

Anna Rouhiainen

# EHKÄISEVÄN MIELENTERVEYSTYÖN MAHDOLLISUUDET VARHAISKASVATUKSESSA

Opinnäytetyö  
Sosionomi (AMK)

2017



**Kaakkois-Suomen  
ammattikorkeakoulu**

|   |                                    |                              |
|---|------------------------------------|------------------------------|
| <b>Tekijä</b><br>Anna Rouhiainen  | <b>Tutkinto</b><br>Sosionomi (AMK) | <b>Aika</b><br>Toukokuu 2017 |
| <b>Opinnäytetyön nimi</b><br>Ehkäisevän mielenterveystyön mahdollisuudet<br>varhaiskasvatuksessa  |                                    | 53 sivua<br>7 liitesivua     |
| <b>Toimeksiantaja</b><br>Kotkan kaupunki, varhaiskasvatus   |                                    |                              |
| <b>Ohjaaja</b><br>Lehtori Virve Remes   |                                    |                              |
| <b>Tiivistelmä</b> <p>Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia, onko Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksen työntekijöillä tietoa varhaiskasvatuksessa tehtävästä ehkäisevästä mielenterveystyöstä ja käytetäänkö varhaiskasvatuksen arjessa ehkäisevän mielenterveystyön menetelmiä. Lisäksi tutkittiin, miten menetelmien käyttöä ja tietoisuutta niistä voitaisiin lisätä. Tarkoituksena oli, että tutkimustyön laajempi yhteiskunnallinen hyöty näkyisi varhaiskasvatuksen ammattilaisten parempana tietoisuutena ehkäisevästä mielenterveystyöstä mahdollistaen entistä paremmin lapsen kasvun ja kehityksen tukemisen varhaiskasvatuksen arjessa.</p> <p>Opinnäytetyön menetelmällinen lähestymistapa oli osin kvantitatiivinen ja osin kvalitatiivinen. Tutkimusmenetelminä käytettiin havainnointia ja kyselytutkimusta. Kvantitatiivisen tutkimuksen kautta saatiin Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksen työntekijöille suunnatulla kyselylomakkeella numeraalista ja graafisesti esitettävää tietoa. Lisäksi lasten leikin havainnoinnin avulla tuotettiin tutkimukseen kvalitatiivista tietoa. Analyysivaiheessa leikki-ilanteen havainnoinnin tulokset korreloitiin varhaiskasvatuksen työntekijöille suunnatun kyselyn vastausten kanssa.</p> <p>Tutkimuksen perusteella kävi ilmi, että saman ikäiset lapset ovat taidoiltaan hyvinkin eritasoisia ja vasta kehitysvaiheessa olevien taitojen aiheuttamia haasteita kompensoidakseen, lapsi tarvitsee aikuisen tukea ja ohjausta. Havainnoiduista osa-alueista vuorovaikutus, kieli, roolit ja häiriöherkkyys ovat kaikki sidoksissa lapsen kokemukseen arjen sujumisesta sekä mielen hyvinvoinnista. Tutkimuksessa selvisi, että varhaiskasvatuksen työntekijöistä suurin osa opettaa työssään lapsille erilaisia lapsen kehitystä tukevia taitoja, jotka ovat osaltaan myös ehkäisevää mielenterveystyötä. Tutkimuksessa ilmeni kuitenkin myös, että vaikka varhaiskasvatuksen työntekijät tekevät työnsä arjessa paljonkin töitä lasten mielenterveyden eteen, he eivät tunnista työtapaansa ehkäiseväksi mielenterveystyöksi.</p> |                                    |                              |
| <b>Asiasanat</b><br>ehkäisevä mielenterveystyö, lapset, mielenterveys, varhaiskasvatus  |                                    |                              |

| <b>Author</b>  | <b>Degree</b>               | <b>Time</b>                       |
|--|-----------------------------|-----------------------------------|
| Anna Rouhiainen  | Bachelor of Social Services | May 2017                          |
| <b>Thesis Title</b>  |                             |                                   |
| Possibilities of the preventive mental health work in the early childhood education  |                             | 53 pages<br>7 pages of appendices |
| <b>Commissioned by</b>   |                             |                                   |
| City of Kotka, early childhood education   |                             |                                   |
| <b>Supervisor</b>  |                             |                                   |
| Virve Remes, Senior Lecturer   |                             |                                   |
| <b>Abstract</b>  |                             |                                   |
| <p>The purpose of this thesis was to study if the workers of the early childhood education units of the City of Kotka has information about the preventive mental health work done in the early childhood education and if the methods of the preventive mental health work are used. Furthermore, it was studied how the use of methods and consciousness of them could be increased. The purpose was that the wider social advantage of the research work would be seen as the better consciousness of the professionals of the early childhood education of the preventive mental health work, making supporting the child's growth and development in the early childhood education possible better than before.</p> <p>The methodological approach of the thesis was partly quantitative and partly qualitative. An observation and a questionnaire survey were used as research methods. Through the quantitative study with the questionnaire directed to the workers of the early childhood education of the town of Kotka, numeral and graphically presented information was obtained. Furthermore, with the help of the observation the children's play, qualitative information was produced for the study. Results of the observation of the play situation at the analysis stage were correlated with the answers of the inquiry directed to the workers</p> <p>On the basis of the study, it can be seen that even children of the same age are very on a different level in their skills, and to compensate the challenges caused by the skills still at the development stage, the child needs the adult's support and control. Among the areas observed, interaction, language, roles and disturbance sensitivity are connected with the child's experience of fluency of the well-going daily routines and the well-being of mind. In the study, it became clear that the majority of the workers of the early childhood education unit teach different skills which support the child's development, and which is also preventive mental health work. The study also revealed that workers, however, do not identify their approaches as preventive mental health work even though they work hard for the children's mental health.</p> |                             |                                   |
| <b>Keywords</b>  |                             |                                   |
| children, early childhood education, mental health, preventive mental health   |                             |                                   |

## SISÄLLYS

|       |   |    |
|-------|---|----|
| 1     | JOHDANTO.....   | 6  |
| 2     | VARHAISKASVATUS LAPSEN MIELENTERVEYDEN TUKENA.....  | 7  |
| 2.1   | Varhaiskasvatus.....  | 7  |
| 2.1.1 | Vuorovaikutuksen tärkeys.....   | 9  |
| 2.1.2 | Lapsen erityisen tuen tarpeet.....  | 10 |
| 2.2   | Mielenterveys.....  | 11 |
| 2.2.1 | Kehittymisen monimuotoisuus varhaislapsuudessa.....   | 12 |
| 2.2.2 | Ehkäisevä mielenterveystyö.....   | 14 |
| 3     | VARHAISKASVATUSTYÖN MENETELMIÄ KOTKAN KAUPUNGISSA.....                                      | 15 |
| 3.1   | Lapsen mieli.....   | 15 |
| 3.2   | ICDP - Kannustava vuorovaikutus.....  | 16 |
| 3.3   | Kiva Kaveri -hanke.....   | 17 |
| 4     | TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHTA JA TOTEUTUS.....   | 19 |
| 4.1   | Työn tavoite ja tutkimuskysymykset.....   | 19 |
| 4.2   | Tutkimusmenetelmät ja aineiston analysointi.....  | 20 |
| 4.2.1 | Leikin havainnointi.....  | 21 |
| 4.2.2 | Sähköinen kysely.....   | 22 |
| 5     | EHKÄISEVÄN MIELENTERVEYSTYÖN MAHDOLLISUUDET<br>VARHAISKASVATUKSESSA - TUTKIMUSTULOKSIA..... | 23 |
| 5.1   | Leikki lapsen taitojen kuvaajana.....   | 23 |
| 5.1.1 | Roolit.....   | 24 |
| 5.1.2 | Vuorovaikutus.....  | 26 |
| 5.1.3 | Kieli.....  | 27 |
| 5.1.4 | Häiriöherkkyys.....   | 29 |
| 5.2   | Työntekijät varhaiskasvatuksen arjessa.....   | 31 |
| 5.2.1 | Taustatiedot.....   | 31 |
| 5.2.2 | Tietoisuus ehkäisevästä mielenterveystyöstä.....  | 32 |

|       |  |    |
|-------|--|----|
| 5.2.3 | Lapsen kehityksen tukeminen .....                                  | 35 |
| 5.2.4 | Koulutukset ja työssä käytettävät menetelmät .....                 | 36 |
| 5.2.5 | Tiedon lisäämisen tarve .....                                      | 38 |
| 6     | JOHTOPÄÄTÖKSET .....   | 42 |
| 6.1   | Lapsen kehityksen tukeminen mielen hyvinvoinnin näkökulmasta ..... | 42 |
| 6.2   | Työntekijän kokemus ehkäisevän mielenterveystyön tekemisestä ..... | 43 |
| 6.3   | Ehkäisevän mielenterveystyön vahvistaminen .....                   | 44 |
| 7     | POHDINTA .....   | 45 |
| 7.1   | Luotettavuus ja eettisyys .....                                    | 47 |
| 7.2   | Oma ammatillinen kehittyminen .....                                | 48 |
|       | LÄHTEET .....  | 50 |

## LIITTEET

Liite 1. Lupakysely lasten leikin havainnointiin

Liite 2. Kyselylomakkeen saate

Liite 3. Kyselylomake

## 1 JOHDANTO

Yhteiskunnassamme pyritään tällä hetkellä lisäämään ehkäisevää työtä korjaavan työn rinnalle. Mielen terveys sekä ehkäisevä mielen terveytyö ovat aiheena erityisesti näkyvillä yhteiskunnassamme, ja siksi tämän opinnäytetyön aihe on ajankohtainen ja tärkeä. Esimerkiksi lastenpsykiatri Raisa Cacciatore kertoi Helsingin Sanomien haastattelussa (Mattila 2016), että tällä hetkellä häneltä pyydetään eniten luentoja aiheesta mielen hyvinvointi. Ajankohtaisuudesta kertoo myös Suomen Mielen terveysseuran laajasti järjestämä ehkäisevän mielen terveytyön Lapsen mieli -koulutus (Suomen Mielen terveysseura a), joka on suunnattu varhaiskasvatuksen ja neuvoloiden työntekijöille. Koulutus ja siihen liittyvä aineisto on tarjolla koko Suomessa, mutta ajankohtaisuudesta huolimatta vain harva kunta on siihen tarttunut (Repo 2015).

Erityispedagogisten työtapojen käyttäminen ja kehittäminen omassa työssäni Kotkan kaupungin päiväkodeissa ja esiopetuksessa on saanut minut pohtimaan ehkäisevän mielen terveytyön tärkeyttä myös varhaiskasvatuksessa. Mielestäni lasten mielen terveyden vahvistaminen on erittäin tärkeää ja tämän tulisi tietoisesti näkyä myös varhaiskasvatuksen ammattilaisten työotteessa. Opinnäytetyössäni halusin lähteä tutkimaan varhaiskasvatuksen ammattilaisten tietoisuutta ehkäisevän mielen terveytyön menetelmistä ja käytöstä päiväkodeissa ja esiopetuksessa. Työn tilaajana toimii Kotkan kaupunki ja tutkimuskohteena ovat Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksen yksiköt.

Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, onko varhaiskasvatuksen työntekijöillä tietoa ehkäisevästä mielen terveytyöstä ja käytetäänkö varhaiskasvatuksen arjessa ehkäisevän mielen terveytyön menetelmiä. Lisäksi selvitetään, miten menetelmien käyttöä ja tietoisuutta niistä voitaisiin lisätä. Tutkimustyön tavoitteiden saavuttamisesta laajempi yhteiskunnallinen hyöty näkyisi varhaiskasvatuksen ammattilaisten parempana tietoisuutena ehkäisevästä mielen terveytyöstä mahdollistaen entistä paremmin lapsen kasvun ja kehityksen tukemisen varhaiskasvatuksen arjessa. Tämä johtaisi selkeästi myös lasten mielen terveyden vahvistumiseen (Suomen Mielen terveysseura a). Laajoissa väestötutkimuksissa on selvinnyt, että noin puolet aikuisiän mielen terveyshäiri-

öistä on alkanut jo ennen 14 vuoden ikää (THL 2014), joten lasten mielenterveyden tukeminen ehkäisevästi jo varhaisessa vaiheessa näkyisi säästöinä erilaisten mielenterveysongelmien hoidossa (Repo 2015). Ennakoiva ja ehkäisevä mielenterveystyö tulee yksilöiden lisäksi kohdistaa myös ryhmätasolle esimerkiksi hankkeiden avulla sekä yhteisötasolle strategia- ja organisaatiotoimien avulla (Heiska 2010, 26).

## **2 VARHAISKASVATUS LAPSEN MIELENTERVEYDEN TUKENA**

Vuonna 2015 varhaiskasvatuksessa oli kaikkiaan 245 650 lasta ja tämä luku kattaa 68 % kaikista väestön 1–6-vuotiaista lapsista (THL 2015). Mahdollisuuksia ehkäisevän mielenterveystyön tekemiseen varhaiskasvatuksessa varmasti on, sillä Suomen Mielenterveysseuran (c) mukaan lasten kanssa työtä tekevät ovat mielenterveyden kannalta tärkein ammattiryhmä.

### **2.1 Varhaiskasvatus**

Varhaiskasvatus on lapsen suunnitelmallisen ja tavoitteellisen kasvatuksen, opetuksen ja hoidon muodostama kokonaisuus, jossa painottuu pedagoginen vastuu. Varhaiskasvatuksen tavoitteena on tukea lapsen kasvua, kehitystä ja oppimista sekä edistää hyvinvointia ja terveyttä (Varhaiskasvatuslaki 8.5.2015/580). Lapsen huoltajilla on aina ensisijainen vastuu lastensa kasvatuksesta, mutta varhaiskasvatus toimii omalta osaltaan lasten hyvinvoinnin edistäjänä ja tukee samalla myös kotien kasvatustehtävää (Opetushallitus 2016, 8). Varhaiskasvatusta voidaan järjestää päiväkodissa, perhepäivähoitossa tai esimerkiksi kerho- ja leikkitoimintana (THL 2017). Kotkassa kaupungin päivähoitotoiminnan ajatuksena on, että tärkeä osa kotkalaisten perheiden elämää ja hyvinvointia ovat toimivat ja monipuoliset varhaiskasvatuspalvelut, jotka aktiivisella ja kehittäväällä työotteella vastaavat perheiden yksilöllisiin tarpeisiin (Kotkan kaupungin varhaiskasvatussuunnitelma 2008, 1).

Merkittävässä roolissa varhaiskasvatuspalvelujen tuottamisessa on henkilöstön ammattitaito, sillä varhaiskasvatuksen pedagogiikalla ja työntekijöiden ammatillisella osaamisella turvataan lasten kasvu, kehitys ja oppiminen. Päiväkohteissa annettavaa huolenpitoa, vanhempien kanssa tehtävää yhteistyötä,

sekä opetuksen ja kasvatuksen kokonaisuutta arvioidaan ja kehitetään säännöllisesti. Henkilöstön koulutus ja oman työn arviointi ovat myös osa kehittämistyötä. (Kotkan kaupunki 2014; Kotkan kaupungin säädöskokoelma 2016a.)

Kasvatus on aina vuorovaikutuksellista toimintaa, jonka tarkoituksena on tukea lapsen kehitystä eheäksi ja omatoimiseksi persoonallisuudeksi. Kasvattaja ohjaa ja muokkaa lapsen käyttäytymismalleja ja toimintatapoja yhteiskunnallisiin normeihin sopiviksi. Tärkeää on myös huomioida, että lapsuus on aina monimuotoista, eikä ole olemassa mitään tiettyä ”yhtä lapsuutta”, jonka kasvattaja voisi kohdata aina samojen käsitysten mukaan. Lapsen kehitys ei koskaan tapahdu irrallaan vallitsevasta lähiympäristöstä, joten kasvattajalla on siis suuri vastuu lapsen kehityksen tukijana. Siksi on tärkeää, että ammattikasvattaja säännöllisesti reflektoi myös omia tapojaan toimia työssään. Omaan toimintaamme kasvattajina vaikuttavat esimerkiksi tiedolliset ja emotionaaliset taidot, mutta myös omat kasvukokemukset. Kasvattajan omien toimintamallien lisäksi mahdollisuuksia ja haasteita kasvatustilanteisiin tuovat myös lapsen kyvyt, temperamentti sekä motivaatio. (Nurmi, Ahonen, Lyytinen, Pulkkinen & Ruoppila 2014, 72–74; Roos 2016, 21.) Vuorovaikutus on tärkeässä osassa päivittäisessä toiminnassa, ja ammatillisuuden sekä vuorovaikutuksen avulla kasvattaja kohtaa erilaiset kasvatustilanteet omien toimintatapojensa kautta.

Päivähoidon ja varhaiskasvatuksen vastuualueeseen kuuluu myös esiopetus (Kotkan kaupungin säädöskokoelma 2016b), ja perusopetuslain (21.8.1998/628) mukaan kaikkien lasten on osallistuttava vuoden kestävään esiopetukseen. Esiopetus on kuusivuotiaille tarjottavaa maksutonta opetusta, jonka tavoitteena on vertaisryhmässä toimien edistää lapsen kehitys- ja oppimisedellytyksiä sekä vahvistaa lapsen sosiaalisia taitoja ja tervettä itsetuntoa. Tärkeänä tavoitteena on myös, että lasten kehitykseen ja oppimiseen vaikuttavat ongelmat havaitaan esiopetusvuoden aikana. Näin mahdollisiin oppimisen haasteisiin voidaan puuttua jo ennen koulun alkua. (Opetushallitus 2015.) Lapsen kehityksen kannalta varhaiskasvatus ja siihen kuuluva esiopetus sekä perusopetus muodostavat yhdessä johdonmukaisesti etenevän lapsen kehitystä tukevan kokonaisuuden (Kotkan kaupungin varhaiskasvatussuunnitelma 2008, 2).



### 2.1.1 Vuorovaikutuksen tärkeys

Kommunikointi ja vuorovaikutus ympäristön kanssa on yksi ihmisen tärkeimmistä taidoista. Ihmisen on saatava omat ajatuksensa ja viestinsä ymmärrettävästi eteenpäin ja osattava myös ottaa vastaan ja tulkita ympäriltä tulevia viestejä. Toimivan kommunikoinnin ja vuorovaikutuksen edellytyksenä on osata ympäristön käyttämä kieli sekä ymmärtää myös kulttuurisidonnaiset tavat viestiä. Ihmisen kommunikaatiotaitojen muokkautumiseen vaikuttavat monet eri tekijät. Merkitystä on esimerkiksi ihmisen fysiologisilla edellytyksillä sekä ympäristön vaikutuksella. Lisäksi myös persoonallisuus vaikuttaa ihmisen tapaan kommunikoida. (Korpijaako-Huuhka & Launonen 2009, 10.) Olemmekin hyvin erilaisia kommunikoijia tyyleitämme ja taidoiltamme. Ihminen voi esimerkiksi olla hyvinkin sosiaalinen ja viihtyä muiden seurassa, mutta ei silti omaa hyviä sosiaalisia taitoja. Sosiaaliset ja vuorovaikutukselliset taidot ovat kuitenkin opittavia taitoja ja ne auttavat selviytymään erilaisista vuorovaikutustilanteista. (Keltikangas-Järvinen 2010, 18.)

