

Jade Robinson

ALLE 3-VUOTIAIDEN ITSESÄÄTELYTAITOJEN TUKEMINEN PÄIVÄKODISSA

Varhaiskasvatuksen opettajien kokemana

Kasvatustieteiden ja kulttuurin tiedekunta
Kandidaatintutkielma
Huhtikuu 2022

TIIVISTELMÄ

Jade Robinson: Alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukeminen päiväkodissa: Varhaiskasvatuksen opettajien kokemana

Kandidaatintutkielma

Tampereen yliopisto

Kasvatustieteiden tutkinto-ohjelma, varhaiskasvatus

Huhtikuu 2022

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää varhaiskasvatuksen opettajien kokemuksia alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemisesta päiväkodissa. Tutkimuksen aihe valittiin ajankohtaisuuden, merkittävyyden mielenkiintoisuuden ja sen tarpeellisuuden takia. Keskeisimpinä käsitteinä tutkimuksessa toimivat itsesäätely, alle 3-vuotiaiden pedagogiikka ja varhaiskasvatus. Tämän tutkimuksen tutkimustehtävänä oli tutkia varhaiskasvatuksen opettajien kokemuksia alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemisesta päiväkodissa alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemisen tasolla sekä materiaalien, menetelmien ja ohjelmien soveltamisen tasolla. Tutkimuksen tarkemmat tutkimuskysymykset olivat, kuinka varhaiskasvatuksen opettajat tukevat alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitoja päiväkodissa sekä kuinka varhaiskasvatuksen opettajat soveltavat materiaaleja, menetelmiä ja ohjelmia alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemiseen päiväkodissa.

Tämä tutkimus oli kvalitatiivinen tutkimus ja se perustui fenomenologis-hermeneuttiseen metodiin. Tutkimuksen aineisto kerättiin kyselylomakkeella, joka laitettiin verkkokyselyä kahteen Facebookin ryhmään. Aineisto analysoitiin teemoittelulla. Tähän tutkimukseen osallistui 14 varhaiskasvatuksen opettajaa, jotka työskentelivät parhaillaan tai olivat työskennelleet aikaisemmin alle 3-vuotiaiden lapsiryhmässä.

Tutkimuksen tulokset osoittivat, että varhaiskasvatuksen opettajat tukevat alle 3-vuotiaiden emotionaalisten säätelyä, kognitiivisen toiminnan säätelyä ja käyttäytymisen säätelyä päiväkodissa lämpimällä vuorovaikutussuhteella ja myönteisellä palautteella sekä päiväohjelman säännöllisyydellä ja toiminnan monipuolisuudella. Tämän lisäksi varhaiskasvatuksen opettajat soveltavat kieltä, kirjallisuutta, kuvataidetta, leikkiä, mediaa ja musiikkia alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemiseen päiväkodissa ajattelulla ja harjoituksilla. Näin ollen alle 3-vuotiaat tarvitsevat kanssasäätelyä avuksi ja vaativat turvaa tueksi. Varhaiskasvatuksen opettajien on myös hyvä tiedostaa, kuinka ovat tietoisia materiaaleista, menetelmistä ja ohjelmista sekä miten kuuluu toimia päiväkodissa.

Avainsanat: itsesäätely, alle 3-vuotiaiden pedagogiikka, varhaiskasvatus

Tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck -ohjelmalla.

SISÄLLYS

| | | |
|----------|---|-----------|
| 1 | JOHDANTO | 4 |
| 2 | TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT | 6 |
| 2.1 | Itsesäätely | 6 |
| 2.2 | Itsesäätelykyvyn kehitys alle 3-vuotiaiden pedagogiikassa | 7 |
| 2.3 | Itsesäätelytaitojen tukeminen varhaiskasvatuksessa | 8 |
| 3 | TUTKIMUSONGELMAT | 10 |
| 3.1 | Tutkimustehtävä..... | 10 |
| 3.2 | Tutkimuskysymykset..... | 10 |
| 4 | MENETELMÄT | 11 |
| 4.1 | Lähestymistapa ja tieteenfilosofia | 11 |
| 4.2 | Aineiston keruu ja analyysi | 11 |
| 4.3 | Osallistujat..... | 15 |
| 5 | TULOKSET | 17 |
| 5.1 | Alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukeminen päiväkodissa | 17 |
| 5.2 | Materiaalien, menetelmien ja ohjelmien soveltaminen alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemiseen päiväkodissa | 19 |
| 6 | POHDINTA | 22 |
| 6.1 | Päätulokset ja johtopäätökset | 22 |
| 6.2 | Luotettavuus ja eettisyys..... | 23 |
| 6.3 | Jatkotutkimukset | 24 |
| | LÄHTEET | 25 |
| | LIITTEET | 28 |
| | Liite 1: Kyselylomake | 28 |

1 JOHDANTO

Itsesäätely on kaiken hyvinvoinnin, kehityksen, oppimisen, sosiaalisen menestymisen ja terveyden taustalla vaikuttava supertaito. Tämä jarruttaa toimintaa, malttaa mieltä sekä tasapainottaa ajattelua, käyttäytymistä ja tunteita tilanteissa, jotka aiheuttavat jännityksen, mielipahan, pelästymisen, pettymyksen ja turhautumisen hetkiä. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi, 2020.) Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää varhaiskasvatuksen opettajien kokemuksia alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemisesta päiväkodissa.

Valitsin tutkimuksen aiheen neljän syyn takia. Ensimmäinen syy oli tutkimusaiheen ajankohtaisuus. Uutisissa käy ilmi, että lasten hallitsemattomat tunteenpurkaukset lisääntyvät päiväkodeissa. Lasten levoton käytös herättää huolta varhaiskasvatuksen työntekijöissä. (Karppinen, 2017.)

Toinen syy oli aiheen merkittävyys. Itsesäätely on ihmisten yksi tärkeimmistä taidoista säädellä omaa käyttäytymistä ja toimintaa. Tämä auttaa ihmisiä elämään yhdessä muiden kanssa, saavuttamaan asettamia tavoitteita ja valitsemaan tätä varten sopivia toimintatapoja. (Aho, 2011, s. 6.)

Kolmas syy oli tutkimusaiheen mielenkiintoisuus. Halusin tehdä tutkimuksen koskien omaa vapaasti valittavaa opintokokonaisuutta, erityispedagogiikkaa. Tahdoin toteuttaa tutkimuksen liittyen sosioemotionaalisen kehityksen yhteen osa-alueeseen, itsesäätelyyn ja tunnetaitoihin.

Viimeinen syy oli aiheen tarpeellisuus. Alle 3-vuotiaiden kasvun ihme näyttäytyy mahtavimmillaan kahden kolmen ensimmäisen elinvuoden aikana (Siren-Tiusanen, 2001, s. 15). Alle 3-vuotiaiden tutkimus oli vähäisempää varhaiskasvatuksen kontekstissa. Esimerkiksi alle 3-vuotiaan ja varhaiskasvatuksen opettajan sylin välistä suhdetta on alettu tutkimaan enemmän viime aikoina (Hännikäinen, 2015, s. 752).

