



# Mielenlukutaitoa!

Opas turvallisen päiväkotiryhmän rakentamiseen



MANNERHEIMIN  
LASTENSUOJELULIITTO

LAPSET ENSIN

### **Julkaisija**

Mannerheimin Lastensuojeluliitto  
Toinen linja 17  
00530 Helsinki

### **Käsikirjoitus**

Anne Viinikka, mentaalisatioperustaisen toiminnan päällikkö, MLL  
Mia Viljanen, suunnittelija, MLL

### **Kiitokset**

Ritva Lindwall, varhaiskasvatuksen opettaja  
Irene Jarske, varhaiskasvatuksen opettaja  
Sirpa Riisiö, päiväkodin johtaja  
Outi Mikkola, vs. päiväkodin johtaja  
Tarja Rajala, lapsi- ja perhetyönohjaaja  
Aino Huttunen, päiväkodin johtaja  
Laura Repo, kasvatustieteen tohtori  
Mirjam Kalland, KT, sosiaalityön ja perhetutkimuksen dosentti  
Marie Rautava, ohjelmajohtaja, MLL  
Eeva-Liisa Markkanen, suunnittelija, MLL  
Kreetankujan Muksutupa, avoin varhaiskasvatus, Pirkkala

**Ulkoasu** Hahmo

**Taitto** Tarja Petrell

**Kuvat** Antero Aaltonen, Laura Vesa, Tarja Petrell

MLL 2017, teksti päivitetty 2023

Mannerheimin Lastensuojeluliitto on avoin kansalaisjärjestö, joka edistää lasten, nuorten ja lapsiperheiden hyvinvointia. MLL:n tavoitteena on lapsiystävällinen Suomi.

MLL tuntee perheiden arjen ja tarjoaa eri elämäntilanteissa vertaistukea, monipuolista vapaaehtoistoimintaa sekä osallistumisen ja vaikuttamisen mahdollisuuksia. Suomen suurimman lastensuojelujärjestöön kuuluu 73 000 jäsentä, 537 paikallisyhdistystä, 10 piirijärjestöä ja keskusjärjestö.

### **Vuosittain**

- Lasten ja nuorten puhelin ja chat vastaa noin 15 000 puheluuun, nettikirjeeseen ja chat-keskusteluun.
- Vanhempainpuhelin, Vanhempainnetin kirjepalvelu ja chat vastaa yli 2 200 yhteydenottoon.
- Yläkouluissa toimii noin 11 000 MLL:n tukioppilasta, internetissä nuoria tukevat verkkotukioppilaat eli verkk@rit.
- 850 MLL:n kouluttamaa lastenhoitajaa työskentelee perheissä.
- 2 400 MLL:n kouluttamaa tukihenkilöä tekee työtä perheiden ja nuorten parissa.
- MLL ylläpitää yli 430 perhekahvilaa.
- MLL:ssa toimii lähes 200 vertaisryhmää ja muuta aikuisten ryhmää.
- MLL järjestää lähes 700 harrastuskerhoa.
- MLL järjestää koulujen alkaessa Hyvä alku yläkouluun -kampanjat, joilla tavoitetaan noin 50 000 ekaluokkalaisen ja 50 000 seitsemäsluokkalaisen vanhempaa.

MLL tarjoaa kaikenikäisille mahdollisuuden osallistua työhön lasten hyväksi. MLL:n toiminnan perusta on paikallinen vapaaehtoistoiminta.

**mll.fi**

# Sisällys

**Turvallista ryhmää rakentamassa | s. 4**

**Oppaan lähtökohdat ja tarkoitus | s. 5**

**Mentalisaatioon perustuva työote | s. 6**

Mielenlukutaitoa lapsen kohtaamiseen | s. 7

Hymy, katse, kosketus | s. 11

Varhaiskasvattajan itsearviointilomake | s. 15

**Turvallinen lapsiryhmä | s. 16**

Lapsi yksilönä ja osana ryhmää | s. 17

Ryhmäytymisen tukeminen | s. 18

Tunnemylläksen tynnyttäminen | s. 20

Kiusaaminen päiväkodissa | s. 22

Kiusaamistilanteen selvittely | s. 23

**Työkaverit tukena | s. 26**

Yhteiset toimintatavat | s. 26

Keskustelutehtäviä | s. 27

Tilannetehtäviä | s. 28

**Yhteistyö vanhempien kanssa | s. 30**

Kasvatuskumppanuutta | s. 31

**Vaikean asian puheeksiottaminen | s. 33**

Kun kaveripulmat tai kiusaaminen mietityttävät | s. 33

**Lähteet ja kirjallisuutta | s. 34**

**Liitteet | s. 36**

# Turvallista ryhmää rakentamassa

Päiväkodissa arkeaan viettävä lapsi tarvitsee jokaisena päivänä vahvistusta turvallisuuden tunteelleen. Hän tarvitsee varmuuden siitä, että hän voi kaikissa pulmissaan turvautua välittävään aikuiseen. Kaikki lapset tarvitsevat myös ikäistään seuraa ja hyviä kavereita. Jokaisen lapsen täytyy saada kokemus siitä, että hän on ryhmässään hyväksytty ja pidetty.

Turvallisen ryhmän ja lämpimän vuorovaikutuksen luominen edellyttävät päiväkodin aikuisilta herkkiä tuntosarvia ja kykyä kurkistaa lapsen näkyvän käyttäytymisen taakse. Aikuiset eivät voi täysin varmuudella tietää, mitä lapsi ajattelee ja tuntee ja millaisia elämyksiä, hyviä tai huonoja, hän päiväkodissa kokee. Jokainen kasvattaja voi kuitenkin kuunnella, havainnoida ja yrittää ymmärtää, miltä lapsesta tuntuu. Myös silloin, kun lapsen käyttäytyminen herättää aikuisessa hankalia tunteita, sen taustalla on aina hyvä syy – ajatuksia, tunteita, toiveita ja tarkoitusperiä. Kenties lapsella on vanhempia ikävä, ehkä takana on kiireinen aamu, riita leluista pikkusisaruksen kanssa

tai ryhmässä on tapahtunut jotain. Jotta aikuinen voi tavoittaa lapsen kokemusmaailmaa ja rakentaa turvallista ryhmää, on yritettävä katsoa päiväkodin arkisia tilanteita lapsen silmin.

Lapsen oikeus turvallisuuteen, leikkiin ja syrjäyttämättömyyteen pohjautuvat YK:n lapsen oikeuksien sopimukseen. Päiväkotien kaverisuhteita vahvistava sekä yksinäisyyttä ja kiusaamista ehkäisevä työ vaikuttaa merkittävästi lapsen hyvinvointiin. Tämä työ kantaa satoa lasten siirtyessä kouluun, aina aikuisuuteen asti.

Opasta tehdessä on kohdattu lähes 400 varhaiskasvattajaa eri seminaareissa ja työpajoissa. Julkaisun teemoja on ollut ilo pohtia näin suuren ammattilaisten joukon kanssa. Oppaan nimettömät sitaatit on kerätty näissä tilaisuuksissa.

Toivomme, että opas tarjoaa ammattikasvattajille päiväkodin arkeen uutta näkökulmaa sekä työkaluja pienten lasten kasvurauhan ja hyvinvoinnin turvaamiseen. Lämmin kiitos kaikille oppaan valmisteluun osallistuneille.

*Anne Viinikka*  
mentaalisaatioperustaisen toiminnan päällikkö

*Mia Viljanen*  
suunnittelija

# Oppaan lähtökohta ja tarkoitus

Oppaan lähtökohtana on ajatus siitä, että lapsen hyvän kasvun ja kehityksen turvaaminen päiväkodissa edellyttää varhaiskasvattajalta lapsen näkökulmaa korostavaa vuorovaikutusta. Oppaassa esitellään mentalisaatioon perustuvaa työtapaa ja sen soveltamista lapsen kohtaamisessa, turvallisen ryhmän rakentamisessa ja kiusaamisen ehkäisyssä.

Mentalisaatioon perustuva työtapa tarkoittaa sitä, että varhaiskasvattaja pohtii tietoisesti jokaisen kohtamansa lapsen näkökulmaa, kokemuksia, tarpeita ja tunteita. Hän pohtii myös omia ajatuksiaan, tunteitaan ja toimintaansa sekä niiden vaikutusta vuorovaikutustilanteisiin. Kun varhaiskasvattaja toimii näin, hän rakentaa tietoisesti turvallisen ja myötätuntoisen suhteen lapseen. Aikuisen sensitiivinen suhtautumistapa ja lapsen ja aikuisen turvallinen vuorovaikutussuhde on se alusta, jolle lasten kaverisuhteet ja lapsiryhmän turvallisuus rakennetaan. Mentalisaatioon perustuva työote lisää lasten näkökulman huomioimista sekä aikuisten kesken työyhteisössä että työntekijöiden ja vanhempien yhteisessä toiminnassa.

Opas on suunnattu varhaiskasvatuksen ammattilaisille sekä varhaiskasvatuksen kehittämisestä vastaaville. Toiveena on, että lukija innostuu pohtimaan ja kehittämään omia käytäntöjään ja työtötään lapsen kohtaamisessa. Opasta voi käyttää käsikirjana, johon voi aina tarvittaessa palata.

Julkaisu on osa Mannerheimin Lastensuojeluliiton ja Folkhälsanin Kompisväskan för goda relationer på daghem -hanketta. Oppaan valmistelussa on hyödynnetty Folkhälsanin vuonna 2014 julkaisemaa Kompisväskan-aineistoa. Lisäksi sisällön toteutuksessa on sovellettu MLL:n mentalisaatioteoriaan pohjautuvia vanhemmuuden tuen aineistoja sekä hyödynnetty aihepiiriin liittyvää tutkimusta ja kirjallisuutta. Oppaan taustalla vaikuttavaa teoreettista ajattelua on avattu tarkemmin MLL:n julkaisemassa Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa -kirjassa (Viinikka, toim. 2015). Lähteitä ja kirjallisuutta -osiosta löytyy lisää lukuvinkkejä aihepiiristä.



# Mentalisaatioon perustuva työote

”Lapsen mielen täytyy siis olla aikuisen mielessä. Käytännössä tämä tarkoittaa, että aikuinen kiinnostuu siitä, mitä lapsen käyttäytymisen taustalla on.”

– dosentti *Mirjam Kalland*

Mentalisaatio tarkoittaa ihmiselle ominaista piirretä pohtia niin oman kuin toisen ihmisen käyttäytymisen takana olevia, tietoisia ja tiedostamattomia, ajatuksia, tunnetiloja tai aikomuksia. Vaikka mentalisaatiota tapahtuu luonnostaan, se on myös kehityksellinen saavutus. Lapsen mentalisaatiokyky voi kehittyä vain lasta hoitavien, riittävän sensitiivisten ja turvallisten aikuisten varassa, ja kehitys jatkuu vaiheittain vauvaiästä aina aikuisikään asti.

Aikuinen voi myös tietoisesti kehittää mentalisaatiokykyään ja harjoitella mentalisointia. Kun aikuinen pohtii tietoisesti omaa ja lapsen mieltä ja ponnistelee toimiakseen lapsen hyväksi, hän mentalisoi. Tämä näkyy vuorovaikutuksessa taitona ja haluna nähdä lapsen näkyvän käyttäytymisen taakse sekä vastata lapsen tarpeisiin ja viesteihin riittävän oikein.

Varhaiskasvatuksessa mentalisaatio tarkoittaa päiväkodin aikuisen kykyä havaita ja pohtia lapsen tunnetta, kokemusta, motiiveja tai mielen tiloja erilaisissa leikki- ja vuorovaikutustilanteissa. Mentalisaatio on välttämätöntä kaikessa ihmissuhdetyössä, mutta erityisen tärkeää se on pienten lasten hoiva- ja kasvatustyössä.

Mentalisaatioon liittyy läheisesti empatiakyky, joka auttaa kasvattajaa samaistumaan lapsen kokemukseen. Empatian lisäksi mentalisaatioon liittyy yhteys omaan itseän, jolloin kasvattaja pystyy tunnistamaan omia mielen tilojaan ja ymmärtämään niiden vaikutusta toisiin.

Lapsen luottamussuhde aikuiseen vahvistuu, kun aikuinen on lapsen saatavilla sekä ilon että harmin hetkillä ja aikuisella on taitoa vastata riittävän oikein lapsen viesteihin ja tarpeisiin. Päiväkotiryhmässä aikuisen ja lapsen välinen luottamussuhde on pohjana sille, että jokainen lapsi pääsee ryhmänsä hyväksytyksi jäseneksi eikä yksikään lapsi tunne itseään yksinäiseksi tai ulkopuoliseksi.

Päiväkotipäivän aikana lapsi tarvitsee toistuvasti varmistuksen siitä, että aikuinen on kiinnostunut

lapsen maailmasta ja on aina tarpeen tullen käytettävissä tarjoamalla apua, kannustusta ja lohdutusta. Aikuisen näkökulmasta lapsen kenties haastavakin toiminta tai mielenilmaus on lapselle mielekäs tapa saada viestinsä sanotuksi. Lapsi oppii pikkuhiljaa säätelemään omia tunteitaan ja käyttäytymistään, kun hän saa riittävästi kokemuksia ymmärtävästä, lämpimästä vuorovaikutuksesta niin omien vanhempien kuin muiden hänestä vastuussa olevien aikuisten kanssa.

Mentalisaatioon perustuvan työtteen omaksuminen on jatkuvaa harjoittelua ja tapahtuu omakohtaisten kokemusten ja oivallusten kautta. Lapsen kohtaamisessa varhaiskasvattajan mentalisaatioon perustuva työtapa näkyy siinä, kuinka empaattisesti tai rauhallisesti hän pystyy reagoimaan lapsen tilanteessa kuin tilanteessa.

Mentalisaatioon perustuvan työtteen tunto-merkkejä ovat muun muassa:

- sensitiivisyys ja myönteinen uteliaisuus lapsen näkökulmaa kohtaan
- kyky eläytyä lasten (tai työtovereiden/vanhempien) kokemukseen tai tilanteeseen
- kyky ymmärtää, että lapsen mielen tilat ovat erilisiä aikuisen omista mielen tiloista
- kyky vaihtaa tarvittaessa omaa tarkastelukulmaa
- kyky pohtia ja tiedostaa oman käyttäytymisen tai tunneilmaisujen vaikutuksia lapsiin (tai työtovereihin/vanhempiin)
- hyväntahtoinen asenne lapsia, vanhempia ja työtovereita kohtaan.

Mentalisaatioon perustuvan työtteen koulu-tuksiin osallistuneet varhaiskasvattajat ovat huomanneet, että työtapa lisää työntekijän omaa sensitiivisyyttä lasta kohtaan. He kertoivat pohtivansa tietoisesti enemmän omaa tunnettansa kohtaamistilanteissa lapsen kanssa sekä sitä, mitä lapsi ehkä tuntee ja miten heidän keskinäinen vuorovaikutuksensa toimii. Työote on auttanut miettimään lapsen näkökulmaa tilannekohtaisesti ja lisännyt ymmärrystä siitä, että lasta on tärkeää kuulla sensitiivisesti myös silloin, kun tarvitaan rajojen asettamista. Kasvattajat olivat kokeneet työtteen vahvistavan yhteistyötä vanhempien kanssa ja auttaneen heitä pohtimaan vanhempien kanssa tasavertaisesti lapsen kokemusta.

### Mielenlukutaitoa lapsen kohtaamiseen

Mentalisaatioon perustuvaa työtettä voi kuvata myös ”mielenlukutaitona”. Lapsen mielen lukeminen edellyttää hetkeen pysähtymistä, myönteistä uteliaisuutta lapsen ajatuksia kohtaan ja riittävää joustavuutta tehdä vaihtoehtoisia tulkintoja tilanteista.

Aikuisen ensimmäinen tulkinta lapsen kokemuksesta ei aina osu oikeaan. ”Mielenlukihäiriön” mahdollisuus on siis aina olemassa. Aikuisen sensitiivisyys, tilannetaju ja herkkyyys ovat yhteydessä hänen kykyynsä ja tietoiseen valmiuteensa pohtia, mitä ajatuksia, tunteita, tarpeita, aikeita tai kokemuksia lapsella voi olla hänen näkyvän käyttäytymisensä taustalla. Mielenlukutaitoa hyödyntävän kasvattajan huomion painopiste siirtyy siis lapsen käyttäytymisestä lapsen kokemukseen. Tähän liittyy myös sen hyväksyminen, ettei lapsen ajatuksia tai tunteita voi koskaan täysin varmasti tietää eikä aina ymmärtää hänen käyttäytymistään.

Kun aikuinen ponnistelee tavoittaakseen lapsen ulkoisen käyttäytymisen takaa lapsen viestejä, käyttäytymisen mielekkyyttä ja motiiveja, hän kykenee helpommin tekemään lapsen kannalta

sensitiivisen ratkaisun. Päiväkodin nopeasti vaihtuvissa vuorovaikutus- tai ryhmätilanteissa ei useinkaan ole mahdollisuutta varautua etukäteen esimerkiksi lasten välisiin kahinoihin tai ristitiitoihin. Tämän vuoksi lapsen ja varhaiskasvattajan toimiva vuorovaikutus perustuu aikuisen kykyyn lukea ja ennakoida esimerkiksi lapsen ilmeistä ja eleistä erilaisia tunteita, aikeita ja motiiveja sekä taitoon reagoida näihin. Aikuisen tietoinen pyrkimys rakentaa turvallinen, myötätuntoinen ja lämmin suhde jokaiseen vastuullaan olevaan lapseen helpottaa ristiriitatilanteiden selvittelyä.

Parhainkaan varhaiskasvattaja ei pysty olemaan lapselle joka hetki aidosti läsnä. Varsinkin oman mielen kuormittuessa kyky huomioida lasta heikkenee. Silloin voi tuntua erityisen vaikealta läpikäydä lasten keskinäisiä kahinoita tai tyyntä levotonta lapsiryhmää. Voi tulla epämukava tai neuvoton olo tai halu vetäytyä koko tilanteesta. Kun aikuisen kyky pohtia hankalia tilanteita lapsen näkökulmasta käsin romahtaa, hän ei kykene tavoittamaan lapsen viestejä ja auttamaan lasta tunteiden säätelyssä. Kun aikuinen on itse tunnekuohussa, hänen on vaikeampi vastata lapsen tarpeisiin.



Mentalisaatoon perustuva työtapa voi auttaa työntekijää huomaamaan, kuinka oma kuormittunut mieli pyrkii haittaamaan vuorovaikutusta lapsen kanssa. Tämän tiedostamisen voimalla hän saattaa kuitenkin pystyä olemaan riittävästi läsnä lapsen kokemuksessa myös tunnetasolla. On tärkeää ja huojentavaa tiedostaa myös se, että aikuisen ei tarvitse aina ymmärtää lasta täysin oikein eikä täyttää jokaista lapsen tarvetta tai halua. Lapsen mentalisaatiokyvyn kehitykselle tärkeitä ovat kokemukset siitä, että aikuinen ensin ymmärtää väärin, mutta pystyy myöhemmin korjaamaan väärinymmärrykset. Se, että aikuinen pystyy riittävän usein tulkitsemaan lapsen viestejä riittävän oikein ja tavoittamaan lapsen mielen tiloja, luo pohjaa lapsen oman mentalisaatiokyvyn kehittymiselle.

