



Onkalo Jenna

Erityisherkkien lasten yhteenkuuluvuuden tukeminen varhaiskasvatuksessa

Kandidaatin tutkielma

KASVATUSTIETEIDEN JA PSYKOLOGIAN TIEDEKUNTA

Varhaiskasvatus

2024

Oulun yliopisto

Kasvatustieteiden ja psykologian tiedekunta

Erityisherkkien lasten yhteenkuuluvuuden tukeminen varhaiskasvatuksessa (Jenna Onkalo)

Kandidaatin tutkielma, 33 sivua, 0 liitesivua

Huhtikuu 2024

---

Tutkielman aiheena on erityisherkkien lasten yhteenkuuluvuuden tukeminen varhaiskasvatuksessa. Tutkielma antaa konkreettisia välineitä sille, miten varhaiskasvatuksen opettaja voi tukea erityisherkkän lapsen yhteenkuuluvuutta. Erityisherkillä lapsella on herkempi tietoisuus eri ärsykkeistä. Erityisherkkien hienovaraisen havaintokykynsä vuoksi he havaitsevat ärsykejä, joita muut ympärillään eivät edes tiedosta. Erityisherkkä lapsi voi reagoida vahvasti eri ääniin, hajuihin sekä hän voi itkeä ja ärsyyntyä herkemmin. Erityisherkkä lapsi usein uupuu herkemmin kuin ei-herkkä. Yhteenkuuluvuus rakentuu varhaiskasvatusryhmän yhteisestä toiminnasta ja yhdessäolosta. Yhteenkuuluvuuden rakentumisen prosessi on jatkuvaa ja sen rakentumiseen voidaan vaikuttaa pienillä teoilla. Yhteenkuuluvuus myös näkyy ja koetaan eri tavoin. Yhteenkuuluvuutta voidaan tuntea, vaikkei osallistuisikaan yhteiseen toimintaan. Se on osallisuuden valinnan mahdollisuutta. Tutkielman tavoitteena on antaa uusia näkökulmia yhteenkuuluvuuden rakentumisen tukemiselle sekä kuvata, miten edistää varhaiskasvatusryhmän yhteenkuuluvuutta. Näiden lisäksi tavoitteena on tämän tutkielman avulla lisätä tietoisuutta erityisherkkyydestä. Tutkielman kohderyhmänä on varhaiskasvatusiässä olevat 3–6-vuotiaat lapset. Tutkielma koostuu niin suomalaisista väitöskirjoista kuin kansainvälistä tutkimuksista. Tutkielma on kuvaileva kirjallisuuskatsaus, jonka olen rajannut narratiiviseen tutkimusotteeseen. Kuvailuvan kirjallisuuskatsauksen avulla tutkittavaa aihetta voidaan kuvata laajasti ilman tarkkoja raameja. Narratiivisessa tutkimusotteessa on mahdollisuus väljempään viitekehykseen, joka on tutkimustiedon puutteellisuuden vuoksi järkevää. Tutkielman keskeiset tulokset olivat erityisherkkien lasten ystävyysuhteiden, yhteisleikkien ja osallisuuden tukeminen sekä varhaiskasvatuksen ympäristön huomioiminen. Yhteenkuuluvuutta tuetaan kiinnittämällä huomiota lasten ystävyysuhteiden muodostumiseen. Erityisherkkän osallisuuden huomioiminen rikastuttaa yhteenkuuluvuuden rakentumista. Leikkitalu ja yhteisleikit tukevat lapsen yhteenkuuluvuuden tunnetta. Merkittävimmäksi tulokseksi todettiin ympäristötekijät. Materiaalisen ympäristön huomioiminen on tärkeä tekijä aistiherkkyyksien ja lapsen ylikuormittumisen tasapainottamisessa. Varhaiskasvatuksen opettajan on huomioitava ympäristön vaikutus yhteenkuuluvuuden tukemisessa ja ymmärtää, kuinka eri ympäristötekijät vaikuttavat erityisherkkään. Tutkielman johtopäätöksensä todettiin, että yhteenkuuluvuuden tukeminen ei ole usein tietoinen tavoite. Kasvattajien on rohkaistuttava tunnistamaan yhteenkuuluvuuden tukemisen eri tekijät ja kyseenalaistamaan näiden vaikutus päivittäisissä toiminnoissaan. Erityisherkkien lasten yhteisleikkien ja ystävyysuhteiden tukeminen auttavat yhteenkuuluvuuden tukemisessa, sillä erityisherkkät usein leikkivät yksin. Tutkitun tiedon vähäisyys antoi idean jatkotutkimusaiheelle, miten varhaiskasvatuksen opettajat omasta näkökulmastaan tukevat yhteenkuuluvuutta varhaiskasvatuksessa.

Avainsanat: erityisherkkä, osallisuus, varhaiskasvatus, yhteenkuuluvuus, yhteisleikit, ympäristö, ystävyysuhteet

## Sisältö

<b>1</b>	<b>Johdanto</b> .....	<b>4</b>
<b>2</b>	<b>Teoreettinen viitekehys</b> .....	<b>6</b>
2.1	Yhteenkuuluvuus varhaiskasvatuksessa.....	6
2.2	Erytyisherkyys .....	7
2.3	Yhteenkuuluvuus ja herkkyys .....	9
<b>3</b>	<b>Tutkimuksen toteutus</b> .....	<b>11</b>
3.1	Tutkielman tavoitteet .....	11
3.2	Tutkimusmetodi .....	12
3.3	Tutkimusprosessi ja aineistonkeruu .....	13
<b>4</b>	<b>Tulokset</b> .....	<b>16</b>
4.1	Ystävyysuhteiden tukeminen.....	16
4.2	Yhteisleikit ja osallisuus yhteenkuuluvuuden rakentumisen rikastuttajana .....	18
4.3	Ympäristö yhteenkuuluvuuden tukemisen keinona .....	22
<b>5</b>	<b>Johtopäätökset ja pohdinta</b> .....	<b>26</b>
	<b>Lähteet</b> .....	<b>30</b>

# 1 Johdanto

Tässä kandidaatin tutkielmassa tutkin erityisherkkien yhteenkuuluvuutta ja heidän yhteenkuuluvuutensa tukemista suomalaisen varhaiskasvatuksen kontekstissa. Tutkimuskysymykseni on *miten tukea erityisherkkien lasten yhteenkuuluvuutta varhaiskasvatuksessa?* Vasta lähivuosina käsitteet erityisherkyys, sensitiivisyys ja aistiherkkyys ovat nousseet yhteiskunnan puheenaiheeksi ja tutkittavaksi ilmiöksi. Vaikka jo noin 30 % lapsista ja nuorista luokittelevat itsensä erityisen sensitiiviseksi eli herkiksi (Pluess ym., 2018). Aronin (2020a) mukaan 15–20 % jo ainoastaan lapsista ovat temperamenttipiirteeltään erityisherkkiä. Temperamentilla viitataan yksilöllisiin piirteisiin, jotka vaikuttavat lapsen tapaan reagoida vaihtuviin tilanteisiin, asioihin ja ympäristöihin (Sajaniemi, 2024). Aron (2020a) nostaa esille, että vielä suurempi määrä on erityisherkkiä ihmisiä yhteensä. Herkkyyttä ei ole kuitenkaan tutkittu tarpeeksi, vaikka näin useat ihmiset nykypäivänä luokittelevat itsensä erityisherkäksi, sensitiiviseksi, herkäksi tai aistiherkäksi (Pluess ym., 2018). Sosiaalisessa mediassa aisti- ja erityisherkyys puhuttavat, joten tutkimustietoa näistä aiheista on oletettavasti tulossa lisää tulevaisuudessa. Aiemmin erityisherkkyyttä on pidetty pelokkuutena, ujoutena, arkuutena ja estyneisyytenä, mutta nämä käsitteet eivät kuvaa kyseistä temperamenttipiirrettä hyvin etenkin lasten kohdalla (Aron, 2020a). Tutkielman edetessä käytän termiä erityisherkyys ja herkkyys, johon liitän myös sensitiivisyyden ja aistiherkyyden käsitteet. Valitsin tutkittavaksi ilmiöksi erityisherkkyyden sen ajankohtaisuuden sekä oman henkilökohtaisen tunnekokemuksen vuoksi. Lähivuosina olen huomannut olevani erityisherkkä. Aiemmin olen pohtinut sitä, miksi eri asiat kuormittavat herkemmin itseäni kuin suurempaa osaa muista ihmisistä ympärilläni, kunnes sain tietää erityisherkkyydestä. Erityisherkkänä ihmisenä ja tulevana varhaiskasvatuksen opettajana haluan saada erityisesti tietoa siitä, kuinka voin tulevana varhaiskasvatuksen opettajana tukea erityisherkkiä ja herkkiä varhaiskasvatusiässä olevia lapsia. Herkkyyden piirteen ymmärtäminen mahdollistaa näin laadukkaampaa herkän lapsen kasvattamista (Aron, 2020a).

Tutkielman aihe on tärkeä, sillä oletettavasti niin alan ammattilaiset kuin huoltajat kaipaavat konkreettisia keinoja sille, miten erityisherkkää lasta voidaan tukea. Erityisherkkyyden tarkastelu varhaiskasvatuksen näkökulmasta auttaa myös oman pedagogisen asiantuntijuuden kehittymisessä. Tutkielma antaa varhaiskasvatuksen opettajille kuin myös opiskelijoille keinoja, joilla tukea erityisherkkän lapsen yhteenkuuluvuutta varhaiskasvatusryhmässä. Jotta voidaan tukea yhteenkuuluvuutta varhaiskasvatusryhmässä, kasvattajan täytyy olla tietoinen yhteenkuu-

luvuudesta (Juutinen, 2015). Lasten yhteenkuuluvuutta on mahdollista tukea, jos yhteenkuuluvuuden rakentumisesta edistävästä ja estävästä tekijöistä ollaan tietoisia (Juutinen, 2015, s. 173). Erityisherikän lapsen kohdalla näiden tekijöiden tiedostaminen voi vaikuttaa positiivisesti yhteenkuuluvuuden rakentumiseen.

Tutkimukset ovat osoittaneet, että osa lapsista on huomattavasti herkempiä ympäristön muutoksille kuin toiset (Pluess ym., 2018). Usein oletetaan, että jokaisen lapsen tulisi sopeutua mahdollisimman nopeasti eri ympäristöihin, vaikka heidän herkkyytensä ympäristöille ja näistä esiintyvälle ärsykeille vaihtelevat (Pluess ym., 2018). Ei ole siis mahdollista, että kaikki lapset pystyisivät sopeutumaan esimerkiksi hyvin meluisaan ympäristöön (Aron, 2020a). Varhaiskasvatuksen ympäristö on täynnä melua ja useita muita ärsykeitä, jotka voivat vaikuttaa jokaiseen lapseen, mutta erityisesti erityisherikkään. Erityisherkkä lapsi kokee voimakkaasti tällaiset tekijät, kuten äänet, hajut ja ympäristöt, jotka eivät välttämättä vaikuta muihin lapsiin eli ei-herkkiin (Manninen, 1999). Lapsen temperamentti ja persoonallisuuspiirteet vaikuttavat siihen, kuinka he lähestyvät ympäristöä ja reagoivat siihen sekä millä tavoin he ovat vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa (Pluess ym., 2018). Erityisherkkät lapset reagoivat herkästi ympäristöön kuten ääniin, hajuihin ja ihmismääriin (Aron, 2020a).

Varhaiskasvatuksen opettaja voi tukea erityisherkkää lasta ystävyyssuhteiden, yhteisleikkien, osallisuuden ja ympäristön huomioimisen avulla ja nämä ovat merkittäviä yhteenkuuluvuuden tukemisen kannalta. Ystävät ja vertaissuhteet ovat nousseet Juutisen (2015) tutkimuksen kertomuksissa merkittäväksi tekijäksi yhteenkuuluvuuden kannalta. Hänen mukaansa ympäristössä on huomioitava fyysisen ympäristön lisäksi materiaallinen ympäristö, joka nähdään merkittävänä yhteenkuuluvuuden rakentumisen keinona. Juutinen toteaa, että kasvattajien ja lasten tekemillä materiaallisen ympäristön rakentamisella voidaan edistää sekä estää lasten yhteenkuuluvuutta (s. 169–170). Hyvä ympäristö, kuten laadukas varhaiskasvatus voi auttaa erityisherkkää pärjäämään jopa muita paremmin, sillä lapsi hyödyntää myös myönteiset olosuhteet herkemmin (Aron, 2020a). Turvalliset ja myönteiset ympärillä tapahtuvat asiat vaikuttavat toiminnan toteutumiseen, sillä niiden saavuttaminen tarkoittaa mielihyvän palautumista (Sajaniemi, 2024). Erityisherkkä on vastaanottavaisempi ympäriltä tuleville ärsykeille kuin lapset, joilla ei ole erityisherkkyyttä (Aron, 2020a).

## 2 Teoreettinen viitekehys

Valitsin keskeisimmät käsitteet liittyen tutkimusaiheeseeni. Teoreettisessa viitekehyksessä tarkastelen aihettani näiden käsitteiden pohjalta. Nämä käsitteet ovat *yhteenkuuluvuus*, *varhaiskasvatus* sekä *erityisherkkyy*s. Yhdistin käsitteet erityisesti varhaiskasvatuksen kontekstiin.