Varhaislapsuudessa lapsi kehittyy ja oppii koko ajan, sillä uusien asioiden omaksuminen on poikkeuksellisen voimakasta. Lapsen tiedot ja taidot karttuvat tiettyjen ikävaiheiden ja tutkitun kehityskaaren mukaisesti, vaikkakin yksilöllistä vaihtelua kehityksen aikataulullisessa etenemisessä tietenkin on. Myös ympäristöllä on oma tärkeä merkityksensä. Luottamukselliset vuorovaikutussuhteet eri konteksteissa kuten kotona, päivähoitossa ja sukulaisten luona muovaavat ja tukevat lapsen kehitystä merkittävästi.

Vuorovaikutus on erittäin tärkeässä osassa varhaiskasvatuksen päivittäisessä toiminnassa. Vuorovaikutuksen avulla kannustetaan ja osoitetaan hyväksyntää, luodaan merkityksiä ja rikastutetaan kokemuksia sekä myös tuetaan ja säädellään. Kaikille lapsille on tärkeää saada tuntemus aikuisen vuorovaikutuksellisesta läsnäolosta päiväkodin arjessa. Läsnäolo on tärkeää siksi, että se luo lapselle turvallisuuden tunnetta, mutta myös siksi, että silloin voidaan arjessa havaita ja korjata lapsen kohtaamia haasteellisia tilanteita. (Suomen Mielenterveysseura d.) Läsnä oleva aikuinen oppii lukemaan ja tulkitsemaan lapsia ja tilanteita ja pystyy siten kohdentamaan tarvittavia tukikeinoja sekä puuttumaan myös mahdollisiin epäkohtiin. Kasvattajan tulee myös työssään

omilla toimillaan ja vahvalla vuorovaikutuksellisuudella vahvistaa lasten osallisuutta ja ryhmäytymistä ja ottaa myös näin vastuu lasten kohtaamisesta. Yhdessä voidaan esimerkiksi opetella hyviä käytöstapoja, toisen kunnioittamista, erilaisuuden hyväksymistä, konfliktitilanteista selviytymistä ja hyviä kaveritaitoja.

### **2.1.2 Lapsen erityisen tuen tarpeet**

Päiväkodeissa annettava tavoitteellinen opetus ja hoito tukevat lapsen kasvua kaikin tavoin. Ehkäisevän mielenterveystyön menetelmät sopivat ja ovat hyödyllisiä kaikille lapsille, mutta on huomioitava, että erityisen tuen lapset hyötyvät näistä menetelmistä huomattavasti. Tuen tarve näillä lapsilla on selkeä, ja hyvillä tukitoimilla voidaan paitsi helpottaa arjen sujumista, myös ennaltaehkäistä tulevia haasteita. Sanotaankin, että ”kehityksen tiellä olevien esteiden poistaminen on keskeinen osa varhaiskasvatusta” (Mahkonen 2015, 17).

Syitä erityislapsen statukseen on monia. Näitä voivat olla esimerkiksi adhd, puheen tuoton ja/tai ymmärtämisen vaikeudet, käytöshäiriöt sekä moninaiset senso-, hieno- sekä karkeamotoriset häiriöt. Kun lapsella on arjessa toimimisen haasteena esimerkiksi käytöshäiriö tai kielenkehityksen viivästymä, hän tarvitsee erityistä tukea ihmissuhdetaidoissa ja itsetunnon rakentamisessa. Varhaiskasvatuksen päivittäiset arjen tilanteet toimivat erityislapsen kuntoutuksellisina elementteinä. Arjen sujumiseksi ja helpottamiseksi tarvitaan kuitenkin myös erilaisia apukeinoja, ja päiväkodeissa käytetäänkin monia erityispedagogisia työtapoja ja välineitä. (Melamies, Pärnä, Heino & Miller 2004, 108.)

Kun lapsella ilmenee ongelmia kommunikoinnin muodoissa, hänen vuorovaikutuksensa ympäristön kanssa vaikeutuu. Esimerkiksi dysfasiassa haasteena ovat kielellisten osataitojen heikkoudet, jotka näkyvät ongelmina puheen tuotossa sekä puheen ymmärtämisessä. (Korpilahti 2009, 45.) Kielenkehityksen ongelmat aiheuttavatkin lapselle usein myös sekundäärisiä ongelmia, kuten esimerkiksi haasteita sosiaalisissa taidoissa. Sanat eivät asetu niin taiturimaisesti tarinoiksi kuin muilla lapsilla, keskittymiskyvyssä saattaa olla ongelmia ja on haasteellista ymmärtää ja seurata pelin tai leikin kulkua. Onkin tärkeää,

että aikuinen ohjaa kaverisuhteita ja auttaa vahvistamaan ryhmäytymistä, sillä kiusatuksi tuleminen, osallisuuden puuttuminen sekä vuorovaikutussuhteiden haasteellisuus vaikuttavat mielenterveyttä heikentävästi (Tamminen, Karlsson & Santalahti 2016, 431).

Lapsen puheen kehityksen viivästyminen osataan reagoida ja tukitoimia on tarjolla. Erityistä kuitenkin on, että vaikka puhe tukitoimilla ja kuntoutuksella saadaankin selkiytymään, ongelmia voi edelleen näkyä muilla kehityksen osa-alueilla. Esimerkiksi dysfasia-diagnoosin saaneella lapsella on usein haasteita myös tunne-elämän ja vuorovaikutustaitojen kehittymisessä. Tämä näkyy automaattisesti arkipäiväisissä vuorovaikutussuhteissa ja näin ollen myös kaverisuhteissa. Merkittävää on myös se, että varhaislapsuuden kielelliset erityisvaikeudet heijastelevat aikuisikään asti. Tiedossa voi olla esimerkiksi mielenterveydellisiä ongelmia, työrajoitteisuutta ja jopa syrjäytymistä. (Asikainen 2005.) Siksi erityisen tuen tarpeet ja ennaltaehkäisyn tärkeys on aina huomioitava varhaiskasvatuksen arjessa.

## 2.2 Mielenterveys

Mielenterveys kuuluu erottamattomana osana ihmisen kokonaisvaltaiseen terveyteen. Mielenterveys on käsitteenä laaja, eikä sitä tule lähestyä pelkästään mielisairauksien näkökulmasta. Hyvinvoiva mieli on positiivinen voimavara ja sillä on suuri merkitys yksilön kokemukseen hyvästä elämänlaadusta. Tärkeää on myös huomioida, että mielenterveys ei kosketa vain yksilöä itseään, vaan se on myös yhteisöjen asia ja heijastelee koko yhteiskunnan hyvinvointia. (Friis, Eirola & Mannonen 2004, 31–33.)

Mielenterveys on elämäntaitoa, jota voi oppia, opettaa ja vahvistaa. Maailman terveysjärjestön WHO:n (2013) kehittämässä kansainvälisessä mielenterveyden kehittämisen toimintasuunnitelmassa *Mental Health Action Plan 2013–2020* kuvaillaan mielenterveyttä hyvinvoinnin tilaksi. Kun tätä hyvinvoinnin tilaa katsotaan lapsen näkökulmasta, se tarkoittaa, että lapsella tulisi olla positiivinen ja vahva kuva omasta identiteetistään, kyky tulla toimeen omien ajatuksien ja tunteiden kanssa sekä taito rakentaa sosiaalisia suhteita. Toimintasuunnitelmassaan WHO painottaa erityisesti myös ennaltaehkäisyn tärkeyttä

mielenterveystyössä. Suunnitelman pohjana onkin maailmanlaajuisestikin hyväksytty periaate: ”No health without mental health.” ”Ei ole terveyttä ilman mielenterveyttä.”

Lapsen kehityksen kannalta selkeitä mielen hyvinvointiin vaikuttavia riskitekijöitä ovat mm. ympäristön kannalta haastava temperamentti, oppimisen ja kielenkehityksen häiriöt, vanhempien mielenterveyden häiriöt, laiminlyönti tai sopimattomat kasvatuskäytännöt, kiusaamisen ja väkivallan kohteeksi joutuminen sekä erilaiset haastavat elämäntapahtumat, kuten esimerkiksi erot ja menetykset (Tamminen ym. 2016, 429–431). Riskitekijöiden kasautuminen ja mielenterveyden kuormittuminen vaarantavat lapsen iänmukaisen kehittymisen. Lapsuus ja nuoruus ovat tulevaisuudessakin hyvinvoivan mielen kannalta tärkeitä ajanjaksoja matkalla aikuisuuteen. (Santalahti & Marttunen 2014, 184–185.)

### **2.2.1 Kehittymisen monimuotoisuus varhaislapsuudessa**

Varhaislapsuudessa ihmisen kehityskulku on laaja-alaista ja monimuotoista ja se on perustana kaikelle tulevalle oppimiselle ja elämänhallinnalle. Näitä kehityksen eri osa-alueita ovat motorinen ja fyysinen, kognitiivinen ja sosioemotionaalinen kehitys. Kaikki osa-alueet ovat jatkuvassa vuorovaikutuksessa toistensa kanssa. Kehityksen kulkuun vaikuttavat myös monet ulkopuolelta tulevat asiat kuten esimerkiksi vuorovaikutussuhteet, elinympäristö, kulttuuri sekä lisäksi lapsen omat tiedot, taidot ja kiinnostuksen kohteet. (Nurmi, Ahonen, Lyytinen, Pulkkinen & Ruoppila 2014, 22–23.) Jokainen lapsi tarvitsee normaalin kehityksen tueksi aikuisen tukea ja ohjausta eri konteksteissa.

Kehityksen eri osa-alueista kognitiiviseen kehitykseen kuuluu erilaisia taitoja, kuten havaitseminen, ajattelu, kieli, muisti ja oppiminen. Näitä kaikkia taitoja tarvitaan tiedon vastaanottamiseen, käsittelyyn ja varastointiin. Oppimista ja kehittymistä tapahtuu erilaisten muovautuvien toimintamallien kautta aivan aikuisiän kynnykselle saakka. Toimivien oppimismekanismien ja muistin tärkeys näkyy kaikessa ihmisen älyllisessä ja sosiaalisessa toiminnassa. (Nurmi ym. 2014, 56–57.)

Sosioemotionaalisen kehittymisen taitoihin kuuluvat esimerkiksi itseilmaisu, kuunteleminen, vuorottelu, sääntöihin sopeutuminen, puolensa pitäminen ja toisen auttaminen. Sosiaalistuakseen lapsi tarvitsee vertaissuhteita, sillä sosiaalisten tilanteiden vastavuoroisuus auttaa lasta kehittämään omaa sosiaalisia taitojaan. Leikkiminen yhdessä toisten kanssa tarjoaa lapselle tilaisuuden sosioemotionaalisten taitojen harjaantumiseen, kuten esimerkiksi tunteiden säätelyyn ja empatiakyvyn vahvistumiseen. Vuorovaikutustilanteissa kavereiden ja muun lähiympäristön kanssa lapsen minä-käsitys alkaa muovautua. Lapsi vastaanottaa toimistaan palautetta muilta ja jäljittelee läheisten ihmisten toimintatapoja. Näin hänelle kehittyy yksilöllinen ja luonteenomainen ajattelu-, tunne- ja toimintatapojen muodostama kokonaisuus. (Veijalainen 2014, 10–11.)

Kielellisen kehityksen eli puheen tuottamisen ja ymmärtämisen taidot vaikuttavat merkittävästi vuorovaikutustilanteiden hedelmällisyyteen. Korvaavia kommunikointikeinojakin on, mutta ennen kuin ne saadaan lapselle arkiseen käyttöön, on sosiaalisessa ja emotionaalisisessa kehityksessä jo huomattavissa viiveitä. Puheentuoton ja -ymmärtämisen ongelmat aiheuttavat usein myös haasteellista käytöstä lapsen turhautuessa arjen tilanteisiin. Lisäksi on huomioitava, että varhaislapsuudessa tunteet ovat muutenkin vielä suuria ja vaihtelevia, sillä lapsi vasta harjoittelee itsesäätelyn taitoja eli tunteiden tunnistamista ja niiden säätelyä. Emotionaaliset itsesäätelytaidot vahvistavat toimiesseen lapsen sosiaalista taitavuutta ja edistävät näin myös kaverisuhteiden syntymistä ja pysyvyyttä. (Veijalainen 2014, 10–11.) Lapsen kielellisen kehityksen taso sekä emotionaaliset itsesäätelytaidot heijastuvat aina vertaissuhteisiin ja vaikuttavat omalta osaltaan sosiaalisten tilanteiden kehitystä tukeviin mahdollisuuksiin joko positiivisesti tai negatiivisesti.

On myös olemassa sairauksia, jotka voivat aiheuttaa kantajalleen mielenterveydellisiä ongelmia myöhemmällä iällä. Näistä varhaiskasvatuksessa näkyvät esimerkiksi käytös- ja tunnehäiriöt, sekä erilaiset neuropsykiatriset sairaudet. Mielenterveyttä suojaavien tekijöiden eli vuorovaikutus- ja tunnetaitojen oppiminen ja kehittyminen saattavat näillä lapsilla häiriintyä. Kehittyminen näissä taidoissa ei etene ikäodotusten mukaisesti, vaan taitojen opettelussa tarvitaan erityistä tukea. Vuorovaikutus- ja tunnetaitojen puutteellisuus yhdistettynä

neuropsykiatriisiin sairauksiin aukaisevat yhdessä tien mahdollisiin tuleviin mielenterveysongelmiin. (Tamminen ym. 2016, 429–431.) Tuen tarve näillä lapsilla on selkeä, ja hyvillä tukitoimilla voidaan myös ennaltaehkäistä tulevia haasteita.

### **2.2.2 Ehkäisevä mielenterveystyö**

Ehkäisevän mielenterveystyön tarkoituksena on lisätä tietämystä mielenterveydestä ja kiinnittää huomiota vahvuuksien ja voimavarojen tukemiseen. Tarkoituksena on vähentää mahdollisia riskitekijöitä ja lisätä mielenterveyden ongelmilta suojaavia tekijöitä. Lasten mielen hyvinvoinnin kannalta on huomiotava, että kasvuympäristöissä on aina olemassa sekä riskitekijöitä että suojaavia tekijöitä. Tärkeää onkin vahvistaa sellaisia lapsen tai ympäristön ominaisuuksia, jotka suojaavina tekijöinä vahvistavat lapsen resilienssiä eli selviytävyyttä, ja näin estävät tai vähentävät sairastumista. (Tamminen ym. 2016, 428–429.) Mielenterveyden näkökulmasta katsottuna on tärkeää, että lapsella on turvallinen ja läheinen kiintymyssuhde kasvattajaansa sekä hyvä arki niin kotona, kuin varhaiskasvatuksessa ja koulussakin.

Varhaiskasvatuksessa mielenterveyden edistämällä pyritään vaikuttamaan lasten hyvinvoinnin lisäämiseen ja antamaan varhaiskasvatuksen ammattilaisille tietoa ja taitoa mielenterveyden vahvistamiseen arkisin keinoin. Mielenterveysseuran mukaan lasten kanssa työtä tekevät ovat mielenterveyden kannalta tärkein ammattiryhmä, sillä päivähoidon kautta voidaan laadukkaalla varhaiskasvatuksella merkittävästi vaikuttaa lapsen ja hänen perheensä elämään ennaltaehkäisevin ja osin myös korjaavin keinoin mielenterveyttä edistäen (Suomen Mielenterveysseura a; Tamminen ym. 2016, 432).

Lapsi tarvitsee mielenterveyden voimavaroja oman ikävaiheensa kehitystehtävien toteutumiseen (Vuorilehto, Larri, Kurki & Hätönen 2014, 14). Lasten mielenterveyden edistämiseksi varhaiskasvatuksessa on tärkeää esimerkiksi tunnetaitojen opettelu sekä kaverisuhteiden ja vuorovaikutuksen vahvistaminen. Tunteiden tunnistaminen, käsittelyminen ja näyttäminen ovat arjen vuorovaikutuksen sekä itsetuntemuksen ja hyvän itsetunnon rakennusmateriaaleja.

Lapsella tunnetaitojen haasteet heijastuvat suoraan kaverisuhteisiin, ja varhaiskasvatuksen arjessa hyvät kaverisuhteet ovat ratkaisevan tärkeässä asemassa lapsen hyvinvoinnin kannalta. (Suomen Mielenterveysseura d; Suokas & Virolainen 2012, 23.) On tärkeää huomioida, että lapsuuden vuorovaikutussuhteet heijastelevat identiteetissä vielä aikuisiälläkin. Henkinen terveys ja mielen hyvinvointi ovat tärkeässä osassa koko ihmisen elämän ajan ja siksi mielenterveyttä tuleekin edistää ja suojella kaikissa ikäkausissa lapsuudesta alkaen (WHO 2013).

### **3 VARHAISKASVATUSTYÖN MENETELMIÄ KOTKAN KAUPUNGISSA**

Lasten kasvun ja kehityksen tukemisessa varhaiskasvatuksessa on tärkeää tunnetaitojen opettelu sekä kaverisuhteiden ja vuorovaikutuksen vahvistaminen. Tunteiden tunnistaminen, käsitteleminen ja näyttäminen ovat arjen vuorovaikutuksen sekä itsetuntemuksen ja hyvän itsetunnon rakennusmateriaaleja. (Suomen Mielenterveysseura d.) Mielenterveyttä suojaavia tekijöitä ovat esimerkiksi riittävän hyvä itsetunto, hyväksytyksi tuleminen tunne, ongelmanratkaisutaidot, vuorovaikutustaidot sekä kyky luoda ja ylläpitää tyydyttäviä ihmissuhteita (Suomen Mielenterveysseura c). Varhaiskasvatuksessa näkyvän ehkäisevän mielenterveystyön tarkoituksena on vahvistaa juuri näitä taitoja. Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksessa on tarjolla myös valmiita työvälineitä pedagogisesti suunnitellun varhaiskasvatuksen toteuttamiseen. Nämä työvälineet toimivat osaltaan myös ehkäisevän mielenterveystyön menetelminä.

#### **3.1 Lapsen mieli**

Varhaiskasvatuksen ammattilaisilla on mahdollisuus vahvistaa ja tukea lasten mielenterveyttä työnsä kautta päiväkodin ja esiopetuksen arjessa. Mielen hyvinvoinnin tärkeys tulisi nostaa esille päivittäisissä arvovalinnoissa ja asenteissa sekä toiminnan suunnittelussa. Lapsen mieli – mielenterveystaitoja varhaiskasvatukseen ja neuvolaan – kirja sekä siihen liittyvä materiaalikokonaisuus on kehitetty juuri tähän tarkoitukseen. Kirja on kehitetty Suomen Mielenterveysseuran koordinoimassa Turvallisin mielin -hankkeessa yhteistyössä varhaiskasvatuksen ja neuvolan työntekijöiden kanssa. (Marjamäki, Kosonen, Törrönen & Hannukkala 2015, 4, 6, 13.)