Seuraavassa luvussa esittelen aikaisemmat tutkimukset ja keskeisimmät käsitteet. Tämän jälkeen luettelen tutkimustehtävän ja tarkemmat

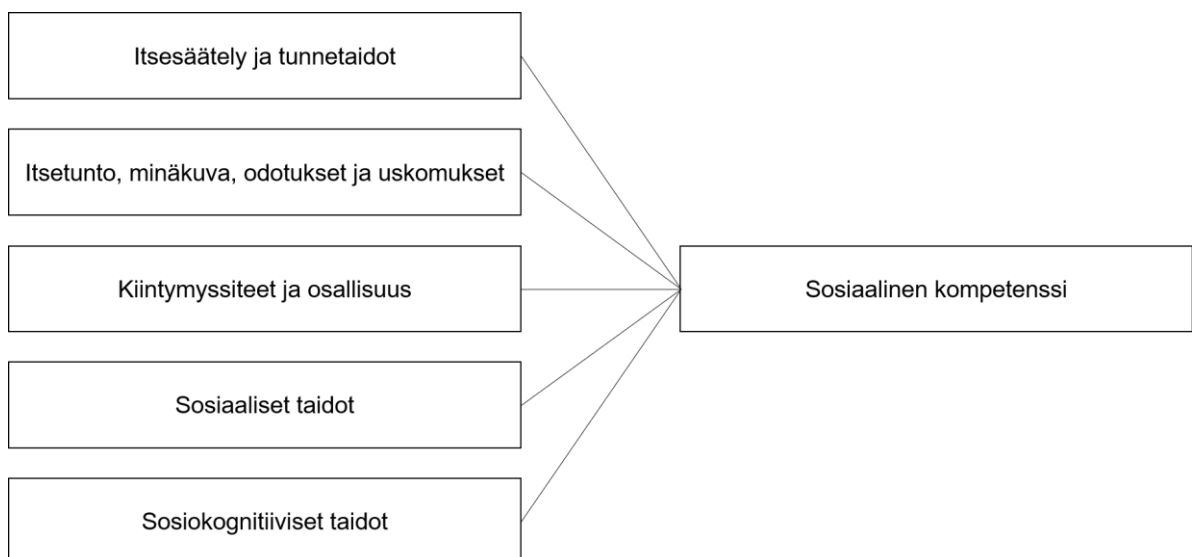
tutkimuskysymykset. Neljännessä luvussa kuvaan menetelmää, käytännön toteutusta ja osallistujia. Tämän jälkeen esitän tuloksia tutkimuskysymysten järjestyksessä. Viimeisessä luvussa peilaan keskeisiä tuloksia ja johtopäätöksiä aikaisempiin teoreettisiin lähtökohtiin, pohdin luotettavuutta ja eettisyyttä sekä esittelen jatkotutkimuksia.

2 TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT

2.1 Itsesäätely

Itsesäätely tarkoittaa ihmisen kykyä säädellä emootioita, kognitiivista toimintaa ja käyttäytymistä. Emootioiden säätely on ihmisen kykyä hyväksyä ja ymmärtää tunnekokemuksia sekä säädellä toimintoja ja tunteiden ilmaisua. Kognitiivisen toiminnan säätely on ihmisen kykyä tietoisesti arvioida ja suunnitella toimintaa, jäsentää tietoa, kehittää strategioita, luoda sääntöjä sekä säädellä muistia ja tarkkaavaisuutta. Käyttäytymisen säätely on ihmisen kykyä estää ensisijaisia toimintayllykkeitä sekä toimia tavoitteiden tai tilanteiden vaatimalla tavalla. (Aro, 2011c, s. 10–12.)

Edellä mainitun lisäksi itsesäätely on yksi monista alataidoista sosiaalisessa kompetenssissa. Sosiaalinen kompetenssi on laadultaan muuntuvaa, vuorovaikutuksessa rakentuvaa ja ympäristöihin reagoivaa taitavaa sosiaalista toimintaa. (Poikkeus, 2011, s. 86.)



KUVIO 1. Sosiaalinen kompetenssi (mukailen Poikkeus, 2011, s. 86)

Veijalainen, Reunamo ja Alijoki (2017, s. 93, 97, 99) sekä Veijalainen (2020, s. 32, 45, 47) selvittävät lasten arvioidun itsesäätelyn koostuvia taitoja ja lasten arvioidun itsesäätelyn yhteyttä lasten erilaisiin taitoihin. Tutkimusten tulokset osoittavat, että lasten arvioidun itsesäätelyn koostuvat taidot ovat esimerkiksi lapsen omien tunteiden käsitteleminen, lapsen reaktioiden hillitseminen sekä lapsen tarkkaavaisuuden sääteleminen. Lasten arvioitu itsesäätely on tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä lasten erilaisiin taitoihin, kuten empatiakykyyn, erityisen tuen tarpeeseen, haastavien tai vaikeiden tilanteiden välttelemiseen, turvallisen kiintymyssuhteen muodostumiseen henkilökuntaan sekä hienomotorisiin, karkeamotorisiin, kielellisiin, kognitiivisiin, metakognitiivisiin, motorisiin ja sosiaalisiin taitoihin.

Veijalainen, Reunamo, Sajaniemi ja Suhonen (2019, s. 3–4) sekä Veijalainen (2020, s. 32, 48) tutkivat myös lasten kuvailemia hallintakeinoja kuvitellussa frustraatiotilanteessa ja lasten arvioidun itsesäätelyn yhteyttä lasten kuvailemiin hallintakeinoihin. Näiden tutkimusten tulokset viittaavat, että lasten kuvailemat hallintakeinot kuvitellussa frustraatiotilanteessa ovat aggressio, aikuiskontakti, epäselvä, epävarma, sinnikkyys, suru ja vetäytyneisyys. Lasten arvioitu itsesäätely on tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä lasten kuvailemiin hallintakeinoihin.

Edellä mainitun lisäksi Veijalainen, Reunamo ja Heikkilä (2019, s. 176, 179–180) sekä Veijalainen (2020, s. 32, 50–51) selvittävät poikien ja tyttöjen ilmaisemia tunteita varhaiskasvatuksessa sekä lasten arvioidun itsesäätelyn yhteyttä poikien ja tyttöjen ilmaisemiin tunteisiin. Tutkimusten tulokset osoittavat, että poikien ja tyttöjen ilmaisemat tunteet varhaiskasvatuksessa ovat ahdistus ja pelko, frustraatio, pettymys ja viha, hämmästys, innostus, uteliaisuus ja valppaus, inho ja ylenkatse, masennus ja suru, muu tunne, neutraali, rauhallinen ja tyyni sekä onnellisuus ja tyytyväisyys. Lasten arvioitu itsesäätely on tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä poikien ja tyttöjen ilmaisemiin tunteisiin.