### 2.1 Yhteenkuuluvuus varhaiskasvatuksessa

Varhaiskasvatus perustuu Opetushallituksen laatimiin asiakirjoihin sekä varhaiskasvatuslakiin. Sen tavoitteena on tukea lapsen oppimista sekä lapsen jatkuvaa elinikäistä oppimista (Opetushallitus [OPH], 2022). Sarachon (2021) mukaan varhaiskasvatuksessa keskeisintä on lapsen kehityksen tunteminen, jotta voidaan tehdä lapsen kasvun ja kehityksen kannalta hyödyllisiä päätöksiä. Opetushallituksen (2022) mukaan varhaiskasvatus on suunnitelmallinen ja tavoitteellinen kasvatuksen, opetuksen ja hoidon kokonaisuus, jossa painotetaan pedagogiikkaa. Pedagogiikka on toimintaa, joka edistää lasten oppimista ja hyvinvointia sekä laaja-alaista osaamista (OPH, 2022). Pedagoginen toiminta vaatii asiantuntijuutta, jota toteuttavat varhaiskasvatuksen opettajat (Melasalmi & Husu, 2019). Varhaiskasvatuksessa jokaiselle lapselle laaditaan oma varhaiskasvatussuunnitelma, jossa huomioidaan lapsen osaaminen, vahvuudet, kiinnostuksen kohteet sekä hänen yksilölliset tarpeensa (OPH, 2022). Lapsi voi kehitystasoonsa nähden tarvita erilaisia tukitoimia, jotka edellyttävät varhaiskasvatuksen opettajalta moniulotteista tietämystä lapseen liittyen (Saracho, 2021). Saracho (2021) tuo esiin, että varhaiskasvatuksessa on taten tarjottava lapselle hänen kehityksensä kannalta sopivia ja mieluisia oppimiskokemuksia, jotka lisäävät oppimista ja motivaatiota oppia.

Yhteenkuuluminen on jokaisen ihmisen perustarve (Puroila ym., 2021). Yhteenkuuluvuus usein yhdistetään myönteisiin sosiaalisiin suhteisiin (Einarsdóttir & Ólafsdóttir, 2023). Varhaiskasvatuksessa aikuisilla on merkittävä rooli yhteenkuuluvuuden rakentamisessa (Juutinen, 2015). Varhaiskasvatusympäristö voi edistää lasten yhteenkuuluvuutta, osallisuutta ja osallistumista (Einarsdóttir & Ólafsdóttir, 2023). Varhaiskasvatuksessa lapset rakentavat yhteenkuuluvuutta neuvottelemalla omia roolejaan leikeissä, keskustelemalla muiden lasten ja kasvattajien kanssa sekä antamalla läheisyyttä ystävilleen (Juutinen, 2015). Yhteenkuuluvuus on yhteydessä myönteisiin tunteisiin sekä positiivisiin sosiaalisiin suhteisiin (Hännikäinen, 2006). Juutinen (2015) kuvaa lasten kertomusten kautta, että varhaiskasvatuksen yhteenkuuluvuus esiintyy me-käsitteen ja yhteisen toiminnan kautta. Myös Hännikäisen (2006) mukaan yhteenkuuluvuus tarkoittaa sitä, että ryhmän lapset jakavat yhteisen identiteetin me-tunteen kautta sekä kokemuksen

siitä, että heillä on yhteinen ryhmä. Hännikäinen tuo esiin, että lapsi kokee myönteistä suhdetta yhteiseen toimintaan liittyen, joka muodostaa keskeisen perustan yhteenkuuluvuuden tunteelle (156–157). Yhteenkuuluvuus näkyy konkreettisesti varhaiskasvatuksessa muun muassa nime-tyillä istuma- ja naulakkopaikoilla sekä pienryhmään kuulumisena (Juutinen, 2015). Yhteenkuuluvuus näkyy myös lasten suhteiden, osallistumisen ja sosiaalisen osallisuuden kautta (Einarsdóttir & Ólafsdóttir, 2023).

Yhteenkuuluvuuden rakentumisessa on tärkeää tuntea samaistumista muita kohtaan (Puroila ym., 2021). Myös läheisyys ja koskettaminen ovat osa yhteenkuuluvuuden kokemusta (Juutinen, 2015). Tällöin lapsi tulee tietoiseksi itsestään sekä muista (Puroila ym., 2021). Usein ne lapset, jotka kokevat samaistuvansa toiseen lapseen esimerkiksi samanlaisen taustansa vuoksi, jakavat ystävyysuhteen (Einarsdóttir & Ólafsdóttir, 2023). Yhteenkuuluvuuden rakentumisen kannalta merkittävää on lasten suhteet toisiinsa sekä kuuluminen pienryhmään ja koko varhaiskasvatusryhmään (Juutinen, 2015). Vertaisryhmään ja varhaiskasvatukseen kuuluminen on tärkeä osa varhaiskasvatusta (Einarsdóttir & Ólafsdóttir, 2023). Yhteenkuuluvuus on merkittävä tekijä lapsen oppimisessa, kehittämisessä ja hyvinvoinnissa (Puroila ym., 2021). Hännikäisen (2006) mukaan yhteenkuuluvuuden tunne motivoi lapsia yhteisölliseen oppimiseen ja sitä kautta edistää asioiden oppimista.

## **2.2 Erityisherkkyyys**

Satri (2014) kuvaa, että herkkyys on peräisin ihmisen hermojärjestelmästä, joka reagoi hyvin herkästi ympäristöön ja ärsykkeisiin. Erityisherkkien hienovaraisen havaintokykynsä vuoksi he havaitsevat ärsykeitä, joita muut henkilöt, joilla ei ole erityisherkkyyden piirteitä eivät välttämättä tiedosta (Oomen-Welke ym., 2022). Satri (2014) tuo myös esiin, että sensitiivinen eli herkkä ihminen reagoi tämän lisäksi herkästi omiin sisäisiin havaintoihinsa, kuten tulkintoihin muiden ihmisten tunteista. Manninen (1999) mainitsee tutkimusraportissaan kyseisen havainnon kertovan väri-ihmisistä. Hänen mukaansa väri-ihmiset eli erityisherkkät usein jäävät muotoihmisten eli ei-herkkien jalkoihin, vaikka yhteiskunta tarvitsee herkkiä ihmisiä. Manninen nostaa esille, että väri-ihmiset ovat erityisherkkiä ja herkkiä ihmisiä, jotka reagoivat herkästi ärsykkeisiin ja kuormittuvat herkemmin, kun taas muotoihmiset ovat ihmisiä, joilla ei ole erityisherkkyyden piirteitä.

Aron ja Aron (1997) tuovat esiin, että osa herkistä eivät ole introvertteja, vaikka heillä on erityisherkkyyden piirteitä. 70 % erityisherkestä on tilastojen mukaan sisäänpäin suuntautuneita, joka voi johtua heidän tarpeestaan välttää liiallisia ärsykyksiä, mutta erityisherkestä jopa 30 % on ulospäin suuntautuneita (Aron, 2020a, s. 31). Näin ollen erityisherkkät ihmiset voivat olla myös hyvin sosiaalisia ja puheliaita, joten kaikki introvertit eivät ole myöskään erityisherkkiä (Aron & Aron, 1997). Introverttien aiemmat epäonnistuneet sosiaaliset kokemuksensa voivat olla yhteydessä heidän sisäänpäin kääntyneisyyteensä (Aron & Aron, 1997). Kun taas erityisherkkien ulospäinsuuntautuneisuus voi olla peräisin kasvatuksesta ja perhetaustastaan, esimerkiksi lapsi on saanut positiivisia kokemuksia vuorovaikutuksesta muiden ihmisten kanssa (Aron & Aron, 1997). Erityisherkkä lapsi voi olla hiljaisempi tuntemattomassa ympäristössä, mutta taas vähemmän herkkä tai ulospäinsuuntautuneempi tutussa ympäristössä (Pluess, 2015). Näin ollen erityisherkkyyteen vaikuttavat vahvasti hänen ympärillään olevat kasvuolosuhteensa (Aron, 2020b). Näitä voivat olla esimerkiksi lapsuuden kokemukset (Aron, 2020b). Jos ympärillä olevat tekijät eivät vastaa lapsen tarpeisiin, voi se aiheuttaa lapselle myöhemmässä elämässä paljon haasteita (Aron, 2020b).

Yhteiskunnassa on vallinnut ajatus, että herkkyys olisi heikkous (Aron, 2020b). Jokainen temperamentti on arvokas, ja temperamenttierojen tunnistaminen on lapsen optimaalisen kehityksen kannalta merkittävää (Sajaniemi, 2024). Erityisherkkään piirteisiin kuuluvat emotionaalinen reaktiokyky, empatia, pienten asioiden vaistoaminen, ärsykkeiden liiallisuuden sekä syvälinen käsittely (Aron, 2020a). Erityisherkkällä on vahvempi tietoisuus aisteista ja ärsykkeistä kuten äänistä tai hajuista (Aron, 2020a). Myös muiden ihmisten käyttäytyminen ja heidän mielialansa vaikuttavat erityisherkkään (Oome-Welke ym., 2022). Erityisherkkä lapsi voi reagoida vahvasti muutoksiin, lapsi tuntee syvästi, hän voi itkeä herkästi ja esimerkiksi tavoittelee täydellisyyttä tai reagoi voimakkaasti jopa pieniin virheisiin (Aron, 2020a). Kun erityisherkkä tiedostaa herkemmin ympäristön vivahteita, voi erityisherkkä kuormittua herkemmin erityisesti silloin, kun erityisherkkä on ollut liian pitkään liiallisten ärsykkeiden ympäröimänä (Aron, 2020b). Erityisherkkään hermosto uuvuttaa herkemmin (Aron, 2020b). Lisääntynyt ympäristöherkkyys vaikuttaa ympäristövaikutusten rekisteröintiin herkemmin ja syvemmin (Pluess, 2015). Nykypäivänä äärimmäisen herkästi reagoivien ihmisten haasteena voi olla löytää itselle omaa hyvinvointiaan vahvistavia tunnesäätelykeinoja (Sajaniemi, 2024).

Ihmisillä on vahvoja eroavaisuuksia herkkyudessaan ympäristön vaikutuksille ja eri ärsykeille (Lionetti ym., 2018). Jotkut ovat enemmän ja jotkut vähemmän vastaanottavaisempia samoille



ympäristötekijöille (Pluess, 2015). Lienotin ja kollegoidensa (2018) tutkimuksen mukaan herkkät ihmiset on määritelty orkideoiksi, joita havaittiin jopa 31 % otoksesta. He toteavat, että niin kuin erityisherkkät, myös orkideat ovat riippuvaisia ympäristönsä vivahteista eivätkä pysty kasvamaan missä tahansa (s. 2–8). Varhaiskasvatuksen ympäristö voi olla erityisherkkälle haasteellinen, sillä tutkimusten mukaan erityisherkkät ottavat herkemmin vastaan niin negatiivisia kuin positiivisia ärsykeitä (Pluess, 2015; Lionetti ym., 2018). Näin ollen herkemmat yksilöt reagoivat voimakkaammin niin haitallisiin kuin tukeviin ärsykkeisiin (Pluess, 2015; Lionetti ym., 2018).

### **2.3 Yhteenkuuluvuus ja herkkyys**

Yhteenkuuluvuus rakentuu yhteisestä toiminnasta sekä yhdessäolosta (Viljamaa, Estola, Juutinen & Puroila, 2017). Nämä eivät kuitenkaan automaattisesti kerro siitä, millainen ryhmän yhteenkuuluvuus oikeasti on, sillä usein lapset ohjautuvat ryhmän yhteiseen toimintaan aikuisten laatimien ohjeiden vuoksi (Viljamaa ym., 2017). Yhteenkuuluvuuden muodostamiseen voidaan vaikuttaa jokaisen lapsen positiivisella huomioimisella, katseen kohdistamisella lapseen sekä läheisyyden jakamisella (Hännikäinen, 2006). Yhteenkuuluvuuden muodostaminen on jatkuva prosessi, jota voidaan näin ollen rikastuttaa hyvin pienillä teoilla (Viljamaa ym., 2017). Lapset ilmaisevat yhteenkuuluvuutta muihin esimerkiksi halaamalla, olemalla lähellä, pitämällä kädestä sekä auttamalla muita arkisissa tilanteissa (Juutinen, 2018). Yhteenkuuluvuuden rakentumisen prosessissa lapsi tunnistaa samaistuvansa muihin, mutta myös huomaa poikkeavan muista (Puroila ym., 2021). Erityisherkkä lapsi aistii ympäristön herkemmin, jolloin lapsi jatkuvasti prosessoii onko hän hyväksytty vai ei suhteessa muihin ympärillään (Airaksinen & Satri, 2021). Aistiherkkyuden vuoksi erityisherkkä tarvitsee tukea kuormittumisensa kanssa selviämiseen (Satri, 2014) ja erityisesti aikuisen tuki yhteenkuuluvuuden rakentumisessa on tärkeää (Juutinen, 2015). On tärkeää, että yhteenkuuluvuutta rakennetaan, sillä se on merkittävää lasten yhteistoiminnan kehittymiselle ja sosiaaliselle oppimiselle (Hännikäinen, 2006).

