sigfrids, 2012). Tunnepurkauksen aikana lapseen on vaikea saada yhteyttä, eikä tällöin voi keskittyä harjoittelemaan uusia asioita (Sandberg, 2021). Sellaisella hetkellä ei ole hyödyllistä yrittää opettaa lapselle tunnetaitoja. Kun lapsi oppii hallitsemaan tunteitaan säätelytaitojen avulla, kykenee hän tunnepurkauksien aikana ymmärtämään tunteitaan, tunnistamaan itsessään mahdollisen tunteiden ylikuormittumisen tilan ja purkamaan tunnettaan suotuisemmalla tavalla (Sandberg, 2021).

Koivuniemen, Kinnusen, Männyn, Järvenojan ja Näykin (2020) Oulun Yliopistossa toteuttama TUNTUVA-hanke tuo varhaiskasvatuksen arkeen 4T-mallin: tiedosta, tunnista, tue ja tarkkaile. Tämä tukee varhaiskasvatuksen henkilöstöä tarjoamaan lapsille mahdollisuuksia tunteiden säätelyn oppimiseen varhaiskasvatuksen arjessa (Koivuniemi ym., 2020). Mallin tavoitteena on saada tunnetaitojen opettelu jatkuvaksi, varhaiskasvatuksen arkeen kuuluvaksi asiaksi, joka ei sijoittuisi pelkästään suunniteltuihin hetkiin. Mallissa hyödynnetään arjessa esiin nousevia sosioemotionaalisten haasteiden ilmenemismuotoja ja tartutaan niihin käymällä niitä yhdessä lasten kanssa läpi (Koivuniemi ym., 2020). Erityisherkin kokiessa haasteita tunteidensa säätelyssä, voisi tämä malli olla tukena. Tätä mallia on helppo toteuttaa hektisissäkin tilanteissa ja pyrkiä siihen, että tunnetaitojen oppiminen saataisiin mukaan luonnolliseksi osaksi varhaiskasvatuksen arkea. Tunnetaitojen opettamisen avuksi on myös luotu muita erilaisia materiaaleja, joita voidaan hyödyntää varhaiskasvatuksen arjessa. Niistä itselleni tutuin on tunnetaitoihin keskittyvä Fanni (2021) sarja, josta löytyviä kirjoja ja tunnekortteja voi helposti hyödyntää arkisissa tilanteissa, ja lapset voivat niiden avulla onnistua purkamaan kokemiaan tunteita sekä kokemaan samaistumisen tunteita kirjan hahmoihin.

5 Johtopäätökset ja pohdinta

Tässä tutkielmassa tarkasteltiin sitä, kuinka tunnetaidot vaikuttavat erityisherkkään lapseen. Tutkielmallani on merkitystä varhaiskasvatuksen henkilöstölle, erityishekkälle lapselle sekä koko lapsiryhmälle. Tutkielmani tulosten pohjalta voidaan havaita erityishekkän lapsen tarve tunnetaitojen hallintaan. Erityishekkä lapsi on hekkä erilaisille ärsykeille ja tuntemuksille (Aron, 2020a). Voimakkaasti reagoivilla lapsilla voi olla muita lapsia heikompi kyky toimia vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa ja heillä on tunteiden itsesäätelytaidoissa haasteita (Sandberg, 2021). Tästä syystä erityishekkälle lapselle on eduksi tunnetaitojen hallinta sekä se, että varhaiskasvatuksen henkilöstö hallitsee tunnetaidot hyvin. Tällöin he voivat tukea erityishekkän lapsen kokemia vahvoja tunteita ja tunnepurkauksia sekä antaa vahvistusta siihen, että lapsi pärjää itse tunteidensa kanssa. Aikainen lapsen erityishekkyyden tunnistaminen sekä tunnetaitojen opettaminen ja oppiminen luovat lapselle paremmat mahdollisuudet myös pärjätä sosiaalisissa suhteissa vertaistensa kanssa.

