

# **Lapsen itsetunnon tukeminen varhaiskasvatuksessa**

Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma

Laatija:

Jenni Kivilähde

Ohjaaja:

Yliopistonlehtori Anne Sorariutta

30.3.2022

Pori

Turun yliopiston laatu järjestelmän mukaisesti tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck -järjestelmällä.

Pro gradu -tutkielma

**Oppiaine:** Varhaiskasvatuksen maisteri

**Tekijä:** Jenni Kivilähde

**Otsikko:** Lapsen itsetunnon tukeminen varhaiskasvatuksessa

**Ohjaaja:** Anne Sorariutta

**Sivumäärä:** 43 sivua

**Päivämäärä:** 30.3.2022

## **Tiivistelmä**

Tutkimuksessa selvitettiin, miten varhaiskasvatuksen opettajat tukevat lapsen itsetunnon eri osa-alueita varhaiskasvatuksen arjessa. Tutkimus perustuu Michelle Borban (1989, 2003) itsetuntoteoriaan, johon myös tutkimusmenetelmänä käytetty kyselylomake perustui. Tutkimusaineisto on kerätty kevään 2021 aikana. Tutkimukseen ovat osallistuneet varhaiskasvatuksen opettajat ympäri Suomen. Tutkimusaineisto on analysoitu teorialähtöisen sisällönanalyysin avulla.

Tutkimustulokset kertovat varhaiskasvatuksen opettajien tukevan itsetunnon osa-alueita osittain Borban itsetuntoteorian mukaisesti. Varhaiskasvatuksen opettajat vastasivat miltei itsetuntoteorian mukaisesti kaikkiin osa-alueisiin, paitsi liittymisen- ja perusturvallisuuden osa-alueisiin. Näissä tunnetaitojen harjoittelu korostui, vaikka Borba liittää sen itsensä tiedostamisen osa-alueeseen. Varhaiskasvatuksen opettajat tukevat lapsen itsetuntoa myönteisen vuorovaikutussuhteen, kehuun ja kannustuksen avulla. Borba tuo itsetuntoteoriassaan perusturvallisuuden osa-alueessa esiin myönteisen vuorovaikutuksen tärkeän merkityksen.

Vastauksissa nousee esiin verbaaliset keinot lapsen itsetunnon tukemiseen sekä opettajan pedagogiset järjestelyt apuna lapsen itsetunnon kehitykselle. Borban mukaan heikon tehtävä- ja tavoitesuuntautumisen ulottuvuuden omaavien lasten on helpompi ottaa kehuja vastaan verbaalein keinoin, kuten peukun avulla. Varhaiskasvatuksen opettajan pedagogiset järjestelyt auttavat lasta tehtävä- ja tavoitesuuntautumisen ulottuvuuden myötä tavoitteiden asettamiseen ja niitä kohti pyrkimisen. Vastauksissa nousee esille vahvasti tunnetaidot itsetunnon tukemisen apuna. Itseyden osa-alueessa Borba korostaa tunteiden tunnistamista ja nimeämistä.

**Avainsanat:** itsetunto, itsetunnon kehitys, itsetuntoteoria.

# Sisällysluettelo

<b>1</b>	<b>Johdanto</b>	<b>5</b>
<b>2</b>	<b>Itsetunnon määritelmä</b>	<b>7</b>
<b>3</b>	<b>Itsetunnon osa-alueet Borban mukaan</b>	<b>9</b>
3.1	Turvallisuuden tukeminen	10
3.2	Itsensä tiedostamisen tukeminen	11
3.3	Liittymisen tukeminen	12
3.4	Tehtävä- ja tavoitetietoisuuden tukeminen	13
3.5	Pätevyyden tukeminen	14
<b>4</b>	<b>Lapsen itsetunnon tukeminen varhaiskasvatuksessa</b>	<b>16</b>
4.1	Vuorovaikutuksen merkitys itsetunnolle	16
4.2	Itsetunnon kehittyminen	17
4.3	Itsetuntoon liitettyjä kehityksen osa-alueita	18
<b>5</b>	<b>Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymys</b>	<b>20</b>
<b>6</b>	<b>Tutkimuksen toteutus</b>	<b>21</b>
6.1	Tutkimusaineiston hankkiminen	21
6.2	Aineiston analysointi	22
6.3	Itsetunnon osa-alueet kyselylomakkeen taustalla	22
6.4	Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus	23
<b>7</b>	<b>Tutkimustulokset ja niiden tulkinta</b>	<b>25</b>
7.1	Perusturvallisuus	25
7.2	Itsensä tiedostaminen	27
7.3	Liittyminen	28
7.4	Tehtävä- ja tavoitetietoisuus	30
7.5	Pätevyys	31
<b>8</b>	<b>Pohdinta</b>	<b>33</b>
	<b>Lähteet</b>	<b>36</b>

<b>Liitteet</b>	<b>40</b>
<b>Liite 1. Tietosuojalomake</b>	<b>40</b>
<b>Liite 2. Kyselylomakkeen väittämät ja esimerkkivastaus</b>	<b>41</b>

# 1 Johdanto

Tutkimukseni tarkoitus on saada tietoa siitä, miten varhaiskasvatuksen opettajat tukevat lapsen itsetunnon osa-alueita varhaiskasvatuksen arjessa. Kiinnostus aihetta kohtaan nousi minulle jo kandidaatintutkintoa kirjoittaessa ja halusin laajentaa tietoani vielä lisää. Itsetunto on hyvin laaja ja paljon tutkittu aihe. Sille ei kuitenkaan ole yhtä oikeaa määritelmää, vaan eri tutkijat määrittelevät sen eri tavoin. Itsetunto-käsitteelle on myös paljon lähikäsitteitä, kuten minäkäsitys, minäpystyvyys, itsearvostus ja minä. Itsetunto suhteessa minäkäsitykseen määritellään myös eri tavoin. Tämän tutkimuksen taustalla on vahvasti Michelle Borban (1989, 2003) kehittämä itsetuntoteoria, jonka mukaan itsetunto rakentuu viiden eri osa-alueen ympärille: perusturvallisuus, itsensä tiedostaminen, liittyminen, tehtävä- ja tavoitetietoisuus sekä pätevyys.

Varhaiskasvatusympäristö on merkittävä lapsuuden kasvuympäristö ja siten laadukkaana varhaiskasvatuksen merkitys on ensiarvoisen tärkeää lapsen hyvinvoinnille, kasvulle ja kehitykselle (Bodrova & Leong, 2005). Varhaiskasvatusta ohjaavien asiakirjojen, Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (VASU; Opetushallitus, 2018) ja Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteiden (2016) mukaan varhaiskasvatuksen tärkeä tehtävä on terveen itsetunnon kehittyminen. VASU:n (2018) mukaan lapsen tulee tulla kuulluksi ja nähdyksi omana itsenään ja jokaisen ainutlaatuisuutta tulee kunnioittaa. Lapsen itsetunnon kehittymistä tuetaan positiivisen aikuisen ja lapsen välisen vuorovaikutussuhteen avulla. Tämä nousee esiin myös varhaiskasvatuslaissa (Varhaiskasvatuslaki 2015/580 § 2a).

Borban (2003) mukaan liian monet lapset aloittavat varhaiskasvatuksen tai koulun ilman itsetunnon kehitykselle olennaisia taitoja, ja monissa tapauksissa juuri näiden taitojen puute johtaa heikkoon itsetuntoon. Lapsen itsetunnon kehittymiselle keskeistä on varhaiskasvatuksessa toimiva henkilöstö. Kasvattajilla on mahdollisuus vahvistaa lapsen itsetuntoa myönteisesti, sillä itsetunto kehittyy ennen kaikkea vuorovaikutuksessa ihmisten välillä (Borba, 1989, 2003; Aho & Tarkkonen, 1999). Tutkimuksissa nousee esiin suomalaisten lasten alhainen itsetunto (Aho & Tarkkonen, 1999). Itsetunnon on tutkittu heikentyvän peruskoulun ala-asteen aikana ja näin ollen vahvan itsetunnon rakentaminen varhaiskasvatusiässä on äärimmäisen tärkeää.

Seuraavissa kahdessa pääluvussa esittelen Borban (1989, 2003) itsetuntoteorian mukaisen itsetunnon määritelmän sekä itsetunnon osa-alueet. Luvussa neljä esittelen itsetunnon tukemista varhaiskasvatuksessa. Kerron itsetunnosta suhteessa vuorovaikutukseen sekä itsetunnon kehittämisestä ja siihen liittyistä osa-alueista. Luvussa viisi esittelen tutkimuksen toteutuksen ja luvussa kuusi vastaan tutkimuskysymykseeni. Luvussa seitsemän pohdin tutkimustuloksia sekä mahdollisia jatkotutkimusaiheita.

## 2 Itsetunnon määritelmä

Itsetunto määritellään olevan ihmisen käsitys omasta arvostaan, kyvyistään ja riittävydestään (Borba, 1989, 2003; Coopersmith, 1967; Hosogi, Okada, Fujii, Noguchi, & Watanabe, 2012; Toivakka, & Maasola, 2011). Tässä tutkimuksessa itsetunto määritellään Michelle Borban (1989, 2003) kehittämän yksiulotteisen itsetuntoteorian mukaan. Se pohjautuu Robert Reasonin (1982, 1994) itsetuntoteoriaan. Borban (1989, 2003) mukaan itsetunto rakentuu perusturvallisuuden (*security*), itsensä tiedostamisen (*selfhood, identity*), liittymisen (*affiliation*), tehtävä- ja tavoitetietoisuuden (*mission*) sekä pätevyyden (*competense*) osa-alueiden kautta. Nämä itsetunnon osa-alueet kehittyvät samanaikaisesti ja tukevat kehittyessä toinen toistaan. Lapsen itsetunnon katsotaan olevan hyvä, kun nämä viisi osa-aluetta ovat vahvat.

Lapsen käsitys itsestä muotoutuu vähitellen hänen lähiympäristönsä laajentuessa (Borba, 1989, 2003). Lapsen sisäistä käsitystä itsestään kutsutaan minäkäsitykseksi. Se muodostuu itsetunnon osa-alueiden, eli perusturvallisuuden tunteen, itsensä tiedostamisen, tehtävä- ja tavoitetietoisuuden, liittymisen sekä pätevyyden tunteen kautta. Minäkäsitys on subjektiivinen ja näin ollen se voi erota siitä, miten muut ihmiset havaitsevat yksilön. Ihmisen kokemus eri itsetunnon osa-alueista on ratkaisevaa, sillä hän arvioi osa-alueita joko negatiivisina tai positiivisina. Tästä prosessista muodostuu ihmisen itsetunto.

Borban (1989, 2003) mukaan heikon itsetunnon omaavilla ihmisillä on usein epätarkka kuva itsestään. Totuudenmukaisen käsityksen luominen lapsesta tai nuoresta on kasvattajan tärkeä tehtävä. Itsetunnon vahvistamisen tukemiseksi lapselle on tärkeä tarjota mahdollisuuksia ja esimerkkejä oman realistisen minäkäsityksen luomiseksi, jotta itsetunnon jokaista osa-aluetta on mahdollista kehittää. On myös tärkeää tiedostaa, mikä osa-alueista vaatii eniten harjoittelua ja panostaa juuri siihen. Kasvattajan tehtävänä on arvioida lapsen itsetunnon laatua eli huomioida ne osa-alueet, jotka ovat joko vahvat tai heikot.

