

Teemu Pitkänen

LAPSEN RESILIENSSIN KEHITTÄMINEN  
VARHAISKASVATUKSEN TOIMINTAYMPÄRISTÖSSÄ

Sosiaalialan koulutusohjelma

2020

# LAPSEN RESILIENSSIN KEHITTÄMINEN VARHAISKASVATUKSEN TOIMINTAYMPÄRISTÖSSÄ

Pitkänen, Teemu  
Satakunnan ammattikorkeakoulu  
Sosiaali-alan koulutusohjelma  
Elokuu 2020  
Sivumäärä: 70  
Liitteitä: 2

Asiasanat: resilienssi, varhaiskasvatus, vuorovaikutus, toimintaympäristö

---

Opinnäytetyöni tarkoituksena oli tutkia lapsen resilienssin kehittämiseen käytettäviä toimintatapoja ja vuorovaikutustyyliä varhaiskasvatuksen toimintaympäristössä sekä tarkastella toimintaympäristön soveltuvuutta resilienssin kehittämiseen. Opinnäytetyön idea lähti liikkeelle omasta mielenkiinnostani sisukkuutta ja pitkäjänteisyyttä kohtaan. Resilienssi on myös käsitteenä kasvattanut suosiotaan, joka teki resilienssistä itselleni ajankohtaisen tutkimusaiheen.

Tutkimus toteutettiin kvalitatiivisena tutkimuksena ja tutkimusmenetelmänä käytettiin teemahaastattelua. Haastatteluteemoja ja -kysymyksiä oli yhteensä 3, joita täydennettiin tarpeen mukaan tutkijan omilla lisäkysymyksillä. Haastatteluteemojen kautta haluttiin tietää, miten varhaiskasvatuksen työntekijät kehittävät lapsen resilienssiä, millainen on varhaiskasvattajan vuorovaikutustyyli ja miten varhaiskasvatuksen toimintaympäristö soveltuu resilienssin kehittämiseen. Teemahaastatteluihin osallistui yhteensä 6 varhaiskasvatuksen työntekijää neljästä eri Satakunnassa sijaitsevasta päiväkodista. Tutkimusmateriaali kerättiin haastattelemalla työntekijöitä henkilökohtaisesti ja tallentamalla keskustelut ääninauhurille.

Tutkimukseni osoitti, että lapsen resilienssiä kehitetään monin eri tavoin varhaiskasvatuksen toimintaympäristössä. Päiväkodissa lapset saavat sosiaalista tukea, harjoittelevat elämänhallintataitoja sekä opettelevat olemaan kognitiivisesti joustavia ja optimistisia. Lisäksi lapset opettelevat omaksumaan ihailtavia arvoja ja kehittävät fyysistä terveyttään päivittäisten liikuntahetkien avulla. Yksi resilienssin kehittämisen tärkeä palanen on työntekijä ja hänen vuorovaikutustyylinsä. Lämpimän ja johdonmukaisen vuorovaikutustyylin kautta lapsen resilienssin kehittäminen on mahdollista. Haasteellista resilienssin kehittämisestä tekee ahtaat toimitilat ja suuret lapsimäärät.

Tutkimukseni teoriaosio keskittyi resilienssin käsitteeseen, resilienssitekijöihin, aikuisten vuorovaikutustyyliin ja suomalaisen varhaiskasvatuksen perusteisiin. Teoriaosion tarkoituksena oli lisätä ymmärrystä varsin monimuotoisesta asiakokonaisuudesta. Teoriaosio avasi resilienssin kehittämiseen vaikuttavia tekijöitä, aikuisten käytämiä vuorovaikutus- ja kasvatustyyliä sekä varhaiskasvatuksen käytäntöjä ohjaavia virallisia lakeja ja määritelmiä.

## DEVELOPING CHILD RESILIENCE IN AN EARLY CHILDHOOD EDUCATION SETTING

Pitkänen, Teemu  
Satakunta University of Applied Sciences  
Degree Programme in Social Services  
August 2020  
Number of pages: 70  
Appendices: 2

Keywords: resilience, early childhood education, interaction, operational environment

---

The purpose of this thesis was to study the methods and interaction styles used to develop the resilience of the child in the operating environment of early childhood education and to examine the suitability of the operating environment for the development of resilience. The idea of the thesis was started from my own interest towards perseverance and sustainability. Resilience has also grown in popularity as a concept, which made resilience a current research topic for myself.

The study was carried out as a qualitative research and the employed research method was thematic interview. There were a total of 3 interview themes and questions, which were complemented with researcher's own additional questions as needed. Through the interview themes, the aim was to know how the child's resilience is developed, what is the interaction style of the early childhood educator and how the operating environment is suitable for the development of resilience. A total of 6 early childhood education employees from four kindergartens in Satakunta participated in the thematic interviews. The research material was collected by interviewing employees in person and by recording the conversations on a voice recorder.

My research showed that child resilience is developed in many ways in the operating environment of early childhood education. In kindergarten, children receive social support, practice life management skills and learn to be cognitively flexible and optimistic. In addition, children learn to embrace admirable values and develop their physical health through daily exercise. One important piece in developing resilience is the employee and his or her interaction style. Through a warm and consistent interaction style, it is possible to develop a child's resilience. Developing resilience is challenging because of confined premises and large number of children.

The theoretical part of my research focused on the concept of resilience, resilience factors, adult interaction styles and the basics of Finnish early childhood education. The purpose of the theory section was to increase the understanding of a rather diverse set of issues. The theory section opened the factors influencing the development of resilience, the interaction and parenting styles used by adults, and the official laws and definitions that guide early childhood education practices.

# SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	LAPSEN RESILIENSSIN KEHITTÄMINEN.....	7
2.1	Opinnäytetyön tavoitteet.....	7
2.2	Teoreettinen viitekehys.....	8
2.3	Haastattelu tutkimusmenetelmänä.....	11
3	RESILIENSSI.....	13
3.1	Mitä on resilienssi?.....	13
3.2	Resilienssiin vaikuttavat ominaisuudet.....	14
3.3	Suojaavien tekijöiden vaikutus resilienssiin.....	15
4	RESILIENSSIOMINAISUUDET.....	17
4.1	Sosiaalinen tukiverkosto.....	17
4.2	Elämännhallintataidot.....	19
4.3	Kognitiivinen joustavuus.....	21
4.4	Optimismi.....	22
4.5	Henkilökohtainen moraalinen kompassi.....	23
4.6	Fyysinen terveys.....	24
5	AIKUISTEN KASVATUSTYYLIT JA VUOROVAIKUTUS.....	25
5.1	Aikuisten kasvatustyylit.....	25
5.2	Lapsen ja aikuisen välinen vuorovaikutus.....	27
5.3	Lämmin vuorovaikutus.....	28
6	VARHAISKASVATUS SUOMESSA.....	30
6.1	Varhaiskasvatuksen tavoitteet.....	30
6.2	Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet.....	31
6.3	Lapsen henkilökohtainen varhaiskasvatussuunnitelma.....	32
6.4	Varhaiskasvatuksen toimintaympäristö.....	33
7	HAASTATTELUTUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN.....	35
7.1	Aineiston hankinta.....	35
7.2	Tutkimuskysymysten tavoite.....	37
7.3	Tulosten analysoinnin ja tulkinnan vaiheet.....	38
8	TUTKIMUSTULOKSET.....	39
8.1	Lapsen resilienssin kehittäminen.....	39
8.1.1	Arkirutiinit ja päivästrukturi.....	39
8.1.2	Sääntöjen noudattaminen ja arvojen opettaminen.....	40
8.1.3	Konfliktitilanteiden selvittäminen ja haastava käytös.....	41
8.1.4	Positiivisen minäkuvan ylläpitäminen.....	43

8.1.5	Sosiaalinen tukiverkosto ja yhteenkuuluvuudentunne .....	44
8.1.6	Liikunta, ravitseminen ja lepo .....	45
8.1.7	Tunnetaidot ja epäonnistumisten sietokyky .....	45
8.2	Työntekijöiden toimintatavat ja vuorovaikutustyyli.....	46
8.2.1	Sovitut toimintatavat .....	46
8.2.2	Vuorovaikutus lapsen kanssa .....	47
8.2.3	Tiimityöskentely .....	49
8.2.4	Koulutusten hyödyntäminen.....	49
8.3	Varhaiskasvatuksen toimintaympäristön soveltuvuus .....	50
8.3.1	Päiväkodin sijainti, välineet ja arkirutiinit.....	50
8.3.2	Henkilöstön määrä.....	50
8.3.3	Toimitilojen soveltuvuus .....	52
9	JOHTOPÄÄTÖKSET JA YHTEENVETO .....	53
9.1	Yleistä .....	53
9.2	Johtopäätökset.....	54
9.2.1	Sosiaalisen tukiverkoston kehittäminen .....	54
9.2.2	Elämänhallintataitojen kehittäminen .....	55
9.2.3	Kognitiivisen joustavuuden kehittäminen .....	55
9.2.4	Optimismin kehittäminen .....	56
9.2.5	Henkilökohtaisen arvomaailman kehittäminen .....	57
9.2.6	Fyysisen terveyden kehittäminen .....	59
9.2.7	Vuorovaikutuksen merkitys.....	59
9.2.8	Toimintaympäristön soveltuvuus .....	62
9.3	Yhteenveto .....	64
10	POHDINTA.....	66
	LÄHTEET.....	68
	LIITTEET	

## 1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni tavoitteena oli ottaa selvää varhaiskasvatuksen piirissä olevien työntekijöiden toimintatavoista, haasteista ja näkemyksistä, pohdittaessa lapsen kasvatusta resilienssin kehittämisen näkökulmasta. Miten hyvin varhaiskasvatuksen toimintaympäristö, toimintatavat ja varhaiskasvatusta koskeva lainsäädäntö tukevat lapsen resilienssin kehittämistä? Miten lapsen kyvykyys reagoida positiivisesti epäonnistumiseen tai vastoinkäymiseen (Perkins-Gough, 2013, 1) on huomioitu varhaiskasvatuksen toiminnassa?

Lapsen resilienssin kehittäminen varhaiskasvatuksen toimintaympäristössä herättää itselleni kysymyksiä tutkimiskohteena. Resilienssi on käsitteenä kasvattanut suosiotaan, mutta kasvaneen suosion myötä on havaittu myös vaikeuksia määritellä resilienssi yhtenäisellä tavalla, joka on herättänyt hämmennystä tutkijoiden parissa (Kolar, 2011). Itselleni resilienssi on aiheena mielenkiintoinen ja varsinkin sen käytettävyys lasten kanssa ja varhaiskasvatuksen toimintaympäristössä. Resilienssin juuret, kun löytyvät kuitenkin lasten psykiatrian ja kehityspsykologian parista. Resilienssin alkuaikoina pohdittiin sitä, miten lapsuuden aikaiset vastoinkäymiset ja negatiivinen adaptoituminen niihin vaikuttavat aikuisuuden aikaiseen mielenterveyteen. (Fox Vernon, 2004, 13-14.)

Kun mietin lapsen resilienssiä, on itselleni tärkeää saada lisätietoa lapsille läheisten aikuisten toimintatavoista vuorovaikutustilanteissa, sillä yksittäisistä resilienssiin liittyvistä tekijöistä sosiaalinen tuki on nostettu esiin erityisen tärkeänä (Hedrenius & Johansson, 2013, 157). Psykologinen resilienssi kehittyy ympäristössä, jossa lapsuuden aikana lapselle osoitetaan rakkautta, emotionaalista herkkyyttä, johdonmukaisuutta ja luotettavuutta (Southwick, Sippel & Krystal, 2016). Koska lapsen kehitystä suojaavana resilienssitekijänä pidetään muun muassa läheistä suhdetta päteviin huoltajiin ja muihin välittäviin aikuisiin (Poijula, 2018, 100), tahtoisin itsekkin tietää enemmän läheisten aikuisten käyttämien vuorovaikutustapojen vaikuttavuudesta lapsen resilienssin kehittymiseen.

Onko esimerkiksi vuosien saatossa muotoaan muuttaneet hyväksytyt ja normien mukaiset aikuisten vuorovaikutustavat vaikuttamassa lapsen kykyyn sietää pettymyksiä? Antavatko läheisten aikuisten käyttämät vuorovaikutustavat lapselle mahdollisuuden kohdata vastoinkäymisiä ja sopeutua niihin positiivisesti? Opinnäytetyöni kautta tahdon saada lisäselvyyttä siihen, millaisia ovat aikuisten nykyhetken vuorovaikutustavat lasten kasvatustyössä sekä kuinka paljon vuorovaikutustapoihin vaikuttaa varhaiskasvatuksen toimintaympäristö ja kulttuuri, jossa työskennellään? Opinnäytetyöni pyrkii vastaamaan kysymykseen, kuinka hyvin varhaiskasvatuksen toimintaympäristö ja varhaiskasvatuksen työntekijät tukevat lapsen resilienssin kehittymistä?

## 2 LAPSEN RESILIENSSIN KEHITTÄMINEN

### 2.1 Opinnäytetyön tavoitteet

Tämän opinnäytetyön tavoitteena on kartoittaa lapsen resilienssin kehittämisen toimintatapoja ja haasteita päiväkodin toimintaympäristössä. Toimintatapoja ja haasteita käsitellään sekä yksilön ohjauksen että toimintaympäristön laadukkuuden näkökulmasta. Yksilön resilienssin kehittämisen näkökulmaa varten opinnäytetyön täytyy määritellä resilienssi tavalla, joka soveltuu päiväkodin toimintaympäristöön ja alle kouluikäisille lapsille. Tämä tuottaa omat haasteensa, sillä resilienssi voidaan määritellä monella eri tavalla. Opinnäytetyön kartoitettavien asioiden takia resilienssi määritellään tavalla, jossa huomioidaan lapsen kehityksen kannalta oleellimmat resilienssitekijät, ottamatta huomioon mm. suuria traumoja ja järkyttäviä tapahtumia. Tämän lisäksi varhaiskasvatuksen toimintaympäristöä tarkastellessa otetaan huomioon tekijät, jotka vaikuttavat eniten resilienssin kehittämiseen. Tutkimusasetelman keskiössä on varhaiskasvatuksen työntekijät, joiden näkökulmasta asioita tarkastellaan. Opinnäytetyö rajataan kuvion 1 mukaisella tavalla, josta saadaan esille myös tutkimusasetelman suurimmat kysymykset, joihin tahdotaan vastauksia.

<p>Varhaiskasvatuksen teoreettinen viitekehys (resilienssin edistämisen näkökulma)</p>	<p>Varhaiskasvatuksen työntekijöiden kokemukset ja näkemykset käytännöstä ja käytänteistä, jotka liittyvät lapsen resilienssin edistämiseen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mitkä asiat onnistuvat?</li> <li>- Mitkä asiat tuottavat haasteita?</li> <li>- Mitä asioita pitäisi kehittää?</li> <li>- <i>Kysymysten tarkastelu sekä henkilökohtaisella (itse-reflektio) että toimintaympäristön tasolla</i></li> </ul>
<p>Resilienssin teoreettinen viitekehys (huomioiden soveltuvuus lapselle)</p>	

Kuvio 1. Opinnäytetyöongelman rajaus

Opinnäytetyön teoriaosassa tarkastellaan resilienssiä ja sen kehittämistä varhaiskasvatuksen toimintaympäristössä sekä päiväkodin toimintaympäristön sopivuutta resilienssin kehittämiseen. Työn empiriaosuudessa tutkimustuloksia analysoidaan vertaamalla resilienssin kehittämisen teoriatietoa sekä varhaiskasvatuksen toimintaympäristön laakisääteisyyttä ja resursseja haastatteluissa esiin tulleisiin toimintatapoihin ja haasteisiin. Haastateltavina ovat varhaiskasvatuksen työntekijät, joten tutkimustulosten tulokinnan kautta saadaan selville varhaiskasvatuksen työntekijöiden näkemykset resilienssin kehittämisestä. Tutkimuksen haastatteluosion ulkopuolelle jää siis lapset ja heidän huoltajansa, joka pitää ottaa huomioon tuloksien tulkinnassa.

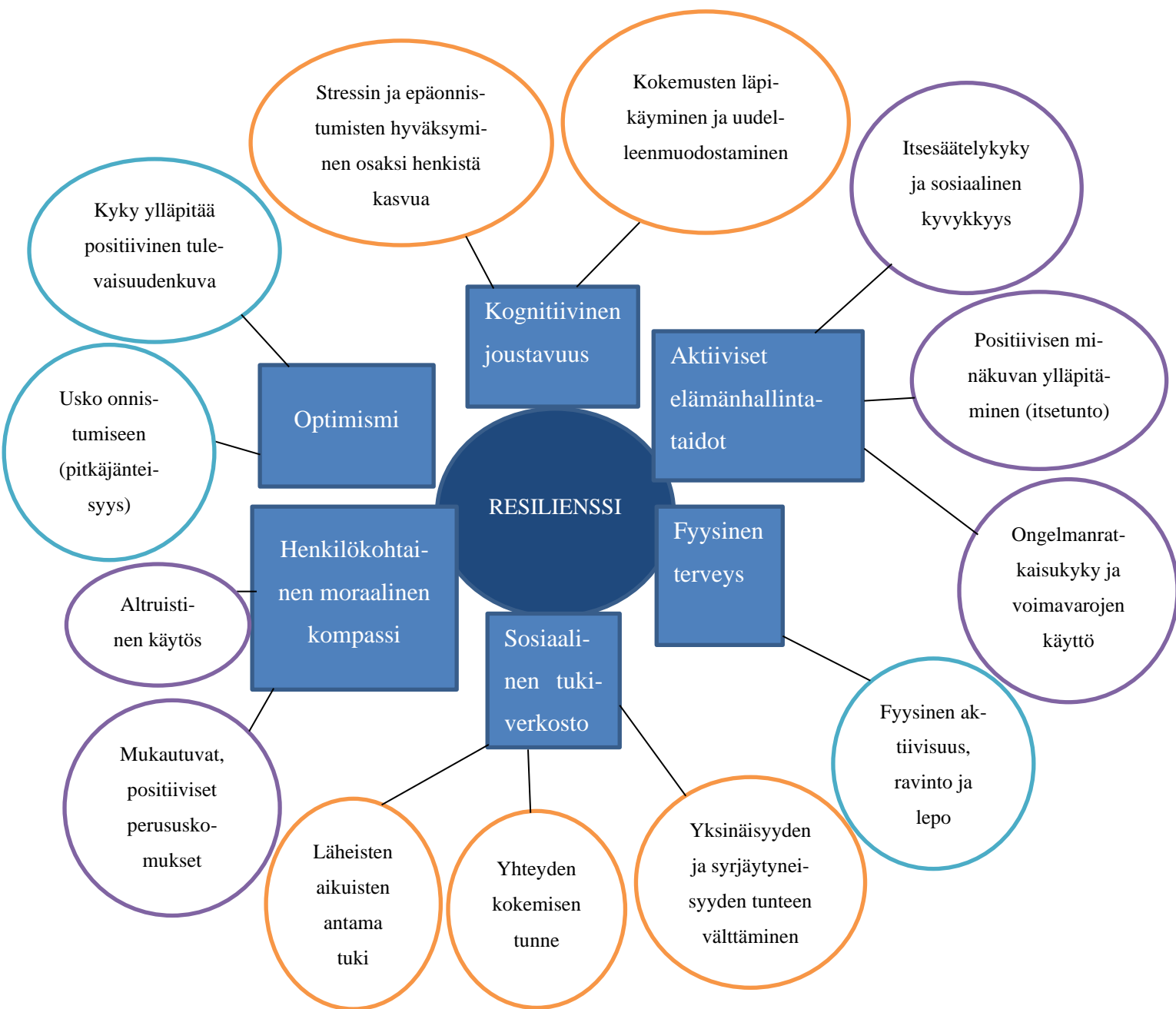
## 2.2 Teoreettinen viitekehys

Resilienssiin liittyviä osatekijöitä on monia ja niiden kaikkien läpikäyminen tekisi tutkimusasetelmasta todella laajan. Teoreettiseen viitekehykseen ja tutkimusasetelmaan



otetaan mukaan tekijöitä, joilla on mahdollisesti merkitystä resilienssin kehittymiseen lapsen kasvatuksen näkökulmasta. Alla olevaan kuvioon (kuvio 2) on kerätty yhteen resilienssin kehittymiseen vaikuttavia tutkittavia tekijöitä. Kaavio pohjautuu suurelta osin Iacoviellon ja Charneyn tutkimuksessa esiin tulleisiin psykososiaalisiin resilienssitekijöihin, joita ovat optimismi, kognitiivinen joustavuus, aktiiviset elämännhallintataidot, fyysinen terveys, sosiaalinen tukiverkosto sekä henkilökohtainen moraalinen kompassi. Näihin kuuteen resilienssitekijään liittyvät asiat ovat kognitiivisia, käytöksellisiä tai kokemuksellisia. (Iacoviello & Charney, 2014.)

Kuvion 2 osoittamien kuuden eri resilienssitekijän sekä niihin liittyvien varhaiskasvatuksellisten asioiden pohjalta lähdetään hankkimaan teoreettisen viitekehyksen aineistoa. Lapsen resilienssiin vaikuttavia tekijöitä ovat esim. lapsen temperamentti ja aikuisen lapseen kohdistama vuorovaikutustyyli (Poijula, 2016, 162-163). Teoreettisen viitekehyksen aineisto on kerätty suurimmaksi osaksi Iacoviellon ja Charneyn resilienssitekijöihin liittyvästä tutkimuksesta (Iacoviello & Charney, 2014) sekä McCartneyn ja Phillipsin varhaislapsuuden tarpeita vastaavasta resilienssikirjasta (McCartney & Phillips, 2006, 2008).



Kuvio 2. Lapsen resilienssiin liittyvät ja opinnäytetyöhön mukaan otettavat resilienssin osa-alueet

### 2.3 Haastattelu tutkimusmenetelmänä

Haastattelut toteutetaan varhaiskasvatuksen työntekijöiden kanssa kvalitatiiviseen eli laadulliseen tutkimusasetelmaan perustuen. Laadullisella eli kvalitatiivisella tutkimuksella tarkoitetaan kokonaista joukkoa erilaisia tulkinnallisia tutkimuskäytäntöjä. Kvalitatiivista tutkimusta on vaikea määritellä selvästi, koska sillä ei ole teoriaa eikä paradigmaa, joka olisi vain sen omaa. Laadullinen tutkimusprosessi on pitkälti tutkijan omaan intuitioon, tulkintaan, järjeilykykyyn, yhdistämis- ja luokittamisvalmiuksiin perustuvaa. Tämän takia samanlaisesta aineistosta voidaan tehdä monia erilaisia päätelmiä, jopa toisiinsa nähden ristiriitaisia. Kvalitatiivinen tutkimus on pyrittävä esittämään yleisesti hyväksyttävien tapojen mukaisesti niin, että johtopäätökset ovat replikoitavissa toisten tutkijoiden toimesta. (Metsämuuronen, 2006, 82-83.)

Tutkimuksen tekemisen kannalta on hyvä tietää tutkimuksen peruskäsitteitä niiden merkityksen ja käyttökelpoisuuden kannalta. Näitä peruskäsitteitä ovat teoria, hypoteesi, metodologia ja metodi. Teoria on kokoelma esimerkiksi resilienssiä selittäviä käsitteitä ja se on käyttökelpoinen, kun se on käytännöllinen ja auttaa tutkimuksessa. Hypoteesien merkitys on se, että niiden avulla voidaan testata väitteitä. Hypoteesit ovat hyviä silloin, kun niiden avulla voidaan arvioida väitteiden paikkansapitävyyttä. Metodologia on yleinen lähestymistapa tutkia tutkimusaihetta. Metodologia on käyttökelpoista, kun se on käytännön tutkimusta palvelevaa. Metodi on erityinen tutkimustekniikka, joka on käytännöllinen silloin, kun se kykenee yhdistämään teorian, hypoteesit ja metodologian. (Metsämuuronen, 2006, 83.)

Laadullinen tutkimus soveltuu hyvin tilanteisiin, joissa pyritään ymmärtämään ilmiötä (Kananen, 2015, 70). Laadullinen tutkimusote soveltuu erityisen hyvin tutkimukseen silloin, kun ollaan kiinnostuneita tapahtumien yksityiskohtaisista rakenteista ja tiettyissä tapahtumissa mukana olleiden yksittäisten toimijoiden merkitysrakenteista. Laadullinen tutkimusote soveltuu myös tutkimukseen, jossa halutaan tutkia luonnollisia tilanteita, joita ei voida järjestää kokeeksi tai joissa ei voida kontrolloida läheskään kaikkia vaikuttavia tekijöitä sekä tutkimukseen, jossa halutaan saada tietoa tiettyihin tapauksiin liittyvistä syy-seuraussuhteista, joita ei voida tutkia kokeen avulla. (Metsämuuronen, 2006, 88.) Laadullinen tutkimus ohjaa tutkimusotteen valintaa

tutkimusongelmalähtöiseksi. Pääsääntö on, että mitä vähemmän ilmiöstä tiedetään, sitä todennäköisimmin kysymykseen tulee ainoastaan laadullinen tutkimus. (Kananen, 2015, 70.)