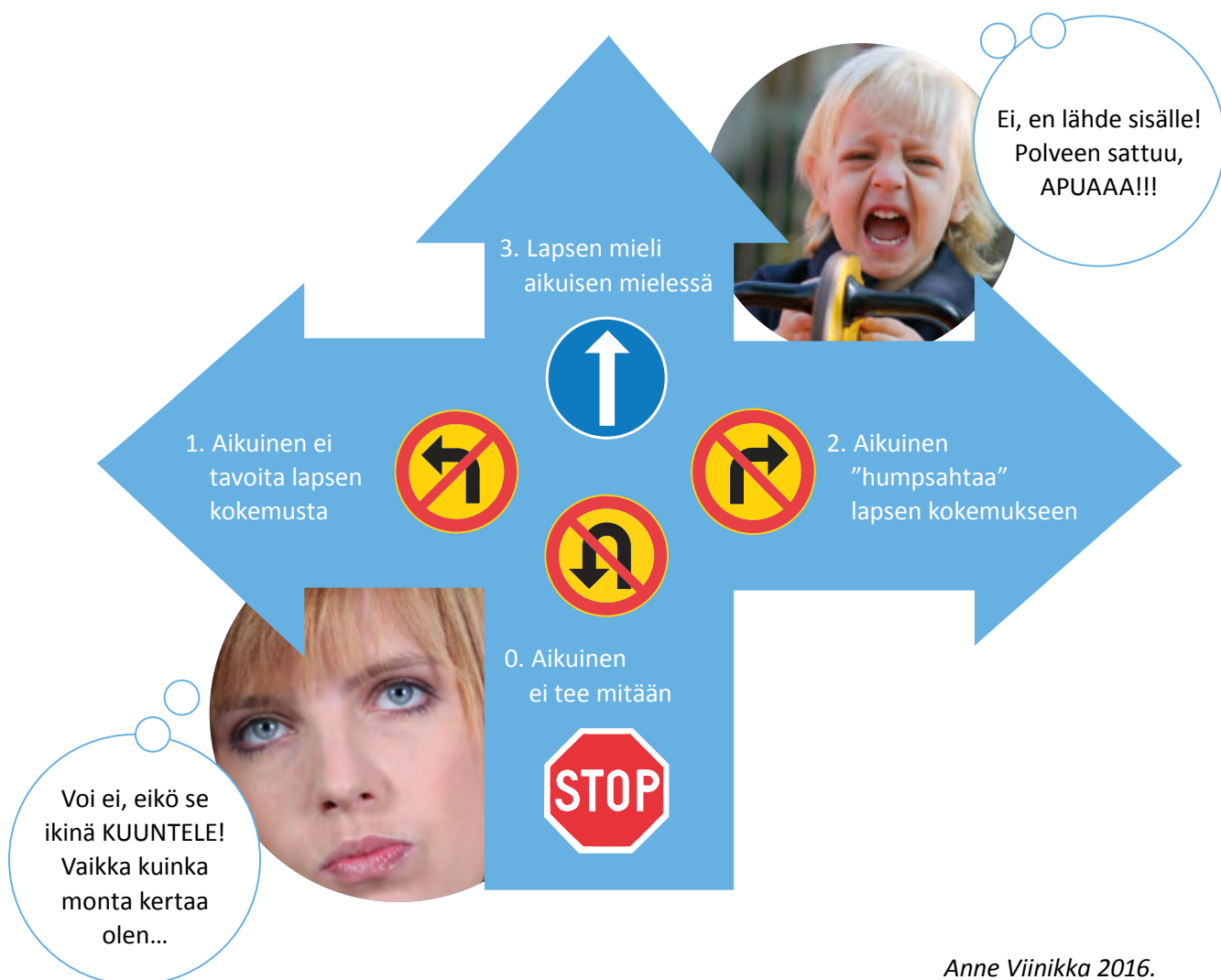
### Kolme tapaa reagoida

Mirjam Kalland on kuvannut vanhemmuudessa kolmea vaihtoehtoista tapaa reagoida ja vastata pienen lapsen voimakkaaseen tunnereaktioon (2015). Näitä reagoititapoja voi soveltaa myös varhaiskasvatuksessa esimerkiksi seuraavan esimerkin avulla.

Kuvitellaan päiväkotiryhmän ulkoilutilanne, jossa lapsi juoksentee ja riehuu kiellostasta huolimatta. Hän kaatuu, loukkaa polvensa ja parahtaa itkuun. Kipu nostaa kiukun, ehkä on nälkäkin. Miten aikuisen tulisi toimia, mikä olisi lapsen kannalta parasta?

Lapsesta vastuussa oleva aikuinen on ikään kuin neljän eri suuntiin lähtevän tien risteyksessä. Vaihtoehto 0 eli U-käännös ei tule kysymykseen, koska aikuinen ei voi vain kääntyä ja poistua paikalta. Aikuiselle jää jäljelle kolme vaihtoehtoista tapaa reagoida tilanteessa.

### Kiellostasta huolimatta lapsi juoksentee ja riehuu, kaatuu ja loukkaa polvensa. Miten aikuinen reagoi?



Anne Viinikka 2016.



## 1. Aikuinen ei tavoita lapsen kokemusta

Joskus aikuisella on lapsen kokemusmaailman sijasta päällimmäisenä mielessään oma tunne ja mieli. Aikuisen reagoinnin taustalla voi olla esimerkiksi epävarmuus omasta vastuusta tilanteessa. Lapsen yhä yltyvä itku heikentää aikuisen kykyä ajatella lapsen näkökulmaa entisestään: *”olisikohan minun pitänyt ennakoida ja valvoa tilannetta tarkemmin”*. Myös aikuisen oma kokemushistoria siitä, kuinka itseä on lapsena kohdattu, esimerkiksi harmin ja kiukun tunteissa, voi vaikuttaa hänen asenteisiinsa ja toimintatapoihinsa ja estää lapsen empaattisen kohtaamisen: *”ei minuakaan ole milloinkaan lohdutettu, ihan hyvin olen pärjännyt”*.

Joskus taas aikuisen oman mielen sisäinen todellisuus voi olla eri kuin ulkopuolinen reaalityodellisuus. *”Koska polveen ei tullut tuon isompaa jälkeä, se ei oikeasti voi sattua noin paljon. Vaikka sattuikin, sillä ei ole merkitystä, koska mitään suurta vahinkoa ei tapahtunut – ei sentään luita murtunut.”* Kun aikuinen ei kykene tai halua tavoittaa lapsen näkökulmaa, hän tulee mitäöineeksi lapsen kokemuksen ja tunteen. Lapsi oppii, ettei tunnekokemuksia voi jakaa ja ettei jatkossakaan ole odotettavissa, että aikuiset voisivat ymmärtää, miltä hänestä tuntuu. Hän jää yksi oman kokemuksensa kanssa ja oppii tukahduttamaan oman itkunsa.

Jos aikuinen ei kykene lapselle hankalassa tilanteessa *”peilaamaan”* oikein tämän kokemusta tai reagoi tilanteeseen muuten sopimattomasti, esimerkiksi nauramalla, hymyilemällä väheksyvästi tai huomauttelemalla sarkastisesti, pienessäkin lapsessa voi syntyä vahva häpeän tunne. Varhaisimmillaan häpeän tunteita voi syntyä jo ensimmäisellä ikävuodella, jos aikuinen ei tunnetasolla kykene viritäytymään lapsen kokemukseen. Seurauksena tästä lapset oppivat kätkemään joitain tunteitaan ja alkavat varoa voimakkaiden tunteidensa ilmaisemista, vaikka ne itseasiassa ovat sekä luvallisia ja oikeita ja kuuluvat jokaisen elämään.

Kun pienellä lapsella ei ole taitoa kohdata häpeää, hän voi alkaa torjua sitä tavoilla, jotka tuntuvat hänestä itsestään toimivilta ja hyväksyttäviltä. Hän voi esimerkiksi hakea toisten lasten hyväksyntää ja huomiota keinoilla, jotka näyttävät aikuiselle ikävänä häiriökäyttäytymisenä. Lapsen henkilökohtaiset ominaisuudet, kuten persoonallisuus, temperamentti, luonteenpiirteet, sekä kyvyt ja taidot vaikuttavat siihen, miten syväksi häpeän kokemus kullekin lapselle muodostuu. Aikuisen *”vääristynyt peilaaminen”* horjuttaa lapsen tervet-

tä minäkuva ja vahvistaa lapsessa kokemusta siitä, ettei hän ole riittävän tärkeä ja arvokas omana itsenään eikä pysty täyttämään aikuisten odotuksia.

## 2. Aikuinen ”humpsahattaa” lapsen tunteeseen

Aikuisen ”humpsahattaminen” mukaan lapsen kokemukseen on tuttua monille vanhemmille ja voi tapahtua myös ammattilaisille. Taustalla voi olla toisaalta hätäännys, toisaalta huojentunut tietoisuus siitä, että kaatumisessa olisi voinut käydä pahemminkin. Jos aikuisen oma hätäännys romahduttaa hänet tunnetasolla mukaan lapsen kokemukseen ja aikuisen reagointi peilaa liian suorasti lapsen kokemusta, lapsi saa vahvistuksen omalle tunteelleen siitä, että tapahtuma oli oikeasti vaarallinen.

Humpsahattaessaan lapsen tunteeseen aikuinen voivottelee, touhuu tai säntäilee edestakaisin hahmottamatta tilannetta tarkemmin. Myös lapsen itkuinen tunnetila voi siirtyä aikuiseen. Tavallisesti tämä johtaa siihen, että tilanne pitkittyy, lapsi itkee kahta kauheammin ja häntä on vaikeaa lohduttaa. Lapselle vahvistuu kokemus siitä, ettei aikuinen kykene tarjoamaan turvaa. Tilanteen pitkittyessä lapsen tukala olo ja epätoivo syvenevät ja kokemus muodostuu entistä vaikeammaksi kaikille osapuolille.

Jos aikuinen ilmaisee ahdistusta yhtä voimakkaasti kuin lapsi, hän ei kykene kohtaamaan lasta tunnetasolla ja auttamaan lasta itsesäätelyssä. Lapselle hankalassa tilanteessa aikuisen ilmeet, eleet ja käyttäytyminen heijastavat lapsen tunnetiloja. Olisi tärkeää, että aikuinen kykenisi niin sanottuun ”merkittyy peilaamiseen” (Marked mirroring, Fonagy 2002). Tämä tarkoittaa sitä, että aikuinen kykenee puheellaan, äänensävyllään, ilmeillään, syliin ottamisella osoittamaan lapselle, että hän kyllä tavoittaa lapsen tunnetilan ja kokemuksen, mutta aikuisella itsellään on eri tunne ja kokemus, ja että kyllä tästä selvitään. Aikuisen asianmukaisen peilaamisen ansiosta lapsi huomaa, että aikuinen on ymmärtänyt ja vastaanottanut hänen tunteensa ja lapsi pystyy paremmin hahmottamaan ja ymmärtämään myös omaa kokemustaan.

## 3. Lapsen mieli on aikuisen mielessä

Kun lapsen mieli on aikuisen mielessä, lapsi huomaa, että aikuinen pystyy ymmärtämään, miltä hänestä tuntuu. Lapsi kykenee tunnistamaan oman pahan mielensä ja kipunsa. Samalla hän kuitenkin huomaa, ettei mitään aivan kauheaa tapahtunut, koska aikuinen ei hätäntynyt tai suuttunut.

Lapsi rauhoittuu helpommin, kun aikuinen osoittaa samanaikaisesti ilmeillään ja kehollaan, että hän tavoittaa kyllä lapsen kokemuksen, mutta että hänellä itsellään on erilainen ja erillinen kokemus. Hän viestii lapselle: *”Sinuun sattui, mutta tilanne ei ole vaarallinen. Minä olen tässä, olen vahva, olen turvallinen, huolehdin sinusta ja kaikki on nyt hyvin.”* Näin aikuinen voi toimia lapselle suunnistusapuna, kun lapsi opettelee orientoitumaan maailmaan ja eteen tuleviin hankaliin tilanteisiin.

Tutkimus on osoittanut, että tapa, jolla vanhemmat tai muut lasta hoitavat aikuiset puhuvat lapselle tai lapsesta, on yhteydessä siihen, miten hyvin lapsi kykenee myöhemmin katsomaan maailmaa myös toisen ihmisen silmin. Aikuisen puhutavalla on jopa suurempi vaikutus lapsen kehityksessä olevaan kykyyn hahmottaa toisen näkökulmaa kuin turvallisen kiintymyssuhteella itsessään (Meins, 1999). Siksi on tärkeää, että aikuiset pystyvät luontevasti ja riittävän osuvasti sanoittamaan ja kuvailemaan lapselle, mitä he arvelevat lapsen mielessä liikkuvan erityisesti tunteita herättävissä, ilon tai harmin tilanteissa. Apuna tässä voi hyödyntää niin sanotun *jaetun tarkkaavuuden tilanteita*. Ne ovat hetkiä, jolloin lapsi ja aikuinen kiinnittävät yhtä aikaa huomiota johonkin samaan asiaan, jota aikuinen toistuvasti sanoittaa ja nimeää lapselle. Aikuinen kertoo, mitä hän arvelee lapsen asiasta ajattelevan tai hänen mielessään liikkuvan. Silloin kun lapsen mieli on aikuisen mielessä, vuorovaikutushetkissä on paljon jaetun tarkkaavuuden tilanteita.

Kasvattaja voi pyrkiä kehittämään mentaali-  
saatiokykyään pohtimalla joko itsenäisesti  
tai työkaverien kanssa hankalaiksi kokemiaan  
vuorovaikutustilanteita.

Apukysymyksiä pohdintaan:

- Mitä tapahtui?
- Mitä ajattelit tilanteessa?
- Miltä sinusta tuntui?
- Miten se mahtoi näkyä sinusta?
- Mitä arvelet, miten oma tunteesi ja toimintasi vaikutti lapseen/vanhempaan? Mitä hän ehkä tunsi?
- Miten se näkyi hänestä?
- Miten se taas vaikutti sinuun?
- Mitä sitten tapahtui?
- Oivalsitko jotain uutta, kun mietit tilannetta uudelleen?

## Oman elämäntarinan merkitys

Kaikilla ihmisillä ei ole samanlaista kykyä ajatella toisen ihmisen, aikuisen tai lapsen, tunnetta tai kokemusta. Vanhemman, tai lasta hoitavan muun aikuisen, ja lapsen välisessä suhteessa aikuisen riittävän hyvä mentaali- ja saatiokyky on ensiarvoisen tärkeää turvallisen vuorovaikutussuhteen ja lapsen psyykkisen hyvinvoinnin rakentumiselle. Kun varhaislapsuuden vuorovaikutuskokemukset ovat olleet turvallisia ja lapsen tunnekokemuksia on ymmärretty ja sanallistettu riittävästi, lapsi oppii tiedostamaan myös omia ja toisten mielen tiloja sekä hahmottamaan niiden yhteyden ihmisten tapaan toimia.

Jokaisella ihmisellä on *”henkinen peräkärry”*, jossa kulkee hänen tarinansa ja ihmissuhdehistoriansa. Henkilön elämäkokemukset ja ihmissuhteet heijastuvat siihen, miten hän pystyy säätelemään tunteitaan ja käyttäytymistään ja kuinka hän kohtaa muut ihmiset ja erilaiset vuorovaikutustilanteet.

Jos henkilö on jäänyt lapsesta lähtien vaille riittävää hoivaa, lohdutusta, ymmärretyksi tulemisesta tai häntä on muuten kaltoin kohdeltu, hänen on usein lähtökohtaisesti vaikeampi ymmärtää toisen kokemusta. Aikuisen mahdolliset mentaali- ja saatiokyvyn puutteet saattavat johtaa taipumukseen tulkita joissain tilanteissa väärin niin omia kuin lapsen tunteita, kokemuksia tai pyrkimyksiä. Tämän vuoksi oman historian tiedostaminen ja sen riittävä työstäminen on hyödyllistä ammattikasvattajalle ja auttaa häntä kohtaamaan lapsia empaattisesti ja sensitiivisesti.

Kokemukset menneistä ihmissuhteista, omista vanhemmista, opettajista tai muista elämään kuuluneista aikuisista voivat auttaa itse kutakin pysähtymään ja pohtimaan omia toiminta- ja vuorovaikutustapojaan lasten kanssa. Omien kokemusten muistaminen voi johtaa täysin erilaisen toimintatavan omaksumiseen kuin mitä itse on saanut osakseen. Toisaalta muistot hyvistä kokemuksista, kohtaamisista ja tilanteista voivat nostaa hymyn kasvoille vielä aikuisenakin ja herättää halun itsekin toimia samalla tavalla saman kaltaisissa tilanteissa. Mitä tahansa omat kokemukset ovatkaan, ne jäävät jokaiselle mielen maailmoihin ja vaikuttavat enemmän tai vähemmän itse kunkin vuorovaikutustapaan. Sillä, kuinka henkilö on tasapainossa omien kokemustensa kanssa, on suurempi merkitys kuin voisi uskoakaan siihen, millaisia kohtaamisen hetkiä pystyy luomaan lasten kanssa.

## Hymy, katse, kosketus

Lapsen kohtaaminen alkaa kauniista katseesta, hymystä, lempeän ystävällisestä äänestä ja lapsen tasolle asettumisesta. On tärkeää, että kasvattaja luo jokaiseen lapseen yksilöllisen, turvallisen ja lämpimän luottamussuhteen ja pohtii, mitä kukin lapsi tarvitsee tunteakseen olonsa turvalliseksi. Turvallinen luottamussuhde lapsen ja aikuisen välillä syntyy saatavilla olon ja huolenpidon kokemuksista ja lapsen tunteesta, että hän tulee tarpeineen riittävän oikein ymmärretyksi.

Lapsen aloittaessa ”päiväkotiuraansa” tai vaihtaessa päiväkotia lapsen vastaanottoon tulisi kiinnittää erityistä huomiota. On tärkeää, että lapsi kokee olevansa tervetullut ja odotettu uusi leikkikaveri. Omien paikkojen, esimerkiksi naulakon, ruokailu- ja päiväunipaikan, esittely tuo turvallisuutta ja osoittaa lapselle, että hän on jo ennen tuloaan ollut päiväkodin aikuisten mielessä. Kun lapsi voi oman vanhemman kanssa totutella uuteen ympäristöön ja samalla pikkuhiljaa muodostaa luottamussuhdetta ainakin yhteen lempeän ystävälliseen aikuiseen, hänen on helpompi sopeutua osaksi päiväkotiryhmää. Vastedeskin joka-aamuinen vastaanotto on tärkeä hoitopäivän aloitus. Vastassa tulee aina olla ystävällinen aikuinen, joka antaa vanhemman rauhassa hyvästellä lapsen ja ohjaa lapsen sitten leikkimään muiden kanssa.

## Aikuisen läsnäolon merkitys

Lapselle on tärkeää näyttää ilmein ja äänenpainoin, että aikuinen on läsnä ja asettuu lapsen

kanssa leikkimään, keskustelemaan, havainnoimaan ja kuuntelemaan. Tämä auttaa lasta olemaan yhteydessä aikuiseen ja kertomaan itsestään.

Hyväntahtoinen huumori ja leikkisyys luovat iloa ja lisäävät turvan tunnetta. Uusimpien tutkimusten mukaan aikuisen ja lapsen yhteinen leikki ja ilo tukevat lapsen kehitystä monin tavoin. Leikki edistää lapsen mielikuvituksen kehittymistä ja leikin avulla lapsi hahmottaa maailmaa myös toisen näkökulmasta, ja luovuus ja mielikuvitus kehittyvät. Mielikuvitus avaa porttia empatiaan, kykyyn kuvitella, miltä toisesta tuntuu, ja kykyyn suhtautua toiseen myötämielisesti. Leikki on lapsen tapa harjoitella sitä, mitä merkitsee *oikeasti* ja millaisia asioita voi tapahtua *leikisti*. Hyvässä leikissä lapsen ja aikuisen mielet kohtaavat synnyttäen iloa ja läheisyyden tunnetta.

