

Liisa Laukkonen

## **Yö päiväkodissa**

Lasten kokemuksia ja aikuisten näkemyksiä Kultavuoren päiväkodin yöhoi-  
dosta

Opinnäytetyö

Kevät 2017

SeAMK Sosiaali- ja terveysala

Sosionomi (AMK)



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU  
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

## Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Sosiaali- ja terveysalan yksikkö

Tutkinto-ohjelma: Sosiaalialan koulutusohjelma

Suuntautumisvaihtoehto: Sosionomi (AMK)

Tekijä: Liisa Laukkonen

Työn nimi: Yö päiväkodissa: Lasten kokemuksia ja aikuisten näkemyksiä Kultavuoren päiväkodin yöhoidosta

Ohjaaja: Helena Järvi

Vuosi: 2017

Sivumäärä:50

Liitteiden lukumäärä: 3

---

Opinnäytteeni tavoitteena on selvittää kuinka lapset kokevat Kultavuoren päiväkodin yöhoidon. Tutkimukseni on toteutettu lasten näkökulmasta. Teoriaosioon olen koonnut tietoa yö- ja vuorohoidosta sekä hoitoon keskeisesti liittyvistä asioista. Tutkimus on toteutettu laadullisella eli kvalitatiivisella tutkimusmenetelmällä haastatteleamalla, havainnoimalla ja saduttamalla. Lopuksi olen jakanut aihealueet neljän pääteeman alle.

Tutkimus on toteutettu yhteistyössä Seinäjoen varhaiskasvatuksen kanssa. Toteuttamiini sadutuksiin on osallistunut kuusi lasta ja sadutus on käyty yksilöllisesti läpi. Samat kuusi lasta on osallistunut myös toteuttamiini yksilöhaastatteluihin. Kasvattajia on osallistunut haastatteluihini kolme ja vanhempia yksi. Haastattelutilanteet olen nauhoittanut älypuhelimella, jonka jälkeen olen litteroinut haastattelut. Olen asianmukaisesti tuhonnut äänitteet ja litteroidut tekstit opinnäytetyöni valmistuttua. Aineiston kerääminen tapahtui marraskuun 2016 ja helmikuun 2017 välisenä aikana.

Tutkimustuloksista on selvästi havaittavissa positiivisia kokemuksia Kultavuoren päiväkodin yöhoidosta enemmän kuin negatiivisia. Lapset kokevat yöhoidon osaksi arkeaan aivan kuin päivälläkin päiväkodissa olevat lapset kokevat. Vertaissuhteiden tärkeys nousi esille myös yöhoidossa sekä sisarusten tuoma turvallisuuden tunne. Lasten ikävä vanhempiaan kohtaan nousi jokaisessa haastattelussa esille. Lapsilla on vaihtelevia mielipiteitä siitä, mitä tulisi tapahtua ennen nukkumaan menoa, mutta kasvattajan lukema iltasatu nousi ehdottomasti esille positiivisena tapahtumana.

Avainsanat: lapsi, päiväkotiki, yöhoito, rutiinit, arki

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

## **Thesis abstract**

Faculty: School of Health Care and Social Work

Degree programme: Degree Programme in Social Work

Specialisation: Bachelor of Social Services

Author/s: Liisa Laukkonen

Title of thesis: A Night at the Nursery: Experiences of Children in Kultavuori Night-Time Care

Supervisor(s): Helena Järvi

Year: 2017

Number of pages: 50

Number of appendices: 3

---

The goal of my thesis is to find out how children experience Kultavuori nighttime care. This thesis was carried out from the perspective of a child. In the theory part of this thesis, I have assembled facts about nighttime care and shift care nursing. The qualitative research was used as a method in this thesis. The data was collected by carrying out interviews, observing children and using story crafting as a method.

This research was executed in co-operation with the city of Seinäjoki. Six (n=6) children were interviewed and story crafting method was used. I have also interviewed three (n=3) nurses and one parent for my thesis. The interviews were recorded using a phone and transcribed after that. The recorded data were destroyed after completing the thesis. The material for this research was collected between November 2016 and February 2017.

The results of this thesis were mainly positive. Children are used to nighttime care and it is part of their everyday life. The results showed that siblings and peer relationships are important for children in nighttime care. During the interviews, every child expressed that they were missing their parents at some point of the nighttime care. Bedtime stories were also important to children.

Keywords: child, daycare center, nighttime care, routine, ordinary

## SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä.....	2
Thesis abstract.....	3
SISÄLTÖ.....	4
1 JOHDANTO.....	6
2 VARHAISKASVATUS.....	7
2.1 Vuorohoito.....	8
2.2 Yhteistyö vanhempien kanssa.....	9
3 VUOROVAIKUTUSSUHTEET.....	11
3.1 Yhteisöllisyys.....	12
3.2 Kiintymyssuhde.....	13
3.3 Rutiinit.....	14
3.4 Arki.....	15
4 NUKAHTAMINEN JA SEN AIKANA TAPAHTUVAT REAKTIOT ...	17
4.1 Yöheräily.....	18
4.2 Unissakävely, unissapuhuminen, unissaääntely ja yökastelu.....	19
4.3 Painajaisunet ja kauhukohtaukset.....	20
5 AIKAISEMPIA TUTKIMUKSIA.....	21
6 TUTKIMUKSEN SUORITTAMINEN.....	23
6.1 Tutkimuksen tavoite ja tutkimuskysymys.....	23
6.2 Tutkimusmenetelmät.....	23
6.2.1 Havainnointi.....	24
6.2.2 Haastattelu tiedonkeruu menetelmänä.....	24
6.2.3 Lapsinäkökulma ja lasten haastattelut.....	25
6.2.4 Sadutus.....	26
6.2.5 Teemoittelu.....	27
7 KULTAVUOREN PÄIVÄKOTI.....	28
8 TUTKIMUSPROSESSI.....	30
9 TUTKIMUSTULOKSET.....	32
9.1 Aika ennen nukkumaan menoa.....	32

9.2 Nukahtaminen .....	33
9.3 Yöaika .....	35
9.4 Herääminen .....	36
<b>10 JOHTOPÄÄTÖKSET JA KEHITYSIDEAT .....</b>	<b>38</b>
10.1 Millaisena lapset kokevat Kultavuoren päiväkodin yöhoidon?.....	38
10.2 Mikä on lasten mielestä positiivista yöhoidossa? .....	40
10.3 Mikä on lasten mielestä negatiivista yöhoidossa?.....	41
10.4 Kehittämissideat Kultavuoren päiväkodin yöhoitoon liittyen.....	42
<b>11 POHDINTA .....</b>	<b>44</b>
<b>LÄHTEET .....</b>	<b>45</b>
<b>LIITTEET .....</b>	<b>50</b>

# 1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni tutkimuskohteeksi valitsin päiväkodin yöhoidon ja halusin nimenomaan tarkastella asiaa lasten näkökulmasta. Suorittaessani harjoittelua Kultavuoren päiväkodissa mielenkiintoni heräsi erityisesti yöhoitoa kohtaan. Mielenkiintoni heräsi juurikin siitä syystä, että yöhoitoa tarjoava Kultavuoren päiväkoti on ainoa laatuaan Seinäjoella, eikä muualla tarjota yöhoitoa. Lasten näkökulman valitsin sen vuoksi, että he ovat palvelun käyttäjiä ja mielestäni heidän kokemuksensa on ensisijaisesti tärkeintä päiväkodin tarjoamassa yöhoidossa. Lapsella on usein paljon tietoa ja taitoa, mitä aikuisella ei ole (Karimäki & Karlsson 2012, 9).

Olen opinnäytetyötäni varten haastatellut myös yhtä vanhempaa ja kolmea päiväkodin kasvattajaa. Heidän haastattelunsa olen ottanut työhöni siitä syystä, että saisin työhöni myös sellaisen lapsen näkökulmaa, joka ei osaa itse kertoa kokemastaan. Karimäki ja Karlsson (2012, 44) kertovat teoksessaan, että aikuinen voi ikään kuin asettua lapsen asemaan ja kertoa lapsen kokemuksista ulkopuolisena. Tietenkään kukaan ihminen ei voi tietää täysin toisen ajatuksia, mutta muulla tavoin en olisi saanut pienen lapsen näkökulmaa työhöni.

Työkokemusta varhaiskasvatuksesta minulla on reilu kaksi vuotta ja opinnäytetyöprosessin aikana olen tehnyt sijaisuuksia myös Kultavuorenpäiväkodissa, joten päiväkodin perustoiminta on minulle tuttua. Varhaiskasvatus mielletään usein päivän aikana tapahtuvaksi toiminnaksi päiväkodissa. Vaikka yöhoito päiväkodissa on täysin erilaista kuin päivähoito, se on kuitenkin tärkeä osa varhaiskasvatusta ja kaupungin perheille tarjoamia palveluita.

Tavoitteenani oli selvittää millaisena lapset kokevat Kultavuoren päiväkodin yöhoidon ja millaisia asioita he nostavat esille liittyen yöhoitoon. Tutkimuksen suoritin laadullisena tutkimuksena havainnoimalla, saduttamalla ja haastatteleamalla lapsia ja aikuisia. Teoriaosuus koostuu erilaisista aiheista, jotka liittyvät vahvasti lasten yöhoitoon. Toivon opinnäytetyöni tuovan varhaiskasvatuksen ammattilaisille, vanhemmille sekä muille kiinnostuneille tietoa yöhoidosta ja siitä miten moni asia yöhoitoon on sidoksissa. Tutkimukseni tuottamia tuloksia voi käyttää myös vuorohoitopäiväkotien toiminnan suunnittelussa.

## 2 VARHAISKASVATUS

Varhaiskasvatus tarkoittaa lapsen tavoitteellista sekä suunnitelmallista opetuksen, kasvatuksen ja hoidon muodostamaa kokonaisuutta. Tavoitteena varhaiskasvatuksen on tukea lapsen kehitystä, kasvua sekä oppimista ja lisäksi edistää lapsen kokonaisvaltaista hyvinvointia. (THL 8.12.2015.) Varhaiskasvatusta järjestetään perhepäivähoidossa, päiväkodeissa sekä myös erilaisissa leikki- ja kerhotoiminoissa (OPH [viitattu 1.6.2016]). Kunnan tehtävänä on varmistaa, että varhaiskasvatus on perheiden saatavilla heidän tarpeidensa mukaan. Varhaiskasvatusta tulee järjestää myös viikonloppuisin, iltaisin ja öisin, mikäli siihen on tarvetta. (OKM [viitattu 1.6.2016].) Yöhoito on osa varhaiskasvatusta, vaikka yöllä lapset nukkuvat; yöhoidolla taataan lapsen hyvä ja terve vuorokausirytmii, kun vanhemmat tai vanhempi on yön töissä. Varhaiskasvatus on kokonaisvaltaista, ja näin ollen lapsi oppii ja kehittyy jatkuvasti myös yöhoidossa. Lastenhoitajat ovat koulutettuja ja tietävät toimintansa periaatteet sekä velvoitteet jotka työtä ohjaavat.

Varhaiskasvatusta voidaan kuvailla lapsen eri elämänpiireissä tapahtuvana vuorovaikutuksena, josta vanhemmat ovat päävastuussa yhteiskunnan tukemana (STM 2002, 9.) Vastuu lapsen kasvatuksesta on vanhemmilla, mutta varhaiskasvatuspalvelut ovat keskeinen osa lapsiperheiden palveluissa sekä tukijärjestelmässä. Varhaiskasvatuksen tehtävänä onkin tukea lapsiperheitä vanhemmuudessa sekä lasten kasvatuksessa. Varhaiskasvatuksessa painotetaan lapsen omaehtoista leikkiä, sekä se on aina tavoitteellista toimintaa, ja varhaiskasvatusta ohjaavat valtakunnalliset varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. (Lahtinen 8.1.2016.) Nämä edellä mainitut perusteet laatii ja päättää opetushallitus, ja niiden pohjalta laaditaan myös jokaiselle kunnalle oma varhaiskasvatussuunnitelma. Jokaiselle lapselle, joka on perhepäivähoidossa tai päiväkodissa, tulee laatia oma henkilökohtainen varhaiskasvatussuunnitelma. (THL 8.12.2015.)

Varhaiskasvatukseen vaikuttaa Suomessa moni eri laki. Varhaiskasvatuksesta on erikseen oma lakinsa, sen lisäksi varhaiskasvatukseen vaikuttaa esimerkiksi asetukset lasten päivähoitosta sekä sosiaalihuoltolaki. (OPH [viitattu 3.6.2016].) Varhaiskasvatuksen keskeisinä periaatteina ovat lapsen oikeus turvattuun kehittymiseen, kasvuun ja oppimiseen, oikeus tulla kuulluksi ja ymmärretyksi kehitystason-

sa ja ikänsä mukaisesti, oikeus omaan äidinkieleen, kulttuuriin ja uskontoon tai katsomukseen, oikeus turvallisiin ihmissuhteisiin, terveelliseen ja turvattuun ympäristöön, missä voi toimia ja leikkiä monipuolisesti, sekä oikeus saada tarvitsemaansa erityistä tukea (Stakes 2005, 12).

Varhaiskasvatuksessa on merkittävästi läsnä kasvatuksellinen kumppanuus sekä vuorovaikutus vanhempien, lasten ja varhaiskasvatuksen henkilöstön välillä. Varhaiskasvatukseen kuuluu myös yhteistyö muiden eri tahojen kanssa, jotka palvelevat lasta ja perhettä, kuten sosiaali-, terveys- ja opetustoimi sekä lapsi- ja perheyötä tekevät järjestöt, yhteisöt sekä seurakunnat varhaiskasvatuspalveluineen. (STM 2002, 9.) Lapsen erossaolo vanhemmastaan saattaa olla hyvinkin stressaavaa ja näkyä lapsen kehonkielessä (Savage 2013), tästä syystä yhteistyö eri tahojen, kuten vanhempien ja päiväkodin, välillä on ensisijaisen tärkeää.

## 2.1 Vuorohoito

Harva päiväkodeista tarjoaa lapsille vuorohoitoa. Yleensä kunnissa on muutama päiväkotitoiminta, johon sijoittuvat sellaiset lapset, joilla ilmenee vuorohoidon tarvetta. Vuorohoito saattaa rajoittua vain iltoihin tai varhaisiin aamuhiin. Yöhoito kuuluu myös vuorohoidon nimikkeeseen. Suomen laissa määritellään, että lapsen on saatava hoitoa sinä vuorokauden aikana, kun on tarve. Eli kunnan tulee järjestää tai ostaa ostopalveluna myös vuorohoitoa, mikäli kuntalainen sitä tarvitsee. (L 36/1973.)