Lapsen mieli -materiaalin avulla varhaiskasvatuksen ammattilainen saadaan näkemään mielenterveyden edistämisen merkitys lapsen hyvinvoinnin tukemisessa. Kirjan sisältö sekä siihen liittyvät materiaalit, antavat työntekijöille ideoita ja teemoja, sekä toimivat voimavaralähtöisenä mielenterveyden edistäjänä varhaiskasvatuksen arjessa. Tärkeää on myös kirjan sisältämä viesti siitä, että laadukas varhaiskasvatus sisältää ehkäisevän mielenterveystyön elementtejä jo nyt (Marjamäki ym. 2015, 7).

Mielenterveyden edistämistä käsitellään kirjassa yhdeksän eri teeman kautta:

- Kohtaaminen, läsnäolo ja rakkaus
- Kehittyvä lapsi
- Turvalliset aikuiset
- Tunteista voimaa
- Yhdessäolon riemua
- Arjen rytmi
- Itsetunto
- Kriisit ja selviytyminen
- Lepo

Näihin teemoihin syvennyttään voimavaralähtöisesti erilaisten välineiden ja harjoitusten avulla. Lapset saadaan innostumaan mielenterveystaitojen oppimisesta musiikin, liikunnan, leikin sekä taiteen avulla, ja välineinä voidaan käyttää Lapsen mieli -materiaaleista esimerkiksi pöytäteatteria, julisteita tai taidekortteja. Materiaaliin kuuluu myös vanhempien kanssa käytettävät Turvallisin mielin vanhemmaksi -kortit sekä työyhteisön kehittämiseen käytettävät Hetki hyvälle mielelle -kortit. (Marjamäki ym. 2015, 8–9.)

### **3.2 ICDP - Kannustava vuorovaikutus**

Sosiaalipedagoginen ammatillisuus tarkoittaa työn toimintamuotojen ajattelemista sosiaalipedagogisesta viitekehyksestä käsin. Tämä tarkoittaa huomion kiinnittämistä pedagogisiin näkökohtiin. Tarkoituksena on vahvistaa yksilön elämänhallintaa ja osallisuutta tuomalla samalla esiin hänen omia voimavarojaan. Kannustava vuorovaikutus, ICDP (International Child Development Programme), on ennaltaehkäisevä, hyvinvointia edistävä ja myönteistä aikuisen ja lapsen vuorovaikutusta vahvistava ohjelma. Sen lähtökohtana on, että jokaisella ihmisellä on voimavaroja ja resursseja, joita voi vahvistaa. Tavoitteena on lisätä kykyä ymmärtää ja kunnioittaa toisiamme kehittämällä sensitiivisyyttä



ja empatiaa muita kohtaan. Ohjelman tarkoituksena on tukea kaikenikäisten lasten vanhempia, ja se sopii myös perheiden ja lasten kanssa työskentelevien ammattilaisten työkaluksi. (ICDP.)

Varhaiskasvatuksen ammattilainen voi ICDP-ajattelumallin avulla tietoisesti valita positiivisen ja lapsen olemassa olevia voimavaroja vahvistavan tavan toimia. Omaksumalla kannustavan vuorovaikutuksen omaksi työtavakseen voi aikuinen kohdata lapsen merkityksiä luovan ja tunteisiin pohjautuvan vuoropuhelun kautta, ja näin vähentää säätelevää vuoropuhelua. Tärkeää on myös huomioida, että säätelevää vuoropuhelua voi käydä myös myönteisellä tavalla. Tarkoituksena on, että varhaiskasvatuksen ammattilaiset osaavat vahvistaa lapsen elämänhallintaa ja osallisuutta, tuomalla samalla esiin hänen omia voimavarojaan, kannustavan vuorovaikutuksen toimintamallien kautta. (ICDP.)

ICDP-koulutuksesta on hyötyä lasten hyvinvoinnin edistäjänä myös työntekijän ammattiosaamisen sekä laadukkaan pedagogisen toimintatavan vahvistamisessa. Oppiminen tapahtuu itsereflektion kautta, ja pitkän koulutusajan ansiosta uusia oppeja siirretään arkiseen työhön asteittain. Koulutuksen anti auttaa myös työntekijää itseään asennoitumaan työhönsä positiivisemmin arjen haasteidenkin keskellä. Kannustavan vuorovaikutuksen lisääminen omaan arkiseen työhön parantaa merkittävästi aikuisten ja lasten välisiä suhteita sekä lisää samalla myös työn mielekkyyttä.

### **3.3 Kiva Kaveri -hanke**

Työskentelen lasten kanssa Kotkan kaupungin päiväkodeissa ja esiopetuksessa. Erityispedagogisten menetelmien ja työtapojen käyttäminen ja kehittäminen kuuluvat päivittäiseen työhöni. Yhteiseksi projektiksi koko päiväkodin työyhteisölle sekä lapsille että työntekijöille ideoin, suunnittelin ja toteutin Kiva Kaveri -hankkeen. Se on tarkoitettu työkaluksi varhaiskasvatukseen kiusaamisen vastaiseen työhön.

Kiva Kaveri -hanke lähti liikkeelle tarpeesta saada keinoja kiusaamisen vähentämiseen Sateenkaaren päiväkodissa vuonna 2013. Oli halu nostaa näkyville

hyviä arvoja ja vahvistaa lasten kaverisuhteita. Näitä pohtiessani syntyi ajatus ystävydestä, arjen reilusta käytöksestä ja yleisestä hyvästä hengestä vastapainona kiusaamiselle. Tutustuin hanketta suunnitellessani esimerkiksi KiVa Koulu -hankkeeseen (KiVa Koulu 2012), Mannerheimin Lastensuojeluliiton (MLL) tiedotteisiin sekä julkaisuun *Kiusaavatko pienetkin lapset?* (Kirves & Stoor-Grenner 2010).

Kiusaaminen on aina vakava riskitekijä lapsen tasapainoiselle kasvulle ja kehitykselle. Kiusaaminen voi tilanteena olla traumatisoiva, ja pitkään jatkuessaan vaikuttaa lapsen identiteetin muodostumiseen. Kiusatut lapset kokevat usein myöhemmälläkin iällä itsetuntonsa heikoksi ja heillä esiintyy myös masentuneisuutta sekä ahdistuneisuutta. Ongelmat vertaissuhteissa voivat näkyä jo päiväkodissa, joten varhaisella puuttumisella sekä oikein kohdennetuilla pedagogisilla ratkaisuilla on merkitystä. (Repo 2013, 14–15, 17.)

Kiva Kaveri -hankkeen avulla lasten kanssa opetellaan hyviä taitoja ja tapoja olla kiva kaveri. Tähän osaamiseen sisältyvät niin sosiaalisten taitojen vahvistaminen, tunnetietoisuus, kuin myös tapa- ja moraalikasvatus. Lapsella tunnetaitojen haasteet heijastuvat suoranaisesti kaverisuhteisiin, ja hyvät kaverisuhteet taas ovat ratkaisevan tärkeässä asemassa lapsen hyvinvoinnissa päiväkodin arjessa. Kun lapsella on kavereita ja läsnä olevia aikuisia, niin hän kokee tulewansa hyväksytyksi. Tämä on erittäin tärkeää hyvän itsetunnon kannalta. Kaverisuhteissa ja vuorovaikutuksessa on myös osattava ratkaista ongelmia ja ristiriitoja, sillä niiltäkään ei voida välttyä. (Suokas & Virolainen 2012, 23; Suomen Mielenterveysseura b.) Taitojen opettelu tapahtuu positiivisessa ja kannustavassa ilmapiirissä vertaissuhteiden sekä ryhmäytymisen voimaa hyödyntäen.

Hyvät tavat ja kaveritaidot edistävät hyvää mielenterveyttä. Tämä suunnittelemani ja toteuttamani Kiva Kaveri -hanke osoittautui toimivaksi menetelmäksi ja on nyt käytössä kaikille halukkaille kiusaamisen vastaisena työkaluna sekä vuorovaikutustaitojen opettelun menetelmänä Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksessa.

## 4 TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHTA JA TOTEUTUS

Kotkan kaupunki on tarjonnut varhaiskasvatuksen työntekijöille Suomen mielenterveysseuran järjestämää Lapsen mieli -koulutusta lasten mielenterveyden tukemiseen (Suomen mielenterveysseura a) sekä ICDP – Kannustava vuorovaikutus -koulusta vuorovaikutustaitojen vahvistamiseen (ICDP). Tutkimukseni tietopohjan ja käytännön toimien sekä oman ammatillisen kehittymiseni takia osallistuin näihin Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksen työntekijöille tarkoitettuihin koulutuksiin. Näiden kahden koulutuksen kautta sain tietoa ja käytännön opetusta lapsen hyvinvointia edistävien menetelmien käyttämisestä varhaiskasvatuksen arjessa. Nämä menetelmät toimivat myös ehkäisevän mielenterveystyön toimintatapoina.

Suomen Mielenterveysseuran järjestämä yhden iltapäivän kestänyt Lapsen mieli -koulutus oli toukokuussa 2016. Koulutuksen sisältö kattoi laajasti erilaisia mielenterveyteen, ehkäisevään mielenterveyteen sekä varhaiskasvatukseen liittyviä yhteisiä käsitteitä. Osallistumalla sain lisää tietoa ehkäisevän mielenterveystyön menetelmistä varhaiskasvatuksessa sekä myös koulutuksessa jaettavan kattavan materiaalipaketin, joka sisälsi esimerkiksi Lapsen Mieli -kirjan, julisteita sekä pöytäteatteritarvikkeet.

Syksyllä 2016 osallistuin lisäksi syyskuusta joulukuuhun kestäneeseen Kotkan kaupungin ICDP Suomi ry:n kautta järjestettyyn ICDP – Kannustava vuorovaikutus -koulutukseen. Koulutuksen avulla heräteltiin ja kannustettiin varhaiskasvatuksen ammattilaisia tietoisesti valitsemaan positiivinen ja lapsen olemassa olevia voimavaroja vahvistava tapa toimia. Osallistuminen antoi minulle uusien metodien sekä reflektiivisen työtapojen tarkastelun kautta vahvistusta ammatilliseen vuorovaikutukseen sekä lasten että aikuisten kanssa.

### 4.1 Työn tavoite ja tutkimuskysymykset

Tämän opinnäytetyön tavoitteena on selvittää, onko varhaiskasvatuksen työntekijöillä tietoa ehkäisevästä mielenterveystyöstä ja käytetäänkö varhaiskasvatuksen arjessa ehkäisevän mielenterveystyön menetelmiä. Lisäksi selvitetään, miten menetelmien käyttöä ja tietoisuutta niistä voitaisiin lisätä. Työn tilaajana

on Kotkan kaupunki ja tutkimuksen kohteina ovat Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksen yksiköt.

Opinnäytetyön tilaajana Kotkan kaupunki saa tietoa siitä, kuinka tietoisia varhaiskasvatuksen ammattilaiset ovat ehkäisevän mielenterveystyön toteuttamisesta ja toimintatavoista oman työnsä arjessa päiväkodeissa ja esiopetuksessa. Työ on luonteeltaan työelämälähtöinen ja antaa näin vastauksia aitoon tarpeeseen. Työllä on myös laajempi yhteiskunnallinen merkitys lasten mielenterveyden edistäjänä.

Opinnäytetyön pohjana on aina tutkimusongelma, johon tutkimuksessa keskitytään. Ongelmaa kuvaavat tutkimuskysymykset, joihin on hyvän lopputuloksen saamiseksi löydettävä tutkimuksen edetessä myös vastaukset. (Kananen 2012, 16.) Tätä opinnäytetyötä varten muodostettiin kolme tutkimuskysymystä, jotka liittyvät selkeästi tutkimusongelmaan:

1. Miten ehkäisevä mielenterveystyö näkyy päiväkodin/esiopetuksen arjessa?
2. Käytetäänkö päiväkodin/esiopetuksen arjessa ehkäisevän mielenterveystyön menetelmiä?
3. Miten ehkäisevän mielenterveystyön menetelmiä voidaan lisätä päiväkodin/esiopetuksen arkeen käytettäväksi?

## **4.2 Tutkimusmenetelmät ja aineiston analysointi**

Opinnäytetyön menetelmällinen lähestymistapa on osin kvantitatiivinen ja osin kvalitatiivinen, sillä tutkimusmenetelminä käytettiin kirjallisuutta, havainnointia sekä kyselytutkimusta. Aineiston keräämisessä kvantitatiivisen eli määrällisen tutkimuksen kautta saatiin varhaiskasvatuksen työntekijöille suunnatulla kyselylomakkeella selkeää numeraalista ja graafisesti esitettävää tietoa. Lisäksi tutkimukseen tuotiin laadullista eli kvalitatiivista näkökulmaa lasten leikkitalanteen havainnoinnin avulla (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 135–137).

Tutkimuksen tärkein vaihe on kerätyn aineiston analysointi ja tulkinta, joka onnistuessaan johtaa vastausten löytymiseen asetettuihin tutkimuskysymyksiin. Tutkimusta varten valitut menetelmät vaikuttavat myös analysointitapoihin.

Empiirisen tutkimuksen aineiston analyysiin voidaan ryhtyä tietojen tarkistamisen ja täydentämisen sekä aineiston järjestämisen jälkeen, kun taas kyselytutkimuksessa auttavat valmiit tilastolliset analyysitavat. (Hirsjärvi ym. 2009, 221–224.)

Tässä opinnäytetyössä tutkimusmenetelmien tuottaman aineiston analysoinnissa käytettiin kyselylomakkeen osalta apuna Webropol-ohjelman tuottamia tuloksia ja taulukoita, jotka tulkittiin ja kirjoitettiin auki tekstiksi. Kyselylomakkeen avoimien kysymysten sekä leikin havainnoinnin tuottaman laadullisen aineiston kohdalla käytettiin vastausten tarkastelemiseen myös sisältöanalyysiä, osin teorialähtöisen luokittelun kautta (Tuomi & Sarajärvi 2009, 93). Analyysien avulla voitiin tehdä johtopäätöksiä vastaamaan asetettuihin tutkimuskysymyksiin.

#### **4.2.1 Leikin havainnointi**

Leikin havainnoimisen tavoitteena on saada tietoa lapsesta, jotta hänen tilanteensa ja tarpeensa voidaan tuntea ja ymmärtää. Havaintojen avulla on mahdollista pedagogisesti ja lapsilähtöisesti suunnitella sekä yksilöllistä että ryhmän toimintaa. Lisäksi voidaan vastata erilaisiin tuen tarpeisiin. (Koivunen & Lehtinen 2015, 33.) Leikkitilanteessa voidaan havainnoida hyvinkin erilaisia asioita. Tärkeää on huomioida sekä lasten että havaintojen määrä tilanteeseen sopivaksi ja kirjoittaa muistiinpanot esimerkiksi valmiiseen taulukkoon.

Havainnoimalla leikkitilannetta Kotkan kaupungin x päiväkodissa syksyllä 2016 saatiin tutkimusta varten tietoa lasten taidoista ja tavoista toimia päiväkodin arjen keskellä. Leikkitilanteessa havainnoitiin jokaisen lapsen kohdalta tilanteessa esiin tulevia rooleja ryhmässä, vuorovaikutusta toisten leikkijöiden kanssa, kielen kehitystä sekä häiriöherkkyyttä. Paikalla oli neljä lasta. Leikkitilanteen havainnoinnin tulokset korreloidaan analyysivaiheessa varhaiskasvatuksen työntekijöille suunnatun kyselyn vastausten kanssa.

Tutkimusta varten lasten vanhemmilta kysyttiin erillisellä lomakkeella (liite 1) lupa havainnoinnin tekemiseen sekä kirjallisen analyysin lisäämiseen opinnäytetyöhön. Kirjallinen osuus tuotetaan täysin anonyymisti eikä yksittäistä lasta

voi siitä tunnistaa. Lasten oikeita nimiä ei tekstissä mainita, eikä heidän ulkonäköään kuvailla. Myöskään päiväkodin nimeä, jossa havainnointitilanne järjestettiin, ei mainita.

Tutkimusmenetelmänä havainnoinnilla saadaan suoraa tietoa yksilöiden tai ryhmien tavoista toimia luonnollisessa ympäristössään. Havainnointi on erityisen hyvä tutkimusmenetelmä, kun toimitaan esimerkiksi lasten kanssa tai kun tutkitaan vuorovaikutusta. Tässä tutkimuksessa toteutettiin systemaattista havainnointia ja se tapahtui todellisen elämän tutkimisena eikä siis esimerkiksi laboratorio-olosuhteissa. (Hirsjärvi ym. 2009, 193–202.) Havainnot kirjattiin ylös ja tallennettiin taulukoihin neljän eri havaintonäkökulman mukaan.

#### **4.2.2 Sähköinen kysely**

Opinnäytetyön aineistoa kerättiin myös kyselytutkimuksen avulla. Tutkimustyötä varten Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksen yksiköihin lähetettiin tätä tarkoitusta varten laadittu sähköinen kyselylomake. Kyselylomake toimi kvantitatiivisen tutkimuksen menetelmänä ja sen avulla saatiin tietoa ehkäisevän mielenterveystyön menetelmien käytöstä sekä niiden tietoisuudesta Kotkan kaupungin eri päiväkodeissa ja esiopetuksessa (Kananen 2012, 122). Kyselylomake tuotettiin sähköisesti Webropol-ohjelmalla ja kysely tehtiin kokonaistutkimuksena. Saate (liite 2) ja sähköinen kyselylomake (liite 3) lähetettiin kaikille Kotkan kaupungin päiväkodeissa ja esiopetuksessa työskenteleville lastentarhanopettajille, lastenhoitajille sekä päiväkotiaavustajille sähköpostilla.

Sähköinen kyselylomake sisälsi 16 kysymystä viidellä sivulla ja ne suunniteltiin vastaamaan opinnäytetyön tutkimuskysymyksiin. Lomake sisälsi spesifisiä monivalintakysymyksiä, strukturoidun ja avoimen kysymyksen välimuotoja sekä lisäksi muutamia avoimia kysymyksiä. Kyselyyn ei liittynyt tunnistetietoja, vaan siihen vastattiin anonyyminä. Tutkimuksessa esiin tulevien asioiden vertailun takia vastaajilta kysyttiin kuitenkin muutamia taustatietoja, kuten esimerkiksi onko vastaajan työpaikka päiväkodissa vai esiopetuksessa. Vastaukset taustatietoihin eivät vaarantaneet vastaajan anonyymiyyttä.

Kyselyä pidetään survey-tutkimuksen keskeisenä menetelmänä ja se antaa onnistuessaan standardoidun aineiston perusjoukon otoksesta. Tässä tutkimuksessa perusjoukko oli Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksen lastentarhanopettajat, lastenhoitajat sekä päiväkotiaavustajat. Otos kattoi 85 vastaajaa. Kyselytutkimuksen etuna on nopeus ja helppous sekä mahdollisuus laajan tutkimusaineiston keräämiseen. Lisäksi aineistoa varten on jo valmiiksi kehitelty analyysitavat ja raportointimuodot. Kyselyn onnistumisen ja luotettavuuden varmistamiseksi tutkimuksessa tulee kuitenkin kiinnittää erityistä huomiota lomakkeen huolelliseen laatimiseen. (Hirsjärvi ym. 2009, 193–202.)