Sensitiivinen aikuinen viestii turvallisuutta olemalla myös vaikeissa hetkissä kaiken aikaa tunnetasolla lapsen saatavilla. Hän auttaa omilla tunneviesteillään, kuten hymyllä, hyväksyvällä katseella, äänensävyllä, hoivaavalla kosketuksella, lasta rauhoittumaan ja pääsemään hankalasta tilanteesta yli. Mentalisaatioon perustuva työtapa ohjaa päiväkodin aikuisia olemaan lasten saatavilla ja tukena kaikissa tunnekokemuksissa, kuten surussa, ilossa, harmissa, uteliaisuudessa, ahdistuksessa, turhautuneisuudessa, jännityksessä, pelossa. Tunnetilojen jakaminen on lapselle palkitsevaa: myönteisen tunteen jakaminen lisää mielihyvää ja lohdutus lievittää pahaa oloa. Sopiva saatavilla olo tarkoittaa sitä, ettei aikuinen ole liian tunkeileva. Lapsen tutustuminen



tapahtuu pienin askelin ja lapsen omille aloitteille on tilaa. Aikuisen sensitiivisen vuorovaikutuksen tunnistaa siitä, että lapsi vastaa siihen omasta halustaan ja se on hänelle miellyttävää.

Kun lapsi haluaa kertoa jotain, aikuinen voi keskustelun lisäksi viestittää katsekontaktilla, ilmeillä, eleillä, kosketuksella ja kuuntelemisella olevansa lapsen kanssa tässä. Jos lapsella on tunte-elämässä, impulssikontrollissa ja tunteiden säätelyssä ongelmia, on aikuisen lämmin vuorovaikutus, saatavilla olo, leikeissä auttaminen ja päiväkotipäivään liittyvien tehtävien ja ohjeiden yksinkertaistaminen erityisen tärkeää. Yksinkertaisimmillaan läsnäolo voi olla sitä, että ”istuu alas ja osallistuu siihen, mitä näkee”, kuten eräs päiväkodin työntekijä asian ilmaisi.

Monissa päiväkodeissa on tunnistettavissa ”aikuisten imua”, mikä tarkoittaa sitä, että työntekijöiden keskinäinen vuorovaikutus on ajoittain houkuttelevampaa kuin lasten kanssa oleminen. On ymmärrettävää, että päiväkodissa työskentelevien aikuisten väliset keskustelut tuovat vaihtelua työpäivään ja ne koetaan tärkeinä. Lapselle päiväkoti on kuitenkin tärkeä kasvu- ja kehitysympäristö, jossa lapsi tarvitsee kaiken aikaa läsnä olevia, lasten toimintaa ja keskinäisiä suhteita ohjaavia aikuisia.

### **i** Huomaa minut! -havainnointilomake

Aikuisen läsnäoloa voi vahvistaa havainnoimalla lasta. Huomaa minut! -lomake (liite 1) on kehitetty sekä yksittäisen lapsen että kaveri- ja leikkitilanteiden havainnointiin.

Lomakkeen avulla lapsen lähellä oleva varhaiskasvattaja voi havainnoida lasta tiettyssä tilanteessa ja pohtia tilannetta lapsen näkökulmasta: mitä todella tapahtui, mitä näin ja kuulin, mitä arvelen, millaisia ajatuksia, tunteita, toiveita tai huolia lapsella oli tilanteessa.

Havainnot voivat hahmottaa uudella tavalla esimerkiksi sitä, miten lapsi ehkä tulkitsee leikitilanteita tai miten juuri tätä lasta voisi tukea kaverisuhteissa ja -taidoissa.

Havaintoja voi hyödyntää lapsen kohtaamisessa ja toiminnan suunnittelussa sekä mahdollisissa keskusteluissa vanhempien ja kasvattajatiimin kanssa. Joskus useamman aikuisen havainnot saman lapsen, tai pienryhmän, leikistä voivat antaa lisää näkökulmia.

Huomioi havaintojen dokumentoinnissa päivähoitoyksikössä voimassa olevat ohjeet.

## Mitä lapsi miettii? -harjoitus

Harjoitus havainnollistaa sitä, miten erilaisia tulkintoja tilanteista, ajatuksista ja tunteista eri ihmiset voivat tehdä. Harjoitusta voi käyttää keskustelun pohjana työyhteisössä tai vanhempainillassa. Ideana on kuvitella, mitä ennen kuvan ottamista on tapahtunut ja pohtia lapsen mahdollista kokemusta siinä. Voit käyttää myös muuta sopivaa kuvaa.



Katso kuvassa olevaa lasta ja pohdi hetki mielesi:

- Mitä tilanteessa on tapahtunut juuri ennen kuvan ottamista?
- Mitä kuvan tyttö ajattelee, tuntee?
- Entä mitä tapahtuu kuvan tilanteen jälkeen?

Kerro sitten vieruskaverillesi lyhyesti tarina, jonka muodostit kuvan ja pohdintakysymysten perusteella. Ovatko tarinanne samanlaiset? Oliko helppoa arvella kuvan henkilön ajatuksia tai tunteita? Jos tarinat eivät olleet samanlaiset niin, millä tuntui kuunnella vaihtoehtoista tarinaa?

### Kun epävarmuus yllättää

Jokaisen päiväkodissa työskentelevän aikuisen on tärkeä hyväksyä oma vaillinnaisuutensa toisen ihmisen, lapsen tai aikuisen kohtaamisessa. Vaikka varhaiskasvattajana tekisi parhaansa ymmärtääkseen jokaisen lapsen tarpeita ja tunteita, monis-

sa tilanteissa voi yllättää epävarmuus siitä, ovatko toimintatapani tai reaktioni oikeita. Ovatko ne edistäneet lapsen hyvää kasvua ja kehitystä tai kenties murentaneet lapsen luottamusta aikuisen? Ajoittainen epävarmuus on luonnollista. Se on merkki siitä, että aikuinen pohtii ja arvioi omia toimintatapojaan. Liiallinen varmuus toisen ajatuksesta ei ole mentalisaatiota.

Lastenpsykiatri Jari Sinkkonen kuvaa mentalisaatiota ”ongelle lähtemisenä”. Onkiminen on kasvattajan tietoista yritystä eläytyä siihen, mitä lapsen mielessä liikkuu ja mitkä hänen toimintansa motiivit ovat. Joskus tärpää paremmin, toisinaan on heitettävä onki uudelleen veteen ja ajateltava ääneen lapsen vierellä: ”*Hmm, mitäköhän sinulla oli mielessä?*” Lapsen vastaus ”*en tiedä*” voi joskus olla ihan oikea, hän ei tosiaan tiedä, miksi esimerkiksi toimi tietyllä tapaa.

Ihmettelevä ja kuunteleva asenne on mentalisaatiota: ”*Mitähän meidän pitäisi tehdä?*” tai ”*Mitä sinä itse ajattelet?*” On myös hyvä muistaa, ettei myrskyn keskellä kannata onkia. Jos lapsi on jostain tilanteesta kovin harmistunut, aikuisen on ensin tyyntytettävä kuohuvat tunteet. Keskustelu tai asian käsitteleminen onnistuu paremmin jälkikäteen.

## Näin toteutat mentalisaation perustuvaa työtapaa

### Ole myönteisesti utelias

Näytä ilmein, elein ja koko olemuksellasi, että olet kiinnostunut lapsen ajatuksista ja että ne ovat sinulle tärkeitä. Olennaista on, että osoitat olevasi myönteisellä tavalla utelias lapsen ajatuksista ja kokemuksista myös silloin, kun lapsi on mielestäsi käyttäytynyt huonosti. Tähdellistä on siis pohtia lapsen sisäistä kokemusta, ei kiinnittää huomiota pelkästään näkyvään käyttäytymiseen.

Esimerkiksi kiusaaminen voi olla lapsen tapa hakea huomioita ja yrittää saada sisäinen viestinsä sanotuksi (Cacciatore ym. 2013). Lapsen viestejä ja kokemusta on tärkeä pohtia vaihtoehtoisten tulkintojen kautta: ”*Olikohan hänellä paha mieli, koska...?*” tai ”*Yrittääkö hän kertoa käytöksellään, että...?*”

Kasvattajana sinun on tärkeää pitää myös oma mieli mielessäsi ja olla sitä kohtaan utelias. Se, että esimerkiksi hankalassa tilanteessa kykenisit erottamaan oman tunteesi lapsen mahdollisesta tunteesta, edellyttää usein tietoista pysähtymistä: mitä tunteita ja ajatuksia tilanne minussa herättää ja miten tunteet voivat vaikuttaa siihen, mi-

ten kohtaan lapsen. Entä millaiset omat aiemmat kokemukseni voivat vaikuttaa reagoititapaani? Pohtimalla omaa mieltäsi teet tilaa lapsen näkökulmalle, kokemukselle ja tunteille. Tällöin sinun on myös helpompi tukea lasta toimimaan ryhmän jäsenenä ja leikeissä.

### Korjaa vuorovaikutuksen virheitä

Lasten kanssa tapahtuu väistämättä väärintymmäryksiä. Jotta voisit tehdä korjausliikkeitä, on tärkeää, että kykenet ennakoimaan ja huomaamaan, milloin oma kanssakäymisesi lapsen kanssa, tai toisaalta lasten keskinäinen vuorovaikutus, on menossa väittelyksi tai vastakkainasetteluksi. Voit korjata tilannetta esimerkiksi kysymällä lapselta ”*Ymmärsinköhän oikein, että...?*” tai lähestymällä asiaa uudesta näkökulmasta ”*Olisikohan sitten niin, että...?*”

Lasten välistä myönteistä vuorovaikutusta voit edistää esimerkiksi pohtimalla lapsiryhmän kanssa, miten väärinkäsityksissä toimitaan tai miten kohdataan kaveri, joka on tehnyt jotain ikävää.

Joissain vuorovaikutustilanteissa, esimerkiksi jonkin sinulle hankalan tilanteen jälkeen, lapsi voi osoittaa, että on pahoittanut mieltänsä sanoistasi tai tavastasi toimia. Silloin voi mieleesi nousta ajatus siitä, että olet mahdollisesti tulkinnut väärin lapsen käyttäytymistä tai aikomuksia. Palaa tällöin asiaan mahdollisimman pian ja kerro lapselle, mitä itse ajattelit ja tunsit tilanteessa. Joskus voi olla aiheellista myös pyytää lapselta anteeksi.

”*Olemme opetelleet ryhmässä, miten toimitaan väärinkäsityksissä ja sanotaan ´anteeksi, en tarkoittanut´. Kun lapset oppivat, että vahinkoja voi sattua, kaikki asiat eivät leimahda riidoiksi. Lisäksi lapset tulevat tietoisemmiksi, miltä toisesta voi tuntua, miten oma käytös vaikuttaa toiseen ja miten vastedes ei kannata tehdä tai sanoa, koska toiselle tulee siitä paha mieli.*”

Aluksi lapset vastustavat anteeksipyyntöä, koska kokevat sen epäoikeudenmukaiseksi, eiväthän he ole tehneet mitään väärää. Kyse onkin loukatun osapuolen tunteen kuulemisesta, hän saa hyvityksen kokemalleen vääryydelle. Esikouluikäiset ovat ymmärtäneet pyynnön idean heti, kun itselle on sattunut vahinko ja lapsi on tullut kuulluksi.”  
– *lastentarhanopettaja Ritva Lindwall*

### Sanoita lapsen tunteita ja osoita myötätuntoa

On tärkeää, että tietoisesti pyrit ymmärtämään lapsen tunnetiloja ja jakamaan niitä hänen kanssaan. Voit auttaa lasta tunteiden säätelyssä ja ilmaisemisessa sanoittamalla tilanteita sekä niihin liittyviä ajatuksia ja tunteita. *”Sinulta vietiin äsken lelu – tulikohan sinulle paha mieli ja sitten vielä kiukkuinen olo?”*

Mitä pienempi lapsi on, sitä enemmän hän tarvitsee aikuista sanallistamaan asioita: *”Koskettikohan joku toinen lapsi sinua liian kovasti?”* *”Halusitkohan sinä lelun, joka oli toisella?”* *”Harmittaakohan sinua, kun leikki ei mennyt niin kuin toivoit?”* *”Olikohan täällä liian kova melu?”* Voit toimia lapselle ikään kuin peilinä, joka heijastaa lapsen tunneviestejä riittävän oikein ja auttaa lasta säätelämään ja suuntaamaan ajatuksia ja tunteita uudella tapaa.

Kun sanoitat jonkin lapsen kokemuksen, pieni lapsi saattaa nyökkäillä myöntävästi, koska ei vielä itsekään ole varma, mistä oli kysymys. Se mitä itse ajattelet, kuvaa siis vain **mahdollisesti** sitä, mitä lapsi tunsikin ja ajatteli. Ääneen ajattelun lapsen vierellä tulisikin olla enimmäkseen arvelevaa: *”Mah-toikohan olla niin, että teille tuli kiista, koska...?”* tai *”Olenkohan oikeassa...?”* Lisäksi on hyvä muistaa, että miksi-kysymykset, esimerkiksi *”Miksi teit noin?”*, ovat lapselle usein vaikeita. Avoimet kysymykset, kuten *”Kertoisitko, mitä tapahtui?”*, toimivat paremmin.

### Hae uusia näkökulmia

Älä tyydy ensimmäiseen tulkintaasi vuorovaikutustilanteista, vaan pohdi niitä useista näkökulmista. Vaihtoehtoisten näkökulmien miettiminen auttaa sinua näkemään tilanteet uudessa valossa. Voit auttaa myös lapsia näkemään tilanteen eri näkökulmista ja tunnistamaan toistensa aikomuksia ja tarkoituksia: *”Tarkoittikohan Ville, että...?”*

Jos sinulla itselläsi on ollut esimerkiksi kiusaamiskokemuksia, sinun on myös hyvä tiedostaa, että oma *”henkinen peräkärri”* voi vaikuttaa ajatuksiisi ja tapaasi kohdata kiusaamistilanteita. Omien kokemusten ja asenteiden tunnistaminen auttaa löytämään vaihtoehtoisia näkökulmia.

On myös tärkeää, että tarjoat lapselle vaihtoehtoisia toimintatapoja, jolloin lapsi voi ymmärtää, että seuraavalla kerralla voi toimia toisin. *”Tehdäänkö niin, että kun seuraavan kerran meinaa tulla riitaa leluista, tulette kertomaan minulle, niin mietitään yhdessä, miten lelut voidaan jakaa tai leikkiä niillä yhdessä?”*

### Kannusta ja anna myönteistä palautetta

Kannustus ja myönteinen palaute ovat tärkeitä keinoja ohjata lapsen käytöstä. Lasten kanssa työskentelevillä on yleensä hyviä kokemuksia lasten myönteisten puolien vahvistamisesta sen sijaan, että kiinnitetään huomio kielteiseen käyttäytymiseen.

Jokaista lasta voi auttaa tunnistamaan omat vahvuutensa ja taitonsa muun muassa antamalla positiivista palautetta. Lapsen on hienoa huomata omat kykynsä oppia ja onnistua. Tämä edellyttää sinulta lapsen mielen mielessä pitämistä: juuri tämä lapsi tarvitsee tällaista huomiota. Jokaisen lapsen on tärkeä saada mahdollisimman usein kannustusta hyvistä teoista tai yrityksistä.

*”Kun lapsi on oppinut pienenkin osan jostain harjoittelemastamme taidosta, silloin pysähdytään hetkeksi ja muistellaan aikaisempaa. Saatamme mennä esimerkiksi kalenterin eteen ja palata edelliseen viikkoon/kuukauteen/syksyyn. Kysyn, muistatko, mitä tapahtui elokuussa vastaavassa tilanteessa. Lapsi ei ensimmäisellä kerralla yleensä muista, mutta aikuinen voi kuvailla vaikeaa tilannetta ja sitä, miten lapsi silloin vaikkapa suuttui ja heitti lelun. Siitä päästään positiiviseen hehkutukseen, miten hienosti lapsi toimii nyt, esimerkiksi vain ´murahtaa´, keksii vaihtoehdon tai tulee hakemaan apua. Tätä positiivista huomaamista tarvitaan usein. Pikkuhiljaa lapsi oppii kertomaan itse, että nyt hän osaa, vaikka joskus oli vaikeaa.” – Ritva Lindwall*

### Arvioi omaa työtapaasi

Sinun on hyödyllistä miettiä, ohjaavatko omat lasta koskevat ajatukset sinua tukemaan vai torjumaan lasta. Omien olettamusten tarkastelu voi johtaa myönteiseen muutokseen lapsen suhtautumisessa. Lapsen aggressiivistakin käyttäytymistä voi lähestyä eri näkökulmista. Käyttäytykö lapsi aggressiivisesti siksi, että hän tarvitseekin aikuisen intensiivisempää läsnäoloa ja tukea?

Omaa ajatteluaan voi kehittää ja mentalisaatioon perustuvaa työtettä harjoitella. Kyse on enemmänkin olemisen tavasta kuin varsinaisesta menetelmästä. Oheisen varhaiskasvattajan itsearviointilomakkeen avulla voit arvioida omaa työtapaasi lapsen kohtaamisessa. Tarkastele, mitkä asiat koet vahvuuksinasi (arviot 3 ja 4). Entä missä asioissa haluat kehittyä? Nämä olivat niitä kohtia, joissa annoit luvun 1 tai 2.

## Varhaiskasvattajan itsearviointilomake

Valitse itseäsi parhaiten kuvaava luku asteikolla 1–4 (1 = tässä haluan vielä kehittyä, 4 = erityinen vahvuuteni).

