

## Touhulan kaveritaitojen tukemisen suunnitelma





## Sisällys

Touhulan kaveritaitojen tukemisen suunnitelma .....	1
Kiusaamistilanteiden dokumentointi .....	3
Toiminnallinen tasa-arvo- ja yhdenvertaisuussuunnitelma .....	4
Toiminnallisen tasa-arvo- ja yhdenvertaisuussuunnitelman laadinta Touhulassa .....	5
Turvallinen oppimisympäristö .....	6
Sosioemotionaalisten taitojen tukeminen .....	7
Lepo ja palautuminen .....	9
Rajojen asettaminen lapsille .....	10
Jämäkät ohjeet .....	11
Kasvattajien osallistuminen leikkiin ja leikin havainnointi .....	14
Yhteistyö huoltajien kanssa .....	15
Ohjeita ja vinkkejä huoltajille esim. vanhempainiltaan .....	16
Kiusaaminen .....	17
Kiusaamisen muodot: .....	17
Liitteet .....	18
Kaveri- ja tunnetaitojen menetelmiä varhaiskasvatuksessa .....	18
Lähteet .....	25



Touhulan kaveritaitojen tukemisen suunnitelma vastaa varhaiskasvatuksen palveluntuottajan lakisääteiseen veloitteeseen suojata lasta väkivallalta, kiusaamiselta ja muulta häirinnältä (kiusaamisen ehkäisyn suunnitelma). Tässä suunnitelmassa on huomioitu myös tasa-arvo ja yhdenvertaisuuslaki. Lisäksi Touhulalla on erillinen tasa-arvo ja yhdenvertaisuussuunnitelma. Tasa-arvoisessa yhteisössä kaikilla on mahdollisuus toimia yksilönä ja osana ryhmää ilman syrjintää sukupuolen tai muun henkilöön liittyvän syyn kuten iän, alkuperän, kielen, kansalaisuuden, perhesuhteiden, uskonnon, vakaumuksen, mielipiteen, terveydentilan, vammaisuuden tai muun henkilöön liittyvän syyn perusteella.

Touhula Rytmissä huomioidaan kaveri- ja tunnetaidot osana varhaiskasvatuksen pedagogista ja suunnitelmallista toimintaa. Jokaisessa päiväkotiryhmässä laadittavaan ryhmän toimintasuunnitelmaan asetetaan tavoitteet myös kaveri- ja tunnetaitojen harjoitteluun oman ryhmän näkökulmasta (oppimisympäristö ja leikki). Tavoitteita tarkistetaan ja muokataan tarpeen mukaan. Kiusaamisen, väkivallan ja häirinnän ehkäisy on hyvin suunniteltua ja toteutettua perustoimintaa ja -pedagogiikkaa arjen tilanteissa.

Haasteet kaveri- ja tunnetaidoissa näkyvät lapsen vuorovaikutuksessa muiden lasten kanssa ja tunneilmaisuuksissa. Touhulan kaveritaitojen suunnitelmaan on kerätty erilaisia menetelmiä ja toimintatapoja, joiden avulla voidaan tukea lasten kaveri- ja tunnetaitojen kehittymistä.

## Kiusaamistilanteiden dokumentointi

Mikäli kiusaamista esiintyy ryhmissä, puututaan siihen välittömästi. Asiasta keskustellaan lasten ja lasten huoltajien kanssa ja tarpeen mukaan pidetään ylimääräinen varhaiskasvatuskeskustelu, johon voi osallistua myös varhaiskasvatuksen erityisopettaja. Kiusaamisesta täytetään Kiusaamisen raportointi ja seuranta -lomake (Sharepoint Touhula-päiväkodit > Varhaiskasvatus > Kaveritaidot). Lomakkeelle kirjataan toimintatavat, jatkosuunnitelma ja seuranta. Tilannetta seurataan havainnoimalla lapsiryhmän toimintaa ja kirjaamalla havainnot lomakkeelle. Lomake arkistoidaan päiväkotiin. Ylimääräisestä varhaiskasvatuskeskustelusta tehdään kirjaus lapsen varhaiskasvatussuunnitelmaan.



## Toiminnallinen tasa-arvo- ja yhdenvertaisuussuunnitelma

*"Yhdenvertaisuus tarkoittaa tilaa, jossa ihmiset eivät ole tarkasteltavan tavoitteen tai toiminnan suhteen keskenään eriarvoisessa asemassa ilman hyväksyttävää perustetta. Perustuslain mukaan yhdenvertaisuus tarkoittaa sitä, että ketään ei saa ilman hyväksyttävää perustetta asettaa eri asemaan henkilöön liittyvän syyn, kuten sukupuolen, iän, alkuperän, kielen, uskonnon, vakaumuksen, mielipiteen, terveydentilan tai vammaisuuden, perusteella. Viranomaisilla on lakisääteinen velvollisuus edistää yhdenvertaisuutta toiminnassaan." (THL 2023.)*

*"Lain mukaan **tasa-arvolla** tarkoitetaan kaikkien sukupuolten yhtäläisiä oikeuksia ja mahdollisuuksia sekä vallan ja resurssien tasapuolista jakautumista. Suomessa tasa-arvoilla ehkäistään sukupuoleen, sukupuoli-identiteettiin ja sukupuolen ilmaisuun perustuvaa syrjintää ja edistetään sukupuolten tasa-arvoa. Varhaiskasvatuksessa tasa-arvo tarkoittaa sitä, että kiinnitämme huomiota siihen, että sukupuoli ei aseta lapsia tai aikuisia eriarvoiseen asemaan varhaiskasvatuksen arjessa." (OPH 2023.)*

Toiminnallisen tasa-arvo- ja yhdenvertaisuussuunnittelun velvoite astui voimaan 1.6.2023. Velvoitteet koskevat varhaiskasvatuslain mukaisesti varhaiskasvatuksen järjestäjien ja yksityisten palveluntuottajien järjestämää varhaiskasvatusta sekä varhaiskasvatuksen yhteydessä järjestettävää esiopetusta. Toiminnallista tasa-arvo- ja yhdenvertaisuussuunnittelua määrittelee kaksi eri lakia: Laki naisten ja miesten välisestä tasa-arvosta (609/1986) (myöhemmin tasa-arvolaki) ja Yhdenvertaisuuslaki (1325/2014). Toiminnallinen tasa-arvosuunnitelma on eri asia, kuin esimerkiksi henkilöstöpoliittinen suunnitelma, jossa tarkastellaan henkilöstön tasa-arvoa.

Päiväkodeissa suunnitelma on toimipaikkakohtainen ja velvoite koskee myös varhaiskasvatuksen yhteydessä järjestettävää esiopetusta. Suunnitelma tehdään vuoden tai vähintään kolmen vuoden välein. Suunnitelmassa tarkastellaan päiväkodin toimintaa sukupuolten tasa-arvon näkökulmasta, ja se laaditaan yhdessä henkilöstön ja lasten kanssa. Myös huoltajilla tulee olla mahdollisuus tulla kuulluksi. Toiminnallinen tasa-arvo- ja yhdenvertaisuussuunnitelma on osa inklusiivisuuden periaatteita ja siihen kuuluu kolme lain vaatimaa vaihetta: selvitys, kehittäminen ja arviointi.



Toiminnallisessa tasa-arvosuunnitelmassa kiinnitetään huomioita erityisesti vuorovaikutukseen, ohjaukseen, lasten osallisuuteen, materiaaleihin, huoltajien kohtaamiseen seksuaalisen häirinnän ja sukupuoleen perustuvan häirinnän ehkäisemiseen ja poistamiseen sekä siihen, miten henkilöön liittyvät tekijät (esimerkiksi ikä, sukupuoli, ihonväri, kieli, katsomus, perhesuhteet tai vammaisuus) vaikuttavat lasten mahdollisuuksiin toimia varhaiskasvatuksessa ja kokea osallisuutta siinä.

## Toiminnallisen tasa-arvo- ja yhdenvertaisuussuunnitelman laadinta Touhulassa

Touhulassa toiminnallisen tasa-arvo- ja yhdenvertaisuussuunnitelman selvitysvaihe aloitetaan syksyllä yhteisellä keskustelulla palaverissa, suunnittelupäivänä sekä vanhempainilloissa. Näiden pohjalta kirjataan toimenpiteet, joilla puututaan selvitysvaiheessa havaittuihin epäkohtiin. Konkreettiset ja selkeät toimenpiteet kirjataan ryhmän toimintasuunnitelmaan ja toimenpiteiden toteutumista seurataan viikko-, peda-, ja tiimipalaverissa. Toiminnan toteutumista arvioidaan säännöllisesti osana Rytmin pedagogisen toiminnan arviointia.

Toiminnallisen tasa-arvo- ja yhdenvertaisuussuunnitelman laatimisessa voi hyödyntää Touhulan muita työvälineitä mm. Perustoiminnan ja -pedagogiikan tarkistuslistaa, Kaveritaitojen tukemisen suunnitelmaa, Kohtaamisten ABC:tä, Puheen- ja kielenkehityksen tukemisen suunnitelmaa ja Touhulan eettistä ohjeistusta.