Ympäristö ja geenien toimivat vuorovaikutuksessa erityishekkyyteen (Boyce, 2019). Geeneihin tai biologiaan ei voi vaikuttaa mutta ympäristön tekijöitä voi pyrkiä muokkaamaan erityishekkälle suotuisimmaksi. Honkavaarakin (1958c) kertoo ympäristön vaikutuksesta hekkiiin yksilöihin (viitattu lähteessä Airaksinen & Satri, 2021). Boycen (2019) haastattelukoe vahvistaa sitä, kuinka erityishekkät lapset kokevat ympäristönsä vahvasti. Myös Pluessin (2015) mukaan ympäristön vaikutukset ovat kiistattomat kasvavaan ja kehittyvään lapseen (viitattu lähteessä Airaksinen & Satri, 2021).

Boyce (2019) pohtii, voisiko orkidealasten tieteellisen tunnistamisen pölevä kauneus olla siinä, että ei olisikaan inhimillistä haurautta, johon pelastus ei ulottuisi ja että kaikkein vahingollisimmatkin inhimilliset piirteet ovat parannettavissa elämän oikeanlaisissa puitteissa. Tutkielmani pohjalta täksi ”pelastukseksi” ja oikeanlaisiksi puitteiksi voi ajatella myönteisen, kannustavan varhaiskasvatuksen, jossa tärkeinä tekijöinä ovat tunnetaidot, niiden opettaminen sekä hallinta.

Tunnetaitojen oppimiselle tulee luoda hyvät olosuhteet (Lahtinen & Rantanen, 2019). Konkreettisina keinoina erityishekkän lapsen tukemisessa voidaan käyttää esimerkiksi aiemmin tutkimuksessani mainittuja asioita, kuten syväkuuntelua ja erilaisia tunnetaitojen tueksi luotuja materiaaleja, kuten Fanni (2021) sarjaa. Myös TUNTUVA-hanke (2020) on oiva materiaali konkreettiseksi tueksi varhaiskasvatuksen arkeen. Sen 4T-malli edistää erityishekkän lapsen tunnistamisessa ja tunteiden säätelyn haasteiden tukemisessa. Erityishekkän vahvojen tunteiden

tueksi voi ottaa myös rentoutumista ja lepoa, jotka auttavat lasta rauhoittumaan tunnepurkauksesta tai jo ennen sitä; vaikeiden tunteiden käsittelyssä esimerkiksi hengitykseen keskittyminen voivat rauhoittaa lasta ja auttaa saamaan tunteet hallintaan (Satri, 2015). Rentoutusharjoitukset auttavat lasta tunnistamaan kehossa vallitsevat tunteet sekä lisäävät lapsen kykyä hallita oman kehonsa tuntemuksia (Opetushallitus, 2021). Takaisin rauhalliseen mielentilaan voi päästä myös esimerkiksi syvähengittämällä ja erilaiset rauhoittumisen keinot auttavat lasta tunteen tunnistamisessa ja hallinnassa (Köngäs, 2019).

Taulukko 1. Tunnetilanteiden pohjapiirustus (mukaien Köngäs, 2019):

| Taito | Lapsi |
|--------------------------------|--|
| Havaitseminen ja sanoittaminen | Miltä minusta tuntuu? |
| Ymmärtäminen | Mikä aiheutti tunteeni? |
| Ilmaiseminen | Miten ilmaisin tunteeni? |
| Säätely | Mitä voisin tehdä nyt/jatkossa paremmin? |