1. Lapsen mieli mielessä – kasvattajan rooli lapsen turvana	
Mietin joka päivä, mitä kullekin lapselle ryhmässäni kuuluu juuri tänään.	1 2 3 4
Minun on helppo osoittaa lapsille aitoa läsnäoloa, kuten havainnoida ja kuunnella lasten aloitteita.	1 2 3 4
Iloitsen lasten seurasta ja näytän sen heille.	1 2 3 4
Osaan reagoida lasten aloitteisiin tai toimintaan sensitiivisellä tunnekielellä (kuten hymyllä, katseella, rauhoittavalla kosketuksella).	1 2 3 4
Pohdin lasten käyttäytymisen taustalla olevia tunteita ja kokemuksia erilaisissa tilanteissa.	1 2 3 4
Ymmärrän, että joidenkin lasten voi joskus olla vaikea hallita käyttäytymistään.	1 2 3 4
Kykenen tyynnyttämään hankalan tunteen vallassa olevaa lasta ja auttamaan tunteiden säätelyssä.	1 2 3 4
Huomaan herkästi, jos joku lapsista jää yksin.	1 2 3 4
Pystyn useimmiten auttamaan yksin jääneen lapsen osaksi ryhmää.	1 2 3 4
2. Myönteinen uteliaisuus	
Muistan, että ryhmäni jokainen lapsi on oma ainutlaatuinen persoonansa.	1 2 3 4
Työskentelen sen eteen, että pystyisin ymmärtämään kutakin ryhmäni lasta riittävän oikein.	1 2 3 4
Ymmärrän, etten voi varmasti tietää, mitä lasten mielessä ja ajatuksissa liikkuu eri tilanteissa.	1 2 3 4
Kyselen kiinnostuneena lapsilta heidän ajatuksistaan, kokemuksistaan ja tunteistaan.	1 2 3 4
Näytän lapsille, että arvostan heidän ajatuksiaan, tunteitaan ja kokemuksiaan.	1 2 3 4
Havainnoin lasten tunnetiloja ja pohdin sitä, mihin he kenties tarvitsevat apua päivittäisissä tilanteissa.	1 2 3 4
Hankalissa tilanteissa kykenen myös pohtimaan lasten ulkoisen käyttäytymisen takana olevia motiiveja ja kokemusta.	1 2 3 4
3. Tunteiden mentalisointi ja myötätunnon osoittaminen	
Lapset saavat seurassani ilmaista erilaisia tunteita.	1 2 3 4
Huomaan helposti lasten hankalat tunteet ja pahan mielen.	1 2 3 4
Minun on helppo lohduttaa lasta, joka on surullinen tai on satuttanut itsensä.	1 2 3 4
Kyselen usein lapsilta, miltä erilaiset asiat tai vuorovaikutustilanteet tuntuvat.	1 2 3 4
Pystyn sanoittamaan ja arvelemaan ääneen, mitä tunteita lapsen/lasten mielessä mahtaa liikkua.	
Minun on helppo olla erilaisissa arjen tilanteissa myötätuntoinen ja lämmin lapsia kohtaan.	1 2 3 4
Pystyn osoittamaan myötätuntoa myös voimakkaan tunnekuohun vallassa olevalle lapselle.	1 2 3 4
Hankalissa tilanteissa pystyn useimmiten hallitsemaan omia tunteitani ja käyttäytymistäni.	1 2 3 4
4. Kyky korjata vuorovaikutuksen virheitä	
Osaan mukauttaa vuorovaikutustapaani kullekin lapselle sopivaksi.	1 2 3 4
Huomaan useimmiten, jos olen tulkinnut väärin yhden tai useamman lapsen käyttäytymistä ryhmässä.	1 2 3 4
Minun on helppo palata myöhemmin hankalaan tilanteeseen ja kuunnella lapsen näkemystä siitä, mitä tapahtui.	1 2 3 4
Minun on helppo pyytää lapsilta anteeksi, jos huomaan jonkun tai joidenkin pahoittaneen mielensä väärinymmärrykseni vuoksi.	1 2 3 4
Kykenen korjaamaan väärinymmärryksiä kertomalla lapsille, mitä itse ajattelin jostain tilanteesta.	1 2 3 4
Pystyn rauhallisesti auttamaan lapsia ratkaisemaan heidän välilleen syntyneitä ristiriitatilanteita.	1 2 3 4
Tiedostan, että myös omat reaktioni, tunteeni ja elämäntilanteeni, kuten stressi tai väsymys, vaikuttavat minun ja lasten väliseen vuorovaikutukseen.	1 2 3 4
5. Näkökulmien vaihtaminen	
Pystyn tekemään myös vaihtoehtoisia tulkintoja lasten välisistä riita- tai kiusaamistilanteista.	1 2 3 4
Osaan auttaa lapsia huomaamaan uusia, erilaisia näkökulmia, esimerkiksi sen, mitä toinen mahtoi tarkoittaa, ajatella tai tuntea.	1 2 3 4
Ymmärrän myös, että pienen lapsen voi ristiriitatilanteissa olla vielä liian vaikea pohtia eri näkökulmia.	1 2 3 4

# Turvallinen lapsiryhmä

”Ryhmät toimivat, jos ryhmä on lapselle aidosti meidän porukka ja muut lapset koetaan omiksi kavereiksi.” – *lastenpsykiatri Jukka Mäkelä*

Turvallisessa ryhmässä lapsella on hyvä olla: hän uskaltaa ilmaista mielipiteensä ja kertoa myös harmittavista asioista, hän oppii ja leikkii hyvillä mielin muiden kanssa, tuntee olevansa hyväksytty ja kuuluvansa joukkoon. Lämmin, emotionaalista hyvinvointia vahvistava ryhmäilmapiiri tukee lapsen itsetuntoa ja ehkäisee kiusaamista.

Päiväkodin aikuiset luovat turvallisuuden tunnetta lapsiryhmään kohtaamalla lapset empaattisesti sekä edistämällä lasten keskinäistä vuorovaikutusta, ryhmäytymistä, kehittyviä kaverisuhteita ja toteuttamalla laadukasta varhaiskasvatuksen pedagogiikkaa. Jotta lapsi tuntee itsensä hyväksytyksi ryhmässä, hänen on koettava, että kaikenlaisia tunteita on luvallista ilmaista ja että hän saa apua tunteiden säätelyyn myös hankalissa tilanteissa.

Kaiken ikäisillä ihmisillä on kiintymykseen ja turvan tunteeseen liittyviä tarpeita. Päiväkotiryhmässä kaverisuhteiden solmiminen ja ylläpitäminen sujuvat paremmin ja leikkialoitteiden tekeminen on helpompaa, kun lapsi tietää voivansa hankalassa tilanteessa palata luotettavan aikuisen luo. Aikuinen ikään kuin lähettää lapsen sylistään leikkimään toisten lasten kanssa ja tutkimaan ympäröivää maailmaa. Mutta aina, kun lapsi tarvitsee aikuisen apua tai lohdutusta, aikuinen ottaa hänet vastaan lempeästi ja ystävällisesti. Näin lapselle kasvaa luottamus siihen, että tapahtuipa mitä tahansa, aikuinen on hänestä vastuussa, ottaa ohjat käsiinsä, on lempeä ja samalla myös isompi, vahvempi ja viisaampi. Tähän aikuinen tarvitsee mielenlukutaitoaan – pyrkimystä kuulla ja ymmärtää lapsen viestejä ja muuttaa kuuleminen myös tekemiseksi, joka vastaa lapsen tarpeisiin.

Lapsen tarpeisiin vastaaminen on vaativaa: jokainen lapsi arasta aktiiviseen touhuilijaan tarvitsee omanlaistaan huomiota; toinen enemmän lohtua ja suojelua, toinen rajoittamista. Sensitiivisyys edellyttää näkevää ja kuulevaa läsnäoloa sekä kasvattajan ymmärrystä siitä, miten helposti aikuisten välinen keskustelu vie huomiota pois lapsista.

Lapsen näkökulmaa pohtiva aikuinen miettii myös, millaisia sanattomia viestejä hän lähettää ja rohkenevatko lapset ilmaista aikuiselle vaikeita koke-

muksiaan tai iloisia asioitaan. Lämmin vastavuoroinen vuorovaikutus, jota aikuinen kannattelee, palkitsee myös aikuisen.

Seuraava yhteenveto kertoo aikuisen roolista lapsen turvakehällä.

## Kannusta ja auta

- Kannusta lasta itsenäiseen toimintaan, järjestä hänelle mahdollisuuksien mukaan pärjäämisen kokemuksia.
- Kannusta lasta leikkiin ja kaveruuteen toisten lasten kanssa.
- Auta lasta liittymään ryhmään ja leikkiin.
- Iloitse lapsen kanssa uusien taitojen oppimisesta.
- Näytä lapselle, että iloitset hänestä itsestään, et pelkästään siitä, mitä hän on tehnyt tai oppinut.

*”Olemme tehneet eskareiden kanssa listan, jossa jokainen kertoo, minkä taidon haluaisi oppia. Taitoa voidaan pohtia lapsen kanssa myös siten, mikä hänelle on vaikeaa ja missä hän tarvitsee apua. Taito voi liittyä konkreettiseen osaamiseen tai vuorovaikutustilanteissa toimimiseen, esimerkiksi tilanteessa joustamiseen.*

## Ota vastaan ja lohduta

- Ota lapsi vastaan, kun hän tarvitsee lohdutusta ja suojaa.
- Huomaa lapsen hankalat tunteet ja paha mieli.
- Anna lapsen tankata turvaa ja lohdutusta.
- Auta lasta ymmärtämään ja säätelemään omia tunteitaan ja kokemuksiaan.
- Näytä lapselle, että olet mielelläsi lapsen kanssa ja pidät hänestä, et pelkästään siitä, mitä hän tekee.

*”Olen pitänyt tätä tärkeänä niiden lasten kanssa, jotka ovat impulsiivisia ja joiden itsesäätelytaidot ovat vasta kehittymässä. Heille on usein muodostunut piintyneitä käsityksiä itsestään ja toimintamalleistaan. He oppivat aikuisen avulla, että on mahdollista muuttaa omia aikeita ja toimintaa, olla mukana leikeissä ja olla pidetty kaveri.”*

*Mukaellen Circle of Security: Marvin, Cooper, Hoffman ja Powell 2002 ja 2014.*



## Lapsi yksilönä ja osana ryhmää

Lasten kaverisuhteiden tukeminen ja ryhmän toiminnan ohjaus ovat ryhmän aikuisten ja heidän yhteistyönsä varassa. Jokaisen ryhmän lapsen tulisi saada kokemus sekä aikuisen että toisten lasten hyväksynnästä. Hyviä kohtaamisia ja ryhmän myönteistä vuorovaikutusta edesauttaa aikuisten tuki eri tasoilla. Alla oleva kuvio kuvaa turvallisen ryhmän rakentamisen kolmitahoisuutta.

Kuvion mukaisesti varhaiskasvattajan on tärkeää havainnoida, aistia ja ennakoida yhtäaikaaisesti yksittäisten lasten kokemuksia ja tunnetiloja, kahdenvälisiä kaverisuhteita tai pienryhmiä sekä koko ryhmän tunneilmapiiriä. Ei ole helppoa pitää yhtä aikaa mielessä suurta joukkoa eri näkökulmia ja sitä, kuinka ne vaikuttavat toisiinsa. Voi kuitenkin olettaa, että jos lapsiryhmän aikuiset harjaantuvat tähän, koko ryhmän taidot ratkaista ongelmia yhdessä lisääntyvät ja myös lapset alkavat yhä enemmän ottaa huomioon toisiaan hankalissa tilanteissa. Aikuinen voi edistää lapsen kykyä tunnistaa omia sekä toisten lasten tunteita, ajatuksia tai tarkoitusperiä esimerkiksi sanallistamalla lapsia hämmäntäneitä ristiriitatilanteita. Tämä edellyttää, että aikuinen pohtii käyttäytymisen lisäksi lapsen sisäistä kokemusta.

Päiväkodin aikuiset voivat ymmärtää *yksittäisen lapsen* maailmaa paremmin havainnoimalla lasta eri tilanteissa:

- Miten lapsi ilmaisee itseään sanoilla ja kehollaan ja mitä hän mahtaa kokea?

- Kuinka lapsi reagoi toisiin lapsiin tai vieraisiin aikuisiin? Miten hän liittyy leikkiin? Miten hän toimii kavereiden kanssa?
- Mitkä tilanteet ennakoivat lapsen turvattomuudesta kertovia reaktioita, mitkä taas voivat johtaa yhteenottoihin toisten lasten kanssa?
- Miten nämä havainnot voisivat olla yhteydessä ryhmän toimintatapoihin?

Yhtä lailla *ryhmän kokonaisuuden* seuraaminen ja pohdinta on tärkeää:

- Mitä ryhmässä tällä hetkellä tapahtuu?
- Pääsevätkö kaikki mukaan yhteiseen tekemiseen? Onko joku jäämässä ulkopuolelle ja putoamassa ryhmän yhteydestä?
- Millainen on ryhmän tunnelma? Miksiköhän ryhmä käyttäytyy näin?
- Mitä ryhmässä onkaan tapahtunut viime aikoina? Mikä voisi ehkä vaikuttaa tähän hetkeen?
- Millaisia tunteita tilanne itsessäni herättää?

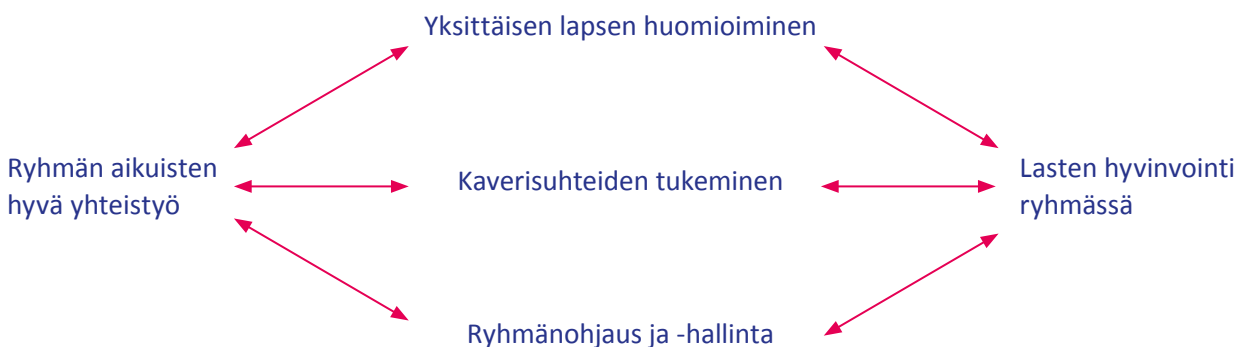
Kaverisuhteiden havainnoimisessa hyödyllisiä kysymyksiä ovat:

- Onko kaikilla lapsilla ainakin yksi kavერი?
- Jääkö joku yksin, kuka leikkiä kenenkin kanssa ja mitä leikeissä tapahtuu?
- Miten lasten vuorovaikutus toimii pienryhmässä?

Myös toisten aikuisten toimintaa eri tilanteissa lasten kanssa kannattaa seurata. Jonkun toisen aikuisen empaattinen, lapsen näkökulmaa ymmärtävä tapa toimia lapsen kanssa voi toimia itsellekin hyvänä mallina.

## Päiväkotiryhmän aikuisten tukea tarvitaan kolmella tasolla.

(Mukaellen Kernan, Singer ja Swinnen 2011.)



Havainnoimalla ja ennakoimalla lasten aloitteita ja reaktioita ryhmän aikuinen voi yrittää vastata niihin tarkoituksenmukaisesti, vaikuttaa tarvittaessa niiden suuntaan ja siten tukea lasta toimimaan ryhmässä. Kun aikuinen huomaa tai tietää, että lapsen on vaikea liittyä leikkiin, tarvitaan aikuista hienovireisesti opastamaan lasta sopivaan leikitapaan. Samalla hän voi osoittaa hyväksyntää ja myönteistä kiinnostusta lasta kohtaan sekä auttaa muita lapsia joustamaan ja muokkaamaan leikkiä. Sensitiivinen, tilanteen mukainen lasten ohjaaminen vaatii vierelle menemistä ja pysähtymistä.

Aikusten tulee toimia aina, kun he havaitsevat lasten välisiä kiistatilanteita, joita lapset eivät kykene selvittämään keskenään. Aikuisen läsnäolon ja havainnoinnin merkitys korostuu pienten lasten kanssa, joilla ei aina ole sanoja kuvailla omaa tai kaverin roolia tai tekemisiä. Joskus havainnointiin voi riittää, että aikuinen vain seisoo hieman eri paikassa pihalla kuin tavallisesti. Joskus taas siihen on tarve käyttää enemmän ja systemaattisemmin aikaa, jolloin aikuinen voi paremmin hahmottaa lapsiryhmän toimintatapoja ja kiistatilanteisiin johtavia tekijöitä.

### Ryhmäytymisen tukeminen

Lasten keskinäiseen tutustumiseen ja ryhmäyttämiseen kannattaa käyttää aikaa, jotta lapset oppivat toimimaan yhdessä eikä kukaan kokisi yksinäisyyttä tai ulkopuolisuutta.

Ryhmäyttämällä tarkoitetaan tutustumisen, ryhmän me-hengen ja ryhmään kuulumisen tunteen luomista ja ylläpitämistä. Sen perustana ovat yhteiseen tekemiseen osallistaminen, ryhmän kokoonpäättämiset, yhteiset leikit ja säännöt sekä aikuisten yhteistyö. Aikuinen tutustuu lapseen havainnoimalla ja kuuntelemalla sekä kiinnittämällä huomiota pienryhmien muotoutumiseen.

Ryhmähenkeä ja joukkoon kuulumisen kokemusta voidaan ryhmässä vahvistaa tukemalla kaikkien lasten välisiä myönteisiä suhteita. Me-henkeä vahvistavat tutut asiat, esimerkiksi syntymäpäivien vietto päiväkodissa, uusien lapsien tervetulleeksi toivottaminen ja leikkeihin mukaan saattaminen. Lapsia on myös tärkeä kannustaa kunnioittamaan erilaisuutta ja monimuotoisuutta.

Leikkiin pääseminen ja toisten hyväksyntä on tärkeää, jotta lapset pääsevät luomaan kaverisuhteita ja ettei lapsi ryhdy ajattelemaan, ettei häntä hyväksytä mukaan. Kun ryhmä on vasta muotoutumassa, aikuisen on hyvä olla vahvasti mukana ohjaamassa ryhmää ja leikkejä ja tarvittaessa mallintaa omal-

la toiminnallaan sopivia leikitapoja. Alussa on siis vain vähän vapaata leikkiä. Lapset tutustuvat ohjatusti toisiin ryhmäläisiin ja kun ryhmä on yhtenäinen, vapautta voi antaa enemmän. Vakiintuneessakin ryhmässä tarvitaan aikuisten läsnäoloa. Ryhmän turvallisuuden ja hyvän yhteistoiminnan ylläpitäminen vaatii jatkuvaa työtä, koska ryhmän tilanne voi elää ja vaihdella toimintakauden aikana. Tähän vaikuttavat esimerkiksi muutokset ryhmän kokoonpanossa tai loma-ajat.

Turvallisen ryhmän muodostumista tukevat keskustelut ja yhteisten sääntöjen laatiminen lasten kanssa. Seuraavia kysymyksiä voi soveltaa ryhmän *ystävällisen käyttäytymisen pelisääntöjen* laadinnassa.

- Mitä toivoisit, että tehtäisiin/ei tehtäisi, jotta ryhmässä kaikilla olisi kiva olla?
- Millaisia voisivat olla ystävälliset teot ja ystävällinen puhe?
- Millaisista asioista päiväkodissa voi tulla paha mieli?
- Mitä kiusaaminen sinusta tarkoittaa?
- Mistä huomaa, jos toisen mielestä käytös ei ole hauskaa?
- Mitä voit tehdä silloin, jos joku kiusaa?
- Mitä voisimme tehdä, että kaikilla lapsilla on ryhmässämme leikkikaveri?
- Millainen on kiva kaveri?  
Mitä kaverien kanssa voi tehdä?
- Miten kaveria voi kannustaa?

### Auta lasta toimimaan ryhmässä

Lapsen kehittymässä olevat, puutteelliset itse-sääätelytaidot voivat haitata lapsen kaverisuhteita, liittymistä ryhmään ja ryhmässä toimimista. Esimerkiksi jotkut lapset saattavat ilmaista joutua tunteitaan tavalla, joka hämmentää muita. He voivat käyttäytyä muiden lasten mielestä liian riehakkaasti, impulsiivisesti tai aggressiivisesti. Heidän voi olla myös vaikea tunnistaa ja tulkita toisten tarpeita ja aikomuksia tai he voivat tulkita tilanteet kielteisemmin kuin muut. Tämä voi johtaa siihen, että he toimivat toisia kohtaan hyökkäävästi.

Ilman aikuisen tukea näin toimiva lapsi saattaa saada toisten lasten silmissä muita kiusaavan maineen ja joutua itse torjutuksi tai kiusatuksi. Jos taas aggressiivinen käytös palkitsee lasta sosiaalisesti ja hän huomaa saavansa muilta huomiota esimerkiksi tönimällä jotakuta, lapsi alkaa oppia vääränlaisia toimintatapoja. Siksi onkin tärkeää

vahvistaa lapsen empatiakykyä ja auttaa lasta tunnistamaan sekä omia että toisten lasten tunteita ja aiko- muksia ja miettiä vaihtoehtoisia toimintatapoja. Lasten kehitysvaiheiden eritahtisuus voi vaikeuttaa leikkiin liittymistä. Joillain lapsilla voi olla myös kielellisiä pulmia, tarkkaavuuden tai tunteiden säätelyn ongelmia. Lapsi saattaa tulkita väärin toisten lasten aikeita, jos hän ei vielä riittävästi kykene tavoittamaan toiminnan takana olevia motiiveja, tunteita tai ajatuksia.

Kun lapsen on vaikea hahmottaa, millainen on so- piva leikkitapa tai millaista roolia ja asemaa hän voi- si ottaa leikissä, hän saattaa yrittää liian nopeasti muuttaa leikkiä, määrällillä tai väittää vastaan muil- le. Leikki saattaa päättyä yhden lapsen poissulke- miseen, jos muut lapset kokevat, että tämä kiusaa heitä. Tällöin yhteisestä leikistä voi jäädä ikäviä ko- kemuksia ja lapsen odotukset muita lapsia kohtaan voivat muuttua kielteiseksi. Tämän vuoksi lapsi saat- taa käyttäytyä esimerkiksi hyökkäävästi tai vetäytyä ryhmästä. Tästä voi syntyä ikävä kierre, jossa muut lapset alkavat karttaa ja torjua lasta ja tämä puo- lestaan saa vahvistusta omille käsityksilleen toisista lapsista.