Selvitys	Kehittäminen	Arviointi
<p><b>Yhteinen keskustelu</b></p> <p>Syksyn 2023 päiväkotien suunnittelupaivat</p> <p>Palaverit, vanhempainilla</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Millaisia sukupuolta korostavia käytäntöjä arjessa on havaittavissa?</li><li>• Miten kieleen, katsomukseen tai vammaisuuteen liittyvät asenteen näkyvät puheissa, eleissä, teoissa ja toimintatavoissa?</li><li>• Miten oppimisympäristöt tukevat tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta?</li></ul>	<p><b>Toimenpiteet</b></p> <p>Nimetään toimenpiteitä, joilla puututaan selvitysvaiheessa havaittuihin epäkohtiin</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Konkreettiset toimenpiteet, ei korulauseita<ul style="list-style-type: none"><li>• Tehokkaita, tarkoituksenmukaisia ja oikeasuhtaisia</li><li>• Osana Ryhmän toimintasuunnitelmaa</li></ul></li></ul>	<p>Arvioidaan osana Rytmin pedagogisen toiminnan arviointia</p> <p>Viikko-, peda- ja tiimipalaverissa säännöllinen arviointi</p> <p>Hyödynnä Touhulan muita työvälineitä</p>

Materiaalia ja tietoa toiminnallisesta tasa-arvo- ja yhdenvertaisuussuunnittelusta:

- <https://www.oph.fi/fi/opettajat-ja-kasvattajat/toiminnallinen-tasa-arvo-ja-yhdenvertaisuussuunnitelma>
- <https://tasa-arvoinevarhaiskasvatus.fi/>
-

## Turvallinen oppimisympäristö

Turvallinen oppimisympäristö käsittää fyysisen, psyykkisen, sosiaalisen ja digitaalisen ulottuvuuden. Varhaiskasvatuksessa kasvattajien on varmistettava, että jokaisella lapsella on hyvä ja turvallinen olo. Aikuiset huolehtivat siitä, että jokaista lasta kohdellaan tasa-arvoisesti ja kunnioittavasti. Lapsen tulee tuntea olonsa tärkeäksi ja arvokkaaksi juuri omana itsenään. Lasten perusturvallisuuden tunnetta lisäävät selkeä päivärutmi ja turvallinen toimintaympäristö sekä yhdessä sovitut rajat, joiden mukaan jokaisen on mukavaa ja turvallista toimia ryhmässä. Ryhmän kaikki kasvattajat toimivat samojen periaatteiden mukaisesti.

Turvallinen ja sensitiivinen aikuinen kohtaa lapsen aidosti kuunnellen ja kunnioittaen lapsen ajatuksia ja mielipiteitä. Aito läsnäolo näkyy oikeanlaisena kohtaamisena esim. niin, että itkävän lapsen luo mennään ja kysytään empaattisesti, mikä on hätänä ja lohdutetaan tai iloitaan yhdessä onnistumisista, aikuinen on mukana myös, kun lapsi harjoittelee pettymyksen ja turhautumisen sietoa. Aikuisen kehonkieli on linjassa sanojen kanssa; katseet, ilmeet ja eleet ovat tilanteeseen sopivia. Sensitiivinen kohtaaminen on empatiaa ja ymmärtämistä, myönteistä ja avointa tunnelmaisua sekä lempeää jämäkkyyttä. Sensitiivinen aikuinen luo ryhmään turvallisen ja lasta arvostavan ilmapiirin, jossa kohdataan työkaverit myös ystävällisesti.

Toiminnalla tulee olla selkeä rakenne ja ryhmät jaetaan päivittäin pienryhmiin Touhulan peruspedagogiikan ohjeistuksen mukaisesti. On hyvä huomioida myös toiminnan kesto. Myös päivittäin toistuvat tilanteet on suunniteltu ja porrastettu. Toiminnan ohjaamisessa käytetään visuaalista tukea mm. kuvat tai tukiviittomat. Lasten kanssa suunnitellaan ryhmän yhteiset sopimukset. Kun lapset ovat itse mukana suunnittelemassa sääntöjä, ovat he niihin sitoutuneempia. Sopimukset laaditaan toimintakauden alussa ja niitä tarkastellaan vuoden aikana ja niistä keskustellaan yhdessä. Kaikilla lapsilla on samat oikeudet, velvollisuudet ja mahdollisuudet.

Varhaiskasvatuksessa harjoitellaan kaveri- ja tunnetaitoja sekä moraali- ja tapakasvatusta osana suunnitelmallista pedagogista toimintaa. Aikuiset toimivat malleina hyvässä ja arvostavassa vuorovaikutuksessa niin lasten kanssa työskennellessä kuin keskustellessaan huoltajien, kasvattajien ja muiden toimijoiden kesken. Myös lasten keskinäistä vuorovaikutusta kuunnellaan ja tuetaan osallistamalla keskusteluun ja ohjaamalla sitä tarvittaessa. Kasvattajat havainnoivat lapsiryhmää ja ryhmän dynamiikkaa. Epäkunnioittavaan käyttäytymiseen puututaan välittömästi. Tilanteet selvitetään oikeudenmukaisesti ja arvostavasti. Kasvattajat reflektivat omaa toimintaansa ja tarpeen mukaan tarkistavat omia asenteitaan, suhtautumista jokaiseen lapseen, ryhmään ja työyhteisöön.

## Sosioemotionaalisten taitojen tukeminen

Sosioemotionaaliset taidot (sosiaaliset ja tunnetaidot = kaveritaidot) alkavat kehittyä lapsen synnyttyä ja jatkuvat koko elämän vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa. Varhainen vuorovaikutus ja kiintymyssuhde ovat merkityksellisiä asioita sosiaalisten ja tunnetaitojen kehittämisessä. Näitä taitoja opitaan aluksi pääasiassa perheessä esim. miten ilmaistaan tunteita ja suhtaudutaan ja reagoidaan muihin ihmisiin sekä heidän tunteisiinsa. Varhaiskasvatuksella on suuri rooli kaveri- ja tunnetaitojen opettamisessa lapsille. Lasten sosioemotionaaliset ongelmat ovat yleisiä ennen kouluikää. (Kiviluote 2019.)

Sosioemotionaalisia taitoja ovat mm. tunne- ja itsesäätelytaidot, sosiokognitiiviset taidot ja sosiaaliset taidot. Tunne- ja itsesäätelytaidot tarkoittavat mm. tunteiden tunnistamista ja nimeämistä, empaattista suhtautumista kavereihin, sekä impulssien ja aggressiivisuuden hallintaa. Itsesäätelytaitojen kehittymiseen liittyy kielen ja ajattelun kehittyminen. Kielen avulla ajatteluprosessi käynnistyy ja lapsi ymmärtää oman toimintansa seurauksia ja osaa arvioida kannattaako jokaista impulssia seurata. Lapset tarvitsevat apua itsesäätelytaitojen kehittämisessä. Sosiokognitiiviset taidot tarkoittavat havaintoja ja tulkintoja toisen käyttäytymisestä sekä kykyä asettua toisen asemaan. Tähän liittyy myös oman toiminnan seurausten arviointi. Sosiaaliset taidot ovat taitoja, joiden avulla selviydytään ryhmätilanteissa muiden lasten kanssa. Muiden kuunteleminen ja oman vuoron odottaminen edesauttavat ystävyysuhteissa. Toisinaan aloitteellisuus, jämäkkyys ja omien rajojen asettaminen on tarpeen. Yhteistyön ja jakamisen periaatteet ymmärtämällä lapsen on helpompaa liittyä leikkiin ja hän oppii neuvottelemaan ristiriitatilanteissa. Omien tunteiden ja toiminnan säätely kehittyi vertaisuhteissa turvallisessa oppimisympäristössä aikuisen ohjauksessa. (Kiviluote 2019.)



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• seuraamusten ennakointi ja arviointi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• assertiivisuus</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• yksinäisyys ja kiusaaminen</li> </ul>	
--	--	--	--	--

Sosioemotionaaliset taidot. (Kiviluote 2019.)

Sosioemotionaalisiin taitojen kehittymiseen vaikuttavat kiintymyssuhteet, osallisuuden kokemukset sekä toiminnan tavoitteet, ympäristö ja tulokset esim. tietyssä ympäristössä vallitsevat käytösnormit. Varhaisen vuorovaikutuksen merkitystä lapsen sosioemotionaalisten taitojen kehittymiselle on tutkittu paljon. Lapsen kaveritaitojen kehittymistä vahvistavat hyvä itsetunto ja minäkuva. Kaverisuhteilla on suuri merkitys hyvinvointiin samoin kuin osallistumisen mahdollisuuksilla. Ihmisten sosiaaliset ja tunnetaidot ovat sidoksissa muihin ihmisiin ja heidän hyväksyntäänsä sekä omaan kokemukseen ryhmään kuulumisesta. Vahingollista sosioemotionaalisten taitojen kehittymiselle on torjutuksi tuleminen, yksinäisyys ja kiusaaminen, jotka nakertavat itsetuntoa ja minäkuvaa.(Kiviluote 2019.)