Taulukossa 2. avataan tunnetilanteiden pohjapiirustus: mitä on tapahtunut, miltä tuntuu (havaitseminen ja sanoittaminen), mikä asia sai aikaan tunteen (ymmärtäminen), miten tunne ilmaistiin (ilmaiseminen) ja mitä tehdään saadakseen tunteen muuttumaan tai jatkossa eri tavoin (säätely). Esimerkkinä erityisherkkä voi varhaiskasvatuksessa kokea turhautumista, kun tehtävä ei ala sujumaan. Hän osoittaa tunnettaan pian vahvasti eikä saa siihen lohtua tai ymmärrystä, joka vain lisää tunteen vahvaa kokemista. Epäonnistumisen tunne ja myöhemmin ymmärtämättömyys tulee lapselle vahvana. Tunteensa hän osoittaa kiukuttelemalla ja itkemällä eikä osallistuminen huvita enää ollenkaan. Lasta ohjataan siihen, ettei tämä haittaa ja annetaan sopivampia keinoja tunteiden säätelyyn. Vahvistetaan myös sitä, että haastavia asioita opetellaan yhdessä. Jatkossa varhaiskasvatuksen henkilöstö pyrkii huomioimaan herkkät tunteet aiemmin. Taulukon käytössä tarkoitus on saada lapset varhaiskasvatuksessa taidokkaammiksi omien ajatusten ja tunteidensa kanssa sekä auttaa oivaltamaan uusia tapoja suhtautua ongelmaan (Köngäs, 2019). Erityisherkkä joutuu elämään herkemman hermoston kanssa sekä opettelemaan itselleen sopivia tapoja voimakkaiden tunteiden käsittelyyn ja kuormittumisesta palautumiseen (Satri, 2015). Kyseistä taulukkoa voidaan käyttää varhaiskasvatuksessa myös miettimällä lapsen kanssa miltä jokin tilanne on tuntunut vertaisesta tai varhaiskasvatuksen opettajasta. Tunteiden havainnointia muista ihmisistä tulee harjoitella lasten kanssa ja miettiä myös miltä muista ihmisistä voi tuntua (Lahtinen & Rantanen, 2019).

Boycen (2020) mukaan, kun erityisherkkyyttä tuetaan oikealla tavalla, voi lapsi puhjeta kukkaan iloisena ja menestyksekkäänä. Tämä kiteyttää ajatukseni siitä, että varhaiskasvatuksessa on tärkeää tunnistaa erityisherkkä lapsi ja pyrkiä antamaan oikeanlaista tukea. Ymmärtävä, kannustava ja turvallinen varhaiskasvatuksen opettaja voi tunnetaitoja systemaattisesti toteuttamalla mahdollistaa tämän erityisherkkän lapsen ”kukkaan puhkeamisen”. Oikeanlaisella tuella lapsi oppii ymmärtämään ja hallitsemaan tunteitaan, tunnepurkauksiaan sekä tuntemaan oman erityisherkkyytensä. Jos lapsella ei ole tarvittuja taitoja tunteidensa käsittelyyn, voi lapsi ylikuormittua emotionaalisesti (Aron, 2020a). Boyce (2019) onkin todennut, että erityisherkkät ovat helpommin stressaantuneita ja täten tunnepurkaukset voivat olla yleisempiä. Erityisherkkän oppiessa herkkyydestään, oppii hän tuen avulla tunnistamaan kuormittumisensa ja säätelemään voimavarojaan (Satri, 2015). Tunnetaitojen opettelu tulisikin tehdä mahdolliseksi kaikkien arjen keskellä tapahtuviin tilanteisiin, sillä tunnetilanteiden hallinta auttaa erityisherkkää lasta tunnistamaan ärsykyksiä sekä vastaamaan emotionaalisiin tilanteisiin tunteiden säätelyn keinoilla (Köngäs, 2019).

Tutkimusta tehdessäni havahtuin siihen, kuinka heikosti tutkimusta tunnetaitojen ja erityisherkkyyden yhteydestä löytyy. Tämä tutkimus kokoaa yhteen erityisherkkyyden sekä sen, kuinka siihen voidaan positiivisesti vaikuttaa tunnetaidoilla. Kaikki tutkimuksessani esiin tulleet tutkimukset ja teoriat osoittavat selkeän tarpeen siihen, että tunnetaitoja tulee opettaa, jotta erityisherkkä hallitsee ja käsittelee tunteitaan sekä ymmärtää itseään, sillä hän usein kokee ärsykkeet ja tunteet muita vahvemmin. On tärkeää muistaa, että tunnetaidot ovat kuin mikä tahansa taito – mitä useammin samoja harjoitteita toistetaan, sitä tietoisemmaksi niiden merkityksestä tulee omassa toiminnassa ja sitä enemmän voi vaikuttaa omiin reaktioihin.