Lasten kanssa toimivilla kasvattajilla on tärkeä tehtävä lapsen itsetunnon tukijana (Borba, 1989, 2003). Kaiken lähtökohtana on lapsen ja aikuisen välinen kunnioittava suhde ja molemman puoleinen luottamus. Kasvattajan tulee tutustua lapseen henkilökohtaisesti ja ottaa selvää hänen kiinnostuksen kohteistaan. Kahdenkeskiset hetket lapsen kanssa ovat tärkeitä itsetunnon kehittymisen kannalta. Näin kasvattaja pääsee havainnoimaan ja tuomaan esiin

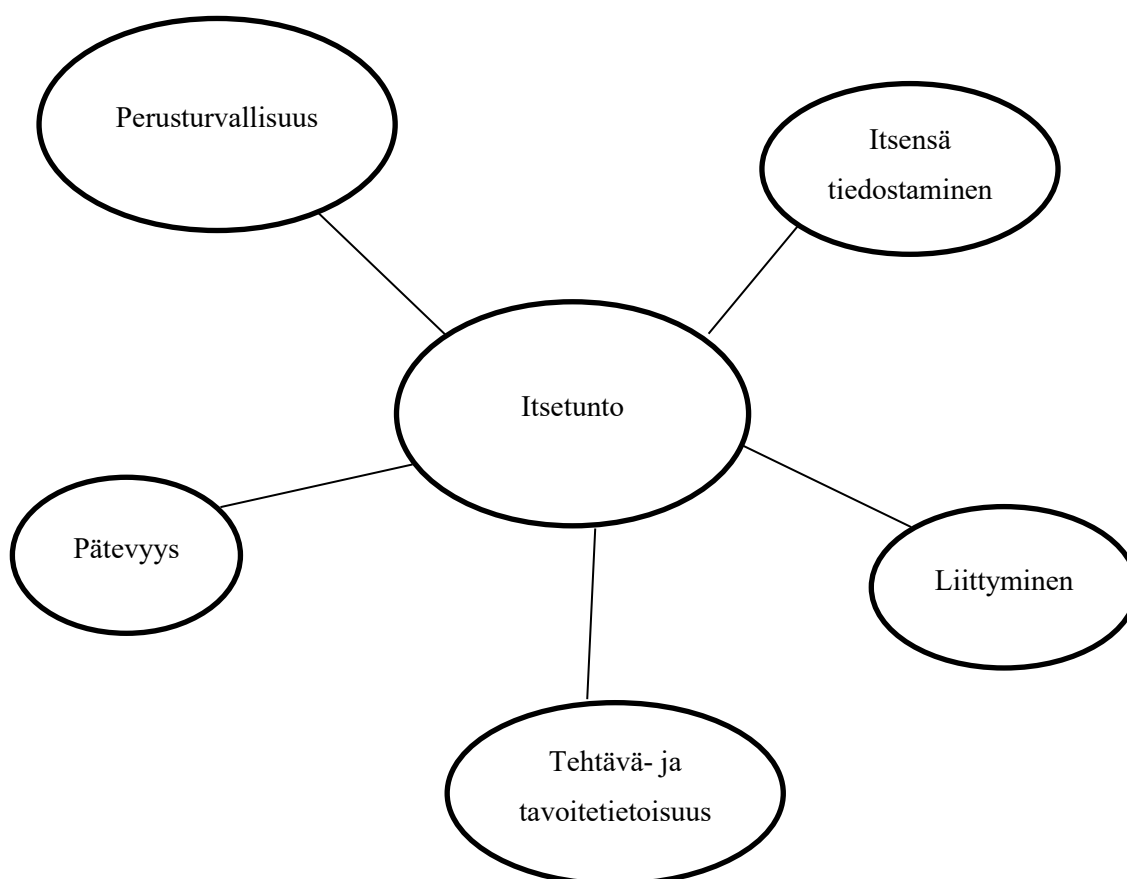
lapsen vahvuuksia ja kykyjä. Lapsen itsetuntoa tukevalta kasvattajalta vaaditaan aikaa, kärsivällisyyttä ja uskoa lapseen. Tämä tulee huomioida myös positiivisen ja luottamuksellisen suhteen luomisessa. Itsetunto ei ole hetkessä kehittyvä tai muuttuva asia. Kasvattajalta vaaditaan oman itsetunnon ja minäkäsityksen pohtimista ja omien vahvuuksien sekä heikkouksien avaamista lapselle.

Borba (1989, 2003) painottaa itsetuntoteoriassaan ympäristön vaikutusta itsetunnon kehittymiseen. Lapselle tulee luoda suotuisa ja positiivinen ympäristö itsetunnon kehittymisen tueksi. Itsetuntoa kehittävää ympäristöä voidaan kuvailla sanoilla lämmin, välittävä, turvallinen, mukava, hyväksyvä, rohkaiseva, tukeva ja huomioonottava. Coopersmith (1967) on tutkinut perheen vaikutusta yli 1700 lapsen yhteydessä. Tutkimustuloksissa käy ilmi, että hyvän itsetunnon omaavat lapset tulevat ympäristöstä, jossa he ovat saaneet tuntea itsensä rakastetuksi, arvostetuksi ja heidän vahvuuksiaan on nostettu esiin. Hyvän itsetunnon katsottiin olevan yhteydessä myös selviin sääntöihin ja rajoihin. Lapset tiesivät mitä heiltä odotettiin ja he tunsivat olonsa turvalliseksi. Lapsien ideoita arvostettiin, heitä kannustettiin sanomaan mielipiteitään ja he pääsivät vaikuttamaan omaa elämäänsä koskeviin asioihin.



### 3 Itsetunnon osa-alueet Borban mukaan

Borban (1989, 2003) mukaan itsetunto koostuu viidestä eri osa-alueesta, jotka ovat perusturvallisuus, itsensä tiedostaminen, liittyminen, tehtävä- ja tavoitetietoisuus sekä pätevyys (Kuvio 1). Osa-alueet ovat päällekkäisiä ja kehittyvät suhteessa toisiinsa. Ihmisen itsetunnon katsotaan olevan vahva, jos nämä osa-alueet ovat vahvoja ja toisaalta heikko, jos osa-alueet ovat heikkoja. Vahvan itsetunnon omaava ihminen tietää omat vahvuutensa ja heikkoutensa. Hän asettaa itselleen tavoitteita ja pyrkii niitä kohti. Ihmisellä on fyysinen ja psyykkinen turvallisuuden tunne ja hän pystyy osoittamaan empatiaa toisia ihmisiä kohtaan. Hyvän itsetunnon omaava ihminen uskaltaa ottaa riskejä eikä pelkää epäonnistumisia. Kaikkia itsetunnon osa-alueita on tärkeä tukea lapsuudesta lähtien, jotta itsetunto kehittyy vahvaksi. Aikuisen on tärkeä osata arvioida lapsen itsetunnon laatua eli sitä, mikä osa-alue on vahva ja mikä vaatii erityisesti kehittymistä. Seuraavaksi esittelen osa-alueet.



Kuvio 1. Itsetunnon osa-alueet Borban (1989, 2003) mukaan.

### 3.1 Turvallisuuden tukeminen

Tärkeä askel lapsen itsetunnon tukemiseen varhaiskasvatuksessa on luoda myönteinen ilmapiiri, jossa lapsi tuntee fyysistä ja psyykkistä turvallisuuden tunnetta (Borba, 1989, 2003). Ensimmäinen osa-alue on perusturvallisuuden tunne, joka on edellytys vahvan itsetunnon kehittymiselle. Ilmapiirin lapsen ympäristöissä tulee olla avoin ja myönteinen, jotta lapsi uskaltaa ottaa riskejä harjoitellessaan uusia taitoja. Turvallisuuden osa-alue nojaa Maslowin (1968) tarvehierarkia teoriaan siitä, mistä ihmisen persoonallisuus koostuu. Tarvehierarkian alimmalla tasolla on psykologiset tarpeet, turvallisuus sekä yhteenkuuluvuus ja rakkaus. Nämä kolme alimmaista tarvehierarkian esiintuomaa asiaa tulisi ottaa huomioon lapsille suunnattua ympäristöä rakennettaessa.

Borban (1989, 2003) mukaan myönteisen ilmapiirin luomiseksi kasvattajan tulee olla hyväksyvä, kunnioittava sekä asettaa realistiset odotukset lasta kohtaan. Coopersmithin (1967) tutkimukset ovat osoittaneet toisten hyväksynnän olevan yksi merkittävä asia lapsen minäkäsityksen kehittymiselle. Tunne siitä, että on hyväksytty omana itsenään vahvuuksien lisäksi myös heikkouksineen. Borban tavoin myös Coopersmitin tutkimuksissa nousee esiin lasta kunnioittavan ympäristön positiivinen vaikutus. Se, että lapsen toiveita ja mielipiteitä on kuunneltu. Lapsen kunnioittava kohtelu nousee näin ollen esiin myös varhaiskasvatuksessa. Lapsiryhmän mielipiteiden ja ideoiden kuuntelu sekä niiden toteuttaminen on tärkeää. Ensiarvoinen osa kasvattajan kunnioittavaa toimintaa on lapsen yksityisyyden suojaaminen. Lapsella tulee olla tunne siitä, että hän voi luottamuksellisesti kertoa aikuiselle asioita.

Turvallisuuden osa-alueen kehittämiseksi kasvattajan tulee tiedostaa omat vahvuutensa ja heikkoutensa sekä ilmaista kaikenlaisia tunteita (Borba, 1989, 2003). Näin hän viestittää lapselle, että kaikki tunteet ovat sallittuja ja lapset uskaltavat avautua myös itse. Avoimen kasvattajan on helpompi näyttää lapsille olettavansa heidän oppivan asioita ja uskovan heidän menestymiseensä. Näin lapset alkavat uskoa omiin kykyihinsä myös itse. Kasvattajan positiivinen asenne lasten kykyjä kohtaan on yksi merkittävämmistä asioista lapsen itsetuntoa tukiessa.

Borba (1989, 2003) liittyy perusturvallisuuden tunteeseen lapsen palkitsemisen tärkeyden. Tällä hän viittaa ansaittuun kehuun ja kannustukseen. Palkitsemisen pitäisi tulla heti lapsen tehtyä jotakin hyvin. On tärkeää kehua lasta juuri tekemisestä, ei siitä, millainen lapsi on. Yksilöllinen kehuminen on tehokkain tapa. Koko ryhmän edessä kehu voi saada lapsen nolostumaan. Lapset huomaavat helposti, milloin kehu tai muu palkkio on ansaittua, joten on tärkeää palkita lapsi aiheellisesti ja kertoa, missä hän toimi oikein. Lasta tulisi kehua monta kertaa samastakin aiheesta, sillä toiminnan muuttaminen vie aikaa. Aikuisen spontaani kehuminen ja kannustaminen ovat tärkeitä lapsen itsetunnon kehittymisen kannalta.

Perusturvallisuuden tunteen omatessa lapsi voi luottaa siihen, että on hyvä ja turvallinen ilmapiiri sekä hän on tietoinen siitä, mitä odotuksia, sääntöjä ja rajoja missäkin tilanteessa on (Borba, 1989, 2003). Perusturvallisuuden tunteeseen on vahvasti yhteydessä lapsen ja aikuisen välinen luottamussuhde, niin vanhemman ja kuin varhaiskasvatuksen henkilöstön välillä. Positiivinen ja välittävä ilmapiiri, jossa on selvät säännöt ja rajat tukevat turvallisuuden tunnetta ja vahvistavat lapsen itsetuntoa. Kun lapsella on turvallinen olla, hän pystyy luomaan luottavaisen suhteen aikuiseen ja pystyy luottamaan aikuisen paluuseen, vaikka tämä olisikin esimerkiksi päiväkotipäivän pois. Tällöin lapselle on miellyttävää fyysinen läheisyys ja hän kestää myös muutoksia arjessa paremmin.