## **5 EHKÄISEVÄN MIELENTERVEYSTYÖN MAHDOLLISUUDET VARHAISKASVATUKSESSA - TUTKIMUSTULOKSIA**

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, onko varhaiskasvatuksen työntekijöillä tietoa ehkäisevästä mielenterveystyöstä ja käytetäänkö varhaiskasvatuksen arjessa ehkäisevän mielenterveystyön menetelmiä. Lisäksi selvitetään, miten menetelmien käyttöä ja tietoisuutta niistä voitaisiin lisätä. Tutkimismenetelminä on käytetty lasten leikin havainnointia sekä varhaiskasvatuksen työntekijöille osoitettua sähköistä kyselykaavaketta.

### **5.1 Leikki lapsen taitojen kuvaajana**

Leikillä on erittäin tärkeä rooli lapsen kokonaisvaltaisessa kehityksessä (Van Hoorn, Nourot, Scales & Alward 2015, 77). Leikin avulla lapsen luova ajattelu ja ongelmanratkaisukyky kehittyvät. Leikki on myös lapselle luonnollinen tapa ilmaista itseään. Aluksi lapsi leikkii yksin, siirtyy sitten rinnakkaisleikkiin ja noin kolmen neljän vuoden ikäisenä yhteisleikkiin. Neljännen ja viidennen ikävuoden aikana lapsi innostuu myös rooli- ja sääntöleikeistä. Näihin leikkeihin sisältyy yhä enemmän vastavuoroista sosiaalista toimintaa sekä sääntöjen ymmärtämistä ja muistamista. Ikäkausittain etenevät ja monipuolistuvat leikit tukevat lapsen sosioemotionaalisten taitojen kehittymistä. (Nurmi ym. 2014, 65–70.)

Tutkimusta varten tehty havainnointi tapahtui Kotkan kaupungin x päiväkodissa syksyllä 2016 ja sen avulla kerättiin tietoa lasten taidoista ja tavoista toimia päiväkodin arjen keskellä. Havainnointi tapahtui leikki-tilanteessa, vapaan toiminnan aikaan osallistuneiden lasten päiväkotiryhmän leikkihuoneessa. Havainnoija istui leikin ajan sivussa huoneen oven luona eikä puuttunut leikin kulkuun. Huoneessa oli leikkimässä neljä 5-vuotiasta lasta. Tässä selonteossa heitä kutsutaan nimillä Roope, Jesse, Pinja ja Anni (nimet muutettu). Lapsista Pinja on erityisen tuen lapsi, sillä hänellä on haasteita kielenkehityksessä sekä motoriikassa.

Lasten leikissä keskeisinä elementteinä olivat huoneessa oleva telttä sekä tuoleista rakennettu auto. Autolla lapset matkustelivat Suomen eri kaupunkeihin ja muihin heitä kiinnostaneisiin kohteisiin. Autoon oli lastattu paljon tavaraa, jota matkan eri vaiheissa purettiin ja pakattiin yhä uudelleen. Matkojen aikana lapset kävivät ainakin kahvilla, uimahallissa, Hop Lopissa sekä kaupassa. Matkoilta palattiin aina kotiin telttaan.

Leikki-tilanteessa lapsilla oli selvät roolit: Anni oli äiti, Roope oli isä, Jesse oli poliisi ja Pinja oli koira. Lisäksi matkassa oli mukana pehmolelukoira- ja pupu. Leikki-tilanteessa havainnoitiin jokaisen lapsen kohdalta tilanteessa esiin tulevia rooleja ryhmässä, vuorovaikutusta toisten leikkijöiden kanssa, kielen kehitystä sekä häiriöherkkyyttä. Leikki-tilanteessa tehdyt havainnot kirjattiin taulukkoon, jonka jälkeen ne analysointivaiheessa avattiin ja tulkittiin.

### **5.1.1 Roolit**

Leikkiessään yhdessä lapset voivat ottaa itselleen tai antaa toisilleen erilaisia rooleja ryhmässä. Näitä rooleja voivat olla esimerkiksi autoritäärinen johtaja, demokraattinen johtaja, vallankäyttäjä, alistuja, syrjään vetäytyjä, yksinäinen, syntipukki, idoli, pelleilijä, kiusaaja, kiusattu, kiusaaja-uhri, torjuttu ja tyranni. (Koivunen & Lehtinen 2015, 40.) Ryhmää havainnoimalla saadaan tietoa yksittäisten lasten taitojen lisäksi myös ryhmän dynamiikasta.



Taulukko 1. Leikin havainnoinnissa esiin tulleet roolit.

| Anni   | Roope   | Pinja  | Jesse  |
|--|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>•Anni aloittaa leikin jakamalla roolit kaikille ja kertoo, miten leikki etenee. Koira ei saa puhua, vain haukkua. Poliisi ei pääse aina kyytiin, vaan hänelle Anni keksii muita hommia. Hän ei ota vastaan ehdotuksia matkakohteista. Puhuu kovalla äänellä.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>•Roope kuljeskelee rauhallisesti leikkihuoneessa. Ottaa itselleen pehmoleikkikoiran ja laukun. Juttelee Annille ja Jesselle. Ehdottaa HopLoppia ja muut innostuvat. Käy välillä kertomassa aikuiselle leikin kulusta. Matkalla taputtaa "Pinjakoira".</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>•Muutamien vastaväitteiden jälkeen Pinja suostuu olemaan koira. Haukkuu kovalla äänellä ja tuntuu innostuvan leikistä. Koiralle annetaan luu, pakataan auton takakonttiin ja käsketään olemaan hiljaa. Pinja on edelleen innokkaan näköinen ja hymyilee.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>•Jesse suostuu poliisiksi, mutta haluaa Annin vastaväitteistä huolimatta autoon mukaan. Alkaa hypsiä tuoleilla, irvistelee ja päristelee. Hokee: "Kattokaa! Kattokaa!" Nauraa kovaan ääneen. Annin ehdotuksesta poistuu rikollisjahtiin.</li> </ul> |

Havaintojen kautta lasten leikissä nousi esiin erilaisia rooleja (taulukko 1).

Anni oli selkeästi autoritäärinen johtaja. Hän halusi sanella lasten roolit ja leikin kulun eikä vastaanottanut toisten ehdotuksia. Hänessä oli myös piirteitä vallankäyttäjistä. Toisaalta Anni piti leikkiä koossa ja vei sitä eteenpäin, mutta liiallisella määrällä ja oman pään pitämällä kaverit saattavat myös kaikota tilanteesta (Helenius & LummeLahti 2013, 97). Pinjan Anni määräsi koiran rooliin luultavasti siitä syystä, ettei hän aluksi halunnut Pinjaa ollenkaan mukaan leikkiin. Pinja sopeutui tilanteeseen toisaalta johtajan alistamana, mutta toisaalta omasta tahdostaan. Hän ei varmasti aivan ymmärtänyt, mitä koiran roolilla tarkoitettiin. Pinja oli ryhmässä alistuja ja leikin edetessä myös syrjään vetäytyjä.

Jesse toimi leikissä pelleilijän ja osin myös vallankäyttäjän roolissa. Hän haki kontaktia toisiin lapsiin pelleilyn kautta yrittäen saada heidät nauramaan kanssaan. Lisäksi hän usein yritti saada toiset tekemään jotain kiellettyä. Pelleilijän roolilla lapsi yrittää usein peittää heikkoa itsetuntoaan (Koivunen & Lehtinen 2015, 44). Tämä näkyi selvästi Jessen käytöksessä. Hän todellakin meni lähes joka tilanteeseen pelleilyn kautta.

Roopen rooli tässä ryhmässä vaikutti olevan idoli. Vaikka hän ei ollut varsinaisesti johtajatyyppeä, toiset tulivat helposti toimeen hänen kanssaan ja pitivät hänestä. Häntä myös kuunneltiin ja hänen seuraansa hakeuduttiin. Roope toimi leikissä sosiaalisesti lahjakkaasti keskustellen ja ideoita ehdotellen.

Havainnoinnin perusteella on nähtävissä, että lasten roolit leikeissä voivat olla epäsuhtaisia ja varsinkin negatiivispainotteisina ja pitkäkestoisina myös terveen kehityksen riskitekijöitä. Lasten puutteelliset tai vasta kehityksessä olevat tunne- ja vuorovaikutustaidot saattavat aiheuttaa roolien vääristymistä ja tuottaa ryhmään alistujia, yksinäisiä tai torjuttuja lapsia. Esimerkiksi jos Pinjan rooliksi leikissä näyttäisi aina jäävän tuo koiran osa, on aikuisen huolehdittava siitä, ettei lapsi syrjäydy joukosta (Helenius & Lummelehti 2013, 224).

### 5.1.2 Vuorovaikutus

Vuorovaikutus kuuluu sosiaalisen kehittymisen taitoihin ja sen osa-alueita ovat kommunikointi, ongelmanratkaisu sekä yhteisölliset taidot. Sosiaalistuakseen lapsi tarvitsee vertaissuhteita vuorovaikutuksen kautta, sillä sosiaalisten tilanteiden vastavuoroisuus auttaa lasta kehittämään omia sosiaalisia taitojaan. (Koivunen & Lehtinen 2015, 175.) Leikkiminen yhdessä toisten kanssa tarjoaa lapselle tilaisuuden vuorovaikutustaitojen harjaantumiseen.

Taulukko 2. Lasten välinen vuorovaikutus leikin havainnoinnin perusteella.

| Anni   | Roope  | Pinja  | Jesse   |
|--|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Anni puhuu toisille määrääväällä äänellä ja jakaa koko ajan ohjeita. Sanoo aikuiselle usein, että "Noi ei tottele!" tai "Noi kiusaa!" Kun muut lapset suostuvat Roopen uimahalliehdotukseen, alkaa Anni äänekkään protestoinnin jälkeen mököttää ja itkeä.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Puhuu kaikkien kanssa. Käy juttelemassa myös aikuisen kanssa ja kertoo jännittäviä yksityiskohtia meneillään olevasta leikistä. Lohduttaa Annia, joka mököttää uimahalliasiaista, mutta siirtyy sitten jatkamaan leikkiä muiden kanssa. Ehdottaa uusia asioita leikin kulkuun. Pyytää Jesseä puhumaan hiljempaa.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Vuorovaikutusyrityksiä on alussa enemmän, mutta ne hiipuvat leikin edetessä. Pinja hakee välillä katseella aikuiselta vahvistusta. Yrittää vielä sanoa muille, että mennään teltaan, mutta muut eivät halua. Riehaantuu juoksemaan huudahdellen.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Jesse ehdottaa, että automatkalla tapahtuu maanjäristys ja vastauksia odottaen syöksyy kaatamaan tuolit ja tavarat. Nauraa ja selostaa tilannetta innoissaan. Muut huutavat Jesselle. Kun hän huomaa, että muut ovat vihaisia, hän kysyy sovittelun, että "Puhutaanko vessajuttuja" salaa?"</li> </ul> |

Jessen vuorovaikutusyriytykset muita kohtaan olivat usein naamioitu pelleilyn taakse (taulukko 2). Vuorovaikutustaidoissa näkyi vielä kehittymättömyyttä. Jesse oli kuitenkin hyvin sosiaalinen ja yritti omalla tavallaan pysyä leikissä mukana. Itsesäätelyn puutteet aiheuttivat hänelle kuitenkin vaikeuksia sopeuttaa omaa toimintaansa tilanteen vaatimuksiin (Koivunen & Lehtinen 2015, 192). Varsinkin Anni hermostui useasti Jessen tekemisistä. Hän ratkaisi tilanteen lähettämällä Jessen aina jonnekin kauemmas ”poliisitehtäviin”. Vuorovaikutuksessaan Anni oli kaikkien kanssa erittäin määräilevä eikä ymmärtänyt asioita toisten kannalta. Mielestään epäreiluissa tilanteissa hän turvautui myös huutamiseen ja itkuun.

Roope oli tilanteessa vuorovaikutustaidoiltaan lahjakas. Hän oli aloitteellinen, kuunteli muita, yritti ratkaista ongelmia ja huolehti toisista. Hän pystyi ottamaan vastaan myös toisten ehdotuksia ja tuntui viihtyvän tilanteessa. Hän otti myös paikalla olleen aikuisen mukaan vuorovaikutukseen kertomalla leikin etenemisestä ja yksityiskohdista. Roope oli ainoa, joka otti leikissä mukana olleen Pinjan huomioon. Hän eläytyi Pinjan koira-rooliin esimerkiksi taputtelemalla ja rapsuttelemalla häntä. Pinjan osallistumisesta leikkiin taas näkyi, että vuorovaikutustaidot ovat vielä kovasti kehitysvaiheessa, koska kielelliset vaikeudet ovat rajoittaneet oppimista. Pinja kuitenkin selvästi halusi olla muiden seurassa (välillä rauhallisemmin leikin reunamilla) ja tuntui aivan kuin harjoittelevan aloitteiden tekemistä.

Havainnoinnin perusteella on nähtävissä, että lasten vuorovaikutustaidot ovat osin vielä kehittymässä. Leikki on lapselle hyvä arjen tapa opetella vuorovaikutustaitoja, mutta puutteelliset taidot voivat luoda leikkiin myös tilanteita, joista lapsen voi olla vaikea selviytyä ilman aikuisen apua ja ohjausta. Vuorovaikutustaitojen eli kommunikoinnin, ongelmanratkaisun sekä yhteisöllisten taitojen vahvistaminen auttavat lasta toimimaan erilaisissa arjen ryhmissä.

### **5.1.3 Kieli**

Viisivuotias käyttää sanaluokkia kuten aikuinen ja soveltaa äidinkielen sääntöjä jo melko johdonmukaisesti. Hän hallitsee aikamuodot, sanojen taivutuk-

sen ja vertailumuotojen käytön. Hän osaa myös tärkeimmät määrää, aikaa, sijaintia sekä liikettä kuvaavat käsitteet. Näillä taidoilla hän osaa kertoa tarinoita koko ajan paremmin. Oman kieleemme morfologisen sääntöjärjestelmän omaksuminen jatkuu vielä kouluiässä. (Nurmi ym. 2014, 45–47.) Kieli on myös sosiaalisen vuorovaikutuksen, ajatusten ja tunteiden viestintäväline, sekä väline toiminnan suunnitteluun ja ongelmien ratkaisuun.

Taulukko 3. Leikin havainnointi kielen näkökulmasta.

| Anni   | Roope   | Pinja  | Jesse  |
|--|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>•Anni on koko ajan äänessä ja hänen on vaikea antaa puheenvuoroja muille. Hän löytää selityksen joka asiaan ja muistaa leikin tarinan ”sanasta sanaan”. Sanavarasto on hyvä.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>•Roope puhuu keskustellen, osallistuu leikin rakentamiseen sanallisesti. Ottaa ja antaa puheenvuoroja ehdottaessaan leikkijöille matkakohteita. Hän muistaa leikin tarinan ja kertoo siitä aikuisellekin. Puhe vaikuttaa aikuisen puheelta, joukossa on myös iälle epätyypillisiä sanoja.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>•Pinjan lauseet ovat lyhyitä, sanat väärässä järjestyksessä. Sanavarasto on suppea. Hän yrittää saada muita ymmärtämään asioita ja turhautuu hetkeksi, jos muut eivät ymmärrä. Ei ymmärrä tai muista leikissä sovittuja asioita.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>•Jesse puhuu paljon ja hänellä on hyvä sanavarasto. Ääni nousee usein kovaksi. Käyttää puheessaan paljon vitsejä, sanaleikkejä, lällättelyä ja kiellettyjä sanoja.</li> </ul> |

Leikin havainnoimisen kautta nousi selkeästi esiin, että Pinjan kielenkehityksen häiriöt vaikuttivat negatiivisesti hänen mahdollisuuksiinsa osallistua yhteiseen leikkiin (taulukko 3). Puheen tuottamisen ja ymmärtämisen taidoilla onkin merkittävä vaikutus leikkitaitoihin sekä vuorovaikutustilanteiden hedelmällisyyteen (Koivunen & Lehtinen 2015, 166). Leikissä mukana olleet lapset yrittivät ymmärtää Pinjan sanoja, mutta aina hän ei saanut itseään ymmärretyksi. Puheen tukena Pinja käytti myös elekieltä. Tukiviittomia hän ei lasten kanssa käyttänyt. Usein vaikutti myös siltä, ettei Pinja itse ymmärtänyt, mitä leikkijät hänen ympärillään keskustelivat. Tämä vaikutti siihen, että Pinjan oli haasteellista seurata leikin etenemistä.

Leikkijöistä Roopen kielelliset taidot olivat selvästi omaa luokkaansa. Puhe vaikutti aikuisen puheelta ja sisälsi sanoja, joita ei useinkaan viisivuotialta vielä kuule. Roope hallitsi puheen tuottamisen sekä ymmärtämisen ja lisäksi hänellä oli laaja sanavarasto. Hän myös muisti leikin tarinan erittäin hyvin ja kertaili sitä tuokion edetessä. Kielellisesti lahjakkaana Roope onnistui tuomaan esiin omia ajatuksiaan ja tunteitaan. Hän sai myös ratkaistua leikissä ilmenneitä ongelmatilanteita.

Anni ja Jesse olivat leikkutilanteen havaintojen mukaan kielellisesti ikäistensä tasolla. Tosin he käyttivät kieltä aivan eri tavoilla, kuten aiemmissa havainnoissa on tullut ilmi. Anni osasi esimerkiksi käyttää kielellisiä taitojaan taitavaan manipulointiin. Jessen kielenkäyttöön taas liittyivät epäasialliset puheet sekä kova ääni. Itsesäätelyn oppimisen kautta Jesse voisi oppia myös hallitsemaan ääntään eri tilanteisiin sopivalla tavalla (Helenius & Lummelahti 2013, 82). Molemmilla lapsilla oli hyvä sanavarasto.

Havainnoinnin perusteella kieli ja sen käyttämisen mahdollisuudet vaikuttavat lapsen leikkiin paljonkin, sillä kieli on sosiaalisen vuorovaikutuksen väline. Lapsi tarvitsee leikissä kieltä ajatusten ja tunteiden viestimiseen sekä suunnitteluun ja ongelmanratkaisuun ja siksi onkin nähtävissä, että puutteet kielellisessä kehityksessä aiheuttavat lapselle haasteita leikkiin osallistumisessa. Lisäksi oli havaittavissa, että haasteita voi olla varsinaisen kielenkehityksen ongelmien lisäksi myös tavassa käyttää kieltä.

#### **5.1.4 Häiriöherkkyys**

Tarkkaavaisuus ja keskittymiskyky ovat tärkeitä taitoja. Suoriutuakseen edessä olevasta toiminnosta on lapsen pystyttävä kuuntelemaan ja toimimaan ympäristössä olevista ärsykkeistä huolimatta. Häiriöherkkyydellä tarkoitetaankin lapsen tarkkaavuutta ja taitoa keskittyä käsillä olevaan tekemiseen. Herkästi häiriintyvän lapsen huomio siirtyy ulkopuolisten ärsykkeiden vuoksi helposti pois omasta tekemisestä. Lapsi saattaa reagoida esimerkiksi meluun tai ympärillä olevien lasten toimintaan ja näin hänen oma toimintansa keskeytyy. (Koivunen & Lehtinen 2015, 49, 133.) Häiriöherkkyteen liittyy usein myös itsesäätelyn haasteet.