2.2 Itsesäätelykyvyn kehitys alle 3-vuotiaiden pedagogiikassa

Alle 3-vuotiaiden pedagogiikka tarkoittaa arvokasta osaa varhaiskasvatusta. Tämä läpäisee arjen jokaisen hetken, kuten aamutunnelmien, leikkien, ohjatun

toiminnan, päivälevon, ruokailun, siirtymätilanteiden, ulkoilun ja vuorovaikutuksen. (Ahonen & Roos, 2021.)

Itsesäätelykyvyn kehitys alle 3-vuotiaiden pedagogiikassa alkaa taaperoiässä. Taaperoiässä lapsi havaitsee sosiaalisen käyttäytymisen sääntöjä, kiinnostuu järjestyksestä, rutiineista, säännönmukaisuudesta ja tutuista käytänteistä, matkii muita sekä säätelee prososiaalista käyttäytymistä. (Aro, 2011b, s. 24.)

Itsesäätelykyvyn kehitystä alle 3-vuotiaiden pedagogiikassa koskee myös aggressiivisuus sekä käytöshäiriöt ja uhmakkuushäiriöt, arkuus ja pelokkuus sekä motorinen impulsiivisuus ja levottomuus. Aggressiivisuus sekä käytöshäiriöt ja uhmakkuushäiriöt esiintyvät lapsessa oman osaamisen rajallisuuden ja pettymyksen kohtaamisena, toverille suuttumisena sekä voimakkaan tai yllättävän häpeän tunteen kokemisena. Arkuus ja pelokkuus ilmenevät lapsessa aikuiseen takertumisena tai turvautumisena, tilanteen ja toiminnan tarkkailemisena sekä uusien ihmisten ja tilanteiden vierastamisena. Motorinen impulsiivisuus ja levottomuus näkyvät lapsessa keskittymisvaikeutena odottamiseen tai yhteen asiaan, toistuvana liikkumisena sekä äkillisenä siirtymisenä toiminnasta toiseen. (Aro, 2011a, s. 108, 111, 113.)

Bernierin, Carlsonin ja Whipplen (2010, s. 329, 331–334) mukaan aikuisen lapsen mielentiloihin liittyvien käsitteiden käyttäminen, aikuisen sensitiivisyys sekä lapsen oman itsenäisen ongelmanratkaisun selkiyttäminen ja tukeminen vaikuttavat 12–15 kuukauden ikäisten lasten ja 18–26 kuukauden ikäisten lasten toiminnanohjauksen kehittymiseen.

2.3 Itsesäätelytaitojen tukeminen varhaiskasvatuksessa

Varhaiskasvatus tarkoittaa Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden 2018 perusteella tärkeää osaa koulutusjärjestelmää ja vaihetta lapsen kasvussa. Henkilöstö auttaa lapsia itsesäätelyssä ja tunteiden ilmaisussa sekä turvallisessa ilmapiirissä erilaisten tunteiden näyttäminen on sallittua. (Opetushallitus, 2019, s. 7, 33.)

Edellä mainitun lisäksi varhaiskasvatuksella on Varhaiskasvatuslain 540/2018 mukaan tavoitteita. Tavoitteet ovat esimerkiksi lapsen muun huoltajan tai vanhemman kasvatustyön tukeminen, lapsen oppimisen edellytyksien

tukeminen sekä lapsen tarkoituksenmukaisen tuen järjestäminen ja yksilöllisen tuen tarpeen tunnistaminen. (Opetus- ja kulttuuriministeriö, 2018, 3 §.)

Itsesäätelytaitoja tuetaan varhaiskasvatuksessa lämpimällä vuorovaikutussuhteella ja myönteisellä palautteella sekä päiväohjelman säännöllisyydellä ja toiminnan monipuolisuudella. Lämmin vuorovaikutussuhde ja myönteinen palaute kannustavat toimimaan odotusten mukaisesti, ohjaavat käyttäytymistä toivottuun suuntaan ja saavat lapsen tuntemaan itsensä arvokkaaksi. Päiväohjelman säännöllisyys ja toiminnan monipuolisuus luovat turvallisuutta, mahdollistavat ennakoinnin tulevista tapahtumista, harjoittelun samoista tilanteista ja huomiointin yksilöllisistä tarpeista sekä tukevat halua oppia uusia asioita ja lapsen luontaista kiinnostusta ympäristöön. (Eklund & Heinonen, 2011, s. 220, 222.)

Hautakangas, Uusitalo ja Kumpulainen (2021, s. 301, 314, 318) tutkivat varhaiskasvatuksen ammattilaisten tapaa tukea lasten itesesäätelytaitoja Muksuoppi-interventiossa ja varhaiskasvatuksen ammattilaisten mielipidettä pedagogisesta toimivuudesta Muksuoppi-interventiossa. Tämän tutkimuksen tulokset viittaavat, että varhaiskasvatuksen ammattilaisten tapa tukea lasten itesesäätelytaitoja Muksuoppi-interventiossa on kekseliäs ja vuorovaikutteinen pedagogiikka. Varhaiskasvatuksen ammattilaisten mielipide pedagogisesta toimivuudesta Muksuoppi-interventiossa on lapsikeskeisyys ja optimistisuus.

3 TUTKIMUSONGELMAT

3.1 Tutkimustehtävä

Tämän tutkimuksen tutkimustehtävänä on tutkia varhaiskasvatuksen opettajien kokemuksia alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemisesta päiväkodissa alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemisen tasolla sekä materiaalien, menetelmien ja ohjelmien soveltamisen tasolla. Materiaaleilla, menetelmillä ja ohjelmilla tarkoitetaan fyysisiä esineitä, ohjelmallisia menetelmiä ja toiminnallisia tapoja, joita voidaan käyttää työkaluina.

3.2 Tutkimuskysymykset

1. Kuinka varhaiskasvatuksen opettajat tukevat alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitoja päiväkodissa?
2. Kuinka varhaiskasvatuksen opettajat soveltavat materiaaleja, menetelmiä ja ohjelmia alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemiseen päiväkodissa?

4 MENETELMÄT

4.1 Lähestymistapa ja tieteenfilosofia

Tämä tutkimus on kvalitatiivinen tutkimus. Kvalitatiivisen tutkimuksen lähtökohdat ovat kohteen tutkiminen, todellisen tapahtuman kuvaaminen ja tosiasioiden löytäminen kuin jo olemassa olevien totuusväittämien todentaminen (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 2009, s. 161).

Tutkimus perustuu fenomenologis-hermeneuttiseen metodiin. Fenomenologis-hermeneuttisen metodin filosofiset kysymykset ovat ihmiskäsitys ja tiedonkäsitys. Fenomenologisen ulottuvuuden kohde on ihmisen suhde omaan elämistodellisuuteen. Hermeneuttisen ulottuvuuden tutkimuskohde on tulkinnan ja ymmärtämisen teoria. (Laine, 2018.)