Tavoitteenani oli syventää ymmärrystä ja lisätä tietoa erityisherkkästä lapsesta sekä siitä, kuinka tunnetaidoilla erityisherkkää lasta voidaan varhaiskasvatuksessa tukea. Samalla kehittyi oma asiantuntijuuteni erityisherkkän lapsen ja tunnetaitojen osalta sekä parantaa ammattitaitoani ja vahvistaa osaamistani toimiessani varhaiskasvatuksen opettajana. Toivon tutkielmani auttavan niitä, jotka tämän lukevat. Tutkielmassani ilmenevät tiedot ovat hyödyksi ja toimivat koko lapsiryhmälle, eivät pelkästään erityisherkkälle, sillä tunnetaitojen hallinnasta ja opettamisesta hyötyvät aivan kaikki. Tuloksista hyötyvät kaikki lasten kanssa toimivat henkilöt, sillä tunnetaidot ovat tärkeitä kaikille. Tuloksista saadaan myös hyödyllistä informaatiota lasten kanssa toimimiseen niin varhaiskasvatukseen, kotiin kuin mihin tahansa muuallekin. Tutkimukseni tuloksista on hyötyä myös yhteiskunnallisella tasolla, sillä erityisherkkän lapsen tukeminen tunnetaitojen avulla voi ehkäistä muun muassa myöhempiä mielenterveysongelmia

sekä poistaa mahdollisuuden ylikuormittumiseen ja pitkäkestoiseen stressiin. Tulokset voivat myös haastaa. Huomasin selkeän tarpeen siihen, että erityisherkkä lapsi saa tukea tunnetaidoista. Tätä yhteyttä tulisikin tutkia lisää ja siihen vaaditaan resursseja. Tämä voisi johtaa muutoksiin koulutuksessa tai lisätä tarvetta valmistuneiden täydennyskoulutuksiin. On tärkeää, että erityisherkkyyteen perehdytään, jotta erityisherkkä lapsi tunnustetaan ja häntä tuetaan. Näiden perusteiden myötä tutkielmassani erityisherkkyyks on paikkaansa pitävä ilmiö, jonka ymmärtämiseen ja tukemiseen tarvitaan mielestäni vielä paljon enemmän tietoisuutta sekä ymmärrystä.

5.1 Luotettavuuden ja eettisyyden arviointi

Laadullisen tutkimuksen luotettavuus tarkoittaa sitä, että tutkija vakuuttaa lukijan siitä, että tutkimus on toteutettu ammattitaidolla, perusteltu ja oikeita lähestymistapoja sekä menetelmiä hyödyntäen (Juuti & Puusa, 2020). Tutkielmassani on luotettavia, kansainvälisiä, tutkimuksia sisältäviä lähteitä: Aron, Boyce ja Lionetti, joiden toteuttamia tutkimuksia sekä työnsä ja elämänsä myötä tullutta kokemusta pääsinkin hyödyntämään aiheessani. Toisaalta tutkimusten määrä ja laatu jäi mielestäni kuitenkin hieman vajaaksi, sillä aiheestani oli haasteellista löytää tutkimuksia. Myöskään kaikkia alkuperäisiä lähteitä en saanut auki. Tällaisesta voisi koitua virheellistä tietoa, jos ymmärtäisi toisen kertomaa väärin ja käyttäisi sitä tutkimuksessansa.

Airaksisen ja Satrin (2021) mukaan herkkyyden ymmärtämisessä tarvitaan ymmärrystä ihmisten sisäisestä kokemusmaailmasta. Tutkimuksen teon kannalta yksilöllisen kokemusmaailman tavoittaminen on subjektiivisuudessaan haasteellinen alue, eikä tutkija todennäköisesti koskaan tavoita kaikille ihmisille yhteistä kokemusta vaan yksilöllisiä, merkityksellisiä kokemuksia ja kokemisen tapoja, ja näistä yksilöllisistä kokemuksista saattaa hahmottaa samankaltaisuuksia (Airaksinen & Satri, 2021). Muun muassa tästä syystä tutkimuksia erityisherkkyydestä voikin olla niukasti, sillä niitä on vaikea tehdä ja saada yhtenäisiä tutkimustuloksia. Samankaltaisia herkkyySPIIRTEITÄ ja reagoititapoja voi olla useilla ihmisillä samanlaisia, ilman että he kaikki ovat erityisherkkiä. Myös erityisherkillä mainitut herkkyydet erilaisiin ärsykkeisiin ovat vaihtelevia ja se, mikä saa toisen reagoimaan vahvasti, ei välttämättä vaikuta toiseen.