Vahvuusperustaisessa kasvatuksessa keskitytään vahvuuksiin ja keinoihin nähdä lapsessa hyviä asioita. Tarkoitus on huomata pieniä ja suuria hyviä asioita lapsessa arjen tilanteissa ja kertoa niistä lapselle. Huomataan, kuunnellaan ja kerrotaan mitä ajattelemme lapsen hyvistä puolista. Lasten on tärkeää oppia tunnistamaan omia vahvoja puolia itsessään. Vahvuuksien tunnistamisen kautta lapsen itsetunto ja positiivinen minäkuva kehittyvät ja lapsi alkaa näkemään itsensä tärkeänä ja hyvänä juuri sellaisenaan. Hyvä itsetunto ja minäkuva suojaavat ja kannattelevat lasta erilaisissa vaikeissa tilanteissa. Lapsi pääsee nopeammin yli ongelmatilanteista ja hänellä on työkaluja niiden käsittelyyn. Varhaiskasvatuksen kasvattajien tehtävänä on herätellä lapset näkemään omia vahvuuksiaan. Aikuiset sanoittavat tilanteita ja käyttävät ns. vahvuuskieltä kertoen ja selittäen, mitä eri luonteenvahvuudet tarkoittavat. Lapset oppivat vähitellen myös itse käyttämään vahvuussanoja.

Vahvuusperustaisen kasvatuksen ja opetuksen piirteitä:

- keskitytään tiedostaen lapsen hyviin luonteenpiirteisiin
- huomataan myönteisiä hyviä asioita arjessa ja sanoitetaan niitä ryhmätilanteissa ja kerrotaan niistä lapselle
- kehutaan, kannustetaan ja tsemptataan (sanoin, ilmein, elein)
- suuntaudutaan positiivisen luottavaisesti tulevaisuuteen
- luodaan lapselle vahvuusperustaisen opetuksen ja kasvatuksen avulla vahva itsetunto ja minäkuva sekä uskoa ja luottamusta itseenitse

(Erja Sandberg 2019.)

Lapset tarvitsevat selkeät rajat kokeakseen olonsa turvalliseksi. Kasvattajan tehtävä on taata kaikille lapsille turvallinen toimintaympäristö. Sosioemotionaalisiin ongelmiin liittyy usein myös tarkkaavaisuuden, toiminnanohjauksen ja aistiyliherkkyyksien haasteet. Lapsille tulee olla riittävästi ja monipuolisesti mielekästä toimintaa. Monet lapset tarvitsevat aikuisen apua



kaverisuhteiden muodostamisessa, etteivät he jää leikkien ulkopuolelle. Kasvattajat ohjaavat lapsia erilaisissa pienryhmissä leikkeihin, auttavat leikkien käynnistymisessä ja seuraavat, että leikki onnistuu. Kasvattajat voivat myös tukea kaverisuhteissa sanoittamalla hankalia tilanteita ja ohjaamalla, miten tilanteessa tulisi toimia. Itsesäätytaitoja harjoitellaan kotona ja varhaiskasvatuksessa. Pienet pettymykset eivät ole vaarallisia. Pettymystä osoitetaan usein itkemällä tai kiukuttelemalla. Aikuinen on lapsen tukena lohduttamassa ja sanoittamassa tunteita ja tilanteita. Mukaan voidaan ottaa tunnetaitotuokioilla harjoiteltuja menetelmiä mm. liikennevalomalli, ankkuritekniikka tai kuvakortteja. Draama ja näytelmät ovat hyviä tapoja harjoitella kaveri- ja tunnetaitoja. Tuokion keston kannattaa kiinnittää huomiota. Tarkkaavaisuuden ongelmia voidaan helpottaa tarpeeksi lyhyiden toimintahetkien avulla, jolloin jokainen lapsi kokee onnistuneensa. Tilanteiden ennakointi on tärkeää. Suurempien pulmien ilmetessä on tärkeää olla yhteydessä lapsen huoltajaan ja erityisopettajaan. (Erja Sandberg 2019.)

## Lepo ja palautuminen

Hyvin nukkunut lapsi on pirteä ja yleensä hyväntuulinen. Unen aikana erittyy kasvuun tarvittavia hormoneja ja se vahvistaa lapsen vastustuskykyä ja sairauksista parantumista. Uni vaikuttaa lapsen keskittymiskykyyn ja mielialaan sekä edistää lapsen luovuutta. Levännyt lapsi jaksaa leikkiä ja puuhaila kaikenlaista ja innostuu helposti erilaisesta tekemisestä. Unella on suuri vaikutus lapsen sosiaaliseen elämään ja itsetuntoon. Riittävä lepo ja uni edistää lapsen kokonaisvaltaista kasvua ja kehitystä. Unessa lapsi käsittelee myös vaikeita asioita ja pelkoja. Levänneet aivot ovat valmiina vastaanottamaan uusia tietoja ja taitoja ja opitut asiat painuvat muistiin paremmin. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2019.)

Päiväkodissa lapsi tarvitsee lepoa ja aikaa palautumiseen. Touhulassa käytetään Torkkula ja Virkkula -mallia. Huoltajien kanssa sovitaan, onko lapsen lepoa hetki nukkumista vai lepäämistä varten. Pienryhmätoiminnan avulla voidaan osaltaan helpottaa lasten kuormittumista, kun pienessä ryhmässä melu ja lapsimäärä ei ole liian suuri. Päiväkodissa kuormittavia tekijöitä lapselle voi olla mm. melu, lapsimäärä ja sosiaaliset suhteet tai aikuisten vaihtuvuus. Hyviä rentoutumis- ja palautumishetkiä varhaiskasvatuksessa on mm. lukeminen, musiikin kuuntelu, lukuhetket, aikuisen sylissä istuminen. Erilaisia rentoutusmenetelmiä voidaan käyttää myös lepoa hetkellä esim. satuhieronta, rauhoittava musiikki, satupiirtäminen jne. (Terve koululainen 2019.)

Rentoutuneena ja levänneenä lapsi oppii nopeammin, keskittyy paremmin ja ajattelee selkeämmin. Lapsi pystyy ikätasoon sopiviin ongelmanratkaisuihin ja osaa toimia luovasti. Lapsi on rauhallisempi ja kestävä pientä stressiä paremmin ja palautuu nopeammin. (Terve koululainen

2019.) Kun lapsi on virkeä, levännyt tarpeeksi ja oppii rentoutumaan hänen itsesäätelytaitonsa kehittyvät paremmin. Lapsille soveltuvien mindfulnes -harjoitusten avulla voidaan harjoitella rentoutumista, rauhoittumista sekä tunteiden käsittelyä.

## Rajojen asettaminen lapsille

Rajoja tarvitaan, jotta varhaiskasvatuksessa kaikilla lapsilla olisi turvallinen ja hyvä olla koko päivän ajan. Rajoja tarvitaan myös siihen, kun lapsi haluaa jotakin, jota ei voi saada tai joutuu odottamaan sitä. Rajat suojelevat lasta sellaisilta asioilta, joita hän ei vielä osaa käsitellä ja ymmärtää mm. vaaratilanteet, väkivalta ja sopimattomat ohjelmat tai pelit jne. Ne suojelevat lapsen kasvua ja kehitystä. Rajat tuovat lapselle fyysistä ja psyykkistä turvallisuutta. Rajojen avulla lapsi oppii yhteiskunnan pelisääntöjä; mikä on elämässä sallittua ja mikä ei, mikä yleisesti hyväksyttyä ja mikä ei. Rajat tukevat lapsen vielä kypsyvätöntä itsesäätelyjärjestelmää. Lapsi ei vielä osaa säädellä omaa toimintaansa. Rajojen avulla lapsi oppii itsehillintää ja -hallintaa. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2019.)

Ne auttavat myös lasta luomaan kuvaa itsestään, osaamisestaan ja kyvyistään, joka on hyvän itsetunnon pohja. Ikätasoon sopivat rajat asettavat lapselle ikä- ja kehitystasoon sopivia vaatimuksia ja odotuksia. Vaikka lapsen pettymykseen kuuluu voimakkaita tunnereaktioita mm. kiukku ja itku, ei rajojen asettaminen ja kiellot vahingoita lasta. Kasvattajan tulee pitää systemaattisesti kiinni yhdessä sovitusta sopimuksista, jotta johdonmukainen kasvatusta mahdollistuu. Myös vanhempien tulee löytää yhteinen linja kasvatuksessa. Rajoja asetettaessa on tärkeää pitää kiinni jo annetusta ohjeesta. Periksi antaminen antaa lapselle viestin, että kasvattajan ohjetta ei tarvitse noudattaa vaan sinnikkäästi kiukuttelemalla ja itkemisellä tämä antaa lopulta periksi ja lapsi saa haluamansa. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2019.)