### **3.2 Itsensä tiedostamisen tukeminen**

Toisena itsetunnon osa-alueena on itsensä tiedostaminen. Borban (1989, 2003) itsetuntoteorian mukaan itseys eli itsensä tiedostaminen määritellään Combsin (1959), Shavelsonin (1976) sekä Beanen & Lipkan (1986) mukaisesti yksilön käsitykseksi itsestään. Itsetuntoteorian mukaisesti se ei määritä ihmisen arvoa, mutta perustuu siihen, miten ihminen määrittää itseään. Ihmisen käsitys itsestä voi olla epärealistinen toisten ihmisten silmin, mutta havaitsejan itsensä kokemana totta. Itsensä tiedostamisen luominen on itsetunnon kehittymisen kautta keskeistä, sillä se on perustana itsensä arviointiin. Itsetunto on kytköksissä siihen, onko ihminen tyytyväinen vai tyytymätön itseensä. Lapset saattavat omata negatiivisen kuvan itsestään jo varhain, ja silloin sen vaikutus kaikessa oppimisessa on kielteinen. Kaikki lapsen realistista kokonaiskuvaa vahvistava tekeminen on tärkeää.

Jos lapsella on negatiivinen käsitys itsestään, hän on usein negatiivinen myös muita kohtaan (Borba, 1989, 2003). Tällöin lapsi ei pysty ottamaan vastaan kritiikkiä ja tuntee häpeää omista

puutteistaan. Negatiivisen käsityksen itsestään omaava lapsi on motorisesti arka eikä hän uskalla ottaa riskejä. Tällöin lapsi myös välttelee tuomasta itseään esille. Monet tutkimukset osoittavat, että ihmisten on helpompaa luetella itsestään negatiivisia piirteitä, kun positiivisia piirteitä (Dion, 1973). Ihmiset myös alkavat automaattisesti luettelemaan itsestään juuri fyysisiä ominaisuuksia, kun kysytään ihmisen omakuvasta (McDonald, 1980).

Yksi itseyteen vahvasti liitetty alue on fyysinen viehättävyyden tunne. Jo nuoresta iästä alkaen lapset vertaavat toisiaan ja määrittävät itsensä viehättäväksi tai ei-viehättäväksi. Fyysisellä konseptilla on merkittävä vaikutus lapsen rakentaessa käsitystä itsestään. Borban (1989, 2003) itsetuntoteorian pohjalla käyttämä tutkimus osoittaa, että lasten kokemalla fyysisellä viehättävyydellä on yhteys myös sosiaalisiin suhteisiin. Fyysinen käsitys itsestä alkaa kehittyä hyvin varhain ja jo 3-vuotiaat lapset vertaavat omaa fyysistä olemustaan toisiin (Langlois & Stephen, 1977). Varhaisten käsitysten katsotaan olevan yhteydessä lapsen fyysiseen käsitykseen itsestään (Borba, 2003). Jotta lasten ja nuorten käsitys itsestä kehittyisi vahvaksi, tulee heitä ohjata arvostamaan omia luonteenpiirteitään, vahvuuksiaan ja heikkouksiaan. Itseyden kehittymisen kautta lapsi rakentaa itsestään realistisen käsityksen, jonka kautta tuntee itsensä miellyttäväksi, jopa ylpeäksi.

Itseyden osa-alueeseen kuuluvat myös tunteiden käsittely ja tunneilmaisuus (Borba, 1989, 2003). Lasten tietoisuutta lisätään siitä, että ihmiset tuntevat eri tavalla. Tietoisuus omista ja toisten tunteista lisäävät lapsen ymmärrystä itsestään ja toimintaansa kohtaan. Aikuisen emotionaalinen tuki lapselle on merkityksellinen ja auttaa lasta rakentamaan käsitystä itsestään.

### **3.3 Liittymisen tukeminen**

Kolmantena itsetuntoteorian osa-alueena on liittyminen (Borba, 1989, 2003). Hyvän itsetunnon omaavilla lapsilla on yleensä vahva liittyvyyden ulottuvuus, sillä se on yhteydessä ystävyysuhteiden muodostamiseen. Yksi ihmisen perustarpeista on yhteenkuuluvuuden tunne, halu olla osa ryhmää tai yhteisöä, kuten perhettä tai päiväkotiryhmää. Siihen kuuluu tunne siitä, että on hyväksytty omana itsenään. Lapsi, jolla on vahva liittymisen ulottuvuus, pystyy solmimaan vertaissuhteita, osoittamaan empatiaa toista kohtaan sekä toimimaan ristiriita tilanteissa. Usein heikolla itsetunnolla varustetulla henkilöllä on puutteita myös sosiaalisissa taidoissa.

Vertaissuhteilla on merkittävä vaikutus lapsen itsetunnon kehittymiseen ja sitä kautta positiivisen itsetunnon kehittyminen on vahvasti yhteydessä liittymisen ulottuvuuteen (Borba, 1989, 2003). Perheen ja aikuisten, kuten varhaiskasvattajan tuki ei riitä korvaamaan vertaissuhteilla saatua liittyvyyden tunnetta. Vertaisilta saadun palautteen ja yhteenkuuluvuuden tunteen kautta lapsi rakentaa itsetuntoaan ja myönteistä käsitystä itsestään. Vertaillessa itseään muihin, lapsi oppii hahmottamaan niin fyysistä kuin psyykkistäkin olemustaan. Näin ollen liittymisen ulottuvuudessa on myös paljon päällekkäisyyksiä itsensä tiedostamisen ulottuvuuteen.

Liittymisen ulottuvuuteen ja yhteenkuuluvuuden tunteen vahvistamiseen Borba (2003) liittyy myös lasten yhteneväisyyksien, taustojen ja mahdollisuuksien pohtimisen. Lapset usein ystäväystyvät sellaisten kanssa, joissa näkevät jotain samaa kuin itsessään. Hyväksymisen tunne tulee lapsen huomattessa omaavansa samoja asioita, kun kaverit. Toisaalta toisten lasten taustoja, mahdollisuuksia ja yhteneväisyyksiä vertaillessa, lapset oppivat hahmottamaan myös sitä, miten jokainen on arvokas yksilö erilaisina ominaisuuksineen.

Liittymisen ulottuvuuden ollessa vahva, lapsi pystyy kannustamaan toisia, osoittamaan empatiaa toisia kohtaan ja hyväksymään toiset ihmiset sellaisena kuin he ovat (Borba, 2003). Toisten lasten suosiossa olevat lapset omaavat juuri edellä mainitut taidot. Hyvän itsetunnon ja liittymisen ulottuvuuden vahvana omaavat lapset nimetään usein toisten puolesta hyväksi leikkikavereiksi ja he myös nostavat esiin toisia lapsia. Liittymisen ulottuvuutta tukeissa lähtökohtana on positiivisen vuorovaikutuksen rakentaminen toisten kanssa ja toisten ihmisten huomioiminen.

### **3.4 Tehtävä- ja tavoitetietoisuuden tukeminen**

Neljäntenä itsetunnon osa-alueena on tehtävä- ja tavoitetietoisuus (Borba, 2003). Hyvän itsetunnon on tutkittu olevan yhteydessä motivaatioon sekä selkeisiin tavoitteisiin elämää kohtaan. Kun tehtävä- ja tavoitetietoisuuden ulottuvuus on vahva, ihminen on valmis tekemään töitä saavuttaakseen tavoitteensa. Kun ihminen on motivoitunut tekemään töitä tavoitteidensa eteen ja saavuttaa ne, kasvaa motivaatio saavuttaa uusia tavoitteita. Näin ihminen saa onnistumisen kokemuksia ja hänen itsetuntonsa paranee. Heikko tehtävä- ja

tavoitetietoisuuden ulottuvuus taas näkyy ihmisen käytöksessä vähäisenä yrittämisenä ja motivaation puutteena. Näin tehtäviä tai tavoitteita ei ole edes mahdollista saavuttaa.

Tehtävä- ja tavoitetietoisuuden ulottuvuuden ollessa vahva lapsi on vastuuntuntoinen ja etsii erilaisia ratkaisuja kohtaamiinsa ongelmiin (Borba, 2003). Lapsi osaa asettaa itselleen realistisia tavoitteita ja tietää omat vahvuutensa. Lasten tehtävä- ja tavoitetietoisuutta tulee parantaa opettamalla omatoimisista päätöksentekoa sekä erilaisten ratkaisujen etsimistä ongelmiin. Sen myötä lasten itsenäisyys kasvaa ja heidän on mahdollista ottaa lisää vastuuta omasta itsestään. Itsenäistymisen ja vastuunoton myötä lasten ongelmanratkaisukyky paranee.

Lapsen kokemukset omasta pystyvyydestään heijastuvat itsetuntoon (Borba, 2003). Aiemmat epäonnistumiset voivat laskea juuri tehtävä- ja tavoitetietoisuuden ulottuvuutta. Lasten kanssa tulisi harjoitella realististen tavoitteiden asettamista. Kun lapsi pystyy toteuttamaan itseasettaman tavoitteensa, pätevyiden tunne kasvaa ja lapsen luotto omaan arviointikykyyn vahvistuu. Itsetunto rakentuu realististen ja saavutettavien tavoitteiden asettamisen ja niihin pyrkimisen myötä. Tehtävä- ja tavoitetietoisuuden ulottuvuudessa korostuu myös pätevyiden ulottuvuus. Käsitys itsestä ja omista vahvuuksista on yhteydessä motivaatioon.

### **3.5 Pätevyiden tukeminen**

Viidentenä itsetunnon ulottuvuutena Borba (2003) on määritellyt pätevyiden ulottuvuuden. Pätevyiden ulottuvuuteen kuulu tunne omasta pystyvyydestä ja itsensä arvostamisesta. Kuten myös tehtävä- ja tavoitetietoisuuden ulottuvuudessa, pätevyiden kehittymiseen vaikuttavat aiemmat kokemukset. Positiivisten kokemusten kautta lapsi saa positiivisen kokemuksen omasta pätevydestään ja näin tuntee itsensä onnistuneeksi. Negatiiviset kokemukset ja epäonnistumiset saavat lapsen helposti pitämään itseään epäonnistuneena, jolloin kokemus omasta pätevydestä heikkenee.

Borba (2003) ja Coopersmith (1975) selittävät pätevyiden ulottuvuuden olevan yhteydessä motivaatioon. Itsensä päteväksi tuntevat, osallistuvat toimintaan innokkaasti ja saavat sitä kautta onnistumisen kokemuksia ja lisää motivaatiota. Pätevyiden tunteen ollessa heikko, lapsi mieltää itsensä helposti ”luuseriksi” eikä edes halua yrittää. Pätevyiden ulottuvuuden ollessa heikko, lapsi ei tuo esiin omia ideoitaan tai mielipiteitään eikä halua ottaa riskejä välttääkseen epäonnistumisen. Lapsen käytös voi olla avutonta myös sellaisissa toiminnoissa,

joissa hän on hyvä. Lapset voivat tuoda omaa turhautumistaan esille epäsovinnaisena käytöksenä, kuten häiriköintinä, vastusteluna ja uhmakkuutena. Oman pystyvyyden tunteen ollessa heikko, lapsi saattaa muuttaa kaiken itseään koskevan epäonnistumiseksi, myös onnistumiset.

Lapsen uskoessa omiin onnistumiseensa, hän pystyy oppimaan virheistään ja etsimään uusia haasteita sekä ottamaan riskejä (Borba, 2003). Pätevyyden tunteen ollessa vahva, lapsi uskaltaa tuoda esiin omia ideoitaan ja mielipiteitään. Hänellä on kokonaisvaltainen tunne omasta onnistumisesta ja omista vahvuuksistaan. Pätevyyden tunne on kaikkien neljän muun osa-alueen tavoin hyvin tärkeä lapsen itsetunnon kehittymiselle. Sitä voidaan opettaa kasvatus- ja koulutusinstituutioissa muun muassa pohtimalla lasten vahvuuksia sekä opettamalla hyväksymään virheitä ja omia kehityskohtia. Tärkeää on iloita yhdessä lasten kanssa heidän onnistumisistaan ja muistuttaa lasta kehumään itseään. Lasten kanssa työskentelevien tulisi mahdollistaa jokaiselle lapselle onnistumisen kokemuksia päivittäin lapsen omien vahvuuksien mukaan. Kasvattajien tehtävänä on löytää jokaisen lapsen vahvuudet ja tukea niitä.