Taulukko 4. Leikin havainnoinnissa näkynyt lasten häiriöherkkyys.

| Anni   | Roope   | Pinja   | Jesse   |
|--|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>•Anni leikkii pitkään, mutta hänen oma leikkimisensä häiriintyy siitä, että hänen on koko ajan vahdittava, että muut tekevät mitä hän sanoo.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>•Roope leikkii pitkään, eikä suoranaisesti häiriinny ympärillä tapahtuvista muista tilanteista. Yrittää palauttaa muita leikkijöitä aina takaisin leikkiin.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>•Pinja ei jaksaa kauaa olla paikallaan ja ponnahtaa jokaisesta ehdotuksesta jaloilleen valmiina toimiin. Tarttuu myös irrallisiin sanoihin ja muuttaa juuri sovittua yhteistä toimintoa. Kesken yhteisen leikin puuhaa välillä ihan omiaan leikin reunamilla. Häiriintyy huoneen ovelle käyvistä muista lapsista.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>•Jesse häiriintyy, kun muita lapsia käy välillä ovelle katsomassa. Kertoo heille todella kovaan ääneen leikistä. Lasten poistuessa lähtee heidän peräänsä. Pelleilee heille irvistellen ja ”vessajuttuja” puhuen. Nauraa äänekkäästi.</li> </ul> |

Jesse ja Pinja häiriintyivät leikki tilanteessa helposti (taulukko 4). Molemmat keskeyttivät leikkinsä aina, jos huoneen ovelle tuli muita lapsia keskustelemaan tai vain katsomaan tilannetta. Lisäksi heillä meni häiriön jälkeen paljon aikaa leikkiin palaamisessa. Pinja ei pystynyt sulkemaan ulkopuolisia ärsykeitä pois ja lähti esimerkiksi joka kerta mukaan Jessen pelleilyihin. Pinja häiriintyi myös monista muista leikkihuoneen tapahtumista sekä huoneessa olevista tavaroista.

Anni jyskytti junan lailla liekkiä eteenpäin ja vain huitoi ja määräili mahdollisia häiriötekijöitä pois tieltään, palatakseen saman tien takaisin leikin pariin. Hänelle häiriötä aiheutti vain se, jos muut eivät totelleet hänen ohjeitaan. Annin halu ohjaila leikin kulkua oli vahva. Roope taas selvästi huomioi kaikkea ympärillään tapahtuvaa mutta valitsi, mihin reagoi. Esimerkiksi ovelle tulleita lapsia hän saattoi ohimennen tervehtiä ja palata sitten nopeasti takaisin leikkirooliinsa ja Annin ohjailut hän joko hyväksyi tai ohitti sovitellen. Roope ei tuntunut häiriintyvän ympäristön tapahtumista, vaan hänellä oli taitoa keskittyä omaan tekemiseensä.

Havainnoinnin perusteella voi nähdä, että häiriöherkkyys on lapsilla selkeästi eri tasoista. Häiriöherkän lapsen on vaikea keskittyä leikkiin ja toiminta katkeaa jatkuvasti. Itsesäätelyn haasteet näkyvät toiminnan lyhytjänteisyytenä ja leikki on pirstaleista.

## **5.2 Työntekijät varhaiskasvatuksen arjessa**

Sähköisen kyselykaavakkeen avulla tutkimukseen saatiin tietoa Kotkan kaupungin päiväkotien ja esiopetuksen ammattilaisten tietoisuudesta ehkäisevän mielenterveystyön mahdollisuuksista varhaiskasvatuksessa. Tarkoituksena oli selvittää, tietävätkö työntekijät mitä ehkäisevä mielenterveystyö on sekä toimivatko he työssään lasten mielen hyvinvointia edistävästi.

Sähköisessä kyselylomakkeessa (liite 3) oli 16 kysymystä ja se lähetettiin kaikille Kotkan kaupungin päiväkodeissa ja esiopetuksessa työskenteleville lastentarhanopettajille, lastenhoitajille sekä päiväkotiaavustajille. Kunnallisia päiväkotiyksiköitä Kotkassa on 22 ja esiopetusyksiköitä 13. Kyselyn piiriin kuuluneita työntekijöitä näissä yksiköissä oli tutkimushetkellä noin 340. Kyselyyn vastasi 85 työntekijää ja edustettuina olivat kaikki kolme Kotkan kaupungin varhaiskasvatusaluetta.

### **5.2.1 Taustatiedot**

Kyselylomakkeen taustatietokysymysten avulla selvitettiin, työskenteleekö vastaaja varhaiskasvatuksessa päiväkodissa vai esiopetuksessa. Lisäksi kysyttiin millä Kotkan kolmesta varhaiskasvatusalueesta vastaaja työskentelee. Taustatietoihin kuului myös kysymys vastaajan työnkuvasta eli onko hän lastentarhanopettaja/johtaja, lastentarhanopettaja, lastenhoitaja vai päiväkotiaavustaja. Lisäksi tiedusteltiin lapsiryhmän ikäjakaumaa, jossa vastaaja työskentelee.

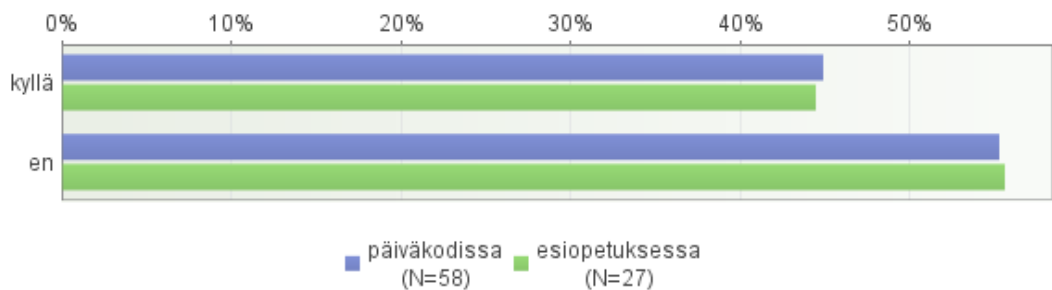
Kaikista 85:stä kyselyyn vastanneesta työntekijästä 58 eli 62,8 % työskentelee Kotkan kaupungilla eri päiväkodeissa ja 27 eli 31,8 % esiopetuksen puolella.

Vastaajista 40 toimii lastentarhanopettajina, 38 lastenhoitajina, 5 päiväkotivastustajina ja 2 päiväkodin johtajana, joka samalla toimii myös lapsiryhmässä lastentarhanopettajana.

Kotkan kaupungin varhaiskasvatus on jaettu kolmeen eri alueeseen ja kyselyyn vastanneista työntekijöistä 16 eli 18,8 % työskentelee Kotkansaarella, 34 eli 40 % Länsi-Kotkan ja Mussalon alueella ja 35 eli 41,8 % Karhulassa. Kyselyn perustiedoissa kysyttiin myös lapsiryhmän ikäjakaumaa, jossa työntekijä työskentelee. Vastaajista 27 työskentelee esiopetusikäisten lasten kanssa. Päiväkodeissa työntekijöistä 20 työskentelee alle kolmevuotiaiden ryhmässä, 28 työntekijää 3–5-vuotiaiden ryhmässä sekä 6 työntekijää 5-vuotiaiden ryhmässä. Vastaajista kuusi oli valinnut vastausvaihtoehdon *muualla, missä?* ja kertoneet avoimessa vastauskohdassa lapsiryhmistä, joissa oli esimerkiksi 1–4-vuotiaita tai 3–6-vuotiaita lapsia.

### 5.2.2 Tietoisuus ehkäisevästä mielenterveystyöstä

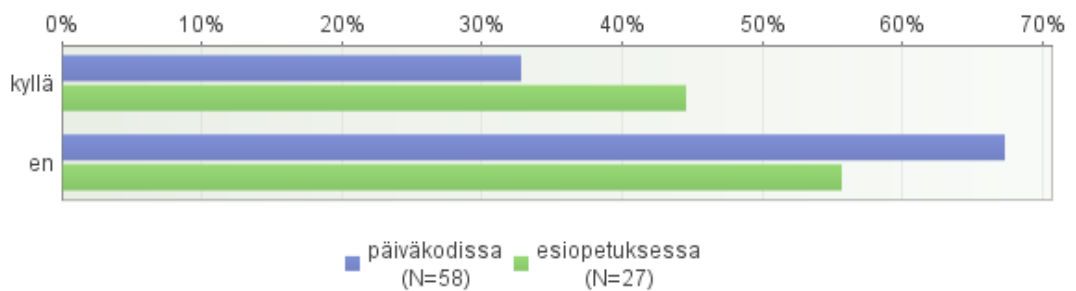
Kyselylomakkeen seuraavassa osiossa kartoitettiin Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksen työntekijöiden tietoisuutta päiväkodeissa ja esiopetuksessa tehtävästä ehkäisevästä mielenterveystyöstä. Kaikista vastaajista 55,3 % ei ollut tietoisia ehkäisevän mielenterveystyön tekemisestä. Päiväkodin ja esiopetuksen työntekijöiden vastauksissa ei ollut suurta eroa (kuva 1).



Kuva 1. Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksen työntekijöiden tietoisuus varhaiskasvatuksessa tehtävästä ehkäisevästä mielenterveystyöstä.



Kun tarkastellaan vastauksia vastaajien työnkuvan mukaan, nähdään enemmän hajontaa. Päiväkotiavustajista 80 % ei ollut tietoisia ehkäisevän mielenterveystyön tekemisestä varhaiskasvatuksessa, lastenhoitajista 63,2 %, lastentarhanopettajista 45 % ja lapsiryhmässä opettajina toimivista johtajista 50 %. Osion seuraavan kysymyksen avulla vielä täsmennettiin työntekijöiden tietoisuutta kysymyksellä *Tiedätkö, miten ehkäisevää mielenterveystyötä voidaan varhaiskasvatuksessa toteuttaa?* Päiväkotiavustajista 80 % ei tiennyt ehkäisevän mielenterveystyön toteutuskeinoista, lastenhoitajista 73,7 %, lastentarhanopettajista 52,5 % ja lapsiryhmässä opettajina toimivista johtajista 50 %. Esiopetuksen ja päiväkodin välillä vastaukset jakautuivat niin, että esiopetuksen puolella oli enemmän tietoisuutta ehkäisevän mielenterveystyön menetelmistä kuin päiväkodin puolella (kuva 2).



Kuva 2. Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksen työntekijöiden tietoisuus ehkäisevän mielenterveystyön toteutuksesta varhaiskasvatuksessa.

Seuraavan avoimen kysymyksen avulla annettiin vastaajille mahdollisuus kertoa heidän tietämistään ehkäisevän mielenterveystyön työtavoista varhaiskasvatuksessa. Tarkoituksena oli, että ne, jotka vastasivat kyselylomakkeen edelliseen kysymykseen olevansa tietoisia varhaiskasvatuksessa tehtävästä ehkäisevästä mielenterveystyöstä, voisivat nyt tässä kohdassa perustella tietämystään. Kysymys ei ollut pakollinen ja vastauksia tuli yhteensä 30. Päiväkodin työntekijöiden vastauksissa näkyi heidän arjessaan käyttämät työtavat.

*Pienryhmätoiminta, ajan antaminen, vuorovaikutustaidot, jokaisen huomioiminen, tunteiden sanoittaminen, mallintaminen ja keskustelut, ystävyystaidot ja toisen huomioiminen, syli ja positiivinen kannustus sekä huomioiminen päivittäin.*

*Yritämme osallistaa kaikki lapset ja katsomme ettei kukaan jää yksikseen. Kiinnitämme huomiota jokaiseen lapseen erikseen päivän aikana ja yritämme taata jokaiselle hetken aikaa aikuisen kanssa. Jos huolestumme jostakin asiasta, keskustelemme mahdollisimman nopeasti vanhempien kanssa ja ohjaamme perheitä eteenpäin. Kehumme ja kannustamme lapsia, kun he onnistuvat, jotta saadaan aikaan positiivisia kokemuksia. Yritämme löytää lapsista aina niitä positiivisia puolia ja välttää negatiivisuutta.*

*Opettamalla miten muiden ihmisten kanssa ollaan niin, että kaikilla on hyvä olla. Opettamalla miettimään miltä toisesta tuntuu, jos tekee/sanoo näin. Opettamalla puhumaan asioita ääneen.*

Esiopetuksessa työskentelevät vastaajat kertoivat arjen työtapojen lisäksi myös kouluttautumisen tuomasta osaamisesta. Osa vastaajista oli käynyt myös Suomen mielenterveysseuran Lapsen mieli -koulutuksen.

*Tarjoamalla lapselle luotettava aikuinen tukemaan ja ohjaamaan kasvua ja kehitystä sekä mahdollistamaan positiivisten kokemusten saamista. Tarjoamalla lapselle lämmintä vuorovaikutusta ja ohjaamalla perhettä tukipalveluiden ja tarvittaessa lastensuojelun piiriin. Pintaraapaisuna tällaista. Ehkäisevä mielenterveystyö pitää sisällään paljon muutakin. Mutta tunnetaitojen ja itsetunnon kehityksen tukemista pidän tärkeänä.*

*Pienryhmäpedagogiikka Vuorovaikutuksen lisääminen aikuisten ja lasten välillä Huomaamalla ja puuttumalla varhain lapsen kannalta huolta herättäviin asioihin Kiusaamisen ehkäiseminen Lapsen voimavarojen löytäminen ja positiivinen ja rakentava kasvatus terveen itsetunnon rakentaminen yhdessä perheiden kanssa tiivis yhteistyö perheen ja terapeuttien kanssa.*

*Minulla on mm. käytössä "Lapsen Mieli"- materiaali. Olemme käyneet mielenterveystaitoja mm. leikkien, nukketeatterin ja musiikin avulla.*

*Olen käynyt "Lapsen mieli" koulutuksen, jonka on pitänyt Suomen Mielenterveysseura.*

Esiopetuksen puolelta tuli myös useita vastauksia, joissa ehkäisevä mielenterveystyö liitettiin varhaiskasvatuksen moniammatillisten yhteistyötahojen työksi, eikä niinkään suoranaisesti omaksi työksi. Mielenterveydellisen avun antajiksi ehdotettiin esimerkiksi varhaiskasvatuksen erityisopettajaa sekä Kotkan kaupungissa toimivaa varhaisen tuen moniammatillista tiimiä (Vatu), joka toimii lasten, perheiden sekä yhteistyökumppaneiden tukena lasten ja nuorten asioissa.

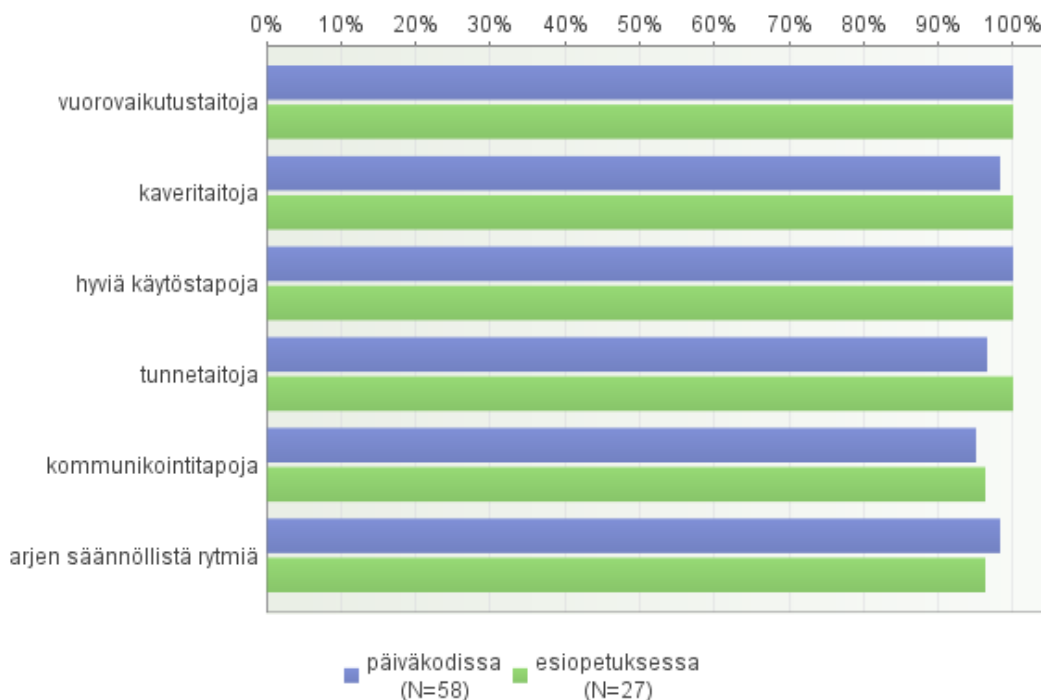
*Meillä lähin on VEO ja VATU tiimille lähetteet. Avun saanti on hidas prosessi. Joka paikkaan on jonoja. Esim. lasten- ja nuorten psykiatrian poliklinikalle pitäisi päästä helpommin. Perheneuvolan asiakkaana et saa tarvitsemaasi apua, jos mennään mielenterveyden alueelle. Lisää tarvittaisiin tästä tietoa kyllä. Hyvä aihe.*

*Ajattelen erilaisia tukimuotoja ...perheneuvola ...psykologi ...vatu. Tarjoamalla erityistä tukea lapselle päivähoidon arjessa (veo)???*

*Ohjata perhe avohuollon tukitoimenpiteisiin, josta saavat apua. Ennen olivat asiakkaina mm. kasvatus -ja perheneuvolassa, Kotipalvelu, perhetyöntekijän käynnit kotona, sosiaalityöntekijän luona käynnit.*

### 5.2.3 Lapsen kehityksen tukeminen

Varhaiskasvatuksen ammattilaisilla on monia mahdollisuuksia tukea ja vahvistaa lapsen kasvua ja kehitystä pedagogisesti perusteltujen toimintatapojen kautta. Kyselyyn vastanneista varhaiskasvatuksen työntekijöistä suurin osa opettaa työssään lapsille erilaisia lapsen kehitystä tukevia taitoja, kuten vuorovaikutus-, kaveri- ja tunnetaitoja, hyviä käytöstapoja, kommunikointitapoja sekä arjen säännöllistä rytmiä (kuva 3).



Kuva 3. Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksessa opetettavia lapsen kehitystä tukevia taitoja.

Monet vastaajista valitsivat opettavansa lapsille kaikkia kysymyksessä esitettyjä taitoja. Vastausprosentit jokaisen taidon kohdalla olivat välillä 95,3 %–100 %. Vastausprosentin 100 sai kaksi taitoa, hyvät käytöstavat ja vuorovaikutustaidot, eli vastaajista kaikki opettavat lapsille näitä taitoja työssään varhaiskasvatuksessa.