Lasten mielipiteitä ja ajatuksia tulee kuunnella varhaiskasvatuksessa ja ottaa ne mahdollisuuksien mukaan huomioon. Lapset otetaan mukaan toiminnan suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin. Lasten elämäkokemus, tiedot ja taidot eivät kuitenkaan riitä, jotta lapsi pystyisi tekemään itsensä kannalta järkeviä ja turvallisia ratkaisuja. Kasvattajat vastaavat varhaiskasvatuksessa päivittäisestä ulkoilusta, sopivasta vaatetuksesta, riittävästä levosta ja unesta, ruokailusta, puhtaudesta. Edellä mainittujen lisäksi huoltajat vastaavat mediankäytön rajoista (aika ja laatu), harrastusten määrästä ja kotiin kutsuttavien ystävien määrästä ja ajasta sekä perheen raha-asioista. Lapset voivat tehdä ikätasoonsa nähden sopivia päätöksiä mm. aikuisten valitsemista hanskoista mieleisen valitseminen, mennäänkö ulkoilun aikana puistoon vai omaan pihaan jne. Aikuinen päättää, että hanskat laitetaan ja ulos mennään. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2019.)

Rajojen avulla opitaan sosiaalisia taitoja. Lapsi, jota ei lainkaan rajoiteta tai vaadita häneltä mitään on turvaton. Hän joutuu jatkuvasti tekemään ikätasoonsa nähden liian vaikeita päätöksiä, saattaa kokea niistä syyllisyyttä ja jopa masennusta. Pikkutyranni, joka vaatii kaiken itselleen heti, ei jaksa odottaa tarpeidensa tyydyttymistä eikä huomaa toisen tarpeita ei ole oppinut sosiaalisen kanssakäymisen pelisääntöjä. "Rajojen asettaminen on pedagogisesti perusteltua ja lapsen kehityksen kannalta välttämätöntä." Lapsi, jolle ei ole asetettu rajoja, on vaarassa ajautua kiusaamaan muita. (Repo 2015 & Mannerheimin lastensuojeluliitto 2019.)

Rajoja tulee asettaa huolellisesti, jotta aikuisen ja lapsen vuorovaikutussuhde pysyy lämpimänä. Rajoja asetettaessa on kyse aikuisen ja lapsen välisestä vallankäytöstä lasta tukevana ja opettavana voimana, ei tuhoavana tai nujertavana. Lapsi otetaan mukaan keskusteluun ja hänelle kerrotaan, miten kussakin tilanteessa tulee käyttäytyä esim. teatterissa ei saa huutaa ja kaupassa otetaan ostoskärryyn vain ne tuotteet, jotka on sovittu etukäteen. Lapselle voi antaa tilanteeseen sopivia pieniä tehtäviä, jolloin häiritsevä käyttäytyminen unohtuu. Kehuja ja kannustusta ei tule säästellä onnistuneesta teatteri-/kauppareissusta.

Lapsen temperamentti vaikuttaa siihen, miten voimakkaita reaktioita rajojen asettamisesta ja rajoittamisesta seuraa. Toisinaan lapsi saattaa itkeä, huutaa, kiemurrella, heittäytyä lattialle, sätkiä, uhkailla, potkia, lyödä, mököttää ja nimitellä rajojen asettajaa. Joskus lapset yrittävät lähestyä samalla asialla toista kasvattajaa/huoltajaa, jolloin on tärkeää pitää samoista säännöistä kiinni. Kasvattaja auttaa lasta pääsemään yli pettymyksen tunteesta sanoittamalla tilannetta ja käyttämällä tunnesanoja. Apuna voi käyttää erilaisia kaveri- ja tunnetaitoihin liittyviä menetelmiä (Kaveri- ja tunnetaitojen menetelmiä varhaiskasvatuksessa). Pettyneenkään ei saa vahingoittaa itseä, muita tai rikkoa mitään. Tällaisessa tilanteessa aikuisen tulee pysäyttää lyöminen/potkiminen/rikkominen esim. ottamalla lapsen käsistä kiinni tai ottamalla lapsen syliin ja kertomalla lapselle jämäkästi, että niin ei saa tehdä. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2019.)

Rajojen asettaminen lapsille on toisinaan haastavaa ja kasvattajatkin tekevät joskus virhearvioita vaatimuksissaan. On tärkeää oppia tuntemaa lapsi hyvin. Virhearvion sattuessa kasvattaja voi perääntyä ja kertoa lapselle hänen ikätaso huomioiden, että kasvattaja arvioi tilanteen väärin ja ehkä vaatikin liikaa. Perustellut perääntymiset ovat toisinaan paikallaan ja joskus kasvattajankin tulee pyytää lapselta anteeksi omaa käyttäytymistään.

## Jämäkät ohjeet

Rajoja asetettaessa tulee kiinnittää huomiota kasvattajan eleisiin, ilmeisiin ja äänenkäyttöön. Ystävällinen, lempeä, arvostava, mutta tarvittaessa jämäkkä tyyli on tehokas. Kovat vihaiset käskyt ja huutaminen voi aiheuttaa lapsessa pelkoa, ahdistusta ja hämmennystä. Sensitiivinen

aikuisen on lapsen tukena, rohkaisee, neuvoo ja auttaa sekä antaa positiivista palautetta. Käyttäytymisen ohjaamisessa joudutaan toisinaan lisäämään aikuisen valtaa, jos oppiminen ei mene haluttuun suuntaan tai lapsen käyttäytyminen on vahingollista hänelle itselleen tai ympäristölle. Jäähypenkillä istuttaminen ei kuulu Touhulan toimintatapoihin. Vakavissa, lapsen, lapsiryhmän tai kasvattajien turvallisuutta uhkaavissa tilanteissa tarvitaan asteittaista vallankäytön lisäämistä esim. aggressiiviseen käyttäytymiseen puuttuminen lasta fyysisesti rajaten. (Repo 2015.) Seuraavat jäməkät ohjeet auttavat lapsia ohjaamaan toimintaansa varhaiskasvatuksessa, niissä on huomioitu myös sosioemotionaalisten taitojen harjoittelu ja lapsen sensitiivinen kohtaaminen.

### **1. Ole varma ja tarkoita sitä mitä sanot**

Tarkistetaan, miksi lapsi on uhmakas: onko perustarpeet tyydytetty, tarvitseeko aikuista enemmän? Tarkistetaan sääntöjä ja kieltoja, ovatko oikeasti tarpeellisia. Älä koskaan anna ohjetta, jota ei ole tarkoitettu toteltavaksi. Usko itseesi ja lapseen.

Esim. jos puistossa syntyneessä riitatilanteessa sanot, että jos vielä tönit kaveria niin lähdemme kotiin. Jos lapsi tönii uudelleen, ettekä lähdekään kotiin, lapsi huomaa, että sinun "uhkaus" ei toteudu ehkä jatkossakaan.

### **2. Älä esitä ohjetta kysymyksen tai ehdotuksen muodossa**

Esitä ohje selkeästi, lyhyesti ja toteavalla äänensävyllä (lempeä jämäkkyys)

Jos olet päättänyt, että lähdette ulos ja kysyt: "Lähdetäisiinkö ulos?", vastaus voi olla myös ei. Silloin lasta voi olla vaikeampi motivoida pukemaan ulkovaatteensa päälle. Sen sijaan voit jo etukäteen ilmoittaa, että ruoan jälkeen lähdemme ulos. Haluatko lähteä puistoon vai olla omassa pihassa. Silloin lapsi voi valita mieluisamman ulkoiluvedon, vaikka aikuinen on päättänyt ulkoilusta.

### **3. Anna vain yksi ohje kerrallaan**

Useimmat lapset pystyvät seuraamaan vain yhtä tai kahta ohjetta kerrallaan. Pitkä monotoninen toimintaketju unohtuu helposti esim. "Ruoan jälkeen käy vessassa ja laita ulkovaatteet päälle, tule sitten eteiseen, tänään laitetaan kuravaatteet päälle, missä sun pipo on?"

### **3. Varmista, että lapsi kiinnittää huomionsa sinuun ja kuuntelee**

Varmistetaan, että lapsi ymmärtää, mitä häneltä odotetaan, varmistetaan, että lapsi osaa toimia toisella tavalla. Katsekontakti tärkeää ja se, että katsekontakti on samalla tasolla lapsen kanssa. Voit nostaa lapsen syliin tai mennä itse alemmas. Kutsu lastan omalla nimellä. Jos on tarpeen,

voit lempeästi kääntää lapsen kasvot omiasi kohti. Myös häiritseviä tekijöitä voi karsia esim. pyytää lasta lopettamaan toimintansa hetkeksi tai hiljentää taustamusiikkia tms. Tarvittaessa pyydä lasta toistamaan ohje. Näin varmistut siitä, että lapsi on ymmärtänyt ohjeet

#### **4. Pysy rauhallisena, mene lapsen luokse, ole tarvittaessa jämäkkä, mutta älä huuda**

Myös tunnesanojen käyttäminen on hyödyllistä. "Huomaan, että sinua suututtaa laittaa kurahousut jalkaan." "Voi, olet varmasti iloinen, kun vietitte synttäreitä." "Hienon tornin olet rakentanut, olet siitä varmasti ylpeä", "Et saa lyödä kaveria, vaikka oletkin vihainen."