## 4 Lapsen itsetunnon tukeminen varhaiskasvatuksessa

Tässä kappaleessa tarkastelen vuorovaikutuksen merkitystä itsetunnonkehittymistä sekä tutkijoiden käsityksiä itsetunnon vaikutuksesta elämän eri osa-alueilla. Coopersmith (1967) määrittelee itsetunnon ihmisen toiminnan ja hyvinvoinnin selittäjänä. Se on osa minäkuva, johon liitetään myös ihmisen minäkäsitys. Itsetunto pitää sisällään ihmisen käsitykset omasta minäkäsityksestään ja siitä, miten tyytyväinen hän tähän on. Ahon & Laineen (1997) mukaan itsetunto ja minäkäsitys kehittyvät yhtä aikaa ja osittain päällekkäin. Minäkäsityksen katsotaan vastaavan kysymykseen, millainen olen, kun taas itsetunto enemmän siihen, millä tavoin ihminen itseään, tavoitteitaan ja arvomaailmaansa kuvailee. Lapsen minän ja minäkäsityksen ollessa samansuuntaisia, lapsen itsetunto on hyvä.

### 4.1 Vuorovaikutuksen merkitys itsetunnonkehittymiselle

Borba (1989), Reasoner (1994) ja Burn (1982) korostavat kasvattajan ja lapsen välistä suhdetta itsetunnon tukemisessa. Varhaiskasvattaja pystyy toiminnallaan ja toimintatavoillaan tukemaan lapsen itsetuntoa luoden positiivisen, arvostavan ja rakastavan suhteen, jossa lapsen positiiviset ominaisuudet huomioidaan. Varhaiskasvattajalla on arjessa paljon mahdollisuuksia kehittää lapsen itsetuntoa hyvän vuorovaikutussuhteen kautta ja sen ylläpitäminen on aikuisen vastuulla (Seaman & Giles, 2019; La Paro, Pianta & Stuhlman, 2004; Borba, 2003).

Itsetunto kehittyy vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa, ja näin ollen kasvattajan rooli on keskeinen lapsen itsetuntoa tukiessa (Aho & Heino, 2000; Borba, 2003). Lapsen elämässä vaikuttavat ihmiset ovat iso osa itsetunnon rakentumisen kannalta. Vanhempien ja kavereiden ohella varhaiskasvatuksen henkilökunta auttavat itsetuntoa rakentumaan. Lapsen itsetunnon tukemisen pohjalla on kasvattajan oma terve minäkuva ja tiedostaminen omista heikkouksista ja vahvuuksista.

Myös Hännikäisen (2017) mukaan lapsen itsetunnon lähtökohtana on aikuisen ja lapsen välinen vuorovaikutussuhde. Lapsen tunne siitä, että hän on rakastettu, arvostettu ja ymmärretty tukee itsetunnon kehitystä. Esiin nousee aikuisten herkkyyden tunnistaa lapsen tarpeet ja vastata niihin sekä olla tietoinen lapsen kehitystasosta. Jotta aikuinen pystyy järjestämään lapselle hänen kehitystasolleen sopivaa, itsetuntoa tukevaa toimintaa, tulee



hänen olla tietoinen myös lapsen mielenkiinnon kohteista. Aikuisen ja lapsen välisen vuorovaikutussuhteen takana on aikuisen herkkyys kohdata lapsi mielenkiinnolla, empatialla ja aidolla läsnäololla. Lämmin, ystävällinen ja rauhallinen vuorovaikutus lapsen kanssa sekä ystävällinen äänensävy ja myönteiset eleet tukevat lapsen itsetuntoa. Myös kehuminen, kannustaminen ja rohkaisu sekä ymmärryksen ja arvostuksen osoittaminen ovat tärkeitä lapsen kehittyvälle itsetunnolle. Fyysinen kontakti, kuten halaaminen ja sylissä pitäminen ovat yksi tärkeä vuorovaikutuksen osa-alue (Seamanin & Gilesin, 2019).

Lapsen turvallisuuden tunteen kannalta on tärkeää, että hän tietää varhaiskasvatuksessa vallitsevat rajat, säännöt ja tavat toimia (Aho & Tarkkonen, 1999; Borba, 2003).

Ennustettavasti ja johdonmukaisesti toimittaessa perusturvallisuuden tunne kasvaa. Sääntöjen ja rajojen tulee olla selkeitä ja yhdessä sovittuja. Niitä tulee aika ajoin tarkastella ja tarvittaessa muuttaa. Lapsen tulee tietää myös se, mitä sääntöjen rikkomisesta tapahtuu. Tällainen ympäristö on lapsen itsetunnon kehitykselle suotuisin.

Borba (2003) esittelee *Esteem builders* kirjassaan Rosenthalin & Jacobsonin (1968) tutkimuksen, jonka mukaan varhaiskasvatuksen henkilöstön tai opettajan odotukset lasten onnistumisen kohdalla ovat selvässä suhteessa lasten onnistumiseen. Tutkimustuloksissa käy ilmi, että opettajan uskoessa lapsen onnistuvan, hän suhtautuu lapseen positiivisesti, jolloin lapsen itsetunto vahvistuu ja lapsi todella onnistuu toiminnassa. Näin ollen opettajan odotukset lasta kohtaan ovat merkittävässä asemassa lapsen itsetunnon kehittämisessä.

## 4.2 Itsetunnon kehittyminen

Lapsen itsetunnon kehittymisen alkamisesta on erilaisia käsityksiä. Sternin (1985) mukaan se alkaa kehittyä jo lapsen ollessa 2-3-vuotias. Samankaltaisia tuloksia on saatu myös uudemmissa tutkimuksista. Tutkittaessa 5-vuotiaiden lasten itsetunnon ulottuvuuksia tulokset osoittavat, että lapsen itsetunnon elementit kehittyvät jo varhaisessa lapsuudessa paljon ennen kouluikää (Cvencek, Greenwald & Melzoff, 2016). Pienet lapset jo 2-vuotiaasta ylöspäin vertaavat itseään ja omaa toimintaansa suhteessa muihin. Ahon & Laineen (1997) mukaan herkinä aikaa lapsen itsetunnon ja minäkäsityksen kehittymiselle ovat ikävuodet 6-13. Tällöin lapsen havainnointi-, arviointi- ja päättelykyky ovat kehittyneet ja hänelle on kertynyt vertailukohteita kavereista.

Itsetunnon kehittyminen liitetään tutkimusten mukaan vahvasti ympäristöön eli lapsen kotiin, lähiympäristöön ja instituutioille, kuten varhaiskasvatukselle ja koululle (Hosogin ym., 2012). Heikko itsetunto altistaa psykologisille ja sosiaalisille ongelmille jo lapsuudessa (Gerhard, 2007). Lapsena koetun heikon itsetunnon vahventaminen on haastavaa, mutta välttämätöntä. Hyvän itsetunnon taustalla on positiivinen vuorovaikutussuhde vanhempaan sekä muihin lapsen elämässä vaikuttaviin ihmisiin, kuten varhaiskasvatuksen henkilöstöön. Varhaiset kokemukset ja varhaislapsuudessa muodostettu kiintymyssuhde ovat perusta lapsen itsetunnon kehitykselle, ja nykypäivänä yhä suurempi määrä lapsia joutuu turvautumaan välttävään tai vastustavaan kiintymysmalliin, jolloin hänelle kehittyy heikompi tunne omasta itsestä, kun turvallisesti kiintyneelle. Aikuisilla on mahdollisuus luoda lapsen elämälle hyvät lähtökohdat rakkaudella ja myönteisellä suhtautumisella.

### **4.3 Itsetuntoon liitetyjä kehityksen osa-alueita**

Varhaiskasvatusikäisten lasten itsetuntoa on tutkittu Suomessa suhteellisen vähän. Suurin osa itsetuntoon liittyvistä tutkimuksista on tehty kouluikäisille lapsille ja nuorille. Suomessa alle kouluikäisten lasten itsetuntoa ovat tutkineet Sirkku Aho & Susanna Heino (2000). Heidän tutkimuksensa ”itsetunnon vahventaminen päiväkodissa” tarkoituksena oli kuvata esiopetusikäisten lasten itsetuntoa ja tulkita niitä tekijöitä, jotka ovat yhteydessä itsetunnon muuttumiseen. Tutkimuksella pyrittiin kehittämään ja ylläpitämään lapsen itsetuntoon positiivisesti vaikuttavia toimintatapoja päiväkodissa yhden lukuvuoden ajan. Taustalla oli Borban (1989) itsetuntoteoria. Tulokset osoittivat, että lasten itsetunto kehittyi tilastollisen merkittävästi. Opettajan käsityksen mukaan perusturvallisuuden tunne kehittyi kaikilla lapsilla kokeilun aikana. Vanhemmilta kysytyiden tulosten mukaan lasten perusturvallisuuden myötä myös tehtävätietoisuuden ja pätevyyden osa-alueet kehittyivät. Poikien itsetunto vahvistui etenkin näillä osa-alueilla enemmän. Myös työpaikan ilmapiiri kehittyi enemmän itsetuntoa tukevaksi.

Kirjallisuuskatsauksessa, johon sisältyi 25 tutkimusta, havaittiin 2-20-vuotiaiden lasten ja nuorten liikunnan harrastamisen suotuisa yhteys vahvaan itsetuntoon (Ekeland, Frode, Kåre, Abbot & Nordheim, 2005). Tutkimus lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden ja mielenterveyden ongelmien yhteydestä osoitti myös, että fyysinen aktiivisuus vaikuttaa positiivisesti itsetuntoon (Bibble & Asare, 2011). Alle kouluikäisten lasten itsetunnon

kehitystä on tutkittu myös itsesäätelytaitojen kautta (Nurbety & Kurniawati Sugiyo Pranoto, 2018). Kvalitatiivinen tutkimus 36 lapsesta osoitti, että heikon itsetunnon omaavien lasten on vaikeampi säädellä omia tunteitaan. Borba (1989, 2003) liittää tunteiden säätelyn itsetuntoteoriassaan itseyden osa-alueeseen.

Lasten maailmassa kavereilla on iso vaikutus koettuun itsetuntoon (Borba, 2003). Koettu tunne siitä, että on hyväksytty joukkoon omana itsenään, on tärkeä itsetunnon muokkaaja. Borba (2003) esittelee kirjassaan *Esteem Builders*, Rubin Zickin (1980) tutkimuksen lasten sosiaalisten taitojen vahvistamisesta. Tutkimuksen mukaan tärkeitä seikkoja sosiaalisille taidoille ovat ryhmään sisään pääsy, hyväksyvä ja kannustava asenne toisia kohtaan, keskustelutaito sekä tahdikkuus ja empatiataito.

## 5 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymys

Tämän pro Gradu-tutkimuksen tavoitteena on saada tietoa siitä, miten varhaiskasvatuksen opettajat tukevat lapsen itsetunnon osa-alueita varhaiskasvatuksen arjessa. Aiemmat tutkimustulokset kertovat, että suomalaislasten itsetunto laskee merkittävästi kouluun mentäessä (Aho & Tarkkonen, 1999). Näin ollen varhaiskasvattajat ovat tärkeässä asemassa itsetunnon rakentajina. Itsetuntoa tukiessa tulee Borban (1989, 2003) mukaan tukea jokaista viidestä osa-alueesta. Vaikka osa-alueet ovat päällekkäisiä ja kehittyvät suhteessa toisiinsa, niistä jokaista tulee kehittää eri tavoin. Halusin tutkia juuri niitä tapoja, joilla varhaiskasvatuksen opettajat tukevat lapsen itsetunnon osa-alueita varhaiskasvatuksen arjessa.