Seuraavaksi vastaajia pyydettiin arvioimaan, kuinka paljon hyötyä on edellisessäkin kysymyksessä mainittujen taitojen vahvistamisesta lapsen mielenterveyden kannalta. Seuraavasta taulukosta (5) käy ilmi vastausten jakautuminen.

Taulukko 5. Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksen työntekijöiden arviointeja taulukossa olevien taitojen vahvistamisen hyödyistä lapsen mielenterveyden kannalta.

|                          | ei ollenkaan hyötyä | jonkin verran hyötyä | aika paljon hyötyä | merkittävästi hyötyä | en osaa sanoa | keskiarvo |
|--------------------------|---------------------|----------------------|--------------------|----------------------|---------------|-----------|
| vuorovaikutustaidot      | 0%                  | 0%                   | 4,7%               | 95,3%                | 0%            | 4         |
| kaveritaidot             | 0%                  | 0%                   | 4,7%               | 95,3%                | 0%            | 4         |
| hyvät käytöstavat        | 0%                  | 4,7%                 | 43,5%              | 51,8%                | 0%            | 3,5       |
| tunnetaidot              | 0%                  | 0%                   | 7,1%               | 92,9%                | 0%            | 3,9       |
| kommunikointitavat       | 0%                  | 1,2%                 | 16,5%              | 82,4%                | 0%            | 3,8       |
| arjen säännöllinen rytmi | 0%                  | 3,5%                 | 22,4%              | 72,9%                | 1,2%          | 3,7       |
| Yhteensä                 | 0%                  | 1,6%                 | 16,5%              | 81,8%                | 0,2%          | 3,8       |

Mielenterveyden näkökulmasta katsottuna hyödyllisiksi taidoiksi erottui vastaajien mielestä kolme taitoa: vuorovaikutustaidot (95,3 %), kaveritaidot (95,3 %) sekä tunnetaidot (92,9 %). Mielenterveyttä vähiten hyödyttäväksi taidoksi vastaajien keskuudessa koettiin hyvät käytöstavat (51,8 %).

#### 5.2.4 Koulutukset ja työssä käytettävät menetelmät

Kyselyn neljännessä osiossa kartoitettiin Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksen työntekijöiden kouluttautumista sekä erilaisten työmenetelmien käyttöä.

Koulutuksen osalta vastausvaihtoehdoiksi valittiin kaksi Kotkan kaupungissa vuonna 2016 tarjolla ollutta koulutusta, jotka olivat *Lapsen mieli, mielenterveystaitoja varhaiskasvatukseen* sekä *ICDP - Kannustava vuorovaikutus*. Nämä molemmat menetelmät toimivat myös mahdollisina ehkäisevän mielen-terveystyön työtapoina varhaiskasvatuksen arjessa. Kyselyn tulosten perusteella kaikista 85:stä vastaajasta 14 työntekijää oli osallistunut Lapsen mieli -koulutukseen ja 4 työntekijää ICDP - Kannustava vuorovaikutus -koulutukseen.

Koulutuskyselyä täydennettiin vielä avoimella kysymyksellä, *Jos vastasit, että et ole osallistunut koulutuksiin, niin miksi et ole?* Vastaajia tähän kysymykseen oli 65. Yli puolet vastaajista ilmaisi vastauksissaan, että mahdollisuutta koulutautumiseen ei ole ollut, koska varhaiskasvatuksen yksiköstä pääsee koulutuksiin vain 1–2 työntekijää kerralla, eikä vuoro ole vielä sattunut omalle kohdalle. Moni vastaajista ilmaisi kuitenkin halunneensa koulututtua. Lisäksi vastauksista nousi esiin myös työsuhteen määräaikaaisuus, jonka koetaan vaikuttavan negatiivisesti koulutuksiin valinnassa.

*Työyksiköstä pääsee yleensä vain yksi ja en ole siksi ollut.*

*Henkilökuntaa on paljon ja koulutuksiin menijöitä jaetaan, nämä koulutukset eivät ole sattuneet omalle kohdalleni.*

*En päässyt, vaikka olisin halunnut.*

*Yksiköstä pääsee vaan muutama ihminen kerrallaan koulutuksiin. Olisi hienoa, jos joskus saisi koulutusta, vaikka koko työyhteisölle.*

*Määräaikaisena työntekijänä ei ole tarjoutunut mahdollisuutta osallistua koulutuksiin.*

*Ei ole ollut mahdollisuutta. Olen määräaikaisessa työsuhteessa ja meidän kouluttaminen on jotenkin toissijaista.*

Koulutuksiin osallistuu varhaiskasvatuksen yksiköistä usein vain muutama henkilö kerrallaan, mutta tarkoituksena on, että tieto ja materiaalit jaetaan myös yksikön muille työntekijöille. Tämän ajatuksen pohjalta työntekijöiltä kysyttiin, ovatko he käyttäneet tämän toimintakauden (syksy 2016–keväät 2017) aikana työssään seuraavia menetelmiä: Lapsen mieli, ICDP - Kannustava

vuorovaikutus tai Kiva Kaveri -hanke (taulukko 6). Kiva Kaveri -hankkeen tiimoilta ei ole järjestetty varsinaisia koulutustilaisuuksia, vaan varhaiskasvatuksen työntekijöiden tekemien tilausten perusteella yksikkö saa malli- ja ohjekansion hankkeen toteuttamiseen.

Taulukko 6. Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksen työntekijöiden käyttämiä menetelmiä kuluvan toimintakauden (syksy 2016–kevät 2017) aikana.

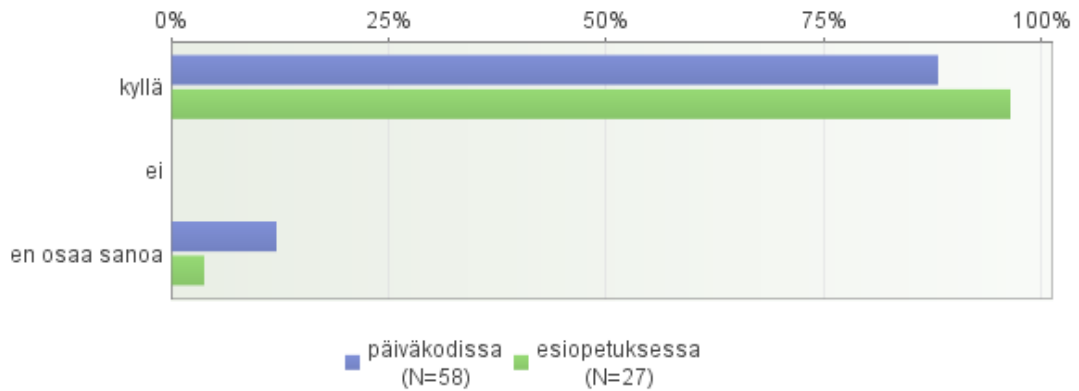
|   | <b>kyllä</b> | <b>en</b> |
|---|--------------|-----------|
| Lapsen mieli -materiaalit. Suomen mielenterveysseura. | 23,8%        | 76,2%     |
| ICDP - Kannustava vuorovaikutus. ICDP Suomi ry.       | 6%           | 94,1%     |
| Kiva Kaveri -hanke. Anna Rouhiainen.                  | 20,2%        | 79,8%     |
| Yhteensä  | 16,7%        | 83,3%     |

Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksen työntekijöistä 23,8 % on käyttänyt työssään Lapsen mieli -materiaaleja kuluvan toimintakauden (syksy 2016–kevät 2017) aikana. Lisäksi ICDP - Kannustavan vuorovaikutuksen keinoja on käyttänyt 6 % ja Kiva Kaveri -hankkeen materiaaleja on käyttänyt 20,2 % varhaiskasvatuksen työntekijöistä. Kaikista vastaajista 83,3 % ei ollut käyttänyt mitään kysymyksessä annettujen vaihtoehtojen menetelmistä kuluvalle toimintakaudella. Päiväkotien ja esiopetuksen välillä ei näkynyt suurta eroa menetelmien käyttämisessä.

### **5.2.5 Tiedon lisäämisen tarve**

Mielenterveystyö saatetaan usein käsittää korjaavaksi työksi, jota hoitaa mielenterveystyön ammattilainen omalla tahollaan. Tutkimuksessa haluttiin selvittää Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksen työntekijöiden mielipidettä siitä, kuuluuko ehkäisevä mielenterveystyö heidän mielestään varhaiskasvatukseen

(kuva 4). *Kyllä, ei tai en osaa sanoa* vaihtoehtojen lisäksi omaa vastausta pyydettiin myös perustelemaan muutamalla sanalla kysymyksen avoimessa kohdassa.



Kuva 4. Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksen työntekijöiden mielipiteitä siitä, kuuluuko ehkäisevä mielenterveystyö varhaiskasvatukseen.

Kaikista vastaajista 90,6 % oli sitä mieltä, että ehkäisevä mielenterveystyö kuuluu myös varhaiskasvatuksen työhön. Kukaan vastaajista ei ollut sitä mieltä, että ehkäisevä mielenterveystyö ei kuuluisi ollenkaan varhaiskasvatuksen arkeen. Vastaajista 9,4 % ei osannut sanoa mielipidettään. Myönteistä suhtautumistaan mielenterveystyöhön varhaiskasvatuksessa vastaajat perustelivat jo nykyin työnsä arkeen kuuluvan lapsen kasvun ja kehityksen tukemisella.

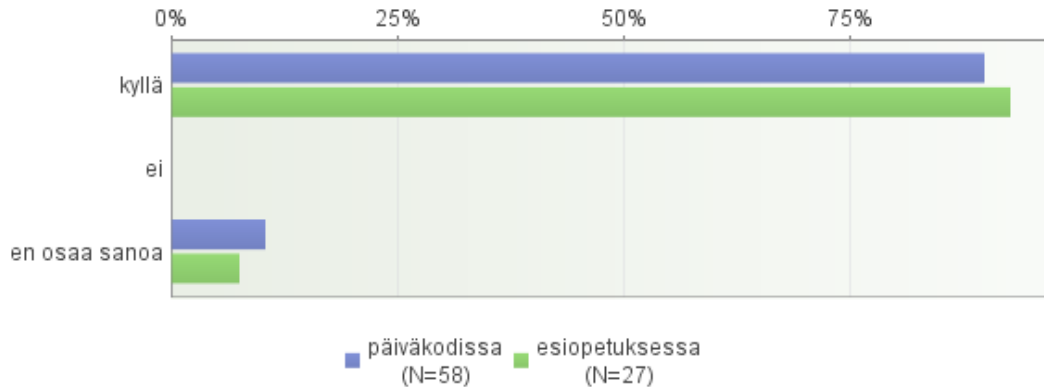
*Tukee lapsen kehitystä ja oppimista tulevaisuudessa. Lisää esim. itsesäätelyä ja tunteiden tunnistamista.*

*Edistää lapsen kokonaiskehitystä ja hyvää oloa, itsensä tuntemista.*

*Varhaiskasvatuksen tehtävä on tukea lapsen kasvua ja kehitystä tavoitteellisen ja suunnitelmallisen työn kautta.*

Kysymyksen *Tulisiko varhaiskasvatukseen saada lisää tietoa ehkäisevän mielenterveystyön työtavoista ja mahdollisuuksista?* kohdalla suurin osa (90,6 %) vastaajista koki tarpeelliseksi saada lisää tietoa (kuva 5). Vastaajista 9,4 % valitsi *en osaa sanoa* vaihtoehdon. Kun vastauksia tarkastellaan vastaajan

työnkuvan mukaan, tiedon saamisen tarpeellisuutta kannatti päiväkotiaavustajista 100 %, lastenhoitajista 92,1 %, lastentarhanopettajista 87,5 % ja lapsiryhmissä toimivista johtajista 100 %.



Kuva 5. Tiedon tarve ehkäisevän mielenterveystyön työtavoista ja mahdollisuuksista Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksessa.

Seuraavassa avoimessa kysymyksessä työntekijöiltä tiedusteltiin, *miten tietoa ehkäisevän mielenterveystyön menetelmistä ja hyödyistä voitaisiin mielestäsi lisätä*. Kysymys ei ollut pakollinen, ja kaikista 85:stä vastaajasta tähän kysymykseen vastasi 57 työntekijää. Varhaiskasvatuksen työntekijät toivoivat tiedon lisäämiseksi erilaisia koulutuksia, luentoja sekä arkeen sopivia materiaaleja ja ideoita. Vastauksista nousi hyvin selkeästi esiin toive koko yksikön henkilökunnan kouluttamisesta samalla kertaa, sillä tiedon jakaminen työn arjessa koettiin osin haasteelliseksi. Monissa vastauksissa ehdotettiin myös kouluttajien jalkautumista työpaikoille.

*Tultaisiin päiväkoteihin ja kouluihin kouluttamaan ja antamaan tietoa ja työvälineitä henkilökunnalle.*

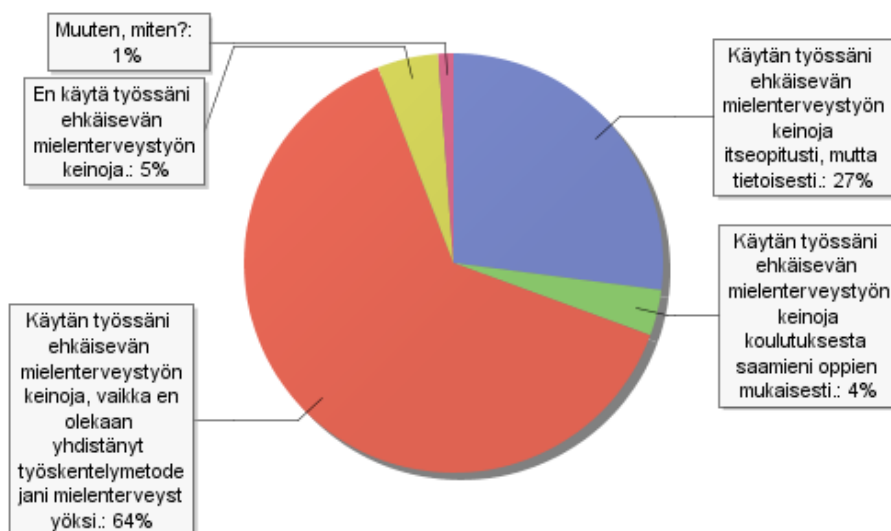
*Koulutusta ja arjen välineitä / ideoita käytäntöön.*

*Lisää koulutusmahdollisuuksia koko henkilöstölle, jotta koko talon henkilöstö kävisi saman koulutuksen. Näin olisi helpompaa ottaa ns. uusia menetelmiä käyttöön.*

*Mahdollistamalla koulutuksia useammalle työyhteisössä. Tiedon jakamista vertaisvaihdon kautta.*



Tutkimuskyselyn lopuksi Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksen työntekijöiltä kysyttiin vielä, miten he luonnehtisivat tapaansa työskennellä (kuva 6). Kaikista vastaajista 64 % valitsi vaihtoehdon *Käytän työssäni ehkäisevän mielenterveystyön keinoja, vaikka en olekaan yhdistänyt työskentelymetodejani mielenterveystyöksi*. Lisäksi 27 % koki käyttävänsä työssään ehkäisevän mielenterveystyön keinoja itseopitusti, mutta tietoisesti.



Kuva 6. Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksen työntekijöiden työtapoja ehkäisevän mielenterveystyön näkökulmasta.

Kun vastauksia tarkastellaan vastaajan työnkuvan mukaan, valitsi vaihtoehdon *Käytän työssäni ehkäisevän mielenterveystyön keinoja, vaikka en olekaan yhdistänyt työskentelymetodejani mielenterveystyöksi* päiväkotiaivustajista 60 %, lastenhoitajista 76,3 %, lastentarhanopettajista 52,5 % ja lapsiryhmässä toimivista johtajista 50 %. Vaihtoehdon *Käytän työssäni ehkäisevän mielenterveystyön keinoja itseopitusti, mutta tietoisesti* valitsi päiväkotiaivustajista 40 %, lastenhoitajista 15,8 %, lastentarhanopettajista 35 % ja lapsiryhmässä toimivista johtajista 50 %. Vaihtoehdossa *Käytän työssäni ehkäisevän mielenterveystyön keinoja koulutuksesta saamieni oppien mukaisesti* oli vähemmän valintoja, päiväkotiaivustajista 0 %, lastenhoitajista 2,6 %, lastentarhanopettajista 5 % ja lapsiryhmässä toimivista johtajista 0 %. Ehkäisevän mielenterveystyön keinoja ei käytä työssään ollenkaan 5,3 % lastenhoitajista ja 5 % lastentarhanopettajista.

## 6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Ehkäisevä mielenterveystyö on tärkeää työtä myös varhaiskasvatuksessa. Tässä toimintaympäristössä voidaan varhaiskasvatuksen ammattilaisten ta-  
holta vaikuttaa lasten kasvuun ja kehitykseen pedagogisesti perusteltujen toi-  
mintatapojen sekä oikein suunnattujen tukitoimien avulla. Mielenterveys ei  
koskaan riipu pelkästään yksilöstä itsestään, vaan suuri merkitys on myös lap-  
sen kasvuympäristön olosuhteilla. Suotuisissa olosuhteissa ja oikein tuettuna  
mielenterveys voimavarana saadaan kasvamaan. Päiväkoti ja esiopetus toimi-  
vat ennaltaehkäisevän ja varhaisen puuttumisen toimintaympäristöinä myös  
ehkäisevän mielenterveystyön kannalta. Tärkeää on kuitenkin saada varhais-  
kasvatuksen työntekijät tietoisiksi tästä näkökulmasta.

### 6.1 Lapsen kehityksen tukeminen mielen hyvinvoinnin näkökulmasta

Leikin havainnoimisen tavoitteena on saada tietoa lapsesta, jotta hänen tilan-  
teensa ja tarpeensa voidaan tuntea ja ymmärtää. Lisäksi voidaan havaita  
mahdolliset tuen tarpeet. (Koivunen & Lehtinen 2015, 33.) Tässä tutkimuk-  
sessa lasten leikkutilanne päiväkodissa valittiin havainnoinnin kohteeksi toi-  
saalta kuvaamaan taitoja, joita lapsi tarvitsee elämässään ja toisaalta avaa-  
maan sitä monimuotoisuutta, jossa lapset kehityksensä eri vaiheissa varhais-  
kasvatuksen arjessa ovat. Havainnoinnin perusteella kävi ilmi, että saman  
ikäisetkin lapset ovat taidoiltaan hyvinkin eri taseisia ja vasta kehitysvaiheessa  
olevien taitojen aiheuttamien haasteiden kompensointiin lapsi tarvitsee usein  
aikuisen tukea ja ohjausta. Havainnoituista osa-alueista vuorovaikutus, kieli,  
roolit ja häiriöherkkyys ovat kaikki sidoksissa kokemukseen arjen sujumisesta  
sekä mielen hyvinvoinnista. Näistä osa-alueista nouseviin haasteisiin on siis  
ehkäisevän mielenterveystyön kannalta perusteltua vastata kasvattajan toi-  
mesta erilaisin tukikeinoin ja menetelmin.