#### **5. Muista, että lapset harjoittelevat toimimaan kavereiden kanssa. Heidän itsesäätelytaitonsa ovat kehittymässä**

Asetetaan rajat ja yhdessä sovitut sopimukset ryhmässä (ikätaaso huomioiden lapsi voi olla mukana tekemässä yhteisiä sopimuksia). Lapselle sanotaan, ettei voi toimia näin. Kerrotaan miten pitäisi toimia. Kun lapsi on toiminut sääntöjen vastaisesti, kiusannut muita tms. hän tarvitsee kärsivällistä ja rauhallista ohjausta, miten tilanteessa tulisi toimia. Toiminnan keskeyttäminen, tunnesanojen käyttö, sylissä istuminen ja rauhallinen keskustelu ja selittäminen on hyvä toimintatapa.

#### **6. Usein yhdessä tekeminen ja aikuisen mukana olo ja kannustaminen käynnistää toiminnan**

Lasta ei jätetä yksin hankaliin sosiaalisiin tilanteisiin, lisätään aikuisen läsnäoloa leikeissä ja ohjataan leikkejä. Mennään yhdessä, otetaan kädestä, tarvittaessa haetaan lapsi ja otetaan syyliin (lempeä jämäkkyys, aikuisen rauhallisuus tilanteessa)

#### **7. Muista kehua ja kannustuksen merkitys**

Sanoin kehuminen ja tsemppaaminen, hymyily, peukun näyttäminen, "yläfemmat" onnistumisesta, hiusten pörrötys, halaaminen jne.

#### **8. Jäähypenkki tai lapsen erottaminen ryhmästä ei kuulu Touhulan toimintatapoihin**

Kun on huomioitu edellä mainitut asiat, voidaan lapselta odottaa käyttäytymisen muuttumista. Menetelmäpankissa (liitteenä) on joitakin menetelmiä, joita voidaan käyttää rajojen asettamiseen

lasta kunnioittaen, ilman rangaistuksia ja jäähyjä. Asettaessaan rajoja lapselle ja lapsiryhmälle kasvattaja toimii ammatillisesti ja kestävästi. Omien tunnereaktioiden hallinta on osa ammattitaitoa. Lasten kanssa toimiessa ollaan kärsivällisiä ja lapsille puhutaan arvostavasti ja ystävällisesti. Vihamielinen kommunikointi ei kuulu ammattikasvattajan toimintaan. (Repo 2015.)

9. Lapsen nolaaminen ja nöyryyttäminen esim. uhkailu pienempien ryhmään viemisestä eivät kuulu ammatilliseen varhaiskasvatukseen.

## Kasvattajien osallistuminen leikkiin ja leikin havainnointi

Kiusaamistilanteet tapahtuvat usein vapaissa leikkitilanteissa, joten kasvattajan läsnäolo havainnoijana, ohjaajana ja osallistujana on tärkeää. Leikeissä lapset harjoittelevat monipuolisesti erilaisia sosiaalisia taitoja. Lapsi oppii leikeissä mm. tekemään kompromisseja, ehdottamaan omia ajatuksiaan ja ottamaan huomioon muut lapset. Pienet lapset ovat vielä melko minäkeskeisiä ja ratkaisevat ongelmia omista lähtökohdistaan. Aikuisen avulla lapsi oppii huomioimaan myös muiden lasten näkemykset. Leikeissä syntyy aina pieniä tai isompia ristiriitatilanteita. Jos aikuinen ei ole paikalla, on melko mahdotonta selvittää, mitä tilanteessa tapahtui. Usein selvittely johtaa siihen, että leikki loppuu. Aikuisen ohjatessa ongelmatilanteessa, voidaan leikkiä jatkaa, jolloin lapsi ymmärtää, että ongelmatilanteet voidaan selvittää ja leikkiä jatkaa. (Repo 2015.)

Kasvattajan osallistuminen lapsen leikkeihin rikastaa lasten leikkejä ja mielikuvitusta. Aikuinen voi tarjota lapselle rikkaita oppimisen kokemuksia osallistuessaan leikkeihin. Lapset nauttivat kasvattajan osallistumisesta ja usein leikkivän aikuisen luo kerääntyy suuri määrä lapsia. Kun aikuinen osallistuu leikkeihin, voidaan kiusaamistilanteet estää ja ristiriitojen syntymistä vähentää sekä tehdä niistä oppimiskokemuksia. Aikuisen osallistuessa ryhmän sosiaaliset taidot karttuvat ja voidaan tukea ryhmää ottamaan toiset huomioon ja hyväksymään erilaisuutta. (Repo 2015.)

Leikin havainnoinnin avulla huomataan paremmin psyykinen kiusaaminen mm. uhkailu, kiristäminen, selän kääntäminen, silmien pyörittely ja alistaminen. Havainnoimalla leikkejä voidaan seurata lasten välistä vuorovaikutusta ja havaita epätasainen roolien jako tai usein yksin leikkivät lapset. Havainnointeihin perustuen vanhemmat saavat luotettavaa ja tarkkaa tietoa siitä, miten lapsi toimii varhaiskasvatuksessa. (Repo 2015.)

Leikin havainnointia tulee suunnitella. Kokonaisten leikki-tilanteiden kirjaaminen on työlästä. Leikki-tilanteet ovat nopeatempoisia ja niihin sisältyy paljon vuorovaikutusta ja erilaisia tilanteita. Rajattu havainnointiteema helpottaa havainnointityötä esim. ryhmässä voidaan havainnoida vuorovaikutusta siten, että kaikkia lapsia havainnoidaan ennalta sovittu aika. Nimen perään kirjataan + -merkki kun vuorovaikutus on ollut positiivista (tule mukaan, leikitäänkö yhdessä, ota sä tämä, mennään yhdessä) ja - -merkki kun vuorovaikutus on ollut negatiivista (et saa tulla, älä, tyhmä, et osaa, älä ota sitä). Jos lapsella on paljon - -merkkejä, tulee aikuisen roolia leikeissä lisätä ja opettaa ja auttaa lasta positiiviseen vuorovaikutukseen. Myös ne lapset, joilla on hyvin vähän vuorovaikutusta tulee huomioida ja auttaa heitä liittymään leikkeihin. (Repo 2015.)

## Yhteistyö huoltajien kanssa

Lasten huoltajille on hyvä tiedottaa, että ryhmässä harjoitellaan kaveri- ja tunnetaitoja, jolloin perheetkin voivat kiinnittää asioihin huomiota arjessa ehkäistäkseen kiusaamista. On myös hyvä kertoa, mitä sosioemotionaaliset taidot ovat ja miten niitä harjoitellaan. Pienet kotitehtävät vahvistavat kaveri- ja tunnetaitoja ja taitojen opettelu tulee myös perheille tutuksi. (Kiviluote 2019.)

Jos kiusaamista esiintyy, tulee siitä kertoa lapsen huoltajille avoimesti ja rehellisesti. Vanhempien reaktiot voivat vaihdella suuresti. Vaikka tilanteesta kerrotaan arvostaen ja ammatillisesti, palautetta voi olla vaikea ottaa vastaan ja se herättää erilaisia tunteita; pelkoa, ahdistusta, häpeää. Huoltajat saattavat kokea tulleen syytetyiksi ja kieltää tilanteen. Vanhemmille kerrotaan tilanteesta, mitä on tapahtunut. Vanhemmille kerrotaan, millaisia tekoja lapsi on tehnyt tai millaisten tekojen kohteeksi lapsi on joutunut. On myös tärkeää pohtia yhdessä, millaisiin toimenpiteisiin kotona ja ryhmässä ryhdytään, jotta tilanteet saadaan loppumaan. (Kiviluote 2019.)

Varhaiskasvatuksen järjestämät tapahtumat ovat hyviä tilaisuuksia tutustua perheisiin ja lapsiin. Samalla perheet voivat solmia ystävyyssuhteita toisten perheiden kanssa ja sopia tapaamisista vapaa-ajalla. Vanhempainilloissa tiedotetaan varhaiskasvatuksen pedagogisesta toiminnasta ja voidaan paneutua enemmänkin kaveri- ja tunnetaitojen kehittämiseen. Perheille voi myös kertoa, että tarvittaessa varhaiskasvatuksen henkilöstö voi auttaa ja opastaa kasvatuksellissa kysymyksissä perheitä. Rajojen asettamisesta on tärkeää keskustella lasten huoltajien kanssa ja kertoa päiväkodin käytännöistä esim. syntymäpäiväkutsut jaetaan vapaa-ajalla tai lelupäivien käytännöt. (Kiviluote 2019.)