Vuorohoidon järjestämisestä päivähoitossa ei ole tehty tarkempaa lakia, säädöstä tai tarkempia ohjeita. Kunnat saavat itse määrittää omat käytännöt vuorohoidon suhteen. Kunnan on kuitenkin järjestettävä hoitoa tavalla tai toisella, ostopalveluna tai kunnan omien palveluiden avulla. Vuorohoito tarkoittaa lapsen hoitoa, joka tapahtuu niin sanotun virastoajan ulkopuolella, eli viikonloppuisin tai kello viiden jälkeen illalla. Lapset, joiden molemmat vanhemmat tekevät töitä tai opiskelevat epätyypillisinä hoitoaikoina tarvitsevat tällöin vuorohoitoa tai lapsen vanhempi on yksinhuoltaja ja hänen työaikansa on epätyypillinen. (Säkinen 2010, 9.) Lapsen vanhempien vapaapäivät ovat kuitenkin aina myös lapsen vapaapäiviä, viikonpäivästä riippumatta (Vuorohoito, [viitattu 31.10.2016]). Kunnallisessa päivähoitossa



olevista lapsista seitsemän prosenttia tarvitsee vuorohoitoa (Myllyniemi, Pekkari-  
nen & Vehkalahti 2012, 36). Vuorohoito on laajentunut huomattavasti 2000-luvulla,  
ja työelämän muutokset tuovat paineita vuorohoitopalveluiden laajenemiselle (Pe-  
tjäjäniemi & Pokki 2010, 9.)

Sinkkonen (2013) kertoo lapsen persoonan ja iän vaikuttavan vuorohoitoon sopeu-  
tumisessa. Hän painottaa etenkin tärkeäksi kerrottavan lapselle mitä on tapahtu-  
massa ja lapsen oloa voidaan helpottaa käyttämällä erilaisia symboleita, kuten  
kuvia tai univereita. Sinkkosen mielestä on todennäköistä, että jossakin vai-  
heessa vuorohoitoa lapsi saattaa tuntea hylätyksi tulemista, sillä läheisistä ihmisistä  
erossaoloajat ovat välillä hyvinkin pitkiä aikoja. Se, miten vanhemmat kokevat  
elämänsä, heijastuu myös lapseen. Mikäli vanhemmista vuorotyö tuntuu kaootti-  
selta ja sekavalta, tunne siirtyy helposti myös lapseen.

Ahola (2013, 8-9) kertoo, että aikuisen syli ja päivärytmi ovat erittäin suuressa  
merkityksessä vuorohoidossa. Päivärytmin avulla lapsen ei tarvitse jännittää tule-  
vaa hoitopäivää ja Ahola korostaa myös lapsen oman lelun tuovan turvaa hoito-  
päivään eri vuorokauden aikoina. Ahola painottaa vuorohoidossa olevan tärkeää  
myös vanhempien kuunteleminen ja työntekijöiden ammattitaidon ylläpitäminen.  
Vuorohoito kokonaisuudessaan pyrkii keskittymään lasten arjen pyörittämiseen  
päiväkodissa.

## **2.2 Yhteistyö vanhempien kanssa**

Vanhempien kanssa tehtävän yhteistyön halusin mukaan opinnäytetyöhöni, sillä  
se on aina suuressa roolissa varhaiskasvatuksessa. Tärkeää on myös yhteistyö  
yöhoitoa tarvitsevien lasten vanhempien ja työntekijöiden välillä. Yöhoito vaatii  
vanhemmilta paljon luottamusta päiväkodin kasvattajia kohtaan, sillä lapset viettä-  
vät pitkiäkin aikoja päiväkodissa. Yö itsessään on meille jokaiselle henkilökohtai-  
nen asia ja lapselle yö ja pimeys voi olla pelottaviakin asioita. Hoitajien on hyvä  
tietää lapsen tottumuksista ennen enimmäistä yötä päiväkodissa, tällöin vanhem-  
pien ja hoitajien yhteistyö korostuu ja lapsen yöstä saadaan mahdollisimman suju-  
va.

Päivähoidon ammattilaisten ja vanhempien muodostama vastavuoroinen vuorovaikutus muodostaa yhteistyön vanhempien ja kasvattajien välille. Tarkoituksena on, että vanhemmat ja kasvattajat pystyisivät sujuvasti jakaa lapsen kasvatustehtävän yhteisesti, mutta korostetaan kuitenkin vanhemman roolia lapsen ensisijaisena ihmissuhteena ja kasvattajana. Näin ollen kasvatukseen liittyviä kysymyksiä ja havaintoja on luontevampaa jakaa puolin ja toisin. (Kanninen & Sigfrids 2012, 133.)

Ammattilaisen yksi tärkeä tehtävä yhteistyössä on kuulla vanhempia, vastaanottaa ja muodostaa asiasta vuoropuhelu yhdessä vanhemman kanssa, jotta lapsen ääni saataisiin mahdollisimman hyvin esille (THL [viitattu 31.10.2016]). Haapsalo ([viitattu 31.10.2016]) korostaakin yhteistyössä vanhemman ja ammattilaisen kohtaamista, sillä se on aina subjektiivista ja ammattilaisen tulee tiedostaa se jo heti alkutaipaleella. Yhteistyötä toteutettaessa vanhemmat ja kasvattajat ovat samantarvoisia. Tavoitteena on, että lapsi tulee mahdollisimman kokonaisvaltaisesti ymmärretyksi ja nähdyksi. Vastuu yhteistyön sisältyvyydestä päivähoitoon on kasvattajilla. Tärkeää on, että yhteistyön ilmapiiri pysyy raukkaana, ja ettei kasvattajien ja vanhempien välille pääsisi muodostumaan konflikteja. Mahdollisimman avoin ja miellyttävä vuoropuhelu vanhemman ja kasvattajan välillä tuo helpotusta vanhemman arkeen, sillä usein vanhempi haluaa tietää mitä hänen lapsensa on päivähoitossa tehnyt ja miten asiat ovat sujuneet, silloin kun hän itse ei ole voinut olla läsnä. Luottamuksen synnyttyä vanhempi voi huoletta keskittyä omaan työhönsä, sillä hän tietää lapsensa olevan turvallisessa ympäristössä luotettavien kasvattajien kanssa. (Kaskela & Kekkonen 2008, 17-18, 21.)

Haapsalo toteaa yhteistyön haasteena olevan perhekäsitykset ja perhemuodot. Muutokset perhesuhteissa saattaa tuoda yhteistyölle aivan erilaisia tarpeita. Ammattilaisesta saattaa muodostua vanhemmalle tuki, joka kuuntelee ja jolle voi jakaa huolensa. Tällaisessa tilanteessa yhteistyön tuoma apu saattaa parantaa lapsen sekä koko perheen hyvinvointia. (Haapsalo [viitattu 31.10.2016].)

### 3 VUOROVAIKUTUSSUHTEET

Halusin vuorovaikutuksen ottaa teoriaani, koska lapsen ja aikuisen välillä on aina vuorovaikutusta. Illalla ennen nukkumaan menoa lapsi ja aikuinen keskustelevat monista asioista, mikäli lapsi tulee hoitoon niin, että hän ei mene suoraan nukkumaan. Vielä lapsen ollessa vuoteessaan, hän ja kasvattaja vaihtavat ajatuksiaan ja mikäli lapsi herää yöllä, aikuisen ja lapsen välillä on vuorovaikutusta. Aamuisin vuorovaikutus taas voimistuu aamutoimissa.

Sosiaalinen vuorovaikutus liittyy olennaisesti lasten kehitykseen sekä elämäntaitojen oppimiseen. Useimmille lapsille kanssakäyminen ja vuorovaikutus päivähoitossa on vaivatonta ja helppoa aikuisten ja muiden lasten kanssa. On myös lapsia, jotka eivät kykene tuottamaan puhetta syystä tai toisesta, jolloin kommunikointi jää heikoksi. (Keskinen & Parkkinen 2005, 18.) Lasten vuorovaikutus kehittyy iän myötä. Yksivuotiaiden lasten vuorovaikutus on keskittynyt enemmän fyysiseen kuin sanalliseen toimintaan kun puolestaan viisi vuotias lapsi hallitsee sanallisen vuorovaikutuksen lähes kokonaan ja käyttää sitä enemmän vuorovaikutustilanteissa. (Koivunen & Lehtinen 2015, 176.)

Vuorovaikutus on tärkeää. Se on suuri osa päiväkodin arkea. Myös yöksi tulevien lasten on tunnettava olonsa turvalliseksi ja aikuisten viestintä on suuressa roolissa. Näin ollen nukkumaan meno on rauhallista ja lapsella on hyvä olo. Mikäli lapsi kokee vaikeaksi jonkin asian ennen nukkumaan menoa, kasvattajan on tärkeää reagoida tilanteeseen oikealla tavalla. Mikäli kasvattaja ei osaa lähestyä lapsen ongelmaa oikealla tavalla, voi tilanne jatkua hankalana aina nukkumaan menoon asti. Tällaisia tilanteita voi olla esimerkiksi yöpuvun vaihtaminen.

Päiväkodissa lapsen vuorovaikutus perustuu aikuisten ja lasten välisiin suhteisiin. Vuorovaikutus voi olla sanallista tai sanatonta. Itsetunnon kehittymisen kannalta sanaton vuorovaikutus korostuu enemmän kuin sanallinen. Lapsen aito kuunteleminen on vuorovaikutuksessa ensiarvoisen tärkeää. (Koivisto 2011, 44-46.) Aikuisen luoma positiivinen suhtautuminen lapseen tuo lapselle perusturvallisuuden tunteen (Tiusanen 2008, 79).

Lapsilla on myös vuorovaikutusta keskenään. Tämäkin vaikuttaa yöhön päiväkodissa, sillä lapset eivät yleensä nuku yksin huoneessa, vaan muiden lasten kanssa. Lasten välinen vuorovaikutus saattaa olla vaikeuttavana tekijänä nukkumaanmenossa. Kommunikaation tuottamien haasteiden vuoksi aikuista tarvitaan erilaisissa tilanteissa, kuten esimerkiksi lohduttamaan itkevää tai rauhoittamaan leikkivää lasta.

### **3.1 Yhteisöllisyys**

Yöllä päiväkodissa olevat lapset muodostavat oman yhteisön. Yhteisöllisyys näkyy myös vuorohoidon puolella. Tämä yhteisö ei kuitenkaan ole kiinteä vaan se saattaa vaihdella, sillä lapset eivät ole aina samoja.

Yhteisöllisyydellä tarkoitetaan yhteenkuuluvuuden tunnetta, joka ihmiselle muodostuu ryhmässä, ja että yksilö kokee yhteisön merkityksen sekä hänen tarpeensa toteutuvat. Lasten ensimmäinen yhteisöllisyyden kokemus tapahtuu yleensä päiväkodissa, missä lapset ja aikuiset yhdessä muodostavat yhteisön. (Marjanen, Marttila & Varsa 2013, 20, 22-23.)

Vuorovaikutustaitojen harjoittamiselle yhteisö luo hyvät mahdollisuudet, sekä mahdollisuuden harjoittaa muiden ystävällistä kohtelua sekä roolien ottamista ja jakamista. Yhteisten sääntöjen luominen toimii yhteisöön kuulumisen vahvistajana. Päiväkodin yhteisössä aikuisilla on merkittävä tehtävä olla lapsille roolimalleja sekä kehittää yhteisöllisyyttä. (Marjanen, Marttila & Varsa 2013, 20, 22-23.)

Toisten lasten kanssa touhutessa lasten vuorovaikutustaidot kehittyvät ja lapsi tarvitsee myös vertaistukea opitellessaan uusia taitoja. Yhteisön rakentuminen saattaa viedä enemmän aikaa lapsilla kuin aikuisilla, sillä lapset vasta opettelevat vuorovaikutustaitojaan, ja tämä puolestaan hankaloittaa lasten välisten suhteiden syntymistä. Päiväkodin arki muodostaa yhteisölle rutiinit, joiden tahdissa yhteisö toimii. (Koivula 2010, 26-27.)

### 3.2 Kiintymyssuhde

Mikäli vanhemman ja lapsen välisessä kiintymyssuhteessa ilmenee jotain huolestuttavaa, on kasvattajan tehtävä olla perheen tukena ja ottaa asia hienovaraisesti puheeksi (Laakso 2015). Kiintymyssuhde voidaan jakaa osiin, jotka ovat turvallinen, turvaton sekä kaoottinen. Turvaton kiintymyssuhde voidaan jakaa vielä kahteen osa-alueeseen, jotka ovat välttelevä sekä ristiriitainen kiintymyssuhde. Turvallinen kiintymyssuhde muodostuu helposti lapselle, joka on saanut vauvasta lähtien riittävästi hoivaa ja huolenpitoa vanhemmiltaan. Välttelevä ja turvaton kiintymyssuhde saattaa muodostua lapselle, joka ei kuule tai näe riittävästi positiivisia tunneilmaisuja, kuten lepertelyjä tai hymyä. Ristiriitainen ja turvaton kiintymyssuhde saattaa muodostua lapselle, joka ei koskaan osaa ennakoimaan vanhempiansa tunnereaktioita etukäteen. Mikäli lapsi joutuu kokemaan kaltoinkohtelua, muodostuu hänen kiintymyssuhteensa yleensä kaoottiseksi. (Rautanen 2015.)

Lapsille heidän omat vanhemmat ovat usein niitä tärkeimpiä ihmisiä. Hyvä ja vahva kiintymyssuhde tukee lapsen sosiaalista ja emotionaalista kehitystä (Lacher, Nichols, Nichols & May 2012, 24). Kolmen ensimmäisen vuoden aikana lapsi kehittyy kokonaisvaltaisesti eniten, ja tämän kehityksen aikana lapsen merkittävin kehitys tapahtuu kiintymyssuhteen luomisessa tunnetasolla tärkeisiin aikuisiin, jota puolitoistavuotiaalla voi olla 2-3, joista yhteen kiintymyssuhde on vahvin (Keltikangas-Järvinen 2012, 26, 36). Luonnollisesti lapsi sopeutuu oman vanhemman luomaan turvaan ja turvallisuuden tunteeseen. Kiintymyssuhde muokkaa lapsen ajattelua, oppimista, havainnointia sekä tulkintaa ja se kehittyy lapsen kehityksen mukaan. (Kanninen & Sigfrids 2012, 30.)

Lapselle muodostuu turvallinen kiintymyssuhde aikuisen reagoidessa aktiivisesti lapsen tuottamiin hätähuutoihin ja muihin aloitteisiin (Rusanen 2011, 58). Kiintymyssuhteen muodostuessa turvalliseksi, lapsi saa hyvän käsityksen itsestään itsenäisenä olentona sekä käsityksen siitä, kuinka ihmiset suhtautuvat toisiin ihmisiin. Mikäli lapselle kehittyy turvaton kiintymyssuhde, voi hänelle olla tulevaisuudessa vaikeaa ylläpitää erilaisia ihmissuhteita, kuten ystävyysuhteita. Lapsi tarvitsee hoivaa ja huolenpitoa, hänelle tärkeältä aikuiselta, jotta turvallinen kiintymyssuhde voi syntyä. Pienet lapset hakevat turvaa aikuisesta, johon he ovat saaneet luoda turvallisen kiintymyssuhteen. Alle vuoden ikäisillä lapsilla on usein ha-

vaittavissa erilaisia käyttäytymisen muutoksia erilaisissa tilanteissa, kuten selkeää vierastamista muita aikuisia kohtaan, keskittymisen herpaantumista vanhemman lähtiessä pois huoneesta tai vanhemman perään pyrkimisenä hänen lähtiessä kauemmas lapsesta. Vielä alle kahden vuoden ikäiselle lapsellekin voi kokonainen hoitopäivä tuntua pitkältä ajalta, mutta tällöin hyvin helpotusta saattaa tuoda oma pehmolelu, valokuvat vanhemmista tai kasvattajan lohdutus. (Keltikangas-Järvinen 2012, 26-27, 32-34, 40.)