Kvalitatiivinen tutkimus soveltuu parhaiten tilanteisiin, joissa ilmiöstä ei ole tietoa, teorioita ja tutkimusta. Se soveltuu tilanteisiin, joissa ilmiöstä halutaan saada syvällinen näkemys ja hyvä kuvaus. (Kananen, 2015, 70-71.) Keskeiset kvalitatiivisessa metodologiassa käytettävät tutkimusmenetelmät ovat havainnoiminen, tekstianalyysi, haastattelu ja litterointi. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa havainnointi on perustavaa laatua oleva tekniikka toisen kulttuurin ymmärtämisessä. Tekstianalyysia käytetään siten, että pyritään ymmärtämään kulttuurin jäsenten käyttämiä kategorioita. Haastattelu on enemmän tai vähemmän avointen kysymysten esittämistä valituille yksilöille tai ryhmille. Litterointia käytetään sen ymmärtämiseen, kuinka tutkimukseen osallistujat organisoivat puheensa tai kirjoituksensa. (Metsämuuronen, 2006, 88.)

Tämän opinnäytetyön aineisto kerätään fenomenologisen tutkimusstrategian avulla, joka tarkoittaa käytännössä ilmiön ja välittömien kokemusten tutkimista (Smith, 2013). Fenomenologisen tutkimusstrategian päätavoitteena on saada esille tutkittavan välitön kokemus. Fenomenologinen tutkimusmenetelmä on laadullinen, jonka takia aineisto kannattaa hankkia niin, että tutkija vaikuttaisi mahdollisimman vähän kokemuksiin, joita tutkittavat tuovat esille. Sen lisäksi pitää ottaa huomioon kysymysten laatu. Niiden tulisi olla mahdollisimman avoimia ja strukturoimattomia. (Metsämuuronen, 2006, 170.)

Aineiston keräämiseen käytetään avointa haastattelulomaketta, jossa asioista keskustellaan teemahaastattelun muodossa ryhmähaastatteluna. Teemahaastattelussa edetään yhden teeman osalta yleisistä yhä yksityiskohtaisempiin kysymyksiin (Kananen, 2015, 151). Haastateltavien määrä vaihtelee fenomenologisessa tutkimuksessa ja haastateltavien määrä voi koostua kuudesta aina useaan kymmeneen (Metsämuuronen, 2006, 171). Tämän opinnäytetyön tavoitteena on saada kerättyä aineistoa viideltä tai useammalta haastatteluryhmältä.

### 3 RESILIIENSSI

#### 3.1 Mitä on resilienssi?

Englannin arkikielessä sana ”resilience” tarkoittaa vaikeuksista takaisin ponnahtamisen kykyä. Suomessa resilienssille ei ole vakiintunut tiettyä yksittäistä sanaa sitä kuvaamaan, mutta sitä kutsutaan muun muassa joustavuudeksi, pärjäävyydeksi, lannistamattomuudeksi, selviytymis-, muutos- ja palautumiskykyisyydeksi, sisuksi, sitkeydeksi, sinnikkyudeksi, murtumisen vastustuskyvyksi sekä kriisikestävyudeksi. (Poijula, 2018, 16.) Muita avainsanoja resilienssin määrittelemisessä ja mittaamisessa ovat: kyky säilyttää vakaus, sopeutuminen, toipuminen ja kehittyminen (Hedrenius & Johansson, 2013, 156). Resilienssiä voidaan käsitteenä kuvata monella erilaisella tavalla, mutta yhtenäistä kuvauksissa on se, että resilientti yksilö reagoi positiivisesti epäonnistumiseen tai vastoinkäymiseen. Resilienssin voidaan ajatella olevan myös osa periksiantamattomuuden (grit) käsitettä, sillä periksiantamaton yksilö omaa resilienssiä vastoinkäymisten kohdalla. Nämä sanat ovat siis keskenään liitoksissa. (Perkins-Gough, 2013, 1.)

Resilienssi-käsitettä käytetään kuvattaessa niin yksilöitä, perheitä, organisaatioita kuin yhteisöjä. Yksilöiden ja perheiden resilienssi ilmenee vaikeissa elämäntapahtumissa tai elämänvaiheissa, jotka aiheuttavat voimakasta stressiä ja vaativat sopeutumaan. Tutkijat määrittelevät resilienssin eri tavoilla joko tietyiksi ominaisuuksiksi ja piirteiksi, mukautuvan temperamentin ilmentymäksi, lopputulokseksi tai prosessiksi. Vaikka fysiologia ja genetiikka ovat tärkeä osa resilienssiä, on näyttöä siitä, että ihmiset voivat oppia resilienteiksi kehittämällä ominaisuuksiaan, jotka helpottavat stressistä selviytymistä, sopeutumista ja toipumista. (Poijula, 2018, 17.)

Resilienttien yksilöiden ja ryhmien erityispiirre on päättäväisyys hallita omaa kohtaloaan myös olosuhteissa, joita he eivät voi hallita. Resilienteille ihmisille on ominaista myös kyky nähdä tai luoda merkitys vastoinkäymiselle tai kärsimykselle. Tämä mahdollistaa etenemisen ja suunnittelun kohti ennakoitua parempaa tulevaisuutta. Resilientit yksilöt keksivät tapoja nähdä epäonnensa ymmärrettävällä tavalla, mikä suojelee vaikeuksien kokemisesta ylivoimaisina. Omistautuminen ja jatkuva

osallistuminen parantavat kykyä nähdä nykyhetken kärsimys ja vastoinkäymiset osana ihmisen elämäkokemusta. Merkityksen löytäminen ja yhteiset uskomukset auttavat yksilöä ja perhettä kohtaamaan kriisin haasteena, josta voi selviytyä ja jolla on merkitys. (Pojula, 2018, 17.)

Resilienssi-käsitettä käytetään eri tieteissä ja yhteyksissä, mutta sen määrittämisen ydintekijät ovat kussakin niissä omanlaisensa. Esimerkiksi kehityspsykologiassa se määritellään merkittävään vastoinkäymiseen sopeutumiseksi, jopa kasvuksi reaktion stressiin. Resilienssi voidaan määritellä myös vastustuskykyisyytenä riskitekijöille, jotka uhkaavat psykososiaalista hyvinvointia. Huomattavaa on myös se, että resilienssi on suhteellista, ei absoluuttista. Verrattuna toisiinsa saman vastoinkäymisen kokeneisiin ihmisiin resilienssi henkilö selviytyy paremmin. Resilienssi selviytyminen tulee esille vasta riskin tai vastoinkäymisen kohdatessa ihmisen. Resilienssi voidaan tästä näkökulmasta määritellä normaaliksi kehitykseksi vaikeissa olosuhteissa. (Pojula, 2018, 18-19.)

### 3.2 Resilienssiin vaikuttavat ominaisuudet

Ihmisen resilienssi on monitahoinen asia. On vaikea erottaa yhtä tekijää, jonka vaikutus resilienssiin olisi olennainen, vaikka sosiaalinen tuki nouseekin esiin erityisen tärkeänä. Sen sijaan on viitteitä siitä, että resilienssi on useiden tekijöiden summa: geneettisten, psykologisten, biologisten, sosiaalisten ja henkisten tekijöiden. (Hedrenius & Johansson, 2013, 156-157.) Resilienssi on siis yksilön ja hänen ympäristönsä välisen vuorovaikutuksen lopputulos. Siihen voivat vaikuttaa yksilölliset (esimerkiksi optimisti) ja ympäristön resurssit. Resilienssi on siten siis muovautuva ja sitä voidaan parantaa interventioilla. (Pojula, 2018, 225.)

Yksilön ominaisuuksista häiriökehitykseltä suojaavia ovat riittävä älykkyys, tunteiden säätelykyky, myönteinen minäkäsitys, usko oman tilanteen turvallisuuteen ja oikeudenmukaisuuteen sekä motivaatio toimia tehokkaasti omassa ympäristössä. Selviytyvyyden kannalta keskeisimpinä psykologisina tekijöinä pidetään minän vahvuutta, sosiaalista kyvykkyyttä, ongelmanratkaisukykyä ja yhteyden kokemisen tunnetta. (Pojula, 2016, 161.) Resilienssitekijöitä ovat lisäksi mm. ulospäinsuuntautuneisuus, hyvä

itseluottamus, usko omaan selviytymis- ja vastuunottokykyyn, itsenäisyys, huumorintaju, oivaltavuus sekä realismi ja joustavuus (Poijula, 2016, 163).

Yksilön resilienssiin vaikuttavista ominaisuuksista synnynnäinen on temperamentti. Temperamentilla tarkoitetaan ihmisten välisiä synnynnäisiä, ajasta ja tilanteesta riippumattomia pysyviä eroja käyttäytymisessä ja reaktioissa. Temperamenttiero ovat biologisia ja perustuvat eroihin aivojen toiminnassa, fysiologisissa reaktioissa ja sisäerityksessä. Temperamenttipiirteisiin kuuluvat mielialat kuten ärtyisyys ja taipumus kielteisiin tunteisiin. Temperamenttiin liittyy perinnöllinen valmius reagoida uudessa tilanteessa tai uusia ihmisiä kohdattaessa joko lähestymällä aktiivisesti ja uteliaana tai vetäytymällä ja välttämällä tilanne. Temperamentti määrää kaikkeen uuteen suhtautumista ja muutoksiin sopeutumista ja vaikuttaa siten stressinsietokykyyn. Näin se on myös osa elämäntilannetta. (Poijula, 2016, 163.)

### 3.3 Suojaavien tekijöiden vaikutus resilienssiin

On totta, että monet toipuvat järkyttävistä tapahtumista, mutta totta on myös, että kyseinen kokemus ja sitä seuraavat reaktiot vaikuttavat elämään huomattavan pitkään. On joukko tekijöitä, jotka vaikeuttavat toipumista ja tekevät ihmisistä erityisen haavoittuvia. Yksi näistä riskitekijöistä on esimerkiksi köyhyys, jonka on todettu olevan yhteydessä lapsen alentuneeseen terveydentilaan, akateemisiin vaikeuksiin ja sosiaalis-emotionaalisiin ongelmiin (McCartney & Phillips, 2006, 2008). Riskitekijät ja suojaavat tekijät muodostuvat biologisista tekijöistä, asenteista, kyvyistä ja käyttäytymistavoista tai tilanteista, jotka vaikuttavat vaikeuksien ja ongelmallisen käyttäytymisen todennäköisyyteen. Niitä voi kuvata yksilön, lähiympäristön ja yhteiskunnan tasolla. (Hedrenius & Johansson, 2013, 164.)

Lapsen resilienssin kehittyminen on monen eri osatekijän summa. Lapsen kehitystä suojaavia resilienssitekijöitä on muun muassa läheinen suhde päteviin huoltajiin ja muihin välittäviin aikuisiin, vanhemman resilienssi sekä vanhemman käyttämät positiiviset vanhemmuustaidot. Resilienssitekijöihin kuuluvat myös tarkoituksen tunteen tunnistaminen ja viljely, yksilölliset kehitykselliset pätevyudet (esimerkiksi

toimijuus), lasten sosiaalinen ja emotionaalinen terveys sekä hyvät sosiaaliset yhteydet. (Poijula, 2018, 100.)

Monet näistä tekijöistä ovat yhteydessä aikuisten käyttämiin kasvatusta- ja vuorovaikutustyyliin. Esimerkiksi vanhempiin liittyviä kielteisesti vaikuttavia tekijöitä ovat joko liiallinen auktoritaarisuus tai sallivuus, joka vaikuttaa haitallisesti lapsen sosiaaliseen kehitykseen (Poijula, 2016, 174). Tukea antavat ihmissuhteet parantavat yksilön resilienssiä. Lapselle tärkein myönteinen vaikutus on läheisellä, huoltapitävällä ihmissuhteella tärkeään aikuiseen, joka uskoo lapseen, johon lapsi voi samaistua, joka toimii lapsen puolestapuhujana ja jolta lapsi saa voimaa voittaa vastoinkäymiset. Muun muassa Emmy Wernerin pitkittäistutkimuksessa on todettu, että kaikilla resilienteillä lapsilla oli elämässään vähintään yksi henkilö, jolta he saivat ehdotonta hyväksyntää huolimatta siitä, millaisia he olivat temperamentiltaan, fyysiseltä viehättävyydeltään tai älykkyydeltään. Lapset tiesivät, että heillä oli ihminen, johon voi luottaa ja jonka puoleen he voivat kääntyä, joka hoiti sekä kannusti ponnistelussa, pätevyyden tunteessa ja itsearvostuksessa. (Poijula, 2018, 114.) Jos lapsi esimerkiksi ei saa läheisiltään ymmärrystä ja tukea, hän voi oppia kokemuksesta, että järkyttävistä tapahtumista puhuminen ja niiden ajattelemisen ei ole hyväksi. Kriiseistä selviytymisessä välttely voi olla tehokas selviytymiskeino lyhyellä aikavälillä, mutta pidempään jatkuvana siihen liittyy häiriökehityksen riski. (Poijula, 2016, 160-161.)

Resilienssin kehittämiseen lapsen tulee saada vanhemmiltaan suojelua, mahdollisuuden kiintyä turvallisesti ja uskalluksen tutkia ympäristöään, kehittää fysiologista ja tunteiden säätelykykyä sekä itsehallintaa. Lapsen pitää saada myös oppia ja leikkiä. Empaattinen vastavuoroisuus, herkkyys ja jakaminen auttavat lasta oppimaan tunteiden säätelyä. Vanhemman tulee myös tarjota järjestynyt rakenne vastaamalla lapsen tarpeisiin, mikä mahdollistaa fysiologisen säätelyn kehittymisen. Kasvatustyyliiltään ihanteelliset vanhemmat osoittavat myönteisiä tunteita lastaan kohtaan, tukevat ja auttavat, mutta myös valvovat lastensa käyttäytymistä ja huolehtivat, että rajojen rikkomisen seuraukset ovat johdonmukaiset. (Poijula, 2016, 157-158.)

Joillekin lapsille pettymysten kestäminen ja selviytyminen pienistäkin vastoinkäymisistä on vaikeaa. Selviytymisessä auttavaksi tekijäksi on paljastunut resilienssi. Se tarkoittaa yksilön joustavuutta ja kykyä palautua voimakkaan tai pitkän puute- tai



stressijakson jälkeen. Positiivisen psykologian edustajat ovat jo pitkään tuoneet esille, että ennalta ehkäiseviin ja resilienttiä ajattelutapaa ja hyvinvointia luoviin kysymyksiin puuttuminen edellyttää häiriö- ja diagnostiikkakeskeisyydestä luopumista. Häiriö- ja diagnostiikkakeskeisyydestä pitäisi siirtyä kohti niiden tekijöiden tunnistamista ja vahvistamista, jotka auttavat kestämaan, palautumaan ja selviytymään vaikeista elämäntapahtumista ja -vaiheista. (Pojjula, 2016, 158-159.)

## 4 RESILIENSSIOMINAISUUDET

### 4.1 Sosiaalinen tukiverkosto

Sosiaalinen tuki voidaan resilienssin tavoin määritellä monella eri tavalla. Sosiaalinen tuki voidaan määritellä esimerkiksi sosiaalisen verkoston tarjoamana psykologisena ja materiaalisena tukena, jonka avulla yksilö kykenee hallitsemaan stressiä paremmin. Se voidaan määritellä myös koettuna tunteena ihmisistä läheisyydessä, jotka ovat valmiita auttamaan stressaavissa tilanteissa. (Southwick, Sippel & Krystal, 2016.)

On vaikea erottaa yhtä yksittäistä tekijää, jonka vaikutus resilienssiin olisi olennainen, sillä se on useiden tekijöiden summa. Resilienssiin vaikuttaa niin geneettiset, psykologiset, biologiset, sosiaaliset kuin henkiset tekijät. Yksittäisistä tekijöistä kuitenkin sosiaalinen tuki on nostettu esiin erityisen tärkeänä. (Hedrenius & Johansson, 2013, 157.) Harvat kykenevät selviämään yksin, joka on todettu myös resilienttien yksilöiden haastattelujen kautta, joissa he tiedostavat sosiaalisen tuen arvokkuuden ja läheisten ihmissuhteiden vaikutuksen henkiseen kestävyYTEEN (Iacoviello & Charney, 2014).

Sosiaalinen tuki on yhteydessä resilienssiin monien eri psykologisten ja käytöksellisten mekanismien, kuten motivaation adaptoida terveyttä lisäävää ja riskejä vähentävää käytöstä, tunteen tulla ymmärretyksi, kehittyneen hallinnantunteen, lisääntyneen itsetunnon, elämäntaitojen käyttämisen sekä sosiaalisen vaikuttavuuden ja vertailun kautta. (Southwick, Sippel & Krystal, 2016.)

Psykologinen resilienssi kehittyy ympäristössä, jossa lapsuuden aikana lapselle osoitetaan rakkautta, emotionaalista herkkyyttä, johdonmukaisuutta ja luotettavuutta. Sosiaaliset ja ympäristölliset tekijät voivat mahdollistaa lapsen resilienssin kehittymisen haasteiden ja stressaavien tilanteiden edessä. Oikeanlainen kasvu-ympäristö auttaa kehittämään lapsen yksilöllisiä resilienssiin vaikuttavia ominaisuuksia, kuten tunteiden säätelykykyä ja ongelmanratkaisukykyä. Oikeanlainen kasvu-ympäristö edistää myös lapsen turvallista kiintymistä, ystävyys-suhteiden ylläpitämistä ja omatoimisuutta. (Southwick, Sippel & Krystal, 2016.)

Yksi tehokkaimmista keinoista kehittää lapsen resilienssiä on keskittyä vanhempien hyvinvointiin sekä kasvatus- ja ohjaustaitoihin. Monet tutkimukset ovat osoittaneet, että opettamalla lapsen vanhempia ymmärtämään paremmin heidän omaa sekä lapsen emotionaalista tilaa ja omia psyykkisiä tarpeita, lapsi edistää paremmin turvallista kiintymistään. (Southwick, Sippel & Krystal, 2016.) Esimerkiksi itsehallintaa harjoittaessaan lapsi tarvitsee aikuisen tukea. Lapset oppivat selviämään tavallisista pelottavista ja vaikeista tilanteista vanhempien tarjoaman suojelun avulla. (Poijula, 2016, 162.) Itsehallinta, ts. itsesäätelytaito on tärkeä sosiaalis-emotionaalinen taito, joka mahdollistaa lapsen kyvyn säädellä omia tunteitaan ja niiden pohjalta kumpuavaa käytöstään. Ilman kykyä säädellä omia tunteitaan ja kykyä hyväksyä omia tunnekokemuksiaan lapsi ei voi olla rakentavalla tavalla osana sosiaalista kanssakäymistä. Itsesäätelytaitojen kehittyessä lapselle aukenee mahdollisuus olla vuorovaikutuksessa muiden kanssa myös silloin, kun hän kokee voimakkaita tunnekokemuksia. (Ahonen, 2015, 32-33.)

Yhteisöstä lähtöisin oleva sosiaalinen tuki voi myös kehittää yksilön resilienssiä. Ympäristö, joka antaa mahdollisuuden mm. kaverisuhteiden muodostamiseen ja ylläpitämiseen sekä vuorovaikutustilanteiden harjoittamiseen, on yksi resilienssiä kehittävästä tekijöistä. Resilienssiin liitoksissa olevat sosiaaliset ja ympäristölliset tekijät vaikuttavat myös lapsen kykyyn kehittää itsesäätelytaitoja, ongelmanratkaisukykyä sekä positiivista kuvaa minän pystyvyydestä. (Southwick, Sippel & Krystal, 2016.)

## 4.2 Elämönhallintataidot

Elämönhallintataitojen päällimmäisenä tarkoituksena on auttaa ihmistä selviämään stressaavissa olosuhteissa sekä säätelemään tunteita, jotka ovat seurausta stressaavasta tilanteesta. Elämönhallintataitoihin sisältyy sekä ongelma- että tunnekeskeisiä osa-alueita. Ongelmakeskeisiin osa-alueisiin kuuluu selviytyvyys kohtaamistilanteessa, sosiaalisen tuen etsiminen ja ongelmanratkaisukyky. Tunnekeskeisiin osa-alueisiin kuuluu itsehillintä, sosiaalisen tuen etsiminen, vetäytyminen, positiivinen näkökulma, vastuun hyväksyminen sekä vältteleminen. Elämönhallintataidoilla on siis kaksi päätarkoitusta: niiden avulla ihminen on kykeneväinen kohtaamaan ja hallitsemaan ongelman, joka aiheuttaa ahdistusta sekä säätelemään omaa tunnetilaansa stressaavien tilanteiden läheisyydessä. (Mohamed & Baqutayan, 2015, 482.)

Resilientit yksilöt käyttävät aktiivisia, eivätkä passiivisia elämönhallintataitoja. Toisin sanoen, he toimivat ja tekevät itsestään resilienttejä yksilöitä. Resilienssiä edistävät aktiiviset elämönhallintataidot ovat sekä kognitiivisia että käytöksellisiä. Kognitiivinen osa-alue sisältää yksilön tietoiset ajatukset tilanteissa, joissa on tarkoitus aktiivisesti minimoida uhkakuvien pohtimista, jotta pelko ei ottaisi valtaa. Samanaikaisesti, yritykset luoda positiivinen kuva itsestä ja omasta tilanteesta sekä aktiivinen avun etsintä ovat osa käytöksellistä ja toiminnallista osa-aluetta. (Iacoviello & Charney, 2014.)

Lapsen elämönhallintataitojen kannalta on tärkeää kehittää jo edellä mainittuja lapsen itsesäätelytaitoja, sillä ne ovat merkittävä sosiaalis-emotionaalinen taito. Itsesäätelytaitojen avulla lapsi kykenee säätelemään omia tunteitaan ja niiden pohjalta kumpuaavaa käyttäytymistään. Ilman kykyä säädellä omia tunteitaan ja kykyä hyväksyä omia tunnekokemuksiaan lapsi ei voi olla rakentavalla tavalla osana sosiaalista kanssakäymistä. Itsesäätelytaitojen kehittyessä lapselle aukenee mahdollisuus olla vuorovaikutuksessa muiden kanssa myös silloin, kun hän kokee voimakkaita tunnekokemuksia. Itsesäätelytaitoihin kuuluu näin ollen myös kyky ymmärtää, millainen käyttäytyminen on soveliasta ja tarkoituksenmukaista kussakin tilanteessa. Itsesäätelytaitojen kautta mahdollistuvat myös monet arkiset asiat kuten kyky keskittyä ja suoriutua annetuista tehtävistä, kyky ratkaista ongelmia ja kyky keskustella tunteista ja niiden yhteydestä

omaan käyttäytymiseen. Kyky tunnistaa omia tunteitaan on ratkaisevan tärkeää suhteessa sosiaalisiin suhteisiin. (Ahonen, 2015, 32-33.)

Omien tunteiden tunnistamisen lisäksi on huomioitava lapsen empatiakyky kanssaihmissä kohtaan, sillä se on merkittävä tunnetaito. Empaattiset lapset ovat sensitiivisempiä ja ymmärtävät syvällisemmin niin omaa kuin muidenkin käyttäytymistä verrattuna vähemmän empaattisiin lapsiin. Empatian avulla lapsi voi pärjätä menestyksekkäästi sosiaalisissa suhteissaan ja sitä voi oppia ja opettaa siinä missä muitakin sosiaalisia taitoja. Varhaisimmat oppimiskokemukset empatian saralla lapsi kokee kotonaan. Myöhemmin mukaan astuu ympäröivä maailma vertaisryhmineen ja television välittämien malleineen. Aikuisen tuki on hyvin suuressa roolissa lapsen sosiaalis-emotionaalisten taitojen kehittämisessä. Aikuinen voi omalla käyttäytymisellään mallintaa lapselle, että kaikenlaiset tunteet ovat hyviä ja sallittuja, joskaan niitä ei saa kohdistaa haitallisesti muihin. Aikuisen on oltava riittävän tasapainoinen kohtaamaan lapsen kovimmatkin tunteenpuuskat empatian kautta, ei nöyryyttämällä lasta liiallisella ankaruudella. Jos aikuinen ei esimerkiksi kiinnitä huomiota lapsen itkuun, lapsi oppii, ettei häntä auteta emotionaalisen hädän hetkellä. (Ahonen, 2015, 34.)

Lapsen tunnekehityksen ja itsesäätelytaitojen taustalla vaikuttavat lapsen temperamentti-aiheet (Ahonen, 2015, 33). Temperamentti määrää kaikkeen uuteen suhtautumista ja sopeutumista ja vaikuttaa siten stressinsietokykyyn. Näin se on myös osa elämänhallintaa. (Pojula, 2016, 163.) Temperamentti toimii viitekehityksenä persoonallisuudelle, jonka kautta havaittavat yksilölliset erot ovat perinnöllisiä (McCartney & Phillips, 2006, 2008, 2000). Temperamentti ei kuitenkaan ole yhtä kuin ihmisen persoonallisuus, vaan pikemminkin tapa käyttäytyä. Temperamentti ei ole vain yksittäinen persoonallisuuden piirre, vaan sillä tarkoitetaan laajemmalla tavalla joukkoa erilaisia piirteitä, jotka pohjautuvat keskushermoston toimintaan. (Ahonen, 2015, 33.)