## Ohjeita ja vinkkejä huoltajille esim. vanhempainiltaan

- Ole kiinnostunut lapsen kertomasta! Kuuntele lasta ja kysele: Mitä hänelle kuuluu? Millaiset kaverisuhteet hänellä on? Mitä hän leikkii kavereiden kanssa? Mistä hän on kiinnostunut?
- Kutsukaa lapsen ystäviä kylään ja tutustukaa yhdessä uusiin kavereihin. Huoltajan läsnäolo ja yhdessä tutustuminen auttavat lasta solmimaan ystävyysuhteita.
- Ole yhteydessä lapsen ystävien huoltajiin ja sopikaa yhteisiä tapaamisia.
- Auta lapsesi mukaan pihaleikkeihin.
- Lapsen kertoma tulee ottaa aina vakavasti. Kertominen ei ole kantelua.
- Jos lapsi ei halua lähteä päiväkotiin, selvitä mistä se voisi johtua. Huomioi, jos lapsella on esim. vatsa- ja pääkipua, itkuherkkyyttä, kiukkuisuutta tai jos lapsen käytös muuttuu. Joskus nämä voivat olla oireita kiusaamisesta.
- Tee yhteistyötä varhaiskasvatuksen kanssa ja osallistu päiväkodin tapahtumiin
- Kiinnitä huomiota omiin asenteisiin ja puheisiin, miten kotona puhutaan lasten kuullen. Hyväksytäänkö erilaisuutta?
- Opetta lapselle hyviä käytöstapoja.
- Aseta lapselle rajat ja pidä niistä kiinni. Lapsen pienet pettymykset eivät ole vaarallisia. Lasta tulee toisinaan kieltää ja sanoa ei. Aseta rajat, miten ei voi toimia. Ohjaa, mitä sen sijaan voi tehdä.
- Kehun ja kannustuksen merkitys on erittäin tärkeä. Kehu lasta, kannusta, ihaile ja ole ylpeä ja sano se, haluaa, pussaa, kutita, helli, ota syliin ja rutista, silitä päätä, heitä yläfemmat ja näytä peukkua, lähetä lentosuukkoja, vilkuta. Lapsi tarvitsee paljon aikuisen positiivista kannustusta ja huomiota.
- Jos lapsi on kiusannut muita, kiellä, mutta älä syyllistä lasta. Selvitä tilanne ja keskustele lapsen kanssa asiasta.
- Pohdi omia kasvatusarvojasi, edistävätkö ne jollakin tavalla kiusaamista. Millaisia arvoja haluat välittää lapsellesi? Esim. stereotyyppiset sukupuoliroolit, erilaisuuden kohtaaminen, rasismi, uusien lelujen hankkiminen ja käsittely, kateus jne.
- Osallistu tarvittaessa monialaiseen yhteistyöhön mm. Verkostopalaveriinhin, joihin osallistuu varhaiskasvatuksen opettaja, erityisopettaja, terveydenhoitaja, psykologi, sosiaalityöntekijät jne.



Kiusatuksi joutuessaan lapsi on toistuvasti yhden tai useamman lapsen kielteisten tekojen kohde. Siitä syystä lapsi voi kokea itsensä muita huonommaksi, uhatuksi, arvottomaksi tai torjutuksi. Yksittäiset teot eivät ole kiusaamista. Lapsi voi kuitenkin niiden seurauksena tuntea itsensä uhatuksi. Siksi päiväkodin henkilökunnan on tärkeää suhtautua kiusaamiseen vakavasti.

## Kiusaamisen muodot:

Fyysinen	Sanallinen	Psyykkinen
Lyöminen	Haukkuminen	Uhkailu
Potkiminen	Nimittely	Manipulointi
Kamppaaminen	Hännääminen	Kiristäminen
Kuristaminen	Lällättäminen	Ilveily ja ilmeily
Esteenä oleminen	Vaatteiden, hiusten, ulkonäön ym. kommentointi	Poissulkeminen
Vaatteiden tai hiusten repiminen		Leikin sääntöjen muuttaminen
Nipistely		Selän takana puhuminen
Kivien ja hiekan heittäminen		Puhumatta jättäminen
Leikkien sotkeminen		
Pureminen		

Kiusaajan ja kiusatun lisäksi kiusaaminen koskee lapsiryhmässä myös muita lapsia. Ryhmän jokaisella lapsella on siis rooli kiusaamisprosessissa. Näitä rooleja ovat:

- ulkopuolinen (ei halua ottaa osaa kiusaamiseen)
- avustaja (osallistuu kiusaamiseen auttamalla kiusaajaa)
- vahvistaja (ylläpitää kiusaamista esimerkiksi nauramalla)
- puolustaja (asettuu kiusatun puolelle)

## Liitteet

### Kaveri- ja tunnetaitojen menetelmiä varhaiskasvatuksessa

#### Katse ja läsnäolo

Sääntöjä noudattaessa lapsella tulisi olla muistissa ja sisäisinä viesteinä asiat, jotka ovat kiellettyjä. Nopeissa leikki-tilanteissa lapsen tulisi osata kontrolloida nopeasti itseään. Leikin tiimellyksessä ja innostuessaan lapset eivät osaa vielä kuunnella sisäisiä viestejä ja unohtavat helposti säännöt ja itsesääntelyä vielä harjoitellaan. Aikuisen läsnäolo ja katse voivat muistuttaa näistä sisäisistä viesteistä, silloin oikea ja väärä on helpompi muistaa. Aikuisen läsnäolo on ensimmäinen rajojen asettamisen muoto, se luo turvaa ja tunteen lapselle, että häntä puolustetaan tarvittaessa. (Repo 2015.)

#### Nimeäminen: minä viestit & aktiivinen kuuntelu

Vaikka lapselle olisi opetettu sääntöjä useaan kertaan, voivat ne unohtua helposti. Toiminnan nimeäminen syyttämättä lasta on hyvä tapa asettaa rajoja siten, ettei lapsi koe olevansa huono tai ei-hyväksyty. Aikuisen tulisi nimetä tapahtumia neutraalisti ja käyttää toiminnasta minäviestejä sekä kuunnella aktiivisesti lapsen ajatuksia. Nimeämisen avulla lapsi oppii nimeämään tunteitaan ja oppii tunnistamaan muiden tunteita. Kasvattaja korjaa ja ohjaa lapsen näyttäytymistä oikeaan suuntaan. (Repo 2015.)

#### Kysyminen

Menetelmässä kysytään lapselta neutraalisti "Mitä teet?". Kysymys ei saa olla vihaisesti esitetty vaan neutraali, mutta jämäkkä. Tällä ohjataan lasta huomaamaan oma toimintansa. Jos lapsi ei pysty vastata tai vastaa jotain muuta, kasvattaja sanoittaa toiminnan esim. "tönäisit kaveria." Seuraavalla kysymyksellä autetaan lasta muistelemaan, mitä aiheesta on sovittu esim. "mitä olemme sopineet kavereiden tönimisestä?" On tärkeää, että aikuinen on rauhallinen. Täytyy myös huomata, jos kasvattajan puhe muuttuu "negatiiviseksi kielloiksi", jolloin on vaarana, että lapset ohittavat kiellot, jos niitä tulee jatkuvasti. Toisen vaiheen jälkeen kysytään kysymys liittyen tulevaan toimintaan esim. "miten aiot toimia?" Tämän pohjalta voidaan tehdä sopimus, että enää ei tönitä kaveria. (Repo 2015.)

#### Vaatus

Jos lapsi ei voi tai halua keskustella käyttäytymisestään, lapselle kerrotaan hyvin selkeästi, mitä häneltä odotetaan. "Et saa tönäitä muita." Lasta katsotaan silmiin, kosketetaan ja hänen nimensä sanotaan. Kasvattajan ilmeet ja eleet eivät ole vihamielisiä. Lapselle kerrotaan, että muutos on välttämätön. Joskus vaatimus täytyy toistaa. Lapselle kerrotaan rauhallisesti, mitä seuraa, jos

lapsi vielä tönii muita. Seuraamus ei ole rangaistus tai uhkaus, vaan looginen seuraus. Jos lapsi edelleen tönii muita, lapsi otetaan pois kyseisten kavereiden luota tekemään muita puuhia. Lapsi tarvitsee apua kaveritaidoissa ja niitä tulee harjoitella varhaiskasvatuksessa päivittäin. (Repo 2015.)

## **Anteeksi pyytäminen**

Anteeksi pyytäminen ja antaminen on sosiaalinen normi loukatessa toista ihmistä. Anteeksi pyytäminen lohduttaa usein uhria ja vapauttaa tekijän syyllisyydestä. Anteeksi pyytäminen ja antaminen edellyttävät kuitenkin moraalin kehittymistä ja tunteiden tunnistamista, jota pienet lapset vasta harjoittelevat. Jos lapsen syyllisyyden tunteet eivät ole heränneet, ei anteeksipyytämisellä ole juurikaan merkitystä, vaan se on vain ulkoa opittu tapa. Lapsia tulee kuitenkin opettaa hyvittämään tekonsa pahaa mieltä aiheuttettuaan esim. halaamalla tai pyytämällä leikkeihin. Siten voidaan kehittää lapsen empatiankykyä. Anteeksipyytämiseen ei saa kuitenkaan pakottaa eikä kasvattaja saa tuottaa lapselle häpeää tai vähätellä lasta. (Repo 2015.)

## **SUTUHAKA**

Tunteiden ilmaisun rakentava malli, silloin kun lapsi on suuttunut. Lapsi harjoittelee rauhallisesti, mutta jämekästi ilmaisemaan omia tunteitaan ja sanoittamaan tapahtumaa omasta näkökulmastaan. Tämä toimii myös aikuisten kesken.