Yhteenkuuluvuuden tunne ehkäisee muun muassa sosiaalista syrjäytymistä sekä oppimisvaikeuksia (Juutinen, 2015). Yhteenkuuluvuuden tukemisen haasteena voi olla tietämättömyys, sillä yhteenkuuluvuuden tukemisen tarve saattaa tulla ryhmän tietoisuuteen vasta, kun varhaiskasvatusryhmässä esiintyy esimerkiksi kiusaamista tai syrjimistä (Juutinen, 2015). Herkän lapsen yhteenkuuluvuuden rakentumisen haasteena voi olla lapsen vetäytyneisyys. Taustalla voi olla erilaisuuden tai ulkopuolisuuden tunne, joka vahvistuu muiden seurassa (Satri, 2014).

Usein herkät lapset jäävät ryhmän ulkopuolelle (Aron, 2020a). Erityisherhän kuormittuneisuus ja aistiärsykkeet voivat saada hänet eristäytymään muista (Satri, 2014).

Lapset ovat yhteenkuuluvuuden näkökulmasta aktiivisia toimijoita, heillä on kyky ottaa muut lapset mukaan tai jättää heidät ulkopuolelle (Eidsvåg & Rosell, 2021). Yhteenkuuluvuuden haasteena lasten kesken on usein toisten lasten sulkeminen leikkien tai ryhmän ulkopuolelle (Juutinen, 2018). Lapset jatkuvasti luovat rajoja ja neuvottelevat muiden lasten kanssa (Emilson & Eek-Karlsson, 2022). Lapset jättävät muita ulkopuolelle sanallisesti sekä fyysisesti muun muassa tönimällä, kääntämällä selkensä tai esimerkiksi estämällä toisen pääsyn tilaan (Juutinen, 2018). Emilsonin ja Eek-Karlssonin (2022) mukaan osallisuus sekä syrjäytyminen liittyvät yhteenkuulumisen rakentumiseen ja juuri näitä tapahtuu lasten leikeissä. Myös Einasdottir ja Ólafsdóttir (2023) tuovat esiin, että lapset usein mainitsevat yhteenkuulumisen yhteydessä syrjäytymisen ja leikeistä pois sulkemisen käsitteitä. Herkkien haasteena voi olla omien rajojen asettaminen ja niissä pitäytyminen (Satri, 2014). Varhaiskasvatuksessa osa lapsista saattaa ottaa itselleen johtajan roolin, joka määrää leikit ja leikkiin osallistujat (Eidsvåg & Rosell, 2021), jolloin erityisherkkä saattaa jäädä kiltteytensä vuoksi näiden lasten jalkoihin (Aron, 2020a). Herkkä ihminen saattaa myös eristäytyä suojellakseen itseään, jos on kokenut tietyt tilanteet itselleen haastaviksi (Satri, 2014).

### 3 Tutkimuksen toteutus

Tässä luvussa kuvaan tutkielman kannalta keskeisiä tavoitteita. Käsitelen myös valitsemaani tutkielman metodia sekä kuvailen tutkimusprosessia.

#### 3.1 Tutkielman tavoitteet

Tavoitteenani on käsitellä ryhmäytymistä ja osallisuutta tukevia keinoja, jotka edistävät erityisherkin lapsen yhteenkuuluvuutta varhaiskasvatusryhmässä. Tutkielman tarkoituksena on selvittää, miten edistetään yhteenkuuluvuutta (Metsämuuronen, 2011a). Tutkimuskysymykseni on, *miten tukea erityisherkkien lasten yhteenkuuluvuutta varhaiskasvatuksessa?* Erityisesti tutkimukseni painottuu erityisherkkien lasten ryhmäytymisen ja osallisuuden tukemiseen, joihin viittaan aiempien tutkimusten pohjalta. Tavoitteenani on tutkielmallani antaa uusia näkökulmia yhteenkuuluvuuden rakentumisen tukemiselle kohdistuen erityisherkkiin. Tukemisen keinoja voidaan hyödyntää myös ei-herkkien lasten kanssa. Hyvin usein erityisherkit lapset saattavat tuntea itsensä liian erilaisiksi, koska reagoivat voimakkaammin ärsykkeisiin ja uupuvat helpommin kuin toiset (Aron, 2020b). Ei-herkit eivät välttämättä ymmärrä kaikkea sitä, mitä erityisherkit kokevat, jolloin tietoisuuden lisääminen tämän tutkielman avulla helpottaa erityisherkkyyden ymmärtämistä.

Haluan tutkielmallani korostaa sitä, että herkkyykselle ei tarkoita vaikeaa luonnetta tai haastavaa käyttäytymistä, vaan se on eri aistien ylivirittymistä. Erityisherkkyyks on vahvuus (Satri, 2014). Tutkielmalla haluan tuoda esiin myönteistä käsitystä erityisherkkyydestä. Kallialan (2018) mukaan varhaiskasvatusryhmässä saatetaan usein huomioida ja palkita ulospäin suuntautunutta lasta enemmän kuin hiljaista tarkkailijaa. Erityisherkit lapset voivat näyttäytyä hiljaisina tarkkailijoina, esimerkiksi ylikuormittumisen hetkillä (Satri, 2014). Varhaiskasvatuksessa hiljaiset lapset jäävät usein vaille huomiota, vaikka he tarvitsisivat aikuisen tukea (Kalliala, 2018). Tavoitteenani on tutkielmassa kuvata, miten varhaiskasvatuksen henkilöstö voi tukea erityisherkin lapsen yhteenkuuluvuutta. Tutkielman avulla haluan tuoda esiin, kuinka varhaiskasvatuksen opettaja voi reflektoida, mitä lapsiryhmässä oikeasti tapahtuu (Kalliala, 2018). Tavoitteenani on korostaa yhteenkuuluvuuden tukemisen merkityksellisyyttä ja miten varhaiskasvatuksen opettajat voivat konkreettisesti tukea erityisherkin lapsen yhteenkuuluvuutta varhaiskasvatuksen arjessa. Tutkimusten tulosten avulla pyrin löytämään sellaiset tukemisen keinot, joita voidaan matalalla kynnyksellä toteuttaa varhaiskasvatuksen kiireisessä arjessa.

## 3.2 Tutkimusmetodi

Tutkielma koostuu monipuolisista lähteistä. Lähteinä olen käyttänyt niin kotimaisia kuin kansainvälisiä tieteellisiä tutkimuksia, väitöskirjoja ja vertaisarvioituja tieteellisiä artikkeleja. Aineistot ovat täten laajoja ja näin ollen tarkastelen tutkimuskysymystäni ja siihen liittyviä ilmiöitä laaja-alaisesti (Salminen, 2011). Tämän kandidaatin tutkielman metodiksi valikoitui kuvaileva kirjallisuuskatsaus, jossa kuvaan tutkittavaa aihetta laajasti ilman tarkkoja raameja (Salminen, 2011). Tarkoitukseni on kuvailevan kirjallisuuskatsauksen menetelmin tarkastella, miten varhaiskasvatuksen opettajat voivat tukea erityisherkkää lasta ja heidän yhteenkuuluvuuttaan varhaiskasvatuksessa (Vilka, 2023). Kuvaileva kirjallisuuskatsaukseni on narratiivinen, sillä tiivistän aiemmin tehtyjä tutkimuksia eli työstän tutkimuksista tutkimusta (Salminen, 2011). Narratiivisessa kirjallisuuskatsauksessa pyritään tuomaan esiin keskeisiä teemoja eri aineistojen pohjalta, joista muodostetaan yhtenäinen kokonaisuus (Heikkinen, 2018). Kirjallisuuskatsauksen avulla tulen vastaamaan siihen, että mitä erityisherkkyydestä ja yhteenkuuluvuudesta tiedetään ja mitkä ovat näiden keskeisten käsitteiden keskinäiset suhteet sekä miten yhdistän lähteideni tiedot yhdeksi kokonaisuudeksi, jotta saan laajan yleiskuvan tutkimuskysymyksestäni (Vilka, 2023). Tavoitteenani on saada kattavat johtopäätökset ja tulokset tutkimuskysymykseeni kuvailevan kirjallisuuskatsauksen avulla.

Valitsin kuvailevan kirjallisuuskatsauksen, sillä aikaisempaa tutkimustietoa aiheesta ei ole riittävästi ja se on jopa joissain määrin puutteellista (Metsämuuronen, 2011a). Narratiivisessa tutkimusotteessa on mahdollisuus väljempään viitekehukseen, joka oli tutkimustiedon puutteellisuuden vuoksi järkevää (Puusa, Hänninen & Mönkkönen, 2020). Narratiivinen kirjallisuuskatsaus on oikea metodi juuri tälle tutkielmalle, sillä tällöin voin kuvata ilmiötä laaja-alaisesti käyttäen myös niitä lähteitä, jotka eivät suoranaisesti liity erityisherkkyyteen (Salminen, 2011). Aiemman tutkimustiedon vähäisyyden vuoksi en voi asettaa tutkimukselleni hypoteeseja eli ennakoita, mitkä tekijät voisivat tukea erityisherkkään lapsen yhteenkuuluvuutta (Metsämuuronen, 2011a). Metsämuuronen (2011a) määrittelee, että tutkimuksessa on kerrottava, mitä aiotaan tutkia, miten tutkitaan, missä tutkitaan ja ketä tutkimus koskee. Tarkoituksena on tutkia, että miten yhteenkuuluvuutta tuetaan ja mitä keinoja varhaiskasvatuksen opettajat voivat käyttää sen edistämiseksi erityisherkkien lasten kohdalla. Nämä erityisherkkyyden ja yhteenkuuluvuuden ulottuvuudet ovat rajattu tiettyyn kontekstiin, joka on varhaiskasvatus (Tuomi & Sarajärvi, 2018).

### 3.3 Tutkimusprosessi ja aineistonkeruu

Aloitin tutkimusprosessin tutkimuskysymyksen määrittelyllä. Pohdin ajankohtaisia haasteita varhaiskasvatuksessa sekä sitä, mikä minua itseä kiinnostaa tulevana varhaiskasvatuksen opettajana. Aihe oli myös itselleni oman elämäntilanteen nähden ajankohtainen, sillä olin pohtinut paljon erityisherkkyyttä ja lukenut vapaa-ajalla kirjallisuutta aiheeseen liittyen. Kun olin määrittellyt tutkimusongelmani, aloitin aineistonkeruun. Kirjallisuushaun aikana tein muistiinpanoja tutkimustiedosta, jotka olisivat tämän tutkielman kannalta relevantteja. Tutkimusta tehdessä on noudatettava järjestelmällisyyttä, sillä se kuuluu tutkimusetiikan perusteisiin (Vilka, 2023). Muistiinpanojen avulla täsmällinen tutkimusprosessi ja sen kokonaisvaltainen hahmottaminen toteutuivat.

Prosessin tiedonhaun haasteena ilmeni, että tiedonhaku on joltain osin sattumanvaraista ja subjektiivista (Vilka, 2023). Koko tutkimusprosessini aikana tavoittelin objektiiviseen lähestymistapaan (Metsämuuronen 2011a; Tuomi & Sarajärvi, 2018). Tarkoituksena on tarkastella aihetta etäämmältä ja näin kyseenalaistaa tutkimuskysymystä useasta eri näkökulmasta riippumatta omasta henkilökohtaisesta tunnekokemuksesta. Tiedostan henkilökohtaiset mielipiteeni sekä ennakkokäsitykset tutkimusaiheeseeni liittyen, jonka avulla ratkaisin objektiivisuuden ja subjektiivisuuden ristiriidan (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Prosessin alussa pyrin luomaan syvällisen tiedon teoreettisesta viitekehystä, jonka jälkeen siirryin tuloksien tarkasteluun ja syvempään pohdintaan. Tutkimusprosessini aikana tietämykseni erityisherkkyydestä, yhteenkuuluvuudesta, näiden välisistä suhteista ja tukikeinoista on syventynyt ja kehittynyt monipuolisen tutkimusaineiston avulla (Vilka, 2023). Tavoittelin tutkimusprosessin aikana perinpohjaista tietämystä aiheesta (Metsämuuronen, 2011b). Tutkimusprosessin aikana havainnoin erityisherkkyyden ja yhteenkuuluvuuden ilmiöitä ja näiden yhtenäisiä merkityksiä, joten tein prosessin aikana ymmärtävää tutkimusta (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Tuloslutut muodostuivat eri tutkimusten tulosten avulla. Tieteellisissä tutkimuksissa ja väitöskirjoissa korostui ympäristön, ystävyssuhteiden, osallisuuden ja yhteisleikkien merkityksellisyys yhteenkuuluvuudessa. Näiden tulosten avulla omat tuloslukuni määräytyivät, sillä ne toistuivat eri tutkimuksissa ja koen näiden tulosten olevan merkittäviä juuri tämän tutkielman kannalta.