Eettisyys tarkoittaa sitä, että tutkimus pyrkii saamaan aikaan hyviä asioita tutkimuksen kohteena oleville ihmisille, eikä tutkimuksen tuloksista aiheudu tutkimuksen kohteena oleville haittaa (Juuti & Puusa, 2020). Myös Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK) (2019) korostaa Ihmistieteiden eettisen ennakoarvioinnin ohjeessaan tutkijan velvollisuutta

kunnioittaa tutkimuksen kohteena olevien ihmisarvoa ja itsemääräämisoikeutta, sekä huomioida perustuslain mukaiset oikeudet. Eila Aarnos (2018) painottaa lapsiystävällisyyden ja tutkimuksen etiikan tärkeyttä. Tutkielmani aihe on sensitiivinen, minkä vuoksi olen kiinnittänyt huomiota siihen, millä tavoin kuvailen ja tuon esiin erityisherkan lapsen. Erityisherkkä lapsi on saman arvoinen ja samalla kehitystasolla kuin ikätoverinsa, vain korostuneilla aisteilla ja herkkyydellä, eikä ansaitse erilaista kohtelua.

Pohdin paljon tutkijoiden käyttämiä vertauskuvallisia nimityksiä lapsista, joiden herkkyyks eroaa toisistaan. Onko eettistä kutsua lapsia orkideoiksi tai voikukiksi? Orkidea on tunnetusti kaunis, uniikki kukka ja voikukka pihan rikkaruoho, josta usein halutaan eroon. Pelkästään kasvupaikkaa ajatellen vertauskuva on oivallinen, mutta muuten mielestäni turhan arvottava. Pohdin, että jos samasta aiheesta teen pro gradun, voisiko käsitteinä käyttää esimerkiksi herkkää, erityisherkkää ja vähemmän herkkää, koska kaikki ihmiset ovat jollain tasolla herkkiä. On ollut kuitenkin helppoa käyttää vertauskuvallisia kukkailmaisuja, sillä niiden avulla on saanut yksikertaisesti tiivistettyä olennaisen asian selkeästi ilman pitkiä selityksiä ja kuvailuja.

Airaksinen ja Satri (2021) kyseenalaistavat suomennoksen erityisherkkä, sillä englannin high (*korkea*) on suomennettu erityis. Muun muassa Lionettin ja kumppaneiden (2018) käyttämä englanninkielinen jaottelu low-, medium- ja high-sensitive viittaa suomenkielistä termiä neutraalimmin siihen, että kyseessä on jatkumo, jolle yksilöt sijoittuvat eri kohtiin. Onko erityisherkkyydessä jotain oikeasti erityistä vai olisiko se normaalia korkeampaa herkkyyttä? Airaksinen ja Satri (2021) ovatkin päätyneet artikkelissaan välttämään Aronin (ks. esim. Aron, 2013) tietokirjakäännöksistä suomen kieleen tullutta erityisherkkyyden käsitettä ja suosittelevat jatkossakin, että käsitteistöön suhtaudutaan kriittisesti. Tämän tiedon myötä aloin kyseenalaistamaan myös termiä erityisherkkä, enkä pelkästään kukkavertauskuvia. Päädyin kukkavertauskuvien tapaan silti pysymään myös käsitteessä erityisherkkä, sillä se kuvaa ilmiön selkeästi ja on tutumpi entuudestaan. En kokenut tarpeelliseksi alkaa kehittämään uutta käsitettä tai käyttämään pidempää ilmaisua.