### **Suuttunut**

Totea, miksi olet suuttunut (nöyryyttämättä, nöyristelemättä ja loukkaamatta, hyökkäämättä)

Olen suuttunut koska, rikoit leluni, jonka lainasin sinulle

### **Tuntuu**

Kerro, miltä sinusta tuntuu  
Olen vihainen ja raivoissani

### **Haluan**

Täsmennä, mitä haluat toisen tekevän.  
Haluan, että ostat minulle uuden lelun tai korjaat sen

### **Kannattaa tehdä**

**Kerro miksi yhteistyössä toimiminen kannattaa.**  
Kannattaa tehdä, että voin jatkossa lainata lelujani sinulle

(Kiviluote 2019.)

## Liikennevalomalli



(Kuva: Papunet 2019.)

Kun lapsi ärsyyntyy jostakin asiasta, on hyvä opettaa lapselle toimintamalli, miten käyttäytyä sellaisissa tilanteissa. Impulsiivisen toiminnan sijasta lapsi ohjataan pysähtymään ja miettimään, miten tilanteessa kannattaa toimia esim. sanomalla jämäkästi LOPETA!

LOPETA

POISTU TILANTEESTA

KERRO AIKUISELLE

(Kiviluote 2019.)

## Tunteet ja käyttäytyminen hallintaan varhaiskasvatuksessa

Kattava ja selkeä käsikirja ja ideapaketti tunne- ja kaveritaitojen harjoitteluun. Kirja sisältää Raisa Cacciatoren Aggression portaat -mallin opetusohjelman, tietoa sosioemotionaalisten taitojen kehittymisestä sekä valmiita tunnetaitotuokioita. Kirjassa herätellään pohtimaan myös kasvattajan omia tunnetaitoja.

Kiviluote, J. 2019. Tunteet ja käyttäytyminen hallintaan varhaiskasvatuksessa. Tunnetaitojen opettaminen Aggression portaat -opetusohjelman avulla. Varhaiskasvattajan käsikirja. JK-Kustannus ja koulutus Oy.

## Huomaa hyvä!

Kaisa Vuorisen luontevahvuuksien löytämiseen keskittyvä sarja, johon kuuluu kasvattajan opas Huomaa hyvä! Näin ohjaat lasta ja nuorta löytämään luonteen vahvuutensa -kirja sekä Vahvuusvariksen bongausopas ja toimintakortit. Kirjassa perehdytään vahvuusperustaiseen kasvatukseen. Bongausoppaassa on runsaasti harjoituksia ja toimintakorttien avulla voidaan keskustella tarkemmin erilaisista vahvuuksista ja niiden huomaamisesta.

Vuorinen, K. 2019. Luontevahvuudet. Viitattu 25.7.2019. Saatavilla:

<http://kaisavuorinen.com/projektit/luontevahvuudet/>



## Jukka Hukka

Avril McDonaladin Jukka Hukka -kirjasarja käsittelee lasten arkisia pulmia tunne- ja kaveritaidoissa. Sarjaan kuuluu kuusi kirjaa, jotka käsittelevät rauhoittumista, pelkoa, itseluottamusta, ystävällisyyttä ja toisen huomiointia ja menetystä ja surua. Kirjojen lisäksi on olemassa Jukka Hukka -tunenkortit, joiden avulla voidaan harjoitella tunteiden tunnistamista ja nimeämistä. Youtubesta löytyy pienet esittelyt kirjoista.

Tunnetaitoja lapsille 2019. Jukka Hukka auttaa lapsia tunnetaitojen oppimisessa. Viitattu 11.7.2019. Saatavilla: <https://www.tunnetaitojalapselle.fi/kampanjat/7734.html>

## Neuvokas perhe

Neuvokas perhe on sivusto, jonka tarkoituksena on lisätä lasten ja perheiden terveitä ja kestäviä elintapoja. Sivuilta löytyy materiaalia arjen tilanteisiin nukkumisesta syömiseen ja sosiaalisten taitojen harjoittelusta rauhoittumiseen, liikkumiseen ja ruutuaikaan. Materiaalista löytyy tietoa, videoita, julisteita, kirjoja ja tehtäviä.

Neuvokas perhe 2019. Viitattu 11.7.2019. Saatavilla: <https://neuvokasperhe.fi/>

## Viitottu rakkaus

Viitottu rakkaus -nettisivut ovat laaja ilmainen materiaalipaketti lasten kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukemiseksi. Paljon ilmaista materiaalia tunne- ja kaveritaitojen ja elämäntaitojen tukemisen avuksi. Sivuilta löytyy tietoa tunteista ja kaveritaidoista, tulostettavia pelejä, sosiaalisia tarinoita, julisteita, kuvia, kommunikaatiotauluja

Viitottu rakkaus 2019. Viitattu 11.7.2019. Saatavilla: <https://viitotturakkaus.fi/>

## Positiivinen CV

Positiivinen CV on laaja-alaisen osaamisen ja vahvuuksien tunnistamisen ansioluettelo. Vahvuuksista ja osaamisesta kertova CV on arvioinnin uusi menetelmä, jossa keskitytään hyviin ja positiivisiin asioihin lapsessa. Positiiviseen CV:hen tallennetaan näyttöä taidoista ja osaamisesta eri ympäristössä, kotona, päiväkodissa, sukulaisten luona, harrastuksissa tai kaveriporukassa. PCV muovautuu lapsen näköiseksi vähitellen. Se voidaan aloittaa vihkosesta tai posterista, joka jatkossa lisätään sähköiseen alustaan. Lapsen huoltajat, sukulaiset ja lähipiiri sekä kasvattajat ja opettajat, harrastusryhmien vetäjät jne. voivat lisätä lapsen PCV:hen materiaalia. PCV:n avulla lapsi oppii tunnistamaan vahvuuksiaan ja tarkastelemaan itseään ja osaamistaan positiivisesta näkökulmasta. Kasvaessaan lapsi voi alkaa itse täyttämään omaa PCV:tään. Lasten ja nuorten piilevien vahvuuksien tunnistamiseen kehitetty positiivinen CV voitti Sitran Ratkaisu 100 -haasteen vuonna 2019.

Positiivinen CV 2019. Arvostusta avokämmenellä. Viitattu 3.6.2019. Saatavilla: <https://www.positiivinenCV.fi/>



## Suomen mielenterveysseura

Suomen mielenterveysseuran nettisivuilta löytyy monipuolisesti ilmaista tulostettavaa materiaalia kaveri- ja tunnetaitojen harjoitteluun. Hyviä materiaaleja on mm. tunteiden vuoristorata, tunnerobotti, muistipelikortit tunnesanoista, temperamenttirobotti, tunnekortit varhaiskasvatukseen, vahvuuskortit, tunnepilvet, kaveritaitokortit, tunteiden tuulimylly, mielenterveyden käsi, toteemieläimet ja monia muita. Sivuilta voi myös tulostaa ja tilata erilaisia julisteita tunne- ja kaveritaitoihin liittyen.

Sivuilta voi tilata edullisesti Elina Marjamen, Susanna Kososen, Soile Törrösen ja Marjo Hannukalan kirjan Lapsen mieli – mielenterveystaitoja varhaiskasvatukseen ja neuvolaan, jossa vinkkejä ja ajatuksia lasten mielenterveyden tukemiseksi. Kirjassa käsitellään mm. puheeksi ottamista, kohtaamisosaamista ja läsnäoloa. Kattava tietopaketti kaveri- ja tunnetaitoihin vaikuttavista tekijöistä ja niiden opettamisesta leikki, liikunta, musiikki ja kuvataideharjoitusten avulla.

Eläinlasten elämää – mielenterveystaitoja pöytäteatterin keinoin (6e) on materiaalipaketti kasveri- ja tunnetaitojen opettamiseen pöytäteatterin avulla. Aineistoon kuuluu tarinavihko, jossa on valmiit tarina arjen tilanteista vuorosanoineen. Tarinoissa seikkailevat pupu, peura, susi, siili, siilin pikkusisko ja pöllö, jotka opettelevat kavereiden mukaan ottamista, toisten mielipiteiden huomiointia, anteeksi pyytämistä ja auttamista. Hahmot tulevat materiaalin mukana. Tarinoiden avulla lapset voivat harjoitella mm. tunteiden ilmaisua, kannustamista, lohduttamista ja jämäkkyyttä.

Suomen mielenterveysseura 2019. Viitattu 11.7.2019. Saatavilla: <https://mieli.fi/fi/materiaalit>

## Hidasta elämää

Lasten omien voimakorttien avulla voidaan harjoitella omien vahvuuksien tunnistamista ja liittää niitä liikkeisiin. Korttipakka sisältää 45 voimakorttia, jotka käsittelevät seitsemän eri teemaa: itsetuntoa, itsemyötätuntoa, lepoa, vahvaa kehoa, tunteit, hassuttelua ja unelmia. Kortit sopivat hyvin pienryhmätyöskentelyyn ja niiden käyttöä voi yhdistellä esim. jumppaan ja musiikkihetkiin. Sovellettavissa helposti kaikenikäisille lapsille.

Rauhoittumiskortteja voi käyttää tunnetaitotuokioissa, jumpan loppurentoutuksessa tai lepohetkellä. Korttien avulla voidaan harjoitella kehon ja mielen rauhoittamista. Kortteja on 45 ja teemat ovat: kehon rauhoittuminen, mielen rauhoittaminen, lempeyden rauhoittava voima ja liikkeen rauhoittava voima.