Aikuiset ajattelevat lapsen olevan turvassa päivähoitossa omassa sängyssään, tämä kuitenkin voi olla lapselle pelottavaa. Lapsi saattaa kokea joitain tilanteita uhkaavina, mikäli vanhempi tai omahoitaja ei ole paikalla. Tällaisia tilanteita saattaa aktivoida pimeys, kipu, väsymys, pelko, ero vanhemmista, vieraat henkilöt, äkilliset kovat äänet tai nopeat lämpötilan vaihtelut. Väsyneenä lapsella on suurempi tarve päivähoitossa omahoitajaan kuin tavallisesti. Lapsi voi kokea stressiä ja turvattomuutta arjen rutiinien muuttuessa erilaisiksi. Päiväkodissa tällaisia tilanteita voi olla pukemis- ja riisumistilanteet, vessakäynnit ja nukuttaminen, sillä lapsi on tottunut hoitamaan nämä asiat yhden tai kahden vanhempansa kanssa, ja päiväkodissa tilanteessa onkin lapselle vieraampi aikuinen. Kiintymyssuhteen taso vaikuttaa siihen kuinka hyvin lapsi pystyy toipumaan erilaisista stressitekijöistä, eli mitä vahvempi suhde lapsella ja vanhemmalla on, sitä helpommin lapsi pystyy toipumaan päiväkodissa ilmenevistä haasteista. (Kanninen & Sigfrids 2012, 30-31, 35.)

### **3.3 Rutiinit**

Lapsen perusrajoista rutiini on yksi tärkeimpiä. Rutiinit tuovat lapselle turvallisuuden tunteen. Lapsi kykenee jäsentämään rutiinien avulla paremmin mitä tapahtuu seuraavaksi, esimerkiksi iltatoimien jälkeen lapsi osaa ennakoida nukkumaan menon ja valmistua siihen. Rutiinien avulla lapsi oppii rytmittämään päiväänsä, esimerkiksi nukkumaan riittävästi. Lapsen siirtyessä uuteen ympäristöön, kuten päiväkotiin, rutiinit auttavat lasta sopeutumaan paremmin ympäristöönsä. (Matilainen 2008, 23-25, 28.)

Paloluoto korostaa rutiinien ajallista paikkaansa pitävyyttä etenkin lapsen nukku-  
maanmenoaikana, mutta se ei kuitenkaan tarkoita minuutilleen määriteltyjä aikoja,  
vaan esimerkiksi noin tunnin sisälle sisällytetysti. Perheenyhdessä olo on myös  
tärkeä osa rutiineja, mutta tässä tapauksessa kellon ajoilla ei ole niin suurta merki-  
tystä mihin aikaan päivästä perhe viettää yhteistä aikaa. Paloluodon mielestä rutiini-  
neista voidaan poiketa, se saattaa vaikuttaa lapsiin hyvin erilaisesti, sillä jotkut  
lapset eivät ole niin sidonnaisia arjen rutiineihin kuin toiset. Lapsen olisi hyvä saa-  
da olla mukana luomassa perheelle omia rutiineja, esimerkiksi silloin kun van-  
hemmat muuttavat erotilanteessa eri osoitteisiin ja lapsi elää kahden kodin välillä.  
(Paloluoto 2015.)

Rutiinit ovat lapsen arjen sujuvuuden kannalta kaiken perusta. Päiväkodissa rutiinit  
muodostavat päivärytmin, joka kestää aina yön yli seuraavaan aamuun. Rutiinit  
tuovat lapselle turvallisuuden tunnetta, vahvistaa toimintakykyä ja itseluottamusta  
sekä lapsi jaksaa paremmin (Arkirytmii [viitattu 1.11.2016].) Lapsi saattaa illalla olla  
virkeä ja touhuta, kun pitäisi mennä nukkumaan. Matilaisen mukaan lapsen kui-  
tenkin kuuluu mennä nukkumaan silloin kun on sen aika, eikä silloin kun lapsi al-  
kaa näyttää väsymyksen merkkejä. Rutiinit helpottavat myös usein ilmeneviä ”ilta-  
takkuja” ennen nukkumaan menoa aikuisen ja lapsen välillä. Lapsen unettomuus-  
teen auttaa myös säännöllinen liikunta ja terveelliset ruokailut. (Matilainen 2008,  
107 – 108, 111.)

### **3.4 Arki**

Suomalaiset lapset viettävät suuren osan arjestaan päiväkodissa ja usein lapsille  
päiväkoti paikkana merkitsee vanhemmista erossa olemista. Päiväkodissa lapselle  
herää erilaisia tunnelmia ja vahvasti läsnä on myös kaipaus omaa vanhempaa  
kohtaan. (Kyrönlampi 2011, 22 – 33.) Päiväkodissa tärkeää on luoda arjesta mah-  
dollisimman kiireetön. Näin mahdollistuu lapsilähtöisempi toimintatapa, joka sisäl-  
tää aikaa lapsille (Koivisto 2011, 51).

On huomattavaa, kuinka lapset oppivat arjesta elämän tärkeitä asioita. Tällaisia  
asioita ovat esimerkiksi puhtauden tärkeyden arjen toiminnoissa tai ruuan merki-  
tyksen omaan jaksamiseen. Lapsi oppii arjessa jatkuvasti uusia asioita ja tarkaste-

lu näkökulma laajenee lapsen kehittyessä sekä lapsi oppii ymmärtämään arjen toimintojen tarkoituksen.



## 4 NUKAHTAMINEN JA SEN AIKANA TAPAHTUVAT REAKTIOT

Yöhoitoon liittyy vahvasti lasten nukahtaminen sekä yölliset heräilyt. Jokainen lapsi nukahtaa eri tavalla ja joillakin saattaa olla omia rituaaleja ennen nukahtamista. Yön aikana voi myös lapsilla ilmetä erilaisia tapoja, kuten unissakävelyä tai unisapuhumista.

Tärkeä edellytys lapsen kasvulle ja leikille on, että lapsi saa tarpeeksi unta ja lepoa, ja mitä pienemmästä lapsesta on kysymys, sen enemmän lapsi tarvitsee unta (Litja & Oinonen 2000, 43). Hyvä ja riittävä uni on tärkeää lapsen kehitykselle (Frank 2011, 221). Hyvä ja rauhallinen ilta on edellytys sille, että lapsen nukkumaanmeno sujuu myös rauhallisesti ja hyvin (Keski-Rahkonen & Nalbantoglu 2011, 61). Ennen nukkumaan menoa lapsella saattaa olla erilaisia rutiineja, jotka tuovat lapselle turvallisuuden tunteen. Lapsella saattaa olla sängyssä vielä oma tärkeä uniturva kuten riepu, pehmolelu tai tutti. Lapsi oppii koko ajan uusia taitoja ja joskus lapsen on vaikea lopettaa harjoittelemisen ja käydä nukkumaan. Lapsi saattaa pitkittää nukkumaan menoa erinäisillä tekosyillä kuten, janolla tai vessahädällä. Vanhemmat oppivat kuitenkin nopeasti millaisia keinoja lapsi käyttää estääkseen nukkumaan menon. Aikuinen huolehtii ennen lapsen sänkyyn ohjaamista, että kaikki perustarpeet on täytetty. Lapsi saattaa tuntea myös kaipuuta kahdenkeskisestä ajasta vanhempansa kanssa, ja tämän vuoksi ei haluaisi nukahtaa, vaan mieluummin olla vanhempansa kanssa. (Litja & Oinonen 2000, 43-44.)

Lapsi tarvitsee rauhallisen ja turvallisen tilan nukkumiseen. Tärkeää onkin, että lapsella on mahdollisuus omaan tilaan nukkumaan mennessä. Tarkoituksena on, että lapsi voi rauhoittua, eikä tarvitse olla niin kutsutussa valmiustilassa ja odottaa sitä, milloin joku ”hyppää niskaan”. (Kanninen & Sigfrids 2012, 122.) Lapsen iltarutiineissa aikuisen tulee huomioida, mikä lapselle on mieluisaa ja mistä lapsi ei pidä, sillä esimerkiksi mikäli hampaiden pesu on lapselle epämieluisaa ja se tehdään viimeisenä asiana ennen sänkyyn menemistä, saattaa lapsi mieltää myös nukahtamisen epämiellyttävänä (Keski-Rahkonen & Nalbantoglu 2011, 63).

Lapsen kehitykseen on tyypillistä jossakin vaiheessa ilmenevät ohimenevät nukkumisen ongelmat. Lapsen unettomuuden syy voi tuntua aikuisesta vähäpätöiseltä, mutta syy on lapselle kuitenkin niin painava, ettei nukahtaminen onnistu. Estei-

tä nukahtamiselle lapsella voi olla esimerkiksi kuumuus, kylmyys, jano, nälkä tai kutina. Lapsen sairastaessa yöllisiä heräämisiä ilmenee, sillä esimerkiksi nuha häiritsee lapsen unta. (Litja & Oinonen 2000, 43.) Keski-Rahkonen ja Nalbantoglu (2011, 177) nostavat yleiseksi nukahtamisen häiritseväksi tekijäksi lapsen atooppisen ihottuman ja sen aiheuttaman kutinan nukahtamishetkellä.

Niin aikuisella kuin lapsellakin saattaa ilmetä nukahtamisen alkuvaiheessa pieniä ja lyhytkestoisia säpsähdyksiä, jotka saattavat johtua esimerkiksi putoamisen tai sähköiskun tunteesta. Tämä johtuu siitä, että nukahtamistilanteessa aivot tulkitsevat tilanteen väärin kehon rentoutuessa. Lapsella saattaa ilmetä rytmillistä liikehdintää nukahtamistilanteessa, kuten pään hieromista tyynyyn tai konttausasennossa heijaamista, mutta tämä poistuu noin kahden ja kolmen ikävuoden iässä. (Keski-Rahkonen & Nalbantoglu 2011, 182-183.)

Keski-Rahkosen ja Nalbantoglun mukaan lapsella ei välttämättä ole taitoa nukahda itsenäisesti, mikäli hän on tottunut vanhemman läheisyyteen nukahtaessaan ja tämä saattaa olla yksi yleisimpiä lapsen univaikeuksiin liittyviä seikkoja. Lapsi saattaa kehittää itselleen aivan omia rutiineja, jotka auttavat häntä nukahtamaan, tällainen rutiininomainen tapa voi olla esimerkiksi vanhemman sormesta kiinni pitäminen. (Keski-Rahkonen & Nalbantoglu 2011, 54-55, 57.)

#### **4.1 Yöheräily**

Lapset havahtuvat melkein joka yö tarkistaakseen, että kaikki on niin kuin pitää. Tämä ei kuitenkaan jää lapsen muistiin ja tilanne on hyvin huomaamaton, ettei aikuiset edes huomaa sitä. Mikäli lapsi on nukutettu jossakin muualla kuin sängyssä, saattaa lapsi säikähtää havahtuessaan yöllä. Lapsi tulee rauhoittaa mahdollisimman tynesti, ettei hän piristy liikaa, vaan kykenee jatkamaan nukkumista. Usein lapsilla on tapana havahtuessaan yöllä, kömpiä vanhempien viereen nukkumaan, sillä he kokevat sen turvallisemmaksi paikaksi kuin oman sänkynsä. (Litja & Oinonen 2000, 45-46.)

Vanhemman vahva läheisyys lapsen vierellä nukahtamistilanteessa saattaa aiheuttaa helposti yöheräilyjä lapselle. Herätessään yöllä lapsi saattaa herättää myös

vanhempansa ja tämä viittaa siihen, ettei lapsi osaa nukahtaa ilman aikuisen vahvaa läsnäoloa. On olemassa erilaisia unikouluja, joiden avulla saadaan parannettua lasten yöunia ja näin ollen myös muun perheen yöt rauhoittuvat. Unikoulun tarkoituksena on siis opettaa lapselle uusi tapa nukahtaa ja säilyttää pitkäkestoinen un. Tämän onnistuttua myös lapsen ja vanhempien vuorovaikutus on usein parantunut. Ennen kuin unikoulu kannattaa aloittaa on hyvä tarkastaa, ettei lapsen yölliset heräilyt johdu sairaudesta. (Keski-Rahkonen & Nalbantoglu 2011, 54 – 56,58 – 61.)

#### **4.2 Unissakävely, unissapuhuminen, unissaääntely ja yökastelu**

Unissakävely on yleistä lapsilla ja sitä ilmenee 15 – 40 prosentista lapsista. Unissakävelyä saattaa olla se, kun lapsi nousee sänkynsä viereen seisomaan ja menee nopeasti takaisin sänkyynsä tai se voi olla myös sitä, että lapsi poistuu huoneesta tai mahdollisesti myös ulos koko rakennuksesta. Unissakävelevä lapsi saattaa näyttää ensin hereillä olevalta, sillä tavallisesti silmät ovat auki, mutta liikehdintä on kömpelöä ja lapsi on sekavan oloinen. (Keski-Rahkonen & Nalbantoglu 2011, 192.)

Unissapuhuminen on vielä yleisempää kuin unissakävely. Lapsilla unissapuhumista ilmenee 85 prosentilla. Unissapuhuminen saattaa olla yksittäisiä sanoja tai kokonaisia lauseita, eivätkä ne välttämättä liity mitenkään unissapuhujan tavanomaiseen puheeseen. Unissapuhuminen ja unissakävely ovat molemmat vaarattomia, eikä niitä tarvitse hoitaa. (Keski-Rahkonen & Nalbantoglu 2011, 192 – 193.)

Noin kolmannes osa ihmisistä äänтелеe öisin. Ääntelyt saattavat olla örinää, nariina, voihkimista tai hampaiden narskutusta. Ääntelyihin ei tarvitse puuttua, paitsi jos se häiritsee muita kanssanukkuja. Lapsilla saattaa ilmetä myös tahatonta yökastelua, mikä tarkoittaa jossakin vaiheessa yötä tapahtuvaa virtsan karkailua. Yökastelua voi tapahtua esimerkiksi lapsella, joka opettelee kuivaksi tai lapsella, jolla on esimerkiksi jännitystä tai ongelmia kotona. (Keski-Rahkonen & Nalbantoglu 2011, 193 – 194, 197.)