4.2 Aineiston keruu ja analyysi

Keräsin tämän tutkimuksen aineiston kyselylomakkeella. Kyselylomakkeen alussa ovat taustakysymykset. Taustakysymysten jälkeen ovat seuraavaksi helpot kysymykset. Arkojen aihealueiden kysymykset ovat vasta helppojen kysymysten jälkeen. Lopuksi ovat jäähdyttelyvaiheen kysymykset. (Valli, 2018.) Tein kyselylomakkeen Formsiiin. Kyselylomakkeen otsikkona oli alle 3-vuotiaiden itsesääätelytaitojen tukeminen päiväkodissa varhaiskasvatuksen opettajien kokemana. Kerroin kuvauksessa kuka olin, tutkimuksen tarkoituksesta, ketä tavoittelin vastaamaan, kyselylomakkeen anonyymisyydestä ja vapaaehtoisuudesta sekä siitä, millä tavoin tulin käsittelemään aineistoa. Kuvauksen jälkeen kysyin kaksi taustakysymystä koskien työkokemusta. Ensimmäinen kysymys käsitteli varhaiskasvatuksen opettajana toimimista, kuinka kauan olet toiminut varhaiskasvatuksen opettajana. Toinen kysymys tarkasteli alle 3-vuotiaiden lapsiryhmässä työskentelemistä, kuinka kauan olet

työskennellyt alle 3-vuotiaiden lapsiryhmässä. Muodostin taustakysymykset niin, että näistä ei jäänyt suorita tunnistetietoja, nämä olivat monivalintoja ja oikea kohderyhmä tunnistaisi itsensä. Taustakysymyksistä seurasi neljä avointa kysymystä liittyen kahteen tutkimuskysymykseen. Ensimmäinen kysymys käsitteli alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen näkemistä päiväkodissa, minkälaisia alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitoja näet päiväkodissa. Toinen kysymys tarkasteli alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemista päiväkodissa, miten tuet alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitoja päiväkodissa. Kolmas kysymys käsitteli materiaalien, menetelmien ja ohjelmien käyttämistä alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemiseen päiväkodissa, minkälaisia materiaaleja, menetelmiä ja ohjelmia käytät alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemiseen päiväkodissa. Viimeinen kysymys tarkasteli materiaalien, menetelmien ja ohjelmien soveltamista alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemiseen päiväkodissa, miten sovellat materiaaleja, menetelmiä ja ohjelmia alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemiseen päiväkodissa. Muotoilin avoimet kysymykset siten, että nämä herättäisivät pohdintaa, nämä tukisivat toisiaan ja oleelliset asiat nousisivat esille. Lopuksi liitin tietosuojailmoituksen sekä pyysin luvan vastausten käyttöön ja suostumuksen tietojen käsittelyyn. (Liite 1)

Edellä mainitun lisäksi kyselylomake oli verkkokysely. Verkkokysely on sosiaalisen median alustalla tai sähköpostilistalla (Valli & Perkkilä, 2018). Laitoin verkkokyselyn kahteen Facebookin ryhmään. Ensimmäinen ryhmä oli Varhaiskasvatuksen opettajat -ryhmä, jossa oli yli 13200 jäsentä. Toinen ryhmä oli Alle 3-vuotiaiden varhaiskasvatus -ryhmä, jossa oli yli 14500 jäsentä. Julkaisin maanantaina 11.10.2021 postaukset, jotka sisälsivät kyselylomakkeen kuvauksen ja linkin. Verkkokyselyn vastaamisaika oli kaksi viikkoa.

Analysoin tutkimuksen aineiston teemoittelulla. Teemoittelu alkaa aineiston pilkkomisella ja ryhmittelyllä erilaisten aihepiirien mukaan. Pilkkomisen ja ryhmittelyn jälkeen on aineistosta varsinaisten teemojen etsiminen. (Tuomi & Sarajärvi, 2018.) Tein teemoittelun Wordiin. Otin huomioon vain avoimet kysymykset. Luin huolellisesti vastaukset läpi. Lukemisen jälkeen värikoodasin alkuperäisilmaukset ja saman väriset alkuperäisilmaukset yhdistin pelkistetyiksi ilmauksiksi. Kahden ensimmäisen kysymyksen pelkistetyt ilmaukset liitin alateemoiksi ja alateemat yhdistin teemoiksi teoriaohjaavasti.

TAULUKKO 1. Alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukeminen päiväkodissa

| Pelkistetyt ilmaukset | Alateema | Teema |
|--------------------------|--|-------------------------------------|
| Pettymysten käsittely | Emootioiden säätely | Alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaidot |
| Rauhoittumisen oppiminen | | |
| Tunteiden ilmaisu | | |
| Keskittyminen | Kognitiivisen toiminnan säätely | |
| Kuuntelukyvyn oppiminen | | |
| Omatoimisuus | | |
| Pitkäjänteisyys | | |
| Avun pyytäminen | Käyttäytymisen säätely | |
| Empatia | | |
| Fyysisyys | | |
| Käyttäytymisen hallinta | | |
| Läheisyys | Lämmin vuorovaikutussuhde ja myönteinen palaute | Tukeminen |
| Sanoittaminen | | |
| Säännöt | | |
| Ennakointi | Päiväohjelman säännöllisyys ja toiminnan monipuolisuus | |
| Leikkiminen | | |
| Pienryhmätoiminta | | |

Kahden viimeisen kysymyksen pelkistetyt ilmaukset liitin alateemoiksi ja alateemat yhdistin teemoiksi aineistolähtöisesti.

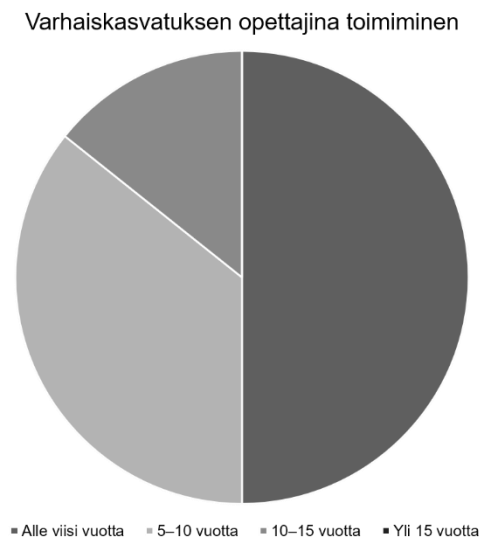
TAULUKKO 2. Materiaalien, menetelmien ja ohjelmien soveltaminen alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemiseen päiväkodissa

| Pelkistetyt ilmaukset | Alateema | Teema |
|--|--------------|-------------------------------------|
| Tukiviittomat | Kieli | Materiaalit, menetelmät ja ohjelmat |
| Kirjat | Kirjallisuus | |
| Sadut | | |
| Tarinat | | |
| Kortit | | |
| Kuvat | Kuvataide | |
| Liikennevalot | | |
| Mittarit | | |
| Päiväjärjestykset | | |
| Lelut | | |
| Nettisivut | Leikki | |
| Laulaminen | Media | |
| Laulut | Musiikki | |
| Lorut | | |
| Taitotason ja yksilöllisyyden huomioiminen | | |
| Tilannetaju | | |
| Katsominen | Harjoitukset | |
| Keskusteleminen | | |
| Koskeminen | | |
| Osoittaminen | | |
| Tutkiminen | | |

4.3 Osallistujat

Tähän tutkimukseen osallistuu 14 varhaiskasvatuksen opettajaa. Varhaiskasvatuksen opettajat työskentelevät parhaillaan tai ovat työskennelleet aikaisemmin alle 3-vuotiaiden lapsiryhmässä.