Tutkielmani voi jäädä kapeaksi, sillä kirjallisuushakua ja näiden läpi käyntiä olen tehnyt itsenäisesti (Vilka, 2023). Haasteen ratkaisemiseksi olen käyttänyt monipuolisia tieteellisiä lähteitä eri tutkijoilta, joista suuri osa on kansainvälisiä. Lisäksi olen etsinyt lähteistäni keskeisimmät tulokset ja viitteet tutkielmaani liittyen, jotta se on mahdollisimman relevantti (Tuomi &

Sarajärvi, 2018). Tutkimuskatsausta varten tein kirjallisuushakua koko prosessin ajan ja haku kesti syyskuusta 2023 maaliskuuhun 2024 saakka (Vilka, 2023). Olen tutkimusprosessin ajan samanaikaisesti kerännyt aineistoa sekä analysoinut sitä (Metsämuuronen, 2011b). Näin ollen olen tuottanut kirjallisuushakua ja kirjoitusprosessia rinnakkain. Vaikka tiedonhakuni on ollut haasteellista, niin juuri sen vuoksi tämän aiheen tutkiminen on tärkeää. Erityisherkkyyks on puhuttanut mediassa kansainvälisesti, mutta tieteellistä tutkimusta aiheesta ei ole tullut vielä tarpeeksi ja suomalaisten tutkimusten osalta se on jopa puutteellista. Aiheen tutkiminen on merkittävää, sillä yhä enemmän yhteiskunnassa puhutaan aisti- ja erityisherkkyyksien vaikutuksesta ihmisiin. Sosiaalisessa mediassa puhuttavat näiden vaikutus esimerkiksi ympäristöön sekä niiden näkyvyys lasten ja nuorten käyttäytymisessä. Merkittävää tässä tutkielmassa on lisätä tietoisuutta ja tätä kautta ymmärrystä erityisherkkien yhteenkuuluvuuden tukemisesta. Narratiivisen tutkimusotteen keskeinen tekijä on ymmärryksen lisääminen (Puusa, Hänninen & Mönkkönen, 2020). Tämän tutkielman avulla haluan lisätä ymmärrystä erityisherkkyydestä ja heidän yhteenkuuluvuutensa tukemisesta varhaiskasvatuksen opettajille, mutta myös opiskelijat, erityisherkkien huoltajat ja itse erityisherkkät voivat hyötyä tutkielmasta. Tiedon lisääminen auttaa oman ammatillisen asiantuntijuuden kehittymisessä sekä myös identiteetin rakentumisessa. Tietoisuus voi myös vähentää erityisherkkien lasten syrjäytymistä varhaiskasvatuksen lapsiryhmän ulkopuolelle ja tätä kautta edistää heidän yhteenkuuluvuuttaan.

Aloitin lähteiden etsimisen aluksi *Oula-Finnasta*, jonka jälkeen siirryin etsimään niitä *Jece-ristä*, *ProQuestista* sekä *Ebscosta*. Olen myös hyödyntänyt käyttämiäni tutkimuksia, sillä niiden lähdeluetteloista olen etsinyt tutkielmaani liittyvää kirjallisuutta. Lähteiden etsimisessä olen käyttänyt hakusanoja kuten *erityisherkkyyks*, *yhteenkuuluvuus*, *varhaiskasvatus*, *osallisuus*, *toimijuus*, *herkkyyks*, *sensitiivisyys* ja *aistisherkkyyks*. Näiden lisäksi olen käyttänyt myös englanninkielisiä hakusanoja muun muassa *Early Childhood*, *highly sensitive person*, *sensitive*, *sensitivity*, *environmental sensitivity* sekä *belonging*. Lähteitä etsiessäni olen rajannut lähteet vertaisarvioituihin teoksiin, jotta löytäisin mahdollisimman luotettavat lähteet. Lähteitä rajatessani olen kiinnittänyt huomiota kirjallisuuden julkaisuaikaan, jotta lähteet ovat uusia ja enintään 10 vuotta vanhoja. Osa lähteistä ovat julkaisuajaltaan vanhempia, mutta niiden teoriat ja tiedot pätevät vielä tänä päivänä. Esimerkiksi käyttämäni Sylvi Mannisen tutkimusraportti yliherkästä väri-ihmisestä on edelläkävijä suomalaisessa herkkyyden tutkimustyössä, joka antaa perustan erityisherkkyydelle. Tämän vuoksi hänen tutkimustaan on järkevä käyttää erityisherkkyyden tarkastelussa. Erityisherkkyyttä on tutkinut myös erityisesti Elaine N. Aron, jonka tutkimuksia olen löytänyt useita. Hänen tekstinsä tarkastelevat erityisherkkyyttä useasta eri näkökulmasta,

joten en näe hänen tutkimuksiensa käyttämistä ongelmana. Aronin tutkimukset perustuvat erityisherkkiin aikuisiin ja lapsiin sekä näitä kuvaillaan hänen tutkimuksissaan kattavasti. Aron on myös itse erityisherkkä ja hän antaa kasvattajille erityisesti huoltajille neuvoja tunnistaa lapsen erityisherkyys.

## 4 Tulokset

Tässä luvussa esittelen keskeisimmät tulokset, joilla vastaan tutkimuskysymykseeni.

### 4.1 Ystävyysuhteiden tukeminen

Lapset pitävät ystävyysuhteita merkittävinä varhaiskasvatuksessa (Virkki, 2015). Myös Emilsonin ja Eek-Karlssonin (2022) mukaan lapset kuvaavat ystävyysuhteita tärkeinä yhteenkuuluvuuden rakentamisen vaiheina. Ystävyysuhteisiin sisältyy yhteenkuuluvuuden tunnetta (Hännikäinen, 2006). Erityisherät kuvaavat samankaltaisuutta ystävyysuhteiden rakentamisessa tärkeänä (Manninen, 1999). Ystävyysuhteilla ja yhteenkuuluvuuden tunteella on samankaltainen merkitys, ne edistävät ryhmään kuulumisen tunnetta (Koivula, 2010). Emilson ja Eek-Karlsson (2022) toteavat, että yhteenkuuluvuuden tunne kehittyy ystävyysuhteiden sekä lasten välisen tunnesiteiden kautta. Varhaiskasvatuksen opettajan on tuettava ystävyysuhteiden muodostumista, sillä ystävien löytäminen lasten kesken ei ole aina niin yksinkertaista (Juutinen, 2018) ja koska, erityisesti erityisherät voivat kokea epävarmuutta uusia ihmisiä kohdatessaan (Aron, 2020a). Erityisherän lapsen ystävyysuhteita on tuettava, sillä ylikuormittumisen myötä he voivat menettää malttinsa sosiaalisissa tilanteissa (Aron, 2020a). Herkästi reagoiva lapsi voi myös vetäytyä tai sulkeutua, jos lasta lähestytään liian tarmokkaasti (Sajaniemi, 2024).

Vertaisvuorovaikutus on tärkeä tekijä varhaiskasvatuksessa (Nivala, 2021). Lapsien väliset vertaissuhteet edistävät sekä alentavat ryhmään kuulumisen tunnetta (Juutinen, 2018; Nivala, 2021). Vertaiskulttuurin tärkeimpänä tehtävänä on vahvistaa lasten välisiä positiivisia suhteita (Koivula, 2010). Erityisherälle voidaan etsiä lapsiryhmästä sopiva ystävä, jota kannustetaan tutustumaan erityisherkkään ja houkuttelemaan leikkiin hänen kanssaan (Aron, 2020a). Lasten on oltava kiinnostuneita toisistaan, jotta varhaiskasvatuksen opettajat voivat tukea yhteenkuuluvuutta ystävyysuhteiden avulla toisistaan (Kalliala, 2018). On huomioitava, että lapset ovat jollain tavalla erityisherän kanssa samankaltaisia (Aron, 2020a). Varhaiskasvatuksen opettaja rakentaa myös yhteenkuuluvuutta ohjatun yhteisen toiminnan kautta (Hännikäinen, 2006). Esimerkiksi ”Ystävyyspallo” -leikissä opetellaan toisten lasten nimiä, käytetään ystävä-sanaa ja keskustellaan ystävydestä (Hännikäinen, 2006, s. 138). Tällainen toiminta voi herättää keskustelua ystävydestä ja näin lisää yhteenkuuluvuutta (Hännikäinen, 2006).

Hyvä vuorovaikutus lasten välisissä suhteissa rakentaa sosiaalisen kompetenssin lisäksi positiivista suhtautumista ryhmän yhteiseen toimintaan (Virkki, 2015). Positiiviset kokemukset ja



myönteinen suhtautuminen muihin lapsiin edistää koko varhaiskasvatusryhmän yhteisöllisyyden kehittymistä (Koivula, 2010). Köngäksen (2018) tutkimuksessa hyväksynnän ja yhteenkuuluvuuden osoitus lapsen teoissa nähtiin iloisella puheella ja kontaktin otolla toista lasta kohtaan. Jatkuvat konfliktit taas alentavat yhteenkuuluvuuden tunteen rakentumista, jolloin aitoa yhteisöllisyyttä ei pystytä muodostamaan (Koivula, 2010). Erityisherkkä on tietoisempi ympärillään olevista ärsykkeistä (Aron N. & Aron, 1997). Jolloin myös konfliktit voivat ylikuormittaa erityisherkkää (Aron, 2020a). Vertaiskulttuurin rakentuminen tuo turvallisuuden tunnetta sekä auttaa lasta etsimään turvan tuntua muista lapsista ja aikuisista (Kalliala, 2018). Lasten väliset yhteisesti ratkaistut konfliktit sekä konfliktien väheneminen vahvistivat yhteisöllisyyden tunnetta (Koivula, 2010). Yhteenkuuluvuuden tunne on keskeinen tekijä lasten yhteisöllisyyden muodostumisessa (Koivula, 2010).

Varhaiskasvatuksen opettajat tarvitsevat ystävyysuhteiden rakentamiseen tukemisensa lisäksi myös lapsien itseohjautuneisuutta ystävyysuhteita kohtaan (Nivala, 2021). Koivulan (2010) mukaan aito yhteisöllisyys vahvistuu lasten halukkuudella olla yhdessä ja lasten välisten positiivisten kokemusten avulla. Myös ympäristöllä ja rutiineilla on tärkeä rooli ystävien saamisessa (Juutinen, 2018). Lapset kertovat, että ystävät sekä positiiviset suhteet ikävereihinsä edistivät yhteenkuulumisen kokemusta (Einarsdóttir & Ólafsdóttir, 2023). Erityisherkkät voivat saada erityistä hyötyä tällaisista ympäristön tarjoamista myönteisistä kokemuksista (Airaksinen & Satri, 2021). Lasten kokemusten mukaan ystävyys ja ystävien kanssa leikkiminen ovat tärkeitä lasten yhteenkuuluvuuden tunteelle (Einarsdóttir & Ólafsdóttir, 2023).

Lapsiryhmässä lapsi voi kokea olevansa hyväksytty tai jollain tavalla vääränlainen riippuen ympäristön odotuksista (Airaksinen & Satri, 2021). Jos erityisherkkä ei saa myönteistä palautetta tai hänen kokemustaan ei ymmärretä, vaikuttaa se negatiivisesti herkkään, jolloin hän voi kokea voimakkaita mielialaa laskevia tunnetiloja (Manninen, 1999). Jos vertaisryhmä ei hyväksy lasta, hänen hyvinvointinsa varhaiskasvatuksessa voi vaarantua (Einarsdóttir & Ólafsdóttir, 2023). Erityisherkkän lapsen kannalta on tärkeää, että hän kokee itsensä arvokkaaksi (Aron, 2020a). Kun ympäristö on myönteinen ja kannustava auttaa se erityisherkkän lapsen reaktiivisuuden hallinnassa (Pluess, 2015). Erityisherkkää lasta voidaan tukea keskustelemalla leikin keinoin ja pohtia, että miten esimerkiksi kiukun tunnetta voidaan sopivalla tavalla ilmaista (Aron, 2020a). Lasta voi myös opettaa laskemalla kymmeneen, lähtemällä pois epämiellyttävästä tilanteesta tai pyytämällä apua aikuiselta (Aron, 2020a). Vuorovaikutus turvallisen aikuisen kanssa auttaa lapsen tunnesäätelyn kehittymisessä (Sajaniemi, 2024). Opettajien luoma ympäristö saattaa pitää yllä vain tietynlaista käyttäytymisen tai kehityksen mallia, joka

ei lapsen voimavaroihin sovi (Airaksinen & Satri, 2021). Virkki (2015) toteaa, että kasvattajien ja lasten väliset suhteet ovat lasten omien ystävyysuhteiden lisäksi merkittäviä. Lapset kaipaavat kasvattajilta yksilöllistä huomiota, samanvertaista kohtelua, tukea ja apua (Virkki, 2015). Erityisherkkä lapsi tarvitsee kasvattajilta ymmärrystä ja tunteen siitä, että häntä ymmärretään (Aron, 2020a).

Varhaiskasvatuksen opettajan on kiinnitettävä huomiota päiväkotiryhmässään positiiviseen kohtaamiseen ja mukanaoloon (Nivala, 2021). Nivalan (2021) mukaan yhteenkuuluvuuden tunne kehittyy, kun lapsi kokee tullessa nähdyksi, kuulluksi ja hyväksytyksi sellaisena kuin on. Positiiviset ystävyysuhteet tukevat tätä hyväksytyksi tulemistä (Einarsdóttir & Ólafsdóttir, 2023). Yhteenvetona voidaan todeta, että yhteenkuuluvuutta voidaan tukea, kun kiinnitetään huomiota lasten ystävyysuhteisiin, konfliktien ratkaisukeinoihin ja näiden vähenemiseen (Koivula, 2010). Kasvattajan rooli leikin tukijana vahvistaa lasten ystävyysuhteita (Kalliala, 2008). Varhaiskasvatuksen opettaja ei välttämättä toiminnallaan pyri osallistamaan muita lapsia yksittäisen lapsen yksilölliseen leikkiin, vaikka juuri tällaiset tilanteet rikastuttaisivat lasten välisiä suhteita ja täten yhteenkuuluvuutta (Juutinen, 2018). Esimerkiksi erityisherkkän itsenäisen leikki voi jäädä huomiotta. Kasvattajat suosivat usein yksilöllisyyttä yhteisöllisyyden sijasta (Juutinen, 2018). Lasten myönteiset suhteet ikätovereihin varhaiskasvatusryhmässä on tärkeä edellytys yhteenkuuluvuudelle (Einarsdóttir & Ólafsdóttir, 2023).