Seuraavassa esimerkissä havainnollistuu, miten aikuisten intensiivinen tuki voi ehkäistä lapsen syr- jäytymistä ryhmästä.

”Eräessä päiväkodissa oli vaikeasti käyttäytyvä lapsi. Päiväkodin henkilökunta otti asian vakavasti ja pohti yhdessä, mitä tehdään. Työntekijät päättivät antaa lapselle paljon aikaa ja huomiota, lisäksi päätettiin työskennellä koko lapsiryhmän kanssa. Tässä onnistuttiin. Kun lasta tuettiin, kannustettiin, suhtauduttiin positiivisesti ja autettiin leikkiin liittymisessä, niin että muut pystyivät leikkimään hänen kanssaan, esikoulussa lapselle alkoi tulla kaverikyläilypyyntöjä ja synttärikutsumia. Kouluun lähti hyväksytty, hyvinvoiva, kaverisuhdeasioissa pärjäävä lapsi.”

Seuraavien harjoitusten tavoitteena on vahvis- taa kaverillisuutta ja toisten huomioimista ryhmäs- sä sekä lapsen itsetuntemusta. Yhteiset tehtävät ja pienryhmässä työskentely auttavat turvallisen ryh- män rakentamisessa. Varhaiskasvattaja voi tehtä- vien avulla auttaa lapsia oivaltamaan, että vaikka kavereilla on erilaisia tunteita ja ajatuksia samasta tilanteesta kuin itsellä, jokainen voi silti toimia ystä- vällisesti ja reilusti.

## Kiva kaveri -harjoitus

Harjoitus

Harjoituksessa mietitään lasten kans- sa ystävyyttä ja kaveruutta, millainen olisi kaikil- le ystävällinen kiva kaveri. Pohtikaa yhdessä joitain seuraavista kysymyksistä:

- Millainen kiva kaveri mielestäsi on?
- Kivakin kaveri voi joskus olla huonolla tuulella ja käyttäytyä ikävästi. Miten voisimme yhdessä auttaa häntä paremmalle mielelle?
- Millaisia kivoja asioita voimme sanoa toisillem- me? Mitä kivaa olet sanonut kaverille tai kaveri sinulle? Mistä näki/tiesi, että kaveri tykkäsi siitä, mitä sanoit?
- Miltä sinusta tuntuu leikkiä kaverin kanssa? Mikä siinä on mukavaa?
- Joskus kaverin kanssa voi olla myös eri mieltä. Mitä silloin voisi tehdä?

Keskustelun jälkeen voitte halutessanne tehdä kol- laasin kivoista asioista, joita lapset – ja myös aikuiset – voivat sanoa toisilleen. Kollaasin voi laittaa seinälle ja ystävällisiin sanoihin ja tekoihin pala- ta aika ajoin. Kun aikuiset havaitsivat lasten hy- väntahtoisia ilmaisuja ja aloitteita, niitä kannattaa vahvistaa positiivisella palautteella.

## Tunnetehtävä-harjoitukset

Harjoitus

Lapsen on helpompi oivaltaa, miltä toisesta tuntuu, kun hän oppii tunnistamaan omia tuntei- taan. Toiminnallisten tunnetehtävien tarkoitus on innostaa kasvattajia ja lapsia miettimään yhdes- sä perustunteita – iloa, surua, pelkoa ja vihaisuut- ta – sekä pohtia, miten tunteet voivat vaikuttaa päiväkotiryhmässä ja kaverien kanssa toimiessa.

Liitteen 2 harjoitusten avulla lapset voivat miet- tiä aikuisen kanssa tunteiden tunnistamista se- kä pohtia toimintatapoja silloin, kun esimerkiksi tuntuu vihaiselta tai pelottaa. Tehtävät sopivat parhaiten 5–6-vuotiaille 4–8 lapsen pienryhmä- työskentelyyn.

## Tunnemylläkän tyynnyttäminen

Päiväkodissa lapsi tarvitsee turvallisen aikuisen, joka auttaa lasta myös vaikeissa ja voimakkaissa tunteissa. On tärkeää, että lapsi voi luottaa saavansa aikuiselta apua ja ymmärrystä tunnemylläkässä. Tämä tarkoittaa sitä, että kasvattaja ei vähättele tai kiellä lapsen tunnekokemusta, vaan reagoi lapsen tunteisiin ulkoisen käyttäytymisen lisäksi.

Koska tunteet tarttuvat, aikuisen on oltava tarkkana, ettei hän ”humpsahda” mukaan lapsen voimakkaaseen tunnetilaan. Kasvattajan hyväntahtoinen ponnistelu lapsen käyttäytymisen takana olevien mielen liikkeiden tavoittamiseksi on men-

talisaatioon perustuvan työtteen ydintä ja auttaa aikuista helpottamaan lapsen oloa. On hyvä muistaa, että lapset osaavat myös peittää tunteitaan, eikä ensivaikutelma aina pidä paikkaansa. Esimerkiksi vihaisuuden takana voi olla pelko.

Alla olevassa taulukossa kuvataan tunnemylläkän tyynnyttämistä sekä aikuisen ja lapsen välisen turvallisen suhteen palauttamista. Esimerkkejä voi hyödyntää myös työyhteisössä keskustelun pohjana: millaisia yhteisesti sovittuja toimintatapoja päiväkodissa tai ryhmässä on, tai olisi hyvä sopia kohdattaessa lapsen voimakkaita tunteita.

## Tilanteen rauhoittaminen

### Mitä tehdä, jos itse tunnet olevasi riittävän rauhallinen, mutta lapsi on tunnemylläkän vallassa

- Pidä tilanne hallinnassasi ja pysy rauhallisena. Tämä auttaa myös lasta kokoamaan tunteitaan.
- Voit myös siirtyä lapsen kanssa johonkin toiseen, lapselle mieluisaan paikkaan. Tästä voi tulla myös jatkossa lapsen ”rauhottumispaikka”, jossa voit istua yhdessä lapsen kanssa ja auttaa lasta pääsemään yli vaikeista tunteistaan.
- Puhu lapselle tyynellä, ystävällisellä äänellä.
- Voitte myös tehdä yhdessä usean minuutin ajan jotain aivan muuta kuin keskustella tapahtuneesta, kuten lukea kirjaa, katsella yhdessä ulos ikkunasta ja miettiä, mitä siellä mahtaa olla menossa jne.
- Auta sitten lasta sanoittamaan kokemustaan: *”Näyttää siltä, että tuo tapahtuma tuolla hiekkalaatikolla oli hankala kokemus sinulle. Oletko nyt vihainen tai surullinen, pelottaako sinua jokin asia?”*
- Voit kertoa myös siitä, mitä itse tunsit tunnekuohun aiheuttaneessa tilanteessa: *”Kun heitit hiekkaa Maijan silmille, minusta tuntui...”*
- Pysy lapsen saatavilla, kunnes hän on riittävän rauhallinen. Joskus lapsi pystyy rauhoittumaan nopeammin, toisinaan taas siihen menee hieman enemmän aikaa. Tärkeintä kuitenkin on, että olet koko ajan tunnetasolla lapsen lähellä ja että lapsella on varmuus siitä, että sinulla on tilanne hallinnassasi.

### Mitä tehdä, jos sekä aikuinen että lapsi ovat tunnekuohun vallassa

Aina, kun on mahdollista, ota ”aikalisä” itsesi rauhoittamiseen. Tämä antaa myös lapselle aikaa rauhoittua. ”Aikalisää” ei kuitenkaan saa käyttää lapsen rangaistuskeinona, esimerkiksi jäähyenkillä istuttamisena. Pyydä jotain toista aikuista olemaan lapsen kanssa, sen aikaa, kun itse rauhoitut.

Rauhoittumishetken aikana muistuta itsellesi:

- *”Tämä lapsi tarvitsee minua juuri nyt, huolimatta siitä, mitä minä itse tunnen tässä hetkessä.”*
- *”Tiedän, että minä olen isompi, vahvempi ja viisaampi ja pystyn tässäkin tilanteessa toimimaan lempeästi ja ystävällisesti.”*

### Jotta rauhoittumishetket sujuisivat helpommin tulevaisuudessa

Silloin kun on hyvä hetki

- Auta lasta löytämään sanoja tarpeilleen ja tunteilleen ja kuuntele häntä. Hyvä muistisääntö on KISS: Keep It Short and Sweet. Juttele aika-ajoin lapsen kanssa lyhyesti ja lempeästi niistä tilanteista ja tunteista, joiden kanssa olet huomannut lapsen olevan eniten vaikeuksissa. Näin lapsi voi oppia pikkuhiljaa kertomaan sinulle siitä, mitä kulloinkin tuntee tai tarvitsee.

Mukaellen Powell, Cooper, Hoffmann ja Marvin 2014.

Lapsen mielen tyyntymisessä auttaa usein syliin ottaminen ja lohduttaminen ja että aikuinen itse pysyy rauhallisena. Lapsen voimakaskin tunnereaktio laantuu nopeammin, jos aikuinen puhuu lempeällä empaattisella äänellä ja lapsi kokee, että aikuinen haluaa ymmärtää, miltä lapsesta juuri nyt tuntuu. Haastavan tilanteen arviointi jälkikäteen yksin tai työkavereiden kanssa auttaa tavoittamaan lapsen näkökulmaa ja pohtimaan keinoja vastaavan tilanteen hoitamiseen tai välttämiseen tulevaisuudessa.

Lapsen tunteiden säätelykyky voi kehittyä ai-noastaan yhteydessä läheiseen, omat tunteensa hallitsevaan turvalliseen aikuiseen. Kun aikuinen reagoi rauhallisesti lapsen tunteisiin ja käytökseen, lapsi saa aikuiselta mallin omaan toimintaan. Joskus omat huolet tai hankalat kasvatustilanteet työssä voivat vaikeuttaa tätä ja tulee hermostuttua helpommin. Vaikka työrooli usein auttaa oman mielen tyyntymisessä, haastavat tilanteet saattavat synnyttää myös turhautumista, suuttumusta, epätoivoa, ahdistusta. Tunteet voivat nousta pintaan erityisesti sellaisissa tilanteissa, joissa aikuinen mielestään näkee tahallista kiusaamista, tai hyvin äkillisissä säikäyttävissä tilanteissa, joissa joku lapsista olisi voinut loukata itsensä. Joskus tunteet nousevat pintaan vasta jälkikäteen. Tilanteen pohtiminen työkavereiden kanssa voi auttaa käsittelemään kokemusta.

Seuraava kuvio esittää toimintatapaa, jossa aikuinen pysähtyy ensin muutamaksi sekunniksi pohtimaan, mitä on tapahtumassa tai millaisia kokemuksia ja mielentiloja lasten toiminnan taustalla voi olla. Hetken pysähtyminen voi auttaa myös laannuttamaan kasvattajan omat hankalat tunteet ja ehkäistä esimerkiksi korottamasta ääntä. Lisäksi se auttaa valitsemaan lapsille parhaan tavan puuttua tilanteeseen.

### Hankalassa tilanteessa

**Pysähdy hetkeksi**

#### **Pysähdy hetkeksi.**

Katso tilannetta kauempaa. Tämä auttaa sinua valitsemaan oman reagoititavan.

**Havainnoi tilanne**

#### **Havainnoi vielä ja pohdi,**

minkälainen kokemus on voinut edeltää lapsen toimintaa tai tunnereaktiota, johon lapsi näyttää tarvitsevan apua siitä selviytyäkseen.

**Toimi sitten**

#### **Toimi vasta sitten.**

Silloin sinun on mahdollista reagoida lapsen tekoon tai käyttäytymiseen muutenkin kuin pintatason oikein-väärin-asteikolla.



”Olen kokenut pysähtymisen tärkeäksi. Silloin tulee tietoiseksi omista tunteistaan, voi nollata tunteen. Lapsi, jolla on vahva negatiivinen tunnereaktio, ei voi tasaantua, jos aikuisen tunnetila on sama. Jos on itse rauhallinen ja osoittaa sen äänensävyllään, eleillään ja liikkeillään, niin rauhallisuus tarttuu myös lapsiin. Usein myös rauhallinen kosketus rauhoittaa lasta. Itseäni tyynnyttää rauhallinen hengitys. Lapselle, jonka on vaikea irrottautua harmin tunteesta, saatan sanoa: tule syliin ottamaan pehmeyttä, niin kiukku lähtee pois. Lapsen istuessa sylissä silitän häntä selästä pehmein liikkein ja hengitän tarkoituksella hyvin rauhallisesti.” – *Ritva Lindwall*

### Kiusaaminen päiväkodissa

”Se että toi Toni tekee semmosii kerhojuttuja, ja sitku, se vaan ei halua että mä pääsen siihen kerhoon mukaan, se vaan huijaa että se on vaarallista mulle, sit menee kerhoja kiinni. Toni on kaikkien kerhojen johtaja, se johtaa aina.” – *Poika, 5 vuotta (Kiusaavatko pienetkin lapset? 2010)*

Monelle lapselle päiväkotikiukaan on mieluisa paikka: kiivoja kavereita, mukavia aikuisia ja mielekästä tekemistä. Silti päiväkodissa jotkut lapset jäävät ulkopuolelle yhteisistä leikeistä, kuten 5-vuotiaan pojan esimerkki kertoo. On tärkeää, että lapsi voi aina kertoa omasta tai toisen kiusaamisesta ja ettei kertomista pidetä kanteluna. Pienellä lapsella itsellään ei ole valmiuksia vaikuttaa kiusaamiseen. Hän ei välttämättä edes hahmota tilannetta kiusaamisena tai osaa sanoittaa omaa tai toisen kokemusta. On vain hankala tai paha olla.

Joskus ammattilaisenkin on vaikea nähdä ja ymmärtää, mistä lasten välisissä vuorovaikutustilanteissa on kysymys. Siitä, mitä kiusaaminen kenellekin tarkoittaa ja mikä voi tuntua kiusaamiselta, on hyvä puhua sekä lasten kanssa että keskustella avoimeisti työyhteisön aikuisten kesken ja vanhempien kanssa. Jos lapsi kokee päiväkodin ilmapiirin turvallisiksi, hänen on helpompaa kertoa aikuiselle vaikeistakin asioista. Lapsen sosiaaliseen kehitykseen ja asemaan lapsiryhmässä on onneksi paljon mahdollisuuksia vaikuttaa ja ehkäistä jo varhain kiusaajan tai kiusatun roolien syntyä.

Tutkimuksen mukaan 3–6-vuotiaista päiväkotilapsista noin 12 prosenttia on ollut suoraan te-

kemisissä kiusaamisen kanssa joko kiusaajana tai kiusattuna tai sekä että (Repo 2015). Sekä kiusatuksi joutuminen että kiusaajana toimiminen on lapselle vahingollista. Jos aikuinen ei pysäytä kiusaamista, lapsi luultavasti jatkaa sitä. Toistuva kiusatuksi tuleminen aiheuttaa pienessä lapsessa arvottomuuden ja avuttomuuden tunteita ja riskinä on, että kiusaamiskierre seuraa lasta päiväkodista kouluun, eikä lapsi pääse ryhmänsä hyväksytyksi jäseneksi myöhemmin. MLL:n Lasten ja nuorten puhelimeen yhteyttä ottaneista koulukiusaamista kokeneista nuorista moni on kertonut kiusaamisen alkaneen jo päiväkodissa.

Kiusaamista voi kuvata vallan tai voiman väärinkäyttönä, jossa osapuolten roolijako ja keskinäiset voimasuhteet ovat epätasaiset ja kiusaamisen kohteella on vaikeuksia puolustautua. Tämä erottaa kiusaamisen riidasta tai erimielisyydestä. Päiväkotiryhmässä kiusaamista voi ilmetä niin, että joku lapsista on toistuvasti yhden tai useamman lapsen kiusaamisen kohteena tai niin, että sama lapsi kohtelee toistuvasti toisia lapsia ikävällä tavalla, mutta kohde vaihtelee.

Joskus kiusaaminen on opittua käyttäytymistä, mutta usein kiusaamisessa on kyse myös siitä, että pienten lapsen itsesääätelytaidot ovat vasta kehityksessä ja lapsi vasta harjoittelee tunteidensa ja käyttäytymisensä säätelyä. Kiusaamisena koetut teot eivät siten aina ole tietoisia ja tahallisia, koska lapsi ei välttämättä ymmärrä, millaisia ikäviä tunteita hänen tekonsa voi toisessa aiheuttaa. Noin 3–4-vuotias alkaa vähitellen hahmottaa oman ja muiden näkökulman erillisyyttä. Kouluikänsä mennessä, noin 7-vuotiaana lapsella on jo hyvät valmiudet tiedostaa omia ja toisten mielentiloja sekä hahmottaa niiden yhteyttä ihmisten käyttäytymiseen. Tunne-elämän ja -sääätelykyvyn kehitys jatkuu toki pitkälle tämän jälkeenkin.

Pienen lapsen itsesäätelytaidot kehittyvät, kun aikuinen auttaa lasta kertomaan kiusaamistilanteesta ja lapsen kokemuksesta. Lapsen reaktio tilanteessa on lapsen kokemusmaailmasta katsoen aina mielekäs, vaikka se ei aikuisen mielestä olisikaan tilanteeseen sopiva. Aikuinen voi kertoa lapselle, mitä tilanne hänestä näytti ja mitä hän arvelee siinä tapahtuneen. Hän voi kysyä lapselta, mitä mieltä lapsi on näistä ajatuksista. Kaikkeaa ei pidä kuitenkaan sanallistaa kiusaamisena. Kiusaamisesta puhumisen rinnalle on hyvä tuoda muitakin sanoja, esimerkiksi toista loukkaava tai epäkunnioittava kohtelu. Pieniä lapsia ei myöskään tule leimata kiusaajiksi.

## Kiusaamisen muodot

Päiväkodissa kiusaaminen voi olla *fyysistä* (esimerkiksi tönimistä, lyömistä, potkimista), *sanallista* (esimerkiksi nimittelyä, hännäämistä) tai *psyykkistä* (esimerkiksi leikistä ulkopuolelle sulkemista, leikin sääntöjen muuttamista, manipulointia, kiristämistä synttärikutiilla).

Osa kiusaamisesta on *suoraa*, kuten töniminen tai nimittely, ja osa *epäsuoraa*, kuten selän takana puhuminen, poissulkeminen ja toisen kaverisuhteiden vahingoittaminen. Laura Revon (2015) väitöstutkimuksen mukaan varhaiskasvatuksikäisillä yleisin kiusaamisen muoto on kaverisuhteiden ulkopuolelle sulkeminen. Seuraavaksi yleisintä on sanallinen ja sitten fyysinen kiusaaminen.

Kiusaamisen tavat voivat mennä myös limittäin. On havaittu myös, että pienillä lapsilla kiusaaminen voi olla tapa hakea yhteyttä toiseen lapseen. Varhaiskasvattaja onkin aitiopaikalla ohjaamassa lapsia sopiviin tapoihin toimia vertaissuhteissa sekä vahvistamassa hyväntahtoisen ja avuliaan käyttäytymisen aikeita ryhmässä.

Poika, 3 vuotta: ”Kiusaaminen on sellaista, että Elias ei päästä minua minnekään.”

Tyttö, 5 vuotta: ”Se on kun Pia on ilkeä ja sanoo, että mä en tajuu mitään.”

Tyttö, 5 vuotta: ”Voi lyödä, potkia ja kaataa (tauko) ja lyödä jotakuta nyrkillä selkään.”  
– *Kiusaavatko pienetkin lapset?*

## Kiusaaminen on ryhmäilmiö

Kiusaaminen on ryhmädynaaminen ilmiö, jota ryhmä voi vahvistaa tai sammuttaa. Kiusaaminen vahvistuu, jos tekijä saa muilta lapsilta palkitsevaa huomiota esimerkiksi tilanteissa, joissa hän tönii tai muuten ärsyttää lasta, joka tappelee vastaan tai itkee helposti. Jos kiusaava lapsi ei saa sivustaseuraavien lasten hyväksyntää toimilleen, käytös sammuu helpommin (katso kuvio).