Manninen (ent. Honkavaara) (1999) on 1950-luvulla kehittänyt havaintoihin perustuvan persoonallisuustestin herkkyyden sekä sen asteen tunnistamiseksi (viitattu lähteessä Airaksinen & Satri, 2021). Honkavaaran (1958b; 1958c) testin mukaan herkät ihmiset hän on nimeänyt ”väri-ihmisiksi”, sillä ihmisen herkkyydestä kertoisi suhtautuminen väreihin ja vähemmän herkät olisivat ”muotoihmisiä”. Hänen mukaansa väri-ihmisillä on tyypillisesti herkkä havaintokyky ja vahvempi reaktiivisuus kuin muotoihmisillä, jotka puolestaan ovat

mahdollisesti realistisempia tai vaikuttavat sosiaalisesti itsevarmemmilta kuin väri-ihmiset (viitattu lähteessä Airaksinen & Satri, 2021). Suurimpana erona Honkavaara (1964) esittää, että väri- ja muotoihmisten erilaiset piirteet ovat seurausta heidän erilaisista psyykkisistä rajoistaan, jotka suojaavat yksilöä ympäristön ärsykkeiltä (viitattu lähteessä Airaksinen & Satri, 2021). Olisiko tällainen kuvailu sensitiivisempi, kuin ilmaisu ”erityis” tai kukkavertaukset? Tämä jo 1950-luvulla laadittu ilmaus voisi olla mielestäni havainnollistava eri herkkyytasoilla olevista ihmisistä puhuttaessa, ilman erityistä arvottamista.

5.2 Jatkotutkimusideat

Haluaisin jatkaa aiheen tutkimista pro gradussani. Tämä tutkielma on yleispätevä, joten koen tärkeäksi tutkia ja perehtyä aiheeseen syvemmin. Ammattitaitoni, havainnoimiskykyäni sekä kykyäni yhdistellä erilaisia lähteitä on kehittyneempi myöhemmin opinnoissa, joten pro gradussa aiheen tutkiminen olisi entistä antoisampaa. Pluessin ja kumppaneiden (2018) mukaan lapsille on kehitetty oma kyselytesti (Highly Sensitive Child Scale, HSCS) herkkyyserojen mittaamiseksi (viitattu lähteessä Airaksinen & Satri, 2021). Koen, että tästä voisi olla hyötyä gradun tutkimuksessani niin teoriassa kuin käytännössä.

Tutkimusta gradussa toteuttaisin konkreettisesti havainnoiden lasten toimintaa, tunteita ja kokemuksia varhaiskasvatuksessa. Aihe on osittain abstrakti, kontekstista riippuvainen ja jokaisella ihmisellä eri tavoin ilmenevä, joten tästä syystä voisi olla olennaista kerätä tutkimusmateriaalia esimerkiksi lasten dokumentoinnista, piirroksista sekä avoimista haastatteluista. Vilkan (2018) mukaan havainto on merkki jostain; se on esimerkiksi sana, lause, ajatus tai teko ja laadullisessa tutkimuksessa havaintoon kuuluu myös sen merkitys, joka on aina ilmi siinä kontekstissa, jossa havainnointava kohde ilmenee. Havainnot ja havaintojen merkitykset ovat johtolankoja, joiden avulla kutsutaan esiin ilmiötä tai asiaa koskevia merkityksiä uuden tiedon löytämiseksi (Vilka, 2018). Lopulta on tutkijan taidoista kiinni, miten hän kykenee yhdistämään tietojaan saadakseen uutta tietoa (Vilka, 2018). Lapsilta saadut tiedot, dokumentit ja havainnot vaativat omasta kokemuksestani jäsentelyä ja organisointia, jotta pystyy muodostamaan yleispätevää tietoa. Aarnos (2018) puhuu myös valokuvien ja muun dokumentoinnin merkityksestä, sillä usein niiden avulla saadaan lapsilta lisää olennaista tietoa. Lasten havainnointi, haastattelemine ja esimerkiksi lasten piirrokset kuuluvat kvalitatiivisen eli laadullisen tutkimuksen tekemiseen. Muun muassa tällaisia hyödyntäisin pro graduni teossa saadakseni siitä konkreettisesti hyödyttävän kokonaisuuden erityisherikän lapsen tunnistamisessa ja tukemisessa.