Hidasta elämää 2019. Viitattu 12.7.2019. Saatavilla: <https://hidastaelamaa.fi/puoti/tuote-osasto/kortit/>

## Piki

Katri Kirkkopellon Piki ja Tiina Haapasalon, Katri Kirkkopellon ja Laura Revon Mun ja sun juttu käsittelevät kaveri- ja tunnetaitoja. Isot aukeamalla avautuvat teemakokonaisuudet herättävät lapset keskustelemaan kaveritaidoista. Piki sarjaan kuuluu myös pöytäteatterihahmot, tarinankerronta- ja tunnetaitokortit.

## Molli

Molli-sarjaan kuuluu kaksi kirjaa Molli ja Mullin mallin Molli, jotka tukevat lapsen tunnetaitojen ja itsesääätelyn kehitystä. Hauska kirja iloihin ja pahan tuulen hetkiin. Molli – hyvällä mielellä vai pahalla päällä -tehtäväkirja sisältää kehollisia ja kuvallisia toiminnallisia tehtäviä, joita voi tehdä niin yksin kuin ryhmässäkin. Materiaalin avulla voidaan harjoitella tunteiden tunnistamista ja nimeämistä.

Kirkkopelto 2019. Molli-kirjat. Viitattu 11.7.2019. Saatavilla:

<https://www.varhaiskasvatuksentietopalvelu.fi/tuotteet/Molli-kirjapaketti.html>

## Miniverso

Varhaiskasvatukseen suunniteltu toimintamalli, jonka avulla kasvattaja osaa ohjata lapsia löytämään ratkaisuja ristiriitatilanteisiin. MiniVersion ajatuksena on muuttaa aikuisen asenteita site, että ristiriidat ovat osa elämä ja erimielisyyksien ratkaiseminen on oppimistilanne vaikean konfliktin sijaan. Miniverso mahdollistaa lasten paremman osallistumisen ristiriitojen ratkaisuun, lapsi tulee kuulluksi ja oppii harjoiteltuaan vähitellen ratkaisemaan itsenäisesti ongelmatilanteita

MiniVerso Varhaiskasvatukseen 2019. Viitattu 25.7.2019. Saatavilla:

<https://sovittelu.com/vertaissovittelu/koulutukset/miniverso/>

## Satuhieronta

Suomessa kehitetty menetelmä, jonka avulla voidaan rauhoittua ja rentoutua ja opetella lämmintä kosketusta satujen avulla. Myönteisen kosketuksen ja mukavien satujen avulla voidaan vahvistaa luottamusta ja ennaltaehkäistä stressiä. Satuhieronta auttaa tukemaan lapsen itsetuntoa ja lisää hyvinvointia. Satuhieronnassa kuvitetaan tarinaa lapsen selkään piirtämällä. Rauhoittava läsnäoleva hetki on lapselle merkityksellinen. Sivuilta löytyy tietoa satuhieronnasta ja valmiita satuja. Lapset voivat myös itse keksiä omia satuja ja keksiä niille sopivat silittelyliikkeet.

Satuhieronta 2019 Kosketuksen ja sadun taikaa. Viitattu 25.7.2019. Saatavilla:

<https://satuhieronta.fi/>

## Tassun toimintakorit

Eliisa Nyströmin Tassun toimintakortit soveltuvat hyvin rauhoittumisharjoituksiin. Harjoitukset ovat toiminnallisia leikkejä, joiden avulla voidaan harjoitella hengityksen rytmittämistä ja aistimusten havainnointia. Harjoitusten avulla harjoitellaan läsnäolon taitoa ja sitä, miten mieli toimii.

Nyström, E. 2018. Tassun toimintakortit. Viitattu 25.7.2019 Saatavilla: [https://www.ps-](https://www.ps-kustannus.fi/Eliisa-Nystr%C3%B6m/Tassun-toimintakortit.html)

[kustannus.fi/Eliisa-Nystr%C3%B6m/Tassun-toimintakortit.html](https://www.ps-kustannus.fi/Eliisa-Nystr%C3%B6m/Tassun-toimintakortit.html)



## Pikku Mulperi

Kirsi Sjöblomin kirja Pikkumulperi ja pienet suuret tarinassa on suuria ja pieniä seikkailuja, joiden avulla voidaan harjoitella läsnäolon taitoa ja itsetuntemusta. Kirja sisältää harjoituksia ja äänitteitä.

Sjöblom, K. 2018. Pikkumulperi ja pienet suuret tarinat. Viitattu 25.7.2019. Saatavilla: <https://www.ps-kustannus.fi/Kirsi-Sj%C3%B6blom/Pikkumulperi-ja-pienet-suuret-tarinat.html>

## Ympyräiset

Kotimainen tunnetaito-ohjelma, jossa harjoituksia myös pienille. Kirjasarjassa käsitellään perustunteita, rauhoittumista sekä kavereiden mukaan ottamista, luontevahvuuksia sekä ongelmatilanteiden ratkaisua. Sivuilla vinkkejä, tietoa ja kirjaesittelyt.

Ympyräiset 2019. Viitattu 26.7.2019. Saatavilla: <https://ympyraiset.fi/>





## Lähteet

- Hidasta elämää 2019. Viitattu 12.7.2019. Saatavilla: <https://hidastaelamaa.fi/puoti/tuote-osasto/kortit/>
- Kirkkopelto 2019. Molli-kirjat. Viitattu 11.7.2019. Saatavilla: <https://www.varhaiskasvatuksentietopalvelu.fi/tuotteet/Molli-kirjapaketti.html>
- Kirkkopelto 2019. Piki. Viitattu 11.7.2019. Saatavilla: <https://www.varhaiskasvatuksentietopalvelu.fi/tuotteet/Piki-ja-Mun-ja-sun-juttu-paketti.html>
- Kiviluote, J. 2019. Tunteet ja käyttäytyminen hallintaan varhaiskasvatuksessa. Tunnetaitojen opettaminen Aggression portaat -opetusohjelman avulla. Varhaiskasvattajan käsikirja. JK-Kustannus ja koulutus Oy.
- Mannerheimin lastensuojeluliitto 2019. Rajojen asettaminen lapselle. Viitattu 8.7.2019. Saatavilla: <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemmuus-ja-kasvatus/rajojen-asettaminen-lapselle/>
- Mannerheimin lastensuojeluliitto 2019. Lapsen uni. Viitattu 26.7.2019. Saatavilla: <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/lapsen-uni/>
- MiniVerso Varhaiskasvatukseen 2019. Viitattu 25.7.2019. Saatavilla: <https://sovittelu.com/vertaissovittelu/koulutukset/miniverso/>
- Neuvokas perhe 2019. Viitattu 11.7.2019. Saatavilla: <https://neuvokasperhe.fi/>
- Nyström, E. 2018. Tassun toimintakortit. Viitattu 25.7.2019 Saatavilla: <https://www.ps-kustannus.fi/Eliisa-Nystr%C3%B6m/Tassun-toimintakortit.html>
- Satuhieronta 2019 Kosketuksen ja sadun taikaa. Viitattu 25.7.2019. Saatavilla: <https://satuhieronta.fi/>
- Positiivinen CV 2019. Arvostusta avokämmenellä. Viitattu 3.6.2019. Saatavilla: <https://www.positiivinenCV.fi/>
- Repo, L. 2015. Pienet lapset ja kiusaamisen ehkäisy. Ps-kustannus. Bookwell Oy. Juva.
- Sandberg, E. 2019. Positiivinen pedagogiikka painottaa oppilaiden vahvuuksia. Viitattu 3.6.2019. Saatavilla: <https://www.erjasandberg.eu/positiivinen-pedagogiikka-painottaa-oppilaiden-vahvuuksia-2/>
- Sjöblom, K. 2018. Pikkumulperi ja pienet suuret tarinat. Viitattu 25.7.2019. Saatavilla: <https://www.ps-kustannus.fi/Kirsi-Sj%C3%B6blom/Pikkumulperi-ja-pienet-suuret-tarinat.html>
- Suomen mielenterveysseura 2019. Viitattu 11.7.2019. Saatavilla: <https://mieli.fi/fi/materiaalit>
- Terve koululainen 2019. Lepo ja rentoutuminen. Viitattu 26.7.2019. Saatavilla: <https://www.tervekoululainen.fi/ylakoulu/lepo-ja-uni/lepo-ja-rentoutuminen/>
- Tunnetaitoja lapsille 2019. Jukka Hukka auttaa lapsia tunnetaitojen oppimisessa. Viitattu 11.7.2019. Saatavilla: <https://www.tunnetaitojalapselle.fi/kampanjat/7734.html>



Viitattu rakkaus 2019. Viitattu 11.7.2019. Saatavilla: <https://viitotturakkaus.fi/>

Vuorinen, K. 2019. Luontevahvuudet. Viitattu 25.7.2019. Saatavilla: <http://kaisavuorinen.com/projektit/luontevahvuudet/>

Ympyräiset 2019. Viitattu 26.7.2019. Saatavilla: <https://ympyraiset.fi/>