Tutkimusten mukaan kiusaamista esiintyy erityisesti vapaissa leikki-tilanteissa, joissa lapset ovat keskenään. Tämän vuoksi aikuisten on oltava valppaita myös vapaiden leikkihetkien aikana huomatakseen, mitä lasten välisissä tilanteissa ja leikeissä tapahtuu ja milloin tarvitaan aktiivista puuttumista.

## Kiusaamistilanteen selvittely

Ristiriitoja voi olla vaikea erottaa kiusaamisesta. Olennainen ero on se, että ristiriidassa on ollut mukana kaksi tai useampia tasaveroisia lapsia. Tällöin tilanteessa mukana oleva aikuinen voi toimia ohjaajana, joka auttaa lapsia keskinäisessä neuvottelussa ja kannustaa kutakin mukana olevaa lasta ehdottamaan ratkaisuja, esimerkiksi ratkaisemaan kiistan leluista.

Kiusaamistilanteessa taas taustalla on ollut vallankäyttöä eikä kiusatuksi tullut ole pystynyt puolustautumaan. Tilanteen ratkaiseminen on tällöin aikuisen vastuulla. On hyvä pohtia, keskustellaanko tekijän ja kiusatuksi tulleen kanssa yhdessä vai kummankin kanssa henkilökohtaisesti. Kiusaamistapauksia ei pitäisi selvittää ryhmässä julkisesti, koska se saattaa loukata kiusattua entisestään.

Kiusaamiseen puuttumisessa ei välttämättä ole yhtä ainuttakaan oikeaa tapaa. Muutamaksi sekunniksi pysähtyminen antaa aikuiselle mahdollisuuden tilannekohtaiseen pohdintaan ja reagointitavan valintaan. Kiusatuksi tulleen lapselle on joka tapauksessa tärkeää viestittää, että hän teki oikein kertoessaan asiasta, sillä mikään ei oikeuta kiusaamista, ja että aikuinen ottaa tilanteen vakavasti. Lapselle on luotava toivoa, että tilanne ratkeaa. Myös toista loukanneelle lapselle on tärkeää luoda toivoa siitä, että vaikeista tilanteista selvitään. On myös hyvä tarkastella koko ryhmän suhteita, koska joskus toisten lasten toiminta (niin sanotut sivustaseuraajat, apurit) voi estää kiusaamisen loppumisen, vaikka tekijä sitä haluaisikin.

Kiusaava lapsi tarvitsee tukea ja ohjausta. On tärkeää, että kiusaamistilanteen selvittelyn aikana aikuinen ei kuulustele, saarnaa tai ole vihainen lapselle eikä millään muullakaan tavalla nolaa tai rankaise lasta. Jos lapsi kokee aikuisen olevan äkäinen tai muuten pelot-





tava, lapsi ei kykene ajattelemaan omaa käytöstään eikä toisen tunteita tai ajatuksia tilanteesta.

Pienikin lapsi voi tuntea häpeää, joka aiheellisenä voi olla hyödyksi hänen kehityksessään. Häpeäminen osoittaa, että lapsella alkaa olla käsitystä siitä, miten oma käyttäytyminen on vaikuttanut tilanteen kärjistymiseen. Jos aikuinen huomaa tai arvelee lapsen häpeävän käytöstään, lapsen oloa tulee saman tien helpottaa ja osoittaa, että mitään suurta vahinkoa ei ole tapahtunut: *”Minusta näyttää, että olet hieman häpeissäsi tilanteesta. Olenko oikeassa? Mutta tiedätkö, että kaikki asiat voidaan sopia ja korjata ja sitten unohtaa koko ikävä välikohtaus. Mitä jos mennään yhdessä sopimaan Kallen kanssa tuo ikävä asia ja jatketaan sitten välipalan syömistä?”*

Jos häpeän tunne syvenee, se vaikuttaa vahingollisesti lapsen itsetuntoon. Suomalaisessa päiväkotitutkimuksessa on havaittu, että rangaistukset, kuten jäähypenkki tai eristäminen pienten puolelle, eivät vähennä kiusaamista, vaan kiusaamista voi esiintyä jopa enemmän ryhmissä, joissa lapsia rangaistaan (Repo 2015a).

#### **Mielenlukutaito kiusaamistilanteissa**

Astut aamulla päiväkodin portista sisälle, työvuoro ei oikeastaan ole vielä alkanutkaan, mutta jo ensimmäinen pieni raportoi sinulle *”Tuo kiusaa meitä...”* Mitä lasten mielessä liikkuu ja miksi he toimivat niin kuin toimivat?

Ennen kiusaamistilanteen selvittämistä on tarpeen tyynnyttää eri osapuolet, jotta asiaa voi-



daan läpikäydä ja lapset ovat vastaanottavaisia ohjaukselle. Kasvattaja voi auttaa kiusaavaa lasta ymmärtämään tekojaan sekä pohtimaan, millä tavoin omaa käytöstä olisi mahdollista hyvittää.

Entä miten sitten selvittää oikeudenmukaisesti tilannetta, joka tapahtuu aikuisen selän takana ja jossa esimerkiksi toinen lapsi kokee vahvasti, että häntä on kiusattu ja toinen on varma siitä, ettei ole kiusannut ketään? Niin sanotun oikean totuuden esiin saaminen ei ole välttämätöntä, vaan tärkeämpää on edetä niin, että kumpikin lapsi tulee kuulluksi ja tietää, mitä vastedes tehdään.

Mielenlukutaitoan hyödyntävä aikuinen yrittää lisäksi eläytyä sekä kiusatun että kiusanneen lapsen tunteisiin. Millaisia mahdollisia syitä käyttäytymiselle voisi olla? Tärkeää on ei-tietävä asenne, mikä tarkoittaa sitä, ettei lapsen kokemuksia ja tunteita sanoiteta liian nopeasti, vaan aikuinen on utelias kuulemaan myös lapsen näkökulman. *”Haluaisin tietää, mitä mielessäsi oli, kun teit näin.”* tai *”Mikähän sai sinut tuntemaan noin?”*

Tärkeää on myös lapsen tunteen oikeutus: tunne on oikea, mutta toimintatapaa pitää opetella. Vilja Laaksosen väitöstutkimuksen (2014) mukaan osa esikouluikäisistä lapsista pystyi liittämään kiusaajan toiminnan tunnetilaan: *”Kun mä kiusaan, ni mulla on paha mieli.”* tai *”Sitä ehkä harmittaa joku.”*

Kiusaamistilanteessa aikuisen on tärkeä pohtia:

- mitä ryhmässä/lasten kesken on tapahtunut, jos aikuinen ei ole nähnyt tilannetta
- lapsen mielentilaa näkyvän käytöksen takana: onko lapsi ahdistunut, turvaton, väsynyt, epävarma
- vaihtoehtoisia tulkintoja kiusanneen lapsen käytökselle: mitä lapsi yrittää viestiä, onkohan tämä lapsi huomion tarpeessa, hakeeko hän rajoja tai roolia ryhmässä tai tarvitseekohan lapsi apua ja keinoja kaverisuhteiden solmimiseen.

Vinkkejä kiusaamistilanteen purkamiseen:

- Aikuisen oma pysähtyminen ja ihmettely: Hei, mitähän täällä nyt tapahtuu?
- Tilanteen pysäyttäminen ja rajanveto: Näin ei voi toimia.
- Konkretisoi tilanteessa mukana olleiden lasten ajatuksia ja tunteita, niin että osapuolet tulevat kuulluiksi:  
*”Mitä tapahtui?”*  
*”Mitähän sinä ajattelit?”*  
*”Miltä tuntui?”*

*”Mitä arvelet, miltä kaverista tuntuu?”*, *”Miltä hänen ilmeensä näyttää?”*

*”Miltä tuntuu, kun kumpikin kuuli, miltä toisesta tuntui?”*

*”Mitä voisit tehdä tai sanoa, että toiselle tulisi parempi mieli?”*

Kielellisesti heikompia lapsia voi auttaa ilmaisemaan itseään esimerkiksi elekielellä, osoittamaan peukku ylös- tai alaspäin.

### Vaihtoehtoisen toimintatavan sanoittaminen

Ohjaa lasta pohtimaan, miten voisi toimia ensi kerralla. Aikuinen sanoittaa vaihtoehtoja:

*”Hengitä syvään, laske käsi vatsalle ja laske kymmeneen.”* *”Miten omia käsiä voi pitää niin, etteivät ne osu kaveriin/ettei tule tönäisseksi kaveria jonnossa.”*

*”On tärkeää pysähtyä ja pysäyttää lapsi tilanteessa, josta on alkamassa huono kierre. Asiaa pohditaan yhdessä lapsen kanssa. Lapselta olen kysynyt, mitä ajattelet, auttaako tekemäsi tai sanomasi asiaa vai häiritseekö se. Olen myös sanallisesti tarkentanut, mikä se kurja juttu on, jos lapsi ei pysty huomaamaan sitä itse.*

On tärkeä, että aikuinen huomioi lapsen tunnetilan ja kielelliset taidot. Aikuinen voi vielä kerrata sanallisesti vaihtoehtoiset toimintatavat ja näyttää peukalolla ylös- ja alaspäin.

Näitä pysäytyksiä meille tulee esimerkiksi leikki-, pukemis-, ruokailutilanteissa. Vähitellen lapsi tulee tietoisemmaksi oman käyttöksensä vaikutuksista muissakin kuin leikkitalanteissa. Yhdessä pohtiminen ei ole hänelle enää uutta, sitten kun joudutaan miettimään voimakkaita tunteita herättävää ristiriitatilannetta. Yhtä lailla pysähtyminen on tärkeää hyvin menneissä tilanteissa: huomasiitko mitä tapahtui?” – *Ritva Lindwall*

# Työkaverit tukena

”Ole itsellesi armollinen. Saat joskus epäonnistua, niin kuin myös työkaverisi saa joskus epäonnistua.” – *dosentti Hannele Cantell*

Päiväkotiryhmän turvallisen ilmapiirin syntymiseen vaikuttaa lapsiryhmästä vastaavien aikuisten tapa kohdata toisensa, sillä aikuisten keskinäinen arvostava kohtaaminen heijastuu myönteisellä tavalla lasten välisiin suhteisiin. Työyhteisön aikuisten on tärkeää luoda ilmapiiriä, jossa kenenkään ei tarvitse jännittää työkaverien suhtautumista, vaan voi luottaa kollegoiden avuliaisuuteen ja hyväntahtoiseen suhtautumiseen.

On hyvä muistaa, että niin myönteiset kuin kielteiset tunteet tarttuvat. Yhtä lailla niin lasten kuin vanhempien kanssa myös työkaverien kesken on tärkeä kiinnittää huomiota omaan kielenkäyttöön, äänenpainoihin ja eleisiin: mitä minä viestin muille. Mentalisaation näkökulmasta työntekijöiden välisessä vuorovaikutuksessa korostuu kuunteleminen, myönteinen uteliaisuus toisen näkökulmaan ja joustavuus.

Kun työntekijät pyrkivät pitämään sekä oman että kollegan mielen mielessään, se tarkoittaa työyhteisössä kiinnostusta työkaverin ajatuksista, tunteista ja arvoista sekä sen pohtimista, miten ne ehkä vaikuttavat hänen tapaansa olla vuorovaikutuksessa. Hyvä työkaveri kertoo omat näkemyksensä muille rehellisesti mutta toisten mielipiteitä kunnioittaen.

## Yhteiset toimintatavat

Päiväkodissa tai sen yksittäisessä tiimissä saattaa syntyä näkemuseroja siitä, miten jonkun lapsen kanssa tulisi toimia tai miten esimerkiksi kiusaamistilanteissa toimitaan. Joku päiväkodin aikuisista voi myös vähätellä lapsen tai vanhemman kokemuksia. On tärkeää, että päiväkodissa työskentelevien on mahdollista aika-ajoin kokoontua keskustelemaan tiimin pedagogisista ja vuorovaikutukseen liittyvistä näkemyksistä sekä tunteita herättävistä tilanteista.

Hyvin toimivassa tiimissä keskustellaan avoimesti ja annetaan kunnioittavalla tavalla palautetta. Keskinäisen arvostuksen puute sen sijaan voi synnyttää ikävän ilmapiirin, joka vaikuttaa myös lapsiin. Kun päiväkodissa vallitsee aikuisten välil-

lä myönteinen ilmapiiri, ihmiset ovat tyytyväisempiä työhönsä.

Seuraavassa on esitetty keskustelua virittäviä teemoja ja kysymyksiä työyhteisön kehittämispalaveriin. Jos paikalla on pieni joukko työntekijöitä, kysymyksistä voi keskustella suoraan. Vaihtoehtoisesti jokainen voi aluksi kirjata muistilapuulle kysymysten herättämiä konkreettisia ehdotuksia ja ajatuksia. Ajatteluhetken jälkeen laput kootaan yhteen ja keskustellaan esitetyistä näkemyksistä. Jos on tarpeen, työntekijät voivat lopuksi valita ehdotuksista kehittämiskohteeksi ne, joihin halutaan panostaa seuraavien viikkojen aikana. Tällöin seuraavissa henkilökunnan palaverissa kannattaa arvioida, kuinka toimintatavan muutokset ovat vaikuttaneet päiväkodin ilmapiiriin.



## Keskustelutehtäviä

### Myönteisen vuorovaikutuksen vahvistaminen

- Mitä tarkoittaa arvostava kohtaaminen tässä päiväkodissa? Mistä huomaamme, että sekä lapsia että meitä aikuisia on kohdattu arvostavasti?
- Miten voimme lisätä lasten ja aikuisten välistä myönteistä vuorovaikutusta?
- Miten voimme lisätä aikuisten keskinäistä myönteistä vuorovaikutusta?

### Lapsen näkökulma keskiössä

- Mistä tiedämme tai huomaamme, että lapsella on ollut hyvä päivä päiväkodissa?
- Miten onnistumme pitämään lapsen kokemuksen keskiössä vaikeissakin tilanteissa?



- Jos lapset muistelevat myöhemmin, vaikka pa 10–20 vuoden kuluttua, omaa päiväkotiaikaansa tässä päiväkodissa, mitä toivoisimme heidän mieleensä nousevan päällimmäisenä? Kuinka voimme toimia yhdessä niin, että nämä asiat voisivat toteutua?
- Päiväkodin esihenkilön ja yksittäisen työntekijän välisessä kehityskeskustelussa voi myös kysyä: Jos lapset muistelevat myöhemmin oman päiväkotinsa aikuisia, mitä asioita toivoisit heidän muistavan sinusta? Mihin haluat työssäsi panostaa, jotta tämä toiveesi toteutuisi?

### Erilaisuuden arvostaminen

- Mitä tarkoitamme erilaisuudella ja miten se ilmenee päiväkodissamme? Miten voisimme hyödyntää sitä ja rikastuttaa sekä omaa että lasten ajattelua ja arvomaailmaa?
- Jos haluamme opettaa lapsille erilaisuuden hyväksymistä, millä konkreettisilla tavoilla voimme sitä edistää?

### Miten toimimme työyhteisönä?

- Onko asioita, joita et itse tai joku toinenkaan tämän työyhteisön jäsen halua tai uskalla nostaa esiin tiimipalaverissamme? Mikä edistäisi tai helpottaisi vaikeista asioista keskustelua?
- Onko meillä yhdessä sovitut toimintakäytännöt, joilla rakennamme turvallista päiväkotiryhmää ja ehkäisemme kiusaamista? Toimivatko ne hyvin vai pitäisikö niitä tarkistaa?
- Saammeko toisiltamme apua hankalissa tilanteissa?

Keskustelua voi konkretisoida myös seuraavilla kuvitteellisilla tilannetehtävillä ja niihin liittyvillä kysymyksillä, joiden avulla työntekijät voivat yhdessä pohtia päiväkodin arvoja ja jakaa ajatuksia päiväkodin arkisista tilanteista.

Esimerkkejä voi myös keksiä itse sen mukaan, mikä aihe tuntuu tärkeältä. Tilannetehtävät auttavat virittämään keskustelua myös silloin, kun päiväkodin henkilökunta laatii tai päivittää ryhmän varhaiskasvatussuunnitelmaa tai päiväkodin kiusaamisen ehkäisyn suunnitelmaa tai silloin, kun päiväkodissa ilmenee haastavia tilanteita.

## Tilannetehtäviä

Tehtävät pohjautuvat Folkhälsanin aineistoon. Keskustelussa tärkeintä on se, että jokainen osallistuja voi ilmaista näkemyksensä. Kaikkien ei tarvitse olla samaa mieltä. Keskustelussa on hyvä muistaa muiden mielipiteitä kunnioittava ilmapiiri, koska oikeita tai vääriä vastauksia ei useinkaan ole. Kun tietää, mitä muut ajattelevat, voi itsekin saada uusia näkökulmia asiaan. Keskustelu voi auttaa huomaamaan myös päiväkodin hyvät toimivat käytännöt. Lisäksi se voi auttaa kehittämään yhteisiä toimintakäytäntöjä.

### 1

Kaksi lasta leikkii kotia innokkaasti ja kovaan ääneen. Lähellä seisoo kolmas lapsi, joka tarkkailee lapsia, mutta ei ota heihin kontaktia. Yksi työntekijöistä kävelee lasten ohi ja kysyy, miksi lapsi ei mene mukaan kotileikkiin, mutta lapsi ei vastaa. Työntekijä kysyy leikkiviltä lapsilta, olisiko nukkeja useampia niin, että kolmaskin lapsi voisi tulla leikkiin mukaan, mutta leikkivät lapset vastaavat, ettei tämä kuitenkaan halua leikkiä.

### Pohtikaa

- Mitä arvellette yksin olevan lapsen tuntevan? Miten se hänestä näkyy?
- Mitä leikkivät lapset ehkä ajattelevat? Miten se heistä näkyy?
- Entä mitä työntekijä ehkä tuntee? Miten se hänestä näkyy? Mitä tunteita lapselle herää kasvattajan ilmeistä?
- Miten tarkkailevaa lasta olisi voinut auttaa liittymään leikkiin? Miten työntekijä voisi huomioida myös tilanteessa jo leikkivien lasten näkemyksen?
- Miten voitaisiin välttää, ettei kolmas lapsi joudu häpeämään tai nolostumaan tilanteessa?
- Mitä ajattelette, millä tavalla haluatte omassa päiväkodissa innostaa kaikkia lapsia leikkimään ja lähtemään leikkiin mukaan?
- Miten lapsia voi kannustaa pyytämään muita, esimerkiksi lasta, jolla ei ole leikkikaveria, mukaan leikkiin?

### 2

Erään lapsen isä tulee aamulla puheillesi. Hän kertoo, että hänen poikaansa lyödään lähes päivittäin. Poika ei enää halua tulla päiväkotiin. Työntekijänä olet nähnyt, että kyseinen lapsi aloittaa usein riidan itse ja tiedät, että

toisen osapuolen äiti on valittanut lapsensa joutuneen pojan aggression kohteeksi.

### Pohtikaa

- Mitä arvellette isän tuntevan? Miten se hänestä näkyy?
- Mitä hänen poikansa mahtaa ajatella? Mitä hän ehkä yrittää viestiä?
- Entä mitä sinä työntekijänä tunnet/ajattelet? Mitä luulet, miten se mahtaa sinusta näkyä?
- Mitä ajattelette, onko tilanteessa kyse riidasta, kiusaamisesta vai jostain muusta?
- Miten tilanteeseen voidaan puuttua niin, että kaikki osapuolet – niin lapset kuin aikuiset – tuntevat tulleet kuulluksi?
- Miten tällaisen tilanteen syntymistä voisi ennaltaehkäistä?
- Pohtikaa vielä väitettä: ”Lapsi käyttäytyy aina niin hyvin kuin pystyy”. Onko asia mielestänne näin? Miettikää perusteluja.