Lähteet

- Aaltio, I. & Puusa, A. (2020). Mitä laadullisen tutkimuksen arvioinnissa tulisi ottaa huomioon? Teoksessa A. Puusa & P. Juuti (toim.), *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. [Adobe Digital Editions -versio]. Haettu osoitteesta <https://www.ellibslibrary.com/reader/9789523456167>
- Aarnos, E. (2018). Kouluun lapsia tutkimaan: havainnointi, haastattelu ja dokumentit. Teoksessa R. Valli (toim.). (5. uud. p.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin: 1, Metodien valinta ja aineistonkeruu: Virikkeitä aloittelevalle tutkijalle*. [Adobe Digital Editions -versio]. Haettu osoitteesta <https://www.ellibslibrary.com/book/978-952-451-516-0>
- Airaksinen, A. & Satri, J. (2021). *Herkkyys ja yksilölliset olemisen kehykset*. Sosiaalipedagoginen aikakauskirja, 22, 63–84. <https://doi.org/10.30675/sa.103222>
- Aron, E. N. & Tiainen, K. (2020a). *Erityisherkkä lapsi*. Helsinki: Nemo.
- Aron, E. N., & Linteri, S. (2020b). *Erityisherkkä ihminen*. Helsinki: Nemo.
- Aron, E. & Aron, A. (1997). Sensory-Processing Sensitivity and Its Relation to Introversion and Emotionality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73 (2), 345–368. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.2.345>
- Boyce, T. & Sappinen, J. (2020). *Orkidea vai voikukka? Miksi lapset ovat niin erilaisia ja miten kaikki voivat kukoistaa*. Werner Söderström Osakeyhtiö.
- Eskola, J. & Suoranta, J. (1998). *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. (2009). *Tutki ja kirjoita*. Helsinki: Tammi.
- Honkavaara, S. (1958a). A Critical Reevaluation of the Color and Form Reaction, and Disproving of the Hypotheses Connected with it. *The Journal of Psychology*, 45(1), 25–36.
- Honkavaara, S. (1958b). Relation of Interpersonal Preference and Emotional Attitude of the Subject. *The Journal of Psychology*, 46(1), 25–31.
- Honkavaara, S. (1958c). The Color and Form Reaction as a Basis for Differential Psychotherapeutic Approach. *The Journal of Psychology*, 46(1), 39–51.
- Honkavaara, S. (1964). The Color and Form Personality and the Recognition of the Type Through the Physiognomic Structure of the Face. *Acta Psychologica*, 22, 169–190.
- Juuti, J. & Puusa, A. (2020). Laadullisen tutkimuksen luotettavuus. Teoksessa A. Puusa & P. Juuti (toim.), *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. [Adobe Digital Editions -versio]. Haettu osoitteesta <https://www.ellibslibrary.com/reader/9789523456167>
- Jääskinen, A. (2017). *Mitä sä rageet? Lapsen ja nuoren tunnetaitojen tukeminen*. Helsinki: Lasten Keskus.