### 4.3 Painajaisunet ja kauhukohtaukset

Leikki-ikäisillä lapsilla ilmenee ajoittain painajaisunia. Sama painajainen saattaa toistua lapsella viikkojakin, ja nukkumaan menemisestä saattaa tulla pelottavaa. Tavallisesti pahaan uneen heräävät lapset itkevät ja ovat peloissaan. Päivän tapahtumat vaikuttavat lapsen uniin, mitä enemmän päivän aikana on ollut ohjelmaa, niin sitä levottomampi uni lapselle muodostuu. Unimaailmassa lapsi on yleensä yksin, ilman vanhempiaan. Painajaisissa pelottavat otukset käyttäytyvät siten kuin lapsi itse purkaa omaa vihaansa. Televisio on usein painajaisunien lähteenä, mikäli lapsi on katsonut liian jännittävää ohjelmaa tai vaan pienen pätkän haitallises- ta ohjelmasta. Lapsi saattaa nähdä painajaisunia, vaikka hän ei olisi kokenut mi- tään pelottavaa lähiaikoina. (Litja & Oinonen 2000, 47 – 48.)

Lapsi saattaa saada nukkuessaan niin kutsutun kauhukohtauksen. Kauhukohtaus ilmenee lapsen siirtyessä syvään uneen (Keski-Rahkonen & Nalbantoglu 2011, 188). Tällainen kohtaus voi ilmetä monella eri tavalla ja on hereillä olevalle yleensä pelottava näky. Muutama tunti lapsen nukkumaan menosta, saattaa lapsi alkaa itkeä ja huutaa, mutta ei ole silti kokonaan hereillä. Lapsella saattaa olla silmät auki, mutta katse on jähmettynyt ja tuijottava. Lapsi voi olla kalpea, hikoileva ja sydän tykyttää tavallista kiivaammin. Tällöin lasta ei välttämättä saa hereille, mutta mikäli lapsi saadaan hereille, on hän hämillään ja sekava. Tilanne menee noin vii- dessätoista minuutissa ohi, eikä lapsi muista tapahtunutta ja nukahtaa syvään uneen. Tällaiset kauhukohtaukset eivät ole vaarallisia. (Litja & Oinonen 2000, 48 – 49.)

Kauhukohtaukset eivät siis ole lapselle yhtä pelottavia kuin painajaisunet, ja mikäli asiasta yritetään kertoa lapselle, saattaa se aiheuttaa lapsessa turhaa pelkoa nuk- kumaanmenoa kohtaan. Kauhukohtauksia pystytään ehkäisemään säännöllisillä rutiineilla ja arkirytmillä. Stressaavat ja uudet tilanteet, sekä vieraat nukkumispaikat, lisäävät lapsen mahdollisuuksia saada kauhukohtaus. (Keski-Rahkonen & Nalbantoglu 2011, 188 – 189.)

## 5 AIKAISEMPIA TUTKIMUKSIA

Lasten yöhoitoa on tutkittu vain vähän ja myös vuorohoitoa on tutkittu melko niukasti, varsinkin lasten näkökulmasta. Hannuniemi on tehnyt tutkimuksen lapsen arjesta vuorohoitoon liittyen. Tutkimuksessaan hän on pääsääntöisesti kerännyt aineistonsa havainnoimalla päiväkodin arkea sekä haastatteleamalla päiväkodin johtajaa ja päiväkodin opettajaa. (Hannuniemi 2011, 1.) Tutkimuksessaan Hannuniemi tutkii sitä, miten vuorohoidossa olevan lapsen arki rakentuu, miten vuorohoidossa oleva lapsi rakentaa arkeaan toiminnallisesti ja millaisessa vuorovaikutuksessa vuorohoidossa oleva lapsi on muiden lasten ja päiväkodin työntekijöiden kanssa (Hannuniemi 2011, 28).

Tutkimuksessaan Hannuniemi saa selville seuraavanlaisia tuloksia; lapsen pysyviä rakenteita ovat päiväkodin tilat, toimintakulttuuri ja aikajärjestys, missä päivittäisiä toimia tehdään. Päiväkodin päiväjärjestys pysyy melko lailla samanlaisena ja tietyt toimet tapahtuvat tiettyyn kellon aikaan, lapset saavat kuitenkin vaikuttaa tekemiensä paljon aikoina, jotka on varattu leikille. Kyseisessä päiväkodissa onkin varattu paljon aikaa vapaalle leikille. Lapsen käymää vuorovaikutusta tukee se, että hänellä on päiväkodissa paljon aikaa leikille ja puitteet pitkäkestoiseenkin leikkiin. Haasteeksi vuorovaikutukselle Hannuniemi kertoo olevan se, että lapsilla on yksilölliset hoitoajat ja tutustuminen muihin lapsiin saattoi kestää pitkään tästä syystä. (Hannuniemi 2011, 75 – 77.)

Kääriäinen (2005) on tehnyt tutkimuksen, joka käsittelee vuorohoidon laatua lasten kokemana. Hän on haastatellut lapsia aiheesta ja vanhemmille hän on laatinut kyselyn. Tulokseksi Kääriäinen sai positiivisen vaikutelman ilta- ja yöhoidosta. Tutkimuksessa on saatu selville, että lapset kokevat yöhoidon osana normaalia arkea ja elämää, eikä kehittämissuhteita ole aineistossa esitetty juurikaan, eli lapset ja vanhemmat lienevät tällöin tyytyväisiä saamaansa palveluun ja sen laatuun. (Kääriäinen 2005, 2.)

2014 vuonna on toteutettu tutkimus ”Kuka meitä yököttää?": Lasten kokemuksia vuorohoidosta, joka tarkastelee vuorohoitoa lasten näkökulmasta. Tutkimus toteutettiin opinnäytetyönä yhden päiväkodin kanssa yhteistyötä tehden. Tutkimuksessa haastateltiin seitsemää lasta, jotka olivat olleet päiväkodissa jokaisena vuorokau-

den aikana. Tässä tutkimuksessa saatiin selville lasten tulevan pääsääntöisesti mielellään päiväkotiin ja kokevan aamusta iltaan päiväkodissa olon mukavana. Yöhoito oli heistä ikävintä ja se herätti monenlaisia tunteita. (Meriläinen 2014, 2.)

## 6 TUTKIMUKSEN SUORITTAMINEN

Tässä kappaleessa kerron millä menetelmillä olen opinnäytetyöni tutkimuksen tehnyt. Lisäksi kerron myös tutkimukseni tavoitteista ja tutkimuskysymyksiä. Kerron haastattelun käytöstä tiedonkeruu menetelmänä ja kerron myös siitä, mitä pitää ottaa huomioon kun haastattelee lasta. Kerron myös sadutuksen käytöstä menetelmänä.

### 6.1 Tutkimuksen tavoite ja tutkimuskysymys

Opinnäytetyöni tutkii millaisena lapset kokevat yöhoidon Kultavuoren päiväkodissa Seinäjoella. Opinnäytetyöni tavoite on selvittää, millaista yöhoito on lasten mielestä ja samalla kartoittaa kehitettävät asiat siinä. Tutkimuskysymyksiä minulla on kolme:

1. Millaisena lapset kokevat Kultavuoren päiväkodin yöhoidon?
2. Mikä on lasten mielestä positiivista yöhoidossa?
3. Mikä on lasten mielestä negatiivista yöhoidossa?

### 6.2 Tutkimusmenetelmät

Toteutin tutkimukseni kvalitatiivista menetelmää käyttäen. Kvalitatiivinen menetelmä mahdollistaa tutkittavan aiheen kokonaisvaltaisen tarkastelun (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 161.) Menetelmä sopii mielestäni hyvin lapsinäkökulmaa tutkivaan opinnäytetyöhön, sillä se mahdollistaa lapsen kohtaamisen henkilökohtaisesti. Kvantitatiiviseen tutkimukseen olisi mahdotonta saada tämän ikäisiä lapsia vastaamaan, sillä eiväthän he osaa kirjoittaa tai lukea. Haastatteluvaiheessa tutkimukseen osallistuvilla on tärkeää painottaa, että haastattelut ovat anonyymejä. Tämä saattaa vaikuttaa tutkimukseen osallistuvien vapautuneempaan kerrontaan aiheesta. (Mäkinen 2006, 114 – 115.)

### **6.2.1 Havainnointi**

Havainnoin lasten toimintaa, eleitä, ilmeitä ja heidän ja kasvattajien välistä vuorovaikutusta Kultavuoren päiväkodissa kahtena yönä. Tällä pyrin siihen, että saisin mahdollisimman kattavan näkemyksen yöhoidon käytännöistä. Se auttaisi ymmärtämään paremmin haastateltavia haastatteluissani. Havainnoinnin lisäksi dokumentoin havaintoni, jotta niitä olisi helpompi hyödyntää tutkimuksen edetessä.

Havainnointi perustuu aistien varaisiin toimintoihin ja dokumentointiin. Havainnoinnin avulla oppii tuntemaan lapsen ja käsittämään erilaisia käyttäytymisiä ja niiden syitä. Se helpottaa myös ymmärtämään paremmin lapsen näkökulmaa. Havainnointi voi olla avointa tai salaista, mutta lapset huomaavat helposti, mikäli jokin poikkeaa tavallisesta ja kyseenalaistavat nopeasti vieraan ihmisen läsnäolon sekä mahdollisen dokumentoinnin. Havainnoijan tulisi antaa lapsille itsestään jokin selitys, sillä se saa lapset helpommin unohtamaan vieraan ihmisen läsnäolon. (Koivunen & Lehtinen 2015, 16, 56.) Tutkimuksessani käytän osallistuvaa havainnointia, jolloin tutkija toimii aktiivisesti tiedonantajien kanssa, ja tällöin tärkeäksi osaksi muodostuu sosiaaliset vuorovaikutustaidot (Sarajärvi & Tuomi 2009, 82).

Dokumentointi on tärkeää havainnoinnin yhteydessä ja sen tulisi olla jatkuvaa, ettei havainnoidut asiat unohdu. Mitä enemmän dokumentoitua aineistoa paperille on kirjattuna, sitä enemmän aineistoa on. (Koivunen & Lehtinen 2015, 78.)

### **6.2.2 Haastattelu tiedonkeruu menetelmänä**

Käytän opinnäytetyössäni teemahaastattelu -menetelmää, jossa haastattelen kasvokkain lapsia, vanhempia sekä henkilökuntaa. Haastateltavia henkilöitä on yhteensä kymmenen. Jokainen haastattelu on nauhoitettu, jotta haastatteluja olisi helpompi tarkastella ja palata keskustelussa taaksepäin. Jokainen nauhoitettu aineisto on litteroitu, sillä tämä toimii hyvin muistin tukena. Litteroinnissa on tärkeää saada haastateltavan tuottama puhe sanasta sanaan tekstiksi, muokkaamatta heidän sanojaan lainkaan (Vilkkä 2005, 116).



Haastattelussa etuna on sen joustavuus, eli haastattelijalla on mahdollisuus tarkentaa tai toistaa kysymys uudelleen (Sarajärvi & Tuomi 2009, 73). Haastattelu tilanne luodaan samoilla periaatteilla, kuin mikä tahansa muu vuorovaikutustilanne. Kysymme kysymyksiä, teemme oletuksia ja osoitamme kiinnostusta, aivan kuten asiointikäynneillä virastoissa, lapsen ja vanhemman välisessä keskustelussa ja tutkijan ja tutkittavan välisessä vuorovaikutuksessa. Arkikeskustelun sujuvuus helpottaa luottamuksen syntymistä haastattelutilanteessa. Arkikeskusteluun voidaan liittää tietynlaisia julkaisemattomia sääntöjä, kuten koska on sopivaa ottaa puheenvuoro. Tutkimushaastattelu poikkeaa arkikeskustelusta kuitenkin sillä, että haastateltavalla on tieto, jonka haastattelijalla haluaa kuulla, mutta kuitenkin haastattelijalla ohjaa keskustelua haluamiinsa aihealueisiin. (Ruusuvuori & Tiittula 2005, 22.)

### **6.2.3 Lapsinäkökulma ja lasten haastattelut**

Lapsinäkökulmaisessa tutkimuksessa tavoitellaan lapsen tuottamaa tietoa ja näkökulmia aiheesta. Lasten toiminta on yhteydessä hänen toimintaympäristöönsä, aikaan, paikkaan sekä henkilöihin, jotka toimivat yhdessä lapsen kanssa. Usein lapsinäkökulmaisessa tutkimuksessa nousee vahvasti myös esille vuorovaikutus aikuisten kanssa. (Karimäki & Karlsson 2012, 23 – 24.)

Aikuiset voivat myös kertoa erilaisia näkemyksiä asettuen lasten näkökulmaan. Lapset ja aikuiset ovat useissa asioissa samanlaisia, mutta lapset ovat myös erityisiä. Lapsille ominaista on tuottaa tietoa puhutun kielen isäksi monipuolisesti myös elehtien. Näin ollen tutkimusasetelmassa tulee olla sopivasti tilaa muutoksille, jotta lapsi voi tuoda mahdollisimman monipuolisesti näkemystään ilmi. (Karimäki & Karlsson 2012, 44, 49 – 50.)

Lapsia haastateltaessa on muistettava asettaa haastattelukysymykset lasten näkökulmasta katsoen (Kyrönlampi 2011, 23). Haastateltaessa ja haastattelukysymyksiä laatiessa on tärkeää ottaa huomioon lapsen kehitystaso. On tärkeää kysyä lapsen vanhemmalta tutkimuslupa ennen haastattelua. Haastattelijan rooli vaikuttaa siihen, kuinka lapsi tuo äänensä esiin haastatteluissa. Lapset käyttävät usein kehoaan ja leluja kertoessaan asioita. Tämä on tärkeää huomioida ennen haastat-

telun tekemistä. Lasta haastateltaessa yksi tärkeimmistä asioista on, että haastattelija puhuu lapsen kanssa samaa kieltä. Tämä tarkoittaa sitä, että haastattelija käyttää samoja sanoja asioista kuin lapsi. Haastattelijan on kuunneltava ja tunnistettava lapsen tapa puhua ja sovittaa oma puheensa samoihin ilmaisuihin ja tapoihin. (Ruusuvuori & Tiittula 2005, 145-146, 154.)

Lasta tulee kuulla monin eri tavoin, jotta mahdollisimman monet erilaiset lapset ja asiat tulevat kuulluksi. Päivittäisen kuuntelemisen lisäksi haastatteluilla, kyselyillä, kahdenkeskisillä keskusteluilla ja visuaalistamalla erilaisten lasten asiat tulee kuulluksi. Lapsen kuuleminen vaatii haastattelijalta keskittymistä lasten tuottamille ajatuksille ja riittävästi aikaa. (Turtiainen 2001, 10.)

#### **6.2.4 Sadutus**

Opinnäytetyössäni käytin sadutusta yhtenä menetelmänä kuulla lapsia. Karlsson ja Riihelä (2006, 18) määrittelee sadutuksen olevan laajasti kokeiltu suomalainen sosiaalinen innovaatio, joka on havaittu toimivaksi myös EU:n alueella. Saduttamista voi toteuttaa aina yksi vuotiaista lapsista lähtien iäkkäisiin henkilöihin (Karlsson & Riihelä 2006, 18-19).

Saduttamalla voidaan tuottaa narratiiveja, joissa mielenkiinto kohdistuu lapsen tuottamaan tarinaan (Karimäki & Karlsson 2012, 170). Sadutuksen voi toteuttaa joko yhden lapsen tai lapsi ryhmän kanssa. Sen avulla lapset pystyvät tuomaan omia ajatuksiaan tarinan muodossa esille ja se onkin yksi väline tai tapa tuottaa tietoa. Sadutettaessa aikuinen kehottaa lasta tai lapsi ryhmää kertomaan oman tarinan, jonka aikuinen kirjoittaa sanatarkasti ylös. Sadutuksessa aikuiselta vaaditaan kiinnostusta kuulla mitä lapsella on sanottavanaan. (Karlsson 2014, 18, 20, 23.)