Temperamenttityypit voidaan jakaa kolmeen ryhmään: vaikeaan, hitaasti lämpenevään ja helppoon temperamenttityyppiin. Lapsi, jolla on vaikea temperamenttityyppi, protestoi usein kaikkea uutta voimakkaasti. Hitaasti lämpenevää temperamenttityyppiä edustava lapsi tarvitsee paljon aikaa sopeutuakseen uusiin asioihin, kun taas helpon temperamenttityypin lapsi suhtautuu uusiin asioihin pääasiassa myönteisesti. Vaikeaa temperamenttia edustava lapsi ei kuitenkaan ole synonyymi vaikealle lapselle ja vain

harvat yksilöt ilmentävät puhtaasti yhtä tiettyä temperamenttityyppiä. Intensiivisesti ja kovaäänisesti itseään ilmaiseva lapsi mielletään kuitenkin usein haastavammaksi kuin helposti kaikkeen uuteen sopeutuva lapsi. Huomioitavana asiana on siis konteksti, jonka kautta lapsen tunteita käsitellään. On painotettava ympäristön ja lapsen temperamentin yhteensopivuutta, sillä ne ovat jatkuvassa vuorovaikutuksessa keskenään. Lapsi reagoi yksilöllisistä piirteistään käsin ympäristöön, mutta samalla tavalla ympäristö reagoi yksilöllisesti lapseen. (Ahonen, 2015, 33-34.)

Sosiaalis-emotionaalinen tuen tarve saattaa ilmetä hyvin eri tavoin. Haasteet itsesäätelytaidoissa voivat ilmentyä ympäristön näkökulmasta ongelmallisena käyttäytymisenä. Näiden kehityksellisten pulmien takana saattaa näyttäytyä itsesäätelyn ali- tai ylisäätelyä. Alisäätelyssä lapsen on vaikeaa hallita tunteidensa intensiivisyyttä ja hän saattaa esimerkiksi käyttäytyä aggressiivisesti, uhmakkaasti tai impulsiivisesti. Ylisäätelyssä lapsi puolestaan voi käyttäytyä vetäytyvästi. Toisille lapsille hankalien tunteiden, kuten esimerkiksi vihan ja pettymyksen, sietäminen voi olla hyvin haastavaa. Lapsi saattaa tulistua hyvin nopeasti eikä tällöin kykene säätelemään yllättäen puhjennutta voimakasta tunnettaan. Toiselle lapselle taas tunteesta ylipääseminen saattaa olla vaikeaa ja rauhoittuminen intensiivisen tunnereaktion jälkeen vie paljon aikaa. Paljon haastetta tunteiden ja käyttäytymisen säätelylle tuovatkin erityisesti hankalina pidetyt tunteet, kuten viha, pettymys ja suru. (Ahonen, 2015, 36.)

#### 4.3 Kognitiivinen joustavuus

Kognitiivinen joustavuus viittaa yksilön kykyyn uudelleenmuodostaa näkökulmaansa ja kokemustaan traumaattisen tapahtuman osalta. Uudelleenmuodostaminen voi sisältää pyrkimyksen löytää positiivisia lopputuloksia ja merkityksiä kivuliaalle tapahtumille sekä näiden tapahtumien tiedostamisen. Traumaattista kokemusta voidaan arvostaa enemmän ja tapahtumille voidaan löytää positiivisia merkityksiä kognitiivisen joustavuuden avulla. (Iacoviello & Charney, 2014.)

Kognitiivinen joustavuus tarkoittaa myös kykyä siirtää huomiota ja kykyä keskittyä uudelleen erilaisesta tehtävästä toiseen siirryttäessä. Esimerkiksi uusien sääntöjen ja tehtävien luominen kesken toiminnon voi hankaloittaa lapsen tekemistä ohjeiden

mukaan lapsen iästä ja tasosta riippuen. (Perone, Almy & Zelazo, 2018.) Kognitiivinen joustavuus viittaa kykyymme muuntautua ja sopeutua erilaisten mentaalisten tehtävien ja strategioiden välillä. Kognitiivista joustavuutta tutkitaan usein tehtävävaihdos paradigmin eli tutkimalla ihmisten suorituskykyä heidän joutuessa vaihtamaan kahden tai useamman tehtävän välillä samanaikaisesti. (Archambeau & Gevers, 2018.) Varhaisessa lapsuudessa kyse on myös siitä, miten hyvin lapsi selviää vastoinkäymisistä ja ratkaisee konflikteja (Perone, Almy & Zelazo, 2018).

Ei ole uusi ajatus, että vaikeat elämäntapahtumat eivät saa aikaan yksinomaan kärsimystä, vaan myös haastavat ja kehittävät ihmistä. 1980-luvulla trauman jälkeistä kasvua alettiin tutkia omana alueenaan. 1990-luvulla esiin marssi positiivinen psykologia. Se merkitsi psykologian sisäistää paradigman muutosta: joillain alueilla siirryttiin tutkimaan vaikeuksien ja ongelmallisen käyttäytymisen sijaan sitä, mikä toimii, ja keskityttiin siihen, miten sitä voi vahvistaa. (Hedrenius & Johansson, 2013, 162.)

Trauman jälkeinen kasvu määritellään “myönteisen muutoksen kokemukseksi, joka on seurausta hyvin haastavien kriisien jälkeen käydystä kamppailusta”. Kun yhdysvaltalaiset tutkijat tarkastelivat mittavassa tutkimuksessa sitä, kuinka tyytyväisiä ihmiset ovat elämäänsä, he saivat aluksi hämmäntävänä pidetyn tuloksen: ihmiset, jotka olivat välttyneet vakavilta vastoinkäymisiltä, voivat keskimäärin huonommin kuin ne, jotka olivat kokeneet ainakin joitain koettelemuksia. Tutkimusta tehtiin useiden vuosien ajan ja sen tulos osoitti, että kahdesta viiteen vastoinkäymistä kohdanneet ihmiset kokivat elämänsä parhaaksi. Ne, jotka eivät ilmoittaneet kohdanneensa vaikeita koettelemuksia, olivat tyytymättömämpiä, samoin ne, jotka olivat kokeneet elämässään useampia vastoinkäymisiä. Tutkijoiden päätelmä oli, että tietty määrä kielteisiä kokemuksia tuottaa henkistä kestävyyttä. Se, jolla on ollut vastoinkäymisiä, osaa paremmin arvostaa elämän hyviä asioita ja sivuuttaa ikävyydet. (Hedrenius & Johansson, 2013, 162-163.)

#### 4.4 Optimismi

Yksilön resilienssin tasoon traumaattisen tapahtuman kohdalla vaikuttaa yhtenä tekijänä optimismi. Optimististen näkemysten ylläpitäminen tulevaisuuden suhteen

kärsimyksen ollessa läsnä auttaa yksilöä kestämään kärsimyksen ja pysymään suorituskykyisenä. (Iacoviello & Charney, 2014.) Optimismi viittaa yksilön kokemaan positiiviseen näkymään ja suotuisiin odotuksiin omasta tulevaisuudesta. Korkean optimismin määrän on todettu korreloivan mm. yksilön kokeman hyvinvoinnin kanssa hetkinä, jolloin yksilö käy läpi vastoinkäymisiä. (Carver, Scheier & Segerstrom, 2010.)

Monet persoonallisuuspiirteet ovat vahvasti perinnöllisiä, kuten ulospäinsuuntautuneisuus ja taipumuksellinen optimismi. Ulospäinsuuntautuneisuus ja taipumuksellinen optimismi ovat myös yhteydessä yksilön kykyyn etsiä ja hyödyntää sosiaalista tukea. (Southwick, Sippel & Krystal, 2016.) Optimismia voidaan kehittää muuttamalla yksilön perususkomuksia ja odotuksia tulevaisuuden suhteen positiiviseen suuntaan. Kyseistä kehitystyötä voidaan toteuttaa psykoterapeuttisten lähestymistapojen ja teknikoiden avulla. (Iacoviello & Charney, 2014.) Käytännössä tämä voi tarkoittaa vuorovaikutusta, jossa otetaan huomioon lapsen kognitiivinen, käytöksellinen ja emotionaalinen tila sekä sosiaaliset strategiat muutokselle. Terapeuttisessa lähestymisessä on tärkeää huomioida kaikkien edellä esitettyjen osa-alueiden yhteensopivuus ja toimivuus isossa sosiaalisessa ympäristössä. (Kendall, 2012, 7.)

Lasten kanssa keskustellessa voidaan käyttää jonkinlaista kognitiivisen uudelleenmuodostamisen mallia, jonka avulla käydään läpi negatiivisina koettuja tapahtumia. Tilanteet voidaan käydä läpi tietyssä järjestyksessä erilaisten vaiheiden kautta. Tärkeää on aktivoida tapahtuma mielessä, sitten keskustella uskomuksista tapahtuman ympärillä (näkemys itsestä ja ympäristöstä), jonka jälkeen voidaan käydä läpi tapahtuman seurauksia, koettuja tunteista ja liioitteluun perustuvia ajatuksia. Tarkoituksena on saada selville totuudenmukainen kuva tapahtumista, itsestä ja ympäristöstä. (Kendall, 2012, 246-247.)

#### 4.5 Henkilökohtainen moraalinen kompassi

Henkilökohtainen moraalinen kompassi koostuu yksilön adaptiivisista positiivisista uskomuksista, altruistisesta käytöksestä sekä elämän tarkoituksellisuudesta. Henkilökohtainen moraalinen kompassi tarkoittaa käytännössä sitä, että yksilö kehittää ja ylläpitää itseensä kohdistuvia positiivisia perususkomuksia ja omaa rooliaan

ympäröivässä maailmassa. Positiiviset perususkomukset näkyvät myös yksilön käytöksessä. Altruistinen käytös ruokkii positiivisia perususkomuksia ja päinvastoin. Tämän takia altruismi on tärkeä käytöksellinen tekijä kehittäessä yksilön moraalista kompassia. Altruismi on myös vahvasti liitoksissa lapsen resilienssiin. Altruistisuutta, yhteisöllisyyttä tai yhteenkuuluvuudentunnetta lisäävä käytös voi myös lisätä tunnetta elämän merkityksellisyyttä ja tarkoitusta kohtaan. Toisin sanoen, yksilö kokee elämän merkityksellisempänä altruistisen käytöksen seurauksena. (Iacoviello & Charney, 2014.)

Positiivisia perususkomuksia voidaan tarkastella sekä itseensä että muihin ihmisiin liittyvien. Esimerkkeinä positiivista perususkomuksista ovat: ”minä olen lahjakas” tai ”muut ihmiset ovat hyväksyviä”. Vastavuoroisesti negatiivisina perususkomuksina voidaan pitää: ”minua ei rakasteta” tai ”ihmiset ovat vihamielisiä”. (Otani, Suzuki, Matsumoto & Shirata, 2017.) Altruistinen käytös voi tarkoittaa mm. yksilön osoittamaa yhteistyötappaa, joka on hyödyksi muille, mutta haitaksi itselle (Crespi, 2001).

#### 4.6 Fyysinen terveys

Fyysisen terveyden, aktiivisuuden ja harjoittelun on todettu olevan yksi resilienssiin vaikuttava tekijä. Kun yksilö pitää huolta hyvinvoinnistaan fyysisen aktiivisuuden avulla traumaattisen tapahtuman läheisyydessä, hän samalla mahdollisesti kehittää resilienssiään. Fyysinen harjoittelu kehittää fyysistä kovuutta, joka itsessään voi auttaa selviytymään vastoinkäymisestä. Fyysisellä aktiivisuudella on myös positiivisia vaikutuksia mielialaan ja itsetuntoon, jotka itsessään auttavat yksilöä esim. muodostamaan uusia sosiaalisia suhteita. (Iacoviello & Charney, 2014.) Fyysinen terveys on resilienssiin vaikuttava tekijä, sillä fyysisen aktiivisuuden kautta koheneva fyysinen kunto voi auttaa yksilöä saavuttamaan fysiologisia ja psykologisia etuja. Fyysinen terveys ja aktiivisuus on mm. suojaava tekijä stressaavissa tilanteissa sekä ehkäisevä tekijä kroonisten sairauksien kohdalla. (Deuster & Silverman, 2013, 24.)

Riittävä fyysinen aktiivisuus on tärkeää lapsen terveelle kasvulle, kehitykselle, oppimiselle ja hyvinvoinnille. Fyysisellä aktiivisuudella tarkoitetaan erilaisia ja kuormittavuudeltaan eritasoisia liikunnan tapoja, kuten leikkimistä sisällä ja ulkona, retkeilyä



sekä ohjattuja liikuntatuokioita. Ryhmässä liikkuminen kehittää lasten sosiaalisia taitoja, kuten vuorovaikutus- ja itsesääätelytaitoja. Fyysisen aktiivisuuden tulee olla luonteva osa lapsen päivää. (Opetushallitus, 2018, 48.) Fyysistä terveyttä voidaan siis kohentaa erityyppisten aktiviteettien kautta. Nämä aktiviteetit voivat olla luonteeltaan aerobista kuntoa kohentavaa, lihaksia voimistavia tai luustoa vahvistavia. Aerobista kuntoa voidaan edistää esimerkiksi juoksemalla ja lihaskuntoa kiipeilemällä. Luustoa voidaan taas vahvistaa esimerkiksi erilaisten hyppyjen avulla. (CDC, 2020.)

Varhaiskasvatuksen tehtävänä on kehittää lasten kehontuntemusta ja -hallintaa sekä motorisia perustaitoja, kuten tasapaino-, liikkumis- ja välineenkäsittelytaitoja. Liikkumisessa hyödynnetään eri aisteja sekä erilaisista materiaaleista valmistettuja, liikkumaan innostavia välineitä. Lasten liikkumisen tulee vaihdella luontevasti kestoaltaan, intensiteetiltään ja nopeudeltaan. Lasten tulee saada kokemuksia yksin, parin ja ryhmän kanssa liikkumisesta. Säännöllisellä ja ohjatulla liikunnalla on tärkeä merkitys lasten kokonaisvaltaiselle kehitykselle ja motoriselle oppimiselle. Tämän vuoksi lasten motoristen taitojen suunnitelmallinen havainnointi on tärkeää. Henkilöstön tulee suunnitella päivän rakenne, sisä- ja ulkoympäristö sekä toiminnan sisällöt niin, että lapset voivat monipuolisesti nauttia liikkumisesta eri tilanteissa. Liikuntavälineiden tulee olla lasten käytettävissä myös omaehtoisen liikunnan ja leikin aikana. (Opetushallitus, 2018, 48.)

## 5 AIKUISTEN KASVATUSTYYLIT JA VUOROVAIKUTUS

### 5.1 Aikuisten kasvatustyylit

Resilienssiin vaikuttavana tekijänä on aikuisen ja lapsen välinen vuorovaikutussuhde ja aikuisen käyttämä kasvatustyyli. Lapsen kohdistuvat ulkoiset tekijät, kuten lapsen kokemat ihmissuhteet ja aikuisen kasvatustyyli sekä ihmissuhteiden laatu vaikuttavat resilienssin kehittymiseen ja lapsen mentaaliseen terveyteen. Lapset, jotka saavat vanhemmiltaan paljon hyväksyntää, hellyyttä, tukea ja ohjausta, ovat lapsia, joiden resilienssi kehittyy positiiviseen suuntaan. (Zakeri, Jowkar & Razmjoe, 2010, 1067-1068.) Lapsen sosiaalis-emotionaalisten ongelmien, mieliala- ja käytöshäiriöiden

yhtenä syynä taas pidetään kasvatusta, joka perustuu kovuuteen, epäjohtonmukaisuuteen, etäisyyteen ja vihamielisyyteen. Tällaista epäsuotuisaa kasvatusta käyttävät yleensä vanhemmat, jotka ovat itse lapsuuden aikana kasvatettu samanlaisessa epäsuotuisassa kasvuympäristössä. (Lomanowska, Boivin et al., 2017.)

Perhettä koskevien tutkimusten yhtenä isoimpana tutkimuskohteena on ollut vanhempien käyttämät kasvatustyyli. Kasvatustyyli voidaan luokitella kolmeen eri kategoriaan: kiintymystä osoittavaan, käytöstä kontrolloivaan ja psykologista puolta kontrolloivaan kasvatustyyliin. Kaikilla kasvatustyyleillä on vaikutuksia lapsen sosiaalis-emotionaaliseen kehitykseen. Esimerkiksi kiintymystä osoittavan, lämpimän, vastavuoroisen ja tukea antavan kasvatustyylin on todettu kehittävän lapsen kykyä säädellä tunteitaan ja sosiaalisia taitoja. Käytöstä kontrolloivan, rajoja asettavan ja kurinalaisuutta osoittavan kasvatustyylin on taas todettu vaikuttavan lapsen kykyyn adaptoitua ja kehittyä lapsena ja se näkyy myös lapsen hyvänä normien mukaisena käytöksenä. Psykologista kontrollia ilmentävä kasvatustyyli näyttäytyy taas lapsen lisääntyneinä henkilökohtaisina ongelmina, kuten masennuksena ja ahdistuksena. (Zarra-Nezhad, Kiuru, Aunola et al., 2014.)

Kasvatustyyli voidaan myös luokitella ja nimetä tavalla, jossa puhutaan auktoritaarisesta, autoritäärisestä ja sallivasta kasvatuksesta. Esimerkiksi vanhempiin liittyviä kielteisesti vaikuttavia tekijöitä ovat joko liiallinen auktoritaarisuus tai sallivuus, jotka vaikuttavat haitallisesti lapsen sosiaaliseen kehitykseen (Poijula, 2016, 174).

Auktoritaariset vanhemmat ohjaavat lapsen käytöstä järkevällä, tapauskohtaisella ja joustavalla tavalla. Auktoritaariset vanhemmat kommunikoivat lapsen kanssa tehokkaasti ja kertovat asettamilleen rajoille selkeät syyt. Autoritääriset vanhemmat taas pyrkivät muovaamaan, kontrolloimaan ja arvioimaan lapsen käytöstä ja asenteita tavalla, joka on vanhempien korkeiden odotusarvojen mukaista ja perustuu vanhempien joustamattomiin sääntöihin. Heidän mielestään lapsen kova rankaiseminen on osa hyvää kasvatusta. Sallivat vanhemmat taas pyrkivät kasvatukseen, jossa lasta ei tarvitse rankaista ollenkaan. Salliva kasvatusta perustuu hyväksyvään sekä lapsen impulsseja ja mielihaluja mukailevaan ohjaukseen. Sallivat vanhemmat eivät pahemmin kontrolloi lapsensa tekemisiä, eivätkä vastuuta lapsia tietynlaiseen käytökseen. He antavat lapsen

toimia likimain haluamallaan tavalla, eivätkä aseta lapselle kovia sääntöjä ja rajoja. (Uji, Sakamoto, Adachi & Kitamura, 2013.)

## 5.2 Lapsen ja aikuisen välinen vuorovaikutus

Vuorovaikutus käsitteenä viittaa ihmisten väliseen toimintaan erilaisissa ympäristöissä, jonka keskiössä on puhuttu kieli eli verbaalinen viestintä. Puheen avulla aikuinen voi kasvatustilanteessa paitsi kiittää, kannustaa ja rohkaista, myös haavoittaa ja jopa nöyryyttää. Sosiaalisen vuorovaikutuksen perustyyppinä pidetään kasvokkain tapahtuvaa vuorovaikutusta, jossa kielen ohella keskeistä roolia näyttelevät nonverbaalisen viestinnän muodot. Nonverbaaliseen viestintään kuuluu eleet, ilmeet, asennot, katsekontaktit ja äänensävyt. Kasvotusten tapahtuvan vuorovaikutuksen kautta toinen ihminen näyttäytyy meille perustavalla tavalla todellisena, jolloin kummankin osapuolen ilmaisut ovat vastavuoroisessa vuorovaikutuksessa keskenään. Tällainen toisen henkilön todellinen kohtaaminen mahdollistaa omien tulkintojen joustavan muokkaamisen osana vuorovaikutusprosessia. Jäykät ennakkokäsitykset toisesta yksilöstä hälvänevät, sillä kasvotusten tapahtuvassa vuorovaikutuksessa käsitykset toisesta osapuolesta muuntuvat jatkuvasti. (Ahonen, 2015, 46-47.)

Yksittäistä vuorovaikutustilannetta voidaan tarkastella kokonaisuutena, joka muodostuu verbaalisesta ja nonverbaalisesta viestinnästä sekä tilanteen ilmapiiristä. Ilmapiirillä tarkoitetaan tilanteen tunnelmaa ja henkeä, jonka voi aistia paikan päällä. (Ahonen, 2015, 47.) Kun lapset käyttäytyvät haastavasti esimerkiksi toimintatuokion aikana, ovat varhaiskasvatuksen työntekijät vastuussa sopivan intervention toteuttamisesta. Intervention tehokkuus on taas heijastusta siitä, kuinka taitava työntekijä on ollut interventiota toteuttamassa. Osa tätä taitavuutta on työntekijän kyvyssä saada positiivisia vaikutuksia aikaan lapsen käytöksessä. Positiiviseen interventioon kuuluu esimerkiksi lapsen kehuminen ja hyvän käytöksen ”ruokkiminen”. Taitamattomat työntekijät taas nojaavat samankaltaisessa tilanteessa enemmän lasta rajoittaviin toimenpiteisiin. (Gebbie, 2012.)

Lapsen tapa olla vuorovaikutuksessa poikkeaa perustavalla tavalla aikuisen tavasta. Aikuinen tukeutuu tyypillisesti voimakkaasti verbaaliseen viestintään, kun taas lapsen

vuorovaikutus on kokonaisvaltaisempaa. Lapsen vuorovaikutuksessa vuorottelevat hänen nonverbaaliset toimintonsa puheen kanssa, jonka takia lapsi ei välttämättä reagoi aikuisen haluamalla tavalla kielellisiin kehotuksiin. Tämä voi turhauttaa aikuista ja saattaa johtaa virheelliseen tulkintaan siitä, että lapsi on tahallaan noudattamatta ohjeita. Aikuisen tavanomaisten kasvatustapojen tehottomuus voi johtaa aikuisen tunteikkaaseen, harkitsemattomaan ja epäoikeudenmukaiseen käytökseen. Tämä kielteisen vuorovaikutuksen kehä kasvattaa entisestään lapsen epävarmuutta ja provosoi lapsen käyttäytymistä. Vuorovaikutustilanteen jakaminen lapsen kanssa edellyttääkin aikuiselta aitoa läsnäoloa ja tilanteen äärelle pysähtymistä. Kun aikuinen osoittaa olevansa vastaanottavainen ja kuuntelevainen lapsen viesteille, vuorovaikutus voi toteutua laadukkaasti erilaisista kokemusmaailmoista ja kommunikaatiotavoista huolimatta. (Ahonen, 2015, 48-49.)

Vuorovaikutustapojen takana näyttäytyvät erilaiset vakiintuneet roolit ja varhaiskasvatuksessa aikuiset ovat henkilöitä, jotka organisoivat vuorovaikutusta. Kasvattajien ajatusmaailma on täten suorassa yhteydessä lasten kokemusmaailmaan. Tämän vuoksi kasvattajat eivät voi antaa lapsille liiallista valinnanvapautta, sillä vastuu valintojen seurauksista on lapsille liian suuri taakka kannettavaksi. On siis oleellista huomioida, että vaikka laadukkaassa vuorovaikutuksessa pyritään vastavuoroisuuteen, ei vastuu vuorovaikutuksen laadusta saa jakautua tasapuolisesti lapsen ja aikuisen välille. Aikuisella on oltava päävastuu vuorovaikutuksen laadusta lapsen vielä harjoitellessa vuorovaikutustaitojaan. Tutkimusnäytön valossa näyttää myös siltä, että kasvattajan käyttäytymisen ja lasten akateemisten sekä sosiaalisten taitojen välillä on selkeä yhteys. Tästä syystä on tärkeää tiedostaa, miten lasten kanssa toimimiseen ovat suorassa yhteydessä ne tulkinnat, joita lapsista tehdään. (Ahonen, 2015, 49-59.)

### 5.3 Lämmin vuorovaikutus

Tutkimustiedon kautta voidaan nykyisin todentaa, että tietynlaiset kasvatustavat ovat yhteydessä lapsen resilienssin kehittymiseen. Vanhempien lämpimän kasvatustapojen ajatellaan esimerkiksi vähentävän lapsen väkivaltaista käytöstä ja masennuksen oireita. Tämän lisäksi lämmin, tukea antava ja herkkyyteen perustuva vuorovaikutus auttaa pitämään lapsen emotionaalisen puolen tasapainossa. Kun vanhemmat ovat tukena

ja turvana lapsilleen, toimivat he samalla ”muurina” lapsen stressitekijöitä vastaan. Turvallisesti kiintyneet lapset omaavat kyvyn selviytyä vaikeistakin vastoinkäymisistä. (Bai & Repetti, 2015.)