- Jääskinen, A. (2020). *Tunnetaidot – mitä ne ovat. Tunne & taida – Suomen tunnetaitokoulutus*. Haettu osoitteesta <https://www.tunnejataida.fi/tunnetaidot-paasivu> Käytänkö tätä
- Kanninen, K. & Sigfrids, A. (2012). *Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Karila, K. (2016). *Vaikuttava varhaiskasvatus*. Opetushallitus: Raportit ja selvitykset 2016:6. Haettu osoitteesta https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/vaikuttava_varhaiskasvatus.pdf
- Karjalainen, S. (2021). *Doing joy : performances of joy in children's relations in early childhood and education settings* (Väitöskirja, Oulun Yliopisto). Haettu osoitteesta <http://urn.fi/urn:isbn:9789526229744>
- Kiviniemi, K. (2018). *Laadullinen tutkimus prosessina*. Teoksessa R, Valli (toim.), *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2, Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökoh- tiin ja analyysimenetelmiin*. Haettu osoitteesta <https://www.ellibslibrary.com/reader/9789524518758>
- Koivuniemi, M., Kinnunen, S., Mänty, K., Näykki, P. & Järvenoja, H. (2020). *Arjen sosioemotionaaliset haasteet oppimistilanteina – 4T-toimintamalli lapsen kehittyvien tunteiden säätelytaitojen tukemiseksi*. Kasvatustieteiden tiedekunta, Oulun yliopisto. Haettu osoitteesta <http://jultika oulu.fi/files/isbn9789526226484.pdf>
- Köngäs, M. (2019). *Tunneäly varhaiskasvatuksessa*. [Adobe Digital Editions -versio]. Haettu osoitteesta <https://www.ellibslibrary.com/book/978-952-451-942-7>
- Lahtinen, A., & Rantanen, J. (2019). *Tunnetaidot opetustyössä: Opas haastaviin tilanteisiin*. [Adobe Digital Editions -versio]. Haettu osoitteesta <https://www.ellibslibrary.com/book/9789524519151>
- Laine, T. (2018). *Miten kokemusta voidaan tutkia. Fenomenologinen näkökulma*. Teoksessa R. Valli (toim.). (5. uud. ja täyd. p.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin: 2, Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökoh- tiin ja analyysimenetelmiin*. [Adobe Digital Editions -versio]. Haettu osoitteesta <https://www.ellibslibrary.com/book/9789524518758>
- Lionetti, F., Aron, A., Aron, E-N., Burns, G-L., Jagiellowicz, J. & Pluess, M. (2018). *Dandelions, tulips and orchids: evidence for the existence of low-sensitive, medium-sensitive and high-sensitive individuals*. *Transl. Psychiatry*. Haettu osoitteesta <https://www.nature.com/articles/s41398-017-0090-6.pdf>
- Manninen, S. (1999). *Outolintu, erilainen: Tutkimusraportti yliherkästä väri-ihmisestä muotojen yhteiskunnassa*. Atena.

- Metsämuuronen, J. (2011). *Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä* (opiskelija- ja tutkijalaitokset). Haettu osoitteesta <https://www-booky-fi.pc124152 oulu.fi:9443/lainaa/1234>
- Opetushallitus. (2022). *Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022*. Haettu osoitteesta https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2022_0.pdf
- Peltonen, A., & Kullberg-Piilola, T. (2005). *Tunnetuksi: Tunnetaitoja perheille ja kasvattajille* ([Uud. laitos]). Lasten keskus.
- Pluess, M. (2015). Individual Differences in Environmental Sensitivity. *Child Development Perspectives*, 9(3), 138–143. DOI: <https://doi.org/10.1111/cdep.12120>
- Pluess, M., Assary, E., Lionetti, F., Lester, K. J., Krapohl, E., Aron, E. N. & Aron, A. (2018). Environmental Sensitivity in Children: Development of the Highly Sensitive Child Scale and Identification of Sensitivity Groups. *Developmental Psychology*, 54(1), 51–70. DOI: <https://doi.org/10.1037/dev0000406>.
- Pölkki, P.L. & Vornanen, R.H. (2016). Role and Success of Finnish Early Childhood Education and Care in Supporting Child Welfare Clients: Perspectives from Parents and Professionals. *Early Childhood Educ J*, 44, 581–594. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10643-015-0746-x>
- Sandberg, E. (2021). *Pedagoginen tuki varhaiskasvatuksessa*. [Adobe Digital Editions -versio]. Haettu osoitteesta <https://www.ellibslibrary.com/book/9789523701304>
- Satri, J. (2015). *Herkkyys ja kiusaaminen*. Helsinki: Basam Books Oy
- Tuomi, J., & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi* (Uudistettu laitos.). [Adobe Digital Editions -versio]. Haettu osoitteesta <https://www.ellibslibrary.com/book/9789520400118>
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. (2019). *Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa*. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisu 3/2019.
- Varhaiskasvatuslaki (13.7. 540/2018). Haettu osoitteesta <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20180540#Pidp446231216>
- Vilka, H. (2018). Havainnot ja havainnointimenetelmät tutkimuksessa. Teoksessa Valli, R. (toim.). (5. uud. ja täyd. p.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin: 2, Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin*. [Adobe Digital Editions -versio]. Haettu osoitteesta <https://www.ellibslibrary.com/book/9789524518758>