Jokainen sadutus on erilainen, ja näin ollen lapsen tuottamista tarinoista löytää aina joitakin uusia näkökulmia erilaisiin asioihin. Sadutusta voidaan kuvailla kuuntelevana, leikkisänä, voimavarakeskeisenä, vapauttavana, yhdistävänä, avoimena ja tasavertaisena menetelmänä. (Karlsson 2014, 24-25.) Lapsen kertoessa tarinaansa hän voi rajata kertomustaan haluamallaan tavalla sekä liittää siihen mah-

dollisesti leikin eri elementtejä (Karlsson 2006, 10). Tarinan ollessa valmis, aikuinen lukee sen lapselle (Riihelä 2006, 23).

### **6.2.5 Teemoittelu**

Käytän opinnäytetyössäni teemoitteluä menetelmänä. Olen haastatteluista ja sadutuksista poiminut asioita jotka liittyvät teemoihini. Neljä teemaani on: aika ennen nukkumaanmenoa, nukahtaminen, nukkuminen ja herääminen. Olen valinnut nämä teemat koska työni käsittelee yötä, jonka olen jakanut ajanjaksoja kuvaaviin teemoihin.

Teemoittelu on menetelmä, jota käytetään kvalitatiivisen eli laadullisen tutkimuksen analyysissä. Teemoittelun avulla pyritään hahmottelemaan tutkimuksen keskeiset aihepiirit. Aihepiirit, eli teemat voivat olla tutkimusaineistossa usein esiin nousevia asioita. Teemoittelun avulla aihealueet voidaan ryhmitellä sujuvasti ja se mahdollistaa aihealueiden yksityiskohtaisemman tarkastelun. (Koppa [viitattu 11.4.2017].)

## 7 KULTAVUOREN PÄIVÄKOTI

Opinnäytetyöni keskittyy Kultavuoren päiväkotiin, joka sijaitsee Seinäjoella Jouppilanvuoren vieressä. Kultavuoren päiväkoti on ainoa päiväkoti Seinäjoella, joka tarjoaa lapsille ympärivuorokautista hoitoa. Päiväkoti pyrkii luomaan kaikkina vuorokauden aikoina lapselle turvallisen kasvu-, hoito sekä oppimisympäristön vanhempien kanssa yhteistyötä tehden. (Autio, Hemminki, Kaitaniemi, Keskitalo & Ojala 2012, 3.)

Kultavuoren päiväkodissa toimii päivisin viisi eri lapsiryhmää, sekä leikkitoiminta. Lapset ovat sijoittuneet iän mukaan omiin ryhmiinsä. Päiväkodissa toimivaa vuorohoitoryhmää kutsutaan Yökyöpeleiksi. Yökyöpelien ryhmä tarjoaa Kultavuoren päiväkodin ja myös koko Seinäjoen seudun lapsille hoitoa iltaisin sekä öisin ja viikonloppuisin. Lapset ovat iältään alle vuoden vanhoista aina eskari-ikäisiin saakka. Yökyöpelit pyrkivät kuitenkin jakamaan lapsia hieman ikäryhmittäin pienempiin ryhmiin sekä korostamaan kodinomaisuutta iltaisin ja viikonloppuisin. Toiminta keskittyy siis pääpiirteittäin tavallisiin arjen toimintoihin, kuten ulkoiluun, ruokailuihin sekä leikkeihin. (Autio ym. 2012, 3 – 5.)

Työntekijät ovat määritelleet 2006 vuonna Kultavuoren päiväkodille neljä tärkeimmäksi kokemaansa arvoa ja ne ovat lapsen hyvinvointi, yhteistyö vanhempien kanssa, yhdessä toimiminen sekä ammattitaito. Vanhempien toiveille sekä lasten omille luonteenpiirteille annetaan riittävästi tilaa ja ne huomioidaan toiminnassa. Lapsen ja aikuisen välistä vuorovaikutusta pidetään ensiarvoisen tärkeänä Kultavuoren päiväkodissa (Autio ym. 2012, 5-6, 9.)

Yökyöpeleiden tiloista on pyritty tekemään mahdollisimman kodinomaiset. Eteistilasta löytyy nojatuoli, missä lapsen on mukava tulla aikuisen syliin kuuntelemaan vaikka satua. Tiloihin on muokattu niin kutsuttu tupakeittiö, jossa yhdistyy lasten leikki-tila sekä ruokailutila. Tupakeittiöstä on liukuovi huoneeseen missä on sohva ja televisio. Tässä tilassa lapsilla on mahdollisuus katsoa lastenohjelmia iltaisin ja viikonloppuaamuisin, aivan kuin kotonakin. Nukkumishuone on iso, jotta sinne mahtuisi mahdollisimman tilavasti paljon lapsia. Nukkumishuoneessa on hyvä ilmanvaihto, että nukahtaminen olisi lapsille miellyttävä kokemus. Kultavuoressa kaikki lapset nukkuvat samassa isossa huoneessa ja sänky ei aina ole sama kuin

viime kerralla. Jokaisella nukkuvalla lapsella on päiväkodilta omat petivaatteet, jotka siirtyvät sitä mukaan, kuinka hoitajat parhaakseen näkee lapsen nukkupaikan.

Lasten tullessa esimerkiksi aikaiseen aamuun niin, että lapsi menee vielä nukkumaan aamulla, saavat he eteisestä tulla käytävää suoraan nukkumahuoneeseen, Tämän ansiosta lapsella on mahdollisimman vähän herättäviä tekijöitä matkan varrella. Samoin tilat toimivat hyvin lapsille, jotka heräävät aamulla nukkarista, jolloin heillä on puolessa välissä matkaa vessa, jossa he käyvät aamupesuilla ja pukemassa. Sen jälkeen he lähtevät omaan ryhmäänsä odottamaan aamupalaa.

Kultavuoren päiväkodin yökyöpeleiden ryhmässä on lapsilla mahdollisuus käydä suihkussa ennen nukkumaan menoa. Jokaisella lapsella on oma hammasharja ja -tahna nimikoidussa mukissa päiväkodin vessan hyllyllä. Kultavuoressa rutiinit toimivat samankaltaisina joka päivä, vaikka kasvattajat vaihtuvatkin. Yökyöpelin tilat mahdollistaa hyvin lapsille rauhallisen leikin, sillä siellä on mahdollisuus jakaa lapsia leikkeihin eri tiloihin. Mikäli lapsia on paljon, on myös mahdollista käyttää muiden ryhmien tiloja iltaisin ja viikonloppuisin.

Kultavuoren päiväkodin vuoro hoitajat pääsääntöisesti lastenhoitajia ja he panostavat mahdollisimman kodinomaiseen ympäristöön ja arkeen vuorohoidon puolella. Tämä siksi, että lapset saattavat viettää päiväkodissa yli vuorokauden yhtäjaksoisesti ja näin ollen tarvitsee turvallisen ja kodinomaisen ympäristön, mikä mahdollistaa kodinomaisen tunnelman. Tämä ei ole kuitenkaan ole täysin mahdollista aina, sillä harvoin vain yksi lapsi on päiväkodissa missään vuorokauden aikaan.

## 8 TUTKIMUSPROSESSI

Kiinnostuin lasten yöhoidosta suorittaessani sosionomi opintoihin kuuluvaa sektori-harjoittelua Kultavuoren päiväkodissa. Aihetta ei oltu tutkittu kyseisessä päiväkodissa ja joidenkin työntekijöiden mielenkiinto heräsi heti kertoessani aikomuksistani toteuttaa tutkimus aiheesta. Tämän innoittamana lähetin tutkimuslupahakemuksen 2016 keväällä Seinäjoen varhaiskasvatusjohtajalle saanen sieltä hyväksyvän vastauksen.

Keräsin kattavan teoriataustan kesän ja syksyn mittaan aiheesta, käyttäen paljon korkeakoulukirjaston materiaalia lähteenä. Tutkimuskysymykseksi muodostui, kuinka lapset kokevat Kultavuoren päiväkodin yöhoidon. Marraskuussa kävin havainnoimassa kaksi yötä Kultavuoren päiväkodissa, kiinnittäen huomioni kokonaisvaltaisesti lasten toimintaan. Havainnointikertoja oli kaksi ja molemmat alkoivat suunnilleen iltapalan aikoihin eli noin kello 19. Illalla havainnoin lapsia jotka olivat jäämässä yöksi päiväkotiin ja pyrin olemaan jatkuvasti samassa tilassa heidän kanssaan. Olin mukana illasta aamuun heidän jokaisessa hetkessään, aina omaan ryhmään siirtymiseen asti. Kirjasin havainnoidessani tarkasti ylös kaikkea mitä lapset tekivät, puhuivat, ilmeilivät yms. Havainnointi oli mielekäästä ja siihen oli helppo paneutua, sillä tehtäviini ei kuulunut millään lailla lasten kaitseminen. Koin havaintojeni muodostuvan tarkasti, vaikka havainto kertoja olikin vain kaksi.

Marraskuun ja joulukuun aikana sadutin kuutta lasta, joista neljä oli tyttöä ja kaksi poikaa. Lapset valikoituivat sillä perusteella, ketkä ovat paljon yöhoidossa Kultavuoren päiväkodissa. Saduttaessani lapsia annoin heille aiheen, joka muodostui aina lapsen nimestä ja siihen liitettynä yö päiväkodissa, esimerkiksi ”Liisan yö päiväkodissa”. Muuten lapset saivat vapaasti kertoa aiheesta ja välillä aihe poikkesikin alkuperäisestä. Saduttamiset toteutin hiljaisessa ryhmätilassa mukavassa tunnelmassa kuten sohvalla istuen. Lopuksi luin aina lapsen tuottaman tarinan ääneen lapselle ja sitä oli vielä mahdollisuus muokata. Sadutukset kestivät viidestä minuutista kolmeenkymmeneen minuuttiin.

Haastattelin myös kuutta lasta, joita olin aikaisemmin saduttanut. Haastattelut tapahtuivat joulukuun aikana. Haastattelut toetutin teemahaastatteluna ja nauhoitin haastattelut puhelimen nauhurille. Muodostin itse haastattelukysymykset (Liite 1),

jotka perustuivat teoriaan. Haastatteluissa oli myös tilaa lapsen tuottaa omia ajatuksiaan yöhoidosta ilman kysymyksen tuomaa raamia. Toteutin haastattelut rauhallisessa tilassa, jossa ei ollut muita häiriötekijöitä. Haastattelut kestivät kymmenestä minuutista viiteentoista minuuttiin.

Lasten lisäksi haastattelin kolmea työntekijää ja yhtä vanhempaa. Työntekijät valikoituivat sen perusteella, ketkä olivat tehneet Kultavuoren päiväkodissa yövuoroja. Työntekijöitä erotti kuitenkin heidän työkokemuksensa, sillä halusin tällä mahdollisesti saada erilaista näkökulmaa aiheeseen. Työntekijöiden haastattelut toteutuivat tammikuussa 2017 ja haastatteluiden kestot olivat noin puoli tuntia. Vanhemman haastattelun toteutin helmikuussa, ja se kesti kymmenen minuuttia. Toteutin myös nämä haastattelut teemahaastatteluina ja nauhoitin ne. Muodostin myös itse haastattelukysymykset (Liite 2 & Liite 3) teoriaan perustuen. Sekä vanhemmalla että työntekijöillä oli mahdollisuus tuoda vapaasti haastattelukysymysten ulkopuolelta tietoa aiheesta. Haastattelutilanteet toteutuivat rauhallisessa tilassa, jossa ei ollut muita ihmisiä.

Tutkimukseni tuotti hyvin aineistoa tulosten selvittämiseen. Havainnoinnista muodostui kahdeksan sivua litteroitua tekstiä, sadutuksista puolestaan neljä sivua. Haastattelut tuottivat itsessään lasten haastatteluista yhdeksän sivua ja työntekijöiden ja vanhemman haastatteluista yhteensä yhdeksän sivua. Yhteensä litteroitua tekstiä syntyi 30 sivua.

## 9 TUTKIMUSTULOKSET

Tutkimustulokset muodostuvat havaintojen, sadutusten ja haastattelujen yhteenvedosta. Tutkimukseni tuottamat tulokset ovat esiteltyinä teemoittain. Tuloksista löytyy myös aineistosta poimittuja vastauksia, jotka ovat merkittynä sisennettyinä ja sitaateissa. Tutkimukseen osallistuneiden henkilöiden tunnistettavuuden vuoksi tuloksissa kerrotaan yleisellä tasolla lasten vastauksista sekä työntekijöiden ja vanhemman vastauksista. Tuloksissa näkyy myös otoksia tutkimuksen aineistosta.

### 9.1 Aika ennen nukkumaan menoa

Yö Kultavuoren päiväkodissa on haastattelemilleni lapsille arkipäivää, lapset eivät koe yöhoitoa mitenkään erikoisena. Lapset tietävät rutiinit, jotka toistuvat aina päiväkodissa jokaisena vuorokauden aikana, ja osaavat toimia niiden mukaisesti. Tämä vähentää lasten tarvetta murehtia sitä mitä seuraavaksi tapahtuu, vaan he osaavat toimia sujuvasti tilanteesta toiseen. He tulkitsivat yöhoitoon tulemisen mielenkiintoisena, jännittävänä ja kivana, sillä päiväkotia on erilainen kuin koti, ja usein siellä on myös kavereita ja paljon erilaisia leikki mahdollisuuksia. Lapset odottavat ketä muita heidän kanssaan päiväkodissa yöpyisi tulevana yönä. He kokevat yöhoidon verrattavissa yökyläilyyn. Jokainen lapsi on kuitenkin yksilö ja jokainen kokee erilaisia asioita eritavalla. Lapsen ikä ei esimerkiksi vaikuta siihen, kuinka lapsi kokee yöhoitoon tulemisen.

”No hyvin vaihtelevasti, se riippuu aivan siitä, onko pitkä vapaaputki siinä ennen yöhoitoa. Jokkut tulee itkien ja jokkut tulee ihan hyvällä mielellä. -työntekijä”

Aina lapsille yöhoitoon tuleminen ei kuitenkaan ole helppoa, sillä kaikilla ihmisillä on joskus huonojakin päiviä, tai pidemmän loman jälkeen yöhoitoon jääminen saattaa lapsesta tuntua pahalta ja itkettää. Lapsen tullessa ensimmäistä kertaa yöhoitoon, jännittää yleensä kovasti ja ehkä hieman pelottaakin mennä nukkumaan muiden lasten kanssa, mahdollisesti ihan jopa vieraiden, tai että nukuttamassa ei olekaan oma vanhempi vaan varhaiskasvattaja. Lapsi näyttää tunteensa



voimakkaimmin silloin kun oma vanhempi on näköetäisyydellä, mutta vanhemman lähdettyä töihin lapsi kiinnostuu ympärillä tapahtuvasta elämästä ja unohtaa hetkeksi ikävänsä. Päiväkodin rutiinit eroavat kotirutiineista ja tämä tuo myös pahaa oloa, sellaiselle lapselle, joka on aloittanut hiljan yöhoidon. Tällöin myös ikävä vanhempia kohtaan voimistuu.