Päiväkodin toimintaympäristössä lämpimälle vuorovaikutukselle on tyypillistä syvä sitoutuminen vuorovaikutukseen lapsen kanssa. Lämpimässä vuorovaikutustavassa varhaiskasvattajan toiminnasta huomaa, että hän on töissä lapsia varten ja lasten kanssa vuorovaikutuksessa oleminen on hänelle tärkeää. (Ahonen, 2015, 109.) Lämpimän vuorovaikutuksen lisäksi voidaan mainita myös auktoritaarinen kasvatus, koska näissä tavoissa vuorovaikutus sisältää paljon yhtäläisyyksiä. Auktoritaarinen kasvatus perustuu emotionaaliseen tukeen, johdonmukaisuuteen ja selkeihin rajoihin, vastavuoroiseen kommunikointiin sekä kasvattajien lämpimään vuorovaikutukseen. Lämmin kasvatus sisältää paljon herkkyyttä, kiintymystä, hyväksyntää, rohkaisua, avunantoa ja lohdutusta. Monet tutkimukset ovat osoittaneet, että lapsen lämmin suhde vähintään yhteen aikuiseen lisää lapsen todennäköisyyttä omata resilienssiä esimerkiksi perheen köyhyyden ja kurjien elinolojen aikana. (Bai & Repetti, 2015.)

Lämpimässä vuorovaikutustilanteessa lapset tulisi kohdata kiireettömästi, jopa hektisessä tilanteessa. Varhaiskasvattaja pitäisi pysähtyä lapsen kokemuksen äärelle, kuunnella lasta arvostavasti ja pyrkiä tavoittamaan lapsen kokemus ja tulkinta tilanteesta. Varhaiskasvattajan pitäisi säilyä sensitiivisenä silloinkin, kun lapsi ilmentää voimakkaasti sosiaalis-emotionaalisen tuen tarvettaan. Sensitiivisyydellä viitataan tässä yhteydessä esimerkiksi varhaiskasvattajan myönteiseen äänensävyyn, eleisiin ja ilmeisiin. Varhaiskasvattajan tulisi pyrkiä tunnistamaan lapsen tarpeita mahdollisimman hyvin sekä turvaamaan lapselle tilaa olla oma itsensä ja hyväksytyt juuri sellaisena kuin hän on. Lämpimässä vuorovaikutustilanteessa varhaiskasvattaja on myös kosketuksessa itseensä kasvattajana ja arvioi herkästi oman toimintatapansa hedelmällisyyttä haastavissa kasvatustilanteissa. (Ahonen, 2015, 109.) Varhaiskasvattajan itse-reflektio on siis osa lämmintä vuorovaikutusta.

Lämpimässä vuorovaikutuksessa varhaiskasvattaja säilyy lempeänä silloinkin, kun kasvatustilanne sisältää haastavan käyttäytymisen elementtejä. Hänen tavaansaan puhua lapsille korostuu välittäminen ja arvostus. Vaikka käsillä olisi tilanne, jossa lapsi tarvitsee paljon tukea tarkkaavaisuuden kanssa, varhaiskasvattaja ei provosoidu.

Vaikka lapset puhuisivat paljon ja aiheen sivusta, varhaiskasvattaja ei lähde kielloilla rajaamaan lasten keskustelua, vaan hän tulkitsee tilannetta siten, että itse toiminta ei häiriinny, vaikka lapset juttelevatkin paljon. Tunnelma siis säilyy lämpimänä koko tilanteen ajan. (Ahonen, 2015, 110.)

## 6 VARHAISKASVATUS SUOMESSA

### 6.1 Varhaiskasvatuksen tavoitteet

Varhaiskasvatus on osa suomalaista koulutusjärjestelmää sekä tärkeä vaihe lapsen kasvun ja oppimisen polulla. Huoltajilla on ensisijainen vastuu lasten kasvatuksesta. Varhaiskasvatus tukee ja täydentää kotien kasvatustehtävää ja vastaa omalta osaltaan lasten hyvinvoinnista. Varhaiskasvatuksella tarkoitetaan suunnitelmallista ja tavoitteellista kasvatuksen, opetuksen ja hoidon muodostamaa kokonaisuutta, jossa painottuu erityisesti pedagogiikka. (Opetushallitus, 2018, 7-8.)

Varhaiskasvatuksen tavoitteena on varhaiskasvatuslain mukaisesti edistää jokaisen lapsen iän ja kehityksen mukaista kokonaisvaltaista kasvua, kehitystä, terveyttä ja hyvinvointia sekä tukea lapsen oppimisen edellytyksiä ja edistää elinikäistä oppimista ja koulutuksellisen tasa-arvon toteuttamista (Finlex, 2018). Lapsuuden merkityksen ymmärtäminen sekä tietämys lasten kasvusta, kehityksestä ja oppimisesta ovat pedagogisen toiminnan perustaa. Yhtä tärkeää on tuntea jokainen lapsi ja ottaa huomioon hänen yksilöllinen kehityksensä, joka taas edellyttää mahdollisimman pysyviä vuorovaikutussuhteita henkilöstön ja lasten välillä. Varhaiskasvatuksen tehtävänä on suojella ja edistää lasten oikeutta hyvään ja turvalliseen lapsuuteen ja henkilöstön tehtävänä on luoda luottamuksellinen suhde lapseen. Jokaisella lapsella on oikeus tulla kuulluksi, nähdyksi, huomioon otetuksi ja ymmärretyksi omana itsenään sekä yhteisönsä jäsenenä. (Opetushallitus, 2018, 19-20.)

Tämän lisäksi tavoitteena on turvata lasta kunnioittava toimintatapa sekä toteuttaa lapsen leikkiin, liikkumiseen, taiteisiin ja kulttuuriperintöön perustuvaa monipuolista pedagogista toimintaa ja mahdollistaa myönteiset oppimiskokemukset. Tavoitteena on

myös varmistaa kehittävä, oppimista edistävä, terveellinen ja turvallinen varhaiskasvatusympäristö. (Finlex, 2018.) Kokonaisvastuu lapsiryhmien toiminnan suunnittelusta, toiminnan suunnitelmallisuuden ja tavoitteellisuuden toteutumisesta sekä toiminnan arvioinnista ja kehittämisestä on varhaiskasvatuksen opettajilla. Varhaiskasvatuksen opettajat, erityisopettajat, sosionomit, lastenhoitajat ja muu varhaiskasvatuksen henkilöstö suunnittelevat ja toteuttavat toimintaa yhdessä. (Opetushallitus, 2018, 18.) Tavoitteena on myös edistää yhdenvertaisuutta ja sukupuolten tasa-arvoa sekä antaa valmiuksia ymmärtää ja kunnioittaa yleistä kulttuuriperinnettä sekä kunkin kielellistä, kulttuurista, uskonnollista ja katsomuksellista taustaa. Tavoitteena on myös tunnistaa lapsen yksilöllisen tuen tarve ja järjestää tarkoituksenmukaista tukea varhaiskasvatuksessa tarpeen ilmettyä tarvittaessa monialaisessa yhteistyössä. (Finlex, 2018.)

Varhaiskasvatuksen tavoitteena on kehittää lapsen yhteistyö- ja vuorovaikutustaitoja, edistää lapsen toimimista vertaisryhmässä sekä ohjata eettisesti vastuulliseen ja kestävään toimintaan, toisten ihmisten kunnioittamiseen ja yhteiskunnan jäsenyyteen. Lisäksi tavoitteena on varmistaa lapsen mahdollisuus osallistua ja saada vaikuttaa itseään koskeviin asioihin. Tavoitteena on myös toimia yhdessä lapsen sekä lapsen vanhemman tai muun huoltajan kanssa lapsen tasapainoisen kehityksen ja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin parhaaksi sekä tukea lapsen vanhempaa tai muuta huoltajaa kasvatus-työssä. Varhaiskasvatusta suunniteltaessa, järjestettäessä tai tuotettaessa ja siitä päätettäessä on ensisijaisesti huomioitava lapsen etu. (Finlex, 2018.)

## 6.2 Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet on varhaiskasvatuslain perusteella opetushallituksen antama valtakunnallinen määräys, jonka mukaan paikalliset ja lasten varhaiskasvatussuunnitelmat laaditaan ja varhaiskasvatus toteutetaan (Opetushallitus, 2018, 7). Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa määrätään varhaiskasvatuksen toteuttamisen keskeisistä sisällöistä, varhaiskasvatuksen järjestäjän ja lapsen vanhempien tai muiden huoltajien välisestä yhteistyöstä, monialaisesta yhteistyöstä sekä lapsen varhaiskasvatussuunnitelman sisällöstä. Opetushallitus valmistelee perusteet yhteistyössä tarvittavien tahojen kanssa. (Finlex, 2018.)

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden tarkoituksena on edistää varhaiskasvatuksen yhdenvertaista toteuttamista koko maassa, toteuttaa varhaiskasvatuslaissa säädettyjä varhaiskasvatuksen tavoitteita sekä ohjata varhaiskasvatuksen laadun kehittämistä. (Finlex, 2018.) Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden lähtökohtana ovat lasten kasvuympäristön ja varhaiskasvatuksen toimintaympäristön muutokset. Lisäksi perusteissa on otettu huomioon lainsäädännön muutokset. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden tehtävänä on tukea ja ohjata varhaiskasvatuksen järjestämistä, toteuttamista ja kehittämistä sekä edistää laadukkaan ja yhdenvertaisen varhaiskasvatuksen toteutumista koko maassa. (Opetushallitus, 2018, 7.)

### 6.3 Lapsen henkilökohtainen varhaiskasvatussuunnitelma

Päiväkodissa tai perhepäivähoidossa olevalle lapselle on laadittava henkilökohtainen varhaiskasvatussuunnitelma lapsen kasvatuksen, opetuksen ja hoidon toteuttamiseksi. Lapsen varhaiskasvatussuunnitelmaan on kirjattava tavoitteet lapsen varhaiskasvatuksen toteuttamiseksi lapsen kehitystä, oppimista ja hyvinvointia tukevalla tavalla sekä toimenpiteet tavoitteiden toteuttamiseksi. Lisäksi suunnitelmaan kirjataan lapsen tuen tarve, tukitoimenpiteet ja niiden toteuttaminen. Lapsen varhaiskasvatussuunnitelma laaditaan yhteistyössä henkilöstön ja lapsen vanhemman tai muun huoltajan kanssa. Sen laatimiseen osallistuvat lapsen opetuksesta, kasvatuksesta ja hoidosta vastaavat henkilöt. Päiväkodeissa sen laatimisesta vastaa varhaiskasvatuksen opettajaksi kelpoinen henkilö. Varhaiskasvatuksen erityisopettaja osallistuu lapsen tuen tarpeen, tukitoimenpiteiden tai niiden toteuttamisen arviointiin tarpeen mukaan. (Finlex, 2018.)

Lapsen varhaiskasvatussuunnitelma on osa pedagogisen dokumentoinnin prosessia. Pedagoginen dokumentointi on varhaiskasvatuksen suunnittelun, toteuttamisen, arvioimisen ja kehittämisen keskeinen työmenetelmä, joka mahdollistaa lasten ja huoltajien osallistumisen toiminnan arviointiin, suunnitteluun ja kehittämiseen. Pedagoginen dokumentointi tuottaa tietoa lasten elämästä, kehityksestä, kiinnostuksen kohteista, ajattelusta, oppimisesta ja tarpeista sekä lapsiryhmän toiminnasta konkreettisella ja monipuolisella tavalla. Yksittäisten dokumenttien, esimerkiksi valokuvien, piirrosten tai henkilöstön havaintojen, avulla voidaan yhdessä lasten kanssa tarkastella heidän kehitystään ja oppimistaan. Lasten jo saavuttamat tiedot ja taidot, kiinnostuksen



kohteet ja tarpeet tulevat näkyväksi pedagogisen dokumentoinnin kautta ja ovat toiminnan suunnittelun perusta. (Opetushallitus, 2018, 37.)

Suunnitelmallisen dokumentoinnin tavoitteena on, että henkilöstö oppii tuntemaan yksittäistä lasta, ymmärtämään lasten välisiä suhteita sekä ryhmän henkilöstön ja lasten välisen vuorovaikutuksen luonnetta. Pedagogisen dokumentoinnin tarkoitus on toteuttaa varhaiskasvatusta lapsilähtöisesti. Dokumentoinnin avulla saatuja tietoja ja ymmärrystä hyödynnetään esimerkiksi työtapojen, oppimisympäristöjen, toiminnan tavoitteiden, menetelmien ja sisältöjen jatkuvassa muokkaamisessa lasten kiinnostusta ja tarpeita vastaavaksi. (Opetushallitus, 2018, 37.)

#### 6.4 Varhaiskasvatuksen toimintaympäristö

Päiväkodeissa toteutettava varhaiskasvatus on yleisin varhaiskasvatuksen toimintamuodoista. Päiväkodeissa toiminta on ryhmämuotoista. Lapsiryhmät voidaan muodostaa eri tavoin ottaen huomioon esimerkiksi lasten ikä, sisarussuhteet tai tuen tarve. Ryhmien tulee olla pedagogisesti tarkoituksenmukaisia ja niiden muodostamisessa otetaan huomioon henkilöstön mitoittamiseen ja ryhmien enimmäiskokoon sekä henkilöstön kelpoisuusvaatimuksiin liittyvät säännökset. Päiväkotien henkilöstön moniammatillisuus on laadukkaan varhaiskasvatuksen voimavara, kun kaikkien osaaminen on käytössä sekä vastuut, tehtävät ja ammattiroolit toteutuvat tarkoituksenmukaisella tavalla. (Opetushallitus, 2018, 17-18.) Henkilöstöltä edellytetään ammattitaitoa ja herkkyyttä tunnistaa eri tilanteiden pedagogisia mahdollisuuksia. Tämä näkyy muun muassa taitona havaita lasten aloitteita ja tunnetiloja sekä muuttaa ja suunnata omaa toimintaansa niiden mukaisesti. (Opetushallitus, 2018, 38.)

Varhaiskasvatuksen toimintakulttuuriin kuuluu henkilöstön keskinäinen yhteistyö sekä vuorovaikutus huoltajien ja lähiympäristön kanssa. Yhteisön jäsenet kunnioittavat toisiaan ja arvostavat yhteistyötä. Yhteisö rohkaisee lapsia hyvään vuorovaikutukseen sekä toimimaan ryhmän jäsenenä. Henkilöstö tukee lasten vertaissuhteiden syntymistä ja vaalii ystävyysuhteita. Turvallisessa yhteisössä puututaan ristiriitoihin ja opetellaan rakentavia keinoja niiden ratkaisemiseen. Inklusiiivisessa toimintakulttuurissa edistetään osallisuutta, yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoa kaikessa toiminnassa.

Lasten, henkilöstön ja huoltajien aloitteita, näkemyksiä ja mielipiteitä arvostetaan. Tämä edellyttää osallisuutta edistävien toimintatapojen sekä rakenteiden tietoista kehittämistä. Toimintakulttuurin kehittämisessä huomioidaan yhteisön mahdollisuus toimia kiireettömässä ja keskittymistä edistävässä ympäristössä. Selkeä ja suunnitelmallinen, mutta joustava päivän rakenne edistää hyvinvointia. (Opetushallitus, 2018, 30-31.)

Varhaiskasvatusta toteutetaan hyödyntämällä monia erilaisia oppimisympäristöjä. Oppimisympäristöillä tarkoitetaan tiloja, paikkoja, yhteisöjä, käytäntöjä, välineitä ja tarvikkeita, jotka tukevat lasten kehitystä, oppimista ja vuorovaikutusta. Oppimisympäristön käsite sisältää varhaiskasvatuksessa muun muassa fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen ulottuvuuden. Oppimisympäristöjä kehitetään siten, että varhaiskasvatukselle asetetut tavoitteet voidaan saavuttaa ja että ne tukevat lasten terveen itsetunnon sekä sosiaalisten ja oppimisen taitojen kehittymistä. Oppimisympäristöjen tulee tukea lasten luontaista uteliaisuutta ja oppimisen halua sekä ohjata leikkiin, fyysiseen aktiivisuuteen, tutkimiseen sekä taiteelliseen ilmaisuun ja kokemiseen. Lapsilla tulee olla mahdollisuus tutkia maailmaa kaikilla aisteillaan ja koko kehollaan. Oppimisympäristöt tarjoavat lapsille vaihtoehtoja mieluisaan tekemiseen, monipuoliseen ja vauhdikkaaseen liikkumiseen, leikkeihin ja peleihin sekä rauhalliseen oleiluun ja lepoon. Lasten ideat, leikit ja heidän tekemänsä työt näkyvät oppimisympäristöissä. (Opetushallitus, 2018, 32.)

Oppimisympäristöissä voidaan toteuttaa monenlaista pedagogista toimintaa ja ne muuntuvat tarpeen mukaan. Henkilöstön tulee ottaa huomioon lasten kiinnostuksen kohteet, yksilölliset taidot ja tarpeet sekä varhaiskasvatuksen toteuttamisen periaatteet. (Opetushallitus, 2018, 32-33.) Varhaiskasvatuksen pedagogista toimintaa ja sen toteuttamista kuvaa kokonaisvaltaisuus. Tavoitteena on edistää lasten oppimista ja hyvinvointia sekä laaja-alaista osaamista. Pedagoginen toiminta toteutuu lasten ja henkilöstön välisessä vuorovaikutuksessa ja yhteisessä toiminnassa. Lasten omaehtoinen, henkilöstön ja lasten yhdessä ideoima sekä henkilöstön johdolla suunniteltu toiminta täydentävät toisiaan. Varhaiskasvatuksen pedagoginen toiminta läpäisee kasvatuksen, opetuksen ja hoidon kokonaisuuden. (Opetushallitus, 2018, 36.)

Pedagogisen toiminnan toteuttaminen vaatii myös osakseen riittävän määrän henkilöstöä. Kunnan, kuntayhtymän ja yksityisen palveluntuottajan on huolehdittava, että varhaiskasvatuksessa on riittävä määrä eri kelpoisuusvaatimukset täyttävää henkilöstöä, jotta varhaiskasvatukselle säädetyt tavoitteet voidaan saavuttaa ja jotta myös vammaisten ja muiden lasten tuen tarpeisiin vastataan. Kunnan käytettävissä on oltava varhaiskasvatuksessa esiintyvää tarvetta vastaavasti varhaiskasvatuksen erityisopettajan palveluja. Lisäksi varhaiskasvatuksessa voi olla lasten tarpeet ja varhaiskasvatuksen tavoitteet huomioiden myös muuta henkilöstöä. Varhaiskasvatuksen ryhmät tulee muodostaa ja tilojen suunnittelu ja käyttö järjestää siten, että varhaiskasvatukselle säädetyt tavoitteet voidaan saavuttaa. (Finlex, 2018.)

Päiväkodissa tulee kasvatus-, opetus- ja hoitotehtävissä olla varhaiskasvatuksessa olevien lapsien määrään, heidän ikäänsä ja varhaiskasvatuksessa päivittäin viettämäänsä aikaan suhteutettuna riittävä määrä henkilöitä, joilla on varhaiskasvatuksen opettajan, sosionomin tai lastenhoitajan ammatillinen kelpoisuus. Päiväkodissa kasvatus-, opetus- ja hoitotehtävissä toimivasta henkilöstöstä vähintään kahdella kolmasosalla tulee olla varhaiskasvatuksen opettajan tai sosionomin kelpoisuus, josta vähintään puolella varhaiskasvatuksen opettajan kelpoisuus. Muilla tulee olla vähintään varhaiskasvatuksen lastenhoitajan kelpoisuus. (Finlex, 2018.)

## 7 HAASTATTELUTUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

### 7.1 Aineiston hankinta

Haastatteluihin osallistui yhteensä 6 varhaiskasvatuksen työntekijää (4 varhaiskasvatuksen opettajaa ja 2 lastenhoitajaa) neljästä Satakuntalaisesta päiväkodista. Haastatteluja toteutettiin yhteensä neljä (2 parihaastattelua ja 2 yksilöhaastattelua). Tarkoituksena oli toteuttaa vähintään viisi parihaastattelua, mutta koronaviruksen aiheuttamien erityisjärjestelyiden ja työntekijöiden aikataulukiireiden takia tyydyttiin neljään haastatteluun, joista kaksi jouduttiin toteuttamaan yksilöhaastatteluina.

Tutkimuksen aineisto hankittiin fenomenologisen metodin avulla, jonka päätavoitteena oli saada esille tutkittavan välitön kokemus. Tämän takia aineisto hankittiin tavalla, jossa tutkija vaikutti mahdollisimman vähän kokemuksiin, joita tutkittavat toivat esille. Kyseessä oli teemahaastattelu, joka on yksi käytetyimmistä laadullisen tutkimuksen aineistonkeruumenetelmistä. Teemahaastattelussa kysymykset ovat tarkempia ja kohdistuvat johonkin ilmiötä koskevaan yksityiskohtaan. Teemahaastattelussa kysymykset voidaan jakaa niistä saatavan tiedon mukaan avoimiin ja suljettuihin kysymyksiin sekä yhden teeman osalta edetään yleisistä yhä yksityiskohtaisempiin kysymyksiin. Teemat ovat eräänlaisia keskustelun aiheita, jotka ovat laaja-alaisia ja joihin ei voida vastata lyhyesti. Teemahaastattelujen tallentamiseen käytettiin digitaalista nauhuria, joka vapauttaa haastattelijan mekaanisesta vastausten kirjaamisesta. Tallennetut haastattelut purettiin myöhemmin tekstimuotoon litteroinnin eli aukikirjoittamisen kautta. Litterointi toteutettiin tavalla, jossa pyrittiin sanatarkan kirjaamisen sijaan poimimaan vain oleellinen asia haastateltavan sanomisista. (Kananen, 2015, 148; 151-152.)

Tutkimuksen aineisto kerättiin kolmen avoimen haastattelukysymyksen (teeman) kautta, joka huomioitiin kysymysten asettelussa. Haastattelua käytetään pääsääntöisesti silloin, kun ilmiötä ei tunneta riittävän tarkasti, jolloin ilmiöön liittyviä yksityiskohtaisia kysymyksiä ei voida esittää (Kananen, 2015, 143). Tämän takia osa tutkimuksen kysymyksistä liittyi vahvasti vastaajien sen hetkisiin ajatuksiin tutkittavasta asiasta. Haastattelut pyrittiin toteuttamaan päiväkodeissa ryhmähaastatteluina tavalla, jossa haastattelussa olisi kerrallaan kaksi haastateltavaa. Tämän opinnäytetyön teemaan tällainen toteutustapa soveltui, sillä haastateltavat edustivat melko yhtenäistä ryhmää. Tämä otettiin myös huomioon teemahaastattelun rakenteessa. Haastattelurunko, teemat ja tutkimuskysymykset löytyvät opinnäytetyön LIITE -osiosta (LIITE 1).

Tutkimuksen haastattelukysymykset ja teemat pyrittiin pitämään mahdollisimman avoimina ja strukturoimattomia. Haastatteluiden valmiiden teemojen ja tutkijan esittämien apukysymysten pyrkimyksenä oli kuitenkin pitäytyä tutkimuksen aiheessa ja teemat esitettiin samassa järjestyksessä kaikille vastaajille. Teemahaastattelut olivat siis luonteeltaan pitkälti strukturoimattomia ja keskustelun kulku pysyi vapaana, mutta samalla halusin varmistaa ennakkoteemoilla ne aihekokonaisuudet, joista oli tarkoitus

keskustella. (Kananen, 2015, 145.) Kysymyksiin saadut vastaukset pohjautuivat pitkälti haastateltavien kerrontaan tilanteiden kulusta heidän näkökulmastaan. Tämän lisäksi huomioitiin haastateltavien näkemykset ja ajatukset valittujen tilanteiden ympärillä ja haastateltaville esitettiin tarkentavia kysymyksiä keskustellusta aihealueesta, kun syvällisemmästä tiedosta koettiin olevan hyötyä tutkimuksen kannalta.

## 7.2 Tutkimuskysymysten tavoite

Tutkimuskysymysten kautta tahdottiin saada kerättyä tietoa seuraaviin opinnäytetyön isoihin kysymyksiin:

- *Miten varhaiskasvatuksen työntekijät kehittävät lapsen resilienssiä varhaiskasvatuksen toimintaympäristössä?*
- *Minkälaista vuorovaikutustyyliä työntekijät käyttävät kehittäessään lapsen resilienssiä?*
- *Minkälainen on varhaiskasvatuksen toimintaympäristö ja miten se soveltuu lapsen resilienssin kehittämiseen?*

Ennen vastaamista haastateltaville alustettiin lyhyesti, mitä resilienssi on ja mitkä resilienssitekijät vaikuttavat resilienssin kehittymiseen, sillä taustatietoa aiheesta on hyvä omata. Samalla haastateltaville kuitenkin alustettiin, että kyseessä ei ole koe, eikä tarkoituksena ole ”koulumainen” ulkoa opettelu. Kyseessä ei siis ollut koe resilienssin tietotasosta, sillä teemahaastattelun aihealueet itsessään ohjasivat haastateltavia puhumaan lapsen resilienssin kehitykseen vaikuttavista asioista. Resilienssin alustamiseen käytettiin LIITE -osioon koottua kerrontaa (LIITE 2). Kyseistä liitettä haastateltavat saivat tarkastella ennen haastattelua. Liitteessä 1 (LIITE 1) on esimerkkejä tutkijan apuna käytetyistä apukysymyksistä ja tutkimuksen jäsentämisestä haastateltaville.