### 3

Pieni tyttö on satuttanut itsensä ja istuu nyt murheissaan työntekijän sylissä. Työntekijä lohduttaa häntä, ja pian lapsi voikin jo paremmin ja palaa leikkeihinsä. Kohta työntekijän luo saapuu itkeskelevä poika, joka sanoo toisen pojan tönäisseen häntä ja vieneen hänen lelunsa. Työntekijä sanoo, ettei ole mitään hätää, puhalttaa kipeään kohtaan ja rohkaisee poikaa takaisin leikkimään.

### Pohtikaa

- Mitä arvellette tytön tuntevan? Miten se hänestä näkyy?
- Mitä poika mahtaa tuntea ja ajatella tilanteesta? Miten se hänestä näkyy?
- Entä mitä työntekijä ehkä tuntee/ajattelee? Miten se hänestä näkyy? Mitä tunteita lapsille herää kasvattajan ilmeistä?
- Mitä ajattelet työntekijän tavasta toimia tytön ja pojan kanssa?
- Millainen vaikutus voi olla sillä, miten lapsi kohdataan, hänen identiteettinsä kehittymiseen?
- Pohtikaa myös, kohteletteko tyttöjä ja poikia samalla tavalla omassa päiväkodissa.
- Mitä odotatte tyttöjen käytökseltä, esimerkiksi tavasta ilmaista tunteita, entä poikien?
- Millaisia eroja tai samankaltaisuuksia ehkä löydätte?
- Voiko joku lapsista kokea epäoikeudenmukaisuutta päiväkodissa? Miksi/miksi ei?



## Yhteistyö vanhempien kanssa

”Kasvatuskumppanuus tarkoittaa sitä, että päiväkodin aikuiset ovat vanhempien luottamuksen arvoisia.”

Myös vanhempien rooli on keskeinen rakennettaessa turvallista päiväkotiryhmää. Kunkin perheen kanssa tehtävän yhteistyön lähtökohtana on paitsi lapsen myös vanhemman tunteminen. Kun vanhempaan on luotu hyvä keskustelusuhde käymällä hänen kanssaan läpi myönteisiä asioita lapsen kasvusta ja kehityksestä sekä huomaamalla lapsen vahvuuksia, mahdolliset huolenaiheetkin on helpompi ottaa puheeksi.

Päivähoidon alkaessa tehty kotikäynti edistää tutustumista perheeseen ja luo pohjaa luottamukselliselle suhteelle. Yhteistyötä rakentavat myös varhaiskasvatuskeskustelut ja arkiset kohtaamiset, kuten päivittäiset kuulumisten vaihdot tai silloin tällöin järjestetyt vanhempainkahvit. Aamun ja iltapäivän kohtaamisissa on huomioitava vanhempien tasapuolinen kohtelu.

On tärkeää, että vanhemmat saavat tietoa päiväkodin arvoista, ryhmän säännöistä, sekä siitä, miten päiväkodissa tuetaan lasten kaverisuhteita, ehkäistään kiusaamista ja puututaan siihen. Kun vanhemmat ovat aidon kasvatuskumppanuuden hengessä mukana sopimassa yhteisistä käytännteistä ja vanhemmilla on yhteinen tahtotila vahvistaa lasten kaverisuhteita, voidaan myös ehkäistä lapsen ulkopuolelle jäämistä. Ryhmän vanhempien ja henkilökunnan tutustumista, yhteisön tiivistämistä ja yhteistä keskustelua tukevat myös vanhempainillat.

MLL:n *Kaikille kaveri päiväkodissa -vanhempainiltamalli* on ladattavissa osoitteesta [www.mll.fi](http://www.mll.fi). Teemallinen, keskusteleleva vanhempainilta tarjoaa vanhemmille tilaisuuden tuoda esiin myös oman näkemyksensä turvallisesta ja viihtyisästä ryhmästä, kiusaamisen ehkäisemisestä sekä kaverisuhteiden ja -taitojen vahvistamisesta. Vanhempainillan tarkoitus ei ole ratkoa yksittäisten lasten tai ryhmän akuutteja tilanteita, vaan virittää vuoropuhelua aineiston tarjoamien kuvitteellisten tilanne-esimerkkien pohjalta.



## Kasvatuskumppanuutta

Mentalisaatiota hyödyntävän työtavan tuntomerkkejä vanhempien kanssa tehtävässä yhteistyössä ovat myönteinen uteliaisuus vanhemman ja lapsen kokemuksia kohtaan, kuunteleva, ei-tietävä asenne, erilaisten näkökulmien jakaminen ja miettiminen sekä vuoropuhelua edistävät kysymykset.

Lapsi toimii vertaisryhmässä usein eri tavoin kuin kotona. Kasvatuskumppanuutta tukevasa vuoropuhelussa varhaiskasvattaja ja vanhemmat jakavat omia havaintojaan lapsesta ja tämän tavoista kokea asioita (Mäkelä 2015). Molemmat voivat näin saada lisää näkökulmia lapsen kokemuksiin, häneen vahvuuksiinsa sekä siihen, miten häntä voisi tukea kaverisuhteissa ja -taidoissa tai hankalien tunteiden kanssa. Joskus myös varhaiskasvattajan työote voi tarjota mallin vanhemmalle siitä, miten lapsen näkökulmaa voisi tavoittaa.

Työntekijä voi myös tarvittaessa auttaa vanhempia löytämään ratkaisuja sellaisiin pulmatilanteisiin, joihin vanhempi ilmaisee tarvitsevansa apua. Jos vanhempi avun ansiosta huomaa selviävänsä aikaisempaa paremmin hankaliksi kokemistaan tilanteista, hänen myönteinen kuva itsestään juuri tämän lapsen vanhempana vahvistuu. Tämä puolestaan edistää vanhemman ja lapsen välistä turvallista vuorovaikutussuhdetta.

Työntekijä voi pohtia yhdessä vanhemman kanssa lapsen käyttäytymisen taustalla olevia mahdollisia ajatuksia, aikoja ja tunteita seuraavien kysymysten avulla:

- Mitä tilanteessa tapahtui?
- Mitä sitä ennen tapahtui, entä sen jälkeen?
- Miten lapsi mahtoi kokea tilanteen? Mistä vanhempi niin päättelee? Millaisia ilmeitä ja eleitä lapsella oli? Mitä hän kertoi?
- Voisikohan olla niin, että ehkä lapsi ajatteli...?
- Miltä tilanne tuntui vanhemmasta?
- Mikä voisi auttaa lasta/vanhempaa toimimaan toisin?

Vanhemman kanssa keskustellessa työntekijän on hyvä asettua mahdollisimman tasavertaiseen ja arvostavaan vuoropuheluun. Varhaiskasvattajalla on tietoa siitä, miten lapsi toimii päiväkotiryhmässä. Toisaalta kasvattajan on myös tärkeää tietää lapsen elämästä päiväkodin ulkopuolella. Joskus

vanhempi voi tarvita ja toivoa suoria neuvoja ja ohjeita, joskus on tarpeen käydä pohdiskelevaa vuoropuhelua, jota työntekijä edesauttaa aktiivisesti kysymyksillä ja kiinnostusta osoittamalla.

Vuoropuheluun perustuvaa yhteistyötä edistävät:

- kuuntelu ja aito kiinnostus siitä, mitä vanhemmat ajattelevat, arvostava kommunikointi
- avoimet kysymykset, kuten mitä, millä tavalla ja kerro vähän lisää
- yhteinen pohdinta, jossa ei kiirehdiä ratkaisuihin
- pyrkimys luoda yhdessä uusia ajatuksia ja uutta tietoa, keskiössä juuri tämä lapsi/perhe, jolloin ei yleistetä liikaa, kuten puhuta esimerkiksi ”*kaikki 5-vuotiaat...*”

”Mentalisaatioon perustuva työote on ´antanut tilaa´ olla vailla valmiita vastauksia ja hyvän mahdollisuuden saada vanhempi mukaan miettimään yhdessä ratkaisuja.”





# Vaikean asian puheeksi ottaminen

”Vanhempaa on aina hyvä kiittää ensin siitä, mitä hän kertoo, vaikka hän esittäisi asiansa vihasena. Kun hän tulee rauhallisesti kohdatuksi ja kuulluksi, häneltä voi saada paljon informaatiota esimerkiksi perheen tilanteesta.”

Lapsen päiväkotiryhmässä kokemat kaverisuhdepulmat tai kiusaaminen ovat aiheita, jotka voivat herättää vanhemmissa voimakkaita tunteita, eikä keskustelun aloittaminen ole aina helppoa. Vanhempien on kuitenkin tärkeää tietää, mitä päiväkodissa tapahtuu.

Työntekijän on hyvä kuvata tapahtunutta selkeästi ja neutraalisti sekä mahdollisimman konkreettisesti. Moni varhaiskasvattaja kertoo mielellään myönteiset asiat lapsen kuullen, mutta hankalista tilanteista puhuttaessa kannattaa miettiä, mitä sanotaan lapsen läsnä ollessa.

Puheeksi ottamisen tavoitteena on:

- kertoa työntekijää askarruttava asia rehellisesti mutta kunnioittavalla tavalla
- kuunnella vanhempaa
- tuoda esiin lapsen näkökulmaa ja kokemusta
- pohtia yhdessä, miten lasta voisi tukea tai ohjata.

Työntekijän tietoinen pyrkimys viestiä turvaa omalla äänensävyllään, ilmeillään ja eleillään auttaa vanhempaa tuntemaan olonsa turvalliseksi, vaikka aihe olisi vaikea.

On tärkeää, että vanhempi tulee aina kuulluksi ja todesta otetuksi, vaikka hänen näkemyksensä jostakin tilanteesta eroaisi päiväkodin näkemyksestä. Vanhempi voi esimerkiksi kokea, että lasta kiusataan, mutta päiväkodissa tällaista ei ole havaittu. Tällöin ryhmän aikuisten on tärkeää selvittää asiaa ja havainnoida lasta aktiivisesti tietty ajanjakso.

Parhainkaan kasvattaja ei voi koskaan täysin varmuudella tietää, mitä lapsen mielessä liikkuu tai mitä hän todella tuntee ja kokee, mutta systemaattinen havainnointi voi tuoda esiin, mitä arkipäivän tilanteissa tapahtuu.

*”Erään perheen vanhemmat olivat huolissaan kiusaamisesta ja lapsensa päivästä päiväkodissa. Päiväkotiryhmässä otettiin teknologia avuksi antamalla lasten ja aikuisten videokuvata päiväkodin arkea vapaasti eri tilanteissa. Videopätkiä katsot-*

*tiin sitten vanhempien kanssa. Heidän huoltaan vähensi, kun monissa kuvissa heidän lapsensa oli iloinen ja mukana eri kaverien kokoonpanoissa ja leikeissä.”*

## Kun kaveripulmat tai kiusaaminen mietityttävät

Kun pohdit vaikeista asioista puhumista, muista nämä

- Valmistaudu ja ennakoi. Mieti rakentavia toimintatapoja vanhemman mahdollisiin reaktioihin: vanhemmalla voi esimerkiksi olla eri käsitys asiasta, keskustelua ei synny tai hän loukkaantuu.
- Valitse rauhallinen paikka ja ajankohta. Sopiiko aihe päivän päätteeksi kuulumisten vaihtoon, onko syytä soittaa vanhemmalle vai sovitaanko hakutilanteessa keskusteluaika?
- Tiedosta, että sekä omasi että vanhemman tunteet vaikuttavat keskustelutilanteessa. Ole myönteisessä mielessä utelias vanhemman ajatuksista ja anna hänen rauhassa kertoa oma näkemyksensä.
- Puhu havainnoistasi ja kuvaa tilanteita. Kerro, miten sinä itse tai päiväkotitoiminta on jo auttanut lasta. Kysy sitten vanhemmalta, mitä hän ajattelee tilanteesta, mitä tunteita se hänessä herättää.
- Kohdistu huomio lapsen kokemukseen. Pohtikaa yhdessä, mitä lapsen mielessä liikkuu. Mitä lapsi ajattelee ja tuntee? Tuleeko lapsi mielellään päiväkotiin?
- Nosta keskusteluun lapsen sen hetkinen kehitysvaihe. Kerro esimerkiksi, millaisia asioita hän opettelee päiväkodissa: mikä on onnistunut ja mennyt tänään hyvin.

Jälkikäteen työntekijän kannattaa arvioida keskustelua. Arvioinnissa voi käyttää apuna seuraavia kysymyksiä:

- Millainen kokemus keskustelu oli?
- Miten vanhempi osallistui keskusteluun?
- Mikä auttoi sinua keskittymään kuuntelemaan vanhempaa?
- Millaiset asiat ehkä estivät vuoropuhelua?
- Jos keskusteluyhteyttä ei syntynyt, työntekijää voi auttaa vaihtoehtoisten tulkintojen pohdinta: ehkä kysyin tässä hetkessä jotain liian vaikeaa, ilmaisinko itseni epäselvästi tai tulivatko omat tunteeni liian esiin.
- Kun mietit uudelleen keskustelua, tuleeko mieleesi jokin oivallus tulevia kohtaamisia ajatellen?

# Lähteet ja kirjallisuutta

- Ahonen, L. 2015. Varhaiskasvattajan toiminta päiväkodin haastavissa kasvatustilanteissa. Acta Universitatis Tamperensis 2115. Tampereen yliopisto.
- Alsaker, F. & Nägele, C. 2008. Bullying in Kindergarten and Prevention. Teoksessa Pepler, D. & Craig, W. (toim.) Understanding and addressing bullying: an international perspective. AuthorHouse.
- Aro, T. & Laakso, M-L. (toim.) 2011. Taaperosta taitavaksi toimijaksi. Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Niilo Mäki Instituutti.
- Cacciatore, R., Riihonen, R. ja Tuukkanen, K. 2013. Ammattilainen lasten tunteiden tulkkina. Teoksessa Oulasmaa, M. ja Riihonen, R. (toim.) Ammattikasvattajan kielletyt tunteet. Väestöliitto.
- Cantell, H. 2011. Vaikea vanhemmat, kurjat kollegat. Ratkaiseva vuorovaikutus aikuisten kesken. PS-kustannus.
- Cantell, H. 2010. Ratkaiseva vuorovaikutus. Kasvatuksellisia kohtaamisia lasten kanssa. PS-Kustannus.
- Cooper, A. & Redfern, S. 2016. Reflective Parenting. A guide to understanding what's going on in your child's mind. Routledge. Taylor & Francis Group. London and New York.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. ja Target, M. 2002. Affect Regulation, Mentalization, and the Development of the Self. Other Press.
- Goleman, D. 1997. Tunneäly: lahjakkuuden koko kuva. Otava.
- Hamarus, P. 2012. Hauku haavan tekee. Puututaan yhdessä kiusaamiseen. PS-Kustannus.
- Howes, C. 2011. A model for studying socialization in early childhood education and care settings. Teoksessa Kernan, M. ja Singer, E. Peer relationships in Early Childhood Education and Care. Routledge. Taylor & Francis Group. London and New York.
- Isokorpi, T. 2004. Tunneoppia parempaan vuorovaikutukseen. PS-kustannus.
- Kalland, M. 2015. Vanhemman mentalisaatiokyky. Teoksessa Viinikka, A. (toim.) Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Mannerheimin Lastensuojeluliitto.
- Kalland, M. 2012. Päivähoidon laatu. Teoksessa Kanninen, K. ja Sigfrids, A. Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin. PS-kustannus.
- Kalliala, M. 2012. Lapsuus hoidossa. Aikuisten päätökset ja lasten kokemukset päivähoidossa. Gaudeamus.
- Kanninen, K. ja Sigfrids, A. 2012. Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin. PS-Kustannus.
- Kaskela, M. ja Kekkonen, M. 2006. Kasvatuskumppanuus kannattelee lasta: opas varhaiskasvatuksen kehittämiseen. Stakes.
- Keltikangas-Järvinen, L. 2012. Pienen lapsen sosiaalisuus. WSOY.
- Kernan, M., Singer, E. ja Swinnen, R. 2011. Introduction. Teoksessa Kernan, M. ja Singer, E. Peer relationships in Early Childhood Education and Care. Routledge. Taylor & Francis Group. London and New York.
- Kirves, L. ja Stoor-Grenner, M. 2010. Kiusaavatko pienetkin lapset? Mannerheimin Lastensuojeluliitto ja Folkhälsan.
- Kirves, L. ja Stoor-Grenner, M. 2010. Kiusaamisen ehkäisy varhaiskasvatuksessa. Kiusaamisen ehkäisyn ja puuttumisen suunnitelman laatiminen. Mannerheimin Lastensuojeluliitto ja Folkhälsan.
- Koivunen, P. 2009. Hyvä päivähoito. Työkaluja sujuvaan arkeen. PS-kustannus.
- Laaksonen, V. 2014 Lasten vertaissuhdetaidot ja kiusaaminen esikoulun vertaisryhmissä. Jyväskylä Studies in Humanities 221. Jyväskylän yliopisto.
- Laine, K. ja Neitola, M. (toim.) 2002. Lasten syrjäytyminen päiväkodin vertaisryhmästä. Suomen kasvatustieteellinen seura.
- Lajunen, K., Andell, M. & Ylenius-Lehtonen, M. 2015. Tunne- ja turvataitoja lapsille. Tunne- ja turvataitokasvatuksen oppimateriaali. Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos.
- Macintyre, C. 2009. Bullying and young Children. Understanding the issues and tackling the problem. Routledge.
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2012. Kuulun! Välineitä ryhmän toiminnan tukemiseen.
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Lasten ja nuorten puhelimen ja netin vuosiraportti 2012. Saatavilla: [http://www.mll.fi/medialle/tiedotteet\\_ja\\_uutiset/?x41088=17039379](http://www.mll.fi/medialle/tiedotteet_ja_uutiset/?x41088=17039379). Luettu 22.2.2017.
- Marvin, R., Cooper, G., Hoffman, K. and Powell, B. 2002. The Circle of Security project: Attachment-based intervention with caregiver-pre-school child dyads. Attachment & Human Development 2002:4. 107-124.

- Mashford-Scott, A. & Church, A. 2011. Promoting Children's Agency in Early Childhood Education. *Novitas Royal*, 5 (1), 15–38.
- Meins, E. & Fernyhough, C. 1999. Linguistic Acquisitional Style and Mentalising Development: The Role of Maternal Mind-mindedness. *Cognitive Development*, 14, 1999. University of Cambridge, UK.
- Midgley, N. & Vrouva, I. (toim.) 2012. *Minding the Child: Mentalization-based interventions with children, young people and families*. London: Routledge.
- Mäkelä, J. 2015. Näkökulma: reflektiivisen toiminnan yhteiskunnallinen ulottuvuus. Teoksessa Viinikka, A. (toim.) *Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Mannerheimin Lastensuojeluliitto*.
- Mäntymää, M., Luoma, I., Puura, K. ja Tamminen, T. 2003. Tunteet, varhainen vuorovaikutus ja aivojen toiminnallinen kehitys. *Duodecim*, 119. 459–465.
- Oulasmaa, M. ja Saloheimo, A. 2013. Työilmapiirin merkitys kasvattajien arjessa. Teoksessa Oulasmaa, M. ja Riihonen, R. (toim.) *Ammattikasvattajan kielletyt tunteet. Väestöliitto*.
- Pajulo, M., Salo, S. ja Pyykkönen, N. 2016. Mentalisaatio – Ydinalue lasta suojaavassa työssä. *Perheterapia* 1/16. Suomen Mielensterveysseura.
- Pajulo, M., Salo, S. ja Pyykkönen, N. 2015. Mentalisaatio ihmistä suojaavana tekijänä. *Duodecim*, 131. 1050–1057.
- Powell, B., Cooper, G., Hoffmann, K. ja Marvin, B. 2014. *The Circle of Security Intervention: Enhancing Attachment in Early Parent-Child Relationships*. The Guilford Press.
- Puura, K. ja Mäntymää, M. 2015. Aivojen kehitys ja mentalisaatio. Teoksessa Viinikka, A. (toim.) *Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Mannerheimin Lastensuojeluliitto*.
- Pörhölä, M. 2011. Kouluaikaisten kiusaamiskokemusten vaikutus nuorena aikuisiässä. Teoksessa Kunttu, K., Komulainen, A., Makkonen, K. & Pynnönen, P. (toim.) *Opiskeluterveys Helsinki: Duodecim*, 46–48.
- Repo, L. 2015a. Bullying and its prevention in early childhood education. Research Report 367. Käyttätymistieteellinen tiedekunta. Helsingin yliopisto.
- Repo, L. 2015b. *Pienet lapset ja kiusaamisen ehkäisy*. PS-Kustannus.
- Reunamo, J., Kalliomaa, M., Repo, L., Salminen, E., Lee, H-C. ja Wang, L-C. 2014. Children's strategies in addressing bullying situations in day care and preschool. *Early Child Development and Care*. Vol. 185, No. 6, 952–967, <http://dx.doi.org/10.1080/03004430.2014.973871>. Routledge. Taylor & Francis Group.
- Sajaniemi, N., Suhonen, E., Nislin, M. ja Mäkelä, J. E. 2015. *Stressin säätely. Kehityksen, vuorovaikutuksen ja oppimisen ydin*. PS-kustannus.
- Salmivalli, C. 2010. *Koulukiusaamiseen puuttuminen: kohti tehokkaita toimintamalleja*. PS-kustannus.
- Salo, S. 2012. Emotionaalisen saatavillaolon lisääminen päivähoitossa. Teoksessa Kanninen, K. ja Sigfrids, A. *Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin*. PS-kustannus.
- Salo, S. ja Kalland, M. 2015. Lapsen mentalisaatiokyky. Teoksessa Viinikka, A. (toim.) *Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Mannerheimin Lastensuojeluliitto*.
- Salo, S. ja Kauppi, A. 2015. Reflektiivinen työote vanhemman kohtaamisessa. Teoksessa Viinikka, A. (toim.) *Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Mannerheimin Lastensuojeluliitto*.
- Siltamäki, T. 2015. *Miehellukutaito. Lastentarha 5/2015. Lastentarhanopettajaliitto*.
- Sinkkonen, J. 2011. *Ekaluokkalaisen itsetunto*. Teoksessa Parvela, T. ja Sinkkonen, J. *Kouluun! Ekaluokkalaisen vanhemmille*. WSOY.
- Stolzmann-Frankenhauser, J. ja Stoor-Grenner, M. 2014. *Kompisväskan. Kiusaamisen vastainen inspiraatioaineisto varhaiskasvatukseen*. Teoriavihko. Folkhälsan.
- Tapio, J. 2016. *Lapsi tarvitsee toista lasta. Lapsemme 1/2016. Mannerheimin Lastensuojeluliitto*.
- THL. *Huolen puheeksi ottaminen*. 2014. [https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon\\_tueksi/varhainen-avoin-yhteistoiminta/huolen-puheeksi-ottaminen](https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/varhainen-avoin-yhteistoiminta/huolen-puheeksi-ottaminen)
- Viinikka, A. (toim.) 2015. *Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa*. MLL.
- Välivaara, C. 2010. *Ihmeet tapahtuvat arjessa! Kiintymyssuhteissaan traumatisoituneiden lasten tukeminen varhaiskasvatuksessa*. [http://www.pesapuu.fi/media/uploads/dokumentit/raportit/traumatisoitunut\\_lapsi\\_varhaiskasvatuksessa.pdf](http://www.pesapuu.fi/media/uploads/dokumentit/raportit/traumatisoitunut_lapsi_varhaiskasvatuksessa.pdf). Pesäpuu ry.
- YK:n lasten oikeuksien sopimus. [www.mll.fi/mll/lastenoikeudet/yk-n-lapsen-oikeuksien-yleissopi/](http://www.mll.fi/mll/lastenoikeudet/yk-n-lapsen-oikeuksien-yleissopi/)

# Huomaa minut! -havainnointilomake

Päivämäärä: .....

Lapsen nimi ja ikä: .....

**Tilanne:**

**Toiveita, viestejä:**

**Eleet, ilmeet, kontaktit, liike, asennot,  
kosketus, yms.:**

**Ajatuksia:**

**Pohdi lopuksi:**

**Tunteita:**

**Huolen aiheita, pelkoja,  
asioita joista en pidä:**

*Lomake on kehitetty MLL:n Varsinais-Suomen piirissä MLL:n mentalisaatioperustaisen toiminnan materiaalien pohjalta.*

## Huomaa minut! -havainnointilomakkeen ohje:

Lomake on tarkoitettu lapsen kaveri- ja leikkitilanteiden havainnointiin. Ideana on havainnoida lasta ja lapsen leikkitilanteita hieman tavallista tietoisemmin.

Kirjaa lomakkeeseen itsellesi ylös havaintoja ja yhdestä sellaisesta hetkestä, joka herätti sinut pohtimaan lapsen viestien ja käyttäytymisen merkitystä. Millaisia ajatuksia ja tunteita lapsella ehkä oli sanojen, ilmeiden ja eleiden taustalla? Opitko lapsesta jotain uutta tai voitko hyödyntää havaintojasi lapsen kaverisuhteiden ja -taitojen tutkimisessa päiväkodissa? Entä miten kerrot havainnoistasi lapsen vanhemmalle?

Huomioi havaintojen dokumentoinnissa päivähoitoyksikössä voimassa olevat ohjeet.

Saat havainnointiin vinkkejä seuraavista kysymyksistä.

### Mikä tilanne:

- Keitä on paikalla?  
Mitä tapahtuu?  
Mitä lapset puuhailevat?

### Eleet, ilmeet ja niin edelleen:

- Miten lapsi käyttäytyy?  
Millaisia eleitä ja ilmeitä ja liikkeitä hän ilmaisee?  
Mitä hän kertoo?

### Toiveita, viestejä:

- Voit myös kirjoittaa lapsen sanomisia ylös.  
Millaisia aloitteita lapsi tekee?  
Millaisia toiveita hän ilmaisee?

### Ajatusten arvelua:

- Millaisista asioista lapsi vaikuttaa olevan erityisen kiinnostunut?  
Mistä lapsi innostuu erityisesti?
- Miltä yhteinen leikki mahtaa tuntua lapsesta? Miten se näkyy hänestä?
- Miten lapsen luonteenpiirteet tulevat ehkä esille?
- Mitä lapsi ehkä haluaisi tehdä, leikkiä tai kertoa?

### Tunteiden arvelua:

- Mitä tunteita lapsi ilmaisee?  
Miten?
- Tuleeko mieleesi sanoja tai tapoja, joilla lapsi ilmaisee iloa tai riemua?
- Mistä voit nähdä, että lapselle tulee paha mieli, häntä harmittaa?

### Huolien tai pelkojen arvelua:

- Miltä vaikuttaa, mistä lapsi ei pitänyt?  
Mikä asia ehkä huolestutti tai pelotti lasta tilanteessa?

### Pohdi lopuksi:

- Opitko lapsesta jotain uutta?  
Esimerkiksi hänen tavastaan ilmaista itseään? Miten voit hyödyntää havaintoja, kun haluat tukea lasta hänen kaveritaidoissaan ja -suhteissaan?

# Tunnetehtävät

Tunnetehtävät pohjautuvat Folkhälsanin tuottamaan aineistoon. Tunnetehtävien avulla lapset voivat yhdessä aikuisen kanssa miettiä tunteiden tunnistamista sekä pohtia toimintatapoja silloin, kun esimerkiksi tuntuu vihaiselta tai pelottaa.

Tehtävät sopivat parhaiten 5–6-vuotiaille 4–8 lapsen pienryhmätyöskentelyyn. Harjoitusten lomassa on hyvä puhua pienten tekojen suuresta merkityksestä: kuinka tärkeältä tuntuu toisten tervehtiminen tai kun saa lohdutusta, jos on allapäin.

Harjoituksissa käydään läpi perustunteet: **ilo, suru, pelko** ja **vihaisuus**. Tunnetehtäviin voi yhdistää hahmotyöskentelyä. Voitte aloittaa kunkin tehtäväosion askartelemalla yhdessä tunnetta kuvaavan hahmon: Ilon, Surun, Pelon ja Vihaisuuden. Minkä näköinen kaveri voisi olla Ilo? Entä Vihaisuus? Hahmoista voi tehdä esimerkiksi isot paperihahmot julisteeksi, joihin voidaan samalla kirjata lasten ajatuksia tunteista ja kaverihahmoista (ks. tunnetehtävien keskusteluideat).

Ryhmässä voidaan valita myös tietyt lelut tai käsinuket kuvaamaan tunteita. Tärkeää on lasten osallisuus hahmon työstämisessä tai valitsemisessä. Jotta kaverihahmot eivät jäisi irrallisiksi, hahmoista voi tehdä esimerkiksi sadutuksen avulla tarinoita.

Toimintahetki kannattaa aloittaa aina samalla tavalla, esimerkiksi yhdessä keksityllä kaveritervehdyksellä. Yhden tehtäväosion voi jakaa myös useammalle kerralle. Toimintahetken kesto rajataan 15–30 minuuttiin. Tehtäviä voi soveltaa oman lapsiryhmän mukaan ja täydentää sopivilla lauluilla, tarinoilla ja luovalla toiminnalla.

Myös vanhemmille kannattaa kertoa tunnetehtävien parissa työskentelystä. Vanhempia voi

kiinnostaa, miten oma lapsi reagoi tunteista puhumiseen, ja aiheet voidaan huomioida kotonakin. Lapset mielellään tutkivat ja esittelevät kaverihahmoja.

## Keskusteluun ja tunteeseen virittäytyminen

Tunteisiin liittyvät keskustelukysymykset kannattaa liittää lapsen omaan elämään ja pohjustaa aihetta. Kerro lapsille esimerkiksi, että osa tunteista, kuten ilo, on helpompi tunnistaa ja että toiset tunteet voivat tuntua vaikeammilta. Voit myös kysyä: *Miltä tuntui tänään tulla päiväkotiin?* Tai *Millaisissa paikoissa lapset ovat käyneet vaikkapa viikonloppuna? Miltä sinusta siellä tuntui?*

Jos lapsi ei heti osaa tai rohkene kertoa omista tuntemuksistaan, voitte miettiä myös kavereiden tunnetilaa, sillä joskus se on helpompaa. *Miltä kaverin ilme näytti tänään aamulla?* Aikuinen voi käyttää myös itseään esimerkkinä ja kertoa omista tuntemuksista lapsille ymmärrettävästi. *Aamulla minua ilahdutti/harmitti/suretti, kun...*

Kerro lapsille, mitä tunnetta tänään erityisesti käsittelette. Voit myös pyytää lapsia kertomaan, miltä kyseinen tunne tuntuu, kuvailemaan sen tuoksua tai kertomaan, mistä tietää, esimerkiksi näkee tai kuulee, että joku on iloinen/surullinen/vihainen/pelokas.

Keskustelun lisäksi aihetta voi pohjustaa ja tunnelmaa virittää muulla tapaa. Toimintahetkien alkuun voi soittaa iloista tai surullista musiikkia, tehdä musiikkimaalausta tai laulaa ystävällisiä tai muita lauluja, jotka sanoittavat tunteita. Myös tunnekirjan lukeminen, runot ja lorut pohjustavat tunteen käsittelyä.

Jos lapsiryhmä ei ole luonnostaan keskustelevalta, keskustelukysymyksiä esittävä käsinukke voi kannustaa lapsia puhumaan rohkeammin. Kun sama käsinukke on mukana jokaisen tehtävähetken alussa, se voi luoda ryhmään keskusteluhetkeä odottavan tunnelman.

Muita toiminnallisia vinkkejä, joita voi soveltaa kaikkiin tunnetehtäviin:

- Pyydä lapsia piirtämään tai näyttämään, missä ilo/suru/pelko/vihaisuus heissä on.
- Voit myös pyytää lapsia katsomaan käsipeiliin ja tutkimaan, miltä he näyttävät iloisena/



surullisena/vihaisena/pelkäävänä. Pohtikaa vielä yhdessä, millaisia voivat olla iloon, suruun, pelkoon tai vihaisuuteen liittyvät eleet ja ilmeet.

- Tehkää tunteesta omia kertomuksia.
- Tehkää soittimilla omaa musiikkia: miltä kuulostaa iloinen, surullinen, pelottava tai vihainen musiikki.
- Keksikää ryhmälle oma kaveritervehdys.
- Kannusta lapsia kertomaan iloista ja suruista tai jos heitä pelottaa tai kiukuttaa.

### Kuvien käyttö

Monissa päiväkotiryhmissä on käytössä tunnekuvia, joiden avulla ilmeitä ja eleitä yhdistetään arjen tilanteisiin, ja lapset voivat näyttää, miltä itsestä tai toisesta tuntuu. Voitte myös valita tunnetehtävän oheen esimerkiksi lehdestä leikatun lapsen tai lasten kuvan, kuten kuvan nauravasta tai itkevästä lapsesta tai jostain vuorovaikutustilanteesta. Kuvan avulla voit auttaa lapsia pohtimaan toisten lasten tunteita ja ajatuksia. Pyydä lapsia esimerkiksi kertomaan:

- Mitä teille tulee mieleen tästä kuvasta? Mitä tässä on tapahtunut?
- Millaisia ilmeitä lapsilla on?
- Mitähän kuvan lapset ajattelevat ja tuntevat? Entä pelkääkö tai toivooko joku heistä jotain?
- Voiko kuvasta päätellä, millaisia nämä lapset ovat tai mistä he tykkäävät?

Vaihtoehtoisesti voit myös kertoa kuvasta jonkin lyhyen tarinan ja pyytää lapsia miettimään:

- Miten tarina jatkuu?
- Miltä heistä tuntuisi ja mitä he tekisivät vastavassa tilanteessa?
- Esimerkiksi, miltä tuntuu, jos joku on epäystävällinen. Tai miltä tuntuu, jos vain jotkut pääsevät leikkiin? Mitä silloin voisi tehdä?

Voit kertoa myös, että emme voi koskaan täysin varmasti tietää, mitä toinen ajattelee, tuntee tai toivoo. Voimme kuitenkin yrittää ymmärtää toista ja jokainen voi pienillä teoilla tai sanoilla tehdä toisen olon mukavammaksi.

## Tunne: Ilo

Valitkaa tai suunnitelkaa ja toteuttakaa lasten kanssa iloa kuvaava hahmo.

”Iloisuus näkyy hymystä.”

### Keskusteluideoita

- Miltä hahmosta mahtaa tuntua?
- Mistä näkee, että siitä tuntuu siltä? Miksi siitä mahtaa tuntua siltä? Milloin sinä tunnet olosi iloiseksi?
- Mistä näkee, että olet iloinen? Voiko olla iloinen, vaikka ei naura?

### Iloista musisointia ja kaveritervehdys

Kuunnelkaa sopiva, iloinen laulu ja pyydä lapsia tanssimaan musiikin tahtiin. Kun musiikki lakkaa, kukin lapsi tekee ryhmän oman kaveritervehdyksen toisen lapsen kanssa. Kun musiikki lakkaa seuraavan kerran, kaveritervehdys tehdään kahden kaverin kanssa ja niin edelleen. Lopuksi kaikki tekevät yhdessä kaveritervehdyksen.

Kokeilkaa tanssin lisäksi muunlaista liikkumista, esimerkiksi liikkumista muotopaloilla istuen. Tervehtikää iloisesti vastaan tulevia kavereita kaveritervehdyksellä. Voi myös kokeilla, miten kaverin saa liikkumaan, kun työntää häntä selästä varovaisesti.

## Tunne: Suru

Valitkaa tai suunnitelkaa ja toteuttakaa lasten kanssa surua kuvaava hahmo.

### Keskusteluideoita

- Miltä hahmosta mahtaa tuntua? Mistä näkee, että se on surullinen?
- Miksi siitä mahtaa tuntua siltä? Mikä tekee sinut surulliseksi?
- Mitä teet silloin, kun olet surullinen?
- Mitä sinä voit tehdä, jos joku kaverisi on surullinen? Miten sinä haluaisit, että sinua lohdutetaan silloin kun olet surullinen?

## Tunne: Pelko

Valitkaa tai suunnitelkaa ja toteuttakaa lasten kanssa pelkoa kuvaava hahmo.

### Keskusteluideoita

- Miltä hahmosta mahtaa tuntua? Mistä näkee, että sitä pelottaa? Miksi siitä mahtaa tuntua siltä?
- Oletko sinä koskaan ollut peloissasi? Mitä voit tehdä silloin, kun pelottaa?
- Mitä voit tehdä, jos joku kaverisi on peloissaan? Miten voi saada ystävän tuntemaan olonsa paremmaksi?

### Askarteluvinkki

Valmistakaa pelottavia naamareita paperilautasista. Pyydä jokaista lasta kertomaan, mikä tekee juuri hänen naamaristaan pelottavan. Voitte vastaavasti tehdä myös iloiset/vihaiset/surulliset naamarit.

## Tunne: Vihaisuus

Valitkaa tai suunnitelkaa ja toteuttakaa lasten kanssa vihaisuutta kuvaava hahmo.

### Keskusteluideoita

- Miltä hahmosta mahtaa tuntua? Mistä näkee, että se on vihainen?
- Miksi siitä mahtaa tuntua siltä? Mikä saa sinut vihaiseksi?
- Mieti, mitä saa tehdä silloin, kun on vihainen, ja mitä silloin ei saa tehdä.
- Miltä tuntuu, kun joku on vihainen sinulle? Mitä voi tehdä, jos joku on vihainen?

Kokoa yhteen lasten ajatuksia siitä, mitä voi tehdä, kun olo on vihainen. Kysy lapsilta ehdotuksia ja suhtaudu niihin avoimesti, mutta kirjoita muistiin ainoastaan rakentavat ehdotukset. Tehkää aiheesta yhdessä kollaasi. Leikatkaa lehdistä kuvia, piirtäkää ja kirjoittakaa. Voitte palata kollaasin ääreen, kun lapset kokevat vahvoja tunteita.

Pohtikaa myös aikuisten kesken, millaisia rentoutusharjoituksia lapsiryhmässä on käytössä tai voisi-ko sellaisia kokeilla.



# Muistiinpanoja

A series of horizontal dashed lines for writing notes.

# Muistiinpanoja

A series of horizontal dashed lines for writing notes.



Mielenlukutaitoa! on varhaiskasvattajille tarkoitettu opas mentalisaatioon perustuvasta työtavasta. Varhaiskasvatuksessa mentalisaatio, jota oppaassa kutsutaan myös mielenlukutaidoksi, tarkoittaa kasvattajan kykyä havaita ja pohtia lapsen mielen tiloja erilaisissa leikki- tai vuorovaikutustilanteissa toisten lasten tai ryhmän aikuisten kanssa. Huomiota ei kiinnitetä pelkästään lapsen ulkoiseen käyttäytymiseen vaan sen taustalla oleviin mahdollisiin tunteisiin ja tarpeisiin.

Työtapaan liittyy myös kasvattajan kyky pohtia omia kokemuksiaan ja tunteitaan sekä niiden vaikutusta kohtaamisiin ja tilanteisiin yksittäisen lapsen tai lapsiryhmän, vanhempien tai työtovereiden kanssa.

Oppaassa mentalisaatioon perustuvaa työtapaa sovelletaan turvallisen lapsiryhmän rakentamisessa sekä kiusaamisen ehkäisemisessä. Opas sisältää tietoa ja työvälineitä myönteisen ilmapiirin edistämiseen sekä omien toimintatapojen kehittämiseen.