”Mutta en tykkää nukkua, koska leikit jää kesken ja kotona ei saa jatkaa. -lapsi”

Lapsille nousi tärkeänä osana myös pikkukakkosen katsominen osana yöhoidon rutiineista. Vastaava rutiini on myös monessa kodissa käytössä, joten se tuo oman turvallisuuden tunteen lapsille. Lapset nostavat yöhoidosta esille usein myös iltapalan, jonka he kokevat mielekkäänä yhteisenä hetkenä ennen iltatoimia.

Monet lapset tulevat yöhoitoon suoraan yövaatteissa, valmiina nukkumaan. Tämän vuoksi lapset kokevat yöhoitoon tulemisen tylsänä, sillä väsymys painaa jo päälle. Isommat lapset haluavat tehdä itsenäisesti ja rauhassa iltatoimet ja näyttää tällä lailla osaavansa toimia itse. Yövaatteiden vaihtaminen ja iltatoimet päiväkodissa sai tasapuolisesti sekä negatiivisen vastauksen että positiivisen, osa lapsista kokevat sen vievän osan leikkiajasta ennen nukkumaan menoa. Tärkeänä asiana lapset pitivät iltatoimien jälkeen saavansa vielä hetken leikki aikaa ennen nukkumaan menemistä.

## 9.2 Nukahtaminen

Nukkuminen ei useinkaan ole lasten mieluisin tekeminen, mikäli he saavat sen valita. Näin ollen myös tutkimuksen tulokset osoittavat suurimman osan lapsista pitävän nukkumaan menemistä kurjana asiana. Kuitenkin pääsääntöisesti lapset nukahtavat hyvin helposti Kultavuoren päiväkodissa.

Tärkeänä asiana nousi kuitenkin sisarusten tärkeys yöhoidossa. Lapsille on tärkeää päästä nukkumaan mahdollisimman lähelle sisarustaan ja sitä kautta saamaan turvallisuuden tunteen. Lapset nostavat esille myös vahvasti arvostavansa rauhassa nukkumista, mikä toteutuu heidän mielestään Kultavuoren päiväkodissa hyvin. Kotona saattaa olla omat askareet, joita on vielä illalla aikuisilla tehtävänä

tai sisarukset vievät enemmän huomiota. Vastakohtana lapset joutuvat myös odottamaan kauemmin saavansa esimerkiksi silitystä päiväkodissa kuin kotona, jos kyseessä on perheen ainut lapsi.

”Uni ei yleensä tuu ja jos radio on päällä niin ei se ikinä tuu. Sieltä tulee musiikkia ja levyjä. -lapsi”

”Tykkään mä jos ne lukee. Tai kyllä ne aina lukee. Mut silloin on mukavaa. -lapsi”

Jokainen lapsi nosti esille ikävän aineistossa, ja se korostui vielä enemmän juuri ennen nukahtamista. Ikävän kohteet vaihtelivat äidistä isään tai omiin leikkikaluihin. Myös ikävän voimakkuus on hyvin lapsikohtaista ja osa lapsista ei tuo ikäväänsä esille lainkaan. Unen odottaminen tuntuu lapsista joskus pitkältä ajalta. Osa lapsista moitti musiikkia, päiväkodin nukuttamismetodina, ja sen vuoksi oma nukahtaminen pitkittyi. Kasvattajan lukema iltasatu puolestaan nousi jokaisessa aineiston keruu menetelmässä positiivisesti esille. Lapset odottavat satua ja haluavat saada kuunnella sen rauhassa. Välillä sadut ovat lasten mielestä liian lyhytkestoisia. Lapset ovat halukkaita valitsemaan iltasadun, jonka aikuinen lukee.

” Omat unikaverit, jollakin on joskus ollut äidin yöpaita joukossa ja sellaiset, ne jotka tuntuu sellaiselta omalta rätit, tutit ja sellaiset mitkä tuntuu omalta. -työntekijä”

”Päiväkodissa on ihan kiva olla, mutta yläsängyssä on vähä vaikeempi nukkua, ja kotona on kivempi. -lapsi”

Oma unikaveri on usealle lapselle tärkeä päiväkodissa, ja sen kotiin jääminen harmittaa lasta. Joillakin lapsilla unikavereita pitää olla joukossa useampia. Unikaverit vaihtelevat laidasta laitaan, joillakin lapsilla on mukanaan tavallinen lelu ja joillakin äidin paita, kuva vanhemmista. rätti tai tutti. Aineiston mukaan kaikki lapset eivät olleet tyytyväisiä nukkumaan aina tietyssä sängyssä, vaan halusivat vaihtaa nukkumapaikkaansa esimerkiksi yläsängystä alasänkyyn.

”No koska se on liian jännittävää. Ku aikuiset nukuttaa ja ne tulee mun sängyn viereen ja mä en nää niitä. -lapsi”

Kultavuoren päiväkodissa on iso nukkumahuone, jonka lapset kokevat ehkä hie-  
man pelottavana, kun siellä on pimeää. Moni lapsi haluaakin, että hänet peitellään  
niin kutsuttuun pesään, jossa saa olla enemmän omassa turvassa. Sängyt pyri-  
tään asettelemaan valmiiksi siten, että lasten ei tarvitse nukkua kovin erillään toi-  
sistaan.

Toisten lasten läsnäolo nukkumaan mennessä, tuo tietyllä tapaa myös turvallisuus-  
den tunnetta lapsille. Osa lapsista kehuivat toisten lasten kanssa nukkumista suo-  
rastaan ihanaksi. Joskus voi kuitenkin olla, että on vain yksi lapsi yöhoidossa, ja  
tällöin nukahtaminen tuntuu kurjemmalta, sillä ei ole turvaa muista lapsista isossa  
nukkumahuoneessa.

Haastatteluista nousi esille, kuinka osalle lapsista muodostuu selvästi kiintymys  
tiettyjä kasvattajia kohtaan yöhoidossa, ja odottavat saada olla yötä hänen kans-  
saan päiväkodissa. Nukuttavan aikuisen vaihtuvuus päiväkodissa, ei haittaa lap-  
sia. Lapset huomioivat myös aikuisten erilaiset tavat nukuttaa, myös vanhempien  
erilaiset nukuttamistavat huomioidaan. Silittäminen oli yhden lapsen mielestä has-  
sua, sillä ei ollut kotona tottunut tällaiseen. Kaikki lapset eivät välitä silittämisestä,  
ja joko sanovat sen ääneen tai viestivät sen kehonkielellään. Aineistosta nousi  
esille myös osan lapsista jännittävän aikuisen tulemista sängyn viereen, sillä lapsi  
ei näe aikuista pimeyden vuoksi.

Lapset tiedostavat aikuisten puuttuvan epäsopivaan käytökseen, kun pitäisi nuk-  
kua. Aikuisia ei kuitenkaan pelätä, vaan pikemminkin tietoisuus tuo lapsille turvalli-  
suutta. Lapset korostivat myös sitä, kuinka tieto heidän käytöksestään yön aikana,  
liikkui aina heidän vanhempiansa korviin hakuhetkellä.

### **9.3 Yöaika**

Herkkäunisille lapsille muiden lasten läsnäolo aiheuttaa yöllisiä heräämisiä muiden  
äännehdintään tai vessassa käymiseen. Lapset kuitenkin tottuvat nopeasti erilai-  
siin äännähdyksiin nukkuessaan muutaman yön päiväkodissa

Painajaisunien pelko päiväkodissa nousi myös esille haastatteluissa. Pelko on  
suurempi kuin kotona, sillä päiväkodissa vanhemmat eivät ole läsnä ja vanhem-

man viereen ei ole mahdollista siirtyä nukkumaan. Painajaisunen näkeminen päiväkodissa saattoi jäädä lapsen mieleen lujemmin kuin esimerkiksi kotona nähty uni.

”Aika usein joku herää yöllä siihen, ettei ole sitä äitiä vieres, itkee, ettii äitiä. -työntekijä”

Kultavuoren päiväkodissa lapset saattavat herätä yöllä tutin putoamiseen suustaan ja itkevät sen vuoksi hetken aikaan. Lapset näkevät myös paljon unia ja saattavat herätä niihin yöllä tai säpsähdellä unien mukaan. Ikävä saattaa saada lapsen myös hereille yöllä. Vessahätä on usein lapsen heräämisen syyn taustalla ja sen rinnalle muodostuu helposti myös ikävä ja paha olo.

Unissa kävelemistä ja unissa puhumista on myös ollut Kultavuoren päiväkodissa. Yöllä herätessään lapsi saattaa tuntea pelon tunnetta isossa nukkumahuoneessa, sillä kasvattaja ei välttämättä ole paikalla, vaan mahdollisesti tekemässä tietokoneella töitä tai siivoamassa.

#### 9.4 Herääminen

”Lapsella on hyvä mieli, kun se näkee että tämä aikuinen minut nukutti ja nyt se sanoo, että yö on menny. -työntekijä”

”Jännittävää. Kun saa nukahtaa ja herätä toisten lasten kanssa. -lapsi”

Lapsen on huojentavaa kuulla aamulla yön olevan ohi. Lapset kokevat aamulla heräämisen toisten lasten kanssa jännittäväksi ja miellyttäväksi. Lapset heräävät yksitellen aamulla. Joistakin lapsista herätys tuntuu liian varhaiselta ja se synnyttää kiukkua aamuun. Koska aamupala alkaa kello kahdeksalta, täytyy lasten herätä aikaisin, jotta saavat tarvitsemansa aamupalan ryhmässä. Sisaruksista ja kavereista on tukea myös aamun touhuissa ja saa lapset toimimaan hyvällä mielellä heti herätyksestä lähtien.

Lasten herätessä ja mahdollisen huonotuulisuuden lomassa kasvattajan ja lapsen välinen vuorovaikutus on jälleen tärkeässä roolissa. Kasvattajan tulee osata koh-

data lapsi oikealla tavalla, jotta lapsen aamu alkaisi parhaalla mahdollisella tavalla eikä huonotuulusuus jatkuisi pitkälle päivää.

## 10 JOHTOPÄÄTÖKSET JA KEHITYSIDEAT

Tässä kappaleessa kerron tutkimuskysymys kysymykseltä opinnäytetyöni tuloksista. Vaikka koen yöhoidon olevan jo sellaisenaan laadukasta Kultavuoren päiväkodissa, pohdin myös tapoja kehittää ja parantaa sitä entuudestaan.

### 10.1 Millaisena lapset kokevat Kultavuoren päiväkodin yöhoidon?

Tutkimukseni osoittaa, Kultavuoren päiväkodin tarjoavan lapsille turvallista ja hyvää yöhoitoa lasten mielestä. Lapset kokevat yöhoitoon tulemisen pääsääntöisesti miellyttävänä. Yöhoito on osa lasten arkea, aivan kuten niille lapsille, jotka ovat ainoastaan päivällä päiväkodissa. Kultavuoren päiväkodin tarjoama kodinomaisuus vuorohoidon tiloissa, tasapainottaa lasten arkea. Yhteistyö vanhempien kanssa takaa lapselle mahdollisimman hyvän perustan yöhoidolle. Kultavuoren päiväkodin arjen rutiinimaisuus tuo sujuvuutta iltoihin ja aamuihin. Lapset tietävät, mitä milloinkin tapahtuu ja kuinka tulee toimia. Tämä vähentää lasten pahan olon syntymistä ja mahdollistaa osaltaan myös lasten osallisuutta heidän osatessaan ennakoida tilanteita ja tietäessään seuraavan toiminnon.

Lapsille tutut rutiinit helpottavat lasten ja myös kasvattajien toimintaa aina nukkumaanmenoon asti. Tutut rutiinit tuovat turvallisuuden tunnetta lapsille ja sujuvuutta toimintaan. Lapset kokevat yöhoidon mielenkiintoisena, jännittävänä ja kivana koska eivät ole kotona ja päiväkodissa on kavereita ja leikkimahdollisuuksia. Lapset odottavat mielenkiinnolla, ketä muita on tulossa yöhoitoon ja kokevat yöhoidon olevan verrattavissa yökyläilyyn. Jokainen lapsi on yksilö ja jokainen kokee yöhoidon omalla tavallaan. Tutkimukseni mukaan ikä ei tähän kokemukseen vaikuta, mutta kuitenkin esimerkiksi Sinkkonen (2013) sanoo, että iällä on merkitystä lapsen kokemukseen yöhoidosta.

Yöhoitoon tuleminen ei aina ole helppoa, sillä onhan kaikilla huonojakin päiviä. Loman jälkeen yöhoitoon tuleminen on vaikeaa. Eka kerta on myös haasteellinen ja lasta jännittää ja jopa pelottaa nukkua muiden lasten kanssa. Lasta voi jännittää myös se, ettei tunne muita lapsia, jotka ovat hänen kanssaan yöhoidossa. Haaste

on myös se, että mikäli lapsen on kotona aina nukuttanut sama henkilö, on lapselta outoa kun häntä on joku muu nukuttamassa.

Lapsi näyttää tunteensa voimakkaimmin kun vanhempi on näköetäisyydellä, mutta useimmiten vanhemman mentyä lapsi kiinnostuu muista asioista. Ikävä useimmiten yllättää uudestaan nukkumaan mennessä. Päiväkodin rutiinit voivat olla erilaiset kuin kotona, joten tottuminen päiväkodin rutiineihin vie aikaa. Useimmiten konfliktitilanteissa ikävä korostuu ja kun lapsella on paha olla, muistuu ikävä taas mieleen.

Tärkeäksi lapset kokivat sen, että saivat katsoa lastenohjelmat yöhoitoon tullessa. Lastenohjelma katsottiin niin päiväkodissa kuin kotonakin, joten siksi se koettiin tärkeäksi osaksi molempien paikkojen arkirutiineja. Lapset katsovat pikkukakkosen sohvalta tai lattialla olevilta tyynyiltä, tämä tekee päiväkodista kodinomaisen ja lapset pitävät siitä.

Iltapala on mielekäs osa arkea lapsille, iltapalan jälkeen osa lapsista haetaan kotiin ja osa siirtyy nukkumaan. Isommat lapset haluaa tehdä mahdollisimman itsenäisesti iltatoimet ja he haluavat näyttää osaavansa kaiken itse, tällä tavoin lapset saavat joltain osin itse määrittää miten suorittavat tietyt rutiinit ja voivat tehdä asiat niin kuin kotonakin tehtäisiin.

Lapset saattavat muodostaa kiintymyksen tiettyä kasvattajaa kohtaan ja odottaa yöpymistä juuri tämän valvovan silmän alla. Lapset kokevat normaaliksi sen, että yöhoitaja vaihtuu ja että kasvattajilla on erilaiset nukuttamismetodit kuin lapsen vanhemmalla.