Opinnäytetyön isoihin kysymyksiin haettiin vastauksia aiheeseen liittyvien pilkkottujen ja tarkennettujen kysymysten kautta aina tarpeen niin vaatiessa. Lisäkysymykset oli muodostettu ottamalla huomioon sekä resilienssiin vaikuttavat resilienssitekijät, että toimintaympäristö, jossa työntekijät lapsen resilienssiä kehittävät. Yksittäiset kysymykset oli myös pyritty pilkkomaan tekijöihin, joiden kautta saataisiin

mahdollisimman hyvä kokonaiskuva tilanteen luonteesta. Yksittäisessä kysymyksessä pyrittiin huomioimaan resilienssitekijä, työntekijän ominaisuudet sekä vuorovaikutus lapsen ja aikuisen välillä varhaiskasvatuksen toimintaympäristössä. Näiden tekijöiden lisäksi tilanteita pohdittiin tilanteissa esiintyvien haastavimpien lasten kautta. Miten haastavimmat lapset huomioidaan erilaisissa varhaiskasvatuksen haastavissa tilanteissa?

Teemahaastattelussa oli kolme pääteemaa ja -kysymystä, joiden ympärille tutkimus rakentui:

1. *Miten varhaiskasvatuksen työntekijänä kehitätte lapsen resilienssiä varhaiskasvatuksen toimintaympäristössä?*
2. *Miten kuvailisitte omaa toimintatapaanne ja vuorovaikutustyyliänne tilanteissa, joissa lapsen resilienssiä on mahdollista kehittää?*
3. *Miten kuvailisitte varhaiskasvatuksen toimintaympäristöä ja sen soveltuvuutta, kun tavoitteena on kehittää lapsen resilienssiä?*

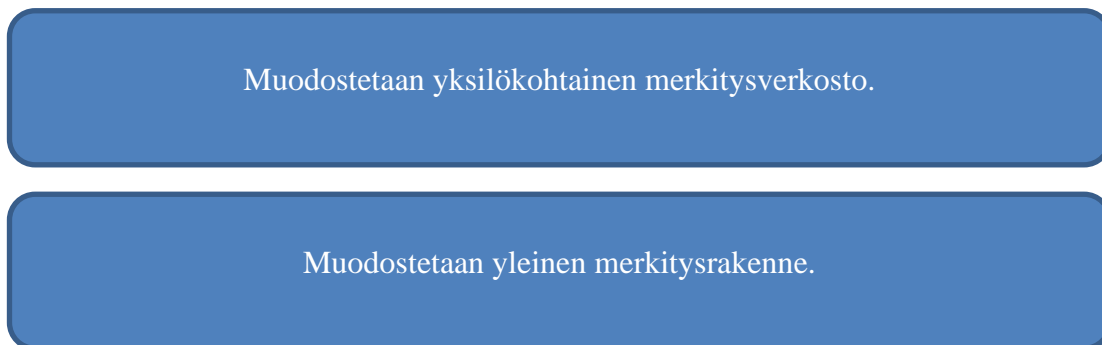
### 7.3 Tulosten analysoinnin ja tulkinnan vaiheet

Fenomenologisessa tutkimuksessa käydään läpi (kuvion 3 mukaisesti) viisi eri vaihetta, joiden kautta päästään johtopäätöksiin ja tulkintoihin tutkimustuloksista (Metsämuuronen, 2006, 93):

Tutustutaan tutkimusaineistoon huolellisesti ja avoimesti kokonaisnäkemykseen pyrkien.

Tutkimusaineisto jaetaan merkitysyksiköihin.

Merkitysyksiköt muunnetaan tutkijan yleiselle kielelle.



Kuvio 3. Fenomenologisen tutkimuksen kulku

## 8 TUTKIMUSTULOKSET

Tutkimustulokset kirjoitettiin auki tavalla, jossa hyödynnettiin sekä tutkijan yleistä kieltä että haastateltavien suoria lainauksia. Aineistosta suoraan lainaamani osiot kirjoitin kursiivilla. Tutkimustulokset ja yleinen merkitysrakenne on siis koostettu haastatteluaineistosta nostamistani yleisistä merkitysrakenteista, joita on täydennetty kursiivilla kirjoitetuilla haastateltavien lainauksilla. Lainaukset olivat suoria, mutta tarpeen mukaan ne kirjoitettiin puhtaaksi yleiskielelle.

### 8.1 Lapsen resilienssin kehittäminen

#### 8.1.1 Arkirutiinit ja päivästrukturi

Varhaiskasvatuksen työntekijät kuvailivat päiväkotia sosiaalisesti ympäristöksi, jossa resilienssiä on mahdollista kehittää mm. arkirutiinien ja struktuurin avulla sekä toistamalla samoja arkirutiineja päivittäin. Resilienssin kehittämisen apuna työntekijät kertoivat käyttävänsä selkeää viikkostrukturia ja kuvakommunikaatiota, joiden avulla lasten koettiin hahmottavan paremmin, mitä milloinkin tapahtuu.

Päiväkotipäivän aikana työntekijät kertoivat lasten resilienssin kehittyvän mm. lasten harjoittellessa paikallaan olemisen sietämistä, oman vuoron odottamista ja kaverien

keskinäisten konfliktitilanteiden selvittämistä sekä kokemalla pettymyksiä arjessa. Arjen tilanteissa lasten kerrottiin harjoittelevan esim. rauhoittumista, toisten huomioonottamista ja oman käytöksen hillitsemistä.

*H#1: ”Resilienssiä pystyy täällä toimintaympäristössä kehittämään parhaiten juuri sillä, että arki on sitä samaa ja samat harjoitukset tulee vastaan joka päivä. Esim. paikallaan olemisen sietämistä, toisten ihmisten sietämistä, aina ei saakaan sitä, mitä haluaa. Hyvin pieniä asioita, mistä se lähtee.”*

*H#2: ”Päiväkoti on sosiaalinen ympäristö ja täällä päivittäin harjoitellaan elämähallintataitoja lasten kanssa. Meillä on aika selkeä viikkostrukturi ja sitä kautta tuodaan lapsille turvallisuudentunnetta, että lapset tietävät, mitä tapahtuu ja käytetään paljon kuvatukea.”*

*H#4: ”Tämäkin on niin laaja juttu, että miten me kehitetään, niin kaikella tavalla koko ajan. Missä tilanteessa tahansa, ei pelkästään ohjaustilanteessa, vaan esim. ruokailut, lepoaikat tai siirtymätilanteet.”*

#### 8.1.2 Sääntöjen noudattaminen ja arvojen opettaminen

Työntekijät kertoivat kehittävänsä lasten resilienssiä myös opettamalla lapsille pitkäjänteisyyttä, esim. opettamalla lapsille yhdessä noudatettavia sääntöjä. Tällaiseksi pitkäjänteisyyttä kehittäväksi säännöksi kuvailtiin esim. ruokailutilannetta, jossa lapsen täytyy kärsivällisesti odottaa ruokaa omalla paikallaan. Työntekijät pitivät tärkeänä sitä, että lasten kanssa käydään läpi päiväkodin yhteisiä peli- ja turvallisuussääntöjä pitkin toimintakautta. Sääntöjä käydään läpi esim. tilanteiden jälkeen, joissa lapsi on käyttäytynyt huonosti. Hyviä käytöstapoja työntekijät sanoivat herättelevänsä keskustelemalla lasten kanssa päiväkodin toimintatilanteista ja hyvistä arvoista. Päiväkohteissa työntekijät keskustelevat lasten kanssa siitä, mikä on oikein ja mikä väärin. Työntekijät ajattelivat myös, että säännöt lisäävät lasten kokemaa turvallisuudentunnetta.



Työntekijät kertoivat opettavansa arvoja ja kehittävänsä lasten empatiakykyä esim. kuvailemalla lapsille tilanteita, jossa lapsen täytyy asettua toisen ihmisen asemaan ja pohtia, miltä toisesta tuntuu. Sanallisen kuvailun tukena työntekijät kertoivat käyttävänsä myös kuvia. Kuvailevien tilanteiden kautta lapset harjoittelevat puhumaan tunteista ja käsittelemään vuorovaikutustilanteita. Näiden kautta lapset vahvistavat leikkitaitojaan, harjoittelevat sosiaalisia taitojaan sekä opettelevat käsittelemään arjessa vastaan tulevia ristiriitatilanteita. Tunnekasvatusta työntekijät kertoivat toteuttavansa ja kuvia hyödyntävänsä toimikauden ympäri. Tämän lisäksi työntekijöillä on käytössä esim. kaulanauhassa roikkuva kultamerkki. Kultamerkistä lapsi esim. tietää, että hän on toiminut oikein ja esimerkillisesti. Samaa merkkiä käytetään myös esim. anteeksi-pyytäessä, jota täydennetään sanallisella kommunikoinnilla. Lapset muistavat kultamerkin ja sen tarkoituksen hyvin.

*H#1: ”On sovittu ns. pelisäännöt, joista puhutaan lapsille ja käydään läpi turvallisuussäännöt, yleiset säännöt ja sitten monta kertaa keskusteluna ja esimerkkeinä, että miltä teistä tuntuisi eli voidaan heittäytyä aikuisena samaan. Et jos nyt työntekijä X tekisi minulle näin, niin mitä mietitte siitä? Olisiko se reilua? Haastetaan lapsia mukaan ja sieltä tulee hyvin oivaltavia, että no joo ei olisi kyllä kivaa.”*

*H#2: ”Opetellaan pitkäjänteisyyttä eli harjoitellaan esim. ruokailuissa, kun on syönyt ja haluaa lisää, niin meillä on yksi aikuinen ottaa ensin ruuan ja lapset tietävät, että kun se ensimmäinen aikuinen on valmis, niin sitten hän menee antamaan lisää ruokaa lapsille ja sitten lapset nostavat käden ylös, että vähän sellaista pitkäjänteisyyttä harjoitellaan ja sitä oman vuoron odottamista.*

### 8.1.3 Konfliktitilanteiden selvittäminen ja haastava käytös

Lasten ongelmanratkaisukykyä työntekijät kertoivat kehittävänsä mm. konfliktitilanteiden kautta. Niiden aikana työntekijät kertoivat tukevansa lapsia ja auttavansa heitä selvittämään tapahtumia. Lapselta voidaan esim. kysyä, että miten konfliktitilanteessa voisi toimia. Työntekijät pyrkivät siis löytämään lasten kanssa vaihtoehtoisia toimintatapoja arjen haastaviin tilanteisiin. Konflikteja sanottiin syntyvän useimmiten siirtymätilanteiden ja leikkien aikana.

Haastavia kasvatustilanteita koettiin syntyvän, koska lapsi ei saa sitä, mitä juuri sillä hetkellä haluaa. Haastavassa kasvatustilanteessa työntekijät kertoivat antavansa lapselle tilan toimia rauhassa sekä mahdollisesti ottavansa lapsen syliin ja rauhoittelevan. Rauhoittumisen jälkeen keskustellaan lapsen kanssa tapahtuneesta, pysäyttäen lapsi samalla ajattelemaan tilanteen kulkua. Työntekijät kertoivat keskustelewansa lasten kanssa esim. siitä, miksi ei voi tietyllä tavalla toimia ja samalla opettavansa lapsia ymmärtämään syy-seuraussuhteita.

Haastavaa käyttäytymistä kuvailtiin esiintyvän esim. pukemistilanteessa. Tällaisessa tilanteessa lapsi päästetään pukemaan vasta rauhoittumisen jälkeen tai lapselle annetaan oma rauhallinen tila pukemista varten. Tällaista järjestelyä voidaan myös jatkaa pidempään, josta pikkuhiljaa siirrytään lapsen kanssa haastavampiin tilanteisiin. Tällaisten tilanteiden aikana työntekijät kertoivat kehuwansa lapsen pieniäkin onnistumisia. Pienten onnistumisten kautta lapsi alkaa oivaltamaan, että hän pärjää.

*H#2: ” Arjessa tulee sellaisia tilanteita, missä lapselta kysytään, että mitä tällaisessa tilanteessa voisi tehdä ja jos tulee vaikka ristiriitatilanteita, niin olemme opettaneet, että kenelle tullaan sanomaan, jos tulee jotain sellaista, että aikuinen auttaa selvittämään ja vuorottelemaan ja että kyllä täällä tulee niitä tilanteita joka päivä.”*

*H#3: ”Joillakin lapsilla toimii se, että ensin se rauhoittuminen ja sitten sitä keskusteluyhteyttä. Eli pysäytetään lasta ja keskustellaan, kerrotaan, että miksi ei voi tehdä noin ja syy ja seuraus.”*

*H#4: ”Yleensä aikuiset ovat rauhallisia ja meillä on yhteisesti sovittu sellainen toimintatapa, että jos on jollakin aikuisella lapsen kanssa haastava tilanne, niin sitä ei sillä tavalla jätetä yksin selviämään siitä tilanteesta, vaan taataan se, että lapsen kanssa aina toimii rauhallinen aikuinen. Se viestii lapselle, että ei ole mitään hätää ja tästä selvittään.”*

#### 8.1.4 Positiivisen minäkuvan ylläpitäminen

Lapsen positiivisen minäkuvan ylläpitämistä työntekijät pitivät erityisen tärkeänä silloin, kun toimitaan haastavan lapsiryhmän kanssa. Lasten positiivista minäkuvausta työntekijät kertoivat ylläpitävänsä mm. kannustamalla ja kehumalla lapsia sekä tukemalla onnistumisissa huomioimalla lasten hyvät hetket ja onnistumiset. Työntekijät kertoivat antavansa myönteistä palautetta ja kehuja silloin, kun siihen on aihetta. Näiden toimien kautta työntekijät kertoivat lasten kokevan onnistumisentunteita arjessa.

Positiivista minäkuvausta työntekijät kertoivat kehittävänsä esim. tilanteissa, joissa lapsi toimii yhteisesti sovittujen sääntöjen mukaisesti. Tällaisen tilanteen jälkeen lapselle annetaan paljon positiivista palautetta. Työntekijät kertoivat antavansa positiivista palautetta ”pienistäkin” asioista, kuten kaverin auttamisesta tai hyvin sujuvista yhteisleikeistä ulkoilun aikana. Työntekijät kertoivat käyttävänsä lapsiryhmän kanssa myös esim. ”kultalistaa” tai ”-merkkiä”, joiden tarkoituksena on motivoida lapsia hyvään käytökseen. Esim. kultalistasta lapsi näkee, että hän on toiminut oikein ja kokee olevansa hyvä, joka itsessään muuttaa lapsen ajatusmaailmaa. Kultalista on itsessään palkinto lapselle. Tällaisen merkinnän saa esim. siitä, kun antaa pienemmälle lapselle omatoimisesti vauhtia keinussa.

*H#1: ”Muistetaan kuunnella lapsia ja antaa positiivista palautetta tosi paljon. Se on tärkeää. Eikä sen tarvitse olla mikään iso asia, vaan pienikin asia, esim. kun auttaa kaveria ja jotain pienempää.”*

*H#2: ”Positiivisen minäkuvan ylläpitäminen. Esim. kannustetaan ja keuhutaan lapsia, tuetaan onnistumisissa ja sitä kautta tulee sellaista onnistumisentunteita siinä arjessa, että kun huomioidaan ne hyvät hetket ja onnistumiset.”*

*H#3: ”Se on aika iso ongelma, että miten lapsi itsensä näkee, että kun siihen huonoon käytökseen joutuu koko ajan puuttumaan. Jos lapsi kokee, että minä olen aina se, jolle sattuu ja tapahtuu, niin miten sitten saa sen poikki? Että myönteistä ja kehumista tulisi ihan ylitsevuotavasti, silloin kun on asiaa ja aihetta. Että vahvuuksia vahvistetaan silloin.”*

*H#4: ”Se positiivinen suhtautuminen siihen, että aikuisella on usko siihen lapseen, että lapsi selviytyy ja oppii ja tämä on yksi asia, mistä mennään eteenpäin. Se vaikuttaa niin paljon itsetuntoon, jos se aikuinen niin kuin hermostuu tilanteesta ja viestii sille lapselle, että se on epäonnistunut yms.”*

#### 8.1.5 Sosiaalinen tukiverkosto ja yhteenkuuluvuudentunne

Lasten sosiaalista tukiverkostoa työntekijät kertoivat vahvistavansa auttamalla lapsia luomaan uusia ystävyssuhteita. Esim. vetäytyvien lasten resilienssiä sanottiin kehitettävän mm. rohkaisemalla lasta mukaan toisten lasten leikkeihin. Varhaiskasvatuksen työntekijät pyrkivät myös siihen, että lapset eivät aina leikkisi saman kaverin kanssa. Leikkikavereita jaetaan ja vaihdetaan työntekijöiden ohjauksen avulla. Työntekijät pyrkivät luomaan lapsille positiivisen ja optimistisen oppimisympäristön, jossa myös lapset ymmärtävät auttaa toinen toisiaan.

Päiväkotipäivän aikaisia toimintoja työntekijät kertoivat toteuttavansa pienryhmissä, jonka todettiin auttavan lapsia tuomaan omia mielipiteitään esiin ja toisaalta hallitsemaan ryhmän haastavia lapsia paremmin. Pienryhmässä arkojen lasten on helpompi ilmaista itseään ja kokea yhteenkuuluvuudentunnetta sekä haastavien lasten haasteet pysyvät paremmin loitolla.

*H#1: ”Kai sitä itse yrittää saada lasta mukaan leikkeihin sanomalla, että meillä olisi yksi lapsi, joka tahtoi leikkiin mukaan. Että rohkeasti vaan mukaan. Varsinkin, jos on hiukan arempi lapsi.”*

*H#2: ”Meillä on aika paljon pienryhmätoimintaa. Esim., jos mietitään sellaisia lapsia, joilla voi olla isossa ryhmässä vähän haastavaa, niin uskaltaa tuoda niitä omia mielipiteitä esiin. Ja sitten pienemmässä ryhmässä esim. näiden arempienkin lasten on helpompi ilmaista itseään ja kokea sellaista yhteenkuuluvuudentunnetta.”*

### 8.1.6 Liikunta, ravitseminen ja lepo

Lasten fyysistä terveyttä työntekijät edistävät puhumalla lapsille ravinnosta ja rohkaisemalla lapsia maistamaan erilaisia makuja. Makuja maistellaan, mutta kaikkea ei ole pakko syödä. Työntekijät huolehtivat myös lasten levon ja aktiivisuuden määrästä sekä tarkastelevat lasten vireystasoa. Lasten vireystaso ohjaa osittain päivän kulkua. Aamupäivän aikaisiin rutiineihin kuuluu esim. liikkuminen leikkipuistossa, jonka jälkeen syödään lounas, jota seuraa päivälepo.

*H#1: ”Siinäkin on sitten, että levon ja toiminnan vuorottelu, mikä toimii. Sitä vireystason säätelyä päivän aikana. Mehän se katsotaan, että miten se meni. Milloin ollaan kaasuna ja milloin jarruna.”*

*H#2: ”Fyysistä terveyttä edesautetaan, puhutaan ravinnosta ja opetetaan lapsia, että vähän maistetaan eri makuja ja kaikista ruuista ei tarvitse pitää, mutta kaikkia vähän maistellaan. Uusia makuja maistellaan, mutta ei ole pakko syödä.”*

*H#4: ”Ulkoilut esim. ovat tosi hyviä. Niissä se kehittyy kyllä kaikella tavalla. Retket ja sitten nuo sisäliikuntahetket, mitä tehdään salissa monipuolista liikuntaa. Ja joka päivä koitetaan saada niitä liikkumishetkiä myös siihen ohjattuun toimintaan.”*

### 8.1.7 Tunnetaidot ja epäonnistumisten sietokyky

Lasten stressinsietokykyä ja epäonnistumisten sietokykyä työntekijät kertoivat kehittävänsä esim. keskustelemalla lapsen kanssa siitä, että aina ei voi onnistua joka asiassa. Pelkkä yritysikin on joskus riittävän hyvä. Tunnetaitojen kehittymisen tukena työntekijät kertoivat käyttävänsä esim. viikoittaista tunnetaitoryhmää. Viikoittaisessa tunnetaitoryhmässä käsitellään tunteita ja harjoitellaan tunteiden säätelyä. Tunnetaitoryhmässä käsitellään toimintatapoja eri tilanteissa ja opetellaan tunnistamaan ja nimeämään tunteita. Työntekijät kertoivat, että päiväkodissa keskustellaan lasten kanssa konkreettisista taidoista ja keinoista, joilla he selviävät arjen tunnekuohuista. Esim. lapsen tuoutuessa hänelle annetaan tila ja aika tunteiden purkamiseen, jonka jälkeen keskustellaan tilanteen kulusta.

*H#1: ”Otetaan vastaan emotionaalinen purkaus ja puhutaan lapsi tilanteiden yli. Eli vaaditaan, että aikuinen on rauhallinen ja ottaa vastaan, mitä sieltä on tullakseen. Keskustelu, ohjaus, ajan antaminen.”*

*H#2: ”Aina ei voi onnistua joka asiassa ja tuetaan siinä, että meillä on esim. täällä viikoittain tunnetaidotryhmiäkin ja siellä käsitellään näitä tunteita. Ja sitten tunteiden-säätelytaitoja harjoitellaan, että miten sitten voidaan toimia eri tilanteissa ja harjoitellaan tunnistamaan tunteita.”*

*H#4: ”Aikuinen sanoittaa niitä tunteita ja otetaan se tunne vastaan, että tämä harmittaa ja sitten päästään eteenpäin. Ja se, että olisi rauhallinen tila, ettei kaikki lapset olisi siinä ympärillä. Tiimin muut aikuiset huolehtivat siitä, että se rauha siihen tilanteeseen löytyy.”*

## 8.2 Työntekijöiden toimintatavat ja vuorovaikutustyyli

### 8.2.1 Sovitut toimintatavat

Työntekijät kokivat, että omassa toiminnassa on aina jotain kehitettävää ja joka päivä oppii jotain uutta erilaisten tilanteiden kautta. Työntekijät sanoivat pyrkivänsä toimintakauden alusta alkaen tiimipalavereissa keskustelemaan lasten asioista sekä työyhteisön arvoista ja pelisäännöistä. Työntekijät sanoivat keskustelevansa esim. lasten tuen tarpeista sekä henkilökunnan toimintaperiaatteista. Työntekijät kertoivat keskenään sopivansa toimintakauden alussa yhteiset toimintatavat ja säännöt, jotka ohjaavat toimintaa ja luovat tietynlaiset odotusarvot työntekijöille. Toimintatavat ja säännöt ovat työntekijöiden mukaan yhteisiä arvoja eli mitä he ovat yhdessä halunneet ja sopineet. Esim. ruokailussa työntekijät keskittyvät omaan tekemiseen ja pyrkivät samalla noudattamaan sovittuja toimintatapoja. Työntekijöiden tavoitteena on tätä kautta luoda hyvä yhteishenki työpaikalle. Työntekijät puhuvat keskenään vuorovaikutustyyleistä ja kokevat, että rauhallisuus, yhteisistä säännöistä kiinni pitäminen ja rajojen asettaminen ovat tärkeitä lapselle. Niiden koetaan luovan lapselle turvallisuutta.

*H#1: ”Sitähän se vaatii, että me ollaan tiiminä työstetty nämä ja että se toimii. Mitkä ovat meidän arvot ja säännöt, että me osataan toimia niiden mukaan joka tilanteessa.”*

*H#2: ”Me ollaan esim. vuosi sitten sovittu työntekijöiden kanssa yhteisiä toimintatapoja ja sääntöjä, että millä tavalla toimitaan ja mitä kaikki odottaa. Nämä ovat meidän arvoja, mitä me yhdessä halutaan ja on sovittu.”*

*H#4: ”Taataan, että aikuinen on rauhallinen ja tiimi tukee sitä aikuisen toimintaa. Ja tarvittaessa tehdään vaihto. Joskus joku lapsi on ihan äärimmäisen raivoissaan ja se on monesti raivoissaan sille aikuiselle siitä tilanteesta, kun aikuinen odottaa hänen toimivan tietyllä tavalla. Kun siihen tulee toinen aikuinen, niin se tilanne saattaa mennä ohi, vaikka se toimintatapa on molemmilla aikuisilla se sama.”*

## 8.2.2 Vuorovaikutus lapsen kanssa

Työntekijät sanoivat, että vuorovaikutuksen pitäisi olla myönteistä ja positiivista tavalla, jossa lapsia kohdellaan tasa-arvoisesti ja siten, että kaikilla työntekijöillä olisi sama toimintatapa ja suunta lasten kasvatuksessa. Lasten kanssa työntekijät keskustelivat positiivisessa hengessä ja keskittyvät huomaamaan lasten myönteiset puolet. Vuorovaikutuksesta sanottiin, että välillä lapsille asetetaan rajoja ja heitä rauhoitellaan, mutta aina kun on mahdollista, niin työntekijät antavat positiivista palautetta, kehuja ja kannustusta. Positiivisen palautteen yms. koettiin vievän lasta enemmän eteenpäin. Työntekijät tahtoivat panostaa positiiviseen palautteenantoon, sillä he kokivat, että työntekijät luontaisesti kieltävät lapsia tekemästä ja puhuvat lapsille negatiiviseen sävyyn. Työntekijät kertoivat pyrkivänsä kääntämään negatiivisena koetut tilanteet positiiviseksi kehumiseksi. Työntekijät pitävät tätä taitoa tärkeänä varhaiskasvatuksessa, jonka takia työntekijät puhuvat vuorovaikutustyyleistä tiimin kesken aina kun mahdollista.