Varhaiskasvatus on aina suunnitelmallista ja tavoitteellista toimintaa, jossa  
painottuu pedagoginen vastuu. Varhaiskasvatuksen tärkeimpänä tavoitteena  
on tukea lapsen kasvu- ja kehitystä ja oppimista sekä edistää lapsen hyvinvoin-  
tia ja terveyttä (Varhaiskasvatuslaki 8.5.2015/580). Tutkimuksessa kävi ilmi,  
että Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksen työntekijät ovat mieltäneet tämän

asian ja suurin osa opettaa työssään lapsille erilaisia lapsen kehitystä tukevia taitoja, kuten vuorovaikutus-, kaveri- ja tunnetaitoja, hyviä käytöstapoja, kommunikointitapoja sekä arjen säännöllistä rytmiä. Kaikki nämä taidot ja tavat vahvistavat myös lapsen mielenterveyttä.

Kotkan kaupungissa tarjolla olleista koulutuksista ja materiaaleista huolimatta varhaiskasvatuksen yksiköissä ei tällä toimintakaudella ole kuitenkaan kattavasti käytetty Lapsen mieli, ICDP tai Kiva Kaveri -menetelmiä lapsen kehitystä tukevien taitojen opettamiseen. Tutkimus antoi näin ollen viitteen myös siltä, etteivät koulutusten opit aina siirry työyksiköissä kaikille työntekijöille vaan jäävät osin käyttämättä.

## **6.2 Työntekijän kokemus ehkäisevän mielenterveystyön tekemisestä**

Ehkäisevän mielenterveystyön tarkoituksena on lisätä yleistä tietämystä mielenterveydestä sekä kiinnittää huomiota vahvuuksien ja voimavarojen tukemiseen. Tarkoituksena on vähentää mahdollisia riskitekijöitä ja lisätä mielenterveyden ongelmilta suojaavia tekijöitä. (Tamminen ym. 2016, 428–429.) Lapsille suunnatun mielenterveyden edistämisen teemat sisältyvät varhaiskasvatustyöhön sitä ohjaavien lakien ja asetusten mukaan (Marjamäki ym. 2015, 7). Tutkimuksen myötä kävi kuitenkin ilmi, että vaikka varhaiskasvatuksen työntekijät tekevät arjessa paljonkin töitä lasten mielenterveyden eteen, he eivät tunnista työtapojaan ehkäiseväksi mielenterveystyöksi. Työ koetaan kyselyssä esitettyjen taitojen opettamisen osalta lapsen kehitystä tukevaksi, mutta eksakti tietoisuus mielenterveyden vahvistamisesta puuttuu. Suurin osa niistä työntekijöistä, jotka olivat tällä toimintakaudella käyttäneet esimerkiksi Lapsen mieli ja Kiva Kaveri -materiaaleja, eivät yhdistäneet niitä ehkäisevän mielenterveystyön menetelmiksi.

Mielenterveys kuuluu erottamattomana osana ihmisen kokonaisvaltaiseen terveyteen, eikä sitä tule lähestyä pelkästään mielisairauksien näkökulmasta. (Friis, Eirola & Mannonen 2004, 31–33.) Mielenterveys on elämäntaitoa, jota voi oppia, opettaa ja vahvistaa. Varhaiskasvatuslaissa (8.5.2015/580) sanotaan, että varhaiskasvatuksen tavoitteena on edistää hyvinvointia ja terveyttä.

Tavoitteiden toteutumista ajatellen, tulee työntekijöiden tunnistaa työssään myös mielenterveyden tukemisen näkökulma.

Varhaiskasvatuksen työntekijöistä yli 90 % oli sitä mieltä, että ehkäisevä mielenterveystyö kuuluu myös varhaiskasvatuksen työhön. Myönteistä suhtautumistaan mielenterveystyöhön varhaiskasvatuksessa vastaajat perustelivat työnsä arkeen kuuluvalla lapsen kasvun ja kehityksen tukemisella. Kuitenkin suurin osa työntekijöistä (yli 90 %) koki tarpeelliseksi saada lisää tietoa ehkäisevän mielenterveystyön työtavoista ja mahdollisuuksista.

### **6.3 Ehkäisevän mielenterveystyön vahvistaminen**

Varhaiskasvatuksen keskiössä on osaava ja ammatillinen henkilöstö. Varhaiskasvatustyön toimintatapojen kehittäminen vaatii aina vahvaa tietopohjaa. Työntekijän oma kehittymisosaaminen taas vaatii kykyä reflektoida omaa toimintaa ja asenteita. Lisäksi on myös oltava kiinnostusta ja motivaatiota kehittää omaa ammatillista osaamistaan. Jotta työntekijöiden osaamisen tasoa ja laatua voidaan varhaiskasvatuksessa kehittää ja ylläpitää, tarvitaan päiväkodin ja esiopetuksen johtajilta myös pedagogista johtamista. Kehittämiskohteet tulee huomioida ja tarjota ratkaisuiksi erilaisia tilanteeseen sopivia keinoja keskusteluista koulutuksiin. Tärkeää on myös huomioida, että esimerkiksi koulutuksista saatu tieto saadaan myös käytännön taidoksi niin yksilön, kuin koko organisaationkin kohdalla. (Fonsen & Parrila 2016, 21–22.)

Kyselytutkimuksen vastausten perusteella Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksen työntekijät kokevat haasteeksi kouluttautumisessa ja uusien menetelmien oppimisessa sen, että varhaiskasvatuksen ammattilaisille suunnattuun koulutukseen pääsee työyksiköstä vain yksi tai kaksi ihmistä kerralla. Hyvänä ajatuksena on, että nämä koulutuksen käyneet jakavat oppinsa myös muille työntekijöille. Arkitilanteessa saattaa kuitenkin käydä niin, että opit jäävät jakamatta ja uudet ajankohtaiset tiedot ja taidot käyttämättä. Tutkimuksen mukaan hyödyllisintä olisi saada koko työyhteisö kerralla samaan koulutukseen, sillä näin voitaisiin paremmin saavuttaa talon yhteinen linja ja työskennellä yhteisten toimintatapojen ja päämäärien mukaan.

Tutkimuksessa ilmi tullut seikka, että varhaiskasvatuksen työntekijät tekevät työnsä arjessa paljonkin töitä lasten mielenterveyden eteen, mutta eivät tunnista työtapojaan ehkäiseväksi mielenterveystyöksi, kertoo osaltaan tietämyksen puutteesta. Voidaan tietysti ajatella, että tarvitseeko työntekijä tietoisuuden tästä aspektista, jos hän kuitenkin jo osin toteuttaa ehkäisevän mielenterveystyön osa-alueita? Kyllä tarvitsee, sillä tietoisella työskentelyllä työntekijä toimii vahvemmin oikean lopputuloksen saavuttamiseksi. Tähän olisi kouluttajien suunnalta mahdollista vastata esimerkiksi tiedotuspohjaisilla koulutuksilla, jotka voisivat mahdollisuuksien mukaan myös jalkautua varhaiskasvatusten yksiköihin. Näin vastattaisiin myös kyselytutkimuksessa esiin tulleisiin työntekijöiden toiveisiin matalan kynnyksen koulutuksista ja arkisten työtapojen vahvistamisesta.

Tämän opinnäytetyön tuloksien pohjalta näen jatkotutkimusmahdollisuutena tutkia niiden varhaiskasvatuksen piirissä olevien lasten mielen hyvinvointia ja yleistä terveyttä, joiden päiväkodissa tai esiopetuksessa työntekijät sisällyttävät työhönsä tietoisesti ja koulutettuina ehkäisevän mielenterveystyön työtapoja ja -menetelmiä. Toisena jatkotutkimuksen aiheena näkisin varhaiskasvatuksen työntekijöiden yleiset kouluttautumismahdollisuudet laajemmin tarkasteltuna. Tutkimus voisi sisältää näkökulmat koulutuksiin pääsemisestä sekä koulutuksesta saatujen oppien käyttämisestä ja jakamisesta työyhteisössä.

## 7 POHDINTA

Tämän opinnäytetyön tekeminen on ollut pitkä, mutta erittäin mielenkiintoinen matka. Työn aihe *Ehkäisevän mielenterveystyön mahdollisuudet* konkretisoitui keväällä 2016 käytyä sosionomin opintoihin liittyvän mielenterveystyön kurssin. Tämän jälkeen tutkimus- ja kehittämistyön kurssilla aiheesta kirjoitettu tutkimussuunnitelma osui kerralla kohdilleen ja seuraavaksi olinkin jo ilmoittautumassa Lapsen mieli -koulutukseen. Opinnäytetyö lähti vauhdilla käyntiin.

Opinnäytetyön viitekehyksen teoriaosuus sai kirjallisen muotonsa pikkuhiljaa työn edetessä. Lähdeteoksia läpi kahlatessa kävi aika nopeasti selväksi, että lapsen kehityksestä, varhaiskasvatuksesta sekä mielenterveydestä löytyi pal-

jonkin tietoa näistä omista näkökulmista katsottuna. Yhdistelmästä varhaiskasvatus ja ehkäisevä mielenterveys ei enää löytynytäkään niin helposti tutkittua tietoa. Useissa mielenterveyttä käsittelevissä teoksissa ehkäisevä mielenterveystyö käsiteltiin vanhempien ja perheiden kanssa tehtävänä työnä ja seuraavaksi siirryttiinkin jo koulun puolelle. Varhaiskasvatuksen mahdollisuudet ohitettiin usein kokonaan. Suomen mielenterveysseura uskoo kuitenkin vahvasti varhaiskasvatuksen mahdollisuuksiin ehkäisevän mielenterveystyön tekemisessä ja tästä kertoo myös panostus Lapsen mieli -hankkeeseen.

Tutkimusmenetelmiksi vahvistui jo heti työnalkuvaiheessa havainnointi sekä sähköinen kyselykaavake. Havainnoinnin osalta pohdin aluksi havainnoitavaa kohdetta eli observoisinko aikuisia työssään vai lapsia omissa toimissaan. Koska kyselytutkimuksen kautta oli jo tulossa tietoa varhaiskasvatuksen työntekijöiden työtavoista ja ehkäisevän mielenterveystyön tietämyksestä, niin päädyin havainnoimaan lapsia heidän arkisessa puuhassaan eli leikissä. Havainnoinnin tuloksista sain taustatukea varhaiskasvatuksen työntekijöiden kokemuksiin mielenterveystyön mahdollisuuksista. Havainnointi toteutui syksyllä 2016.

Kyselytutkimukseen paneuduin keväällä 2017. Kaavakkeen kysymysten asettele aiheutti paljon pohdintaa. Miten asettelisin sanat ja lauseet niin, että saisin vastauksilla esiin tutkimuksessa tarvitsemani tiedon? Moniin kaavakkeessa olleisiin kysymyksiin ei ollut mitään faktisia vastauksia, vaan vastaus rakentui siitä, miten yksittäinen työntekijä itse koki asian olevan. Pohdin kysymysten asettelua monesta eri näkökulmasta, peläten mahdollisia kysymysten väärintymmärryksiä tai vastaajien mahdollisia muita tuloksia väärentäviä tulkintoja. Tutkimustyötä ohjaavan opettajan ohjeilla sain kaavakkeen kysymykset lopulta valmiiksi ja kyselyn toimitettua sähköpostilla eteenpäin. Saatetekstin pidin tarkoituksella lyhyenä ja selkeänä, sillä tiedän itse varhaiskasvatuksen työntekijänä, että ylimääräistä aikaa sähköpostien lueskeluun ja kyselyihin vastaamiseen ei työn arjessa juurikaan ole. Annetun vastausajan puolivälin jälkeen laitoin vielä sähköpostilla positiivisen muistutteluviestin vastausten antamisesta ja se toikin paljon lisää vastaajia. Näin jälkikäteen olen kyselytutkimukseen tyytyväinen. Vastaajia oli 85 ja tulokset toivat vastauksia tutkimuskysymyksiin.

Tutkimustulosten analysointi oli vaiheena mielestäni mielenkiintoinen. Lasten leikin havainnoinnin osalta tulosten kirjaaminen ja analysointi veivät kuitenkin paljon aikaa. Lisäksi halusin sitoa havainnointitulosten analysointiosuuden jo tässä vaiheessa teoriaan, sillä pidin sitä parhaimpana ratkaisuna tulosten esittelyn kannalta. Kyselytutkimuksen osalta päädyin avaamaan tulokset sellaiseen kuvin ja taulukoin vahvistettuna ja liitin teoriaa vasta johtopäätöksiin. Analysointivaihe oli prosessina vahva ja oli hienoa nähdä vastausten nousevan esiin tutkimuksen tuloksista.

Lopulta oli jäljellä vielä kirjoittamisen osuus. Keväällä 2017 käytin valtavasti aikaa opinnäytetyön saattamiseksi lopulliseen kirjalliseen muotoonsa. Työ tuntui loputtomalta ja yksinäiseltä. Kuten lempikirjailijani Stephen King (2006) sanoo kuvaillessaan kirjoittamisen tuskaa ”Se on kuin ylittäisi Atlantin kylpyammeessa.” Välillä iski myös epävarmuus tekstin kelvollisuudesta. Muutamat luvut ja kappaleet odottelivat valmistumisestaan ihan viimeiseen asti, kun taas toisia kappaleita on hiottu uusiksi jo moneen kertaan. Edelleen jatkunut tiedon etsintä ja lähdeoteoksien lukeminen lisäsivät kirjoittamiseen käytettyä aikaa. Lisäksi voin rehellisesti myöntää, että kaiken urakoinnin jälkeen kirjoittamista oli myös vaikea lopettaa. Silloinhan täytyisi uskaltaa myöntää, että tässä se nyt on, opinnäytetyöni lopullinen versio, jonka laitan taidonnäytteekseni kaikkien nähtäville.

## **7.1 Luotettavuus ja eettisyys**

Opinnäytetyö on tieteellistä työtä ja se tarkoittaa, että luotettavuuskysymykset eli käsitteet reliabiliteetti ja validiteetti ovat erittäin tärkeitä. Tutkimuksen raaka-ainetta on tieto. Tämä tarkoittaa, että kerätyn tiedon ja siitä tehdyn analyysin on täytettävä luotettavuuskriteerit, jotta voidaan päästä hyvään tieteelliseen lopputulokseen. Opinnäytetyön tekeminen ja kirjoittaminen kulkevat sovittujen menetelmien mukaan ja esimerkiksi työn raportointi noudattaa yleistä, kansainvälistä kaavaa, joka omalta osaltaan mahdollistaa työn luotettavuuden. Dokumentoinnin on myös oltava riittävän tarkkaa ja laajaa. Luotettavuuden kysymyksiä pohdittiin tässä tutkimuksessa jo työn suunnitteluvaiheessa, sillä luotettavuuden varmistaminen kulkee mukana opinnäytetyön prosessin jokaisessa vaiheessa. (Kananen 2012, 9–10, 162, 172.)

Luotettavuuden lisäksi opinnäytetyötä tehdessä tulee pohtia myös eettisyyttä. Hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu, että tutkimus tehdään eettisesti hyväksyttävällä tavalla. Tärkeää on esimerkiksi huomioida eettisyys tiedonkeruumenetelmissä, sekä tulosten tallentamisessa ja esittämisessä. Tutkimusta tehdessä kaikkien tutkimukseen liittyvien osapuolien oikeudet tulee taata salassapitovelvollisuuksien mukaisesti. Myös tutkimuslupien tulee olla kunnossa ennen työn aloittamista. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 6.)

Kirjallinen sopimus tästä opinnäytetyöstä tehtiin tutkimuksen tekijän, toimeksiantajan eli Kotkan kaupungin sekä oppilaitoksen eli Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun kesken. Lisäksi opinnäytetyön tekemistä varten haettiin tutkimuslupaa Kotkan kaupungilta ja se myönnettiin 17.6.2016. Tutkimusta tehtäessä huomioitiin myös tiedonkeruumenetelmien eettisyys. Salassapitovelvollisuuksien täyttymisestä huolehdittiin teettämällä lasten havainnoinnit sekä sähköinen kysely anonyymisti ilman henkilötietoja eikä lapsia tai kyselyyn vastajia voida jälkikäteen tunnistaa. Lasten havainnoimiseen kysyttiin myös huoltajien suostumus (liite 1). Tutkimuksen tuottama tieto ja tulokset tallennettiin huolellisuutta korostaen.

## **7.2 Oma ammatillinen kehittyminen**

Pidän vahvuutenani halua toimia työssäni tuloksellisesti. Työssä onnistumisen into ajaa minua myös oppimaan uutta, enkä pelkää muuttaa toimintatapoja työtulosten parantamiseksi. Opinnäytetyön tiimoilta osallistuin kahteen erilaiseen varhaiskasvatuksen työntekijöille suunnattuun koulutukseen. Koin tämän mahdollisuuden erittäin mielenkiintoiseksi ja oman ammatillisen kehittymisen kannalta hyödylliseksi.

Osallistuminen ICDP-koulutukseen pitkäjännitteisesti koko syksyn ajan vahvasti vuorovaikutustaitojani sekä tiimityöskentelyn taitojani, koska asioiden omaksuminen perustui itsereflektion lisäksi myös tapaamisissa tapahtuvaan yhteistoiminnalliseen oppimiseen. Syksyn aikana sain toimia vastuullisena tiimin jäsenenä, reflektoida omia tapojani työskennellä, syventää vuorovaikutustaitojani, parantaa omia työtapojani lasten sekä aikuisten kanssa sekä jakaa uutta tietoa myös työpaikan muille ammattilaisille. Mielestäni oli tärkeää, että



koulutus sijoittautui pitkälle aikavälille ja näin minulla oli paremmat mahdollisuudet vahvistaa uusia vuorovaikutusmalleja arkeen pysyviksi. Koska olin selkeästi konkretisoinut tavoitteeni, oli minun helppo panostaa voimavarojani tähän projektiin ja sitä kautta myös ammatilliseen muutokseen.

Lapsen mieli – mielenterveystaitoja varhaiskasvatukseen ja neuvolaan -koulutus antoi minulle hyvä välineitä arkiseen lasten kanssa työskentelyyn. Materiaalien kuten esimerkiksi pöytäteatterin, julisteiden ja taidekorttien avulla olen voinut uusin tavoin opettaa lapsille vuorovaikutustaitoja, tunnetaitoja sekä itseilmaisua. Valmiit materiaalit sekä kirjan antamat käytännön vinkit ovat toimineet varhaiskasvatuksen arjessa erittäin hyvin ja myös lapset ovat ottaneet ne kiinnostuneina vastaan.

Konkreettisen koulutusten kautta tapahtuneen ammatillisen kehittymisen lisäksi tämän opinnäytetyön tekeminen sai minut ymmärtämään tutkimustyön vaativuuden, mutta kuitenkin myös sen mielekkyyden. Opinnäytetyön edessä olen saanut valtavasti alan uusinta tietoa sekä myös taitoja toimia näin pitkäjänteisessä prosessissa. Tutkimustyö on raakaa työtä, mutta antaa hyvin eteenpäin vietyä ja onnistuessaan vastauksia, joista on hyötyä monille taidoille. Tekijälle itselleen se antaa myös huimaavan tunteen haasteen vastaanottamisesta, prosessin loppuun saattamisesta ja henkilökohtaisesta onnistumisesta, ikään kuin loppukaneettina opintojen päätteeksi.