Tämän tutkimuksen tutkimuskysymys on:

1. Millä tavoilla varhaiskasvatuksen opettajat tukevat lapsen itsetunnon osa-alueita varhaiskasvatuksen arjessa?

## 6 Tutkimuksen toteutus

### 6.1 Tutkimusaineiston hankkiminen

Tutkimusaineiston hankkiminen tutkimuskysymyksiin vastaamiseksi toteutettiin Webropol-kyselylomakkeen avulla. Kysely lähetettiin varhaiskasvatuksen opettajille ympäri Suomea julkaisemalla kysely Varhaiskasvatuksen opettajat Facebook-ryhmässä. Kyselylomake perustuu Borban (1989, 2003) itsetuntoteoria. Kyselylomake sisälsi kymmenen avointa väittämää sisältäen kaksi kysymystä jokaisesta itsetunnon osa-alueesta.

Tässä tutkimuksessa tutkimusasetelma on fenomenologinen eli se pystytään kohdentamaan ihmisen kokemuksiin ja ihmiselle tärkeiksi koetuista asioita (Tuomi & Sarajärvi, 2009; Metsämuuronen, 2003). Fenomenologisessa tutkimuksessa tutkimuksen kohde nähdään jokaisen vastaajan omaan koettuun maailmaan liittyvänä, inhimillisenä kokemuksena. Ihmisen suhde maailmaan on tarkoituksenmukainen ja erilaisten kokemusten myötä merkityksellinen (Sarajärvi, 2018). Tässä tutkimuksessa nousee esiin varhaiskasvattajien kokemukset lapsen itsetunnon osa-alueiden tukemisesta ja jokaisessa vastauksessa näyttäytyy varhaiskasvatuksen opettajan henkilökohtainen toimintatapa työssään.

Tutkimukseni on laadullinen kyselytutkimus, jossa ei pyritty mahdollisimman suureen vastaajamäärään. Laadullisessa tutkimuksessa pyritään ymmärtämään, analysoimaan ja pohtimaan jotakin asiaa perusteellisesti (Hirsjärvi & Hurme, 2008). Tilastollisten yleistysten sijaan tutkimusjoukko on suppeampi ja ihmisten omat ajatukset ja kokemukset tulevat esiin.

Kyselylomakkeeseen vastaaminen on mobiililaitteella tai tietokoneella helppoa ja jokaiseen kysymykseen vastaaja sai vastata minkä mittaisen vastauksen tahansa. Työajan ulkopuolella tapahtuva vastaaminen on ehkä vähemmän työllistävää sen perustuessa vapaaehtoisuuteen. Varhaiskasvatuksen opettajat Facebook-ryhmä on hyvin aktiivinen ryhmä, jossa on oman kokemukseni mukaan paljon asiallista keskustelua ajankohtaisista varhaiskasvatusta koskevista aiheista. Näin ollen valitsin juuri tämän ryhmän tutkimukseni aineistoksi. Internetissä täytettävän kyselytutkimuksen haasteena on myös se, että minulla ei ole varmuutta vastaajien koulutuksesta tai kyselyyn vastaamiseen käytetystä ajasta ja tarkkuudesta. Varhaiskasvatuksen opettajat-Facebook ryhmän jäsenenä voi olla minkä tahansa koulutuksen omaava henkilö. Facebookissa tehty kyselytutkimus myös rajaa pois kaikki ne

henkilöt, jotka eivät ole kyseisessä ryhmässä tai rekisteröityneitä Facebookiin. Facebook-kyselyn avulla sain tutkimukseni vastaukset nopealla aikataululla.

## 6.2 Aineiston analysointi

Aineiston analysoimiseen käytän teorialähtöistä sisällönanalyysia (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Sisällönanalyysi on mahdollista muodostaa teorialähtöisesti, kun aineiston analyysin luokittelu on sidoksissa esimerkiksi johonkin aikaisempaan teoriaan, käsitejärjestelmään tai malliin. Teorialähtöisessä sisällönanalyysissa ensimmäisenä vaiheena on analyysirungon tekeminen. Analyysirungon sisälle muodostetaan erilaisia luokituksia tai kategorioita, jolloin aineistosta on mahdollista nostaa esiin samoja asioita, joita taustalla käyttämässä teoriassa, käsitejärjestelmässä tai mallissa nousee esiin. Vastaavasti on mahdollista luokitella poisjäävät asiat ja muodostaa niistä omia luokkia. Oman tutkimukseni analyysirungossa kävin jokaisen itsetunnon osa-alueeseen liittyvän väittämän läpi ja etsin vastauksista yhteneväisyyksiä Borban (1989, 2003) itsetuntoteorian osa-alueisiin.

Teorialähtöinen sisällönanalyysi valikoitu analysointi menetelmäksi, sillä kysymykset nojaavat vahvasti valmiiseen teoriataustaan ja itsetuntoteoriassa nousee hyvin selkeästi esiin eri osa-alueisiin kuuluvat asiat. Teorialähtöinen sisällönanalyysi perustuu valmiiseen tutkittuun tietoon, tässä tutkimuksessa Borban itsetuntoteoriaa.

## 6.3 Itsetunnon osa-alueet kyselylomakkeen taustalla

Kyselylomakkeeni väittämät perustuvat Borban itsetuntoteoriaan (1989, 2003) ja jokaisesta itsetunnon osa-alueesta on kaksi väittämää. Perusturvallisuuden tunteeseen liittyvät väittämät ovat kyselylomakkeen väittämät ”Lapsi välttelee kontaktia aikuiseen” ja ”Lapsi on itkuinen”. Perusturvallisuuden tunne syntyy lapsen ja aikuisen välisessä turvallisessa ja positiivisessa ilmapiirissä. Kun tämä ilmapiiri puuttuu, lapsi on pelokas, eikä ole kontaktissa aikuiseen. Tällöin lapsi on myös usein itkuinen ilman näkyvää syytä. Aikuinen voi parantaa suhdetta lapseen hyvän vuorovaikutuksen ja turvallisen läsnäolon kautta. Lapsen kehuminen ja kannustaminen on ensiarvoisen tärkeää, kuten myös lapselle annettu positiivinen palaute. Perusturvallisuuden tunnetta vahvistaa lapsen tiedossa olevat säännöt ja rajat sekä aikuisen esimerkki siitä, että kaikki tunteet ovat sallittuja.

Itsensä tiedostamisen osa-alueesta kyselylomakkeessa on väittämät ”Lapsen on vaikea vastaanottaa positiivista palautetta” ja ”Lapsen on vaikea näyttää tunteitaan”. Itsensä tiedostamisen lähtökohtana on tietoisuus omista tunteista, tunteiden ilmaiseminen ja hallinta. Näiden taitojen opettelu myötä lapsen itsetunto alkaa rakentumaan. Jos lapsi on omaksunut vain negatiivisia tunteita itseään kohtaan, hänen on vaikea ottaa vastaan positiivista palautetta itsestään tai antamaan sitä muille.

Liittymisen ulottuvuudesta kyselylomakkeeseen muodostin väittämät ”Lapsi on arka liittymään leikkiin toisten kanssa” ja ”Lapsen on vaikea toimia yhdessä toisten lasten kanssa”. Liittymisen ulottuvuuden taustalla on vahvasti sosiaaliset suhteet ja etenkin suhteet vertaisiin. Lapsi vertaa itseään suhteessa muihin ja luo toisten ihmisten avulla realistista kuvaa itsestään. Liittymisen ulottuvuuden ollessa heikko, lapsi ei pääse liittymään toisten leikkiin mukaan tai ylläpitää leikkiä ilman aikuisen apua.

Tehtävä- ja tavoitetietoisuuden ulottuvuudesta tein väittämät ”Lapsella on vaikeuksia aloittaa tehtävien tekeminen” ja ”Lapsen on vaikea pitää motivaatiota yllä tehtäviä tehdessä”. Tehtävä- ja tavoitetietoisuuden osa-alueen ollessa vahva, lapsi pystyy asettamaan itselleen tavoitteita ja tehdä töitä saavuttaakseen ne. Onnistumisen kokemukset lisäävät motivaatiota asettaa aina haasteellisempia tavoitteita.

Pätevyyden tunteen ulottuvuudesta lauseina oli ”Lapsi pelkää epäonnistumisia” ja ”Lapsi pelkää uusia asioita”. Pätevyyden- ja tehtävä- ja tavoitetietoisuuden ulottuvuudet menevät muiden ulottuvuuksien tavoin paljolti päällekkäin. Kun lapsi pelkää epäonnistumisia, hän ei uskalla asettaa itselleen tavoitteita tai mennä niitä kohti. Näin hän ei saa onnistumisen kokemuksia, eikä pätevyyden tunne lisäänty. Tästä syystä myös uudet asiat ovat pelottavia.

#### **6.4 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus**

Tutkimuksen eettisyyden takia on tärkeää kertoa rehellisesti tutkimuksen tarkoituksesta ja mm. tietojen säilyttämisestä, tulosten analysoinnista ja tutkimuksen julkaisusta (Suomen Akatemian tutkimuseettiset ohjeet, 2008). Tietosuojalomakkeessa (Liite 1) kerroin, että tutkimuksessani ei kysytä henkilötietoja, vaan vastaaminen tapahtuu täysin anonymisti, ja että tutkimukseen osallistuneiden vastaukset poistuvat minulta heti tutkimuksen valmistuttua.

Kerroin myös, että säilytän tuloksia Turun yliopiston Seafire-tiedostossa, jossa vastaukset näkevät vain minä ja opinnäytettä ohjaava lehtorini. Selitin myös tutkimuksen tarkoituksen ja kerroin, milloin tutkimus alustavasti on valmistumassa. Kerroin, että tutkimuksesta on mahdollista kieltäytyä missä vaiheessa tahansa ilmoittamalla siitä minulle sähköpostitse. Tutkimuksen jokaisessa vaiheessa on pyritty noudattamaan hyviä eettisiä periaatteita (TENK, 2012).



## 7 Tutkimustulokset ja niiden tulkinta

Julkaisin Facebook-ryhmässä linkin kyselylomakkeeseen kaksi kertaa, sillä ryhmään tulee päivittäin paljon julkaisuja. Julkaisussa kerroin tutkimukseni tarkoituksesta sekä mainitsin tutkimukseni perustuvan Borban (1989, 2003) itsetuntoteoriaan. Molemmilla kerroilla sain kyselyyn vastauksia siten, että yhteensä 21 vastaajaa täytti kyselylomakkeen alusta loppuun ja vastausten pituus vaihteli paljon vastaajien välillä. Kyselylomakkeestani ei voi identifioida vastaajien ikää, sukupuolta, työkokemusta tai varmaa ammattia, koska vastaaminen tapahtui täysin anonymisti ilman mitään taustatietoja. Oletin ihmisten vastaavan avoimesti ja rehellisesti. Tutkimuksessani tutkin juuri varhaiskasvatuksen opettajia, sillä itsetunnon tukemisen mahdollistamiseen vaikuttaa paljon juuri opettajan pedagoginen vastuu ryhmän toiminnasta. Halusin myös tutkia samaa koulutustaustaa omaavia henkilöitä kuin itselläni, jotta saisin keinoja omaan ja oman ammattiryhmäni työhön varhaiskasvatuksen opettajana.

### 7.1 Perusturvallisuus

Väittämä 1: Lapsi välttelee kontaktia aikuiseen

Perusturvallisuuden osa-alueessa jokainen vastaus mukaili Borban (1989, 2003) itsetuntoteoriaa ensimmäisessä väittämässä. Vastauksissa (N=21) nousi esiin lämmin vuorovaikutussuhde lapsen ja aikuisen välillä Borban itsetuntoteorian mukaisesti sekä lapsen kannustaminen ja kuuleminen sekä läsnäolo ja sensitiivisyys lasta kohtaan (n=20).