Aineistosta kävi ilmi, että osa lapsista koki jännittäväksi sen, että aikuinen tulee sängyn vierelle eikä lapsi näe aikuista. Lapsi kuulee ja tuntee aikuisen, mutta ei näe tätä. Lapset tietävät, että aikuiset puuttuvat epäsopivaan käytökseen, mutta eivät pelkää aikuisia. Lapset myös tietävät, että kasvattajat kertovat lapsen vanhemmille epäsopivasta käytöksestä, mikäli tällaista ilmenee hoidon aikana.

Nukkumaan menemisestä lapsilla on erilaisia kokemuksia. Lapset kokevat erilaiset asiat miellyttävänä ja jokaisella voi olla omia pelkoja, kuten pimeää. Tutkimuksen mukaan kuitenkin lasten tuottamat negatiiviset asiat, eivät ole kovin suuria, vaan

ennemminkin pieniä yksityiskohtia. Yöllisistä heräilyistä lapsilla harvemmin on muistikuvaa, sillä herääminen on vain puolittaista.

## **10.2 Mikä on lasten mielestä positiivista yöhoidossa?**

Lasten mielestä on mukava viettää aikaa muiden lasten kanssa, ja se on havaittavissa myös yöhoidossa. Lasten on miellyttävämpi mennä nukkumaan kun ei tarvitse yksin mennä. Me-henki ja yhteisöllisyys on yksi tärkeimpiä viihtyvyyden osoittajia. Vertaissuhteet ovat tärkeitä niin yöhoidon aloittaessa, kuin jo pidempään olleilla lapsilla.

Osa lapsista arvosti sitä, että päiväkodissa nukkumaan mennessä ei kuulunut esimerkiksi television tai sisarusten äännähdyksiä. Lapset siis arvostivat sitä että saivat nukkua rauhassa. Toisaalta taas lapset kokevat turvalliseksi sen, että saavat nukkua lähellä omia sisaruksia päiväkodissa.

Lapset kokivat positiivisena kasvattajan lukeman iltasadun ja silitykset. Osa lapsista pitää kuitenkin silittelyä ”hassuna” ja osa lapsista ei halua silittelyä ollenkaan. Silittelystä kieltäydytään non-verbaalisella viestinnällä tai puheella. Unilelu on tärkeä osa lapsen viihtymistä yöhoidossa. Unileluja on lapsilla laidasta laitaan; tutti, riepu, pehmolelu tai tutti on tärkeä osa lapsen viihtymistä yöhoidossa. Osalla lapsista on jopa monta unilelua.

Suurin osa lapsista kokee aamulla heräämisen positiivisessa mielessä, sillä heille kerrotaan, että yö on ohi. Samalla tämä tarkoittaa sitä, että leikit voivat jatkua. Herääminen koetaan positiivisena asiana etenkin silloin, kun paikalla on muitakin lapsia. Haastatteluissa lapset kuvailevat heräämistä sanoilla ”miellyttävä” ja ”jännittävä”. Sisarukset ja kaverit tukevat lasta aamun toimien suorittamisessa kasvattajien rinnalla.

Tutkimukseni ohessa sain kuulla myös sellaisten lasten haluavan yöksi hoitoon, jotka eivät yöhoidossa ole olleet Kultavuoren päiväkodissa. Mielestäni tämäkin osoittaa osaltaan lasten viestintää toisilleen yöhoidon laadusta.



### 10.3 Mikä on lasten mielestä negatiivista yöhoidossa?

Lapset kokevat nukkumisen päiväkodissa tylsänä ja ei-mieluisana puuhana. Kuitenkin nukkuminen koetaan paikassa kuin paikassa tylsänä asiana ja leikkiä rajoittavana tekijänä. Kultavuoren päiväkodissa omien havaintojeni mukaan nukku-  
maanmeno on kuitenkin melko vaivatonta kaikilla lapsilla ja kuuluu arkirutiineihin. Ensikertalaiselle lapselle yöhoito on haastavaa, sillä päiväkodissa noudatetaan erilaisia rutiineja, kuin mihin lapsi on tottunut.

Osa lapsista koki yöpaidan vaihdon tylsäksi ja leikkiaikaa vieväksi toimeksi ja heille olikin tärkeää, että vielä yöpuvun vaihdon jälkeen sai leikkiä hieman. Osalle lapsista taas yöpaidan vaihtaminen oli osa arkirutiineja eikä sitä koettu negatiiviseksi asiaksi. Monet lapsista tulee yöhoitoon suoraa yövaatteissa ja iltatoimet tehneinä, tämä ei lapsista ole mukavaa sillä he kokevat hoitoon tulemisen tylsänä. Lapset ovat väsyneitä ja äkäisiä. Osa lapsista ei pitänyt yläsängyssä nukkumisesta.

Kaikissa lasten haastatteluissa korostuu ikävä omaa äitiä, isää tai leluja kohtaan yöhoidon aikana. Ikävää tunnetaan vanhemman jättäessä lapsi hoitoon, nukku-  
maan mennessä, konfliktitilanteissa tai yöllä herätessä. Lapset kokevat myös painajaisunien näkemisen pelottavammaksi yöhoidossa kuin kotona. Syy tälle on se, ettei päiväkodissa pääse oman vanhemman viereen painajaisunia pako-  
on.

Unilelun unohtuminen kotiin koetaan negatiiviseksi asiaksi ja se vaikeuttaa unen saantia. Suurin osa lapsista kokee myös yläsängyssä nukkumisen negatiivisessa mielessä. Herkkäunisia lapsia häiritsee muiden lasten yölliset heräilyt, kuten ves-  
sassa käyminen tai unissa puhuminen. Kaiken kaikkiaan lapset tottuvat kuitenkin nopeasti muiden lasten ääniin yöhoidossa.

Lapset kokevat päiväkodissa pelottavaksi myös ison ja pimeän nukkumishuoneen. Lisäksi pelottavaa voi olla myös se, että mikäli lapsi herää nukkumishuoneesta yksin, kasvattajan ollessa muualla, voi lapsi kokea olonsa turvattomaksi ja yksinäiseksi.

Negatiiviseksi asiaksi koettiin myös se, että isommat lapset joutuvat päiväkodissa odottamaan kauemmin silittelyä, sen sijaan kotona he saavat huomiota heti. Lap-

set myös kokivat soittimesta tulevan musiikin vaikeuttavan ja pitkittävän unen saantia, sen sijaan lapset toivoivat enemmän kasvattajan lukemia iltasatuja.

Osalle lapsista herääminen on vaikeaa ja he haluaisivat nukkua pidempään. Päiväkodissa on kuitenkin herättävä varhain, sillä aamupala syödään kello kahdeksalta. Aamu-unisten lasten kanssa on tärkeää kasvattajan oikeanlainen vuorovaikutus lapsen kanssa, jotta lapsen päivän alku ei menisi pilalle.

#### **10.4 Kehittämissideat Kultavuoren päiväkodin yöhoitoon liittyen**

Pohdin työtäni tehdessä, että olisiko se parempi että lapset tuodaan ennen iltatoimia yöhoitoon kuin se, että lapset tuodaan suoraan yövaatteissa valmiina nukkumaan hoitoon. Asia on mielestäni kaksipiippuinen, sillä toisaalta lasten on tärkeää viettää mahdollisimman paljon aikaa omien vanhempiensa kanssa ja yöhoidon iltatoimet verottaisivat tästä ajasta siivun. Toisaalta taas lapsesta tuntuu kurjelta tulla yöhoitoon suoraa nukkumaan, eikä hän saa esimerkiksi leikkiä päiväkodin leluilla tai kavereiden kanssa ennen nukkumista. Mielestäni lapselle, joka ei usein ole yöhoidossa, olisi mukavampaa tulla yöhoitoon sellaiseen aikaan, että hän kerkeäisi vielä leikkiä hetken.

Kuten jo aikaisemmin mainitsin, osa lapsista kokee yöpuvun vaihdon epämiellyttävänä asiana. Mielestäni on tärkeää, että kaikki lapset saavat pienen leikkihetken vielä iltatoimien jälkeen, ennen nukkumaanmenoa. Leikkihetki tulisi taata jokaisena iltana, eivätkä kellonajat minuutilleen saisi olla esteenä. Ennen nukkumaanmenoa tapahtuva leikkihetki toimii hyvänä motivaatiotekijänä lapselle ja iltatoimista ei tule lapselle ”peikkoa”.

Mielestäni nukutustilanteissa tulisi panostaa enemmän tarinan lukemiseen kuin musiikin kuunteluun. Tutkimukseni mukaan lapset nauttivat enemmän siitä, kun aikuinen lukee heille iltasadun, kuin koneellisesta musiikista. Aikuisen lukiessa iltasatua lapset kokevat olonsa turvalliseksi, sillä aikuinen on aidosti läsnä.

Olen pohtinut useaan otteeseen sitä, kun haastatteluissa ilmeni se, että osaa lapsista jännittää se kun aikuinen tulee sängyn viereen silittelemään lasta eikä lapsi näe tätä aikuista pimeyden takia. Vaikka olen ollut monessa päiväkodissa töissä,

en ole koskaan tullut ajatelleeksi, että lapsi ei nukkumahuoneessa näe aikuisen kasvoja, sillä yövalo paistaa aikuisen selän takaa ja kasvot jäävät pimentoon. Ratkaisuna tähän ongelmaan on himmennysvalo, joka sammutettaisiin kokonaan vasta viimeisenkin lapsen nukahdettua unten maille. Nukutustilanteessa valo on niin himmeällä, ettei se häiritse lapsia mutta kuitenkin valaisee. Himmennysvalon avulla saadaan ratkaisu myös siihen, ettei nukutushuone ole enää pimeä ja pelottava.

Osa lapsista koki negatiivisena sen, että he joutuvat nukkumaan yläsängyssä. Koska varhaiskasvatuslaissakin korostetaan lasten osallisuutta, olisi mielestäni erittäin osallistavaa se, että lapsen mielipide otettaisiin huomioon nukkumapaikkaa valitessa.

## 11 POHDINTA

Opinnäytteeni tekeminen on ollut erittäin monipuolista. Työn erivaiheissa on ilmennyt hyvinkin erilaisia tunteita aina surusta iloon. Opinnäytteeni tekemisessä olen oppinut paljon itsestäni ihmisenä ja tutkimukseni teoria on opettanut minua osaltaan varhaiskasvattajana. Opinnäytetyöni myötä olen oppinut lisää muun muassa siitä, mitä tarvitaan siihen, että lapsi kokee yönsä turvalliseksi yöhoidossa. Työskennellessäni yksin, työn määrä on ollut suuri, mutta koen myös, että työn edetessä myös ilon määrä on suuri. Opinnäyte on vaatinut minulta paljon itsekuria ja periksi antamattomuutta. Olen myös opinnäytteeni avulla saanut kokemuksen pienimuotoinen tutkimuksen toteuttamisesta ja ymmärtänyt sen vaatimukset.

Ajauduin osaltani tekemään opinnäytteeni yksin, sillä saman aiheen kiinnostusta ei tuntunut löytyvän muilta. Jälkeenpäin ajateltuna se helpotti aikataulujen sopimista, mutta, toisaalta saattoi hidastaa tutkimuksen etenemistä. Joskus tuli aikakausia, kun oma henkilökohtainen elämä oli niin kiireistä, että ei aikaa tuntunut riittävän opinnäytteelle. Aloitin opinnäyteprosessini keväällä 2016, jolloin aloitin teorian koostamisen, eli minulle sen haastavimman puolen. Teorian keräämiseen suurin aika kuluikin, ja toinen mikä vei aikaa, oli aikataulujen yhteensopivuus haastatteluiden ja sadutusten osalta. En kuitenkaan missään vaiheessa aikatauluttanut tarkkaan opinnäytettäni, joten pystyin sillä vähentämään turhia paineita.

Olin heti alusta alkaen päättänyt opinnäytteeni muodostuvan haastatteluista ja laadullisista menetelmistä, sillä koen puhumalla aina saavan paremmin asioista tietoa kuin paperilla. Tutkimuskysymyksiä mietin koko tutkimukseni ajan, sillä halusin vain selvittää kuinka lapset kokevat Kultavuoren päiväkodin yöhoidon.

Koen onnistuneeni opinnäytteeni tekemisessä. Olen tehnyt paljon töitä sen eteen ja tulokset tutkimusaiheestani. Jatkotutkimuksen voisi tehdä Seinäjoelle valmistuvaan uuteen vuoropäiväkotiin Taikaan ja asiaa voisi tarkastella mahdollisesti eri näkökulmasta. Toivon opinnäytteestäni hyötyvän itseni lisäksi myös varhaiskasvattajat ja organisaatiot sekä etenkin Seinäjoen kaupunki. Uuden vuoropäiväkodin toiminnan suunnittelussa voisi mahdollisesti ottaa otantaa tutkimukseni tuloksista.

## LÄHTEET

Ahola, P. 2013. Päivä hoidossa: vuoropäiväkoti on auki 24 tuntia vuorokaudessa. Ämpäri (1), 8-9.

Arkirytmi. Ei päiväystä. Arkirytmi- voimaa arjen rutiineista. [Verkkosivu]. Helsinki: Neuvokas perhe. [Viitattu:1.11.2016]. Saatavana: <http://www.neuvokasperhe.fi/arkirytmi>

Autio, M. Hemminki, T. Kaitaniemi, M. Keskitalo, S. & Ojala, N. 18.9.2012. Kultavuoren päiväkodin Varhaiskasvatussuunnitelma. [Verkkajulkaisu]. Seinäjoki: Seinäjoen kaupunki. [Viitattu: 31.10.2016]. Saatavana: <https://www.seinajoki.fi/varhaiskasvatusjakoulutus/varhaiskasvatuspalvelut/hoitopaikkojenesittely/jouppi-katajalaaksonalue/kultavuorenpaivakoti/varhaiskasvatussuunnitelma.html>

Frank, M. 2011. Sleep and developmental plasticity: not just for kids. Teoksessa: Van Someren, E., Van Der Werf, Y., Roelfsema, P., Mansvelder, H. & Lopes Da Silva, F. Progress in brain research. [Verkkajulkaisu]. Elsevier. [Viitattu 18.3.2017]. Saatavana: [https://books.google.fi/books?hl=fi&lr=&id=00c6GiJxUoQC&oi=fnd&pg=PA221&dq=kids+sleep+&ots=hsnhwl9JjR&sig=fuheOk\\_NUrwjk2rq06X8oza61kw&redir\\_esc=y#v=onepage&q=kids%20sleep&f=false](https://books.google.fi/books?hl=fi&lr=&id=00c6GiJxUoQC&oi=fnd&pg=PA221&dq=kids+sleep+&ots=hsnhwl9JjR&sig=fuheOk_NUrwjk2rq06X8oza61kw&redir_esc=y#v=onepage&q=kids%20sleep&f=false)

Haapsalo, T. Ei päiväystä. Kasvatuskumppanuus. [Verkkosivu]. Helsinki: Seurakuntien lapsityön keskus Ry. [Viitattu:31.10.2016]. Saatavana: [http://www.evl-slk.fi/seurakunnan\\_varhaiskasvatus/perheet/kasvatuskumppanuus](http://www.evl-slk.fi/seurakunnan_varhaiskasvatus/perheet/kasvatuskumppanuus)

Hannuniemi, T. 2011, Kurkistus lapsen arkeen vuorohoidossa. [Verkojulkaisu]. Helsinki: Helsingin yliopisto. [Viitattu: 24.3.2017]. Saatavana: <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/28606/kurkistu.pdf?sequence>

Hirsjärvi, S. Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. 15. uud. painos. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.