Työntekijöiden näkemyksen mukaan vuorovaikutus perustuu keskusteluun, ohjaukseen ja ajan antamiseen. Työntekijät kuvailivat vuorovaikutustyylejään enimmäkseen rauhalliseksi, mutta jämähäksi. Työntekijän pitäisi toimia rauhallisesti ja samanaikaisesti olla lapsille turvallinen auktoriteettihahmo, jolla on loppujen lopuksi se viimeinen

sana. Työntekijät kertoivat pyrkivänsä ohjaamaan lasta selkeästi ja lapsen tason mukaisesti sekä opettelevansa huomaamaan lasten hyvät puolet. Lasten tarpeet ovat työntekijöiden mielestä hyvin yksilöllisiä, jonka takia lasten kanssa toimitaan sen mukaan, millainen lapsi on. Esim. osalle riittää sanallinen ohjaus, kun taas osa tarvitsee lyhyitä ohjeita ja kuvatukea. Kuvia työntekijät kertoivat käyttävänsä paljon vuorovaikutuksen tukena. Haastavien lasten kanssa työntekijät kertoivat luovansa selkeät säännöt pitäytyen niissä jämäkästi. Haastaville lapsille täytyy myös osata sanoa ei. Kieltoja työntekijät kertoivat käyttävänsä, jos tilanne niin vaatii. Esim. vaaratilanteessa kieltoja käytetään automaattisesti, jonka jälkeen lapselle kerrotaan, että miksi kiellettiin ja minkä takia työntekijän äänensävy muuttui tilanteen aikana.

Työntekijät kertoivat myös huomaavansa erilaisen palautteenannon ja työntekijän oman käytöksen vaikutuksen lapsissa. Lapset huomaavat ja vaistoavat heti sen levottomuuden, joka sitten näkyy lasten käytöksessä. Työntekijät kokevat, että lapset huomaavat ja reagoivat aikuisen käytökseen, sekä hyvään että pahaan. Jos aikuinen esim. on hermostunut ja kokee, että hänen täytyy olla kahdessa paikassa samaan aikaan, esim. pastilleja jakamassa ja vessajonossa vahtimassa, niin se näyttäytyy lapsille hermostuneisuutena ja levottomuutena. Tämän takia aikuinen myös helpommin ohjaa lapsia negatiivissävyyteisemmin, koska aikuisella itsellään on pinna kireällä.

*H#1: ”Turvallinen ohjaustyyli, mutta niin, että täytyy olla selkeä auktoriteetti. Varsinkin, kun meillä on ryhmä, missä on paljon haasteita, niin todella täytyy olla sellainen hyvin selkeät säännöt ja aikuisella täytyy olla auktoriteettia siinä kohtaa, kun täytyy sanoa, että ei.”*

*H#2: ”Pitää pystyä itse toimimaan rauhallisesti ja ohjata lasta selkeästi ja lapsen tason mukaisesti. Osa lapsista tarvitsee lyhyitä ohjeita, rauhoittumista, kuvatukea ja vierellä olemista. Lapset ovat hyvin yksilöllisiä eli täytyy vastata sen mukaan, millainen lapsi on. Osalle riittää sanallinen ohjaus, mutta osalle pitää tarjota rinnalla olemista ja ohjaamista.”*

*H#3: ”Pyritään jämäkkyuteen ja sellaiseen selkeään vuorovaikutustyyliin. Ja on tilanteita ja asioita, joissa lapsen kanssa ei neuvotella.”*



### 8.2.3 Tiimityöskentely

Työntekijät pitivät hyvin toimivaa tiimiä tärkeänä lapsen resilienssin kehittämisen kannalta. Työntekijät kertoivat, että työkaverien tuen avulla työtä jaksaa tehdä. Työkaverien kanssa jaetaan kohdatut tilanteet ja saadaan ymmärrystä. Työntekijät kokivat, että tilanteet pystytään purkamaan ja toimintatapoja muokkaamaan paremmin tiimin kesken kuin yksin.

*H#1: ”Ilman noita työkavereita ei tällaista millään, kerta kaikkiaan jaksaisi. Pystyy sen tilanteen jakamaan niin kuin heti ja saamaan sitä ymmärrystä, että juu sama ajatus on tästä tilanteesta. Se on tosi hyvä, että on toimiva tiimi, että pystyy jakamaan.”*

*H#2: ”Meillä pyritään siihen, että on samat toimintatavat ja yritetään luoda sellainen hyvä yhteishenki tänne. On tärkeää muistuttaa toinen toisiaan, että pyritään positiiviseen vuorovaikutukseen ja siihen, että lapsia kohdellaan tasa-arvoisesti ja siten, että kaikilla olisi sama toimintatapa ja sama suunta siinä kasvatuksessa.”*

### 8.2.4 Koulutusten hyödyntäminen

Työntekijät tahtoisivat käyttää vuorovaikutuksen tukena myös nykyistä enemmän koulutusmateriaalia, sillä koulutusten tuomat ideat koettiin hyödyllisiksi. Mutta samanaikaisesti, niiden aktiivinen käyttäminen ja hyödyntäminen arjessa koettiin haastavaksi.

*H#1: ”Eri menetelmien hyödyntäminen paremmin tässä toiminnassa. Sherborne oli ihan hirmu hyvä koulutus, siinä sai purettua eri tavalla energioita. Ne on hirmu hyviä koulutuksia, mutta miten ne saisi pysymään siinä arjessa mukana. Se on se haaste, että kaikkiin näihin tilanteisiin hyödyntää jotain tällaisia. Ne on aina käytössä hetken ja niitä kokeillaan vähän. Ne on aika kivoja ideoita, mutta sitten ne vähän jää.”*

*H#4: ”Kaikkia menetelmiä tulee koko ajan lisää, että pysytään niin kuin ajan hermolla. Se on tosi tärkeää. Näen, että siihen kannattaa kyllä panostaa. Työntekijät pysyvät ajan tasalla ja saavat uusia ajatuksia, ideoita ja menetelmiä.”*

### 8.3 Varhaiskasvatuksen toimintaympäristön soveltuvuus

#### 8.3.1 Päiväkodin sijainti, välineet ja arkirutiinit

Varhaiskasvatuksen työntekijät pitivät päiväkodin toimintaympäristöä ja sijaintia hyvänä resilienssin kehittämiseen. Päiväkotien läheisyydessä on esim. leikkipuistoja ja kirjasto. Työntekijät pitivät päiväkodin toimintaympäristön soveltuvuutta resilienssin kehittämiseen hyvänä myös verrannollisesti. Päiväkodissa tulee vastaan odottelua ja konflikteja, joita ei välttämättä esim. kotioloissa tarvitse kohdata. Arki on myös ennalta pohdittua, joka tekee resilienssin kehittämistä turvallisempaa. Työntekijöiden mielestä myös toimintaympäristössä olevaa välineistöä ja leluja löytyy riittävästi. Liikuntavälineitä on myös ihan riittävästi, vaikka joitakin saisi olla lisää. Kaikkea voi itsekin kehittää ja vaihdella niitä leluja, niin sitten ne kiinnostavat taas vähän enemmän.

*H#2: ”Välineistöä ja leluja täällä on ollut riittävästi. Liikuntavälineitä on myös ihan riittävästi, joitakin saisi olla lisää ja kaikkea voi itsekin kehittää ja vaihdella niitä leluja, niin sitten ne kiinnostavat taas vähän enemmän.”*

*H#3: ”Tämän talon sijainti, että ollaan kävelymatkan etäisyydellä monesta kivasta paikasta, mitä nyt tänä keväänä on ollut pois pelistä. On kirjasto ja leikkipuistoja.”*

*H#4: ”Tämä on todella hyvä sijainti. Meillä on hyviä ulkoilumaastoja tässä. Ainoastaan tuo piha on täynnä kiveä, mutta se ei vaikuta kuitenkaan sillä tavalla siihen lapsen kehitykseen. Meillä on monipuoliset hyvät välineet tässä päiväkodissa.”*

#### 8.3.2 Henkilöstön määrä

Henkilöstöä työntekijät kaipasivat enemmän, varsinkin haastavien tilanteiden ajaksi ja niiden kunnolliseen hoitamiseen. Yksittäiset haastavat lapset hyötyisivät tietyissä tilanteissa henkilökohtaisemmasta tuesta, sillä henkilöstöllä ei ole nykyresursseilla mahdollista esim. lähteä lapsen kanssa rauhoittumaan pitkäksi aikaa, koska muut tilanteet menevät samalla eteenpäin ja vaativat kaikkien aikuisten läsnäoloa. Nämä

tilanteet pystyttäisiin hoitamaan paremmin ja tavoitteellisemmin, jos aikuisia olisi enemmän. Riittävää henkilöstön määrää pidettiin välttämättömänä ryhmän toiminnan kannalta.

Työntekijät kokevat, että haastavien lasten määrä on koko ajan kasvussa, joka tekee arjesta haasteellisempaa kuin ennen. Haasteellisten lasten koetaan myös luovan kiirettä. Esim. silloin, kun lapsiryhmä on iso ja paikalla on vähän aikuisia, niin lapsiryhmä on huomattavasti levottomampi kuin silloin, kun lapsiryhmä on pieni ja paikalla on tarpeeksi aikuisia. Ne lapset, joilla on haasteita käytöksessä, käyttäytyvät isossa lapsiryhmässä levottomammin kuin pienessä. Toisaalta, jos lapsiryhmä on pieni ja aikuisia on riittävästi kaikissa siirtymätilanteissa, niin aikuisille ei tule levoton olo.

*H#1: ”On niitä yksittäisiä, jotka tarvitsevat vielä enemmän tukea siihen oman resilienssin kehittämiseen. Siinä sitten se henkilöstön määrä, että olisi se mahdollisuus ottaa se yksi ja lähteä sen kanssa rauhoittumaan, ilman että siellä tulee mitään muita tilanteita. Ne tilanteet pystyisi hoitamaan paremminkin. Kyllä me nytkin hoidetaan, mutta se, että ne pystyisi vielä selkeämmin ja tavoitteellisemmin hoitamaan ne tilanteet pois. Lähinnä se, että niiden lasten haasteiden määrään olisi tarpeeksi käsipareja. Meilläkin on tässä ryhmässä aika monta, jotka tarvitsevat sen yhden aikuisen vallan.”*

*H#3: ”Ei riitä kädet, jos on normaali ryhmä paikalla. Ja se mitä tässä on kuullut, että henkilökohtaiset avustajat ajetaan alas ja on vaan ryhmäavustajia, että se on yksi iso tekijä siinä, että kuka kenellekin riittää. Tuntuu siltä, että ryhmässä on aina vaan enemmän niitä lapsia, joilla on erityistarpeita. Sellaisilla lapsilla ei koskaan tule mitään diagnoosia, että heillä ei ole sellaista diagnosoitavaa, erityisyyttä. Se on sellainen, mikä tekee just sitä kiirettä.”*

*H#4: ”Meillä on ollut hyvin resursseja, että ollaan saatu avustajia. Toki ne on ollut aivan välttämättömiä ryhmän toiminnan kannalta. Se, että aikuisia on riittävästi, auttaa siihen, että lapsi saa sen huomion, mitä hän tarvitsee riittävän ajoissa, ettei tule sitä, että hermot jo menee. Ja ottaen huomioon sen, että tänä päivänä on niin paljon enemmän erityisen tuen tai tehostetun tuen tarvetta. Kun on riittävä aikuismäärä, niin silloin se tukee sitä lapsen kehitystä.”*

### 8.3.3 Toimitilojen soveltuvuus

Toimitiloja varhaiskasvatuksen työntekijät kuvailivat ahtaiksi ja tietyissä päiväkodeissa siirtymiset päiväkodin omalla alueella koettiin haasteellisiksi. Esim. ulos siirtyminen lasten kanssa voi tuottaa hankaluuksia, koska piha-alue voi tuottaa vaaratilanteita tarpeettomasti ilman aikuisen välitöntä läsnäoloa. Tiloihin työntekijät suhtautuivat kriittisesti, koska jopa tarkoituksenmukaisiin ja uusittuihin tiloihin tulee päivittäin paljon lapsia, niin tilat saattavat tuntua ahtailta. Työntekijät kokevat, että mitä enemmän tilaa ja liikkuvuutta, sen parempi.

Työntekijät kertoivat, että lasten jakaminen pienryhmiin auttaa, kun työskennellään ahtaissa tiloissa. Tällöin melu ja häly ei ole niin paljon läsnä. Työntekijät sanoivat myös hyödyntävänsä päiväkotialueen ulkopuolista ympäristöä. Esim. liikuntaryhmiä voidaan pitää kesäisin kokonaan ulkona. Samoin esim. tunnetaitoryhmiä voidaan pitää lähimetsässä. Työntekijät kertoivat luovansa omalla toiminnallaan ympäristöstä hyvän. Työntekijöiden mukaan tilojen hyödyntäminen vaatii työntekijöiden luovuutta ja ymmärrystä. Työntekijöiden mukaan heidän täytyy suunnitella toiminnat etukäteen ja miettiä lapsiryhmät valmiiksi, jotta jakautuminen pienryhmissä omiin toimintaympäristöihin onnistuisi. Työntekijöiden täytyy miettiä, että missä ryhmässä kukin lapsi on, mistä toiminnasta lapsi hyötyy ja mikä motivoi lasta. Tällä tavalla toimiessa arki sujuu hyvin. Työntekijät pitivät päivästruktuuria todella tärkeänä lapsille. Työntekijät sanoivat, että päivästruktuurin avulla lapset pystyvät ennakoimaan päivää ja tietämään, mitä milloinkin tapahtuu.

*H#1: ”Ihan toimivat tilat, vaikka saisi olla vähän isommat. Varsinkin liikuntajuttuihin, mutta on meillä sitten toi talon toinen pääty ja sali käytössä, sitten kun se on vapaana.”*

*H#2: ”Vähän kriittisesti kuitenkin suhtauduin niihin tiloihin, kun ajattelin, että siinä ryhmässä missä minä olen ja johon tulee myös eskariope, on melkein 30 lasta kirjoilla. Ja sitten kun ne sattuvat olemaan kaikki samaan aikaan, kun sellaisiakin päiviä saattaa tulla, niin sitten tilat saattavat tuntua pieniltä ja ahtailta, vaikka onkin uudet ja remontoituneet tilat. Koen, että mitä enemmän olisi tilaa ja liikkuvuutta, niin sen parempi.”*

*H#3: ”Enemmän tilaa. Sitä ei koskaan ole liikaa.”*

## 9 JOHTOPÄÄTÖKSET JA YHTEENVETO

### 9.1 Yleistä

Suomessa resilienssille ei ole vakiintunut tiettyä yksittäistä sanaa sitä kuvaamaan, mutta sitä kutsutaan muun muassa joustavuudeksi, pärjäävyudeksi, lannistamattomuudeksi, selviytymis-, muutos- ja palautumiskykyisyydeksi, sisuksi, sitkeydeksi, sinnikkyudeksi, murtumisen vastustuskyvyksi sekä kriisikestävyudeksi. (Pojjula, 2018, 16.) Resilienssiä voidaan käsitteenä kuvata monella erilaisella tavalla, mutta yhtenäistä kuvauksissa on se, että resilienssi yksilö reagoi positiivisesti epäonnistumiseen tai vastoinkäymiseen (Perkins-Gough, 2013, 1).

Resilienssi on yksilön ja hänen ympäristönsä välisen vuorovaikutuksen lopputulos. Siihen voivat vaikuttaa yksilölliset (esimerkiksi optimisti) ja ympäristön resurssit. Resilienssi on siten siis muovautuva ja sitä voidaan parantaa interventioilla. (Pojjula, 2018, 225.) Yksilön ominaisuuksista häiriökehitykseltä suojaavia ovat riittävä älykyys, tunteiden säätelykyky, myönteinen minäkäsitys, usko oman tilanteen turvallisuuteen ja oikeudenmukaisuuteen sekä motivaatio toimia tehokkaasti omassa ympäristössä. Selviytyvyyden kannalta keskeisimpinä psykologisina tekijöinä pidetään mielen vahvuutta, sosiaalista kyvykkyyttä, ongelmanratkaisukykyä ja yhteyden kokemisen tunnetta. (Pojjula, 2016, 161.)

Seuraavassa alaluvussa (johtopäätökset) tarkastelen teorian tiedon ja tutkimukseni tulosten yhteensopivuutta sekä esittelen tutkimustuloksista tehdyt johtopäätökset. Johtopäätökset on eritelty resilienssitekijöittäin, joiden lisäksi on huomioitu vuorovaikutuksen merkitys ja toimintaympäristön soveltuvuus. Tarkasti eriteltyjen johtopäätösten jälkeisessä alaluvussa (yhteenveto) esittelen tutkimustuloksista ja niiden johtopäätöksistä tekemäni yhteenvetö.

## 9.2 Johtopäätökset

### 9.2.1 Sosiaalisen tukiverkoston kehittäminen

Resilienssiin vaikuttaa niin geneettiset, psykologiset, biologiset, sosiaaliset kuin henkiset tekijät. Yksittäisistä tekijöistä kuitenkin sosiaalinen tuki on nostettu esiin erityisen tärkeänä. (Hedrenius & Johansson, 2013, 157.) Psykologinen resilienssi kehittyy ympäristössä, jossa lapsuuden aikana lapselle osoitetaan rakkautta, emotionaalista herkkyyttä, johdonmukaisuutta ja luotettavuutta. Sosiaaliset ja ympäristölliset tekijät voivat mahdollistaa lapsen resilienssin kehittymisen haasteiden ja stressaavien tilanteiden edessä. Oikeanlainen kasvuympäristö auttaa kehittämään lapsen yksilöllisiä resilienssiin vaikuttavia ominaisuuksia, kuten tunteiden säätelykykyä ja ongelmanratkaisukykyä. Oikeanlainen kasvuympäristö edistää myös lapsen turvallista kiintymistä, ystävyssuhteiden ylläpitämistä ja omatoimisuutta. (Southwick, Sippel & Krystal, 2016.)

Suurin osa haastateltavista viittasi moneen kertaan asioihin, jotka vaikuttavat lapsen sosiaalisen tuen kehittämiseen. Sosiaaliseen tukeen viitattiin suoranaisesti esim. kertomalla, miten vetäytyviä ja arkoja lapsia saadaan lasten keskinäisiin leikkeihin mukaan. Toisaalta sosiaaliseen tukeen viitattiin myös välillisesti esim. kertomalla yhteisistä säännöistä ja yhteisön arvoista sekä kuvailemalla aikuisen rauhallista ja johdonmukaista vuorovaikutustyyliä. Johdonmukaisuuden koettiin luovan turvallisuudentunnetta lapsille.

Ajattelen, että lapsen sosiaalisen tuen mahdollistajana toimii työntekijä, jonka vuorovaikutustyyli rohkaisee lapsia toimimaan ja tekemään “viisaita ja rohkeita” valintoja päivän aikana. Esim. arkoja lapsia voidaan “vetää” leikkeihin mukaan rohkaisemalla arkaa lasta sekä antamalla hänelle ohjausta ja tukea sosiaalisessa tilanteessa. Toisaalta työntekijä voi myös ohjata ja opettaa sosiaalisesti taitavia lapsia huomioimaan arempia ja vetäytyvämpiä lapsia paremmin. Myös haastateltavat pitivät tärkeänä sitä, että lapset opettelevat huomioimaan toisensa paremmin arjessa vastaan tulevien tilanteiden kautta.

### 9.2.2 Elämönhallintataitojen kehittäminen

Elämönhallintataitojen päällimmäisenä tarkoituksena on auttaa ihmistä selviämään stressaavissa olosuhteissa sekä säätelemään tunteita, jotka ovat seurausta stressaavasta tilanteesta. Elämönhallintataitoihin sisältyy sekä ongelma- että tunnekeskeisiä osa-alueita. Ongelmakeskeisiin osa-alueisiin kuuluu selviytyvyys kohtaamistilanteessa, sosiaalisen tuen etsiminen ja ongelmanratkaisukyky. Tunnekeskeisiin osa-alueisiin kuuluu itsehillintä, sosiaalisen tuen etsiminen, vetäytyminen, positiivinen näkökulma, vastuun hyväksyminen sekä vältteleminen. (Mohamed & Baqutayan, 2015, 482.) Resilientit yksilöt käyttävät aktiivisia, eivätkä passiivisia elämönhallintataitoja. Toisin sanoen, he toimivat ja tekevät itsestään resilienttejä yksilöitä. (Iacoviello & Charney, 2014.)

Haastateltavat keskustelivat elämönhallintataitoihin liittyvistä osa-alueista paljon haastattelujen aikana. Kaikissa haastatteluissa pidettiin tärkeänä lapsen positiivisen minäkuvan kehittämistä sekä suurimmassa osassa haastatteluja keskityttiin paljon lasten itsehillintätaitoihin. Itsehillinnän harjoittamiseen viitattiin yleensä haastavien kasvatustilanteiden yhteydessä. Elämönhallintataitojen kehittämistä pidettiin tärkeänä, joka näkyi esim. haastateltavien tavassa puhua arjen toiminta- ja opetustilanteista sekä työntekijöiden vuorovaikutustyyleistä. Esim. lasten positiivista minäkuvaa työntekijät kertoivat ylläpitävänsä kannustamalla ja kehumalla lapsia sekä huomioimalla lasten hyvät hetket ja onnistumiset. Tämän kehitystyön apuna suurin osa työntekijöistä kertoi käyttävänsä apunaan esim. kommunikoinnin apuvälineitä, kuten vihreää valoa tai kultamerkkiä. Suurin osa työntekijöistä kertoi myös kehittävänsä lasten tunnetaitoja esim. tunnetaitoryhmän avulla, sanoittamalla lapselle hänen tunnetilaansa tai lukemalla lapsen vireystilaa ja keskustelemalla siitä lapsen kanssa vireystasomittarin avulla. Konfliktitilanteita ja niiden selvittämistä taas pidettiin yleisesti hyvänä ongelmanratkaisukyvyyn kehittäjänä.

### 9.2.3 Kognitiivisen joustavuuden kehittäminen

Kognitiivinen joustavuus viittaa yksilön kykyyn uudelleenmuodostaa näkökulmaansa ja kokemustaan traumaattisen tapahtuman osalta. Uudelleenmuodostaminen voi sisältää pyrkimyksen löytää positiivisia lopputuloksia ja merkityksiä kivuliaalle

tapahtumille sekä näiden tapahtumien tiedostamisen. Traumaattista kokemusta voidaan arvostaa enemmän ja tapahtumille voidaan löytää positiivisia merkityksiä kognitiivisen joustavuuden avulla. (Iacoviello & Charney, 2014.) Kognitiivinen joustavuus tarkoittaa myös kykyä siirtää huomiota ja kykyä keskittyä uudelleen erilaisesta tehtävästä toiseen siirryttäessä. Esimerkiksi uusien sääntöjen ja tehtävien luominen kesken toiminnon voi hankaloittaa lapsen tekemistä ohjeiden mukaan lapsen iästä ja tasosta riippuen. (Perone, Almy & Zelazo, 2018.)

Lasten kognitiivista joustavuutta suurin osa haastateltavista kertoi kehittävänsä lasten kokemien epäonnistumisten kautta. Haastateltavat kertoivat esim. keskustelewansa lasten kanssa epäonnistumisten tavanomaisuudesta ja rohkaisevansa lapsia yrittämään haasteellisia asioita epäonnistumisen pelosta huolimatta. Epäonnistumista seuraa yleensä pettymyksen kokeminen ja turhautuminen. Lapsen turhautuessa haastateltavat kertoivat keskustelewansa lapsen kanssa tilanteen kulusta ja miettivänsä lapsen kanssa keinoja päästä tilanteesta yli. Suurin osa haastateltavista kertoi, että päiväkodissa keskustellaan lasten kanssa konkreettisista taidoista ja keinoista, joilla he selviävät arjen tunnekuohuista eteenpäin. Tärkeänä pidettiin sitä, että lapsen tuoutuessa hänelle annetaan tila ja aika tunteiden purkamiseen, jonka jälkeen keskustellaan lapsen kanssa tilanteen kulusta rauhalliseen sävyyn.

Kognitiivisen joustavuuden apuna voidaan myös käyttää esim. kuvakommunikaatiota, jonka avulla tiettyjen lasten on helpompi keskittyä, sisäistää sääntöjä ja toimia halutulla tavalla. Suurin osa haastateltavista kertoi käyttävänsä kommunikoinnin apuvälineitä lasten ohjauksen tukena, mutta sitä ei yhdistetty suoranaisesti tähän osa-alueeseen. Selkeiden ohjeiden ja kuvien antaman tuen avulla tiettyjen lasten on huomattavasti helpompi toimia lapsiryhmän mukana ja keskittyä olennaiseen.

#### 9.2.4 Optimismin kehittäminen

Optimististen näkemysten ylläpitäminen auttaa yksilöä kestäämään kärsimyksen ja pysymään suorituskyykyisenä (Iacoviello & Charney, 2014). Optimismi viittaa yksilön kokemaan positiiviseen näkymään ja suotuisiin odotuksiin omasta tulevaisuudesta (Carver, Scheier & Segerstrom, 2010). Optimismia voidaan kehittää muuttamalla



yksilön peruskomuksia ja odotuksia tulevaisuuden suhteen positiiviseen suuntaan (Iacoviello & Charney, 2014).