Esimerkki:

*Annan lapselle aikaa tottua minuun. Luon häneen suhdetta kehumalla lasta pienistäkin onnistumisista ja yrittämisestä. Viestitän lapselle, että hän saa olla juuri sellainen kun on.*

Useissa vastauksissa kuvailtiin aikuisen huomioivan lapsi hymyllä, kehulla ja kannustuksella. Kaksi vastaajaa nosti esiin kontaktin luomisen käsinuken avulla. Borban itsetuntoteorian mukaan juuri hymy, kehu ja kannustus ovat tärkeitä perusturvallisuuden osa-alueessa. Borba nostaa esiin myös draaman lapsen perusturvallisuuden osa-alueen rakentumisessa, esimerkiksi käsinuken avulla. Yhdessä vastauksessa nousi esiin tunnemittari ja tunteiden näyttäminen. Borban itsetuntoteorian mukaan tunnetaitojen harjoittelu on osa itsensä tiedostamisen osa- aluetta, ei perusturvallisuuden ulottuvuutta.

Esimerkki:

*Päiväpiirissä jokainen lapsi osallistuu omalla tavallaan, esim. Tunnemittari seinällä, josta voi näyttää tunteensa... jokaiselle lapselle annetaan vuoro vastata ja muut kuuntelevat/katsovat. Jokainen osallistuu toimintaan omalla tavallaan. Lapsikokouksissa äänestetään sanoilla, palikoilla, peukulla ym... jolloin lapsen ääni pääsee kuuluviin.*

Kaksi vastaajaa nosti esiin vanhempien kanssa tehtävän yhteistyön ja heiltä saatavan avun päästä kontaktiin lapsen kanssa. Borba korostaa itsetuntoteoriassaan vanhempien kanssa tehtävää yhteistyötä lapsen hyväksi.

Väittämä 2: Lapsi on itkuinen

Toisessa väittämässä koskien perusturvallisuuden ulottuvuutta nousi esiin syli (n=14).

Vastaajat kuvailivat sylin, lohdutuksen ja aikuisen läheisyyden tärkeäksi. Nämä vastaukset ovat Borban (1989, 2003) itsetuntoteorian mukaisia.

Esimerkki:

*Syliä! Ei syytellä. Jutellaan harmista. Luomalla turvallisen ilmapiirin voidaan vaikuttaa siihen, että lapsi uskaltaa avautua vaikeistakin asioista. Luottamuksen rakentaminen vie aikaa.*

Vastauksessa nousee hyvin esiin turvallinen ja sensitiivisen ilmapiirin luominen ja luottamuksen rakentaminen. Myös tässä perusturvallisuuden ulottuvuutta koskevassa kysymyksessä nousee vahvasti esiin tunnetaidot. Borba liittyy tunnetaidot, kuten tunteiden sanoittamisen itsensä tiedostamisen osa-alueeseen, ei perusturvallisuuden osa-alueeseen.

Esimerkki:

*Sanoitan tunnetilaa, sekä sanoittamalla, että kaikki tunnetilat ovat sallittuja, luon rauhallisen ilmapiirin, lohdutan, mahdollistan sylkyttelyn jos lapsi haluaa.*

*Jos itkuisuutta on paljon keskustelen huoltajan kanssa aika pian, mikä näkemys heillä on asiasta ja mikä voisi auttaa.*

Tunteiden sanottaminen nousi esiin yhdeksässä vastauksessa. Kolme vastaajaa nostivat esiin myös itkuun liittyvän koti-ikävä.

## 7.2 Itsensä tiedostaminen

Väittämä 1: Lapsen on vaikea vastaanottaa positiivista

Vastauksissa nousi esiin henkilökohtaisen palautteen antaminen lapselle. Verbaalisen palautteen antaminen nousi esiin miltei puolessa vastauksista (n=10).

Esimerkki:

*Antamalla palautteen kahden kesken aluksi ja siitä lähtee positiiviseen palautteeseen ryhmän kuullen.*

Seitsemässä vastauksessa nousi esiin nonverbaalein keinoin annettava palaute, kuten peukun näyttäminen. Verbaaliset- ja nonverbaaliset keinot nousevat esiin myös Borban (1989, 2003) itsetuntoteoriassa palautteen antamisen apuna.

Esimerkki:

*Jatkan positiivisen palautteen antamista, pienin annoksin ja lapselle sopivimmalla tavalla (riippuu vähän mistä tämä johtuu). Voin antaa palautetta tarvittaessa myös sanattomasti: hymyin, nyökkäyksin tai peukuin.*

Tunnetaitojen harjoittelu nousi esiin myös tässä osa-alueessa, toisaalta suoraan sanottuna vain kaksi kertaa. Itsensä tiedostamisen osa-alueeseen Borba nostaa tunnetaitojen harjoittelun. Tähän väittämään tuli vähän vastauksia tunnetaitoihin liittyen.

Väittämä 2: Lapsen on vaikea näyttää tunteitaan

Vastaajat kuvailivat paljon erilaisia tunnekasvatukseen liittyviä toimintatapoja, kuten tunnekorttien käyttö, tunteiden piirtäminen ja erilaisten tunteiden näyttäminen, tunteiden

sanoittaminen ja erilaisista tunteista puhuminen. Vastauksissa mainittiin myös draama keinona tunnetaitojen harjoitteluun (n=2) Borban (1989, 2003) mukaisesti.

Esimerkki:

*Tunnekortit, kirjat, draamat tms tueksi. Keskustellaan tunteista, sillä voi olla ettei lapsi esimerkiksi tunnista omia tunteitaan eikä siis myöskään osaa tuoda niitä ilmi.*

Vastauksissa kuvaillaan Borban itsetuntoteorian tavoin, että kaikki tunteet ovat sallittuja ja ne hyväksytään. Kolmessa vastauksessa nousee esiin myös omien tunteiden näyttäminen. Borban itsetuntoteoriassa pidetään tärkeänä itsensä tiedostamisen osa-alueessa tunteiden näyttämistä, sallimista ja hyväksymistä. Hän myös nostaa esiin juuri omien tunteiden esiin tuomisen.

Esimerkki:

*Malli, aikuinen näyttää tunteitaan. Hyväksyy kaikki lapsien näyttämät tunteet. Raivoon tai aggressiivisuuteen täytyy tietenkin puuttua ja miettiä mihin muuhun sen voisi purkaa. Voi itkeä, nauraa, hassutella, olla surullinen. Opetellaan sanoittamaan ja tunnistamaan tunteita.*

### 7.3 Liittyminen

Väittämä 1: Lapsen on vaikea toimia sovussa toisten kanssa.

Vastaukset ensimmäiseen väittämään ovat osittain Borban (1989, 2003) itsetuntoteorian mukaisia. Niissä nousi esiin varhaiskasvatuksen opettajan rooli leikin ohjaajana, järjestäjänä ja tukijana.

Esimerkki:

*Menen mukaan leikkiin ja varmistan, että kaikki leikkijät saavat vaihdellen erilaisia rooleja leikissä. Mallinnan leikin sääntöjä ja juonta. Nostan esille lapsen kykyjä ja huippuhetkiä ja kehittymistä.*

Vastauksissa nousi esiin myös itsensä tiedostamisen ulottuvuuden tavoin tunnetaidot (n=5). Borba ei nosta niitä esiin liittymisen ulottuvuudessa.

Esimerkki:

*Tunnetaitojen opettelulla yhdessä. Aikuisen sensitiivinen läsnäolo on olennaista koko ryhmän kannalta.*”.

Vastauksissa nousee esiin myös sensitiivisyys ja aikuisen läsnäolo, joka tuli vahvasti esille myös perusturvallisuuden osa-alueessa. Lapsen kehuminen ja kannustaminen nousi esiin miltei puolissa vastauksista (n=8). Sensitiivisyys, läsnäolo, kehuminen ja kannustaminen Borba nostaa esiin perusturvallisuuden osa-alueessa, ei liittymisen osa-alueessa. Tässä kohdassa vastaukset eivät olleen liittymisen osa-alueen mukaisia.

Väittämä 2: Lapsi on arka liittymään leikkiin muiden kanssa

Tässä väittämässä vastaajat vastasivat Borban (1989, 2003) itsetuntoteorian mukaisesti. Miltei kaikissa vastauksissa mainittiin, että aikuinen menee lapsen kanssa leikkiin mukaan (n=19). Valtaosassa näissä vastauksissa opettajat kuvailivat olevansa leikin alullepanijoita ja kannattelijoita. Vastauksissa nousi esiin myös pedagogiset järjestelyt, kuten leikkikavereiden valinta yhdessä lapsen kanssa tai mahdollisesti jo etukäteen ennen leikkiä opettajan miettimänä.

Esimerkki:

*Olen mukana lapsen tukena eli menemme yhdessä leikkiin. Leikimme pienryhmissä.*

Vastauksissa nousi esiin myös lapsiryhmän kanssa keskustelu siitä, miten leikkiin liitytään. Vastaajat antoivat esimerkiksi, että käyttävät kuvia apuna leikistä puhuttaessa.

Esimerkki:

*Kuvatuki ja keskustelu siitä, miten leikkiin liitytään. Mennään yhdessä, kysytään yhdessä. Seurataan leikkiä, varovaisin askelin mennään ensin viereen leikkimään ottamalla pieniä kontakteja muihin leikkijöihin. Muistan leikkiä mukana enkä jätä lapsia tai lasta selviytymään tilanteesta yksin.*

## 7.4 Tehtävä- ja tavoitetietoisuus

Väittämä 1: Lapsen on vaikea ryhtyä toimimaan annettujen ohjeiden mukaisesti.

Varhaiskasvatuksen opettajien vastauksissa nousi esiin pienryhmätoiminta (n=3), kannustus ja kehu (n=7) sekä kuvatuki (n=8).

Esimerkki:

*Annan lapselle keinoja, joiden avulla hänen on helpompi lähteä toimimaan ohjeiden mukaan esim. kuvatuki ja omat, pilkotut ohjeet. Kehun onnistumisista ja yrittämisestä. Aikuinen on tukena näissä tilanteissa.*

Myös ympäristön rauhoittaminen (n=1) ja kiireettömyyden luominen (n=2). Vastauksissa nousi esiin juuri Borban (1989, 2003) itsetuntoteoriassa esiin tulleita opettajan pedagogisia toimia lapsen tehtävä- ja tavoitetietoisuuden osa-alueen kehittämiseksi. Vastakset ovat itsetuntoteorian mukaisia.

Esimerkki:

*Valitsen lapset jotka ovat vieressä tai pienryhmässä. Käytän lyhyitä lauseita ja kuvia tukena. Leikitään puhutun kielen kanssa. Tarpeen vaatiessa ohjeistan uudestaan vain häntä. Rauhoitan ympäristön niin, että hänen on helpompi keskittyä.*

Väittämä 2: Lapsen on vaikea ylläpitää motivaatiota toiminnan aikana

Myös tässä tehtävä- ja tavoitetietoisuuden osa-alueessa vastaukset mukailivat Borban (1989, 2003) itsetuntoteoriaa. Vastajaat kuvailivat erilaisia pedagogisia toimia helpottamaan lasta. Varhaiskasvatuksen opettajat nostivat esiin toiminnan suunnittelun tärkeyden lapselle mielekkääksi. Kahdessa vastauksessa mainittiin painokoiran tai tunnustelupussin antaminen lapselle käteen, jotta keskittyminen olisi helpompaa. Myös toiminnan pilkkominen osiin (n=5) ja kehuminen nousi esiin monta kertaa (n=7). Vastajaat mainitsivat motivaation ylläpitämiseksi myös lapsen palkitsemisen (n=3).

Esimerkki:

*Toiminnassa tulee ottaa huomioon sellasia asioita, joilla lapsen motivaatio saadaan pysymään siinä. Kehuminen ja positiivinen kannustaminen jo toiminnan alusta alkaen voivat motivoida lasta. Myös palkkioiden käyttäminen mahdollista.*

Yksi vastaaja mietti myös, miten voisi kehittää omaa toimintaansa lapselle mielenkiintoisemmaksi.