Kanninen, K. & Sigfrids, A. 2012. Tunne minut: Turva ja tunteet lapsen silmin. Jyväskylä: PS-kustannus.

Karimäki, R & Karlsson, L. 2012. Sukelluksia lapsinäkökulmaiseen tutkimukseen ja toimintaan. Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino.

Karlsson, L. & Riihelä, M. 2006. Tervetuloa lasten kuuntelun ja sadutuksen maailmaan- sadutus pähkinänkuoressa. Teoksessa: Karlsson, L (toim.) Työpaperiä: Lapset kertovat.... Helsinki: Stakes. 2006, 18-20.

- Karlsson, L. 2006. Lapsitiedosta lasten omaan tietoon ja kulttuuriin. Teoksessa: Karlsson, L (toim.) Työpapereita: Lapset kertovat.... Helsinki: Stakes. 2006, 8-17.
- Karlsson, L. 2014. Sadutus: Avain osallisuuden toimintakulttuuriin. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kaskela, M. & Kekkonen, M. 2008. Kasvatuskumppanuus kannattelee lasta: opas varhaiskasvatuksen kehittämiseen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Keltikangas-Järvinen, L. 2012. Pienen lapsen sosiaalisuus. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.
- Keskinen, S. & Parkkinen, T. 2005. Lapsen sosiaalisen kehityksen moninaisuus. Turku: Turun kaupungin painatuspalvelukeskus.
- Keski-Rahkonen, A. & Nalbantoglu, M. 2011. Unihiekkää etsimässä: Ratkaisuja vauvan ja taaperon unipulmiin. Helsinki: Duodecim.
- Koivisto, P. 2011. Lasten itsetunnon vahvistaminen päivähoiton arjessa. Teoksessa: Aila, K & Parrila, S (toim.) Lapsen arki ja vuorovaikutus varhaiskasvatuksessa: Katsaus varhaiskasvatuksen väitöskirjoihin vuosilta 2006-2010. Oulu: Uniprint Oulu. 2011, 44-46, 51.
- Koivula, M. 2010. Lasten yhteisöllisyys ja yhteisöllinen oppiminen päiväkodissa. Jyväskylä: Jyväskylä University Printing House.
- Koivunen, P-L. Lehtinen, T. 2015. Kasvu kiikarissa: Havainnoinnin käsikirja varhaiskasvattajille. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Koppa. Ei päiväystä. Teemoittelu. [Verkkosivu]. Jyväskylän yliopisto. [Viitattu 11.4.2017]. Saatavana: <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineiston-analyysimenetelmat/teemoittelu>
- Kyrönlampi, T. 2011. Päiväkodin arki lapsen kokemana. Teoksessa: Alila, K & Parrila, S (toim.) Lapsen arki ja vuorovaikutus varhaiskasvatuksessa: Katsaus varhaiskasvatuksen väitöskirjoihin vuosilta 2006-2010. Oulu: Uniprint Oulu. 2011, 22-23.
- Kääriäinen, P. 2005. "Niitä lapsia tulee ja niitä menee, niitä tulee ja niitä lähtee": Vuorohoidon laatu lasten kokemana. [Verkkajulkaisu]. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. [Viitattu: 24.3.2017]. Saatavana: <http://docplayer.fi/415252-Niita-lapsia-tulee-ja-niita-lahtee-niita-tulee-ja-niita-lahtee-vuorohoidon-laatu-lasten-kokemana-petra-kaariainen.html>

- Laakso, M-L. 15.9.2015. Pitkä työpäivä vaarantaa kiintymyssuhteen lapseen. [Verkkojulkaisu]. Norja: Vau.fi. [Viitattu: 1.11.2016]. Saatavana: <http://www.vau.fi/Perhe/Kasvatus/kotihoito-paivahoito-kiintymyssuhde/>
- Lacher, D., Nichols, T., Nichols, M. & May, J. 2012. Connecting with kids through stories. [Verkkojulkaisu]. Jessica Kingsley publisher. [Viitattu 18.3.2017]. Saatavana: [https://books.google.fi/books?hl=fi&lr=&id=Asca26AOQHoC&oi=fnd&pg=PA2&dq=kids+stories&ots=HwtpIPj\\_dc&sig=8gy8vbYHsE-rx7Bj5IQGxgyBu0Q&redir\\_esc=y#v=onepage&q=kids%20stories&f=false](https://books.google.fi/books?hl=fi&lr=&id=Asca26AOQHoC&oi=fnd&pg=PA2&dq=kids+stories&ots=HwtpIPj_dc&sig=8gy8vbYHsE-rx7Bj5IQGxgyBu0Q&redir_esc=y#v=onepage&q=kids%20stories&f=false)
- Lahtinen, J. 8.1.2016. Varhaiskasvatus. [Verkkosivu]. Helsinki: Suomen kuntaliitto. [Viitattu: 3.6.2016]. Saatavana: <http://www.kunnat.net/fi/asiantuntijapalvelut/opeku/vasu/Sivut/default.aspx>
- Litja, T. & Oinonen, M. 2000. Mä en haluu!: Leikki-ikäisen arjen pulmia. Helsinki: Oy Edita Ab.
- Marjanen, P. Marttila, M. & Varsa, M. 2013. Pienten piirissä: Yhteisöllisyyden merkitys lasten hyvinvoinnille. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Matilainen, T. 2008. Lapsi elää rutiineista: Helppo ja hyvä arki. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Meriläinen, E. 2014. "Kuka meitä yököttää?": Lasten kokemuksia vuorohoidosta. [Verkkojulkaisu]. Järvenpää: Diakonia-ammattikorkeakoulu. [Viitattu: 25.3.2017]. Saatavana: [http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/82358/Merilainen\\_Emma.pdf?sequence=1](http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/82358/Merilainen_Emma.pdf?sequence=1)
- Myllyniemi, S. Pekkarinen, E. & Vehkalahti, K. 2012. Lapset ja nuoret instituutioiden kehyksissä. Helsinki: Unigrafia Oy.
- Mäkinen, O. 2006. Tutkimusetiikan ABC. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Opetus- ja kulttuuriministeriö (OKM). Ei päiväystä. Varhaiskasvatus. [Verkkosivu]. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriö. [Viitattu: 1.6.2016]. Saatavana: <http://www.minedu.fi/OPM/Koulutus/varhaiskasvatus/?lang=fi>
- Opetushallitus (OPH). Ei päiväystä. Varhaiskasvatuksen lainsäädäntö. [Verkkosivu]. Helsinki: Opetushallitus. [Viitattu: 3.6.2016]. Saatavana: [http://www.oph.fi/saadokset\\_ja\\_ohjeet/lainsaadanto/varhaiskasvatus](http://www.oph.fi/saadokset_ja_ohjeet/lainsaadanto/varhaiskasvatus)
- Opetushallitus (OPH). Ei päiväystä. Varhaiskasvatus. [Verkkosivu]. Helsinki: Opetushallitus. [Viitattu: 1.6.2016]. Saatavana: [http://www.oph.fi/koulutus\\_ja\\_tutkinnot/varhaiskasvatus](http://www.oph.fi/koulutus_ja_tutkinnot/varhaiskasvatus)

- Paloluoto, S. 20.4.2015. Rutiinit ovat lapselle jokapäiväistä kaurapuuroa. [Verkkajulkaisu]. Helsinki: Yle-keskus. [Viitattu:1.11.2016]. Saatavana: <http://yle.fi/uutiset/3-7929998>
- Petäjaniemi, T. & Pokki, S. 2010. Selvitys päivähoiton ja varhaiskasvatuksen asemasta valtiohallinnossa. [Verkkajulkaisu]. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö & Opetusministeriö. [Viitattu: 19.8.2016]. Saatavana: <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/73962/URN%3ANBN%3Afi-fe201504226357.pdf?sequence=1>
- Rautanen, M. 7.9.2015. 4 eri kiintymyssuhteen mallia- ja näin turvallinen suhde syntyy. [Verkkajulkaisu]. Helsinki: Vauva.fi. [Viitattu: 1.11.2016]. Saatavana: [http://www.vauva.fi/artikkeli/lapsi/vauva\\_ ja\\_taapero/4\\_eri\\_kiintymyssuhteen\\_mallia\\_ja\\_nain\\_turvallinen\\_suhde\\_syntyy](http://www.vauva.fi/artikkeli/lapsi/vauva_ ja_taapero/4_eri_kiintymyssuhteen_mallia_ja_nain_turvallinen_suhde_syntyy)
- Riihelä, M. 2006. Lapset kertovat ja luovat erityisvaikeissakin olosuhteissa. Teoksessa: Karlsson, L (toim.) Työpapereita: Lapset kertovat.... Helsinki: Stakes. 2006, 21-46.
- Rusanen, E. 2011. Hoiva, kiintymys ja lapsen kehitys. Helsinki: Oy Finn Lectura Ab.
- Ruusuvuori, J. & Tiittula, L. 2005. Haastattelu: Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Sarajärvi, A. & Tuomi, J. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Savage, M. 2013. Night nurseries: Sweden's round-the-clock childcare. [Verkkajulkaisu]. BBC News. [Viitattu 18.3.2017]. Saatavana: <http://www.bbc.com/news/magazine-21784716>
- Sinkkonen, J. 2013. Sinkkonen: Pienelle lapselle vuoroahoito voi aiheuttaa hylätyksi tulemisen tunnetta. [Verkkosivu]. Helsinki: Yle-keskus. [Viitattu: 9.8.2016]. Saatavana: [http://yle.fi/uutiset/sinkkonen\\_pienelle\\_lapselle\\_vuoroahoito\\_voi\\_ aiheuttaa\\_hylat\\_yksi\\_tulemisen\\_tunnetta/6922437](http://yle.fi/uutiset/sinkkonen_pienelle_lapselle_vuoroahoito_voi_ aiheuttaa_hylat_yksi_tulemisen_tunnetta/6922437)
- Sosiaali- ja terveysministeriö (STM). 2002. Valtioneuvoston periaatepäätös varhaiskasvatuksen valtakunnallisista linjauksista. [Verkkajulkaisu]. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu: 4.8.2016]. Saatavana: <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/113591/kasvatus.pdf?sequence=1>
- Stakes. 2005. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. [Verkkajulkaisu]. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy. [Viitattu 3.8.2016]. Saatavana: [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77129/Varhaiskasvatussuunnitelman\\_perusteet.pdf?sequence=1](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77129/Varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet.pdf?sequence=1)



- Säkkinen, S. 2010. Lasten päivähoito 2010- Kuntakyselyn osaraportti. [Verkköjulkaisu]. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnintilasto. [Viitattu: 4.8.2016]. Saatavana: [http://www.stakes.fi/tilastot/tilastotiedotteet/2011/Tr37\\_11.pdf](http://www.stakes.fi/tilastot/tilastotiedotteet/2011/Tr37_11.pdf)
- Terveyden ja hyvinvoinninlaitos (THL). 30.12.2014. Kasvatuskumppanuus. [Verkkosivu]. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. [Viitattu:31.10.2016]. Saatavana: [https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon\\_tueksi/varhainen-avoin-yhteistoiminta/kasvatuskumppanuus](https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/varhainen-avoin-yhteistoiminta/kasvatuskumppanuus)
- Terveyden ja hyvinvoinninlaitos (THL). 8.12.2015. Varhaiskasvatus. [Verkkosivu]. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. [Viitattu: 1.6.2016]. Saatavana: <https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/varhaiskasvatuspalvelut>
- Tiusanen, E. 2008. Päivittäiset toiminnot päivähoitossa. Teoksessa: Helenius, A. & Korhonen, R. (toim.) Pedagogiikan palikat: Johdatus varhaiskasvatukseen ja -kehitykseen. Helsinki: WSOY oppimateriaalit Oy. 79.
- Turtiainen, P. 2001. Miten kuulla lasta?: Esimerkkinä päiväkotilasten ja koululaisten haastattelut. Helsinki: Helsingin kaupungin tietokeskus.
- Vilka, H. 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Vuorohoito. Ei päiväystä. Vuorohoito. [Verkkosivu]. Seinäjoki: Seinäjoen kaupunki. [Viitattu:31.10.2016]. Saatavana: <https://www.seinajoki.fi/varhaiskasvatusjakoulutus/varhaiskasvatuspalvelut/vuorohoito.html>

## **LIITTEET**

Liite 1. Lasten haastattelukysymykset

Liite 2. Työntekijöiden haastattelukysymykset

Liite 3. Vanhemman haastattelukysymykset

**LIITE 1 Lasten haastattelukysymykset**

- 1. Millaista on tulla yöksi päiväkotiin?**
- 2. Mikä on kivaa, kun tulee yöksi päiväkotiin?**
- 3. Mikä on kurjaa, kun tulee yöksi päiväkotiin?**
- 4. Mitä teet, kun olet yötä päiväkodissa?**
- 5. Kuinka päiväkodissa nukkuminen eroaa kotona nukkumisesta?**
- 6. Mitä otat mukaan yöksi päiväkotiin?**
- 7. Millaista on nukkua muiden lasten kanssa päiväkodissa?**
- 8. Miltä se tuntuu kun eri aikuiset nukuttavat päiväkodissa?**

**LIITE 2 Työntekijöiden haastattelukysymykset**

**Mitä havaintoja sinulla on...**

- 1. Millä mielellä lapset tulevat yöksi päiväkotiin?**
- 2. Millaiset asiat lapset kokevat mukavina yöhoidossa?**
- 3. Millaiset asiat saattavat olla lapselle kurjia yöhoidossa?**
- 4. Millaisia turvallisuuden tunteen tuovia asioita lapsilla on, kun he ovat yötä päiväkodissa?**
- 5. Kuinka useamman lapsen läsnäolo vaikuttaa nukkamaan menoon ja heräämiseen?**
- 6. Kuinka lapsen kiintymyssuhde näkyy yöhoidossa?**
- 7. Millainen vaikutus ilta- ja aamurutiineilla on lapsiin?**
- 8. Millaiseksi koet nukahtamistilanteet lasten näkökulmasta?**
- 9. Millaisia yöllisiä heräilyjä lapsilla on ollut päiväkodissa?**

**LIITE 3 Vanhemman haastattelukysymykset**

- 1. Kuinka lapsesi reagoi kotona, kuullessaan menevänsä päiväkotiin yöksi?**
- 2. Millainen ero on lapsesi matkalla yöhoitoon kuin päivähoitoon?**
- 3. Millä mielellä koet lapsesi jäävän yöksi päiväkotiin?**
- 4. Millaisia asioita lapsesi on kertonut yöhoidosta?**
- 5. Miten sinun mielestäsi lapsesi suhtautuu yöhoitoon?**
- 6. Onko lapsesi suhteutuminen yöhoitoon muuttunut ja miten?**