## LÄHTEET

Asikainen, M. 2005. Diagnosing Specific Language Impairment (Dysfasian diagnosointi). Väitöskirja. Tampereen yliopisto.

Fonsen, E. & Parrila, S. 2016. Varhaiskasvatuksen pedagoginen johtajuus. Käsikirja käytännön työhön. Jyväskylä: PS-kustannus.

Friis, L. Eirola, R. & Mannonen, M. 2004. Lasten ja nuorten mielenterveystyö. 1. painos. Porvoo: WSOY.

Heiska, J. 2010. Ennakoiva mielenterveystyö. Kirja meille kaikille. Tampere: Mediapinta.

Helenius, A. & Lummelahti, L. 2013. Leikin käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus.

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

ICDP s.a. International Child Development Programme. Kannustava vuorovaikeutus. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://icdp.fi/exempelsida/> [viitattu: 10.2.2017].

Kananen, J. 2012. Kehittämistutkimus opinnäytetyönä. Kehittämistutkimuksen kirjoittamisen käytännön opas. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Keltikangas-Järvinen, L. 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Helsinki: WSOY.

King, S. 2006. Kirjoittamisesta. Muistelma leipätyöstä. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Kirves, L. & Stoor-Grenner, M. 2010. Kiusaavatko pienetkin lapset? PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://mll-fi-bin.directo.fi/@Bin/c9665f5637d0cfda6a454628352b75bb/1492355812/application/pdf/12510731/Kiusaavatko%20pienetkin%20lapset.pdf> [viitattu: 22.2.2017].

KiVa Koulu 2012. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.kivakoulu.fi/> [viitattu: 22.2.2017].

Koivunen, P-L., Lehtinen, T. 2015. Kasvu kiikarissa. Havainnoinnin käsikirja varhaiskasvattajille. Jyväskylä: PS-kustannus.

Korpilahti, P. 2015. Kielen kehitykselliset häiriöt; viivästynyt ja poikkeava kielenkehitys. Teoksessa Launonen, K. & Korpijaakko-Huuhka, A-M. (toim.) Kommunikoinnin häiriöt. 8. muuttumaton painos. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press, 40–54.

Korpijaakko-Huuhka, A-M. & Launonen, K. 2011. Johdanto. Teoksessa Launonen, K. & Korpijaakko-Huuhka, A-M. (toim.) Kommunikoinnin häiriöt. 8. muuttumaton painos. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press, 9–16.

Kotkan kaupunki 2014. Turvallinen ja kehittävä kasvu ympäristö. Kotkan päivähoido ja varhaiskasvatus. PDF-dokumentti. Saatavissa: [http://www.kotka.fi/instancedata/prime\\_product\\_julkaisu/kotka/embeds/kotkawwwstructure/22157\\_JS\\_SUOMI\\_esite2014.pdf](http://www.kotka.fi/instancedata/prime_product_julkaisu/kotka/embeds/kotkawwwstructure/22157_JS_SUOMI_esite2014.pdf) [viitattu: 3.1.2017].

Kotkan kaupungin säädöskokoelma 2016a. Nro 15. Päivähoidon ja varhaiskasvatuksen vastualueen toimintasääntö. PDF-dokumentti. Saatavissa: [http://www.kotka.fi/instancedata/prime\\_product\\_julkaisu/kotka/embeds/kotkawwwstructure/27860\\_Paivahoidon\\_ja\\_varhaiskasvatuksen\\_vastuualueen\\_toimintasaanto.pdf](http://www.kotka.fi/instancedata/prime_product_julkaisu/kotka/embeds/kotkawwwstructure/27860_Paivahoidon_ja_varhaiskasvatuksen_vastuualueen_toimintasaanto.pdf) [viitattu: 3.4.2017].

Kotkan kaupungin säädöskokoelma 2016b. Nro 8. Lasten ja nuorten palveluiden toimintasääntö. PDF-dokumentti. Saatavissa: [http://www.kotka.fi/instancedata/prime\\_product\\_julkaisu/kotka/embeds/kotkawwwstructure/22034\\_Lasten\\_nuorten\\_palv\\_toimintasaanto.pdf](http://www.kotka.fi/instancedata/prime_product_julkaisu/kotka/embeds/kotkawwwstructure/22034_Lasten_nuorten_palv_toimintasaanto.pdf) [viitattu: 3.4.2017].

Kotkan kaupungin varhaiskasvatussuunnitelma 2008. PDF-dokumentti. Saatavissa: [http://www.kotka.fi/instancedata/prime\\_product\\_julkaisu/kotka/embeds/kotkawwwstructure/18908\\_Varhaiskasvatussuunnitelma\\_Kotka.pdf](http://www.kotka.fi/instancedata/prime_product_julkaisu/kotka/embeds/kotkawwwstructure/18908_Varhaiskasvatussuunnitelma_Kotka.pdf) [viitattu: 3.4.2017].

Mahkonen, S. 2015. Varhaiskasvatustaki. Helsinki: Edita Publishing Oy.

Marjamäki, E., Kosonen, S., Törrönen, S. & Hannukkala, M. 2015. Lapsen mieli. Mielenterveystaitoja varhaiskasvatukseen ja neuvolaan. 2. painos. Suomen Mielenterveysseura.

Mattila, R. 2016. ”Lapsi ei ole tottelukone” – monilta vanhemmilta puuttuvat mallit vaikeisiin tilanteisiin, sanoo lastenpsykiatri Raisa Cacciatore. *Helsingin Sanomat* 30.4.2016. Verkko-lehti. Saatavissa: <http://www.hs.fi/ihmi-set/a1461900074058> [viitattu: 14.2.2017].

Melamies, N., Pärnä, K., Heino, L. & Miller, H. 2004. Lapsi kuntoutujana – haaste aikuisille. Julkaisussa Kuntoutus kanssamme. Ihmisen toimijuuden tukeminen. 2004, toim. Karjalainen, V. & Viikkumaa, I. Stakes. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. PDF-dokumentti. Saatavissa: [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/102986/URN\\_ISBN\\_978-952-245-782-0.pdf?sequence=1](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/102986/URN_ISBN_978-952-245-782-0.pdf?sequence=1) [viitattu: 3.1.2017].

MLL s.a. Mitä kiusaaminen on? WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.mll.fi/kasvattajille/kiusaamisen-ehkaiseminen/kiusaaminen-paivakodissa/> [viitattu: 22.1.2017].

Nurmi, J-E., Ahonen, T., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. 2014. Ihmisen psykologinen kehitys. Jyväskylä: PS-kustannus.

Opetushallitus 2015. Esiopetus. WWW-dokumentti. Saatavissa: [http://www.oph.fi/koulutus\\_ja\\_tutkinnot/esiopetus](http://www.oph.fi/koulutus_ja_tutkinnot/esiopetus) [viitattu: 22.1.2017].

Opetushallitus 2016. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. PDF-dokumentti. Saatavissa: [http://www.oph.fi/download/179349\\_varhaiskasvatussuunnitelman\\_perusteet\\_2016.pdf](http://www.oph.fi/download/179349_varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2016.pdf) [viitattu: 16.4.2017].

Repo, L. 2013. Pienet lapset ja kiusaamisen ehkäisy. Jyväskylä: PS-kustannus.

Repo, P. 2015. Lasten ja nuorten mielenterveyttä voi parantaa arkisilla teoilla. Mielenterveysseura kokosi keinot lasten ja nuorten mielenterveyden edistämiseksi. Moni kunta ei ole kiinnostunut niistä, vaikka ongelmien ehkäisy toisi säästöä. Lehtiartikkeli Helsingin Sanomat 30.1.2015. Verkkolehti. Saatavissa: <http://www.hs.fi/kotimaa/a1422510920728> [viitattu: 21.1.2017].

Roos, P. 2016. Mitä kuuluu? Lapsen kertomukset ja osallisuus päiväkodissa. Vaasa: Waasa Graphics Oy.

Santalahti, P. & Marttunen, M. 2014. Lasten ja heidän vanhempiensa mielenterveys. Teoksessa Lammi-Taskula, J. & Karvonen, S. (toim.) Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus, 184–194.

Suomen Mielenterveysseura s.a.a. Koulutusta varhaiskasvattajille ja neuvolan terveydenhoitajille. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveysosaaminen/koulutusta-varhaiskasvattajille-ja-neuvolan-terveydenhoitajille> [viitattu: 23.1.2017].

Suomen Mielenterveysseura s.a.b. Mitä mielenterveys on? WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveysseura/organisaatio-ja-toiminta/strategia/mit%C3%A4-mielenterveys> [viitattu: 23.1.2017].

Suomen Mielenterveysseura s.a.c. Mielenterveystaitoja varhaiskasvatukseen ja neuvolaan. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.mielenterveysseura.fi/fi/kehitt%C3%A4mist%C3%A4-toiminta/lapset-ja-nuoret/mielenterveystaitoja-varhaiskasvatukseen-ja-neuvolaan> [viitattu: 23.1.2017].

Suomen Mielenterveysseura s.a.d. Lapset ja nuoret. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.mielenterveysseura.fi/fi/kehitt%C3%A4mist%C3%A4-toiminta/lapset-ja-nuoret> [viitattu: 23.1.2017].

Suokas, M. & Virolainen, S. 2012. ”Sikapossu ja ystävät” – Lasten välisen vuorovaikutuksen tukeminen luovilla ja osallistavilla menetelmillä. Opinnäyte-työ. Laurea – ammattikorkeakoulu. PDF-dokumentti. Saatavissa: [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/45096/Suokas\\_Virolainen.pdf?sequence=1](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/45096/Suokas_Virolainen.pdf?sequence=1) [viitattu: 14.2.2017].

Tamminen, T., Karlsson, L. & Santalahti, P. 2016. Mielenterveyden edistäminen ja ennaltaehkäisy. Teoksessa Kumpulainen, K., Aronen, E., Ebeling, H., Laukkanen, E., Marttunen, M., Puura, K. & Sourander, A. (toim.) Lastenpsykiatria ja nuorisopsykiatria. Helsinki: Duodecim, 428–436.

THL 2014. Lasten ja nuorten mielenterveys. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyden-edistaminen/lasten-ja-nuorten-mielenterveys> [viitattu: 11.3.2017].

THL 2015. Varhaiskasvatus. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/tilastot/tilastot-aiheittain/lasten-nuorten-ja-perheiden-sosiaalipalvelut/lasten-paivahoito> [viitattu: 18.4.2017].

THL 2017. Varhaiskasvatus. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/varhaiskasvatuspalvelut> [viitattu: 11.3.2017].

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 6., uudistettu painos. Helsinki: Tammi.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2012. PDF-dokumentti. Saatavissa: [http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf) [viitattu: 3.3.2017].

Van Hoorn, J., Nourot, P.M., Scales, B. & Alward, K. R. 2015. Play at the Center of the Curriculum. Sixth edition. Pearson.

Varhaiskasvatuslaki 8.5.2015/580.

Veijalainen, J. 2014. Lapsen emotionaaliset itsesäätelytaidot ja sosiaaliset strategiat päivähoidon arkitoiminnoissa. Pro gradu -tutkielma. Helsingin yliopisto.

Vuorilehto, M., Larri, T., Kurki, M. & Hätönen, H. 2014. Uudistuva mielenterveys. Helsinki: Fioca Oy.

WHO 2013. Mental Health Action Plan 2013–2020. World Health Organization, Switzerland. PDF-dokumentti. Saatavissa: [http://www.who.int/mental\\_health/action\\_plan\\_2013/bw\\_version.pdf?ua=1](http://www.who.int/mental_health/action_plan_2013/bw_version.pdf?ua=1) [viitattu: 4.4.2017].

**LUPAKYSELY LASTEN LEIKIN HAVAINNOINTIIN**

Hei,

olen sosionomi-opiskelija Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulusta. Olen tekemässä opinnäytetyötä Kotkan kaupungille aiheesta *Ehkäisevän mielenterveystyön mahdollisuudet varhaiskasvatuksessa*. Opinnäytetyötäni varten tarvitsen tilaisuuden havainnoida pienen lapsiryhmän leikkitilannetta neljästä eri näkökulmasta käsin: roolit, vuorovaikutus, kieli ja häiriöherkkyys. Tarkoituksena on saada tietoa lasten käyttäytymisen ja kehittymisen eri tasoista ja verrata saatua aineistoa varhaiskasvatuksen työntekijöiden toimintatapoihin ehkäisevän mielenterveystyön mahdollisuuksia ajateltaessa. Havainnointi tapahtuu lasten normaalissa leikkitilanteessa, eikä aiheuta erityisjärjestelyjä. Havainnoista tehtävä kirjallinen osuus sisältyy opinnäytetyöhön ilman tunnistetietoja: lasten nimet eivät tule julki, heidän ulkonäköään ei kuvailla eikä havainnointipaikkaa eli päiväkodin nimeä mainita.

Lasten leikin havainnointi on tärkeä osa opinnäytetyötäni ja olisin erityisen kiitollinen antamastanne luvasta havainnointiin.

Ystävällisin terveisin

Anna Rouhiainen

-----  
Lapsen nimi \_\_\_\_\_

Annan luvan leikin havainnointiin    kyllä   

ei   

Allekirjoitus \_\_\_\_\_

## KYSELYLOMAKKEEN SAATE

Hyvä kyselyyn vastaava varhaiskasvatuksen ammattilainen,

olen sosionomi-opiskelija Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulusta. Olen tekemässä opinnäytetyötä Kotkan kaupungille aiheesta *Ehkäisevän mielenterveytyön mahdollisuudet varhaiskasvatuksessa*. Opinnäytetyötäni varten olen laatinut pienoistutkimuksen, jonka tarkoituksena on selvittää varhaiskasvatuksen työntekijöiden tietoutta ehkäisevästä mielenterveytyöstä.

Jos olet töissä Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksessa päiväkotiaavustajana, lastenhoitajana tai lastentarhanopettajana, päiväkodissa tai esiopetuksessa, niin toivon sinun käyttävän muutaman minuutin aikaasi vastataksesi kuuteentoista laatimaani kysymykseen. Kyselyyn vastataan ilman henkilö- ja tunnistetietoja eli kysely on täysin anonyymi. Viimeinen vastauspäivä on torstai 6.4.2017. Tarvittaessa lisätietoja tästä tutkimuksesta antaa [anna.rouhiainen\(a\)edu.xamk.fi](mailto:anna.rouhiainen(a)edu.xamk.fi).

Vastauksesi on minulle tärkeä. Kiitos!

Anna Rouhiainen

Vastaamaan pääset tämän linkin kautta:

**SÄHKÖINEN KYSELY**

1. Työskentelen Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksessa \*

- päiväkodissa
- esiopetuksessa

2. Työskentelyalueeni on \*

- Kotkansaari
- Länsi-Kotka ja Mussalo
- Karhula

3. Työnkuvani varhaiskasvatuksessa on \*

- päiväkotiaavustaja
- lastenhoitaja
- lastentarhanopettaja
- lastentarhanopettaja/johtaja

4. Työskentelen \*

- alle 3-vuotiaiden ryhmässä
  - 3-5-vuotiaiden ryhmässä
  - 5-vuotiaiden ryhmässä
  - esiopetuksessa
  - muussa, missä?
-



**5.** Oletko tietoinen varhaiskasvatuksessa tehtävästä ehkäisevästä mielenterveys-työstä? \*

kyllä

en

**6.** Tiedätkö, miten ehkäisevää mielenterveystyötä voidaan varhaiskasvatuksessa toteuttaa? \*

kyllä

en

**7.** Jos vastasit edelliseen kysymykseen kyllä, niin miten?

---

---

---

**8.** Varhaiskasvatuksen ammattilaisilla on monia mahdollisuuksia tukea ja vahvistaa lapsen kasvua ja kehitystä pedagogisesti perusteltujen toimintatapojen kautta. Opetatko työssäsi lapsille esimerkiksi seuraavia lapsen kehitystä tukevia taitoja? \*

- vuorovaikutustaitoja
- kaveritaitoja
- hyviä käytöstapoja
- tunnetaitoja
- kommunikointitapoja
- arjen säännöllistä rytmiä

**9.** Varhaiskasvatuksessa tuetaan lapsen kehitystä erilaisin tavoin. Arvioi, kuinka paljon mielestäsi on hyötyä seuraavien taitojen vahvistamisesta lapsen mielenterveyden kannalta? \*

|                                | ei ollenkaan<br>hyötyä | jonkin verran<br>hyötyä | aika paljon<br>hyötyä | merkittävästi<br>hyötyä | en osaa<br>sanoa      |
|--------------------------------|------------------------|-------------------------|-----------------------|-------------------------|-----------------------|
| vuorovaikutus-<br>taidot       | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| kaveritaidot                   | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| hyvät käytöstä-<br>vat         | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| tunnetaidot                    | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| kommunikointi-<br>tavat        | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |
| arjen säännöllii-<br>nen rytmi | <input type="radio"/>  | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/> |

**10.** Olen osallistunut seuraaviin Kotkan kaupungin varhaiskasvatuksen työntekijöille järjestettyihin koulutuksiin. \*

|  | kyllä                 | en                    |
|--|-----------------------|-----------------------|
| Lapsen Mieli. Mielen terveystaitoja varhaiskasvatukseen. Suomen mielen-<br>terveysseura. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ICDP - kannustava vuorovaikutus. ICDP Suomi ry.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

**11.** Jos vastasit, että et ole osallistunut koulutuksiin, niin miksi et ole?

---

---

---

**12.** Olen käyttänyt tämän toimintakauden (syksy 2016-kevät 2017) aikana työssäni seuraavia menetelmiä. \*

|  | kyllä                 | en                    |
|--|-----------------------|-----------------------|
| Lapsen Mieli -materiaalit. Suomen mielen-<br>terveysseura. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ICDP - kannustava vuorovaikutus. ICDP Suomi ry.            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Kiva Kaveri -hanke. Anna Rouhiainen.                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

**13.** Kuuluuko ehkäisevä mielenterveystyö mielestäsi varhaiskasvatukseen? Perustele vastauksesi muutamalla sanalla. \*

- kyllä  
\_\_\_\_\_
- ei  
\_\_\_\_\_
- en osaa sanoa  
\_\_\_\_\_

**14.** Tulisiko varhaiskasvatukseen saada lisää tietoa ehkäisevän mielenterveystyön työtavoista ja mahdollisuuksista? \*

- kyllä
- ei
- en osaa sanoa

**15.** Miten tietoa ehkäisevän mielenterveystyön menetelmistä ja hyödyistä voitaisiin mielestäsi lisätä?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**16.** Kerro vielä, miten luonnehtisit tapaasi työskennellä? \*

- Käytän työssäni ehkäisevän mielenterveystyön keinoja itseopitusti, mutta tietoisesti.
- Käytän työssäni ehkäisevän mielenterveystyön keinoja koulutuksesta saamieni oppien mukaisesti.
- Käytän työssäni ehkäisevän mielenterveystyön keinoja, vaikka en olekaan yhdistänyt työskentelymetodejani mielenterveystyöksi.
- En käytä työssäni ehkäisevän mielenterveystyön keinoja.
- Muuten, miten?  
\_\_\_\_\_