Esimerkki:

*Miettisin onko toiminnassa jotain muutettavaa, kuten liian vähän liikkumista, osallisuutta tai lapsia kiinnostavia asioita. Apuvälineet istuessa, kuten näppylätyyny tai räpeltävä lelu kädessä. Aikuinen vieressä tukena.”*

## 7.5 Pätevyys

Väittämä 1: Lapsi pelkää epäonnistumisia

Puolessa vastauksia mainittiin lapsen kannustaminen (n=11) ja kehuminen (n=8). Nämä asiat ovat Borban (1989, 2003) itsetuntoteorian mukaisia.

Esimerkki:

*Kannustamalla, kehumalla, harjoittelemalla lapsen kanssa tilanteita, joissa lapsi on kokenut epäonnistumisen tunteita.*

Yhdessä vastauksessa pohdittiin myös sitä, mikä ylipäättään on epäonnistumista. Myös tähän väittämään tuli vastauksia tunnetaidoista. Varhaiskasvatuksen opettajat kuvailivat, että käydään läpi miltä epäonnistumisesta seuraava harmitus lapsesta tuntuu (n=6). Pätevyyden osa-alueessa tunnetaidot tulevat esiin onnistumisen ja epäonnistumisen tunteina, jotka muokkaavat lapsen käsitystä omasta pätevyydestä. Vastaukset ovat Borban (1989, 2003) itsetuntoteorian mukaisia.

Esimerkki:

*Positiivisen kautta. Kannustamalla ja kokeilemalla. Palkitsemalla häntä, kun uskaltaa kokeilla. Puhumalla epäonnistumisesta, että sellainen on sallittua.*

## Väittämä 2: Lapsi pelkää uusia tilanteita

Myös tässä väittämässä vastaukset olivat Borban (1989, 2003) itsetuntoteorian mukaisia. Miltei puolessa vastauksia mainittiin ennakointi uusiin tilanteisiin mentäessä (n=8).

Esimerkki:

*Ennakoin, kerron mitä on luvassa, olen sensitiivinen. Ei saa pakottaa mihinkään.*

Toisaalta yhdessä vastauksessa nostettiin esiin joidenkin lasten tapa stressata asioita etukäteen ja näin ollen ennakointi liian aikaisin koettiin huonona. Miltei kaikissa vastauksissa nousi esiin tukena oleva ja kannustava aikuinen, joka menee lapsen mukana uusiin tilanteisiin (n=19).

Esimerkki:

*Olen lapsen tukena uusissa tilanteissa. Sanotan, mitä tapahtuu. Tuntiessani lapsen saatan myös kertoa etukäteen uudesta tilanteesta, mikäli koen että se auttaa lasta. Jotkut lapset saattavat murehtia ja stressata asiaa turhaankin etukäteen, jolloin on parempi olla kertomatta asiasta. Mielestäni on tärkeää, että lapsi saa kokemuksia uusista tilanteista, jotka eivät ole ylivoimaisia ja joissa aikuinen on tukena. Näin lapsi saa kokemuksia selviytymisestä uusissa tilanteissa.*

Osassa vastauksia nousi esiin myös se, että mihinkään uuteen toimintaan ei tule pakottaa lasta (n=4).



## 8 Pohdinta

Varhaiskasvatuksen opettajat kuvailivat tukevansa lapsen itsetuntoa perusturvallisuuden osa- aluetta koskevissa väittämässä lämpimän vuorovaikutussuhteen, läsnäolon sekä kehu- ja kannustuksen kautta. Borban (1989, 2003) tavoin myös Hännikäinen (2017) on nostanut esiin vuorovaikutuksen merkityksen lapsen itsetuntoa tukeessa. Vastauksissa nousi esiin sylin tärkeys lapsen ollessa itkuinen. Itsensä tiedostamisen osa-alueessa varhaiskasvatuksen opettajat kertoivat käyttävän kehumiseen verbaalisia keinoja ja tunnetaitojen opettelua. Väittämässä koskien liittymisen osa- aluetta nousi esiin varhaiskasvatuksen opettajan rooli leikin rakentajana ja kannattelijana. Tehtävä- ja tavoitesuuntautumisen ulottuvuudessa varhaiskasvatuksen opettajat kuvailivat erilaisia tukitoimia, kuten pienryhmätoimintaa ja kuvatukea. Esillä oli myös vahvasti kannustaminen ja kehuminen. Lapsen kannustaminen ja kehuminen tulivat esiin myös pätevyyden osa-alueessa. Varhaiskasvatuksen opettajat kuvailivat oman roolinsa olevan tärkeä, kun lapsi on uusien asioiden edessä.

Varhaiskasvatuksen opettajien vastauksissa on jokaisen ulottuvuuden kohdalla nähtävillä perusturvallisuuden ulottuvuus. Kuten jo mainittu, se on itsetunnon rakentumisen pohjana (Borba, 1989, 2003). Perusturvallisuuden tunteen lisäksi vastauksissa näkyi paljon itsensä tiedostamisen ulottuvuutta, kuten tunnetaitojen opettelua. Itsensä tiedostamisen ulottuvuuden osa-alueeseen kuuluvia keinoja näkyi mm. liittymisen ja pätevyyden ulottuvuuksissa. Pätevyyden tunteen ulottuvuuden kyselyyn vastanneet määrittivät Borban (1989, 2003) itsetuntoteorian mukaan. Tehtävä- ja tavoitetietoisuuden ulottuvuudessa varhaiskasvatuksen opettajat kuvailivat erilaisia keinoja tukea lasta pääsemään kohti tavoitteitaan.

Tunnetaidot ja tunteiden käsittely tulivat vahvasti esille miltei kaikissa vastauksissa. Myös konkreettisina menetelminä nousi esiin tunnekortit, tunnemittarit ja tunteista puhuminen. Tunnetaidot ovat olleet jo jonkin aikaa hyvin esillä varhaiskasvatuksessa ja se saattaa näkyä myös vastauksissa. Selvästi varhaiskasvatuksen opettajat tiedostavat, miten lapsen itsetuntoa tuetaan Borban (1989, 2003) itsetuntoteorian mukaan, mutta menetelmän osa-alueet eivät aina täsmää. Itsetuntoteorian mukaan tunnetaitoja käytetään lähinnä itsensä tiedostamisen osa- alueen kehittämiseen. Osa-alueet kehittyvät päällekkäin ja suhteessa toisiinsa, joten tunnetaidot tukevat osaltaan myös muiden osa-alueiden kehittymistä.

Tutkimukseni vahvuutena koen sen vahvan teorialähtöisen perustuvuuden Borban (1989, 2003) itsetuntoteoriaan. Kyselylomake tutkimusaineiston hankkimiseksi laadittiin Borban itsetuntoteorian mukaisesti, niin että jokainen osa-alue on huomioitu kahden eri väittämän avulla. Heikkoutena tutkimuksessa on tutkimusaineiston hankkiminen Facebook-kyselyllä. Näin ei ole varmuutta vastaajien koulutustaustasta. Sekä vahvuutena, että heikkoutena on pitkä, avoimia kysymyksiä sisältävä kyselylomake. Toisaalta sen avulla sain laajojakin vastauksia ja paljon tietoa. Varhaiskasvatuksen opettajien mielipiteet ja toimintatavat tulivat esiin. Toisaalta se taas saattoi karsia vastaajia, sillä siihen meni enemmän aikaa. Se myös saattoi vaikuttaa siihen, miten hyvin viimeisiin väittämiin enää jaksettiin vastata. Tutkimus ei ole kovin yleistettävissä, sillä vastaajia on suhteellisen vähän. Tutkimuksen eettisyys on ollut tarkoin harkittua koko tutkimuksen tekemisen ajan. Tutkimuksessa ei ole kerätty mitään taustatietoja, joten vastaajia ei ole mahdollista identifioida.

Borban (1989, 2003) tutkimuksissa on käynyt ilmi, miten monet lapset aloittavat koulutaipaleensa ilman itsetunnon kehitykselle olennaisia taitoja ja näin itsetunto on heikko. Suomalaistutkimuksissa näyttäytyy lasten alhainen itsetunto, joka saattaa vielä heikentyä alasteen aikana (Aho & Tarkkonen, 1999). Näin ollen varhaiskasvatuksen henkilöstön merkitys lapsen itsetunnon rakentumisessa ja sen osa-alueiden tukemisessa korostuu. Itsetunnon laajan merkityksen vuoksi olisi tärkeää, että se tulisi esiin varhaiskasvatusta ohjaavissa asiakirjoissa vielä paremmin määriteltynä. VASU:n (2018) mukainen lapsen kuuleminen ja näkeminen sekä ainutlaatuisuuden kunnioittaminen ei ole riittävää Borban (1989, 2003) itsetuntoteorian mukaan vahvan itsetunnon rakentumiseen. Aikuisen ja lapsen välinen positiivinen vuorovaikutus on itsetunnon perusta, mutta se ei yksistään riitä tukemaan jokaista itsetunnon osa-aluetta. Varhaiskasvatuksen ollessa monelle lapselle suuri osa arkea elämän ensimmäisinä vuosina, on sen tehtävä itsetunnon tukemisessa merkityksellinen (Bodrova & Leong, 2005).

Olisi mielenkiintoista tutkia lapsen itsetunnon tukemista havainnoimalla varhaiskasvatuksen opettajia työssään. Paljonko päivässä löytyisi määrällisesti lapsen itsetunnon tukemista Borban (1989, 2003) itsetuntoteorian mukaan. Kyselylomakkeeseen on helppo vastata siten, miten itse haluaisi toimia eri tilanteissa, eikä se aina välttämättä kuvaa sitä, miten oikeasti arjessa toimii. Havainnoinnin avulla saisi selville myös sen, miten eri osa-alueet otetaan huomioon päiväkodin arjessa. Olisi ylipäättään mielenkiintoista tutkia havainnoinnin kautta lapsen ja aikuisen välistä vuorovaikutusta itsetunnon kehittymisen näkökulmasta.

Tutkimukseni osoitti minulle, miten valtavan laaja aihe itsetunto on, ja miten siihen liittyy paljon erilaisia huomioitavia asioita. Me varhaiskasvatuksen opettajat olemme suuren tehtävän edessä auttaessamme lapsia löytämään oman potentiaalinsa ja rakentamaan pienten ihmisten itsetuntoa vahvaksi elämää varten. Borba (2003) siteeraakin Henry Adamsia sanoin; *Opettajan vaikutus lapsen elämään on mittaamattoman suuri, eikä sen vaikutuksen loppumista osaa kukaan sanoa.*

## Lähteet

- Aho, S. & Tarkkonen, H. (2000). Itsetuntoharjoituksia esi- ja alkukasvatusikäisille. Turun Opettajankoulutuslaitos.
- Aho, S. & Heino, S. (2000). *Itsetunnon vahventaminen päiväkodissa*. Turku: Painosalama Oy
- Beane, J. & Lipka, R. (1968). *Self-Concept, Self-Esteem and the Curriculum*. New York: Teachers College Press.
- Bibble, S. & Asare, M. (2011). Physical activity and mental health in children and adolescents: a review of reviews. *Psychology of sport and Exercise*, 45(11), 886-95.
- Bodrova, E. & Leong, D. (2005). High quality preschool programs: What would Vygotsky say? *Early Education & Development*, 16(4), 435–443.
- Borba, M. (1989). *Esteem Builders*. California: Jalmar Press.
- Borba, M. (2003). *Esteem Builders*. California: Jalmar Press.
- Burns, R.B. (1975) Attitudes to self and to three categories of others in a student group, *Educational Studies*, 5(11), 181-189.
- Chapman, J. & Tummer, W. (1995) Development of Young Children`s Reading Self-Concepts: An Examination of Emerging Subcomponents and Their Relationship With Reading Achievement, *Journal of Educational Psychology*, 87(1), 154–167.
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of self-esteem*. San Francisco: W.H. Freeman.
- Combs, H. & Snygg, D. (1959). *Individual Behavior*. New York: Harper & Row.
- Cvencek, D., Greenwald, A. & Melzoff, A. (2016). Implicit measures for preschool children confirm self-esteem`s role in maintaining a balanced identity. *Journal of Experimental Social Psychology*, (1)62, 50-57.

Dion, K. (1973) Young children`s Stereotyping of facial Attractiveness, *Developmental Psychology*, 9(2), 183-188.

Ekeland, E., Heian, F., Hagen, K., Abbot, J. & Nordheim, L. (2005). Exercise to improve self-esteem in Children and Young people. *National Library of Medicine*, 1(1), 1-52.

EOPS 2014: *Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014*. Määräykset ja ohjeet 2016:1. Opetushallitus. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.

Gerhardt, Sue. (2007). *Rakkaus ratkaisee – Varhaisen vuorovaikutuksen merkitys aivojen kehitymiselle*. Helsinki: Edita Prima Oy.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2008. Tutkimushaastattelu. *Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Helsinki: Yliopistopaino.

Hosogi, M., Okada, A., Fujii, C., Noguchi, K. & Watanabe, K. (2012). Importance and usefulness of evaluating self-esteem in children. *BioPsychoSocial Medicine*, 6(9), 1-6.

Hännikäinen, M. (2017). Kasvattajan pedagoginen herkkyys ja pienten lasten emotionaalinen hyvinvointi päiväkotiryhmissä. *Oppimisen ja oppimisvaikeuksien erityislehti: NMI-Bulletin*, 27(1), 54-63.

La Paro, K., Pianta, R. & Stuhlman, M. (2004). The classroom assessment scoring system [CLASS]: Findings from the pre-kindergarten year. *The Elementary School Journal*, 104(5), 409-426.

Langlois, J. & Stephen, C. (1977). The effects of Physical Attractiveness and Ethnicity on Children`s Behavior Attributions and Peer Preferences. *Child Development*, 48(4), 183-188.

Maslow, Abraham. (1968) *Towards a Psychology of being*. New York: Van Nostrand.

McDonald, K. (1980) Enhancing a Child`s Positive Self-Concept. Self-Concept in the young Child: An Antology. *Provo UT: Brigham Young University Press*, 19(4), 52.

Metsämuuronen, J. (2008) Laadullisen tutkimuksen perusteet. Helsinki: International Methelp Ky.

Nurbety, E. & Kurniawati Sugiyo Pranoto, Y. (2018) Relationship between Self Regulation with self-Esteem of Early Childhood Education in Kindergarten Islamic Integrated Bina Amal Semarang City. *Early Childhood Education Papers*, 6(9), 1-6.

Reason, R. (1982) Building Self-Esteem: A Comprehensive Program. Palo Alto CA: Consulting Psychologists Press.

Seaman, H. & Giles, P. (2019). Supporting children's social and emotional well-being in the early years: an exploration of practitioners' perceptions. *Early Child Development and Care*. Julkaistu ennakkoon verkossa. doi: [10.1080/03004430.2019.1649668](https://doi.org/10.1080/03004430.2019.1649668)

Shavelson, R., Hubner, J. & Stanton, G. (1976). "Self Concept: Validation of Construct Interpretations". *Educational Research*, 46(3), 407-441.

Slutzky, C. & Simpskins, S. (2009). The link between children's sport participation and self-esteem: Exploring the mediating role of sport self-concept. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(3), 381-389.

Suomen akatemia. (2003) *Suomen akatemian tutkimuseettiset ohjeet*.

<https://www.aka.fi/globalassets/awanhat/documents/tiedostot/julkaisut/suomen-akatemia-eettiset-ohjeet-2003.pdf>

Toivakka, S. & Maasola, M. (2012). *Itsetunto kohdalleen! Harjoituksia itsetuntemuksen ja vuorovaikutustaitojen oppimiseen*. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. (2012). *Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitleminen Suomessa*.

[https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf)

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Varhaiskasvatustalaki 540/2018, 3 §; Varhaiskasvatuksen tavoitteet.

VASU 2018. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018. Määräykset ja ohjeet 2018:3a.  
Opetushallitus. Helsinki: PunaMusta Oy.

## **Liitteet**

### **Liite 1. Tietosuojalomake**

#### TIETOSUOJASELOSTE

Osallistut Pro gradu tutkimukseeni, jossa tarkoituksena on saada tietoa siitä, miten varhaiskasvatuksen opettajat tukevat lapsen itsetuntoa. Kerään tietoa Webropol lomakkeella varhaiskasvatuksen opettajien Facebook-ryhmästä. Kyselylomake ei sisällä henkilötietoja, vastaaminen tapahtuu anonyymisti ja se on vapaaehtoista.

#### **Rekisterin nimi**

##### **Tutkimuksen rekisterinpitäjä**

Turun yliopisto, FI-20014 TURKU

##### **Tietosuojavastaavat ja yhteystiedot**

Tutkimuksen suorittaja: opiskelija Jenni Kivilähde, [jekkiv@utu.fi](mailto:jekkiv@utu.fi)

Tutkimuksen ohjaaja: lehtori Anne Sorariutta, [ansora@utu.fi](mailto:ansora@utu.fi)

#### **Käsittelyperuste**

Käsittely perustuu yliopistolain ([558/2007](#)) 2§:ssä asetettuun yliopiston tehtävään ja sen toteuttamiseen yleisen edun nimissä. Tutkimukseen kerätään vain tutkimuksen kannalta oleelliset ja tarpeelliset henkilötiedot. Henkilötietoja käsitellään vain tämän tutkimuksen yhteydessä.

#### **Henkilötietoryhmät**

Tutkimuksessa ei kysytä henkilötietoja. Vastaukset koostuvat varhaiskasvatuksen opettajan toimintatapojen kuvaamisesta. Tietojen käsittelyssä noudatetaan tieteellisen tutkimuksen eettisiä periaatteita ja tietosuojaa koskevia säädöksiä. Kyselyyn vastaaminen on vapaaehtoista.

#### **Tietojen alkuperä**

Tiedot kerätään kyselylomakkeella varhaiskasvatuksen opettajat Facebook-ryhmästä.



## Säilytysaika

Kyselylomakkeella saatuja tietoja säilytetään tämän tutkimuksen teon ajan yliopiston hallinnoimassa Seafire-tiedostossa. Kaikki tiedot hävitetään viimeistään toukokuussa 2022 opinnäytteen valmistuttua.

## Tiedot tietojen siirrosta kolmansiin maihin

Henkilötietoja ei luovuteta EU:n tai Euroopan talousalueen ulkopuolelle.

## Julkisuus ja salassapito

Kyselylomakkeen vastaukset pidetään Seafire-kansiossa, johon on pääsy vain tutkimuksen tekijällä ja tutkimusta ohjaavalla lehtorilla. Ne poistetaan, kun tutkimus on valmis.

## Rekisteröidyn oikeudet

Tutkimukseen osallistuvalla on oikeus lopettaa tutkimukseen osallistuminen milloin tahansa.

## Tiedot automaattisen päätöksenteon ml. profiloinnin olemassaolosta

Rekisterin vastuhenkilöt eivät voi luovuttaa henkilötietoja muille henkilöille. Rekisteri ei sisällä automaattista päätöksentekoa tai profilointia.

## Liite 2. Kyselylomakkeen väittämät ja esimerkkivastaus

Väittäjä 1	Lapsi välttelee kontaktia aikuiseen.
Tehtävänanto	Miten tuen lapsen itsetunnon kehitystä?

Vastausesimerkki	<i>Luomalla turvallisen ilmapiirin. Sanoittamalla tunteita. Kertomalla että jokainen saa olla omaa ja eri mieltä asioista verrattuna toisiin. Onnistumisen kokemuksilla.</i>
Väittäjä 2 Tehtävänanto	Lapsi on itkuinen. Miten tuet lapsen vahvan itsetunnon kehitystä?
Vastausesimerkki	<i>Syliä! Ei syytellä. Jutellaan harmista. Luomalla turvallisen ilmapiirin voidaan vaikuttaa siihen, että lapsi uskaltaa avautua vaikeistakin asioista. Luottamuksen rakentaminen vie aikaa.</i>
Väittäjä 3	Lapsen on vaikea vastaanottaa positiivista palautetta.
Tehtävänanto	Miten tuet lapsen vahvan itsetunnon kehitystä?
Vastausesimerkki	<i>Jatkan positiivisen palautteen antamista, pienin annoksin ja lapselle sopivimmalla tavalla (riippuu vähän mistä tämä johtuu). Voin antaa palautetta tarvittaessa myös sanattomasti: hymyin, nyökkäyksin tai peukuin</i>
Väittäjä 4	Lapsen on vaikea näyttää tunteitaan
Tehtävänanto	Miten tuet lapsen vahvan itsetunnon kehitystä?
Vastausesimerkki	<i>Tunnekortit, kirjat, draamat tms tueksi. Keskustellaan tunteista, sillä voi olla ettei lapsi esimerkiksi tunnista omia tunteitaan eikä siis myöskään osaa tuoda niitä ilmi.</i>
Väittäjä 5	Lapsen on vaikea toimia sovussa toisten kanssa
Tehtävänanto	Miten tuet lapsen vahvan itsetunnon kehitystä?
Vastausesimerkki	<i>Menen mukaan leikkiin ja varmistan, että kaikki leikkijät saavat vaihdellen erilaisia rooleja leikissä. Mallinnan leikin sääntöjä ja juonta. Nostan esille lapsen kykyjä ja huippuhetkiä ja kehittymistä.” Tunnetaitojen opettelulla yhdessä. Aikuisen sensitiivinen läsnäolo on olennaista koko ryhmän kannalta.</i>
Väittäjä 6	Lapsi on arka liittymään leikkiin muiden kanssa.
Tehtävänanto	Miten tuet lapsen vahvan itsetunnon kehitystä?
Vastausesimerkki	<i>Annan lapselle keinoja, joiden avulla hänen on helpompi lähteä toimimaan ohjeiden mukaan esim. kuvatuki ja omat, pilkotut ohjeet. Kehun onnistumisista ja yrittämisestä. Aikuinen on tukena näissä tilanteissa.</i>
Väittäjä 7	Lapsen on vaikea ryhtyä toimimaan annettujen ohjeiden mukaisesti.
Tehtävänanto	Miten tuet lapsen vahvan itsetunnon kehitystä?
Vastausesimerkki	<i>Annan lapselle keinoja, joiden avulla hänen on helpompi lähteä toimimaan ohjeiden mukaan esim. kuvatuki ja omat, pilkotut ohjeet. Kehun onnistumisista ja yrittämisestä. Aikuinen on tukena näissä tilanteissa.</i>
Väittäjä 8	Lapsen on vaikea ylläpitää motivaatiota toiminnan aikana.

Tehtävänanto	Miten tuet lapsen vahvan itsetunnon kehitystä?
Vastausesimerkki	<i>Miettisin onko toiminnassa jotain muutettavaa, kuten liian vähän liikkumista, osallisuutta tai lapsia kiinnostavia asioita. Apuvälineet istuessa, kuten näppylätyyny tai räpeltävä lelu kädessä. Aikuinen vieressä tukena. Lapsi pelkää epäonnistumisia.</i>
Tehtävänanto	Miten tuet lapsen vahvan itsetunnon kehitystä?
Vastausesimerkki	<i>Positiivisen kautta. Kannustamalla ja kokeilemalla. Palkitsemalla häntä, kun uskaltaa kokeilla. Puhumalla epäonnistumisesta, että sellainen on sallittua.</i>
Väittämä 10	Lapsi pelkää uusia tilanteita.
Tehtävänanto	Miten tuet lapsen vahvan itsetunnon kehitystä?
Vastausesimerkki	<i>Ennakoin, kerron mitä on luvassa, olen sensitiivinen. Ei saa pakottaa mihinkään.</i>