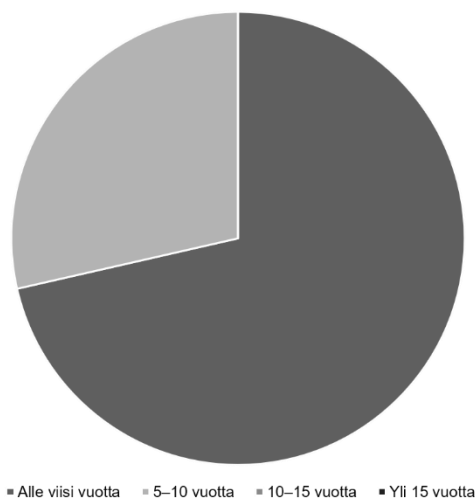
Varhaiskasvatuksen opettajista seitsemän eli 50 % ovat toimineet varhaiskasvatuksen opettajina alle viisi vuotta, viisi eli 36 % ovat toimineet varhaiskasvatuksen opettajina 5–10 vuotta ja kaksi eli 14 % ovat toimineet varhaiskasvatuksen opettajina 10–15 vuotta.



KUVIO 2. Varhaiskasvatuksen opettajina toimiminen

Varhaiskasvatuksen opettajista kymmenen eli 71 % ovat työskennelleet alle 3-vuotiaiden lapsiryhmissä alle viisi vuotta ja neljä eli 29 % ovat työskennelleet alle 3-vuotiaiden lapsiryhmissä 5–10 vuotta.

Alle 3-vuotiaiden lapsiryhmissä työskenteleminen



KUVIO 3. Alle 3-vuotiaiden lapsiryhmissä työskenteleminen

5 TULOKSET

5.1 Alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukeminen päiväkodissa

Alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemisessa päiväkodissa nousee esille kaksi teemaa. Ensimmäinen teema koskee alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitoja ja toinen teema liittyy tukemiseen.

Emootioiden säätelyssä nousee pinnalle pettymysten käsittely, rauhoittumisen oppiminen ja tunteiden ilmaisu. Varhaiskasvatuksen opettajat korostavat emootioiden säätelyssä tilanteiden pettymysten käsittelemistä, silittämiseen ja syliin rauhoittumisen oppimista sekä ilon ja surun tunteiden ilmaisemista.

”Pettymysten sietokyky esimerkiksi lautapeleissä tai jonon ensimmäiseksi ehtimisessä.” (Osallistuja 7)

”Pystyy rauhoittumaan tutun aikuisen avulla esim. sylissä tai silittämiseen (tunteet, vauhti). Pystyy rauhoittumaan lepohetkellä, vaikka samassa tilassa on muitakin, tarvittaessa aikuinen voi auttaa esim. silittämällä.” (Osallistuja 5)

”Ilmeiden, eleiden, sanojen, kuvailujen, itkun, riemunkiljahdusten, hymyjen ym. kautta ilmaistuja tunteita.” (Osallistuja 6)

Kognitiivisen toiminnan säätelyssä nousee esille keskittyminen, kuuntelukyvyn oppiminen, omatoimisuus ja pitkäjänteisyys. Varhaiskasvatuksen opettajat painottavat kognitiivisen toiminnan säätelyssä tekemiseen keskittymistä, ohjeiden, tilanteen ja tunnelman kuuntelukyvyn oppimista, toiminnan ohjaamista sekä vuoron odottamista.

”Osaa odottaa pienen hetken omaa vuoroaan. Pystyy keskittymään aikuisen lukiessa lyhyen kirjan parin kaverin kanssa. Pystyy keskittymään omaan

tekemiseen lyhyehkön ajan, vaikka välillä ympärillä tapahtuu muuta.”
(Osallistuja 5)

”Kykyä kuunnella tilannetta, tunnelmaa ja ohjeita ja toimia niiden mukaan.”
(Osallistuja 9)

”Oman toiminnan ohjaamista arkitilanteissa (kuten oman lautasen kantaminen pöytään kahdella kädellä kiinni pitäen, kävellen kulkemalla ja tasapainotellen ettei ruoka putoa).” (Osallistuja 14)

Käyttäytymisen säätelyssä nousee pinnalle avun pyytäminen, empatia, fyysisyys ja käyttäytymisen hallinta. Varhaiskasvatuksen opettajat korostavat käyttäytymisen säätelyssä avun pyytämistä, halimista ja paperin tuomista, lelujen omimista, riitelemistä ja satuttamista sekä aktiivisuustason hallitsemista.

”Halua hakea apua tarvittaessa, tulla syliin. Kykyä hallita aktiivisuustasoa tilanteen mukaan, esimerkiksi että jumpassa voi riehua, ruokailussa istutaan aloillaan.” (Osallistuja 9)

”Empaattista käytöstä, kuten itkevän kaverin haliminen, lelun tuominen kaverille. Paperin tuominen kaverille, jonka nenä vuotaa tms.” (Osallistuja 6)

”Riitelyä ja lelujen omimista. Toisen satuttamista esim. tönimällä tai lyömällä.” (Osallistuja 3)

Lämpimässä vuorovaikutussuhteessa ja myönteisessä palautteessa nousevat esille läheisyys, sanoittaminen ja säännöt. Varhaiskasvatuksen opettajat painottavat lämpimässä vuorovaikutussuhteessa ja myönteisessä palautteessa läsnä olemista, tilanteiden, toiminnan ja tunteiden sanoittamista sekä hyväksyttävän toimimisen kertomista.

”Aikuisen läheisyys ja saatavuus. Retkelle jonossa mennessä aikuisen pariaksi ja aikuinen lempeällä tiukalla otteella kädestä sekä juttelemalla sanallistaa tilannetta ”minuakin jännittää kovasti teatteriin meno”. Aikuisen läheisyys ja sensitiivinen reagointi kaikkiin lapsilta tuleviin aloitteisiin.”
(Osallistuja 14)

”Sanoittamalla onnistumisia, iloja, murheita, ikävää, harmeja. Riita/kiista ym. tilanteissa sanoitus, keskustelu, mallin antaminen, oikean toiminnan sanoittaminen ja malli. Harmituksen ym. sanoittaminen ja selitys mikä harmittaa jne.” (Osallistuja 6)

”Puuttamalla lapsen käytökseen sekä sanallisesti, konkreettisesti ja katseen avulla. Lasten välisissä konfliktitilanteissa puutun käytökseen selkosanaisesti ja kerron samalla, miten olisi hyväksyttävää toimia. Esimerkiksi sanon: ”Nyt toiselle tuli paha mieli. Noin et voi toimia. Miten voit auttaa toista, että hänelle tulisi jälleen hyvä mieli?” Jos lapsi ei osaa näyttää mitään positiivista keinoa auttaa toista, näytän itse, kuinka tulisi toimia esimerkiksi silittämällä tai halaamalla.” (Osallistuja 11)

Päiväohjelman säännöllisyydessä ja toiminnan monipuolisuudessa nousevat pinnalle ennakointi, leikkiminen ja pienryhmätoiminta. Varhaiskasvatuksen opettajat korostavat päiväohjelman säännöllisyydessä ja toiminnan monipuolisuudessa ennakoimista, leikkimistä sekä pienissä ryhmissä toimimista.