#### **4.2 Yhteisleikit ja osallisuus yhteenkuuluvuuden rakentumisen rikastuttajana**

Osallisuus on osa yhteenkuuluvuuden prosessia (Emilson & Eek-Karlsson, 2022). Erityisherkkät lapset voivat syrjäytyä tai vetäytyä toiminnoista voimakkaiden aistihavaintojensa vuoksi, jolloin heidän osallisuutensa voi jäädä vähäiseksi (Pluess, 2015; Oomen-Welke ym, 2022). Lasten yhteenkuulumiseen liittyy erilaisia ihmissuhteita ja se riippuu osittain lasten omista kyvyistään erilaisissa leikki-tilanteissa (Eidsvåg & Rosell, 2021). Varhaiskasvatuksessa lasten osallisuuteen kuuluvat leikit, jotka heidän kokemuksensa mukaan antavat mahdollisuuden aktiiviseen osallisuuteen sekä osallistumiseen (Virkki, 2015). Lapset tuntevat yhteenkuuluvuutta yhteisen tekemisen, kuten yhteisleikkien kautta (Juutinen, 2018; Nivala, 2021). Lapset pitävät osallisuuden mahdollisuutta ja leikkiä tärkeinä edellytyksinä varhaiskasvatukseen kuulumiselle (Einarsdóttir & Ólafsdóttir, 2023). Virkki (2015) toteaa, että leikkien avulla lasten aktiivinen toimijuus ja osallisuus toteutuvat. Yhteiseen toimintaan sitoutuminen vahvistaa varhaiskasvatusryhmän yhteenkuuluvuuden tunnetta (Koivula, 2010, s.100) Yhteenkuuluvuus voi rakentua yhteisleikkien

kautta (Kalliala, 2018). Erityishervät lapset vetäytyvät usein yhteisleikeistä (Aron, 2020a). Tämän vuoksi juuri erityisherkkien ystävyysuhteiden tukeminen yhteenkuuluvuuden rakentumisessa on tärkeää.

Varhaiskasvatuksessa yhden lapsen yhteenkuuluvuuden tunne saattaa näyttäytyä toisen lapsen ulkopuolelle jättämisenä (Emilson & Eek-Karlsson, 2022). Syrjäytyminen on osa yhteenkuuluvuuden prosessia, se kertoo, ketkä kuuluvat ryhmään ja ketkä eivät (Juutinen, 2018; Emilson & Eek-Karlsson, 2022). Tällaista jännitettä esiintyy erityisesti lasten leikeissä (Juutinen, 2018; Emilson & Eek-Karlsson, 2022). Leikeissään lapset keskustelevalta, kuka kuuluu leikkiin ja kuka ei (Juutinen, 2018; Emilson & Eek-Karlsson, 2022). Jos lapsi jää yhteenkuuluvuuden ulkopuolelle, voi se konkreettisesti näyttäytyä tönimisenä, verbaalisella poissulkemisella tai lapsen ulkopuolelle jättämisenä (Juutinen, 2018). Tällaisten tilanteiden tunnistaminen on tärkeää, sillä jos lapsen vallankäyttöä pidetään itsestään selvänä asiana, voi se näyttäytyä lapsille normaalina käytöstapana (Eidsvåg & Rosell, 2021). Varhaiskasvatuksen opettajat saattavat toiminnallaan jopa kannustaa lapsen ulkopuolelle jäämiseen, jos eivät kiinnitä huomiota tai auta lasta osallistumaan muiden leikkeihin (Juutinen, 2018). Kuten erityisherkan lapsen vetäytyneisyys voi näyttäytyä kasvattajille siltä, että lapsi haluaa leikkiä yksin, vaikka taustalla olisi esimerkiksi lapsen aistien ylikuormittuminen (Aron, 2020a). Tämän vuoksi erityishervät lapset jäävät herkemmin ryhmän ulkopuolelle. Varhaiskasvatuksen haasteena on usein, että kaikki lapset eivät ole tasa-arvoisessa asemassa leikkiin osallistumisen suhteen (Einarsdóttir & Ólafsdóttir, 2023). Jos lapsella on toistuvasti toissijainen asema lasten yhteisleikeissä, on varhaiskasvatuksen opettajan tarjottava hänelle mahdollisuus ottaa johtajan rooli leikeissä (Eidsvåg & Rosell, 2021).

Varhaiskasvatuksen opettajan on kannustettava erityisherkkää lasta ryhmän toimintaan yhdessä muiden lasten kanssa (Aron, 2020a). On tärkeää, että lasta altistetaan hiljalleen ärsykeille, kuten yhteisleikeille, vaikka ne olisivat erityisherkan mielestä epämieluisia (Aron, 2020a). Varhaiskasvatuksen opettajan ohjaamat yhteiset sääntöleikit tukevat yhteenkuuluvuutta (Hännikäinen, 2006). Sääntöleikkien tavoitteena on opettaa lapsille toisten kunnioittamista, hyviä tapoja sekä niiden avulla pyritään pysyvään leikkiin yhdessä koko ryhmän kanssa (Hännikäinen, 2006). Leikkien tavoitteena on kannustaa muita ja pelata reilua peliä, jotka lisäävät yhteisöllisyyden muodostumista (Hännikäinen, 2006). Yhteenkuuluvuutta voidaan tukea myös leikki-  
taulun avulla (Juutinen, 2018). Leikki-taulu on varhaiskasvatuksen opettajien pedagoginen väline, jolla he voivat asettaa sääntöjä lasten yhteisleikeille (Juutinen, 2018). Sen avulla varhaiskasvatuksen opettajat voivat rikastuttaa yhteisleikkejä ja vaihdella leikkikavereita, jolla tuetaan

jokaisen lapsen osallistumista leikkeihin ja näin ollen yhteenkuuluvuutta (Juutinen, 2018). Kasvattajat siis mahdollistavat lasten osallisuutta osallistamalla heitä (Virkki, 2015, s.134). Kasvattajan on tuettava erityisherkan lapsen leikkihetkiä valitsemalla lapselle sopivat leikkikaverit sekä tukea näitä yhteisleikkejä pitämällä leikit aluksi rauhallisina ja lyhyinä (Aron, 2020a). Varhaiskasvatuksen opettajan on toimintaa suunniteltaessa sekä arjentalanteissa huomioitava jokaisen lapsen mahdollisuus tuntea itsensä osalliseksi (Nivala, 2021). Ryhmien uudelleenjärjestäminen vaikuttaa myönteisesti jokaisen lapsen osallisuuteen ja yhteenkuulumiseen vertaisryhmässä (Eidsvåg & Rosell, 2021). Leikki-aulun avulla lasten osallisuus voidaan huomioida (Juutinen, 2018). Leikkien järjestämisessä voidaan sekoittaa usein ulkopuolelle jäävät sekä johtajan roolissa olevat lapset sopivimpiin leikkeihin, jotta jokainen voisi osallistua leikkiin tasavertaisesti ja näin ollen samalla muodostetaan uusia suhteita sekä muutetaan valta-asemia ja luodaan tasapainoa vertaisryhmän sisällä (Eidsvåg & Rosell, 2021). Lapsien on varhaiskasvatuksen opettajan ohjaamisen lisäksi saatava osallistua oman leikkinsä, leikkikaverinsa ja -paikkansa valitsemiseen, jolloin lapset voivat itse toiminnallaan vaikuttaa yhteenkuuluvuuteen ja osallisuuteen (Juutinen, 2018).

Kalliala (2008) ja Hännikäinen (2006) mainitsevat tutkimuksen, jossa yhteenkuuluvuutta vahvistettiin tarjoamalla lapsille keskinäistä aikaa tunnin verran ilman aikuisen suoraa ohjausta. Aikuiset olivat jatkuvasti saatavilla esimerkiksi ristiriitojen selvittämisen tukena, mutta he eivät saaneet keskeyttää lapsien toimeliaisuutta tai yhteisleikkejä (Hännikäinen, 2006; Kalliala, 2018). Näin lapset kehittivät itseohjautuneesti yhteenkuuluvuutta (Hännikäinen, 2006; Kalliala, 2018). Lapsen itseohjautuvuus leikkeihin ei kuitenkaan voi olla ainoa vaihtoehto, sillä se myös estää yhteenkuuluvuutta (Juutinen, 2018). Esimerkiksi lapsien ulkopuolelle jättämistä tapahtuu juuri silloin, kun aikuisia ei ole paikalla (Juutinen, 2018). Erityisesti erityisherkkien lasten yhteisleikkejä tuetaan aikuisen läsnäololla (Aron, 2020a).

Osallisuutta muokkaava tekijä on toimintojen joustavuus sekä joustamattomuus (Virkki, 2015). Virkki (2015) mainitsee, että lasten kuvailujen mukaan varhaiskasvatuksessa on asetettu sääntöjä. Kun osallisuutta ja toimijuutta halutaan edistää, on annettava lapsen toiminnalle tilaisuuksia (Airaksinen & Satri, 2021). Varhaiskasvatuksen opettajat voivat antaa lapselle mahdollisuuden vaikuttaa toimintaan omilla ehdotuksillaan ja ideoillaan (Virkki, 2015). Nivalan (2021) mukaan lapsille suunnatussa toiminnassa on annettava lapsille mahdollisuus tuoda esiin näkökulmiaan päiväkodin toiminnasta, mutta myös päiväkotiyhteisön asioista. Lapsien mahdollisuus osallistua päätöksentekoon voi päiväkodin toiminnassa näkyä esimerkiksi pukeutumis- ja

ruokailutilanteissa, mutta myös lasten leikeissä ja ohjatussa toiminnassa (Nivala, 2021). Varhaiskasvatuksen opettajan on erityisherkin lapsen tukemisessa pyrittävä kuuntelemaan erityisherkin lapsen tarpeita sekä annettava aikaa sopeutumiseen (Aron, 2020a). Erityisherkit tarvitsevat mahdollisuuden vaikuttaa niin passiivisuuteensa kuin aktiivisuuteensa ylikuormittuneiden aistihavaintojensa vuoksi (Aron, 2020a). Jokaisella lapsella on myös mahdollisuus osallistua ja kuulua leikkiin tasavertaisesti (Eidsvåg & Rosell, 2021). Kasvattajat edistävät osallisuutta havainnoimalla ja suunnittelemalla edistäviä osallisuudenmuotoja, jotka lisäävät yhteisöllisyyttä (Virkka, 2015). Tämä edellyttää kasvattajilta toiminnan ennakoimista sekä sen tavoitteellisuutta (Virkka, 2015). Jotta osallisuus saadaan osaksi toimintakulttuuria, vaatii se varhaiskasvattajien aktiivisuutta (Weckström, 2021). Nivalan (2021) mukaan lapsien osallisuus toteutuu, kun lapset opettelevat toisten mielipiteiden huomioonottamista ja yhteisymmärryksen löytämistä, mutta näiden opettelussa lapset tarvitsevat aikuisen tukea. Erityisherkillä aikuisen tuki on tärkeää (Aron, 2020a).

Toimijuus ja osallisuus eivät aina näy selkeästi, vaan se voi olla pelkästään päiväkodin rutiinien ja käytäntöjen mukaista aikataulutuksellista toimintaa (Airaksinen & Satri, 2021). Rutiinit, kuten ruokailutilanteet vahvistavat yhteenkuuluvuutta, sillä tilanteessa kuulutaan ryhmään, jossa lapsi syö yhdessä muiden kanssa hänelle itselleen merkityllä paikalla (Hännikäinen, 2006). Toiminnan rytmisyys sekä aikataulutus voivat mahdollistaa monipuolisia osallistumismahdollisuuksia, jotka ovat lasten toimijuutta ja osallisuutta edistäviä (Virkki, 2015, s.127). Erityisherkkä lapsi tarvitsee tarkat ja säännölliset rutiinit sekä mahdollisuuden vaikuttaa omaan osallisuuteensa (Aron, 2020a). Juuri nämä osallisuuden keinot tukevat yhteenkuuluvuutta varhaiskasvatuksessa (Nivala, 2021). Kulttuuri ylläpitää odotuksia ja vaatimuksia, joiden mukaan jokaisen täytyisi reagoida, mutta näillä voi olla negatiivinen vaikutus lapsen toimijuuteen (Airaksinen & Satri, 2021). Varhaiskasvatuksen henkilöstön on perehdyttävä herkkyyden tarkasteluun, jotta voidaan ymmärtää kuinka erityisen herkkää tai herkkää voidaan tukea heidän toimijuutensa rakentumisessa (Airaksinen & Satri, 2021). Nivalan (2021) mukaan myös yhteenkuulumisen ymmärtäminen ja sen rakentamisen kyseenalaistaminen voi auttaa varhaiskasvatuksen opettajia löytämään keinoja lasten yhteenkuulumisen tukemiseen. Varhaiskasvatuksen opettajien olisi ymmärrettävä syvemmin lasten osallisuutta lisäävät tekijät sekä oppia osallistamaan lapsia arjen toistuvissa toiminnoissa, leikeissä ja yhteisessä toiminnassa (Virkki, 2015). Henkilökunnan on myös ymmärrettävä, miten yhteenkuuluvuus liittyy lasten valta-asemiin, jotta voidaan havaita lasten eri sosiaalisia asemia vertaisryhmässä sekä miten lapset ovat vuorovaikutuksessa toistensa kanssa (Eidsvåg & Rosell, 2021).

Yhteenvedona voidaan todeta, että tukemalla erityisherkkien yhteenkuuluvuutta, on varhaiskasvatusten opettajien edistettävä heidän osallisuuttansa ja yhteisleikkejä varhaiskasvatuksessa (Nivala, 2021). Osallisuuden edistäminen vaatii kasvattajilta huolenpitoa, aktiivista reflektointia, suunnitelmallisuutta sekä toiminnan arviointia (Virkki, 2015). Myös Weckström (2021) mainitsee, että osallisuuden vahvistamiseksi tarvitaan varhaiskasvatuksen opettajalta kriittistä reflektointia sekä joustavuutta muuttaa totuttuja käytäntöjä, rutiineja sekä lasten ja aikuisten välisiä vuorovaikutustapoja. Aikuisen tuella ja myönteisellä ilmapiirillä on suuri merkitys lapsen osallisuudelle, lapsi haluaa osallistua sellaiseen toimintaan, jossa hän kokee onnistuvansa (Puustjärvi, Danner & Niutanen, 2024a). Lapset eivät myöskään ole aina tietoisia omista rooleistaan ja valta-asemistaan leikeissä ja siitä mitä osallistuminen ja yhteenkuuluminen tarkoittaa, jolloin aikuisen tuki on merkittävää (Eidsvåg & Rosell, 2021). Varhaiskasvatuksen henkilöstöllä on oltava yhteinen ymmärrys osallistuvasta lapsesta, joka edistää jokaisen lapsen yksilöllisyyttä ja näin lapsen tekemät aloitteet huomioidaan koko varhaiskasvatuksen toiminnassa (Weckström, 2021). On myös ymmärrettävä erityisherkkyyttä, jotta voidaan tukea erityisherkkää lasta (Aron, 2020a) ja hänen yhteenkuuluvuuttaan. Temperamenttipiirteiden huomioiva kohtaaminen on merkittävää lapsen kasvuun ja kehitykselle (Sajaniemi, 2024).

### **4.3 Ympäristö yhteenkuuluvuuden tukemisen keinona**

Ympäristöllä on oleellinen merkitys ihmisen toimintakykyyn ja tämän lisäksi ympäristöön vaikuttamalla voidaan vähentää ärsykkeistä koituvaa haittaa (Puustjärvi, Danner & Niutanen, 2024a). Turvallisuuden tunne tutuissa ympäristöissä laskee stressitasoa, kun taas lapsen stressitaso nousee, kun ympäristöt vaihtelevat (Oomen-Welke ym., 2022). Vaikka turvallinen ympäristö lisää yleistä herkkyyttä, niin vaihtuvasta ympäristöstä johtuva stressi lisää herkän reaktiivisuutta (Pluess, 2015). Odottamattomat muutokset ympäristössä voivat aiheuttaa ahdistusta erityisherkkälle, sillä jokainen muutos edellyttää aina uusien ärsykkeiden käsittelemistä (Aron, 2020a). Varhaiskasvatuksen nykytilanteen vuoksi lapset joutuvat melkein päivittäin kohtaamaan uusia aikuisia, mutta myös ryhmävaihtuvuuden vuoksi uusia lapsia ja käytäntöjä (Puroila ym., 2021). Nämä ovat yhteydessä lapsen yhteenkuuluvuuden tunteeseen (Puroila ym., 2021).

Kasvu- ja toimintaympäristöillä on keskimääräistä lasta voimakkaampi vaikutus erityisherkkiin lapsiin (Airaksinen & Satri, 2021). Varhaiskasvatuksen ympäristön vuoksi osa lapsista on jatkuvasti valppaina, jolloin aggressiivisuuden ja hyperaktiivisuuden välittäjäaine esiintyy kor-

keapitoisena, kun taas mielihyvää tuottava pysyy matalana, jolloin lapsi voi olla ärtynyt ja impulsiivinen (Köngäs, 2018, s. 130). Erityisherkillä on tällainen alhainen stimulaatiokynnys, jolloin he reagoivat helpommin muuttuvaan ympäristöön, jonka vuoksi esimerkiksi siirtymätilanteet voivat aiheuttaa lapselle voimakkaita reaktioita ärsykkeiden liiallisuuden vuoksi (Oomen-Welke ym., 2022). Myös Köngäksen (2018) tutkimuksen mukaan suurin osa lapsista voi menettää kontrollinsa ympäristön jatkuvan melun vuoksi. Ne lapset, jotka vasta opettelevat tunteidensa hallintaa häiriintyvät herkemmin (Köngäs, 2018). Erityisen herkän reagointi ympäristöön voi olla joko haitallista tai hyödyllistä verrattuna vähemmän herkkiin, joilla on vahvempi sietokyky ympäristön olosuhteiden vaihtelevuuteen (Airaksinen & Satri, 2021).

Kasvattajien on tiedostettava varhaiskasvatusympäristön ärsykkeet, jotka vaikuttavat erityisherkkään lapseen. Mannisen (1999) mukaan ei-herkkä lapsi selviytyy ympäristön ärsykkeistä helpommin, kun taas erityisherkkä lapsi reagoi voimakkaasti muille täysin tavallisiin asioihin, joita ei-herkät eivät edes havaitse. Nämä ärsykkeet ja sisäiset tarpeet kasvattajat saattavat jättää usein huomiotta (Köngäs, 2018). Kun reagointi ärsykkeisiin on yliherkkää, on kiinnitettävä huomiota muun muassa ympäristön ääniin, tuoksuihin, materiaaliin virikkeisiin, muiden liikkumiseen tilassa sekä valaistukseen (Puustjärvi, Danner & Niutanen, 2024b). Liialliset virikkeet tuovat myös ei-herkkiin lapsiin levottomuutta (Virkki, 2015). Varhaiskasvatuksen opettajat voivat muokata ympäristöä erityisherkkiä tukevaksi leikkivälineiden määrää supistamalla, jolla ylläpidetään esteettistä järjestystä ja siisteyttä (Virkki, 2015; Aron, 2020a). Lasten osallisuus mukautuu näiden toiminta- ja oppimisympäristön tekijöiden mukaan, joka joko vahvistaa tai laskee yhteenkuuluvuutta (Virkki, 2015). Yhteenkuuluvuutta voidaan tukea ympäristön materiaalin huomioimisella, esimerkiksi tietyt lelut ja niiden määrä voivat edistää yhteenkuuluvuutta, sillä ne antavat mahdollisuuksia mielekkääseen yhteiseen toimintaan (Juutinen, 2018). Ärsykkeiden määrän karsiminen voi lisätä lapsen toimintakykyä (Puustjärvi, Danner & Niutanen, 2024a). Mieleisten materiaalien asioiden puuttuminen saattaa taas estää yhteenkuuluvuutta (Juutinen, 2018). Yliherkälle lapselle voidaan myös tarjota erilaisia apuvälineitä, kuten vastamelusuojaimia, joka vaimentaa kovaa melua tai aurinkolasit vähentämään kirkasta valosta syntyvää haittaa (Puustjärvi, Danner & Niutanen, 2024a).

Ryhmän aikuisen tulee antaa mahdollisuus lapselle osallistua hänen voimavarojensa mukaisesti itselleen mieleisellä tavalla (Nivala, 2021), kuten erityisherkälle lapselle annetaan tilaa rauhoittumiselle, jolloin hän voi olla passiivisempi (Aron, 2020a). Erityisherkkät lapset tarvitsevat välillä hiljaista yksinoloa (Manninen, 1999), sillä erityisherkkien herkempi stimulaatio aiheuttaa

heille ylivirikkeisyyttä sekä hermostuneisuutta (Aron & Aron, 1997). Erityisherkkä lapsi tarvitsee konkreettisia keinoja rauhoittumiselle (Aron, 2020a) varhaiskasvatuksen ympäristössä, jotta lapsen sisäinen kuormitus ei kasvaisi liian voimakkaaksi. Erityisherkkälle lapselle voi kertoa, että hän voi lähteä tilanteesta pois, jos se tuntuu liian kuormittavalta tai hän voi laittaa silmät kiinni, jos ärsykejä on liikaa (Aron, 2020a). Lapselle on tärkeä antaa päivän aikana taukoja ja tilaa olla yksin (Aron, 2020b). Puustjärvi, Danner ja Niutanen (2024b) tuovat esiin, että tauon täytyisi olla laadullisesti sopiva, jossa ärsykkeet olisivat mahdollisimman vähäisiä. Heidän mukaansa tauon tulisi palauttaa aistimuksia sekä olla tilana hiljainen ja rauhallinen (s. 344). Osallisuuden edellytyksenä on antaa vaihtoehtoja sekä mahdollisuus kieltäytymiseen, jolloin osallisuus tarkoittaa tilan ja mahdollisuuksien antamista (Nivala, 2021). Kasvattajat voivat antaa erityisherkkälle mahdollisuuden vetäytyä omaan rauhaansa ilman, että asiaa yleisesti ihmetellään (Aron, 2020a). Yhteenkuuluvuus tarkoittaa eri asioita eri ihmisille, joskus päätämme olla kuulumatta ja se on yhtä tärkeää kuin kuulumisen valinta (Juutinen, 2018). Kuten erityisherkkä voi valita olla yksin, ja silti tuntee yhteenkuuluvuutta. Yksinolo auttaa mielen palautumisessa ja tasapainon ylläpitämisessä, sillä erityisherkkät prosessoivat asioita hyvin syvällisesti (Aron, 2020a). Erityisherkkän lapsen kanssa on tärkeää, että häntä ei taivutella olemaan yhdessä kaikkien ihmisten kanssa, jos ei niin halua (Aron, 2020a). Kasvattaja voi kannustaa lasta yhteiseen tekemiseen aiempien myönteisten kokemusten avulla (Aron, 2020a). Virkin (2015) mukaan lasten kokemukset osallisuudesta ovat peräisin mahdollisuudestaan valita tai tehdä päätöksiä, jopa vain tietoisuus mahdollisuudestaan valita edistää osallisuutta (s. 105).

On tutkittu, että fyysisellä ympäristöllä on merkittävä vaikutus erityisherkkään (Oomen-Welke ym., 2022). Oomen-Welken ja kollegoiden (2022) tutkimuksessa erityisesti luonnossa ja metsässä vietetty aika vaikuttaa positiivisesti lapsen ahdistuneisuuteen, jännitykseen ja väsymykseen ja tätä kautta rentouttaa aistihavaintoja. Metsä ja luonto rentouttavat erityisherkkän voimakkaita aistiärsykejä, sillä niiden äänillä, hajuilla ja visuaalisuudella on positiivisia vaikutuksia ärsykkeiden hallinnassa (Oomen-Welke ym., 2022). Ulkoilu lievittää yliherkän liiallista viireys- ja stressitilaa (Puustjärvi, Danner & Niutanen, 2024a). Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2022) tuodaan esiin, että tärkeä osa varhaiskasvatusta on ympäristö ja siihen tutustuminen kuten luonnossa retkeilyn ja sen tutkimisen kautta. Retket metsässä tai lähiympäristössä, luonnon elementtien tarkastelu ja vain sen läheisyydessä oleminen rauhoittavat lasta (Oomen-Welke ym., 2022). Nämä ovat hyvin tehokkaita keinoja erityisherkkille, sillä he stressaantuvat muita herkemmin (Oomen-Welke ym., 2022). Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2022) myös mainitaan, että luonto voi antaa tilan rauhoittumiselle. Näiden lisäksi luonto vaikuttaa



mieleen, kognitioon sekä tarkkaavaisuuteen (Oomen-Welke ym., 2022). Voidaan päätellä, että ympäristöllä on suuri vaikutus erityisherkkään lapseen sekä hänen aistisäätelynsä, yhteenkuuluvuuden tunteeseen ja oppimiseen. Oomen-Welke ja kollegoiden (2022) tutkimuksen mukaan luonnon elementeillä on positiivinen vaikutus mielialaan sekä hyvinvointiin.

Voidaan todeta, että kun erityisherkkä lapsi on rauhallinen ja hänen aistisäätelynsä tasainen, on hänen osallistumisensa aktiivisempaa, jolloin yhteenkuuluvuus myös vahvistuu. Oomen-Welke ja kollegat (2022) sekä Airaksinen ja Satri (2021) mainitsevat, että jokainen lapsi reagoi ympäristöön eri tavoin riippuen heidän mieltymyksistään ja ominaisuuksistaan. Erityisherkkälle lapselle ulkoinen ympäristö on joko sopimaton tai sopiva hänen kasvulleen (Manninen, 1999). Köngäksen (2018) mukaan päiväkotit voivat olla sellainen paikka, jossa lapsen mielihyvää tuottavat välittäjäaineet aktivoituvat ja näin lapsi saa tukea hyväksytyksi tulemiseen ja omaan itseluottamukseen. Näihin lapsi ei välttämättä saa tukea esimerkiksi omassa kotiympäristössään (Köngäs, 2018).

Yhteenvedona voidaan todeta, että varhaiskasvatuksen opettajien on huomioitava ympäristön vaikutus erityisherkkien lasten yhteenkuuluvuuden tukemisessa sekä ymmärtää, kuinka ympäristötekijät voivat vaikuttaa erityisherkkään lapseen. Varhaiskasvatuksen arjessa kaivattaisiin muutosta, joka vaatisi kasvattajilta keinoja tunnistaa lasten sisäiset tarpeet herkemmin (Köngäs, 2018). Varhaiskasvatuksen opettajan täytyy huomioida päiväkodin ympäristö ja sen tilat, kun lapsi kuormittuu herkemmin meluisan ja jatkuvasti muuttuvan ympäristön vuoksi (Aron, 2020a). Jatkuvasta kuormittuneisuudesta voi seurata lapselle muun muassa väsyneisyyttä, stressaantuneisuutta sekä voimakkaita tunteiden purkauksia kuten ärsyyntymistä (Aron, 2020a). Erityisherkkät voivat myös tuntea hukkuvansa ärsykkeisiin, jolloin nämä negatiiviset tunteet usein tulevat esiin ja näin ollen voivat esimerkiksi sosiaalisesti vetäytyä päiväkotiryhmästä (Oomen-Welke, 2022). Myös varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2022) tuodaan esille, että varhaiskasvatuksen opettajien on muokattava oppimisen ympäristöjä lasten kanssa heidän mielenkiintoaan ja oppimistaan vahvistavaksi. Juutinen (2015) toteaa, että materiaalisella ympäristöllä on merkitystä yhteenkuuluvuuden tukemisessa. Hänen mukaansa yhteenkuuluvuutta voidaan aineellisesti näyttää jokaisen lapsen nimikylteillä, nimetyillä istumapaikoilla ja leikkitalulla. Juutinen tuo esiin, että varhaiskasvatuksen opettajan pedagogisilla tukemisen välineillä voidaan kertoa, että lapsi on osa päiväkotiyhteisöä (s. 161–169).

## 5 Johtopäätökset ja pohdinta

Tavoitteenani oli esitellä tutkimuksessa konkreettisia tukemisen välineitä, joilla voidaan tukea erityisherkin lapsen yhteenkuuluvuutta varhaiskasvatuksessa ja joita varhaiskasvatuksen opettajat voivat huomioida opetuksessaan, arjen toiminnassa ja päivittäisissä rutiineissa. Yhteenkuuluvuuden tukeminen ei ole usein tietoinen tavoite, vaikka kasvattajat edistävät yhteenkuuluvuutta päivittäisten toimintatapojen avulla (Juutinen, 2018). Kasvattajien on rohkaistuttava tunnistamaan yhteenkuuluvuuden tukemisen eri tekijöitä ja refleктоimaan kriittisesti jokapäiväisiä rutiinejaan ja toimintatapojaan varhaiskasvatuksen ympäristössä (Juutinen, 2018). Kasvattajien on myös säännöllisesti havainnoitava sitä, millä tavalla he kohtaavat lapset, iloisesti ja huolehtivaisesti vai rutiininomaisesti ja tehokkuutta tavoitellen? (Kalliala, 2008).

Varhaiskasvatuksen ympäristö ei ole tulosteni mukaan kaikille lapsille edistävä, sillä erityisherkin aistiherkkyys ja aistien ylikuormittuminen johtuu erityisesti ympäristötekijöistä (Aron, 2020a). Tämä tuo haasteita lapsen osallisuuteen varhaiskasvatusympäristössä. Erityisherkin lapsen kohdalla voidaan huomioida esimerkiksi tilanteet, joissa hän kokee voimakasta ylivoimaisuutta (Aron, 2020a) ja näin varhaiskasvatuksen henkilöstö voi pyrkiä vähentämään lapsen ympäriltä olevia turhia ärsyksiä, jotka vaikuttavat vahvasti lapsen käyttäytymiseen (Puustjärvi, Danner & Niutanen, 2024a). Nykypäivänä aistiherkkyksiä todetaan herkemmin kuin ennen. Ympäriällä olevat toimintaympäristöt ovat muuttuneet ja muuttuvat jatkuvasti digitalisaation vuoksi, joka kuormittaa aistisäätelyä entisestään (Sajaniemi, 2024). Erityisherkin lapsen voi olla haastavaa pysyä mukana ja tasapainossa ympärillä lisääntyvien ärsykkeiden vuoksi. Varhaiskasvatuksen opettajien on huomioitava millaiset ystävyyssuhteet, ympäristöt, tilat, rutiinit ja käytännöt ovat merkityksellisiä lasten yhteenkuuluvuuden tukemisessa (Juutinen, 2018). Herkkyys temperamenttina voi olla ympäristöön nähden haastava, mutta herkkä voi saada tasapainoista kehitystä, riippuen siitä tuntee ko hän olevansa vääränlainen vai onko hän mielestään kasvattajien kesken arvostettu (Satri, 2014). Tällöin tulisi huomioida ympäristö niin, että jokainen voi olla sellainen kuin on ja saavuttaa ympäröivässä tilassa oman potentiaalinsa (Sajaniemi, 2024).

Varhaiskasvatuksen opettajan on toiminnassaan otettava huomioon erityisherkkien lasten mahdollisuus vaikuttaa tai olla osallistumatta. Yhteenkuuluvuuden tukemisessa on tärkeää lasten osallistaminen (Juutinen, 2018). Yhteenvetona voidaan todeta, että erityisherkkien lasten yhteisleikkien ja ystävyyssuhteiden tukeminen rikastavat erityisherkkien yhteenkuuluvuutta.

Erityishervät lapset usein leikkivät yksin, jolloin juuri näiden tekijöiden tukeminen varhaiskasvatuksessa on merkittävää. Leikki-tilat, sääntöleikit ja vertaissuhteiden leikki-tilanteiden uudelleenjärjestäminen tukevat yhteenkuuluvuutta. Kuitenkaan ryhmien uudelleenjärjestäminen ei aina riitä varmistamaan jokaisen lapsen yhteenkuuluvuuden tunnetta (Eidsvåg & Rosell, 2021). Varhaiskasvatuksen opettajan on huomioitava kuulumisen ja syrjäytymisen hetket arjessa (Juutinen, 2018). Tämän kandidaatin tutkielman pohjalta voidaan todeta, että varhaiskasvatuksen opettajat tarvitsevat kovaa työtä, monipuolisia taitoja, pätevyyttä ja herkkyyttä havaita, nähdä, kuunnella ja olla tietoisia siitä, että mikä on oikeasti tärkeää varhaiskasvatuksen toiminnassa (Juutinen, 2018). Erityisherävän lapsen ymmärtäminen ja erityisherävyyden sekä muiden aistisherävyyksien tiedostaminen auttavat varhaiskasvatuksen opettajia erityisherävien yhteenkuuluvuuden tukemisessa. On tärkeää reflektoida omaa suhtautumistaan toisten tai omaan herkkyyteen, eli näkeekö herkkyyden esimerkiksi heikkoutena (Satri, 2014). Omat ajatukset voivat vaikuttaa herkkien lasten huomioimiseen arjessa. Aistisherveys ei välttämättä näy selkeästi ulkopuolelle tai se voidaan ymmärtää väärin. Kasvattajat voivat herkästi olettaa, että lapsi kiukuttelee turhasta, vaikka se voi johtua ympäristöstä, kuten melusta tai siitä, että lapsi ei ole saanut tilaa rauhoittumiselle (Aron, 2020a). Herkälle on annettava aikaa sopeutua ja valmistautua muutokseen ja eri tilanteisiin ilman painostamista (Satri, 2014). Opetushallituksen (2022) mukaan varhaiskasvatuksen opettajan on kunnioitettava jokaisen lapsen yksilöllisyyttä. Tämän yksilöllisyyden kunnioittaminen voi näkyä esimerkiksi lapsen ominaisen käyttäytymisen ja reaktiotapojen ymmärtämisenä (Kalliala, 2008). Jokainen lapsi reagoi eri tavoin ja erityisherävä lapsi tarvitsee kasvattajan ymmärrystä (Aron, 2020a). Aikuisen tietoisuus eri temperamenttien luonteesta voi auttaa aistiyliherävyyksien ja niistä johtuvien tunnereaktioiden ymmärtämisessä (Sajaniemi, 2024). Tämän tutkielman johtopäätöksenä voidaan todeta, että erityisherävien lasten yhteenkuuluvuutta voidaan tukea varhaiskasvatuksessa ystävyys-suhteiden rakentamisella, osallisuuden ja yhteisleikkien avulla sekä ympäristön eri tekijöiden huomioonottamisella. Vaikka yhteenkuuluvuuden tunne usein tarkoittaa yhdessä oloa ja hyviä keskinäisiä vertaissuhteita, niin tutkielman edetessä tuli ilmi, että lapsi voi silti tuntea yhteenkuuluvuutta myös ilman varsinaisia ystävyys-suhteita (Hännikäinen, 2006). Erityisherävän lapsen itsenäinen leikki ei ole välttämättä haaste yhteenkuuluvuuden tunteen kehittymiselle, vaikka yhteisleikit ja ystävyys-suhteet auttavat yhteenkuuluvuuden tunteen kokemisessa. Yhteisleikit ja ystävyys-suhteet ovat kuitenkin lasten mielestä tärkeitä yhteenkuuluvuuden kokemisessa.

Valitsin erityisherävyyden tutkielman aiheeksi johtuen ilmiön tutkimustiedon puutteellisuudesta, jonka totesin tutkimusprosessini aikana. Aihe on merkityksellinen ja tarkkaan valittu.

Varhaiskasvatuksen opettajat ja muut ammattilaiset eivät välttämättä havaitse tai ymmärrä lasten eri aistiherkkyksiä, ja se haastaa erityisherkkien lasten yhteenkuuluvuuden rakentumista. Ymmärryksen lisääminen on keskeinen tekijä tutkielmaa toteuttaessa (Puusa, Hänninen & Mönkkönen, 2020). Tutkielman tavoitteenani oli lisätä tietoisuutta erityisherkkyydestä, johon sitouduin koko tutkielman prosessin ajan. Tutkielman eettisyys oli huomioitava, sillä tutkimus koskee varhaiskasvatasiässä olevia lapsia. Tämä huomioitiin luotettavien ja aiheeseen liittyvien lähteiden avulla sekä oikeiden käsitteiden käyttämisellä. Tutkielman aikana pyrin painottamaan sitä, että erityisherkkyyttä on tärkeää ymmärtää, jotta erityisherkkä voi tuntea itsensä arvokkaaksi ja hyväksytyksi, joka myös kertoo tutkielman eettisyydestä. Tutkielmassa on tärkeää tarkastella tieteen etiikkaa sekä siihen liittyviä kysymyksiä, kuten miksi aiheita tutkitaan ja mitä tutkitaan (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Tutkimukseni aihe erityisherkkyyys koskettaa muita herkkä, joten tutkimuksen käsittely vaatii oikeiden termien käyttöä, sillä esimerkiksi aistiherkkyys lokeroidaan usein haasteelliseksi käytökseksi, vaikka se ei sitä ole (Pluess ym., 2018). Tutkielmaa työstäessä täytyi huomioida, mitä keinoja käytetään, millainen on hyvä tutkimus sekä millaisia tutkimustuloksia tavoitellaan (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Tutkimustuloksia pohtiessa huomioin, mitkä ovat merkittävimmät tulokset aiheeseen liittyen. Tutkijan on oltava avoin tiedonhankinnan prosessistaan, kun tarkastellaan eettisyyttä (Eskola & Suoranta, 1998), ja tähän olen pyrkinyt läpi tutkielman.

Tutkielman eettisyyttä tarkasteltaessa on tekijällä oltava herkkyyttä tunnistaa oman tutkimuksensa ongelmakohdat (Eskola & Suoranta, 1998). Tutkielman haasteena oli erityisesti lähteiden löytäminen. Tieteelliset lähteet olivat pääosin kansainvälisiä, joka haastoi omaa ymmärtämistä. Tämän lisäksi haasteellisuutta toi tutkielman laajuus ja se, löytyykö aiheesta tarpeeksi tutkittua tietoa, sillä erityisherkkien yhteenkuuluvuutta suomalaisessa varhaiskasvatuksessa ei ole tutkittu aiemmin. Eettisiä kysymyksiä tarkastellessa on arvioitava sitä, onko tutkimus luotettava (Eskola & Suoranta, 1998). Haasteiden kumoamiseksi löysin monipuolisia tieteellisiä lähteitä kuten väitöskirjoja ja kansainvälisiä tutkimuksia, jotka auttoivat luotettavuuden syventämisessä. Kansainväliset lähteet lisäävät luotettavuutta, sillä ne kuvaavat aiheetta yhteiskunnallisesta näkökulmasta. Yhteenkuuluvuudesta löytyi laajasti tietoa, joten sen rajaaminen oli haastavaa tämän tutkielman kannalta, ja sen analysoinnissa täytyi pohtia, mikä tieto on oleellista juuri tälle tutkielmalle. Pyrin löytämään kuitenkin niitä tieteellisiä lähteitä, jotka täydentäisivät eri tutkimuksista saatuja tuloksia ja näin saisin mahdollisimman relevantit lähteet tätä tutkielmaa varten. Luotettavuutta lisäsivät käyttämäni tuoreet ja ajankohtaiset lähteet. Olen käyttänyt eettisesti kestäviä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä sekä olen tuonut tulokset

avoimesti esiin, joka kertoo hyvästä tutkimuksesta (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Narratiivinen tutkimusote auttoi tiedon hyödyntämisessä, sillä sen periaatteena on, että ei ole väärää tai oikeita aineiston tulkintoja (Puusa, Hänninen & Mönkkönen, 2020). Objektiiivinen tutkimusote tutkielmaa tehdessä ja aineistoja analysoidessa auttoi eettisyyden toteutumisessa. Tutkielman edetessä olen pyrkinyt eettiseen sitoutuneisuuteen, joka antaa pohjan hyvälle tutkielmalle (Tuomi & Sarajärvi, 2018).