Optimismissa on paljon yhtäläisyyksiä esim. elämähallintataitojen kanssa. Optimismissa kuitenkin pääroolia esittää lapsen usko omaan onnistumiseen ja positiivisen tulevaisuudenkuvan ylläpitäminen. Omasta mielestäni tässä on kyse enimmäkseen lapsen pitkäjänteisyydestä ja kyvystä pysyä positiivisena haastavien oppimishetkien aikana. Pitkäjänteisyyteen ja optimistiseen näkemykseen vaikuttaa kuitenkin vahvasti esim. se, miten lapsi kokee itsensä. Lapsen minäkuvan kehittäminen on käsitelty elämähallintataitojen yhteydessä.

Suurin osa haastateltavista kertoi, että vuorovaikutuksen pitäisi olla myönteistä ja positiivista tavalla, jossa keskitytään huomioimaan lasten myönteiset puolet. Haastateltavat kertoivat aina mahdollisuuksien mukaan antavansa positiivista palautetta ja kehuja sekä kannustavansa lapsia. On tärkeää, että oppimistuokioiden aikana lapsi huomioidaan oikealla tavalla, johon kuuluu kannustaminen, pienten onnistumisten huomioiminen ja kehuminen. Koen, että nämä asiat lisäävät lapsen pitkäjänteisyyttä ja luovat lapselle positiivisen kuvan oppimisprosessista. Suurin osa haastateltavista tahtoi kehittää jatkuvasti omaa toimintatapaansa ja panostaa positiiviseen palautteenantoon. Haastateltavien mielestä työntekijät luontaisesti kieltävät lapsia tekemästä ja puhuvat lapsille negatiiviseen sävyyn. Työntekijöiden pyrkimyksenä on kehuja avulla kääntää lapsen negatiivisena kokema tilanne positiiviseksi kokemukseksi.

#### 9.2.5 Henkilökohtaisen arvomaailman kehittäminen

Henkilökohtainen moraalinen kompassi koostuu yksilön adaptiivisista positiivisista uskomuksista, altruistisesta käytöksestä sekä elämän tarkoituksellisuudesta. Henkilökohtainen moraalinen kompassi tarkoittaa käytännössä sitä, että yksilö kehittää ja ylläpitää itseensä kohdistuvia positiivisia peruskomuksia ja omaa rooliaan ympäröivässä maailmassa. Positiiviset peruskomukset näkyvät myös yksilön käytöksessä. Altruistinen käytös siis ruokkii positiivisia peruskomuksia ja päinvastoin. Altruismi on myös vahvasti liitoksissa lapsen resilienssiin. Altruistisuutta, yhteisöllisyyttä tai yhteenkuuluvuudentunnetta lisäävä käytös voi myös lisätä tunnetta elämän

merkityksellisyyttä ja tarkoitusta kohtaan. Toisin sanoen, yksilö kokee elämän merkityksellisempänä altruistisen käytöksen seurauksena. (Iacoviello & Charney, 2014.)

Lapsen arvomaailman ja itseensä kohdistuvien peruskomusten kehittyminen koostuu monesta eri osa-alueesta. Osa näistä kehitettävistä osa-alueista linkittyy myös muihin resilienssitekijöihin, kuten positiivinen minäkuva ja itsesäätelykyky, jotka ovat osa elämönhallintataitoja. Esim. kehittymätön itsesäätelykyky näyttäytyy usein lapsen haastavana käytöksenä, joka tietyissä tilanteissa on samanaikaisesti yhteisten hyvien arvojen vastaista käytöstä. Monet resilienssitekijät ovat siis vahvasti liitoksissa toisiinsa.

Suurin osa haastateltavista kertoi kehittävänsä lasten arvomaailmaa esim. opettamalla lapsille yhdessä noudatettavia sääntöjä. Tällaisia yhteistä hyvää ympärilleen levittäviä sääntöjä opetetaan mm. ruokailun yhteydessä. Ruokailun aikana harjoitellaan esim. oman vuoron odottamista. Haastateltavat kertoivat myös palkitsevansa hyvän ja esimerkillisen käytöksen esim. näyttämällä lapselle kultamerkkiä. Esimerkillisen käytöksen esille tuominen on omasta mielestäni tärkeää, jotta lapsi olisi jatkossakin motivoitunut jatkamaan esimerkillistä käytöstä. Hyvän käytöksen huomioiminen kehittää myös lapsen minäkuva. Lasten arvomaailmaa kehitetään mm. käymällä lasten kanssa läpi päiväkodin yhteisiä peli- ja turvallisuussääntöjä. Sääntöjä käydään läpi esim. konfliktitilanteiden jälkeen, sillä niissä piilee samalla oppimisen mahdollisuus. Tällaisten toimintatilanteiden jälkeen lasten kanssa keskustellaan päiväkodin hyvistä arvoista ja siitä, mikä on oikein ja mikä väärin. Haastateltavat ajattelivat sääntöjen lisäävät myös lasten kokemaa turvallisuudentunnetta.

Suurin osa haastateltavista kertoi opettavansa arvoja esim. kuvailemalla lapsille tilanteita, jossa lapsen täytyy asettua toisen ihmisen asemaan ja pohtia, miltä toisesta tuntuu. Sanallisen kuvailun tukena kerrottiin käytettävän myös kuvia ja nukketheaterimateriaalia. Kuvailevien tilanteiden kautta lapset harjoittelevat puhumaan tunteista ja käsittelemään vuorovaikutustilanteita rakentavalla tavalla. Kuvailevien tilanteiden kautta lapset vahvistavat leikkitaitojaan, harjoittelevat sosiaalisia taitoja sekä opettelevat käsittelemään rakentavasti arjessa vastaan tulevia ristiriitatilanteita. Tunnekasvatuksen avulla lapset oppivat hillitsemään käytöstään paremmin, joka mahdollisesti näyttäytyy myöhemmin esimerkillisenä käytöksenä arjen tilanteissa.

### 9.2.6 Fyysisen terveyden kehittäminen

Fyysisen terveyden, aktiivisuuden ja harjoittelun on todettu olevan yksi resilienssiin vaikuttava tekijä. Fyysinen harjoittelu kehittää fyysistä kovuutta, joka itsessään voi auttaa selviytymään vastoinkäymisestä. Fyysisellä aktiivisuudella on myös positiivisia vaikutuksia mielialaan ja itsetuntoon, jotka itsessään auttavat yksilöä esim. muodostamaan uusia sosiaalisia suhteita. (Iacoviello & Charney, 2014.) Fyysisen aktiivisuuden kautta koheneva fyysinen kunto voi auttaa yksilöä myös saavuttamaan fysiologisia ja psykologisia etuja (Deuster & Silverman, 2013, 24). Fyysisellä aktiivisuudella tarkoitetaan erilaisia ja kuormittavuudeltaan eritasoisia liikunnan tapoja, kuten leikkimistä sisällä ja ulkona, retkeilyä sekä ohjattuja liikuntatuokioita. Ryhmässä liikkuminen kehittää lasten sosiaalisia taitoja, kuten vuorovaikutus- ja itsesäätelytaitoja. Fyysisen aktiivisuuden tulee olla luonteva osa lapsen päivää. (Opetushallitus, 2018, 48.)

Suurin osa haastateltavista kertoi kehittävänsä lasten fyysistä terveyttä esim. jokapäiväisten ulkoilujen tai liikuntatuokioiden avulla. Ulkoilumahdollisuuksia pidettiin hyvinä ja haastateltavat kertoivat hyödyntävänsä paljon päiväkodin ulkopuolista maastoa. Päiväkodin ulkopuolella on hyvä pyrkiä toteuttamaan monipuolisesti erilaisia harjoituksia ja oman kokemukseni mukaan lapset pitävät esim. retkistä yms. todella paljon. Osa haastateltavista kertoi kehittävänsä lasten fyysistä terveyttä puhumalla lapsille ravinnosta ja rohkaisemalla lapsia maistamaan erilaisia makuja. Osa haastateltavista kertoi myös huolehtivansa lasten levon ja aktiivisuuden määrästä sekä tarkastelevansa lasten vireystasoa. Omasta mielestäni lasten vireystason tarkastelu onkin tärkeää, sillä vireystaso ohjaa osittain lapsen mielialaa ja päivän kulkua.

### 9.2.7 Vuorovaikutuksen merkitys

Lapseen kohdistuvat ulkoiset tekijät, kuten lapsen kokemat ihmissuhteet ja aikuisen kasvatustyyli sekä ihmissuhteiden laatu vaikuttavat resilienssin kehittymiseen ja lapsen mentaaliseen terveyteen. Lapset, jotka saavat vanhemmiltaan paljon hyväksyntää, hellyyttä, tukea ja ohjausta, ovat lapsia, joiden resilienssi kehittyy positiiviseen suuntaan. (Zakeri, Jowkar & Razmjoe, 2010, 1067-1068.) Lapsen sosiaalis-emotionaalisten ongelmien, mieliala- ja käytöshäiriöiden yhtenä syynä taas pidetään kasvatusta,

joka perustuu kovuuteen, epäjohtonmukaisuuteen, etäisyyteen ja vihamielisyyteen (Lomanowska, Boivin et al., 2017).

Yksittäistä vuorovaikutustilannetta voidaan tarkastella kokonaisuutena, joka muodostuu verbaalisesta ja nonverbaalisesta viestinnästä sekä tilanteen ilmapiiristä. Ilmapiirillä tarkoitetaan tilanteen tunnelmaa ja henkeä, jonka voi aistia paikan päällä. (Ahonen, 2015, 47.) Kun lapset käyttäytyvät haastavasti esimerkiksi toimintatuokion aikana, ovat varhaiskasvatuksen työntekijät vastuussa sopivan intervention toteuttamisesta. Intervention tehokkuus on taas heijastusta siitä, kuinka taitava työntekijä on ollut interventiota toteuttamassa. Osa tätä taitavuutta on työntekijän kyvyssä saada positiivisia vaikutuksia aikaan lapsen käytöksessä. Positiiviseen interventioon kuuluu esimerkiksi lapsen kehuminen ja hyvän käytöksen ”ruokkiminen”. Taitamattomat työntekijät taas nojaavat samankaltaisessa tilanteessa enemmän lasta rajoittaviin toimenpiteisiin. (Gebbie, 2012.)

Tutkimustiedon kautta voidaan nykyisin todentaa, että tietyntylaiset kasvatustavat ovat yhteydessä lapsen resilienssin kehittymiseen. Vanhempjen lämpimän kasvatusotteen ajatellaan esimerkiksi vähentävän lapsen väkivaltaista käytöstä ja masennuksen oireita. Tämän lisäksi lämmin, tukea antava ja herkkyyteen perustuva vuorovaikutus auttaa pitämään lapsen emotionaalisen puolen tasapainossa. (Bai & Repetti, 2015.) Lämpimälle vuorovaikutukselle on tyypillistä syvä sitoutuminen vuorovaikutukseen lapsen kanssa. Lämpimässä vuorovaikutustavassa varhaiskasvattajan toiminnasta huomaa, että hän on töissä lapsia varten ja lasten kanssa vuorovaikutuksessa olemine on hänelle tärkeää. Lämpimässä vuorovaikutustilanteessa lapset kohdataan kiireettömästi, jopa hektisessä tilanteessa. Varhaiskasvattaja pysähtyy lapsen kokemuksen äärelle, kuuntelee lasta arvostavasti ja pyrkii tavoittamaan lapsen kokemuksen ja tulkinnan tilanteesta. (Ahonen, 2015, 109.)

Lämmintä vuorovaikutustyyliä käyttävä varhaiskasvattaja säilyy sensitiivisenä silloinkin, kun lapsi ilmentää voimakkaasti sosiaalis-emotionaalisen tuen tarvetta. Sensitiivisyydellä viitataan tässä yhteydessä esimerkiksi varhaiskasvattajan myönteiseen äänensävyyn, eleisiin ja ilmeisiin. Lämmin varhaiskasvattaja pyrkii tunnistamaan lapsen tarpeita mahdollisimman hyvin sekä antaa lapselle tilaa olla oma itsensä ja hyväksytyt juuri sellaisena kuin hän on. Lämpimässä vuorovaikutustilanteessa varhaiskasvattaja

on myös kosketuksessa itseensä kasvattajana ja arvioi herkästi oman toimintatapansa hedelmällisyyttä haastavissa kasvatustilanteissa. (Ahonen, 2015, 109.) Varhaiskasvattajan itsereflektio on siis osa lämmintä vuorovaikutusta.

Suurin osa haastateltavista kuvaili vuorovaikutustaan “lämpimäksi”, sillä haastateltavat pitivät tärkeänä työntekijän positiivisuutta, rauhallisuutta sekä läheisyyttä lapseen. Haastateltavat kertoivat keskittyvänsä huomaamaan lasten myönteiset puolet ja antavansa mahdollisuuksien mukaan positiivista palautetta, kehuja ja kannustusta. Lämmin vuorovaikutus ja positiivinen suhtautuminen lapseen vie lapsen kehitystä enemmän eteenpäin, kuin negatiivinen palaute ja loputtomat kiellot. Haastateltavat tahtoivat panostaa positiiviseen palautteenantoon, sillä he kokivat, että työntekijät luontaisesti kieltävät lapsia tekemästä ja puhuvat lapsille negatiiviseen sävyyn. Pyrkimyksenä on kääntää negatiivisena koetut tilanteet positiiviseksi kehumiseksi. Tämän lisäksi haastateltavat nostivat esiin johdonmukaisuuden tärkeyden, joka näkyi mm. haastateltavien tavassa puhua rajojen asettamisesta ja sääntöjen noudattamisesta. Lapsilta odotetaan yhteisten sääntöjen noudattamista ja niistä ei jousteta, ellei työntekijä siihen anna lupaa. Osa haastateltavista kuvailikin itseään auktoriteetti-hahmoksi, joka toimii rauhallisesti, ollen samalla jämäkkä.

Sääntöjen luominen lapselle ja niistä kiinni pitäminen olivat paljon esillä haastatteluiden aikana. Sääntöjen luomiseen ja rajojen asettamiseen on ehkä osittain syynä arjen arvaamattomuus sekä työntekijöiden kokemaa hallitsemattomuuden tunne ja stressi “levottomien lasten ja kiireen keskellä”. Tähän voi olla myös syynä se, että työntekijöille on tärkeämpää pitää kiinni päiväkodin yhteisistä toimintasäännöistä ja -tavoista kuin pysähtyä lapsen tarpeiden äärelle. Vuorovaikutus ja sen laatu sisältää monia elementtejä, joita ei aina voi täysin hallita. Ja hallinnan tunne on se, josta monet työntekijät todennäköisesti haluavat pitää kynsin ja hampain kiinni. Vastaan voi tulla esim. tilanteita, joissa työntekijöitä on vähän ja lapsia suhteellisen paljon tai tilanteita, joissa tiimin keskinäinen työskentely on esteenä laadukkaalle vuorovaikutukselle.

Tämän takia osa haastateltavista nostikin esiin itsereflektion ja tiimityöskentelyn tärkeyden. On hyvä esim tiedostaa, että työntekijän oma käytös ja vuorovaikutustyyli vaikuttaa suoraan lapsen käytökseen. Lapset esim. huomaavat ja vaistoavat työntekijän levottoman, stressaantuneen tai vihamielisen käytöksen ja mielentilan, joka sitten

näkyä lasten käytöksessä vastaavanlaisesti. Tämän takia itsekin koen, että omaan vuorovaikutukseen ei voi koskaan panostaa liikaa. Työntekijän esimerkillisen vuorovaikutuksen yhtenä osatekijänä on haastateltavienkin mainitsema loistava tiimi, joka auttaa työntekijöitä jaksamaan sekä tekee arjesta sujuvamman, vähemmän kuluttavan ja levollisemmän. Suurin osa haastateltavista kertoi, että toiminnan kannalta on tärkeää sopia tiimin kesken yhteiset säännöt ja toimintatavat, jotta arki lasten kanssa sujuisi mahdollisimman mutkattomasti.

Osa haastateltavista tahtoikin panostaa entistäkin enemmän aikuisen ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen ja sen laatuun. Haastateltavat kertoivat haluavansa hyödyntää enemmän koulutusmateriaaleista opittuja toimintatapoja työssään, sillä niiden käyttäminen koettiin hyödylliseksi. Niiden jatkuva käyttäminen koettiin kuitenkin hankalaksi, ehkä osittain siitä syystä, että koulutusmateriaalien toimintatavat pitäisi “iskostaa” osaksi työyhteisön menetelmiä, jotta niiden käyttäminen olisi luontaisempaa ja hyväksyttävämpää tilanteessa kuin tilanteessa.

#### 9.2.8 Toimintaympäristön soveltuvuus

Varhaiskasvatusta toteutetaan hyödyntämällä monia erilaisia oppimisympäristöjä. Oppimisympäristöillä tarkoitetaan tiloja, paikkoja, yhteisöjä, käytäntöjä, välineitä ja tarvikkeita, jotka tukevat lasten kehitystä, oppimista ja vuorovaikutusta. Oppimisympäristön käsite sisältää varhaiskasvatuksessa muun muassa fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen ulottuvuuden. Oppimisympäristöjä kehitetään siten, että varhaiskasvatukselle asetetut tavoitteet voidaan saavuttaa ja että ne tukevat lasten terveen itsetunnon sekä sosiaalisten ja oppimisen taitojen kehittymistä. Oppimisympäristöjen tulee tukea lasten luontaista uteliaisuutta ja oppimisen halua sekä ohjata leikkiin, fyysiseen aktiivisuuteen, tutkimiseen sekä taiteelliseen ilmaisuun ja kokemiseen. Oppimisympäristöt tarjoavat lapsille vaihtoehtoja mieluisaan tekemiseen, monipuoliseen ja vauhdikkaaseen liikkumiseen, leikkeihin ja peleihin sekä rauhalliseen oleiluun ja lepoon. (Opetushallitus, 2018, 32.)

Oppimisympäristöissä voidaan toteuttaa monenlaista pedagogista toimintaa ja ne muuntuvat tarpeen mukaan. Henkilöstön tulee ottaa huomioon lasten kiinnostuksen

kohteet, yksilölliset taidot ja tarpeet sekä varhaiskasvatuksen toteuttamisen periaatteet. (Opetushallitus, 2018, 32-33.) Varhaiskasvatuksen pedagogista toimintaa ja sen toteuttamista kuvaa kokonaisvaltaisuus. Tavoitteena on edistää lasten oppimista ja hyvinvointia sekä laaja-alaista osaamista. Pedagoginen toiminta toteutuu lasten ja henkilöstön välisessä vuorovaikutuksessa ja yhteisessä toiminnassa. Lasten omaehtoinen, henkilöstön ja lasten yhdessä ideoima sekä henkilöstön johdolla suunniteltu toiminta täydentävät toisiaan. Varhaiskasvatuksen pedagoginen toiminta läpäisee kasvatuksen, opetuksen ja hoidon kokonaisuuden. (Opetushallitus, 2018, 36.)

Pedagogisen toiminnan toteuttaminen vaatii myös osakseen riittävän määrän henkilöstöä. Päiväkodissa tulee kasvat-, opetus- ja hoitotehtävissä olla varhaiskasvatuksessa olevien lapsien määrään, heidän ikäänsä ja varhaiskasvatuksessa päivittäin viettämänsä aikaan suhteutettuna riittävä määrä henkilöitä, joilla on varhaiskasvatuksen opettajan, sosionomin tai lastenhoitajan ammatillinen kelpoisuus. Päiväkodissa kasvat-, opetus- ja hoitotehtävissä toimivasta henkilöstöstä vähintään kahdella kolmasosalla tulee olla varhaiskasvatuksen opettajan tai sosionomin kelpoisuus, josta vähintään puolella varhaiskasvatuksen opettajan kelpoisuus. Muilla tulee olla vähintään varhaiskasvatuksen lastenhoitajan kelpoisuus. (Finlex, 2018.)

Suurin osa haastateltavista piti päiväkodin toimintaympäristöä ja sijaintia hyvänä resilienssin kehittämiseen. Päiväkotien läheisyydessä on esim. leikkipuistoja ja kirjasto. Päiväkodin lähiympäristöä on omastakin mielestäni helppo hyödyntää ympäri toimikauden. Esim. päiväkotien läheisyydessä olevat leikkipuistot tai metsäalueet ovat oivia oppimisympäristöjä lapselle. Haastateltavien mielestä myös välineistöä ja leluja on riittävästi päiväkodin tarpeisiin nähden. Haastateltavat pitivät päiväkotia hyvänä resilienssin kehittäjänä myös siitä näkökulmasta, että ympäristö on erilainen verrattuna lapsen muihin sosiaalisiin ympäristöihin. Päiväkodissa tulee vastaan paljon erilaisia sosiaalisia tilanteita, joita ei välttämättä esim. kotioloissa tarvitse kohdata. Osa näistä tilanteista voi olla lapselle aluksi haasteellisia omaksua, mutta ajan ja oikeanlaisen ohjauksen myötä lapsi tottuu uudenlaiseen arkeen. Arki on esim. ennalta pohdittua ja pitää sisällään paljon sääntöjä ja strukturoituja elementtejä.

Vaikka yleisesti ottaen haastateltavat pitivät varhaiskasvatuksen toimintaympäristöä hyvänä resilienssin kehittämiseen, niin haasteitakin löytyi. Suurin osa haastateltavista

kuvaili toimitiloja ahtaiksi ja haasteellisiksi. Osa haastateltavista esim. kuvaili päiväkodin piha-aluetta vaaralliseksi, jonka koettiin taas vaativan aikuisilta entistä enemmän tarkkaavuutta. Tiloihin suhtauduttiin kriittisesti myös suuren lapsimäärän takia. Tällöin jopa tarkoituksenmukaiset ja uudet tilat saattavat tuntua ahtailta. Tähän haasteeseen työntekijät saavat kuitenkin helpotusta esim. jakamalla lapset pienryhmiin, jota myös osa haastateltavista peräänkuulutti. Tällöin osa lapsiryhmästä voi esim. mennä ulos ja osa voi jäädä sisälle, jolloin toimitilat tuntuvat automaattisesti väljemmiltä. Pienemmässä ryhmässä myös yleinen levottomuus ja melu ovat vähemmän läsnä, joka auttaa lapsia keskittymään. Pienryhmätoiminta kuitenkin vaatii hieman enemmän suunnittelua työntekijöiden luovuutta ja itsenäistä työskentelyä, joka varmasti hankaloittaa pienryhmätoiminnan toteuttamista päivittäin. Työntekijät voivat loppujen lopuksi luoda oppimisympäristöstä hyvän omalla toiminnallaan.

Toisena haasteena pidettiin riittämättömiä henkilöstöresursseja. Suurin osa haastateltavista kaipasi enemmän työntekijöitä ryhmiin, varsinkin haastavien tilanteiden ajaksi ja niiden kunnolliseen hoitamiseen. Haastateltavat kokivat, että haastavien lasten määrä on ollut kasvussa, joka näkyy päiväkodin arjessa haastavien tilanteiden suurempana määränä. Yksittäisten haastavien lasten koettiin hyötyvän nykyistä henkilökohtaisemmasta tuesta, sillä henkilöstöllä ei ole nykyresursseilla mahdollista esim. lähteä lapsen kanssa rauhoittumaan pitkäksi aikaa. Yhtenä syynä tähän on todennäköisesti päiväkotien strukturoitu ja tarkasti ajoitettu päivä. Haastavien tilanteiden aikana muut tilanteet menevät eteenpäin ja vaativat kaikkien aikuisten läsnäoloa. Tarkasti strukturoitu päivä luo siis osittain kokemuksen kiireestä. Suurin osa haastateltavista koki, että haastavat tilanteet pystyttäisiin hoitamaan paremmin ja tavoitteellisemmin, jos aikuisia olisi enemmän. Riittävää henkilöstön määrää pidettiin välttämättömänä ryhmän toiminnan kannalta.

### 9.3 Yhteenveto

Varhaiskasvatuksen työntekijät kehittävät lasten resilienssiä antamalla lapsille sosiaalista tukea esim. arjen toiminta- ja opetustilanteiden yhteydessä. Tukea annetaan paljon sosiaalisissa tilanteissa esim. lasten yhteisleikkien aikana, jotta kaikki lapset saataisiin mukaan toimintaan ja osaksi yhteisöä. Työntekijät kehittävät lasten



resilienssiä kehittämällä myös lasten elämähallintataitoja. Elämähallintataitoja kehitetään positiivisen minäkuvan, itsehillintä- ja tunnetaitojen sekä ongelmanratkaisukyvyyn kehittämisen kautta. Elämähallintataitojen kehittämistä pidetään tärkeänä, joka näkyy myös päiväkodin arjen toiminnassa. Arjen ohjaustuokiot sisältävät esim. tunnekasvatusta, jossa opetellaan mm. nimeämään tunteita ja tulemaan toimeen omien tunteiden kanssa.