”Ennakointi. Valmistella lapsia etukäteen mitä on odotettavissa, ohjeistaa miten toimitaan ja turvata aikuisen apu näihin hetkiin.” (Osallistuja 14)

”Pyrin lisäämään kiinnostusta ja motivaatiota erilaisilla leikeillä ja elämyksillä.” (Osallistuja 1)

”Toimitaan paljon pienissä ryhmissä, jotta jokainen lapsi saa yksilöllistä huomiota.” (Osallistuja 5)

5.2 Materiaalien, menetelmien ja ohjelmien soveltaminen alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemiseen päiväkodissa

Materiaalien, menetelmien ja ohjelmien soveltamisessa alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemiseen päiväkodissa nousee esille kaksi teemaa. Ensimmäinen teema koskee materiaaleja, menetelmiä ja ohjelmia sekä toinen teema liittyy soveltamiseen.

Kielessä nousee pinnalle tukiviittomat. Varhaiskasvatuksen opettajat painottavat kielessä tukiviittomien hyödyntämistä.

“Tukiviittomat.” (Osallistuja 12)

Kirjallisuudessa nousee esille kirjat, sadut ja tarinat. Varhaiskasvatuksen opettajat korostavat kirjallisuudessa kirjojen, tunnesatujen ja tarinoiden käyttämistä.

“Erilaiset kirjat.” (Osallistuja 5)

“Itse tuottamaani tunnesatumateriaalia.” (Osallistuja 10)

“Tarinat.” (Osallistuja 12)

Kuvataiteessa nousee pinnalle kortit, kuvat, liikennevalot, mittarit ja päiväjärjestykset. Varhaiskasvatuksen opettajat painottavat kuvataiteessa tunnekorttien, kuvien, liikennevalojen, kiukkumittarien sekä kuvitettujen päiväjärjestyksien hyödyntämistä.

“Tunnekortit, kuvat, liikennevalokuvat, kiukkumittari punainen keltainen vihreä.” (Osallistuja 14)

“Kuvitettu päiväjärjestys.” (Osallistuja 9)

Leikissä nousee esille lelut. Varhaiskasvatuksen opettajat korostavat leikissä nallejen ja nukkevauvojen käyttämistä.

“Mukana on usein myös jotain konkreettista, kuten nukkevauvat tai nallet.” (Osallistuja 11)

Mediassa nousee pinnalle nettisivut. Varhaiskasvatuksen opettajat painottavat mediassa nettisivujen hyödyntämistä.

“Netistä vapaasti hyödynnettävien materiaalien avulla, esim. Mieli ry tai Pikku Kakkonen.” (Osallistuja 13)

Musiikissa nousee esille laulaminen, laulut ja lorut. Varhaiskasvatuksen opettajat korostavat musiikissa laulamista sekä rauhallisten laulujen ja lorujen käyttämistä.

“Käytän Kielinuppulauluja eniten. Laulan muutenkin paljon improvisoiden näissä tilanteissa. Rauhallinen laulu rauhoittaa myös lapsia.” (Osallistuja 11)

“Loruja.” (Osallistuja 6)

Ajattelussa nousee pinnalle taitotason ja yksilöllisyyden huomioiminen sekä tilannetaju. Varhaiskasvatuksen opettajat painottavat ajattelussa taitotason ja yksilöllisyyden huomioimista sekä tilanteen tajuamista.

“Omalla maalaisjärjellä lapsen yksilöllisyys ja taitotaso huomioiden.”
(Osallistuja 8)

“Tilanteen mukaan. Paljon ammennetaan lasten mielenkiinnon kohteista ja muokataan materiaalia sen mukaan.” (Osallistuja 10)

Harjoituksissa nousee esiin katsominen, keskusteleminen, koskeminen, osoittaminen ja tutkiminen. Varhaiskasvatuksen opettajat korostavat harjoituksissa kuvien katsomista, keskustelemista, koskemista, osoittamista ja yhdessä tutkimista.

“Lapsi saa itse katsoa ja koskea esimerkiksi kuviin. Osoittelemme ja keskustelemme niistä.” (Osallistuja 12)

“Rauhallisessa hetkessä tutkitaan” (Osallistuja 6)

6 POHDINTA

6.1 Päätulokset ja johtopäätökset

Emootioiden säätelyssä ihminen mahdollistaa joustavan vuorovaikutuksen ympäristön kanssa. Kognitiivisen toiminnan säätelyssä ihminen kohdistaa tietoisemmin muistia ja tarkkaavaisuutta, on häiriintymättä ulkopuolisista ärsykkeistä sekä suunnittelee toimintaa ennakolta. Käyttäytymisen säätelyssä ihminen noudattaa kieltoja. Emootioiden säätely, kognitiivisen toiminnan säätely ja käyttäytymisen säätely ovat riippuvaisia toisistaan. (Aro, 2011c, s. 11–13.) Tutkimuksen tulokset osoittavat, että alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaidot päiväkodissa nähdään alkeellisina. Näin ollen alle 3-vuotiaat tarvitsevat kanssasäätelyä avuksi. Ajan kuluttua alle 3-vuotiaat oppivat säätelemään omaa toimintaansa.

Edellä mainitun lisäksi lämmintä vuorovaikutussuhdetta ja myönteistä palautetta hyödynnetään fyysisessä kontaktissa, käytetään sanallisessa viestissä, joka antaa mallin tunteiden nimeämisestä, lujittaa lasten myönteistä käsitystä itsestään ja luo lapsille puskuria ottaa vastaan kielteistä palautetta sekä luodaan luonnollisissa tilanteissa, jotka ovat mieleisiä aikuiselle ja lapsille. Päiväohjelman säännöllisyyttä ja toiminnan monipuolisuutta ennakoidaan valmisteluilla, suunnitellaan tavoitteilla, jotka vaihtelevat kerrasta toiseen sekä toteutetaan lapsilähtöisyydellä, joka perustuu lapsien ikään, kehitystasoon ja toiminnan sisällön vaikuttamiseen. (Eklund & Heinonen, 2011, s. 220–225.) Tämän tutkimuksen tulokset viittaavat, että alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaidot päiväkodissa tuetaan ohjaamisella ja sensitiivisyydellä. Toisin sanoen alle 3-vuotiaat vaativat varhaiskasvatuksen opettajien turvaa tueksi. Alle 3-vuotiaat sisäistävät ohjeita, pyyntöjä ja vihjeitä sekä mukautuvat tilanteeseen varhaiskasvatuksen opettajien halauksilla, läsnäololla ja syleillä.

Aivot, kognitiivisen toiminnan säätely ja vuorovaikutustaidot kehittyvät yhteisellä laulamisella, lauluilla ja loruilla. Emootioiden säätely ja käyttäytymisen säätely, toiminnanohjauksen taidot sekä yhteistyötaidot vahvistuvat hauskoilla ja innostavilla leikeillä. Itsesäätely ja kielen kehitys kehittyvät monipuolisella keskustelemisellä ja saduilla. Oppiminen ja tekeminen vahvistuvat digitaalisella medialla. Itsesäätelyä kehittävät hetket ajoittuvat usein varsinaisten ohjattujen toimintojen ulkopuolelle, kuten päivälepoon, ruokailuun ja siirtymätilanteisiin. Ohjattuihin toimintoihin on mahdollista suunnitella itsesäätelyä vahvistavia toimintatapoja, kuten toisten kuuntelemista, vuoron odottamista ja ympäristön havainnoimista. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi, 2020.) Tutkimuksen tulokset osoittavat, että alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemiseen päiväkodissa käytetään eri materiaaleja, menetelmiä ja ohjelmia sekä materiaalit, menetelmät ja ohjelmat sovelletaan päiväkodin arjen hetkissä. Näin ollen varhaiskasvatuksen opettajien on hyvä tiedostaa, kuinka ovat tietoisia materiaaleista, menetelmistä ja ohjelmista sekä miten kuuluu toimia päiväkodissa. Arki on itsessään täynnä tilanteita, joissa varhaiskasvatuksen opettajat opettavat uusia taitoja ja tietoja.

6.2 Luotettavuus ja eettisyys

Hyvän tieteellisen käytännön keskeiset lähtökohdat ovat eettisen ennakoarvioinnin tekeminen ja tarvittavien tutkimuslupien hankkiminen sekä muiden tutkijoiden saavutusten ja työn huomioon ottaminen. Näiden lisäksi tiedeyhteisön tunnustamien toimintatapojen noudattaminen sekä tieteellisen tiedon luonteeseen kuuluvan avoimuuden ja vastuullisen tiedeviestinnän toteuttaminen ovat keskeisiä lähtökohtia hyvälle tieteelliselle käytännölle. Hyvän tieteellisen käytännön keskeiset lähtökohdat ovat myös tieteellisen tutkimuksen eettisesti kestävien ja kriteerien mukaisten arviointimenetelmien, tiedonhankintamenetelmien ja tutkimusmenetelmien soveltaminen sekä tutkimuksen raportoiminen, suunnitteleminen ja tallentaminen. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 2012, s. 6.) Tutkimuksen prosessin aikana hyödynsin ajankohtaisia lähteitä, käytin APA 7 -viittaustekniikkaa sekä noudatin huolellisuutta, rehellisyyttä ja tarkkuutta. Kuitenkaan en pystynyt valvomaan, että oikea kohderyhmä vastasi kyselylomakkeen kysymyksiin anonyymisyyden takia. Materiaaleja, menetelmiä ja ohjelmia koskevat vastaukset jäivät yleiselle tasolle,

joten olisi ollut tarpeellista kysyä tarkentavia kysymyksiä esimerkiksi mitä kirjasarjaa käytät alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemiseen päiväkodissa. En pystynyt yleistämään, että kaikilla varhaiskasvatuksen opettajilla oli samanlaisia kokemuksia alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemisesta päiväkodissa pienen aineiston vuoksi.

Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen tutkijaa ohjaavat yleiset eettiset periaatteet ovat aineellisen ja aineettoman kulttuuriperinnön, luonnon monimuotoisuuden sekä tutkittavien henkilöiden ihmisarvon ja itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen sekä muille tutkimuskohteille, tutkittavina oleville ihmisille ja yhteisöille ei aiheudu merkittäviä haittoja, riskejä tai vahinkoja tutkimuksesta (Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 2019, s. 7). Tutkimuksen teon myötä kerroin kuvauksessa vapaaehtoisuudesta ja aineiston käsittelystä, liitin tietosuojailmoituksen sekä pyysin luvan vastausten käyttöön ja suostumuksen tietojen käsittelyyn. Toisaalta en pyytänyt lupaa postauksien julkaisemisesta kahden Facebookin ryhmän ylläpitäjältä.

6.3 Jatkotutkimukset

Jatkotutkimuksissa olisi kiinnostavaa selvittää alle 3-vuotiaiden lisäksi 3–5-vuotiaiden ja esiopetusikäisten itsesäätelytaitojen tukemista päiväkodissa, koska itsesäätelytaidot kehittyvät ikävaiheissa monin tavoin. Tämän lisäksi olisi mielenkiintoista tutkia alle 3-vuotiaiden tunnesäätelytaitojen tukemista päiväkodissa, koska tunteet ja näiden säätelemine ovat läsnä taaperoiässä. Olisi kiinnostavaa selvittää päiväkodin lisäksi alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemista avoimessa varhaiskasvatuksessa ja perhepäivähoidossa, koska varhaiskasvatusta järjestää avoin varhaiskasvatus, perhepäivähoito ja päiväkoti. Olisi myös mielenkiintoista tutkia varhaiskasvatuksen avustajien ja varhaiskasvatuksen lastenhoitajien kokemuksia alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemisesta päiväkodissa, koska varhaiskasvatuksen avustajat ja varhaiskasvatuksen lastenhoitajat ovat merkittäviä kasvatustiimissä ja lasten elämässä.

LÄHTEET

- Ahonen, L. & Roos, P. (2021). *Untuvikot: Alle 3-vuotiaiden pedagogiikka*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Ahonen, T. (2011). Esipuhe. Teoksessa T. Aro & M-L. Laakso (toim.), *Taaperosta taitavaksi toimijaksi: Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen* (s. 6–9). Niilo Mäki Instituutti.
- Aro, T. (2011). Itsesäätelytaitojen kehityksen ongelmat lapsuudessa. Teoksessa T. Aro & M-L. Laakso (toim.), *Taaperosta taitavaksi toimijaksi: Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen* (s. 106–119). Niilo Mäki Instituutti.
- Aro, T. (2011). Itsesäätelytaitojen kehitys ja biologinen perusta. Teoksessa T. Aro & M-L. Laakso (toim.), *Taaperosta taitavaksi toimijaksi: Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen* (s. 20–41). Niilo Mäki Instituutti.
- Aro, T. (2011). Miten ymmärrämme itsesäätelyn? Teoksessa T. Aro & M-L. Laakso (toim.), *Taaperosta taitavaksi toimijaksi: Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen* (s. 10–19). Niilo Mäki Instituutti.
- Bernier, A., Carlson, S. M. & Whipple, N. (2010). From external regulation to self-regulation: Early parenting precursors of young children's executive functioning. *Child Development*, 81(1), 326–339. <https://srcd-onlinelibrary-wiley-com.libproxy.tuni.fi/doi/pdfdirect/10.1111/j.1467-8624.2009.01397.x>
- Eklund, K. & Heinonen, J. (2011). Lapsen itsesäätelyn tukeminen arjessa. Teoksessa T. Aro & M-L. Laakso (toim.), *Taaperosta taitavaksi toimijaksi: Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen* (s. 216–235). Niilo Mäki Instituutti.
- Hautakangas, M., Uusitalo, L. & Kumpulainen, K. (2021). Lapsen itsesäätelytaitojen tukeminen Muksuopin keinoin: Varhaiskasvatuksen ammattilaisten kertomuksia. *Journal of Early Childhood Education Research*, 10(2), 293–328. [https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/331180/Hautakangas Uusitalo Kumpulainen Issue10_2.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/331180/Hautakangas_Uusitalo_Kumpulainen_Issue10_2.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. (2009). *Tutki ja kirjoita*. Helsinki: Tammi.
- Hännikäinen, M. (2015). The teacher's lap: A site of emotional well-being for the younger children in day-care groups. *Early Child Development and Care*, 185(5), 752–765. <https://www.tandfonline.com.libproxy.tuni.fi/doi/pdf/10.1080/03004430.2014.957690?needAccess=true&>
- Karppinen, K. (13.2.2017). *Lasten levoton käytös herättää huolta päiväkodeissa – "Koulutuksen kautta saadut keinot eivät pian enää riitä"*. Yle uutiset | yle.fi. <https://yle.fi/uutiset/3-9446817>
- Laine, T. (2018). Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa R. Valli (toim.), *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2: Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Opetushallitus. (2019). *Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018*. Helsinki.
- Opetus- ja kulttuuriministeriö. (2018). *Varhaiskasvatustaki 540/2018*. Helsinki.
- Poikkeus, A-M. (2011). Itsesäätely sosiaalisten taitojen ja suhteiden perustana. Teoksessa T. Aro & M-L. Laakso (toim.), *Taaperosta taitavaksi toimijaksi: Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen* (s. 80–105). Niilo Mäki Instituutti.
- Sainio, T., Pajulahti, R. & Sajaniemi, N. (2020). *Näin tuet lapsen itsesäätelyä: Hyvinvoinnin pedagogiikka varhaiskasvatuksessa*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Siren-Tiusanen, H. (2001). Alle kolmivuotiaiden kehitys ja suotuisat varhaiskasvatuskäytännöt. Teoksessa A. Helenius, K. Karila, H. Munter, P. Mäntynen & H. Siren-Tiusanen (toim.), *Pienet päivähoidossa: Alle kolmivuotiaiden lasten varhaiskasvatuksen perusteita* (s. 15–34). Helsinki: WSOY.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Tammi.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. (2012). *Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa: Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2012*.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. (2019). *Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa*:

- Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019.* Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisu 3/2019.
- Valli, R. (2018). Aineistonkeruu kyselylomakkeella. Teoksessa R. Valli (toim.), *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1: Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Valli, R. & Perkkilä, P. (2018). Sähköinen kyselylomake ja sosiaalinen media aineistonkeruussa. Teoksessa R. Valli (toim.), *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1: Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Veijalainen, J. (2020). *Lasten itsesääätely lasten kuvaamien hallintakeinojen ja tunneilmaisun näkökulmasta* [väitöskirja, Helsingin yliopisto]. HELDA. <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/318920/LASTENIT.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Veijalainen, J., Reunamo, J. & Alijoki, A. (2017). Children's self-regulation skills in the Finnish day care environment. *Journal of Early Childhood Education Research*, 6(1), 89–107. https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/218282/Veijalainen_Reunamo_Alijoki_issue6_1.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Veijalainen, J., Reunamo, J. & Heikkilä, M. (2019). Early gender differences in emotional expressions and self-regulation in settings of early childhood education and care. *Early Child Development and Care*, 191(2), 173–186. <https://www.tandfonline-com.libproxy.tuni.fi/doi/pdf/10.1080/03004430.2019.1611045?needAccess=true>
- Veijalainen, J., Reunamo, J., Sajaniemi, N. & Suhonen, E. (2019). Children's self-regulation and coping strategies in a frustrated context in early education. *South African Journal of Childhood Education*, 9(1), 1–8. <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/305433/document.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

LIITTEET

Liite 1: Kyselylomake

Alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukeminen päiväkodissa

Varhaiskasvatuksen opettajien kokemana

Hei varhaiskasvatuksen opettajat!

Olen kolmannen vuoden varhaiskasvatuksen opiskelija Tampereen yliopistosta. Kerään aineistoa kandidaatintutkielmaan, jonka aiheena on varhaiskasvatuksen opettajien kokemuksia alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemisesta päiväkodissa. Kokemukset koskevat alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemista sekä materiaalien, menetelmien ja ohjelmien soveltamista.

Kyselylomakkeeseen kaipaen vastauksia varhaiskasvatuksen opettajilta, jotka työskentelevät parhaillaan tai ovat työskennelleet aikaisemmin alle 3-vuotiaiden lapsiryhmissä. Verkkokyselyyn vastaaminen on täysin anonymia ja vapaaehtoista. Tämän täyttämiseen menee noin 10 minuuttia.

Osallistumalla annat luvan vastausten käyttöön ja suostumuksen tietojen käsittelyyn. Aineisto tuhotaan kandidaatintutkielman valmistuttua. Lisätietoja voi halutessaan kysellä sähköpostini kautta.

Kiitos jo etukäteen ja hyvää syksyn jatkoa!

Ystävällisin terveisin,
Jade Robinson
Sähköposti

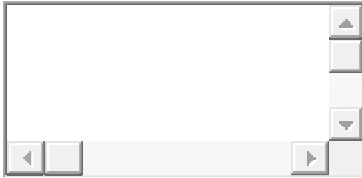
1. Kuinka kauan olet toiminut varhaiskasvatuksen opettajana?

- Alle viisi vuotta
- 5–10 vuotta
- 10–15 vuotta
- Yli 15 vuotta


2. Kuinka kauan olet työskennellyt alle 3-vuotiaiden lapsiryhmässä?

- Alle viisi vuotta
- 5–10 vuotta
- 10–15 vuotta
- Yli 15 vuotta

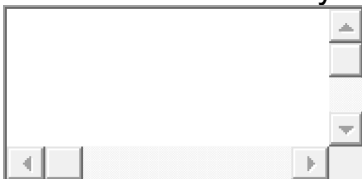
3. Minkälaisia alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitoja näet päiväkodissa?



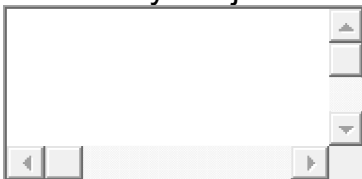
4. Miten tuet alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitoja päiväkodissa?



5. Minkälaisia materiaaleja, menetelmiä ja ohjelmia käytät alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemiseen päiväkodissa?



6. Miten sovellet materiaaleja, menetelmiä ja ohjelmia alle 3-vuotiaiden itsesäätelytaitojen tukemiseen päiväkodissa?



7. Annan luvan vastausten käyttöön.

- Kyllä
- Ei

8. Annan suostumuksen tietojen käsittelyyn.

Tietosuojailmoitus

- Kyllä
- Ei