Tutkitun tiedon vähäisyys kertoo aiheen tutkimisen tarpeellisuudesta. Tämä antoi itselleni kipinää tutkia sitä tulevaisuudessa pro gradu -tutkielmassa. Pro gradu -tutkielmassa käyttäisin laadullisia tutkimusmenetelmiä, kuten haastatteluja ja keskusteluita (Puusa, Hänninen & Mönkkönen, 2020). Haastattelussa keskeistä olisi saada mahdollisimman paljon tietoa erityisherkkyydestä ja yhteenkuuluvuudesta (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Myös havainnointi olisi perusteltu tiedonhankkimismenetelmä aiheeseen liittyen, sillä tutkittavasta ilmiöstä tiedetään melko vähän ja siitä on haastavaa saada tietoa (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Pro gradussa toteuttaisin yksilöhaastatteluita, jolla voisin tavoittaa erityisherkkiä ja saada näin tietoa heidän kokemuksistaan ja näkökulmistaan, jossa he kertoisivat omasta elämästään erityisherkkänä (Puusa, Hänninen & Mönkkönen, 2020). Haastattelukysymykset jaettaisiin haastateltaville hyvissä ajoin, jotta he voisivat tutustua kyseiseen aiheeseen ja pohtia omaa erityisherkkyyttä jo etukäteen (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Yksilöhaastattelut nostavat esiin yksilön omakohtaisia kokemuksia, joka on yleisin narratiivisen tutkimuksen aineistonkeruutapa (Puusa, Hänninen & Mönkkönen, 2020). Myös tutkimuksen eettisyys huomioidaan antamalla haastattelukysymykset ja haastattelun teema etukäteen haastateltaville (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Haastattelujen avulla voitaisiin paremmin ymmärtää erityisherkkien kokemuksia ja näin ollen tutkimuksesta saataisiin mahdollisimman laaja ja kattava monen eri näkökulman avulla. Tuloksissa tuli esiin, että yhteenkuuluvuutta edistetään, mutta myös estetään varhaiskasvatuksessa tiedostamattomasti. Tämä tarkoittaa sitä, että varhaiskasvatuksen opettajien on pyrittävä refleктоimaan tietoisemmin omia toimintatapojaan ja sitä, kuinka nämä ovat yhteydessä kuulumiseen ja syrjäytymiseen. Tästä johdopäätöksestä sain toisen jatkotutkimus idean. Keskeisenä tutkimusaiheena olisi, miten varhaiskasvatuksen opettajat omasta näkökulmastaan tukevat yhteenkuuluvuutta varhaiskasvatuksessa. Yhteenkuuluvuus on tulosteni mukaan merkittävä tekijä ryhmäytymisessä ja osallisuudessa, joten sen tarkastelu varhaiskasvatuksen opettajien työkentällä on tärkeää.

## Lähteet

- Airaksinen, A. & Satri, J. (2021). Herkkyys ja yksilölliset olemisen kehykset. *Sosiaalipedagogiikka*, 22, 63–84. <https://doi.org/10.30675/sa.103222>
- Aron, E. N. (2020a). *Erityisherkkä lapsi*. Helsinki: Nemo.
- Aron, E. N. (2020b). *Erityisherkkä ihminen* (3. uud. p.). Helsinki: Nemo.
- Aron, E. N. & Aron, A. (1997). Sensory-processing sensitivity and its relation to introversion and emotionality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(2), 345–368. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.2.345>
- Eidsvåg, G. M. & Rosell, Y. (2021). The power of belonging: Interactions and values in children's group play in early childhood programs. *International Journal of Early Childhood*, 53, 83–99. <https://doi.org/10.1007/s13158-021-00284-w>
- Einarsdóttir, J. & Ólafsdóttir, S. M. (2023). Who belongs in preschool? Perspectives of children and educators. *Early Years*, 43(1), 151–165. <https://doi.org/10.1080/09575146.2021.1916891>
- Emilson, A. & Eek-Karlsson, L. (2022). Doing belonging in early childhood settings in Sweden. *Early Child Development and Care*, 192(14), 2234–2245. <https://doi.org/10.1080/03004430.2021.1998021>
- Eskola, J. & Suoranta, J. (1998). *Johdatus laadulliseen tutkimukseen* [Adobe Digital Editions –versio]. Haettu osoitteesta <https://www.ellibslibrary.com/fi/book/9789517685047>
- Heikkinen, H. L. T. (2018). Kerronnallinen tutkimus. Teoksessa R, Valli (toim), *Ikkunoita tutkimusmetodeihin II: Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin* (s. 145–160). [Adobe Digital Editions –versio]. Haettu osoitteesta <https://www.ellibslibrary.com/book/9789524518758>
- Hännikäinen, M. (2006). Yhteenkuuluvuuden tunne ja oppijoiden yhteisöksi kehittyminen. Teoksessa K, Karila., M, Alasuutari., M, Hännikäinen., A-R, Nummenmaa. & H, Rasku-Puttonen (toim), *Kasvatusvuorovaikutus* (s. 126–146). [Adobe Digital Editions -versio]. Haettu osoitteesta <https://www.ellibslibrary.com/book/978-951-768-192-6>
- Juutinen, J. (2018). *Inside or outside? Small stories about the politics of belonging in preschools* (Väitöskirja). Oulu: Oulun yliopisto. <https://urn.fi/URN:ISBN:9789526218816>
- Juutinen, J. (2015). Lasten yhteenkuuluvuuden rakentuminen päiväkotiarjen pienissä kertomuksissa. *Journal of Early Childhood Education Research*, 4(2), 159–179. Haettu osoitteesta <https://journal.fi/jecer/article/view/114046/67245>
- Kalliala, M. (2018). *Kato mua! Kohtaako aikuinen lapsen päiväkodissa?* Helsinki: Gaudeamus.

- Kiviniemi, K. (2015). Design- eli suunnittelututkimus opetus- ja kasvatusalalla. Teoksessa J, Aaltola. & R, Valli (toim), *Ikkunoita tutkimusmetodeihin I: Metodien valinta ja aineistonkeruu, virikkeitä aloittelevalle tutkijalle* (s. 195–208). [Adobe Digital Editions –versio]. Haettu osoitteesta <https://www.ellibslibrary.com/fi/book/978-952-451-516-0>
- Koivula, M. (2010). *Lasten yhteisöllisyys ja yhteisöllinen oppiminen päiväkodissa* (Väitöskirja). Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Köngäs, M. (2018). ''Eihän lapsil ees oo hermoja'' *Etnografinen tutkimus lasten tunneälystä päiväkotiarjessa* (Väitöskirja). Rovaniemi: Lapin yliopisto. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-337-064-7>
- 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. *Tranlational Psychiatry*, 8(24), 1–11. <https://doi.org/10.1038/s41398-017-0090-6>
- Manninen, S-S. (1999). *Outolintu, erilainen: Tutkimusraportti yliherkstä väri-ihmisestä muotojen yhteiskunnassa*. Jyväskylä: Atena.
- Melasalmi, A. & Husu, J. (2019). Shared professional agency in early childhood education: An in-depth study of three teams. *Teaching & Teacher Education*, 84, 83–94. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2019.05.002>
- Metsämuuronen, J. (2011a). Luku I - Metodologian perusteet ihmistieteissä. Teoksessa J, Metsämuuronen (toim), *Laadullisen tutkimuksen käsikirja* (s. 18–82). [Adobe Digital Editions –versio]. Haettu osoitteesta [https://oula.finna.fi/Record/oy\\_electronic\\_oy.9911489363906252?sid=3741263141](https://oula.finna.fi/Record/oy_electronic_oy.9911489363906252?sid=3741263141)
- Metsämuuronen, J. (2011b). Luku II – Laadullisen tutkimuksen perusteet. Teoksessa J, Metsämuuronen (toim), *Laadullisen tutkimuksen käsikirja* (s. 84–151). [Adobe Digital Editions –versio]. Haettu osoitteesta [https://oula.finna.fi/Record/oy\\_electronic\\_oy.9911489363906252?sid=3741263141](https://oula.finna.fi/Record/oy_electronic_oy.9911489363906252?sid=3741263141)
- Nivala, E. (2021). Osallisuuden vahvistaminen yksinäisyyden ehkäisemisenä varhaiskasvatuksessa. *Journal of Early Childhood Education Research*, 10(1), 33–59. Haettu osoitteesta <https://journal.fi/jecer/article/view/114149/67348>
- Oomen-Welke, K., Schlachter, E., Hilbich, T., Naumann, J., Müller, A., Hinterberger, T. & Huber, R. (2022). Spending time in the forest or the field: Investigations on stress perception and psychological well-being – a randomized cross-over trial in highly sensitive persons. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(22), 1–13. <https://doi.org/10.3390/ijerph192215322>

- Opetushallitus. (2022). *Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022* (3. p.). Määräykset ja ohjeet 2022:2a. Haettu 14.4.2024 osoitteesta [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Varhaiskasvatussuunnitelman\\_perusteet\\_2022\\_2.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2022_2.pdf)
- Pluess, M. (2015). Individual differences in environmental sensitivity. *Child Development Perspectives*, 9(3), 138–14. <https://doi.org/10.1111/cdep.12120>
- Pluess, M., Assary, E., Lionetti, F., Lester, K., 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. <https://doi.org/10.1037/DEV0000406>
- Puroila, A-M., Juutinen, J., Viljamaa, E., Sirkko, R., Kyrölämpi, T., Takala, M. (2021). Young children's belonging in Finnish educational settings: An intersectional analysis. *International Journal of Early Childhood*. 53(2), 9–29. <https://doi.org/10.1007/s13158-021-00282-y>
- Puusa, A., Hänninen, V. & Mönkkönen, K. (2020). Narratiivinen lähestymistapa organisaatiotutkimuksessa. Teoksessa A, Puusa. & P, Juuti (toim), *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät* (s. 206–218). [Adobe Digital Editions -versio]. Haettu osoitteesta <https://www.ellibslibrary.com/book/9789523456167>
- Puustjärvi, A., Danner, P. & Niutanen, U. (2024a). Mistä apua aistitiedon käsittelyn vaikeuksiin? Teoksessa A, Puustjärvi (toim), *Aistitiedon käsittelyn vaikeudet* (s. 332–342). Jyväskylä: Santalahti-kustannus.
- Puustjärvi, A., Danner, P. & Niutanen, U. (2024b). Miten tuetaan toimintakykyä, kun reagointi aistimuksiin on yliherkkää? Teoksessa A, Puustjärvi (toim), *Aistitiedon käsittelyn vaikeudet* (s. 343–366). Jyväskylä: Santalahti-kustannus.
- Sajaniemi, N. (2024). Aistit, keho ja tunteelliset aivot yksilön- ja lajinkehityksen näkökulmasta. Teoksessa A, Puustjärvi (toim), *Aistitiedon käsittelyn vaikeudet* (s. 55–78). Jyväskylä: Santalahti-kustannus.
- Salminen, A. (2011). Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyypeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasan yliopisto. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-476-349-3>
- Saracho, O. N. (2021). Theories of child development and their impact on early childhood education and care. *Early Childhood Education Journal*, 51(8), 15–30. <https://doi.org/10.1007/s10643-021-01271-5>
- Satri, J. (2014). *Sisäinen lepatus: Herkän ihmisen tietokirja*. Helsinki: Viisas elämä.



- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. (1. uud. p) [Adobe Digital Editions –versio]. Haettu osoitteesta <https://www.elibrary.com/fi/book/9789520400118>
- Viljamaa, E., Estola, E., Juutinen, J. & Puroila, A-M. (2017). Patjakasan kutsu – yhteen tulemia ja erilleen vetäytymisiä päiväkodissa. *Journal of Early Childhood Education Research*, 6(1), 2–21. <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe201902195679>
- Vilka, H. (2023). *Kirjallisuuskatsaus metodina, opinnäytetyön osana ja tekstilajina* [Adobe Digital Editions –versio]. Haettu osoitteesta <https://www.elibrary.com/fi/book/9789518849448>
- Virkki, P. (2015). *Varhaiskasvatus toimijuuden ja osallisuuden edistäjänä* (Väitöskirja). Joensuu: Itä-Suomen yliopisto. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-61-1735-5>
- Weckström, E. (2021). *Kertoen rakennettu – toimien toteutettu: Sosiaalisesti kestävä osallisuuden toimintakulttuurin rakentaminen varhaiskasvatuksessa* (Väitöskirja). Joensuu: Itä-Suomen yliopisto. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-61-4288-3>