Työntekijät kehittävät lasten resilienssiä kehittämällä lasten kognitiivista joustavuutta. Kognitiivista joustavuutta kehitetään esim. auttamalla lapsia selviämään vastoinkäymisistä. Resilienssiä vastoinkäymisiä kohtaan kehitetään mm. keskustelemalla lasten kanssa epäonnistumisten luonteesta ja tarkoituksesta sekä tarjoamalla lapsille rakentavia toimintatapoja selvitä tilanteista eteenpäin. Vuorovaikutuksen tukena työntekijät käyttävät tarvittaessa kuvakommunikaatiota. Kuvakommunikaatio auttaa lapsia myös sisäistämään nopeammin sääntöjä ja ohjeita. Työntekijät kehittävät lasten resilienssiä myös kehittämällä lasten näkemyksiä optimistiseen suuntaan. Lapsille annetaan esim. positiivista palautetta, kun lapset noudattavat sääntöjä ja toimivat esimerkillisesti. Lasten optimismin kehittäminen tuottaa työntekijöille myös haasteita. Optimismien kehittäminen on hankalaa suuren ja levottoman lapsiryhmän kanssa toimiessa, eikä se ole jokaisessa toimintatilanteessa suurin prioriteetti lapsen kehityksen kannalta. Optimismien kehittämisessä kyse on ajoituksesta, että missä tilanteessa optimismia on hyvä kehittää. Työntekijät tiedostavat, että positiiviseen palautteenantoon pitää panostaa, joka vaatii jatkuvaa oman toiminnan havainnointia ja kehittämistä.

Työntekijät kehittävät lasten resilienssiä muokkaamalla lasten arvomaailmaa altruistiseen suuntaan. Arvomaailman kehittäminen koostuu monesta osa-alueesta ja sitä kehitetään arjessa päivittäin. Arvomaailmaa kehitetään mm. opettamalla lapsille sääntöjä sekä kuvailemalla ja käymällä läpi konkreettisia toimintatilanteita. Lasten kanssa esim. pohditaan, mikä on oikein ja mikä väärin. Lasten arvomaailmaa kehitetään myös harjoittamalla lasten tunnetaitoja ja kehittämällä lasten minäkuvaa. Esimerkilliseen käytökseen motivoidaan esim. puhumalla lapsen kanssa ihailtavista teoista ja huomioimalla lapsen esimerkillinen käytös. Lasta siis hienovaraisesti ohjataan esimerkillisen käytöksen suuntaan. Työntekijät kehittävät lasten resilienssiä myös fyysistä terveyttä kehittävien toimintojen kautta. Lasten fyysistä terveyttä kehitetään eniten ohjattujen

liikuntatuokioiden ja ulkoilujen avulla. Lasten fyysisen terveyden kehittämisessä hyödynnetään myös paljon päiväkodin ulkopuolista aluetta, kuten lähimetsää.

Lapsen resilienssiä kehittävät työntekijät ovat positiivisia, rauhallisia, johdonmukaisia ja jämäköitä. Resilienssiä kehittävät työntekijät antavat lapsille paljon positiivista palautetta, kehuja ja kannustusta sekä asettavat lapsille rajoja tarvittaessa. Työntekijöiden kehityskohteenä on kuitenkin positiivisen palautteen antaminen ja positiivisen ilmapiirin luominen. Työntekijät usein luontaisesti keskittyvät lasten negatiivisiin puoliin, jonka takia työntekijät tahtoisivat oppia havaitsemaan lasten hyvät puolet entistä paremmin. Arjen toiminnot tulisi rakentaa lasten vahvuuksien ja onnistumisten ympärille. Positiivista palautteenantoa työntekijät kehittävät itsereflektion ja tiimityöskentelyn analysoinnin kautta. Tiimissä keskustellaan päiväkodin arjesta sekä luodaan yhteiset säännöt ja toimintatavat, joista pidetään kiinni. Oman toiminnan kehittämisen apuna käytetään myös koulutusten tuomia ideoita.

Päiväkoti on virikkeitä sisältävä ja sosiaalinen toimintaympäristö, joka soveltuu tiettyjen raamien täytyessä hyvin lapsen resilienssin kehittämiseen. Hyödynnettäessä sekä pienryhmätoimintaa, päiväkodin omaa aluetta, välineitä että päiväkodin ulkopuolista ympäristöä, pystytään resilienssiä kehittämään monipuolisesti ja turvallisesti. Suurinta huolta aiheuttaa tilojen ahtaus ja suuret lapsimäärät. Erityisesti haastavat lapset hyötyisivät useammasta työntekijästä ja henkilökohtaisemmasta tuesta. Suuriakin lapsimääriä on kuitenkin mahdollista hallita, kunhan arjen toiminnot suunnitellaan tarkasti etukäteen ja työntekijät ohjaavat lapsia lämpimän vuorovaikutuksen turvin.

## 10 POHDINTA

Yleisesti ajattelen tutkimuksista niin, että yksittäisen tutkimuksen tuloksille ja johtopäätöksille ei kannata antaa liikaa painoarvoa. Ja tästä näkemyksestä en poikkeaisi oman opinnäytetyönikään kohdalla. Tämä opinnäytetyö esittää loppujen lopuksi vain yhden näkökulman lapsen resilienssin kehittämiseen varhaiskasvatuksen toimintaympäristössä.

Opinnäytetyöhön osallistui yhteensä 6 varhaiskasvatuksen työntekijää, joka täytyy ottaa huomioon mietittäessä lopputuloksen luotettavuutta. Haastatteluosion tekeminen osoittautui vaikeammaksi kuin ennalta osasin odottaa. Koronakriisin keskellä varhaiskasvatuksen työntekijöiden oli ymmärrettävästi haasteellista osallistua ja sitoutua kyseiseen opinnäytetyöhön. Esim. pelkästään resilienssi sanana oli haastateltaville hie- man vaikea hahmottaa, jonka takia opinnäytetyön teorianäyttöön tutustumiseen olisi haastateltavien pitänyt saada enemmän aikaa. Osa haastateltavista kertoi esim. tu- tustuneensa opinnäytetyön ennakoaineistoon todella nopeasti ja pintapuolisesti. Edellä esitettyjen ajatusten takia tämän opinnäytetyön tuloksia ja johtopäätöksiä ei mielestäni kannata yleistää liikaa.

Samaan hengenvetoon on kuitenkin mainittava, että tutkimustuloksissa ja niistä tehdyissä johtopäätöksissä on mielestäni myös paljon hyvää ja arvokasta tietoa poimit- tavaksi. Laadullisen tutkimuksen tekeminen ei välttämättä vaadi suurta osallistujien määrää ollakseen luotettava, sillä laadullinen tutkimusprosessi on pitkälti tutkijan omaan intuitioon, tulkintaan, järjestykykyyn, yhdistämis- ja luokittamisvalmiuksiin perustuvaa (Metsämuuronen, 2006, 82). Pienenkin osallistujamäärän kautta voidaan tehdä laadukkaita havaintoja ja johtopäätöksiä. Luotettavuutta lisää myös mielestäni se, että haastateltavat edustivat melko yhtenäistä ryhmää. Kaikki haastateltavat olivat päiväkodin työntekijöitä ja omasivat keskenään melko samanlaisia näkemyksiä tutki- muskysymyksiin liittyen.

Tulevaisuudessa on kuitenkin mielenkiintoista seurata, että onko tämän opinnäytetyön tulokset replikoitavissa? Varsinkin, kun näitä aiheita ei ole liiaksi tutkittu yhtenä ko- konaisuutena. Resilienssistä on paljon tietoa, mutta miten sen kehittäminen näkyy var- haiskasvatuksen arjessa alle kouluikäisten lasten kanssa? Ja kuinka paljon lapsen läheisten aikuisten vuorovaikutustyyyleillä ja lapsen fyysisellä kasvuympäristöllä on vaikutusta resilienssin kehittymiseen? Toivottavasti tähän aihekokonaisuuteen saadaan lisää selventäviä vastauksia tulevaisuudessa.

## LÄHTEET

Ahonen, L. 2015. Varhaiskasvattajan toiminta päiväkodin haastavissa kasvatustilanteissa. *Tampereen yliopisto, Kasvatustieteiden yksikkö*.

<https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/98158/978-951-44-9971-5.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Archambeau, K. & Gevers, W. 2018. (How) Are Executive Functions Actually Related to Arithmetic Abilities? *Heterogeneity of Function in Numerical Cognition*.

<https://www.sciencedirect.com/topics/neuroscience/cognitive-flexibility>

Bai, S. & Repetti, R. 2015. Short-Term Resilience Processes in the Family.

[https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/fare.12101?casa\\_token=OoZUO-FVvFS4AAAA%3A2m7ZbhmVx04V0NCAiEWV3axyGpLe87Vo8bgdE52AWK-nzJ4VKhzSNohN4\\_qwDVyDVjmIaaFlmprfJHL1](https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/fare.12101?casa_token=OoZUO-FVvFS4AAAA%3A2m7ZbhmVx04V0NCAiEWV3axyGpLe87Vo8bgdE52AWK-nzJ4VKhzSNohN4_qwDVyDVjmIaaFlmprfJHL1)

Carver, C. S., Scheier, M. F. & Segerstrom, S. C. 2010. Optimism. *Clinical Psychology Review*. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S027273581000019X>

CDC 2020. How much physical activity do children need? *Centers for Disease Control and Prevention*. <https://www.cdc.gov/physicalactivity/basics/children/index.htm>

Crespi, B. 2001. Sociality, Evolution of. *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences*. <https://www.sciencedirect.com/topics/social-sciences/altruistic-behavior>

Deuster, P & Silverman M. 2013. Physical Fitness: A Pathway to Health and Resilience.

[https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/32987645/AMEDDJJournalOctober-December2013.pdf?response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DMeasuring\\_Physical\\_Activity\\_During\\_US\\_Ar.pdf&X-Amz-Algorithm=AWS4-HMAC-SHA256&X-Amz-Credential=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A%2F20200319%2Fus-east-1%2Fs3%2Faws4\\_request&X-Amz-Date=20200319T141859Z&X-Amz-Expires=3600&X-Amz-SignedHeaders=host&X-Amz-Signature=0d2a9debb3084b53591c78949dff4ad2e01851d20b31233d9a2a787176590886#page=26](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/32987645/AMEDDJJournalOctober-December2013.pdf?response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DMeasuring_Physical_Activity_During_US_Ar.pdf&X-Amz-Algorithm=AWS4-HMAC-SHA256&X-Amz-Credential=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A%2F20200319%2Fus-east-1%2Fs3%2Faws4_request&X-Amz-Date=20200319T141859Z&X-Amz-Expires=3600&X-Amz-SignedHeaders=host&X-Amz-Signature=0d2a9debb3084b53591c78949dff4ad2e01851d20b31233d9a2a787176590886#page=26)

Finlex, 2018. Varhaiskasvatuslaki 540/2018. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20180540#Pidp446276880>

Fox Vernon, R. 2004. A Brief History of Resilience. From Early Beginnings to Current Constructions. *Community Planning to Foster Resilience in Children*.

[https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-0-306-48544-2\\_2](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-0-306-48544-2_2)

Gebbie D. H., Ceglowski D., Taylor L. K. & Miels J. 2012. The Role of Teacher Efficacy in Strengthening Classroom Support for Preschool Children with Disabilities Who Exhibit Challenging Behaviors. *Early Childhood Education Journal*.

<https://link.springer.com/article/10.1007/s10643-011-0486-5>

Hedrenius, S. & Johansson, S. 2013. Kriisituki. Ensiapua onnettomuuksien, katastrofien ja järkyttävien tapahtumien käsittelyyn. *Författarna och Natur & Kultur, Sweden*.

Iacoviello, B. & Charney D. S. 2014. Psychosocial facets of resilience: implications for preventing posttrauma psychopathology, treating trauma survivors, and enhancing community resilience. *European Journal of Psychotraumatology*.  
<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.3402/ejpt.v5.23970%40zept20.2014.5.issue-s4> <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4185137/>

Kananen, J. 2015. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 202. Opinnäytetyön kirjoittajan opas. Näin kirjoitan opinnäytetyön tai pro gradun alusta loppuun. *Suomen yliopistopaino Oy*.

Kendall, P. C. (toim.) 2012. Child and Adolescent Therapy, Fourth Edition: Cognitive-Behavioral Procedures. *The Guilford Press*.  
[https://books.google.fi/books?id=c0MJjigA8-YC&printsec=frontcover&dq=cognitive+behavioral+therapy+AND+children&hl=fi&sa=X&ved=0ahUKEwiJqJqd\\_qXoAhXi-ioKHX-eTBwoQ6AEISTAD#v=onepage&q=cognitive%20behavioral%20therapy%20AND%20children&f=false](https://books.google.fi/books?id=c0MJjigA8-YC&printsec=frontcover&dq=cognitive+behavioral+therapy+AND+children&hl=fi&sa=X&ved=0ahUKEwiJqJqd_qXoAhXi-ioKHX-eTBwoQ6AEISTAD#v=onepage&q=cognitive%20behavioral%20therapy%20AND%20children&f=false)

Kolar, K. 2011. Resilience: Revisiting the Concept and its Utility for Social Research. *International Journal of Mental Health and Addiction*.  
<https://link.springer.com/article/10.1007/s11469-011-9329-2#Sec2>

Lomanowska A. M., Boivin M., et al. 2017. Parenting begets parenting: A neurobiological perspective on early adversity and the transmission of parenting styles across generations. *Neuroscience*. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0306452215008489>

McCartney, K. & Phillips D. 2006, 2008. Blackwell Handbook of Early Childhood Development. *Blackwell Publishing Ltd*.  
[https://books.google.fi/books?hl=fi&lr=&id=Pyo4-oF-llqgC&oi=fnd&pg=PA1988&dq=socioemotional+development+in+early+childhood&ots=TXa\\_yt6FWz&sig=ZJV9zaC12dpQFBMTIRQRiXZ5drE&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.fi/books?hl=fi&lr=&id=Pyo4-oF-llqgC&oi=fnd&pg=PA1988&dq=socioemotional+development+in+early+childhood&ots=TXa_yt6FWz&sig=ZJV9zaC12dpQFBMTIRQRiXZ5drE&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)

Metsämuuronen, J. 2006 (toim.). Laadullisen tutkimuksen käsikirja. *Gummerus Kirjapaino Oy, Jyväskylä 2006*.

Mohamed, S. & Baqutayan, S. 2015. Stress and Coping Mechanisms: A Historical Overview. *Mediterranean Journal of Social Sciences, MCSE Publishing, Rome-Italy*. <https://www.mcser.org/journal/index.php/mjss/article/view/5927/5699>

Opetushallitus, 2018. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018.  
[https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman\\_perusteet.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet.pdf)

- Otani K., Suzuki A., Matsumoto Y. & Shirata T. 2017. Relationship of negative and positive core beliefs about the self with dysfunctional attitudes in three aspects of life. *Neuropsychiatr Dis Treat*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5648313/>
- Perkins-Gough, D. (toim.) 2013. The Significance of Grit: A Conversation with Angela Lee Duckworth. *Educational Leadership*. <http://68.77.48.18/RandD/Educational%20Leadership/Significance%20of%20Grit%20-%20Duckworth.pdf>
- Perone S., Almy B. & Zelazo P. D. 2018. Toward an Understanding of the Neural Basis of Executive Function Development. *The Neurobiology of Brain and Behavioral Development*. <https://www.sciencedirect.com/topics/neuroscience/cognitive-flexibility>
- Pojjula, S. 2016. LAPSI JA KRIISI. Selviytymisen tukeminen. *Kirjapaja, Helsinki*.
- Pojjula, S. 2018. RESILIENTSI: Muutosten kohtaamisen taito. *Kirjapaja, Helsinki*.
- Smith, D. W. 2013. Phenomenology. *Stanford Encyclopedia of Philosophy*. <https://plato.stanford.edu/entries/phenomenology/>
- Stoffel, J. M. & Cain, J. 2018. Review of Grit and Resilience Literature within Health Professions Education. *NCBI*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5869747/>
- Southwick S. M., Sippel L. & Krystal J. 2016. Why are some individuals more resilient than others: the role of social support. *World Psychiatry*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4780285/>
- Uji M., Sakamoto A., Adachi K. & Kitamura T. 2013. The Impact of Authoritative, Authoritarian, and Permissive Parenting Styles on Children's Later Mental Health in Japan: Focusing on Parent and Child Gender. *Journal of Child and Family Studies*. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10826-013-9740-3>
- Zakeri H., Jowkar B. & Razmjoe M. 2010. Parenting styles and resilience. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. Volume 5, 2010, Pages 1067-1070. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877042810016101>
- Zarra-Nezhad M., Kiuru N. & Aunola K. et al. 2014. Social withdrawal in children moderates the association between parenting styles and the children's own socioemotional development. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. [https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/jcpp.12251?casa\\_token=HOR-naQaf1U8AAAAA%3AdgpPbvTARj9bhM\\_TjsX7Gp-DJ3nsoPo3n2nB9b2ZRP600-PGAQXJ\\_s\\_S\\_fItmQjVzx2y5Tm3UoUWcau](https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/jcpp.12251?casa_token=HOR-naQaf1U8AAAAA%3AdgpPbvTARj9bhM_TjsX7Gp-DJ3nsoPo3n2nB9b2ZRP600-PGAQXJ_s_S_fItmQjVzx2y5Tm3UoUWcau)

Ennen vastaamista:

*Haastateltaville alustetaan lyhyesti, mitä resilienssi on ja mitkä resilienssitekijät vaikuttavat resilienssin kehittymiseen. Samalla haastateltaville kuitenkin painotetaan, että kyseessä ei ole koe, eikä tarkoituksena ole ”koulumainen” ulkoa opettelu. Kyseessä ei siis ole koe resilienssin tietotasosta, sillä teema-haastattelun aihealueet itsessään ohjaavat haastateltavia puhumaan lapsen resilienssin kehittymiseen vaikuttavista asioista.*

*Resilienssin alustamiseen käytettävä kerronta löytyy LIITE -osiosta, joka sisältää opinnäytetyön haastatteluteemat, tutkimuskysymykset ja tietoa resilienssistä. Tämä kyseinen liite (LIITE 2) annetaan haastateltaville etukäteen, jotta he voivat valmistautua haastatteluun pohtimalla vastauksiaan ennen haastattelutilannetta.*

**Tutkijalle haastattelutilanteeseen:**

*Pohtikaa alla oleviin kysymyksiin (”keskusteltavat asiat”) sopiva tilanne, jossa kyseistä toimintaa voi harjoittaa sekä pohtikaa tilannetta mahdollisesti haastavimpien lasten kautta. Miten toimitte ja tuette lasta valituissa tilanteissa?*

*Huom! Vastausten pitäisi olla rehellisiä ja realistisia kuvauksia siitä, miten tilanteet oikeasti menevät, eikä kuvauksia siitä, miten niiden tahdottaisiin menevän. Tarkoituksena on kartoittaa mahdolliset haasteet, jonka jälkeen haasteita/kehityskohteita avataan lisää.*

*Tarkoituksena on keskustella parin kanssa mahdollisimman vapaasti esitetystä kysymyksestä. ”Sivuraiteille” joutumisen estämiseksi tai lisäinformaation takia tutkija ottaa tarvittaessa osaa keskusteluun. Teemat, joista keskustellaan, on numeroituina ja esillä tämän tekstin alapuolella.*

## Apukysymyksiä:

### Lapsen resilienssitekijöiden kehittäminen:

1. Missä tilanteissa lapsi kohtaa vastoinkäymisiä tai kokee pettymyksiä? Miten autatte lasta selviämään niistä?
2. Missä tilanteissa lapsella on vaikeuksia säädellä omia tunteitaan ja käytöstään? Miten autatte lasta säätelemään omaa tunnetilaansa ja käytöstään?
3. Missä tilanteissa huomaatte lapsen puhuvan itsestään epävarmasti, alentavasti tai pessimistiseen sävyyn? Miten kehitätte lapsen minäkuvaa ja itseensä kohdistamia perususkomuksia positiiviseen suuntaan?
4. Missä sosiaalisissa tilanteissa lapsi toimii epäsovinnaisesti ja -kohteliaasti? Miten kehitätte lapsen käytöstä altruistiseen suuntaan ja sopeutatte lasta normien mukaiseen käytökseen?
5. Missä tilanteissa lapsi toimii itsekkäästi tai kokee olevansa yksinäinen? Miten edistätte yhteisöllisyyttä ja lapsen yhteenkuuluvuudentunnetta?
6. Missä tilanteissa/mistä huomaatte lapsen tarvitsevan fyysistä aktiiviteettia? Miten kehitätte lapsen fyysistä terveyttä?

### Työntekijän vuorovaikutustyyli ja toimintaympäristö:

7. Miten kuvailisitte omaa vuorovaikutustyyliänne edellä esitetyissä tilanteissa? Onko vuorovaikutustyyliissänne kehitettävää edellä esitettyjen tilanteiden näkökulmasta?
8. Miten kuvailisitte toimintaympäristöä ja sen soveltuvuutta edellä esitettyjen tilanteiden hoitamiseen? Mitä hyvää/huonoa toimintaympäristössä on, jos mielitte hoitaa edellä esitetyt tilanteet oikeaoppisesti?
9. Miten kuvailisitte lapsia, joilla esiintyy eniten haasteita edellä mainittujen tilanteiden osalta? Minkä takia heillä näitä haasteita eniten esiintyy?

### Haastattelijan huomautus:

*Jos haastateltavat eivät ymmärrä täysin kysymystä, tutkija auttaa haastateltavat alkuun esim. antamalla enemmän tietoa kysymyksestä ja sen sisältämistä termeistä.*



### **Lapsen resilienssin kehittäminen varhaiskasvatuksen toimintaympäristössä**

Opinnäytetyöni tavoitteena on ottaa selvää varhaiskasvatuksen piirissä olevien työntekijöiden toimintatavoista, haasteista ja näkemyksistä, pohdittaessa lapsen kasvatusta resilienssin kehittämisen näkökulmasta. Miten hyvin varhaiskasvatuksen toimintaympäristö ja työntekijöiden toimintatavat tukevat lapsen resilienssin kehittämistä? Miten lapsen kyvykkyys reagoi positiivisesti epäonnistumiseen tai vastoinkäymiseen on huomioitu varhaiskasvatuksen toiminnassa?

Tämän opinnäytetyön tutkimus toteutetaan teemahaastatteluna pareittain (joko kasvotusten tai internetin välityksellä) tavalla, joka sopii organisaatiolle, jolta tutkimustietoa kerätään.

Tutkimusta varten haastateltavat tutustuvat ennakkoon tämän tiedoston summaukseen resilienssistä ja resilienssiin liittyviin tutkimuskysymyksiin. Tutkimuskysymykset ovat ”alustavia” resilienssiin liittyviä teemoja ja lisäkysymyksiä voidaan esittää tutkijan toimesta tarpeen mukaan.

#### **Resilienssistä lyhyesti:**

Englannin arkikielessä sana ”resilience” tarkoittaa vaikeuksista takaisin ponnahtamisen kykyä. Suomessa resilienssille ei ole vakiintunut tiettyä yksittäistä sanaa sitä kuvaamaan, mutta sitä kutsutaan muun muassa joustavuudeksi, pärjäävyydeksi, lannistamattomuudeksi, selviytymis-, muutos- ja palautumiskykyisyydeksi, sisuksi, sitkeydeksi, sinnikkyudeksi sekä murtumisen vastustuskyvyksi. Muita avainsanoja resilienssin määrittelemisessä ja mittaamisessa ovat: kyky säilyttää vakaus, sopeutuminen, toimiminen ja kehittyminen.

Resilienssiä voidaan käsitteenä kuvata monella erilaisella tavalla, mutta yhtenäistä kuvauksissa on se, että resilientti yksilö reagoi positiivisesti epäonnistumiseen tai vastoinkäymiseen. Resilienssin voidaan ajatella olevan myös osa

periksiantamattomuuden (grit) käsitettä, sillä periksiantamaton yksilö omaa resilienssiä vastoinkäymisten kohdalla. Nämä sanat ovat siis keskenään liitoksissa.

Tutkimuskysymysten kautta tahdotaan saada vastauksia seuraaviin opinnäytetyön teemoihin:

- *Miten varhaiskasvatuksen työntekijät kehittävät lapsen resilienssiä varhaiskasvatuksen toimintaympäristössä?*
- *Mitkä sisäiset (henkilökohtaiset ominaisuudet, persoonallisuus, vuorovaikutustyyli) tekijät tekevät lapsen resilienssin kehittämistä haasteellista varhaiskasvatuksen työntekijöille?*
- *Mitkä ulkoiset (toimintaympäristö) tekijät tekevät lapsen resilienssin kehittämistä haasteellista varhaiskasvatuksen työntekijöille?*

**Keskusteltavat teemat:**

1. *Miten varhaiskasvatuksen työntekijänä kehitätte lapsen resilienssiä varhaiskasvatuksen toimintaympäristössä?*
2. *Miten kuvailisitte omaa toimintatapaanne ja vuorovaikutustyyliänne tilanteissa, joissa lapsen resilienssiä on mahdollista kehittää?*
3. *Miten kuvailisitte varhaiskasvatuksen toimintaympäristöä ja sen soveltuvuutta, kun tavoitteena on kehittää lapsen resilienssiä?*

Haastateltavat voivat käyttää apunaan alapuolella näkyvää ajatuskarttaa resilienssitekijöistä haastattelun aikana. Teemat, joista keskustellaan, ovat numeroituina tämän tekstin alapuolella. Teemoihin liittyen tutkija esittää mahdollisesti lisäkysymyksiä.

Alla kuvio lapsen resilienssin kehittymiseen vaikuttavista resilienssitekijöistä:

