



Hoivaathan mieltäni? - Lapsen mieli -materiaalin hyödyntäminen varhaiskasvatuksessa.

Taru malinen

Laurea-ammattikorkeakoulu

**Hoivaathan mieltäni? -Lapsen mieli -materiaalin hyödyntäminen
varhaiskasvatuksessa.**

Taru Malinen
Sosionomi AMK
Opinnäytetyö
Joulukuu, 2019

Taru Malinen

Hoivaathan mieltäni? - Lasten mieli -materiaalin hyödyntäminen varhaiskasvatuksessa.

Vuosi 2019 Sivumäärä 46

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää Suomen mielenterveysseuran tuottaman, Lapsen mieli -materiaalin käyttöä Kurjenpolven päiväkodissa. Tavoitteena oli tuottaa tietoa, onko materiaali käytetty yksikön arjessa, kuinka usein sitä on käytetty, sekä minkä ikäisten kanssa. Tutkimuksessa selvitettiin myös muita yksikössä käytettäviä, lasten mielenterveyttä tukevia materiaaleja ja menetelmiä, sekä kasvatushenkilöstön näkemyksiä päivähoidossa toteutettavasta mielenterveystyöstä ja sen haasteista.

Vantaan kaupunki oli mukana kehittämässä ja pilotoimassa Suomen Mielenterveysseuran Lapsen mieli -materiaalia yhdessä muiden kuntatoimijoiden kanssa. Lapsen mieli - materiaali on tuotettu päivähoitoon ja neuvolaan lapsen mielenterveyden tukemisen materiaaliksi. Vuonna 2015 materiaali hankittiin jokaiseen vantaalaiseen päiväkotiin ja osa henkilöstöstä koulutettiin sen käyttöön. Materiaalikonaisuus koostuu useasta eri elementistä, mutta tässä opinnäytetyössä keskityimme selvittämään Lapsen mieli- käsikirjan ja Eläinlasten elämää- pöytäatterimateriaalin käyttämistä kyseisessä yksikössä.

Tutkimus toteutettiin kvalitatiivisena kyselytutkimuksena, jonka aineiston hankinnassa käytettiin kvantitatiivisia menetelmiä. Kyselylomake sisälsi sekä suljettuja, että avoimia kysymyksiä. Kasvatushenkilöstölle suunnatun kyselylomakkeen lisäksi, aineistoa laajennettiin tutkittavan päiväkodin johtajan haastattelulla, sekä materiaalin kehittämisen ja hankkimisen aikaan Vantaan kaupungin varhaiskasvatuksen kehittämispäällikkönä toiminutta asiantuntijaa. Pienen otannan tähden aineistoa käsitellään sisällönanalyysia käyttäen.

Tutkimustuloksista selvisi, että materiaali ei ole jalkautunut yksikön arkeen, eikä suurin osa ollut saanut minkäänlaista koulutusta tai perehdytystä materiaalin käyttöön. Yksikössä toteutettiin muiden materiaalien avulla ehkäisevää mielenterveystyötä. Kasvattajien näkemykset olivat hyvin eriäviä varhaiskasvatussuunnitelman sisällöstä mielenterveystyön suhteen sekä eri materiaalien ja menetelmien tarpeellisuudesta. Kasvattajat toivoivat lisää koulutusta, luentoja sekä ammatillista keskustelua lasten mielenterveydellisistä haasteista ja ongelmista. Kehittämisen näkökulmasta yksikössä tulisi luoda näitä toiveita mahdollistavat rakenteet yksikön arkeen

Asiasanat: Varhaiskasvatus, mielenterveys, Lapsen mieli -materiaali

Taru Malinen

Take care of my mind - using of Child mind-material in early childhood education.

Year 2019

Pages

46

The purpose of this thesis is to survey the use of Child mind -material in Kurjenpolvi daycare center. The objective is to quantify the use of the materials. The study also aims to collect information of other materials and methods used to sustain a child's mental health. Additionally, this project sought to find out how the early childhood educators view the mental health work in daycare, including its challenges.

The City of Vantaa took part of producing and piloting Child mind -material with other municipal actors. The material has been produced for early childhood education and child health center workers. In 2015, the material was provided to all daycare centers in Vantaa and some of the educators were trained to use it. The material contains many different elements, but in this thesis, we are focused on the use of Child mind -handbook and The life of animal children -puppetry.

The study was executed mainly as a qualitative survey, but some quantitative methods were also used. The survey contained both closed and open-ended questions. In addition to survey, the study was augmented by an interview of the head of the studied daycare and a development manager of early childhood education. Because of the small sampling, we are using content analyzing throughout the study.

The key finding of the research is that the material hasn't become an established work tool in this daycare center and most of the workers haven't been trained on how to use it. There were other materials and methods in use to support a child's mental health. Educators were hoping to get more education and lectures about children's mental health and how to support it, but also an open conversation in the work community about the challenges of children's mental health. Based on the findings, this study recommends that create a structure that supports to achieve these hopes.

Keywords: Early childhood education, mental health, Child mind -material

Sisällys

1	Johdanto	6
2	Mitä mielenterveys on ja mistä se koostuu?	7
2.1	Lasten mielenterveydelliset haasteet tilastoina.....	8
2.2	Lapsi biologisena, psykologisena ja sosiaalisena kokonaisuutena.....	9
2.3	Kiintymyssuhteen merkitys mielenterveydelle.....	11
3	Mielenterveystyö varhaiskasvatuksessa	12
3.1	Kasvattajien rooli mielenterveystaitojen tukemisessa varhaiskasvatuksessa	13
3.2	Menetelmiä mielenterveyden tukemiseen varhaiskasvatuksessa.....	15
4	Lapsen mieli -materiaali	16
4.1	Lapsen mieli -käsikirja.....	16
4.2	Eläinlasten elämää -pöytäteatteri	17
5	Tutkimuksen toteutus, aineiston keruu, analyysi ja tutkimusympäristö	18
6	Tutkimustulokset	20
6.1	Lapsen mieli -käsikirjan käyttö yksikössä	21
6.2	Eläinlasten elämää -pöytäteatterimateriaalin käyttö yksikössä.....	25
6.3	Laadulliset kysymykset	29
6.4	Asiantuntijahaastattelut.....	31
7	Tulosten yhteenvedo ja johtopäätökset	34
8	Pohdinta.....	36
	Lähteet	39
	Kuviot	42
	Liitteet.....	43

1 Johdanto

Varhaiskasvatuksessa sekä lasten, että perheiden haasteet ja ongelmat ovat moninaistuneet vuosien aikana. Varhaiskasvatuksen rooli lasten mielenterveyden tukemisessa on korostunut ja tähän tarpeeseen on yritetty vastata monin eri keinoin, esimerkiksi kouluttamalla varhaiskasvatuksen ammattilaisia, tuomalla uutta mielenterveyttä tukevaa materiaalia kasvattajien käyttöön, sekä pyrkimällä kehittämään ja rakentamaan arjen struktuureita lasten hyvinvointia entistä enemmän tukevaksi. Lisäksi varhaiskasvatukseen tehdyistä opinnäytetöistä on nähtävissä, että myös opiskelijat ovat tuottaneet uusia lasten mielenterveyttä tukevia materiaaleja yhteistyöpäiväkoteihin. Materiaalia löytyy siis yltäkyläisyyteen asti. Tärkeä kysymys kuuluukin, että kuinka paljon näitä materiaaleja pystytään hyödyntämään varhaiskasvatuksen arjessa? Kuinka moni kasvattaja kokee pystyvänsä toteuttamaan suunnitelmallisesti, tavoitteellisesti ja pitkäjänteisesti lasten mielenterveystyötä tukeutumalla johonkin tiettyyn materiaaliin?

Heikentynyt kansalaisten mielenterveydentila ja lisääntyneet mielenterveysongelmat nyky-yhteiskunnassa tuskin yllättää, sillä aihe on ollut jo pitkään ja entistä enemmän näkyvämmiin esillä niin mediassa, kuin yleisessä keskustelussakin. Terveystieteiden tutkimuksissa lapsille annettujen mielenterveysdiagnoosien määrä on tasaisesti kasvanut sekä mielenterveyspalveluiden käyttö lisääntynyt (THL 2017, 11). Vuoden 2017 tammi-marraskuussa hoitoon ohjattujen alle 13-vuotiaiden lasten määrä oli 1800 ja tässä luvussa kasvua edellisestä vuodesta oli 11%. Helsingin yliopistollisen sairaalan Hyksin lastenpsykiatrian linjajohtaja, Leena repolainen, korosti jo tuolloin Ylen haastattelussa, tehokkaiden, ennalta ehkäisevien menetelmien merkitystä ennen hoitoon ohjausta ja nosti esille päiväkodin, peruskoulun ja perusterveydenhuollon roolin lapsen tukemisessa. (Repokari 2017.)

Opinnäytetyön pohjaa lähdetessä rakentamaan, oli hyvin selvää, että lasten mielenterveys tulisi olemaan sen keskiössä tavalla tai toisella. Useita vuosia varhaiskasvatuksessa työskennelleenä olen päässyt paljon, niin kokemaan, kuin pohtimaan lasten monimuotoisia sosio-emotionaalisia haasteita sekä päivähoiton roolia suhteessa niihin. Kun yhdistämme näihin haasteisiin julkisessa keskustelussakin esille tulleen varhaiskasvatuksen työn kuormittavuuden, resurssivajeen sekä pätevien työntekijöiden löytämisen vaikeuden, niin väistämättä mieleen nousee kysymys, kuinka hyvin voimme näillä puitteilla toteuttaa ehkäisevää mielenterveystyötä varhaiskasvatuksessa?

Lapsen mieli -materiaali valikoitui opinnäytetyön tutkimuskohteeksi, koska Vantaan varhaiskasvatus on ollut mukana pilotoimassa ja kehittämässä materiaalia yhdessä Suomen Mielen-terveysseuran ja neuvolan ammattiosajien kanssa vuosina 2012-2015. Materiaali on hankittu

Vantaan jokaiseen varhaiskasvatyüksikköön vuonna 2015 ja henkilöstöä koulutettiin sen käyttämiseen. (Halme 2018.) Opinnäytetyössä kartoitetaan, onko kyseinen materiaali otettu käyttöön ja millä tavoin materiaalia hyödynnetään yksiköiden arjessa.

Päädyin opinnäytetyössä tutkimaan kyseisen materiaalin käyttöä Kurjenpolven päiväkodin työyksikössä. Samalla halusin selvittää yksikössä käytettäviä muita materiaaleja ja menetelmiä, jotta tutkimukseni kautta saamme laajempaa näkemystä yksikössä tehtävästä ehkäisevästä mielenterveystyöstä. Tutkimus toteutettiin pienen otoksen tähden laadullisena, mutta myös määrällisiä menetelmiä käyttäen. Aineisto koostuu työyksikön kasvatushenkilöstölle suunnatusta kyselylomakkeesta sekä materiaalin kehittämisessä ja hankinnassa mukana olleen asiantuntija sekä tutkimusyksikön johtajan haastatteluista.

Opinnäytetyön viitekehys rakentuu mielenterveyden kehityksestä ja siihen vaikuttavista tekijöistä. Lisäksi uuden varhaiskasvatussuunnitelman linjaukset ehkäisevän mielenterveystyön toteuttamisesta päivähoidosta nousee esille, sillä ne luovat lakisääteiset raamit toiminnalle. Koko opinnäytetyön läpi punaisena lankana kulkee Lapsen mieli- materiaali ja sen käyttäminen, mutta olisi väärin jättää täysin tutkimuksen ulkopuolelle päivähoitoyksikössä mahdollisesti käytettävät muut menetelmät, sillä niiden huomioon ottaminen antaa laajempaa näkökulmaa ja kokonaisvaltaisempaa ymmärrystä varhaiskasvatuksessa toteutettavasta, ehkäisevästä mielenterveystyöstä. Tutkimuksen tavoitteena on tuottaa tietoa yksikössämme tehtävästä ehkäisevästä mielenterveystyöstä, sen haasteista sekä kehittämisen kohteista. Tuloksia hyödyntämällä yksiköt voivat kehittää omia ehkäisevän mielenterveystyön toimintamalleja.

2 Mitä mielenterveys on ja mistä se koostuu?

WHO määrittelee mielenterveyden hyvinvoinnin tilaksi, jossa yksilö kykenee näkemään oman kyvykkyytensä, pystyy selviytymään elämän normaaleista haasteista sekä työskentelemään tuottavasti ja hedelmällisesti omassa yhteisössään ja sitä auttaen (WHO 2018). Mielenterveys voidaan nähdä ihmisen voimavarana, jolla on merkittävä rooli yksilön elämänlaatua ja yhteiskunnallista hyvinvointia tarkastellessa. Useissa tutkimuksissa mielenterveyttä käsitellään mielensairauksien kautta, mutta tämä lähestymistapa on hyvin kapeakatseinen, sillä käsitteenä mielenterveys on paljon laajempi. Se voidaan nähdä myös tasapainotilana ja prosessina, johon vaikuttavat yksilön sosiaaliset tilanteet sekä erilaiset elämäntapahtumat. Prosessilla tarkoitetaan ihmisen mahdollisuutta vahvistaa positiivisesti omaa elämän laatuaan, hyvinvointiaan ja yleistä turvallisuutta, joka on osa jokapäiväistä elämää. (Friis, Seppänen & Mannonen 2006, 32.)

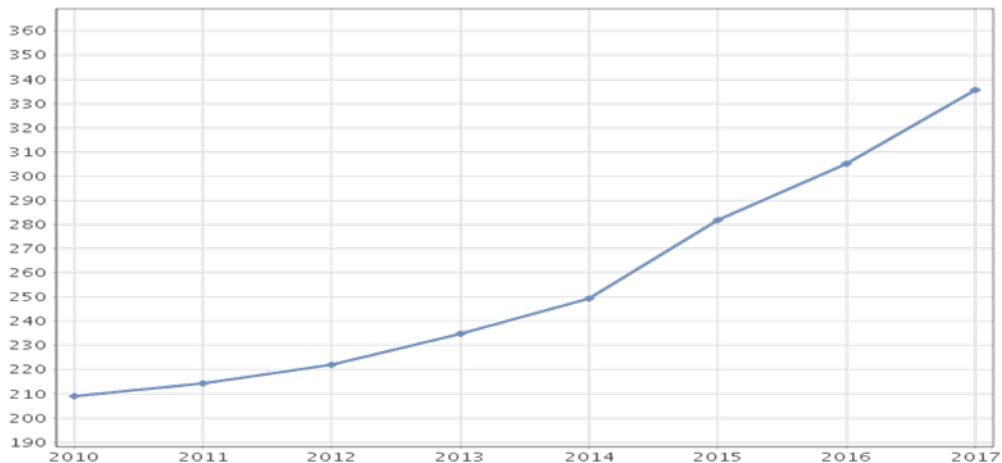
Tutkimustietoa lapsen mielenterveyteen ja kehitykseen liittyvistä suojaavista tekijöistä on kertynyt paljon, jotka liittyvät yhteiskuntaan, yksilöön, ympäristöön sekä lähisuhteisiin ja perheeseen. Näitä ovat mm. turvallinen kiintymyssuhde ja varhainen vuorovaikutus, ongelmanratkaisukyky, sopeutumiskyky, hyvät sosiaaliset taidot, elämänhallinnan taidot, osallisuus, sosioemotionaalinen kyvykyys sekä kyky kohdata vastoinikäymisiä. Mielenterveyshäiriöitä ehkäisevät menetelmät pohjautuvat pitkälti näiden tekijöiden vahvistamiseen. (Borg, A. 2015, 8.)

2.1 Lasten mielenterveydelliset haasteet tilastoina

Lasten merkittävimäksi terveysongelmaksi on tunnistettu juuri mielenterveyden häiriöt ja WHO (2004) on nostanut sen ehkäisyn keskeisimmäksi haasteeksi kansanterveydelliseltä näkökannalta. Kansainvälinen tutkimustieto osoittaa, että noin 10-20% kaikenikäisistä lapsista kärsii mielenterveysongelmista. Suomalaisen LAPSET-tutkimuksen tilastojen mukaan 8-9-vuotiaista 20 prosentilla esiintyy psyykkisiä oireita ja jopa 10 prosenttia tarvitsisi lastenpsykiatrista hoitoa. (Borg, A. 2015, 7.)

Vuosien 2010-2016 aikana varhaiskasvatukseen osallistuneiden lasten määrä nousi 223 000 lapsesta 243 946 lapseen (Säkkinen & Kuoppala 2010, 1; Säkkinen & Kuoppala 2016, 2). Päivähoidon kuntakyselyiden osaraporttien mukaan, erityistä tukea saavien lasten määrä oli kasvanut vuosien 2010-2013 välillä 6%, mutta vuonna 2016 tehdyn raportin mukaan tehostettua ja erityistä tukea saavien lapsien osuus oli pienentynyt noin puoli prosenttiyksikköä. (Säkkinen, Kuoppala 2016; Säkkinen 2013.) Vuoden 2016 kuntakyselyn varhaiserityiskasvatuksen tilastoissa on huomioitu ainoastaan tehostetun ja erityisen tuen tarpeen lapset, eli yleisen tuen piirissä olevat, lievistä haasteista kärsivät lapset on jätetty tilastojen ulkopuolelle.

Tilastot kertovat myös, että lastenpsykiatristen avohoitokäyntien määrä on kasvanut vuosien 2010-2017 aikana tasaisesti. Alla olevasta taulukosta käy ilmi, että käyntien määrä on prosentuaalisesti noussut 60 prosenttia. (Sotkanet 2018.)



Kuva 1: Erikoissairaanhoidon avokäynnit lastenpsykiatria / 1 000 0-12 vuotiasta (Sotkanet 2018).

Varhaiskasvatuksen tulee elää ajassa ja pyrkiä vastaamaan yhteiskunnasta ja asiakkaista nouseviin tarpeisiin. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos on julkaissut 3/2016 raportin, missä on selvitetty varhaiskasvatuksessa käytettäviä, mielenterveyttä edistäviä menetelmiä ja niiden määrää suomessa. Menetelmiä rajattiin katsaukseen sillä perusteella, että niillä piti olla kosketuspinta käytäntöön, joko varhaiskasvattajien jo käyttämänä menetelmänä tai toiminnan piti tapahtua varhaiskasvatuksen kehitysympäristössä. Katsauksesta selviää, että olemassa olevia menetelmiä meiltä löytyy varhaiskasvatuksen puolelta jo 31, mutta niiden levinneisyydestä ja käytöstä on tietoa vähänlaisesti. (Anttila, N., Huurre, T., Malin, M. & Saunalahti, P. 2016. 3,14, 47-56.)

2.2 Lapsi biologisena, psykologisena ja sosiaalisena kokonaisuutena

Bio-psykososiaalisen näkemyksen mukaan, yksilön kasvu ja kehitys on riippuvainen niin biologisista, psykologisista, kuin sosiaalisistakin tekijöistä. Näihin pääryhmiin kuuluvat tekijät vaikuttavat aina psyykkisten häiriöiden syntyyn ja sairauksien hoidossa näillä samoilla tekijöillä on merkittävä osansa. (Moilanen ym. 2004, 17.)

Psyykinen kehitys alkaa jo sikiön ollessa kohdussa. Syntymän jälkeen geneettiset tekijät yhdessä biologisten sekä fysiologisten ympäristötekijöiden kanssa voivat aiheuttaa fyysisiä sairauksia ja vaurioita, joiden vaikutus psyykkiseen kehitykseen tulee huomioida, mutta vanhemman ja lapsen välisessä vuorovaikutuksessa luodaan lopulta puitteet, joiden varassa ihmisen psyykkiset ominaisuudet muovautuvat. (Moilanen ym. 2004, 17.)

Ihmisen kasvuun ja kehitykseen vaikuttavia biologisia tekijöitä ovat geneettinen perimä, aivot sekä hormonit (Moilanen ym. 2004, 17). Ympäristön vaikutusta geneettiseen perimään sekä geneettisen perimän vaikutusta ympäristöön voidaan pitää merkittävänä tekijänä aivojen ja mielen kehityksessä. Ympäristöstä saadut kokemukset, etenkin läheisissä hoivasuhteissa,

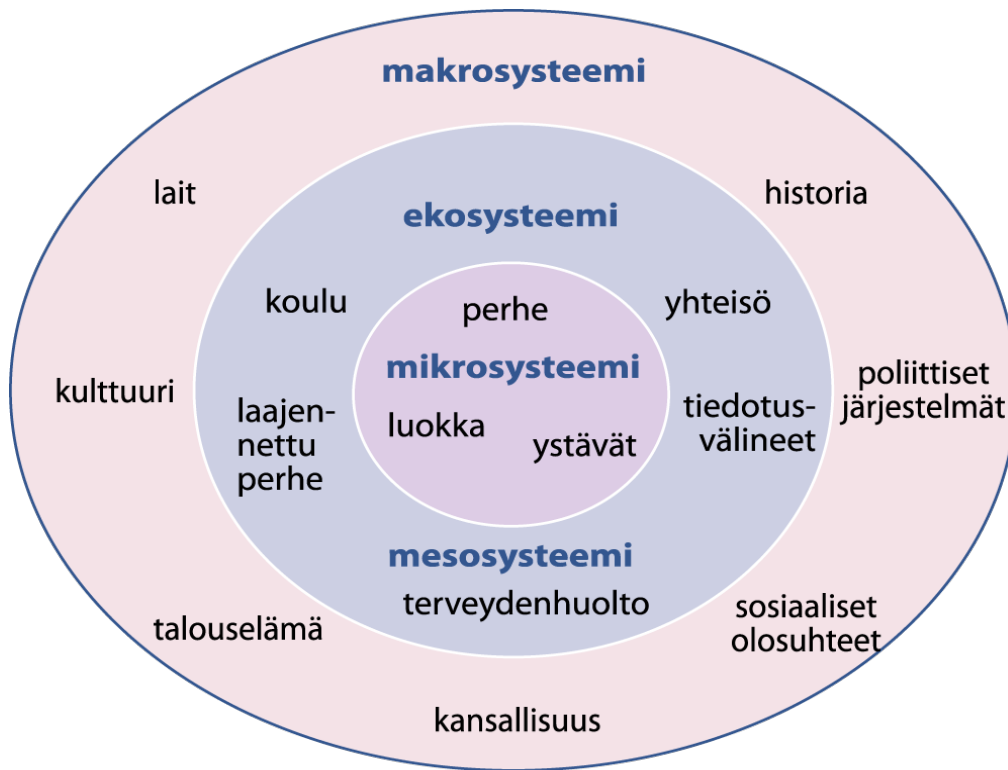
vaikuttavat geneettisesti ohjelmoidun keskushermoston kypsymiseen. (Puura & Laukkanen 2016.) Aivojen merkityksen luovat sen eri lohkot, jotka ovat osallisena kaikessa ihmisen toiminnassa. Erityisesti tunteista ja niiden säätelystä vastaa ns. limbinen järjestelmä, joka on aivokuoren osien sekä toisiinsa liittyvien rakenteiden muodostama kokonaisuus. Aivokemia ja aivorakenteet vaikuttavat osittain myös temperamenttiimme, eli siihen, kuinka reagoimme ympäristön tarjoamiin ulkoisiin ja omiin sisäisiin ärsykkeisiin. (Kokkonen 2017, 79,82.) Hormonaalinen toiminta nähdään myös osana biologisia tekijöitä, sillä etenkin puberteettivaiheessa hormonaaliset muutokset vaikuttavat yksilön niin fyysiseen kuin psyykkiseenkin kehitykseen (Aalberg 2016).

ihmisen psykologinen kehitys kattaa värikkään kirjon erilaisia emotionaalisia ja kognitiivisia mekanismeja, toiminnan yhteisöissä sekä sosiaalisen käyttäytymisen kaikessa monimutkaisuudessaan. Tästä syystä sen voidaan todeta olevan erittäin monisyinen, monimuotoinen ja monipolvinen prosessi. (Nurmi ym. 2018, 14.) Psykologisia tekijöitä tarkastellaan hyvin voimakkaasti vuorovaikutuksen ja siihen liittyvien erilaisten teorioiden kautta. Tunnetuin näistä teorioista lienee John Bolwbyn kiintymyssuhdeteoria, joka selittää psykologista kehitystä lapsen ja häntä hoivaavan läheisen hoitajan vuorovaikutussuhteen kautta. Kiintymyssuhdetta kuvailaan vanhemman ja lapsen välisenä erityisenä tunnesiteenä, jolla on ratkaiseva merkitys lapsen psyykkiselle kehitykselle. (Tamminen 2010, 51.)

Arnold Sameroff puolestaan näkee psykologisen kehityksen transaktionaalisen kehitysmallin kautta. Tämä kehitysmalli tarkastelee yksilön kasvua genotyypin (geneettinen perimä), fenotyypin (yksilön ilmaisu) ja envirotyypin (vuorovaikutuksellisuus) vastavuoroisena vaikuttamisena toisiinsa. Perimä vaikuttaa yksilön tapaan olla vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa, kun samalla ympäristön vaikutukset inaktivoivat tai aktivoivat yksilön geenejä. Fenotyyppi nähdään teoriassa myöhemmin korostuvana kehityslinjan jatkuvuutena, joka voimistuu genotyyppi- ja envirotyypin vuorovaikutuksesta. (Tamminen 2010, 50.) Psykologista kehitystä tarkastellessa, emme voi myöskään unohtaa kognitiivisten kehitysteorioiden sekä oppimis- ja käyttäytymisteorioiden merkitystä psyykelle, sillä ne ohjaavat vahvasti yksilön ajattelua ja toimintaa (Nieminen 2010, 53-55).

Sosiaalinen kehitysnäkökulma nousee esille, kun alamme tarkastella yksilöä osana ympäristöä ja yhteisöjä. Yksilö kasvaa ja kehittyy osana yhteisöään ja näistä yhteisöistä merkittävin on perhe ja se toimii ihmisen biopsykososiaalisen kehityksen keskeisenä yksikkönä. Yksilön kyky rakentaa ja muodostaa merkittäviä ihmissuhteita, sekä kyky ilmaista itseään on aina liitoksissa perheen ihmissuhteisiin ja vuorovaikutusmalleihin. (Piha 2010, 61.) Bronferbrennerin ekologinen kehitysteoria jakaa lapsen sosiaalisen ympäristön mikro-, meso-, eko- ja makrosysteemeihin. Näistä mikrosysteemi kuvaa lapsen lähimpien verkostojen vuorovaikutusta, mesosysteemi mikrosysteemin osapuolien välistä vuorovaikutusta, ekosysteemi sosiaalisessa

ympäristössä tapahtuvien asioiden vaikutusta lapsen elämään ja makrosysteemi kulttuuria ja identiteettiä, jonka he yhdessä jakavat. (Puura & Laukkanen 2016)



Kuva 2: Bronfenbrennerin ekologinen kehitysteoria (Duodecim, Oppiportti 2016)

2.3 Kiintymyssuhteen merkitys mielenterveydelle

Mielenterveyden koostuessa monesta eri osa-alueesta ja tekijästä, on kiintymyssuhteella myös oma merkityksensä siihen. Kiintymyssuhdeteorian isänä pidetään John Bowlbya, joka loi kyseisen teorian perusteet. Hänen näkemyksensä perustui vahvasti siihen pääajatukseen, että äidin rakkauten menetys tai äidinriisto voi vakavasti uhata lapsen kehitystä (Hautamäki 2012, 29-30).

Bowlby kuvaili teoriaansa seuraavan laisesti:

”Se, mitä minä mukavuussyistä kutsun kiintymyssuhdeteoriaksi edustaa erästä tapaa käsitteellistää ihmisten olentojen taipumus muodostaa vahvoja tunnesiteitä erityisiin toisiin ja se liittyy tunneperäisen kärsimyksen ja persoonallisuushäiriöiden moninaisia muotoja, joita ovat muun muassa ahdistus, viha, masentuneisuus ja tunteenomainen etäännyminen ja jotka syntyvät tahdonvastaisen eron tai menetyksen tuloksena” (Hautamäki 2001, 17-18.)

Etiologinen tutkimus on osoittanut, että sosiaalistumisen ja eloonjäämisen edellytyksenä on ollut pitkäaikainen kiintyminen ja kiinnittyminen hoivaavaan aikuiseen. Taipumus

kiinnittymiseen on ihmislapselle syntynyt lajikehityksen myötä. (Hautamäki 2012, 29-30.) Kiintymyssuhdeteoria kuvailee lapsuuden varhaiset ihmissuhteet tunteiden ja ajatusten kehittymisen harjoituskenttänä, jossa lapsi oppii toimimaan tavalla, mikä herättää vastakaikua vanhemmissa. Hän oppii niiden kautta, miten saada lohtua ja turvaa, mutta samalla myös sen, onko ihmisten toiminta ennakoitavissa ja voiko heihin luottaa sekä onko lapsi itsessään hoivan arvoinen. Tämä opittu kiintymyssuhdemalli on yhteydessä voimakkaasti lapsen tapaan suhtautua ja havainnoida ympäristöään, sekä käsitellä stressaavia ajatuksia ja tunteita. (Punamäki 2001, 174.)

Turvallisesti kiinnittynyt lapsi elää maailmassa, mikä on ennakoitavissa ja missä kaikenlaiset tunteet positiivisista negatiivisiin on sallittuja ja hyväksytyjä. Lapsen ei tarvitse pelätä pettymyksen ja raivon tunteiden aiheuttavan hylätyksi tulemistä. Kun lapsi voi luottavaisesti turvautua hoivaajaansa, pystyy hän käyttämään voimavarojaan oppimiseen ja maailmaan tutustumiseen. Turvallinen kiintymyssuhde vaikuttaakin positiivisesti lapsen tiedolliseen ja sosiaaliseen kehitykseen ja lapsi oppii käyttämään osana vuorovaikutusta niin tunteita, kuin järkeäkin. (Sinkkonen 2018, 46.)

Kiintymyssuhteen kaksi muuta mallia ovat välttelevästi- ja ristiriitaisesti kiintynyt. Välttelevästi kiintyneen lapsen käsitys hoivaavasta aikuisesta on sellainen, että hän sietää heikosti lapsen negatiivisia tunteita ja lapsen täytyy selvittää ”tunnemyrskyistä” itsenäisesti. Tällainen lapsi oppii tukahduttamaan tunteitaan ja tunneilmaisujaan ja pyrkii aktiivisesti muuttamaan toimintaansa ja käyttäytymistään niin, että voisi vastata aikuisen reaktioihin hänen toivomallaan tavalla. Tällaisen lapsen suurena riskinä on menettää kosketus omiin, etenkin kielteisiin tunteisiinsa. Ristiriitainen kiinnittyminen taas tarkoittaa, että aikuisen reaktiot ovat intensiivisiä, ailahtelevia ja epäjohdonmukaisia, eikä lapsi osaa ennakoida milloin saa minkäkin laista vastetta toiminnalleen. Tämän seurauksena myös lapsi lisää tunnereagointinsa intensiteettiä, jolloin vuorovaikutus on molemmin puolin hyvin kuohahtelevan tunnepitoista ja lapsen suhde hoivaajaan saattaa muodostua ajan kanssa vihamielisriippuvaiseksi. (Sinkkonen 2018, 46-47.)

Ensimmäisen elinvuoden aikana omaksutut tavat vuorovaikutuksesta, tunteiden ilmaisusta sekä syy-seuraussuhteista ovat merkittävässä roolissa myöhemmän kehityksen ja psyykkisen selviytymisen kannalta. Näiden opittujen mallien varassa toimimme traumatilanteissa, sillä silloin kiintymysmallit aktivoituvat ja niiden varassa pyrimme suojelemaan psyykkistä eheyttämme. (Punamäki 2001, 197.)

3 Mielen terveystyö varhaiskasvatuksessa

Päivähoidon toiminnan kehykset pohjautuvat päivähoitolakiin ja valtakunnalliseen varhaiskasvatussuunnitelmaan. Uusista varhaiskasvatussuunnitelman perusteista Opetushallitus määräsi

18.10.2016 ja niiden pohjalta jokaisen kunnan tuli luoda omat varhaiskasvatussuunnitelmat, jotka astuivat voimaan 1.8.2017. Iso ja merkittävä muutos varhaiskasvatussuunnitelmassa on se, että uudistusten myötä ne tuli velvoittavaksi, kun aikaisemmin perusteet olivat olleet toimeksisuosituksina. (Opetushallitus 2018a; Opetushallitus 2018b.)

Varhaiskasvatuksen yleisenä tavoitteena ja tehtävänä on tukea lapsen kasvua, kehitystä ja oppimista kokonaisvaltaisesti. Se toimii palveluna, joka ehkäisee syrjäytymistä, edistää tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta sekä vahvistaa lapsen osallisuutta ja aktiivista toimijuutta. (Varhaiskasvatussuunnitelma 2017, 9.) Näkyvimmin lasten mielenterveys on huomioitu uudessa varhaiskasvatussuunnitelmassa laaja-alaisen oppimisen osa-alueissa. Itsensä huolehtimisen ja arjentaitojen osa-alueessa asia huomioidaan seuraavasti:

” Lasten kanssa käsitellään heidän hyvinvointiaan edistäviä asioita kuten, levon, ravinnon, liikunnan ja mielen hyvinvoinnin merkitystä. Lapsia autetaan tunteiden ilmaisussa ja itsesääteilyssä. Lasten tunnetaidot vahvistuvat, kun heidän kanssaan opetellaan havaitsemaan, tiedostamaan ja nimeämään tunteita.” (Varhaiskasvatussuunnitelma 2017, 22)

Tämän lisäksi varhaiskasvatussuunnitelmassa käsitellään mielenterveyteen liittyviä osa-alueita epäsuorasti. Ajattelun ja oppimisen osa-alueella yhtenä tavoitteena on lasten kannustaminen sinnikkyyteen, löytämään erilaisia ratkaisuja eri tilanteissa sekä olemaan lannistumatta epäonnistumisista. Kasvattajien tulee myös ohjata lapsia suuntaamaan sekä ylläpitämään tarkkaavaisuutta tarkoituksen mukaisesti. (Varhaiskasvatussuunnitelma 2017, 20)

Kulttuurisen osaamisen, vuorovaikutuksen ja ilmaisun kautta nähdään myös mahdollisuus lasten identiteetin, toimintakyvyn ja hyvinvoinnin edistämiseen. Kielellisesti, katsomuksellisesti ja kulttuurisesti moninaisessa maailmassa näiden taitojen merkitys korostuu entisestään. Tässä osa-alueessa tuodaan esille sekä lasten mahdollisuus harjoitella toisen asemaan asettumista, että asioiden tarkastelemista eri näkökulmista ja ristiriitojen ratkaisemista rakentavasti, joilla nähdään suuri merkitys lasten sosiaalisten taitojen kehittymiseen. (Varhaiskasvatussuunnitelma 2017, 21)

Osallistuminen ja vaikuttaminen on yksi mielenterveyttä suojaavista tekijöistä. Varhaiskasvatuksessa arvostavalla kohtaamisella, lasten aloitteisiin vastaamalla ja heidän kuuntelemisellansa voidaan edistää heidän osallisuuttaan ja vaikuttamismahdollisuuksiaan, mitä kautta lapsen käsitys itsestään vahvistuu, yhteisössä tarvittavat sosiaaliset taidot kehittyvät sekä itseluottamus kasvaa. (Varhaiskasvatussuunnitelma 2017, 24)

3.1 Kasvattajien rooli mielenterveystaitojen tukemisessa varhaiskasvatuksessa

Suuri osa suomalaisista lapsista viettävät ison osan arkipäivistään päivähoitossa, joten kasvattajien ja lasten välisten suhteiden merkitystä lasten hyvinvointiin ei voi vähätellä. Paljon voi

tehdä hyvää jo pelkästään kohtaamalla, kuuntelemalla ja olemalla lapselle aidosti läsnä. Varhaiskasvatuksen monimuotoista mielenterveyden edistämistä on esimerkiksi ryhmäytymisessä tukeminen, tunnetaitojen opetteleminen ja vahvistaminen sekä oppimisympäristön muokkaaminen (Marjamäki ym. 2015, 13).

Soili Poijula kirjassaan *Lapsi ja kriisi- selviytymisen tukeminen* (2016), puhuu lasten selviytymisestä hankalista elämäntilanteista ja siihen auttavista ominaisuuksista, kuten resilienssistä. Resilienssi tarkoittaa yksilön joustavuutta ja kykyä palautua voimakkaista tai pitkistä puute- tai stressijaksoista. Positiivisen pedagogian edustajat ovat jo pitkään olleet sitä mieltä, että häiriö- ja diagnoosikeskeisestä ajattelusta tulisi luopua ja keskittyä enemmän ennalta ehkäiseviin ja resilienttiä ajattelutapaa ja hyvinvointia tukeviin menetelmiin. Tärkeää olisi pyrkiä tunnistamaan ja vahvistamaan niitä tekijöitä, jotka auttavat palautumaan ja selviytymään elämän vaikeista tapahtumista ja tilanteista. (Pojula 2016, 157-159.)

Lapsen kehitykseen vaikuttavia tekijöitä ovat geeniperimän lisäksi, niin yksilölliset ominaisuudet, perhe, kuin ympäristötekijätkin. Kirjassa puhutaan paljon vanhempien merkityksestä lapsen hyvinvoinnin ja turvallisen, kehitystä tukevan kasvuympäristön luomisessa, mutta samojen asioiden voin nähdä olevan osa myös varhaiskasvatuksen tehtävää. Poijula korostaa hoitavan aikuisen emotionaalista läsnäoloa, suojelua, empaattista vastavuoroisuutta sekä leikkiä ja rajoja, joiden varassa lapsi pystyy turvallisesti opettelemaan monia elämännhallinnalle tärkeitä taitoja, kuten tunnesäätelyä, itsehallintaa ja moraalialia. Riittävän hyvä kasvuympäristö pitää sisällään hyväksyvän perushoidon ja suojelun ja kasvatus tukee lapsen vuorovaikutusta muiden kanssa, auttaa lasta omaksumaan realistisen kuvan itsestään sekä ilmaisemaan itseään niin, että tulee ymmärretyksi. (Pojula 2016, 157-159.)

Aikuisen rooli tunteiden säätelijänä on olla turvallisena mallina, sanoittajana ja ohjaajana sekä tarjota lapselle mahdollisuus ilmaista itseään vapaasti. Tällä tavoin lapsi saa parhaimmat eväät tunne-elämänsä kehittymiseen. Lapsen ympärillä olevien aikuisten tulee myöskin olla riittävän selvillä omasta tunne-elämästään ja haavoistaan, sillä lapsen tunne-elämä rakentuu aikuisen mallista. (Jääskinen & Pelliccioni 2017, 77.)

Lähiaikuisten vaikutusta tunnekehitykseen voidaan tarkastella etenkin seuraavan neljän teeman kautta:

1. Miten aikuiset kohtaavat itsensä ja omat tunteensa?

On hyvin olennaista, kuinka aikuinen ilmaisee tunteitaan ja käsittelee niitä - hallitsemattomasti vai jopa ne kieltäen täysin? Suhtautuuko hän itseensä arvostaen vai vähätellen? Aikuisen osatessa puhua omista tunteistaan, hän luo ilmapiiriä, joka rohkaisee myös lasta ilmaisemaan itseään.

2. Miten aikuiset kohtaavat lapsen ja hänen tunteensa?

Lapsen yhteys itseensä sekä tunnekehoyhteys vahvistuu, kun hän saa sanoitusta ja hyväksyntää tunteilleen. Aikuisen olisi tärkeää huomata ja vastata myös lapsen vaimeampaan tunteiden ja tarpeiden ilmaisuun, sillä silloin lapsen ei tarvitse dramatisoida tai yli korostaa tunneilmaisuaan saadakseen aikuisen reagoimaan.

3. Kuinka aikuiset käyttäytyvät omissa ihmissuhteissaan?

Aikuisten toiminta omissa ihmissuhteissaan välittää lapselle mallia siitä, kuinka toisia kohdellaan, miten konfliktit ratkaistaan ja miten omia tunteita ja tarpeita ilmaistaan.

4. Millä tavalla maailmaan suhtaudutaan?

Lapsen maailmankuva rakentuu hänelle tärkeiden aikuisten näkemysten pohjalta. Mitä arvostetaan ja mitä paheksutaan? (Jääskinen & Pelliccioni 2017, 80)

Tehdessä töitä lasten parissa ei voida tietää, millä tavoin lapsen sisäisen säätelyn hermoston kehittymistä on hänen menneisyytensä muokannut, mutta heille voidaan tarjota turvan kokemuksia, jotta hänen hermostonsa pääsee eheytyään ja liittymään maailmaan turvallisesti (Jääskinen & Pelliccioni 2017, 85).

3.2 Menetelmiä mielenterveyden tukemiseen varhaiskasvatuksessa

Menetelmiä lasten psykososiaalisen terveyden tukemiseen on tutkittu ja niitä on pyritty juurruttamaan niin kouluterveydenhuollon, kuin lastenneuvoloiden käytäntöihin, sillä psykososiaalisen terveyden seuranta kuuluu osaksi kansallista terveysseurantaa. Lasten mielenterveys-hankeessa kehitetty ja testattu menetelmä LAPS (Lapsen psykososiaalisen terveyden arviointimenetelmä) pyrkii tehostamaan erityistä psykososiaalista tukea tarvitsevien lasten tunnistamista, mutta myös ehkäisevien ja varhaisen tuen ja hoidon menetelmiä tulisi kehittää. (Borg, A. 2015)

Suomen sosiaali- ja terveysministeriö on tehnyt vuonna 2015 kartoituksen lasten ja nuorten mielenterveyttä tukevista menetelmistä varhaiskasvatuksessa, koulussa ja toisen asteen oppilaitoksissa. Menetelmiä, hyviä käytänteitä ja kirjallisuutta löydettiin paljon, vaikka varsinaista tutkittua tietoa menetelmien vaikutuksista löytyikin vähän (Anttila ym. 2016). Menetelmissä on mukana myös Suomen mielenterveysseuran kehittämä Lapsen Mieli- materiaali. Lapsen mieli materiaali on tarkoitettu ennen kaikkea varhaiskasvatukseen ja neuvolaan mielenterveystaitojen tukemiseen, mutta myös vanhemmille sekä muille lasten kanssa toimiville ta- hoille. Siinä lähtökohtana on mielenterveyttä tukevien voimavarojen vahvistaminen tiedolla ja taidoilla, joilla ihminen ohjaa elämäänsä. Kirjassa avataan leikin, taiteen, musiikin, liikun- nan ja median mahdollisuuksia hyvinvoinnin tuottajana, mutta kerrotaan myös psyykkisten ja

fyysisten tarpeiden merkityksestä kivijalkana lapsen mielenterveydelle. Seuraavassa luvussa tulen avaamaan Lapsen mieli -materiaalia laajemmin, sillä tutkimukseni keskittyy nimenomaisen materiaalin ympärille.

4 Lapsen mieli -materiaali

Lapsen mieli- materiaali on Suomen Mielenterveysseuran tuottama materiaalikonaisuus erityisesti alle kouluikäisten mielenterveystaitojen tukemiseen. Materiaalin kehittämisessä mukana ovat olleet sekä neuvolan työntekijät, että varhaiskasvatuksen osajat. Johtavana ajatuksena materiaalin luomisessa on ollut ajatus siitä, että mielenterveystaitoja voi oppia ja opetella. Materiaali on hyvin kokonaisvaltainen, sillä se antaa paljon tietoa lasten kanssa työskenteleville mielenterveyteen liittyvistä osa-alueista, mutta sisältää myös valmista materiaalia ohjeineen, joita kasvattaja voi helposti hyödyntää omassa työssään. Materiaalikonaisuus koostuu Lapsen mieli -käsikirjasta, Eläinlasten elämää- forumteatterista, Vennyn ja Eeron ihania kuvia-taidekuvakorteista, Kaveritaitokorteista, turvallisin mielin vanhemmaksi-kuvakorteista, julisteista, työvälinesarjasta neuvolatyöhön ja varhaiskasvatukseen sekä hetki hyvälle mielelle- korteista. Tässä työssä keskityn Lapsen mieli- kirjan, sekä Eläinlasten elämää- mielenterveystaitoja pöytäteatterin keinoin- materiaalin käyttöön.

4.1 Lapsen mieli -käsikirja

Lapsen mieli -käsikirja on suunnattu etenkin neuvolan terveydenhoitajille ja varhaiskasvatuksen henkilöstölle. Kirjaan on kerätty erilaisia mielenterveyttä edistäviä tietoja ja taitoja, joiden välittäminen ja opettaminen lapsille ovat aikuisten vastuulla. Tavoitteena on kirjan kautta rohkaista ammattilaisia tiedostamaan mielenterveyden tukemisen merkitys lasten hyvinvoinnille. Materiaali auttaa ammattilaisia tiedostamaan paremmin heidän arjessansa jo toteutuvaa, edistävää mielenterveystyötä, sillä kirjan teemat tukevat varhaiskasvatuksen ja neuvola työtä ohjaavia lakeja ja asetuksia. (Marjamäki ym. 2015, 7.)

Voimavara- ja mielenterveyden edistämisen näkökulma avataan jokaisessa eri teemassa. Kirjan teemat ovat:

- Kohtaaminen, läsnäolo ja rakkaus
- Kehittyvä lapsi
- Turvalliset aikuiset
- Tunteista voimaa
- Yhdessäolon riemua

- Arjen rytmi
- Itsetunto
- Kriisit ja selviytyminen
- Lepo

Jokaiseen lukuun sisältyy myös musiikki-, liikunta-, taide- ja leikkiharjoitus sekä työvälinekuva, joilla aihetta voi käsitellä. (Marjamäki ym. 2015, 8.)

Musiikki nähdään jokaiselle kuuluvana, tiedon, taidon ja tunteiden välittäjänä sekä sen avulla voidaan luoda myönteistä yhdessäolon ilmapiiriä. Leikin ja liikunnan avulla voidaan lisätä ryhmäytymisen tunnetta ja käsitellä teemojen aiheita. Teemoitettujen taidekuvien avulla voidaan virittää keskustelua mielenterveystaidoista ja kuviin sisältyy teosta avaava teksti, minkä voi halutessaan lukea ääneen lapsille. Kirjan liitteistä löytyy lisäksi Kaveritaitokortit, joita voidaan hyödyntää lasten sosiaalisten taitojen harjoitteluun ja vahvistamiseen sekä iltasatu. Henkilöstön työn tueksi liitteisiin on lisätty myös vuosipyörämalli mielenterveyttä edistävän toiminnan suunnitteluun sekä valmiin vanhempainiltamallin. (Marjamäki ym. 2015, 9.)

4.2 Eläinlasten elämää -pöytäteatteri

Eläinlasten elämää -aineisto koostuu tarinavihkosta, sekä pöytäteatterihahmoista. Tarinoiden miljöö sijoittuu metsään. Tarinat ovat kirjoittaneet Riikka Nurmi ja Annukka Turunen, sekä työryhmässä olivat mukana Elina Marjamäki, Susanna Kosonen ja Anniina Sillanpää. Eläinlasten elämää- materiaali on suunnattu lasten kanssa työskenteleville kasvattajille ja opettajille, jotka voivat hyödyntää sitä mielenterveystaitojen opettamisessa sekä varhaiskasvatuksessa, että alakoulussa. (Nurmi R. & Turunen A. 2014, 1,4.)

Eläinlasten elämää-pöytäteatteri keskittyy erilaisten mielenterveystaitoja kehittävien teemojen ympärille kuten muun muassa: Itsetunto ja kannustaminen, auttaminen, suru, pelko, ulkopuolelle jättäminen. Materiaali sisältää 6 eri eläin hahmoa ja ohjaajan oppaan, mistä löytyy tarkat ja selkeät ohjeet teatterin vetämiselle, sekä valmiit kokonaiset tuokiot. Tuokioissa on ensin teemaan virittävä leikki, jonka jälkeen ohjaaja esittää teatterikohtauksen. (Nurmi R. & Turunen A. 2014, 4.)

Pöytäteatteria toteutetaan forumteatterina. Forumteatteri toimii idealla, missä jokainen tarina ajautuu konfliktitilanteeseen, minkä jälkeen ohjaaja keskeyttää kohtauksen. Lapset pääsevät yhdessä ratkomaan tarinassa syntyneitä ongelmia ja he voivat kokeilla erilaisia ratkaisuvaihtoehtoja löytääkseen parhaimman keinon tilanteen selvittämiseen. Työtavan myötä lasten on helppo harjoitella tunne- ja ongelmanratkaisutaitoja samaistuttavien roolien ja tilanteiden avulla. Punaisena lankana tarinoissa on arkiset hetket, joissa tarvitaan

mielenterveystaitoja, kuten tunteiden ilmaisemista, kannustamista, lohduttamista ja jämakkyttä. Olennaisinta on ohjaajan oma hyväksyvä ja ihmettelevä vuorovaikutus, jolla on tarkoitus kannustaa lasta eettiseen ajatteluun; mikä olisi reilu tapa toimia? Mikäli kaikkia osapuolia miellyttävään ratkaisuun ei päästä, voi ohjaaja esittää oman loppuratkaisuesimerkin. Tuokio päätetään yhteiseen leikkiin tai harjoitukseen. (Nurmi R. & Turunen A. 2014, 4-5.)

5 Tutkimuksen toteutus, aineiston keruu, analyysi ja tutkimusympäristö

Opinnäytetyön tutkimusprosessi, jonka tarkoituksena on tutkia jotain määrättyä ilmiötä, noudattaa aina samaa kaavaa. Ensin valitaan tutkittava aihealue ja sen ympäriltä nostetaan esille mahdollinen tutkimusongelma. (Kananen 2017, 51.) Tämän opinnäytetyön prosessi alkoi aiheen valinnalla, mikä oli prosessin helpoin osuus. Lasten mielenterveys ja sen tukeminen on jo pitkän aikaa ollut hyvin ajankohtainen aihe, mutta lasten moninaistuneiden haasteiden myötä ja varhaiskasvattajana tunsin suurta tunteenpaloa myös henkilökohtaisesti aihetta kohtaan. Tutkimusyksikkö voi hyötyä aiheen ympärille tehdystä tutkimuksesta, sillä sen kautta pystytään tekemään näkyväksi jo toteutettava mielenterveystyö, mutta luodaan myös mahdollisuus sen tuottaman tiedon kautta toiminnan kehittämiseen. Mielenterveystyö aihealue on hyvin laaja, mutta tutkimusongelma määrittyi tähän opinnäytetyöhön seuraavanlaisiksi:

Tietämättömyys käytännössä toteutettavasta ehkäisevästä mielenterveystyöstä Kurjenpolven päiväkodin työyksikössä.

Kun tutkimusongelma on valikoitunut, tulee tutkijan päättää tutkimuskysymykset, joiden kautta haetaan vastausta itse tutkimusongelmaan. Tutkimuskysymyksiin etsitään vastauksia aineistolla, jonka tutkija kerää tutkimusta tukevalla menetelmällä. (Kananen 2017, 51.) Vaikka opinnäytetyö keskittyy Lapsen mieli- materiaalin käyttöön tutkimusyksikössä, heräsi tutkimusongelman pohtimisen myötä kysymyksiä siitä, kuinka henkilöstö on kokenut uuden Varhaiskasvatussuunnitelman nostavan esiin lasten mielenterveyden tukemisen ja kuinka he itse kokevat toteuttavansa ehkäisevää mielenterveystyötä arjessaan. Pohdinnan jälkeen tutkimuskysymykset kiteytyivät kolmeen kysymykseen:

Käytetäänkö Lapsen mieli -materiaalia Kurjenpolven päivähoitoyksikön arjessa?

Miten ehkäisevää mielenterveystyötä toteutetaan Kurjenpolven päivähoitoyksikössä?

Miten kasvattajat näkevät uudessa varhaiskasvatussuunnitelmassa ehkäisevän mielenterveystyön tulevan esille?

Tutkimuskysymysten jälkeen valitaan tutkimusmenetelmä. Perinteisiä tutkimusmenetelmiä voidaan katsoa olevan kolme. Nämä ovat kokeellinen, kvantitatiivinen (Survey-tutkimus) ja kvalitatiivinen (tapaustutkimus). (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 1997, 130.) Tämä opinnäytetyö perustuu kvalitatiiviseen, eli laadulliseen tutkimukseen, mutta aineistonkeruussa käytetään myös kvantitatiiviselle, eli määrälliselle tutkimukselle ominaisia menetelmiä.

Laadullisen tutkimuksen avulla pyritään kuvaamaan, ymmärtämään ja antamaan tulkintoja erilaisista ilmiöistä. Toisin kuin kvantitatiivisessa tutkimuksessa, kvalitatiivinen tutkimus käyttää lauseita ja sanoja, numeeristen tilastojen sijaan. Sen tarkoituksena ei ole tehdä yleistyksiä tutkittavasta aiheesta, vaan ymmärtää aihetta syvällisemmin. (Kananen 2017, 35.) Kvantitatiivisen aineistonkeruumenetelminä toimii yleensä joko erilaisista dokumenteista koottu tieto, kyselyt, havainnointi tai haastattelut. Tutkimus voi perustua vain yhteen aineistonkeruutapaan tai niitä voi käyttää rinnakkain. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 83.)

Määrällinen tutkimus vastaa kysymyksiin, miten usein tai kuinka paljon. Menetelmälle ominaisia piirteitä on tiedon mittaaminen ja strukturointi, tiedon esittäminen numeroin, vastaajien suuri lukumäärä ja tutkimuksen objektiivisuus. (Vilkkä 2007, 13.) Kvantitatiivinen tutkimus tapahtuu aina mittaamalla ja mittaaminen tehdään kohdennetuilla kysymyksillä sekä kysymysvaihtoehtoja käyttäen (Kananen 2014, 136-137).

Opinnäytetyön aineisto kerättiin paperisella kyselylomakkeella, jossa oli sekä strukturoituja, että avoimia kysymyksiä. Strukturoiduilla kysymyksillä kerättiin tietoa siitä, kuinka paljon ja miten usein Lapsen mieli- materiaalia käytetään päivähoitoyksikön arjessa, joten se voidaan nähdä määrällisen tutkimuksen menetelmänä. Koska otanta opinnäytetyössä on kuitenkin hyvin suppea, ei strukturoitujen kysymysten tuloksia voida analysoida määrällisin menetelmin, eikä tulokset ole yleistettävissä. Tarkoitus on näillä kysymyksillä tuottaa kyseiselle yksikölle merkityksellistä tietoa materiaalin käyttöasteesta, jonka kautta voidaan arvioida materiaalin hyödyllisyyttä. Strukturoitujen kysymysten lisäksi kysely sisältää avoimia kysymyksiä. Avomilla kysymyksillä pyritään tuottamaan laadullista tietoa vastaajien näkemyksistä materiaalista ja sen käytöstä. Avomien kysymysten avulla selvitetään myös kokonaisvaltaisemmin heidän ajatuksiaan varhaiskasvatuksessa tehtävästä ehkäisevästä mielenterveystyöstä ja sen haasteista.

Tutkimusaineistoa laajennettiin kyselyn lisäksi haastatteluin. Aineistoa varten haastateltiin henkilöä, joka toimi Lapsen mieli -materiaalin hankkimisen aikana Vantaan kaupungin kehittämispäällikönä ja oli aktiivisesti mukana hankkeen suunnittelussa ja toteutuksessa. Hänen lisäksi haastateltiin myös tutkittavan päiväkodin johtajaa. Haastatteluiden keskiössä oli selvittää heidän näkemyksiään ja kokemuksiaan varhaiskasvatuksessa toteutettavasta

ehkäisevästä mielenterveystyöstä, mielipiteitä Lapsen mieli -materiaalin sisällöstä ja käytöstä sekä peilata heidän vastauksiaan ja näkemyksiään henkilöstön näkemyksiin.

Opinnäytetyön työelämäedustajana toimii Vantaan kaupungin, Kurjenpolven päiväkoti. Kurjenpolven päiväkoti sijaitsee Viertolassa ja sen alaisuuteen kuuluu myös Kukkopillin päiväkoti sekä Okariinan ryhmäperhepäiväkoti.

Kurjenpolven päiväkodissa varhaiskasvatusta järjestetään viidessä eri ryhmässä. Ryhmistä yksi on esiopetusryhmä, yksi 3-5 vuotiaiden ryhmä sekä lisäksi kaksi sisarusryhmää ja yksi pienennetty ryhmä. Oppimisympäristö on sisätiloissa järjestetty siten, että se tarjoaa lapsille mahdollisuuden turvalliseen ja kehittävään leikkiin ja toimintaan. Arjessa hyödynnetään myös TVT-laitteistoa osana kehittävää oppimisympäristöä. Lähipuistoja sekä päiväkodin lähellä olevaa luontoa hyödynnetään sekä yhteistyötä tehdään aktiivisesti mm. kirjaston ja kulttuuri- ja liikuntatoimen kanssa. Viertolan ala-asteen kanssa yhteistyötä toteuttaa päiväkodin esiopetusryhmä. (Varhaiskasvatus ja esiopetus Kurjenpolven päiväkodissa 2017.)

Kukkopillin päiväkoti sijaitsee Viertolan koulun pihapiirissä omassa paviljonkirakennuksessa. Kukkopillissä toimii 2 ryhmää, joissa molemmissa on lapsia 21. Ryhmien lapset ovat 5-6 vuotiaita, joten molemmissa ryhmissä toteutetaan esiopetusta. Lisäksi toisessa ryhmässä toteutetaan ruotsinkielistä kielikylpyä. Vakituiseen kasvatushenkilöstöön kuuluu 3 lastentarhanopettajaa ja kolme lastenhoitajaa. (Varhaiskasvatus ja esiopetus Kukkopillin päiväkodissa 2017.)

Okariinan ryhmäperhepäiväkoti sijaitsee myös Vantaan Viertolassa. Toimitilana toimii omakotitalo, joten oppimisympäristö on hyvin kodinomainen. Okariinassa on 12 lasta ja ikäjakauma on 1-4 vuoden väliltä. Toiminta poikkeaa muista yksiköistä hieman, sillä Okariinassa kasvatushenkilöstö hoitaa perushoidon, opetuksen ja kasvatuksen lisäksi myös kodinhoidolliset työt, kuten siivouksen, ruuan valmistamisen ja pyykkihuollon. Kasvatushenkilöstöön kuuluu kaksi lastenhoitajaa ja yksi ryhmäperhepäivähoitaja. (Varhaiskasvatus Okariinan ryhmäperhepäiväkodissa 2017.)

6 Tutkimustulokset

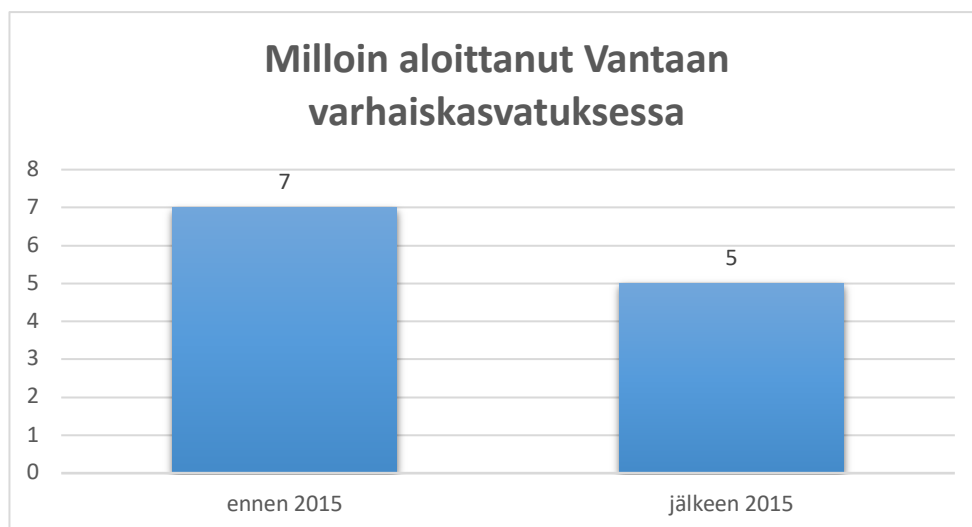
Kyselylomakkeet jaettiin jokaisen ryhmän kaikille kasvattajille, pois lukien avustajat ja lyhytaikaiset sijaiset. Avustajien toimenkuva on keskittynyt tiettyjen lasten arjen tukemiseen, joten he eivät pääsääntöisesti suunnittele ja ohjaa toimintaa lapsiryhmille, jolloin heidän vastauksensa voisivat vääristää tutkimustuloksia. Lyhyet sijaisuudet eivät täysin poissulje materiaalin mahdollista käyttöä, mutta päädyin jättämään heidät myös tutkimukseni ulkopuolelle, sillä tarkoitus on saada kokonaiskuvaa Kurjenpolven vakituisen henkilöstön tekemästä ehkäisevästä mielenterveystyöstä yksikössä. Kyselyitä jaettiin yksikköön yhteensä 24 kappaletta ja vastauksia tuli 12 kappaletta. Vastausprosentti on tällöin 50, mikä on prosentuaalisesti

näyttää hyvältä, mutta on määrällisesti huomattavasti suppeampi. Jatkoimme alkuperäistä vastausaikaa, jotta saisimme nostettua vastausmäärää, mutta se ei tuottanut toivottua tulosta.

Kyselylomake sisälsi yhteensä 15 kysymystä ja niihin pyydettiin vastaamaan peilaten viimeiseen kuluneeseen 12kk, jotta saisimme mahdollisimman ajankohtaista tietoa materiaalin käytöstä. Ensimmäiset 10 kysymystä olivat suljettuja kysymyksiä, joissa selvitetään vastaajien tuntemusta ja tietämystä Lapsen mieli -materiaalista, kuinka usein ja millä tavoin, sekä minkä ikäisten lasten kanssa sitä on käytetty. Osassa kysymyksistä oli avoin jatkokysymys, joissa vastaaja voi avata sanallisesti sitä, millä tavoin on materiaalia työssään soveltanut tai minkä on kokenut syyksi sen vähäiseen käyttöön tai käyttämättömyyteen. Kysymykset 11-14 ovat avoimia kysymyksiä.

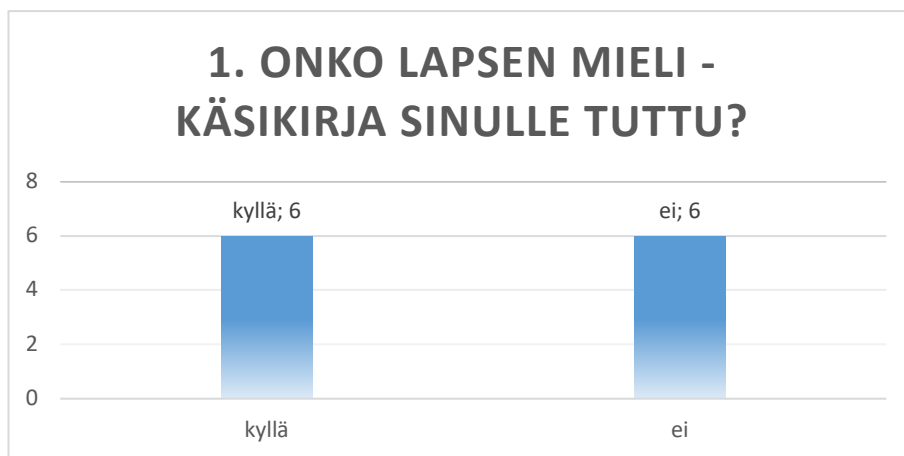
Taustakysymyksiä oli ainoastaan vain yksi, sillä tutkimuksen suppean otoksen tähden on erittäin tärkeää taata kaikille vastaajille anonymiteettisuoja ja tämä olisi vaarantunut, mikäli taustakysymyksiä olisi ollut useampia. Siitä syystä pois jäi kaikki ikää ja koulutustaustaa koskevat kysymykset. Merkittävä taustatieto tutkimuksen kannalta oli vastaajan aloittamisajankohta Vantaan varhaiskasvatuksessa. Tämän tiedon kautta hahmoteltiin sitä vastaajien määrää, jotka ovat työskennelleet materiaalin kehittämisen, pilotoinnin ja koulutuksen aikaan Vantaan varhaiskasvatuksessa ja näin ollen heillä tulisi olla tieto ja osaaminen materiaalin käyttöön. Mielenkiintoista on saada tietoa myös niiden osalta, jotka ovat aloittaneet vasta 2015 vuoden jälkeen. Heidän vastaustensa kautta pystytään näkemään, kuinka tietoa siirretään ja jaetaan työyhteisössä. Kyselyyn vastanneista 7 oli aloittanut Vantaan varhaiskasvatuksessa ennen vuotta 2015 ja 5 oli aloittanut 2015 vuoden jälkeen.

6.1 Lapsen mieli -käsikirjan käyttö yksikössä



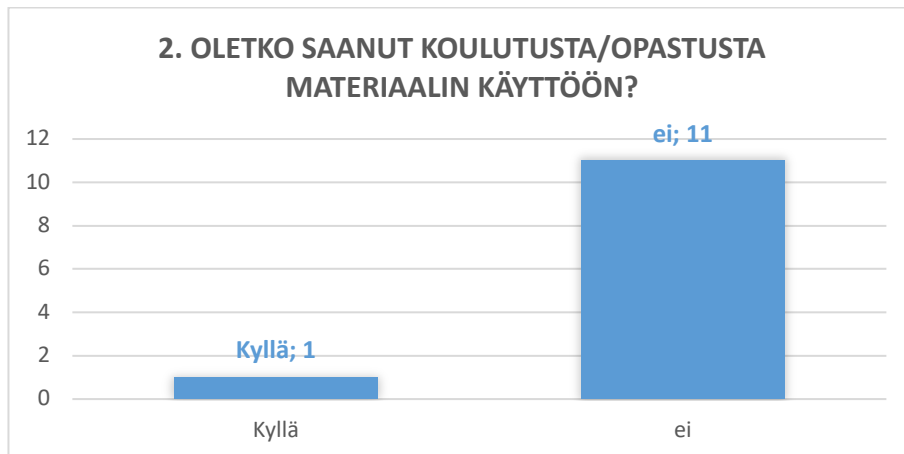
Kuvio 1: Vastaajien työsuhteen alkamisajankohta

Taustakysymyksen jälkeen lähdin selvittämään materiaalin tuntemusta työntekijöiden keskuudessa. Koska Lapsen mieli -materiaali jaettiin jokaiseen vantaalaiseen päivähoitoyksikköön sekä sen käyttöä varten kaupunki järjesti alaisilleen koulutusta, voimme olettaa ainakin jokaisen ennen 2015 aloittaneen työntekijän vähintäänkin tuntevan materiaalikokonaisuuden. 6 vastanneista sanoivat käsikirjan olevan heille tuttu. Yksi vastaajista oli vastannut kysymyksen molemmat vaihtoehdot, kyllä ja ei. Tätä perusteli sillä, että oli selaillut käsikirjaa, joten otan tässä tapauksessa vapauden tulkita hänen vastauksensa niin, että se on hänelle tuttu, koska tietää sen olemassa olon. Kaikki kyllä vastanneista oli aloittanut työskentelemään Vantaan varhaiskasvatuksessa ennen vuotta 2015. 6 vastanneista ei tuntenut käsikirjaa ja kyseisestä joukosta yksi oli aloittanut ennen vuotta 2015 ja muut jälkeen.



Kuvio 2: Lapsen mieli -käsikirjan tunnettavuus vastaajien kesken

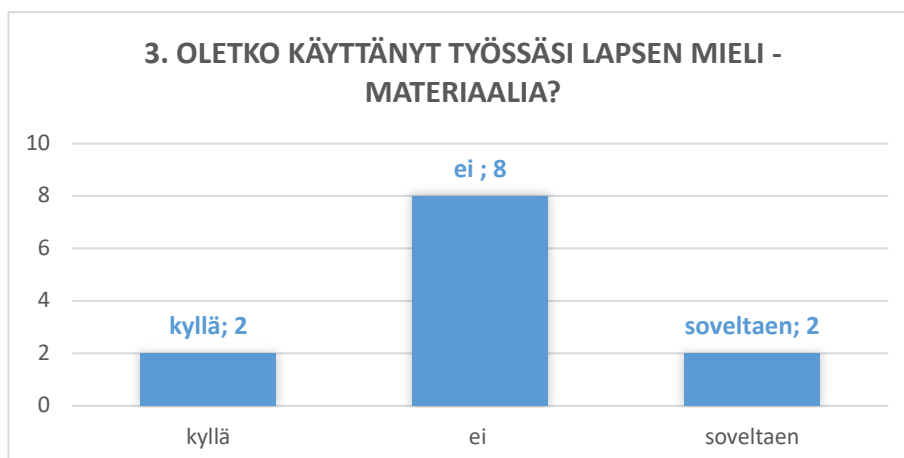
Toinen kysymys tarkensi käsikirjan tuntemusta sen osalta, oliko vastaajat saaneet koulutusta/opastusta sen käyttöön. Tässä kysymyksessä vastaussuhdanne muuttui ja vastaajista ainoastaan yksi kertoi saaneensa koulutusta tai opastusta käsikirjan käyttöön. Loput 11 vastaajista ilmoittivat, etteivät olleet saaneet koulutusta eivätkä opastusta.



Kuvio 3: Lapsen mieli -käsikirjan käyttöön saatu koulutus tai opastus.

Kolmas kysymys kartoitti käsikirjan käyttämistä osana päivähoiton toimintaa. Vastausvaihtoehtoja oli kolme: Kyllä, Ei ja Soveltaen. Avoin jatkokysymys oli tarkoitettu soveltaen- vaihtoehdolle, jotta vastaaja pystyi avaamaan millä tavoin soveltaen on materiaalia käyttänyt. Kysymyksen kyllä-vastauksia tuli 2, ei-vastauksia 8 ja soveltaen-vastauksia 2. Kyllä- sekä soveltaen -vastanneista kaikki olivat aloittaneet ennen 2015. Ei-vastanneihin kuuluivat kaikki jälkeen 2015 aloittaneet, sekä muutama ennen aloittanut.

Soveltaen vastanneet kuvailivat avoimessa kysymyksessä toteuttaneensa materiaaliaan sisältyvien julisteiden pohjalta vanhempainiltoja sekä pitäneensä näitä julisteita myös ryhmien seinillä vanhempien luettavina. Materiaalia on myös lueskeltu ja sieltä poimittu aiheita lasten kanssa käytyihin keskusteluihin. Itsetuntoon liittyä harjoituksia ja rentoutusharjoituksia oli materiaalista hyödynnetty sekä taidekorttien avulla oli lasten kanssa tutkittu kuvissa olevien ihmisten tunnetiloja.



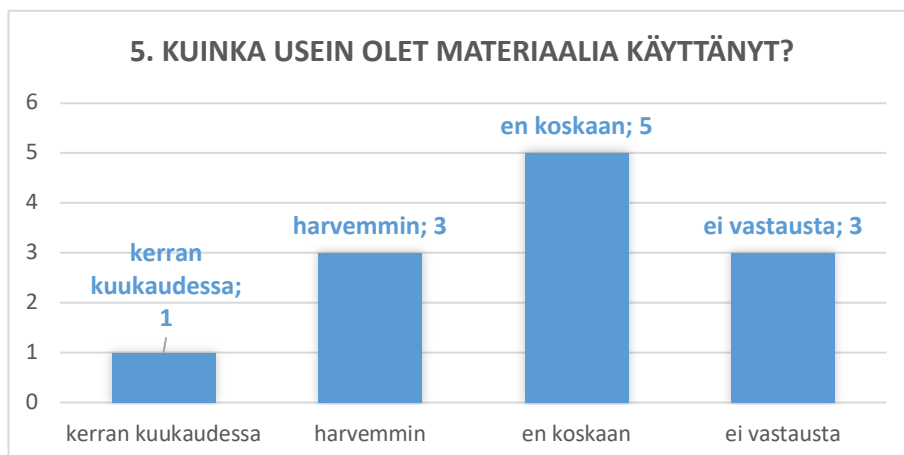
Kuvio 4: Lapsen mieli -käsikirjan käyttäminen yksikön arjessa.

Kaikki käsikirjaa käyttäneet vastasivat kohderyhmän olleen 3-6-vuotiaita ja vastaamatta olivat jättäneet ne, jotka materiaalia eivät olleet lainkaan käyttäneet.



Kuvio 5: Kohderyhmän ikäjakauma

Seuraavassa kysymyksessä selvitettiin, kuinka usein materiaalia on sitten arjessa käytetty. Kysymykseen pystyivät vastaamaan myös ne henkilöt, jotka eivät materiaalia olleet käyttäneet. Vastausvaihtoehdot käytettävyyssasteeseen olivat, viikoittain, pari kertaa kuukaudessa, kerran kuukaudessa, harvemmin ja en koskaan. Yksi vastaajista kertoi käyttäneensä materiaalia kerran kuukaudessa, 3 harvemmin, 5 ei koskaan ja kolme jätti kysymykseen vastaamatta.

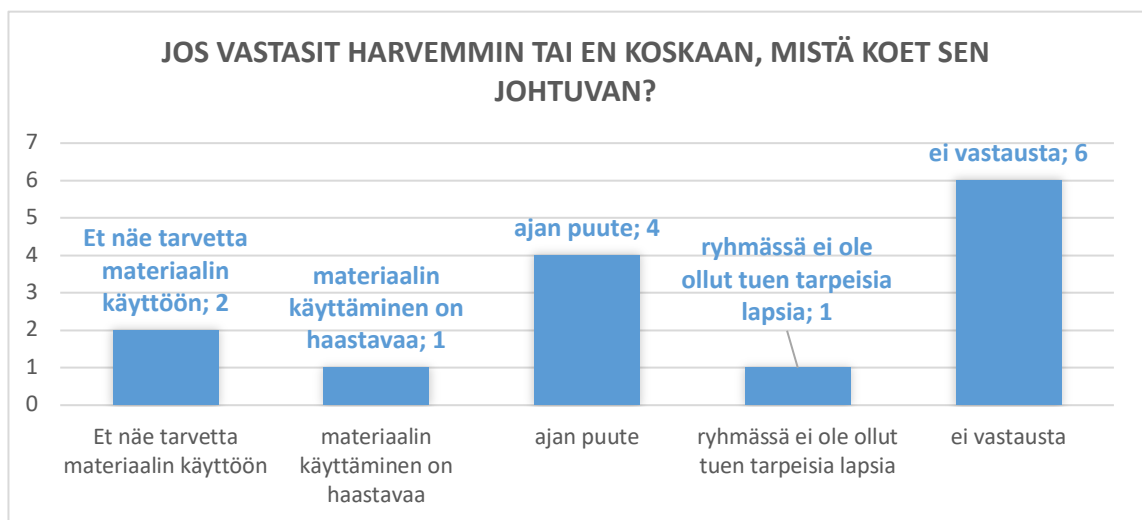


Kuvio 6: Lapsen mieli -käsikirjan käyttö viimeisen 12kk aikana.

Jatkokysymyksenä heille, jotka vastasivat edelliseen kysymykseen harvoin tai en koskaan, kysyttiin mistä syistä käsikirjaa oli käytetty hyvin vähän tai mahdollisesti ei lainkaan ryhmän arjessa. Vastaajista 5 eivät vastanneet kysymykseen. Tähän lukuun on laskettu mukaan vastaaja, joka oli vastannut käyttäneensä käsikirjaa useammin. Loppujen 7 vastaukset ovat hyvinkin monimuotoiset ja osa vastaajista on vastannut useamman vaihtoehdoista ja siksi käsitelen tätä kysymystä koskevat ainoastaan prosentuaalisesti. Tässä kysymyksessä vastaukset

jakautuivat seuraavan laisesti: 2 vastaajista koki, ettei nähnyt tarvetta materiaalin käyttöön, yhden mielestä ryhmässä ei ollut tuen tarpeisia lapsia, yksi koki materiaalin käyttämisen haastavana ja 4 nosti esille ajan puutteen.

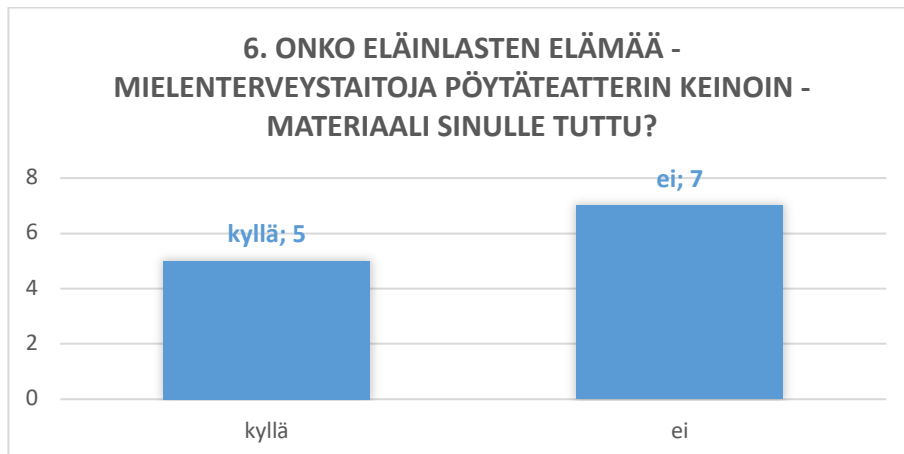
Suljettujen vastausvaihtoehtojen lisäksi, vastaajilla oli mahdollisuus avata avoimen kysymyksen kautta syitä materiaalin vähäiseen käyttöön. Käsikirjaan tutustumisen nähtiin vaativan paljon aikaa sekä kirjan unohtuneen hyllyyn. Muutamassa vastauksessa toistui muiden tunnetaitoja käsittelevien materiaalien käyttö ja merkitys ryhmien arjessa, joiden koettiin soveltuvan paremmin sekä käyttäjälle kuin lapsillekin. Yhdessä vastauksessa käytön vähyyttä perusteltiin siten, että ryhmässä opettajat suunnittelevat toiminnan.



Kuvio 7: Syyt Lapsen mieli -käsikirjan käytön vähyyteen.

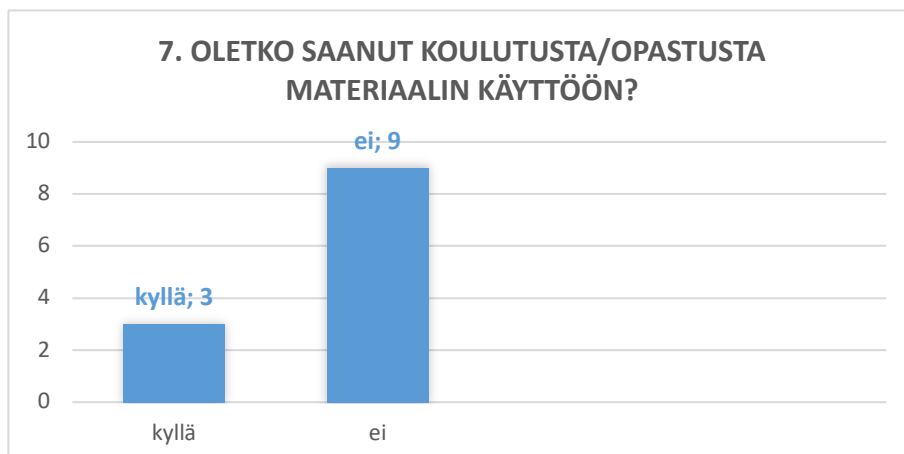
6.2 Eläinlasten elämää -pöytäteatterimateriaalin käyttö yksikössä

Kyselylomakkeen seuraavat kysymykset koskivat Eläinlasten elämää -pöytäteatterimateriaalin käyttöä yksikön arjessa. Kysymyspatteristo noudatti samaa kaavaa Lapsen mieli -käsikirjaa koskevien kysymysten kanssa. Ensimmäisen kysymyksen kohdalla 7 vastaajista ilmoitti materiaalin heille täysin vieraaksi ja loput 5 ilmaisivat tuntevansa kyseisen materiaalin. Vastaajista, jotka ilmoittivat materiaalin olleen heille täysin vieras, lähes puolet oli ennen vuotta 2015 aloittaneita työntekijöitä. Heistä, joille materiaali oli tuttu, oli yksi vuoden 2015 jälkeen aloittanut.



Kuvio 8: Eläinlasten elämää -materiaalin tunnettavuus vastaajien kesken.

Koulutus ja opastuskysymyksessä 3 vastaajista ilmoitti saaneen opastusta tai koulutusta materiaalin käyttöön ottamista varten. Kyllä vastanneista 2 oli Vantaan varhaiskasvatuksessa ennen vuotta 2015 aloittaneita ja yksi jälkeen. Ei vastanneista 5 oli ennen ja 4 jälkeen 2015 aloittaneita.



Kuvio 9: Eläinlasten elämää -materiaalin käyttöön saatu koulutus tai opastus

Kysyttäessä materiaalin käytöstä ryhmässä, jopa 10 kasvattajista vastasi, ettei ollut käyttänyt työssään kyseistä materiaalia lainkaan. 2 vastaajista oli materiaalia hyödyntänyt työssään ja näistä toinen oli ennen 2015 ja toinen jälkeen aloittanut työskentelyn Vantaan varhaiskasvatuksessa. Vastaajista kukaan ei ollut käyttänyt materiaalia soveltaen.



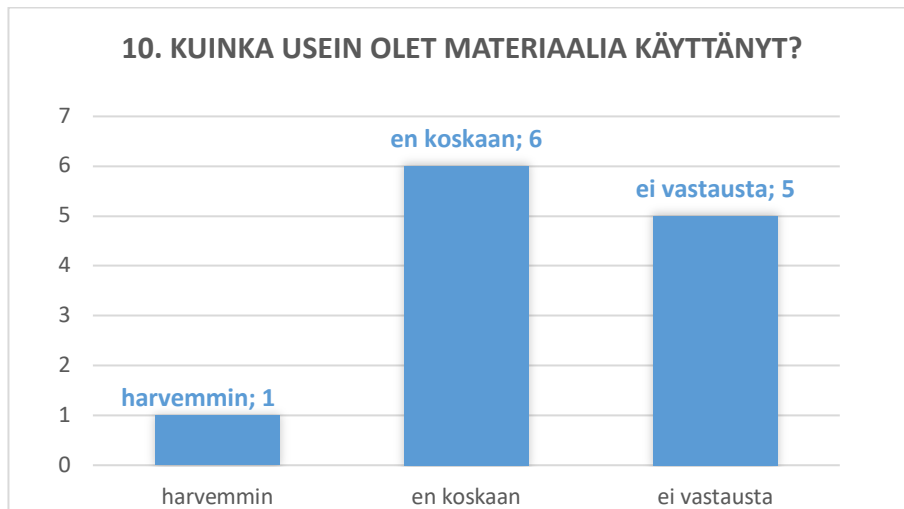
Kuvio 10: Eläinlasten elämää -materiaalin käyttäminen yksikössä.

Kohderyhmän ikää koskevaan kysymykseen jätti vastaamatta 10 kasvattajaa, sillä eivät olleet materiaalia hyödyntäneet. Yksi materiaalia käyttäneistä ei kertonut ikäryhmää, jonka kanssa oli materiaalia käyttänyt. Vastaaajista yksi oli käyttänyt materiaalia toiminnassaan 3-6 -vuotiaiden lasten kanssa.



Kuvio 11: Kohderyhmän ikäjakauma.

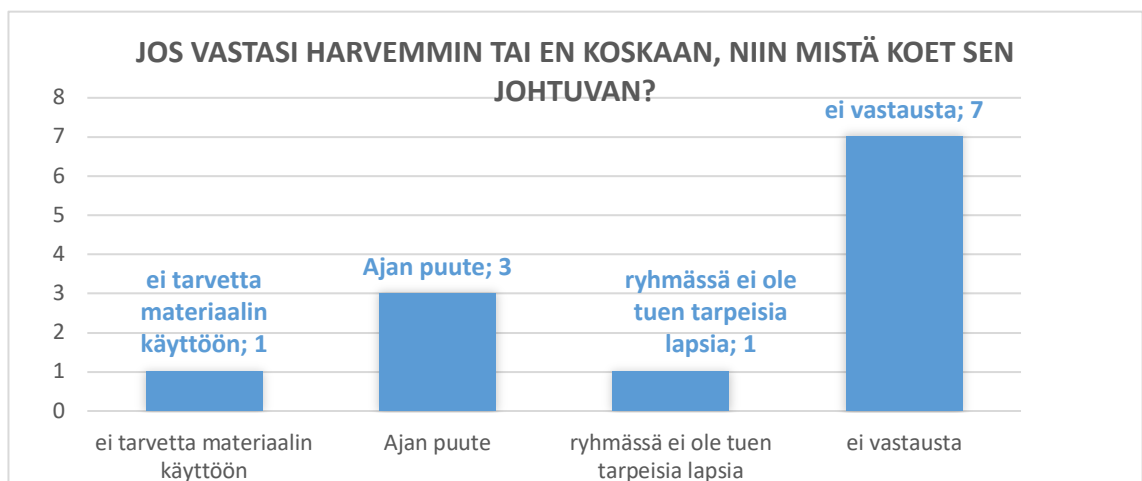
Materiaalin käyttöön liittyvään kysymykseen 6 oli vastannut, etteivät ole käyttäneet materiaalia viimeisen 12 kuukauden aikana lainkaan ja 5 vastaajista oli jättänyt kysymykseen vastaamatta. Yksi oli vastannut käyttäneensä materiaalia harvemmin kuin kerran kuukaudessa lasten kanssa. Osa kysymykseen vastaamatta jättäneistä oli kuitenkin tuonut esille avoimessa kysymyksessä näkemyksensä käytön vähyyden syistä.



Kuvio 12: Eläinlasten elämää -materiaalin käyttö viimeisen 12kk aikana.

Kuvio 12. Eläinlasten elämää -materiaalin käyttömäärä

Käytön vähyyden syitä koskeviin valmiiksi annettuihin vastausvaihtoehtoihin jätti vastaamatta 7 vastaajista. Osa heistä kuitenkin avasi näkökulmansa asiaan avoimessa lisäkysymyksessä, koskien mahdollisia muita syitä käytön vähyyteen. 3 vastaajista koki ajan puutteen suurimmaksi syyksi, miksi materiaali ei ollut heidän toimintaansa jalkautunut. Yksi koki, ettei ryhmässä ollut tuen tarpeisia lapsia ja yksi, että materiaalin käytölle ei ollut tarvetta. Lisäksi esille nousi jälleen opettajien rooli suunnittelemisessa sekä muiden materiaalien hyödyntäminen ja käyttäminen ryhmän toiminnassa ja arjessa.



Kuvio 13: Syyt Eläinlasten elämää -materiaalin käytön vähyyteen

6.3 Laadulliset kysymykset

Strukturoitujen kysymysten lisäksi sisälsi kyselylomake laadullisia kysymyksiä 4 kappaletta. Suljettujen kysymysten painottuessa pelkästään Lapsen mieli- sekä Eläinlastenelämää -materiaaleihin, tutkimuksessa pyrittiin avoimien kysymysten kautta avaamaan kokonaisvaltaisemmin ehkäisevän mielenterveyden toteutusta yksikössä. Kuten vastauksissa nousi esille, on päivähoitossa useita erilaisia materiaaleja lasten mielenterveyden tukemiseen. Tutkimuksen kannalta on tärkeää tuoda tarkastelun kohteeksi muiden materiaalien mahdollinen käyttö päivähoitoyksikön arjessa, sillä pelkästään tarkastelemalla tutkitun materiaalin käytön tuloksia, ei saada todellista käsitystä yksikössä jo tehtävästä ehkäisevästä mielenterveystyöstä. Tutkimukseen osallistuneista 4 jätti vastaamatta kaikkiin avoimiin kysymyksiin. 8 kasvattajaa ovat vastanneet joko osaan tai kaikkiin kysymyksiin ja heidän vastausten pohjalta on kerätty avointen kysymysten tulokset.

Ensimmäisessä kysymyksessä vastaajia pyydettiin kertomaan, mitä mielenterveyttä tukevia materiaaleja he työssään käyttivät. Vastauksista nousi esille Askeleittain-materiaali, jota oli käytetty säännöllisesti, intensiivisinä, pari kertaa viikossa toistuvina tuokioina, mutta myös soveltaen tilanteiden ja lasten tarpeiden mukaan. Muita käytettyjä materiaaleja oli Vahvuus Varis ja MindUp-ohjelma, joka on mindfulness -pohjainen ohjelma, joka vahvistaa lasten tietoisuus- sekä tunnetaitoja. Maininnan sai myös Piki-kirja, jonka tarinat kertovat ryhmässä tapahtuvasta kiusaamisesta, ystävydestä, itsetunnosta ja tunteista. Kirjaa ja sen tarinoita oli käsitelty yhdessä lasten kanssa erillisillä tuokioilla. Kirja-materiaalin käyttö tuli yleisesti esille vastauksissa ja niiden lisäksi myös tunnekorttien ja kuvien käyttäminen. Osa vastaajista ei toisaalta nähnyt tarvetta materiaalien käyttöön ollenkaan.

Mielenterveyden tukeminen ei tapahdu ainoastaan erilaisten kohdennettujen materiaalien avulla, vaan se muodostuu isosta ja laajasta kokonaisuudesta. Toisen kysymys kartoitti kasvattajien omia näkemyksiä siitä, millä muilla menetelmillä he kokivat tukevansa lasten mielenterveyttä. Vastauksissa korostettiin aitoa läsnäoloa, sensitiivisyyttä ja lapsen äärelle pysähtymistä. Nähtiin tärkeänä, että aikuinen olisi lapsille läsnä ja käytettävissä joka tilanteessa, sillä hänen tehtävänä on ennakoita, ohjata, selvittää tilanteita sekä auttaa lasta sanoittamaan tunteitaan. Keskustelujen merkitystä lasten kanssa myös korostettiin, sekä leikkeihin erilaisten aiheiden tuominen.

Erilaiset arjen struktuurit koettiin myös tärkeiksi ja niiden merkitys lasten hyvinvoinnille oli olennainen. Strukturoitu päivärytmi sekä pienryhmätoiminta koettiin osana turvallisen ilmapiiirin luomista. Kasvattajan oman johdonmukaisuuden, rauhallisuuden ja jämäptiuden merkitys tuli myös esille vastauksissa sekä yhteistyö nähtiin oleellisena osana lasten hyvinvointia. Yhteistyöstä puhuttiin tiimin, lasten vanhempienkin kuin moniammatillisen yhteistyönkin

suhteen. Tiimin merkitys korostui havainnoinnin kautta ja siten, että nähtiin tärkeänä yhdessä miettiä lapsiryhmän tarpeita kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukemiseksi.

Osa vastaajista oli laskenut menetelmiin myös eri materiaalein toteutettavan hyvinvointityön ja tässäkin kohtaa oleellisina menetelminä pidettiin erilaisia tunnekirjoja, tunnekortteja sekä kuvitettuja ystävyysääntöjä. Aikuisen roolia myös ystävyysuhteiden rakentajana pidettiin tärkeänä, lasten hyvinvointia kasvattavana tekijänä. Mielenterveyttä tukevia aiheita oli käsitelty myös pehmoeläin-teatterin kautta. Viitotun rakkauden -materiaalia osa kasvattajista oli käyttänyt tabletin välityksellä.

Vastausten joukosta nousi myös tässä kohtaa eri menetelmien tarpeettomuus ja/tai ei nähty ajankohtaiseksi menetelmien tarpeellisuutta. Tuotiin esille sitä, että kasvattajilla olisi halua antaa lapsille enemmän aikaa, mutta koettiin, että opettaminen on tänä päivänä päivähoidossa niin korostettua, ettei iloa ja hyvää oloa enää nähty arvostettavan tarpeeksi.

Seuraavaksi selvitettiin, kuinka hyvin kasvattajien mielestä lasten mielenterveyden tukeminen oli otettu huomioon uudessa Varhaiskasvatussuunnitelmassa. Varhaiskasvatussuunnitelma toimii koko varhaiskasvatusta ohjaavana asiakirjana, jonka varaan jokaisen varhaiskasvatustyöryhmän toiminnan tulisi nojautua. Se, miten kasvattajat näkevät tämän aihealueen tulevan esille Varhaiskasvatussuunnitelmassa on olennaista, sillä sen kautta heidän tulisi myös sisäistää mielenterveystyö osaksi arjessa tehtävää toimintaa ja sen sisältökokonaisuuksia.

Tämä osuus jakoi mielipiteitä, mutta osa oli jättänyt kysymykseen myös kokonaan vastaamatta. Eräs vastaajista vastasi, että ei tiennyt, koska ei ole ottanut asiasta selvää. Osa vastaajista kokivat, että mielenterveystyö on huomioitu hyvin ja että lapsi otetaan kokonaisvaltaisesti huomioon Varhaiskasvatussuunnitelmassa. He olivat nostaneet esille suunnitelmasta yhdessä opeteltavia taitoja kuten, itsesäätelyä, ryhmässä toimimista, osallisuutta, arjentaiteja ja tunteiden tunnistamista, jotka yhdessä vahvistavat lapsen mielenterveyttä. Lisäksi merkittävänä hyvinvointia tuottavana asiana nähtiin vuorovaikutustaidot sekä itsestä huolehtimisen taidot, jotka vahvistavat lapsen toimintakykyä. Lapsen kehityksen ja oppimisen tuki tuli vastauksissa myös esille, eikä monialaista- sekä huoltajien kanssa tehtävää yhteistyötäkään unohdettu mainita.

Osa vastaajista kuitenkin koki, että ehkäisevä mielenterveystyö tuli Varhaiskasvatussuunnitelmassa esille varsin ohuesti. Heidän mielestään aiheetta sivuttiin muutamalla sanalla siellä täällä ja lähinnä vain lasten välisenä ystävyysuhteiden ja yhdessä toimimisen tukemisena. Osa vastaajista ei perustellut sen enempää näkemystään, mutta toivoivat, että mielenterveystyö tehtäisiin näkyvämmäksi ja koulutusta he toivoisivat aihealueesta enemmän.

Kyselyn viimeinen kysymys keskittyi yksikössä tehtävän mielenterveystyön kehittämiseen. Kysymyksellä selvitettiin millä tavoin vastaajat toivoivat mielenterveystyötä kehitettävän

yksikössä. Ykkössijalle nousivat koulutukset ja luennot. Niitä kaivattiin aiheen tiimoilta selkeästi lisää. Työyhteisöissä käytävän keskustelun määrää aiheen tiimoilta haluttiin yksikköön enemmän ja keskittymistä lasten tunnetaitojen haasteisiin ja ongelmiin. Eräs ehdotus oli aiheen vuosittainen nostaminen esille yksikön pedagogisissa palaverissa, joissa läsnä olisivat niin lastenhoitajat, kuin lastentarhanopettajatkin.

” Ongelma ei ole, etteivätkö lapset oppisi lukemaan ja laskemaan, vaan nykypäivänä tulisi panostaa tunne-elämän, sosiaalisten taitojen ja itsesääätelyn ongelmiin.

”

Materiaalien ja menetelmien osalta koettiin hyödylliseksi, että näitä käytäisiin yhdessä läpi ja tällä tavoin myös uudet työntekijät saisivat tiedon ja taidon olemassa olevista materiaaleista, niiden käyttötavoista ja kohderyhmästä.

” Materiaalia on yleensä paljon, mutta ne unohtuvat ja jäävät kaapin perälle käyttämättömiin. Aina ei tarvitse hankkia uutta materiaalia, vaan otetaan vanhaa hyvää materiaalia käyttöön.”

Eräs vastaajista nostikin esille tietämättömyytensä toisesta tutkittavasta materiaalista ja samalla painotti ennalta ehkäisevän työn merkitystä. Lopuksi eräs vastaajista pohti, olisiko syytä kiinnittää huomiota enemmän lasten kotiin ja tarjota perheeseen vanhemmille apua ja neuvoja arkeen.

6.4 Asiantuntijahaastattelut

Osaksi opinnäytetyön tutkimusta haastateltiin päivähoidon asiantuntijaa, joka toimi vuonna 2015 vantaan varhaiskasvatuksessa kehittämisspäällikönä. Hän oli mukana hankkeessa, jonka myötä Lapsen mieli -materiaali kehitettiin, pilotoitiin ja lopulta hankittiin kaikkiin vantaalaisiin yksiköihin. Lisäksi tutkittavan työyksikön johtajaa haastateltiin.

Haastateltavien haastattelukysymykset olivat osittain samoja. Haluttiin selvittää heidän ajatuksiansa päivähoidossa tehtävästä ehkäisevästä mielenterveydestä, tavoista ja menetelmistä mielenterveyden tukemiseen sekä johtajan roolista yksikön mielenterveystyön edistämisessä. Tarkoitus oli myös kartoittaa heidän mielipiteitänsä uuden varhaiskasvatussuunnitelman sisällöstä mielenterveystyön osalta. Kehittämisspäällikön haastattelua täydennettiin kysymyksillä

pilotointihankkeen taustoista, tarpeesta ja hänen roolistaan hankkeessa. Lisäksi otettiin esille Vantaan kaupungin henkilökunnan kouluttautumissuunnitelmaa sekä organisaation visiota koulutusten sisältöjen siirtämisestä muulle henkilöstölle.

Haastateltava työskenteli hankkeen aikana varhaiskasvatuksen asiantuntijana ja kuului hankkeen ohjausryhmään, jossa oli eri kuntien edustajia sekä Suomen Mielenterveysseuran asiantuntijoita, joiden kanssa materiaalia yhdessä valmistettiin, kehitettiin ja pilotoitiin. Lasten mielenterveydellisten haasteiden osalta haastateltava näki niiden pysyneen ennalleen. Lasten aggressiivisuus sekä tunne-elämän ongelmat näkyivät hänen mielestään päivähoiton arjessa, mutta materiaalia ei hankittu mihinkään spesifiin tarpeeseen, vaan lisätueksi kasvattajille lasten mielenterveyden tukemiseen.

Materiaalin hyvänä puolena hän näki sen monipuolisuuden, sillä se sisältää käsikirjan, nukke-teatterin, sekä kuvakortteja ja lisäksi siihen on saatavilla paljon lisämateriaalia. Materiaali mahdollistaa useita eri toimintatapoja mielenterveyden tukemiseen, eikä näin ollen ollut vain yksi rajoittunut malli toiminnan toteuttamiseen.

Henkilöstön koulutuksen ja tietotaidon jakamisen kohdalla, ajatuksena on, että henkilöstö jakaisi koulutuksessa saaneensa opin omalle työyhteisölleen. Johtajan roolina hän näki rakenteiden järjestämisen sellaiseksi, että henkilöstöllä on mahdollisuus koulutusten sisältöjen jakamiseen työyhteisössä. Johtajille siinä olisi tärkeä pohtimistehtävä, kuinka pystyisi yksikössään rakentamaan sellaiset palaverirakenteet, joissa tieto pystytään henkilöstön kesken jakamaan.

Varhaiskasvatussuunnitelman koettiin tuovan läpi asiakirjan esille erinäisiä viitteitä lapsen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukemiseen, mutta todettiin myös, että aihetta ei ole nostettu esille juuri mielenterveystyön näkökulmasta.

” Kyllähän sitä on nostettu esille, ei ehkä sillä nimellä, että puhuttas mielenterveystyöstä, mutta paljon puhutaan just näistä kaverisuhteista ja kiusaamisen ehkäisystä ja sen tyyppisistä asioista, mitkä mun mielestä liittyy tähän asiaan.”

Varhaiskasvatuksen arvoperustan ja oppimiskäsityksen osion nähtiin avaavan sitä, mitä hyvinvoinnin tukeminen pitää sisällään. Lisäksi esiin nostettiin kehityksen ja oppimisen tuen osio, jossa oli haastateltavien mielestä kokonaisia kappaleita aiheeseen liittyen.

Ehkäisevä mielenterveystyö nähtiin kokonaisvaltaisena lapsen hyvinvoinnista huolehtimisena sekä monialaisena yhteistyönä yhteistyöverkoston kanssa. Se nähtiin hyvin vahvasti arjessa

tapahtuvina pieninä asioina, esimerkiksi ryhmäytymistä tukevinä toimina ja huolehtimisena siitä, että kukaan ei jää yksin ja että jokaisella lapsella olisi leikkikaveri. Erillisen maininnan sai myös tunnekasvatus ja sen toteuttaminen, mutta myös arjessa tapahtuvan tunteiden sanoittamisen merkitys huomioitiin.

Syvennyttäessä siihen, millä tavoin lasten mielenterveyttä varhaiskasvatuksessa voitaisiin tukea, erilaisten mielenterveyttä tukevien materiaalien käyttö tuotiin esille, mutta niiden käyttöä ei nähty ensisijaisena tarpeena. Enemmän painotettiin arjessa tapahtuvaan toimintaan ja vuorovaikutukseen. Molempien haastateltavien puheissa korostui erityisesti hoitavan aikuisen sensitiivinen läsnäolo ja vuorovaikutuksen laatu lasten kanssa.

”Totta kai niillä materiaaleilla voidaan tehdä jotain asioita ja pitää ryhmässä jotain hetkiä ja tuokioita, mutta se ei mun mielestä korvaa kaikkea. Kaikkein tärkeintä on se, että siellä oltais mukana ja tarkkailtas lapsia ja havainnoitas ja oltais sillai sensitiivisesti siinä arjessa.”

” Lasta pitää kohdata sensitiivisesti joka ikinen päivä, jokainen hetki, eli tavallaan lapsi otetaan lapsena. Hänellä on oikeus olla kiukkuinen, hänellä on oikeus olla huonolla tuulella, hänellä on oikeus olla arka, pelokas ja aikuinen kohtaa lapsen tunteineen sensitiivisesti ja muokkaa omaa toimintaansa sitä tukevaksi.”

Sensitiivisyyden lisäksi molemmat toivat esille lasten havainnoinnin merkityksen. Vertaissuhteiden seuraaminen ja tukeminen nähtiin mielenterveyttä tukevaksi toiminnaksi, sillä sitä kautta kasvattaja pystyy huomaan lapsen tuen tarpeen alueet ja suunnittelemaan omaa toimintaansa sen mukaan, että tukee lasta näissä asioissa. Johtajan roolina mielenterveystyön edistämiseen päiväkodissa koettiin olevan oikeanlaisten rakenteiden luominen, jotta osamista pystytään jakamaan työyhteisön kesken. Näiden rakenteiden tärkeys nähtiin ammatillisen keskustelun väylänä, jossa voidaan pohtia olemassa olevaa toimintakulttuuria ja toimintatapoja. Miten toimitaan, miksi toimitaan ja onko tarpeen muuttaa jotain? Toimintasuunnitelmissa mielenterveyden tukemisen toimintamallit tulisi pitää esillä sekä kiusaamisen ehkäisyn suunnitelmaa päivittää vuosittain.

Mielenterveystyön kehittämiseksi pedagogisten palaverien ja ammatillisen keskustelun merkitys nousi esille. Erilaista mielenterveyden tukemiseen tarkoitettua materiaalia koettiin olevan runsauden pulaan asti, joten uuden materiaalin kehittämiseksi tai hankkimiseksi ei nähty tarvetta, vaan kehittäminen yhdistettiin voimakkaasti kasvattajien sensitiiviseen läsnäoloon lasten kanssa ja sitä kautta lasten mielenterveyden tukemiseen. Lopuksi selvitettiin haastateltavien mielipiteitä siitä, mitä haasteita tai kehittämisen kohteita heidän mielestään oli yleisesti varhaiskasvatuksessa toteutettavassa mielenterveystyössä. Tämän kysymyksen vastaukset keskittyivät päivähoiton resursseihin, ryhmäkokoihin sekä kehitystoiminnan sekavuuteen ja ylikuormitukseen. Resurssit suhteessa lasten tarpeisiin ja ryhmäkoot suhteessa aikuisten määrään nähtiin liian vähäisinä laadukkaan, mielenterveyttä tukevan toiminnan

toteuttamiseen. Näitä asioita koettiin olevan tärkeä mieltä jo varhaiskasvatustalaa säädetessä siitä näkökulmasta, mikä palvelee oikeasti lapsen etua ja että lapsi nähtäisiin yksilönä, jonka tarpeisiin päivähoito voisi joustavasti vastata, esimerkiksi päivähoitoympäristön erilaisilla mahdollisuuksilla. Varhaiskasvatuksen kehitystoiminnan nähtiin myös olevan sirpaleista, poukkoilevaa ja hyvin nopeatempoista.

” Tulee tavoitteita, toiveita ja projekteja joka puolelta ja henkilöstön on hirveen vaikea siten pitää kirkkaana itsellään sitä ajatusta, että mikä on se oleellinen.”

7 Tulosten yhteenveto ja johtopäätökset

Tutkimustuloksista selvisi, että suurin osa ennen vuotta 2015 työuransa Vantaan varhaiskasvatuksessa aloittaneista tunsii Lapsen mieli -materiaalin, mutta vain yksi heistä oli saanut koulutusta/opastusta materiaalin käyttämiseen. Käyttöaste materiaalin kohdalla oli todella alhainen ja sitä oli käytetty kerran kuukaudessa tai harvemmin. Kohderyhmä painottui 3-6-vuotiaisiin lapsiin. Syiksi käytön vähyyteen nousi vastausvaihtoehtoista ajan puute, tarpeettomuus materiaalin käyttöön, materiaalin haastava käyttäminen sekä koettiin, että ryhmässä ei ollut tuen tarpeisia lapsia. Muita esille nostettuja syitä oli muiden tunnetaitoja kehittävien materiaalien käyttö ja parempi soveltuvuus ryhmän lapsille ja lastentarhanopettajien vastuu toiminnan suunnittelusta. Lisäksi materiaaliin tutustumisen nähtiin vaativan paljon aikaa sekä toisaalta ne saattoivat helposti unohtua hyllyyn.

Eläinlasten elämää- materiaalia koskevat tutkimustulokset eivät merkittävästi poikkea Lapsen mieli -materiaalin kokonaisuudesta. Eläinlasten elämää -materiaalin tiesi 5 vastaajista ja lopuille 7 se oli tuntematon. Koulutusta tai opastusta oli kuitenkin 3 vastaajista saanut materiaalin käyttöön. Käytettävyys kyseisellä materiaalilla oli Lapsen mieli -materiaalia vähäisempi ja ainoastaan yksi oli sitä työssään käyttänyt ja kohderyhmänä toimi 3-6 vuotiaat. Valmiista vastausvaihtoehtoista materiaalin vähäiseen käyttöön oli vastaajista maininnut ajan puutteen. Myös materiaalin tarpeettomuus ja tuen tarpeisten lasten puuttuminen ryhmästä oli tuotu esille. Muiden mielenterveystaitoja tukevien käyttö nähtiin osasyynä siihen, miksi kyseinen materiaali ei ollut saanut paljoa huomiota, sekä edelleen opettajien suunnitteluvastuun nähtiin vaikuttavan käytettävyteen.

Laadullisten kysymysten kautta nousi esille erilaisia materiaaleja ja menetelmiä, joita yksikössä jo käytettiin. Materiaaleista mainittiin, Askeleittain-ohjelma, MindUp-ohjelma, Vahvuusvaris ja erilaiset aihetta käsittelevät kirjat ja tunnekortit. Käytössä oleviksi menetelmiksi koettiin aikuisen toiminnassa sensitiivisyys, aito läsnäolo ja kyky kuunnella lasta herkillä korvalla, mutta myös johdonmukaisuus, rauhallisuus ja jämäptiys. Aikuisen rooli nähtiin tärkeänä myös turvallisen ilmapiirin ja lasten ystävyyssuhteiden rakentamisessa. Rakenteiden osalta

hyvinvointia tuottavaksi asiaksi nostettiin strukturoitu päivärytmi sekä pienryhmätoiminta. Yhteistyö niin tiimin, monialaisen palveluverkoston kuin vanhempienkin kanssa koettiin tärkeäksi. Osa vastaajista näki toisaalta myös kaikki menetelmät ja materiaalit tällä hetkellä tarpeettomina työssään.

Uuden varhaiskasvatussuunnitelman mielenterveystyön näkyvyyden suhteen vastaajien mielenpiteet jakoutuivat tasaisesti. Osan mielestä mielenterveystyö oli tuotu kattavasti esille. He näkivät varhaiskasvatussuunnitelman ottavan lapsen hyvinvoinnin erittäin kattavasti huomioon ja he olivat hyvin nostaneet esille lapsen hyvinvointiin ja mielenterveyteen liittyviä osa-alueita. Toiset taas kokivat, että mielenterveystyö oli jätetty suunnitelmassa varsin vähälle huomiolle ja oli mainittu muutamilla sanoilla siellä täällä.

Kehittämisen näkökulmassa suurinta kannatusta sai lisäkoulutus ja luennot aiheen tiimoilta. Keskustelua lasten tunne-elämän ongelmista kaivattiin lisää yksikköön ja toivottiin, että aihe olisi vuosittain esillä pedagogisissa palavereissa. Materiaalien ja menetelmien perehdyttäminen koko henkilöstölle nähtiin tärkeänä, jotta tietotaito siirtyy kaikille työntekijöille. Pohdintaa tuli myös vanhempien roolista lasten mielenterveyden tukijana ja pitäisikö heille tarjota enemmän apua ja neuvoja arkeen.

Haastateltavien kanta oli, että varhaiskasvatussuunnitelman nähtiin tuovan läpi koko asiakirjan viitteitä lapsen mielenterveyden tukemiseen, mutta heidän näkemyksensä mukaan aihetta ei ollut löydettävissä ehkäisevän mielenterveyden käsitteillä. Varhaiskasvatuksessa toteutettavan mielenterveystyön osalta nousi voimakkaasti, materiaalin käytön tärkeyden sijaan, kasvattajien sensitiivinen kohtaaminen ja havainnointi ehkäisevän mielenterveyden tukemiseksi.

Johtajan roolina oli sellaisten rakenteiden luominen, joka mahdollistaa kasvatushenkilöstön välisen, koulutuksista saadun tietotaidon jakamisen sekä pedagogisen keskustelun, minkä kautta voidaan toimintaa kehittää sekä pitää lasten mielenterveys ja sen tukeminen jatkuvasti mukana keskustelussa. Mielenterveystyön haasteina he näkivät isot ryhmät suhteessa aikuisten määrään sekä yleisesti resurssipulan varhaiskasvatuksessa. Lisäksi esille nostettiin varhaiskasvatuksen jatkuva kehittäminen sekä tavoitteiden ja projektien muuttuminen niin nopeasti, että työn keskeisin ja olennaisin osa saattaa hämärtyä.

Tutkimustulosten perusteella voidaan tehdä johtopäätös, että Lapsen Mieli -materiaalia ei juurikaan käytetä yksikön arjessa, eikä materiaalin käyttöön koulutuksen saaneet kasvattajat ole pystyneet jakamaan tietotaitoa materiaalin käyttämisestä ja sisällöstä. Eri materiaalien ja menetelmien käytön suhteen vastauksista oli huomattavissa, että kasvattajat toteuttavat hyvin eri tavoin mielenterveystyötä. Erikoista oli myös havaita, miten näkemykset varhaiskasvatussuunnitelman sisällöstä mielenterveystyön osalta olivat hyvin eriäviä sekä miten tarpeellisenä ehkäisevä mielenterveystyö nähtiin. Vastauksista oli tulkittavissa myös yksi näkökulma, jossa mielenterveyttä tukeville materiaaleille ja menetelmille ei nähty tarvetta. Tämä viestii,

että yksikön kasvattajien välillä ei ole selvää yhtenäistä näkemystä, mitä lapsen mielenterveyden tukeminen on, mitä se pitää sisällään ja kuinka sitä tulisi arjessa toteuttaa.

Kehittämisen näkökulmasta, yksikköön toivottiin lisää koulutuksia ja luentoja aiheesta sekä vahvasti esille nousi myös tarve yhteiselle, ammatilliselle keskustelulle, lapsen mielenterveyden haasteista ja ongelmista. Jotta näihin tarpeisiin voitaisiin yksikössä vastata, tulisi rakenteita kehittää niin, että se mahdollistaisi henkilöstön sisäisen tiedon ja kokemusten jakamisen kasvattajien kesken.

8 Pohdinta

Opinnäytetyötä lähtiessäni rakentamaan oli minulle työkokemukseni kautta jo syntynyt mieluinen kuva päivähoitossa niin yleisesti lasten mielenterveyden kuin mielenterveystyön toteutuksenkin haasteista. Olin myös yksi niistä yksikkömme kasvattajista, jotka olivat koulutuksen saaneet Lapsen mieli -materiaalin käyttöön ja materiaalin hyödyllisestä sisällöstä huolimatta koin, etten pystynyt haluamallani tavalla ja intensiteetillä sitä toteuttamaan sekä tietoutta siirtämään yksikköni sisällä. Tästä syystä halusin lähteä tarkemmin tutkimaan kyseisen materiaalin käytettävyyttä sekä yleisemmin mielenterveystyön toteuttamista yksikössäni. Näin myös tarpeelliseksi selvittää kasvattajien näkemyksiä ja ymmärrystä ehkäisevästä mielenterveystyöstä, joilla on iso merkitys toteutettuun toimintaan. Näiden ajatusten pohjalta syntyivät tutkimuskysymykset, joihin lähdin vastauksia hakemaan kyselylomakkeellani.

Oman haasteensa tutkimusprosessiin toi tutkimusmenetelmän valinta. Tutkimuksellani halusin tuottaa määrällistä tietoa, mutta otannan jäädessä yhden yksikön sisälle tiedostin aineiston olevan lähtökohtaisesti sen verran suppea, ettei sitä voitaisi analysoida määrällisin menetelmin. Kyselylomakkeessa päädyin silti käyttämään suljettuja kysymyksiä materiaalin käytettävyyttä selvittäessä, koska niiden kautta halusin tuottaa nimenomaisesti määrällistä tietoa, kuinka paljon kyseistä menetelmää käytetään. Laajensin ja syvensin kyselyä laadullisin eli avoimin kysymyksin. Näillä kysymyksillä kartoitin yksikön mielenterveystyössä käytettyjä muita menetelmiä ja materiaaleja. Kyseisten kysymysten kautta pystyin kokonaisvaltaisemmin tuomaan näkyväksi yksikössä jo toteutettavan mielenterveystyön, joka tutkimustulosten kannalta on oleellista tietoa. Olisi liian kapeakatseista tehdä tulkintaa yksikössä toteutettavasta mielenterveystyöstä pelkästään yhteen materiaaliin nojautuen, mielenterveystyön ollessa laaja kokonaisuus moninaisia menetelmiä ja materiaaleja.

Tuloksien analysointia oli aikomus tehdä sisällönanalyysia käyttäen. Suljettujen kysymysten osalta tarkoitukseni oli nostaa sieltä voimakkaimmin esille nousevat vastausvaihtoehdot, mutta otannan ollessa pieni, jakautuivat esimerkiksi käyttämättömyyden osalta vastaukset niin, ettei niistä mielestäni voinut tehdä selkeitä nostoja. Siitä syystä vastauksia käsitellään

hyvin kokonaisvaltaisesti aineistossa. Laadullisten kysymysten kohdalla ilmiö oli hyvin samanlainen, eli vastauksista ei kovin selvästi ollut nostettavissa mitään tiettyä tematiikkaa, vaan näkemykset ja esille tuodut asiat poikkesivat pitkälti toisistaan. Tästä ilmiöstä nousee esille kysymys siitä, miten eri tavoin mielenterveystyö varhaiskasvatuksessa ymmärretään ja kuinka eri tavalla sitä toteutetaan, riippuen ryhmästä ja kasvattajasta. Eri tavat toiminnan toteutukselle ovat rikkaus, mutta olisi erittäin tärkeä varmistaa, että keskeinen ajatus ja ymmärrys ehkäisevästä mielenterveystyöstä olisi yhteisesti jaettu koko yksikön kesken.

Tutkimustulosten pohjalta jäin pohtimaan varhaiskasvatuksen kehittämisen rakenteita hyvinkin kriittisesti. Koska tuloksista on selkeästi huomattavissa, että Vantaan kaupungin koulutusstrategia ei tällaisenaan toimi kyseisessä yksikössä ja tieto ei kasvattajien välillä siirry toivotun laisesti, tulisi koulutus- ja tiedonsiirtorakenteisiin kiinnittää erityistä huomiota tulevaisuudessa. Kuinka rakenteita pystytään muokkaamaan sellaisiksi, että ne tukevat koulutusten sisällön siirtymistä yksikössä? Pelkästään haaste ei ole rakenteellinen, sillä tuloksista nousee esille myös ajan puute, jonka koetaan vaikuttavan mielenterveystyön toteutukseen. Tämä ilmiö ei ole uusi varhaiskasvatuksen puolella ja haaste on varmasti kasvava tulevaisuudessakin. Kuten eräs haastateltavistakin totesi, uusia projekteja ja kehittämishankkeita tulee jatkuvasti ja sellaisella nopeudella, että punainen lanka häviää toiminnalta helposti ja toiminnasta tulee poukkoilevaa ja sirpaleista.

Kehittämistyössä tulisi kasvattajille antaa aikaa uuden oppimiselle, mutta myös sisäistämiseksi. Kun kehittämistyötä tehdään, tulisi sitä enemmän toteuttaa keskitetysti ja pitkäjänteisemmin. Kun tavoite on selkeä, yhteisesti jaettu ja ajalliset puitteet riittävät, voisi se mahdollistaa kasvattajien sitoutumisen paremmin valittuun kehittämisalueeseen. Aikaa tulisi antaa kasvattajille myös kehittämistyön tuloksista nauttimiseen. Kun nähdään paljon vaivaa toiminnan kehittämiseksi, olisi kehittämisen tulosten jatkuvuuden kannalta merkittävää, että kasvattajat pääset myös nauttimaan tuloksista ja vakiinnuttamaan ne osaksi arkeaan ja työmenetelmiään. Jatkuvan kehittämisen suurena vaarana näen sen, että kehittyminen loppuu, kun tila on pysyvä. Kehittämistyö on toki välttämätöntä, mutta se vaatii jokaiselta kasvattajalta myös lisäponnisteluja ja -voimavaroja oman perustyönsä ohella. Siksi pitkällä tähtäimellä, jatkuvassa kehittymistilassa kasvattajat uupuvat ja mielestäni tämä on hyvin nähtävissä myös varhaiskasvatuksen kentällä alan vaihtajien määrän lisääntymisenä.

Kasvattajat toivat vastauksissaan vahvasti esille myös tarpeen yhteiseen pedagogiseen keskusteluun aihepiirin ympärillä. Näitä keskustelulle varattuja forumeita tulisi varhaiskasvatuksessa tarjota huomattavasti enemmän. Rakenteellinen haaste syntyy tämän toteuttamiselle siitä, että varhaiskasvatuksen puolella asiakkaat ovat aina läsnä ja yhteistä kehittämisai-
kaa vuodessa on vain yhden päivän ajan, jolloin päiväkotia pidetään suljettuna. Näihin rakenteisiin tulisi ehdottomasti saada muutos, mutta ne eivät ole yksikkötasolla tehtäviä

ratkaisuja, vaan niihin vaikutetaan ylempää niin kunnalliselta kuin valtakunnalliseltakin tasolta. Yksikkötasolla muutosta tulisi pohtia palaverikäytäntöihin ja niiden sisältöihin.

Tutkimuksessani esitettyyn kysymykseen varhaiskasvatussuunnitelman mielenterveystyön sisällöstä ja määrästä, vastausten jakautuessa noin selkeästi kahtia, tulisi pohtia yleisesti mielenterveystyöstä käytettävää käsitteistöä ja sen ymmärrettävyyttä kasvattajien kesken. Varhaiskasvatussuunnitelmaan tutustuessani mielenterveystyön näkökulmasta koin, että aihetta sivutaan läpi asiakirjan, mutta hyvin sirpaleisesti. Mielenterveystyön käsitteistöä asiakirjassa ei käytetä lainkaan, vaan sitä käsitellään enemmän erilaisina opeteltavina taitoina. Ehkä mielenterveystyö käsitteenä koetaan negatiivissävytteisenä ja siitä syystä sitä ei olla haluttu käyttää lainkaan. Nykyisessä asiakirjamallissa jää kuitenkin mielestäni lukijan vastuulle se, kuinka hän ymmärtää lasten kanssa toteutettavan mielenterveystyön, siihen liittyvät osa-alueet sekä kuinka hän osaa poimia ne varhaiskasvatussuunnitelman sisällöstä. Tämä osaltaan voi myös suuresti vaikuttaa siihen, kuinka yksikössä kukin kasvattaja toteuttaa ehkäisevää mielenterveystyötä. Koska mielenterveystaidot ovat ne kaikista merkittävimmät taidot, jonka varaan elämämme rakentuu, tulisi tämä olla hyvin keskeisesti ja selkeästi näkyvissä myös varhaiskasvatusta ohjaavassa asiakirjassa, jotta kaikki kasvattajat yhdessä jakaisivat saman näkemyksen varhaiskasvatuksessa toteutettavasta mielenterveystyöstä ja merkityksestä.

Opinnäytetyöni aikana koin myös hämmästyttävän muutoksen omassa ajattelussani lasten mielenterveystyötä koskien. Tähän prosessiin lähtiessäni Lapsen mieli -materiaali oli ”lempilapseni” ja ajattelin sitä käytettävän aivan liian vähän varhaiskasvatuksen arjessa. Tutkimuksen aikana asiaan tuli kuitenkin perehdyttyä paljon sekä tutkimustuloksia läpi käytyä moneen otteeseen, että koin vahvasti, etteivät kasvattajat kaipaa uutta materiaalia arkeensa, vaan he tarvitsevat tietoa mistä lapsen mielenterveys koostuu, mitä osa-alueita se pitää sisällään ja ennen kaikkea, kuinka me kasvattajina voimme omalla kohtaamisellamme ja toiminnallamme tukea lapsen mielenterveyttä. Mielenterveystyö parhaimmillaan on kaikkea muuta kuin jonkun materiaalikokonaisuuden ympärille käärittyjä toimintatuokioita. Se on läsnäoloa, kohtaamista, kosketusta, kuuntelemista, kasvattamista, opettamista, lapsen ymmärtämistä, mutta myös turvallisten rajojen asettamista. Näitä asioita meille tulisi opettaa, niin kasvattajille kuin vanhemmillekin.

Tämä opinnäytetyöprosessi oli erittäin valaiseva ja opettava kokemus kaikesta matkan aikana koetusta kipuilusta huolimatta. Koska oma prosessini on kestänyt ensi ajatuksesta tähän päivään asti lähes 2 vuotta, on prosessin varrelle mahtunut paljon epäuskoa, unettomia öitä ja epäonnistumisen pelkoa, mutta myös itsensä ylittämisen, oppimisen ja onnistumisen riemua. Aihealue oli minulle juuri oikea ja kiinnostukseni lasten mielenterveyttä koskeviin kysymyksiin vain kasvoi matkan varrella. Tämä aihe tuskin koskaan voikaan tulla valmiiksi, eikä sen pidäkään, vaan jatkuva tutkimus vie lasten kanssa tehtävää mielenterveystyötä aina vain eteenpäin.

Lähteet

Painetut

- Friis L., Seppänen R. & Mannonen M. 2006. Lasten ja nuorten mielenterveystyö. 1.-2. painos. Helsinki: WSOY
- Hautamäki, A. 2012. Lapsen kiintymyssuhteet ja niiden vaarantuminen. Teoksesta Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.) Helsinki: Sanoma Pro
- Jääskinen, A-M. & Pelliccioni, S. 2017. Mitä sä rageet? Helsinki: Lasten Keskus ja Kirjapaja
- Kananen, J. 2017. Laadullinen tutkimus pro graduna ja opinnäytetyönä. Jyväskylä: Suomen yliopistopaino- Juvenes Print
- Kananen, J. 2014. Verkkotutkimus opinnäytetyönä. Jyväskylä: Suomen Yliopistopaino - Juvenes Print
- Kokkonen, M. 2017. Ihastuttavat, vihasuttavat tunteet. 3, uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus
- Marjamäki, E., Kosonen, S., Törrönen, S. & Hannukkala, M. Suomen mielenterveysseura 2015. 2. painos. Lapsen Mieli. Juvenes Print- Suomen Yliopistopaino
- Marttunen, M., Huurre, T., Strandholm, T. & Viialainen, R. 2013. Nuorten mielenterveyshäiriöt. Tampere: Juvenes Print- Suomen Yliopistopaino
- Moilanen, I., Räsänen, E., Tamminen, T., Almqvist, F., Piha, J. & Kumpulainen, K. (toim.) 2004. Lasten- ja nuorisopsykiatria. Duodecim. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino
- Nurmi, J-E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. 2018. 7 painos. Ihmisen psykologinen kehitys. Jyväskylä: Ps-Kustannus
- Nurmi R. & Turunen A. 2014. Eläinlasten elämää. Mielenterveystaitoja pöytäteatterin keinoin. Suomen mielenterveysseura
- Pojjula, S. 2016. Lapsi ja kriisi- selviytymisen tukeminen. 3, uudistettu painos. Helsinki: Soili Poijula ja Kirjapaja.
- Punamäki, R-L. 2001. Kiintymyssuhteen ja traumaattisen kokemuksen yhteys. Teoksesta Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.) Vantaa: TummaVuoren kirjapaino

Sinkkonen, J. 2018. Kiintymyssuhteet elämänkaareissa. Duodecim. Riika: Livonia Print

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Kustannusosakeyhtiö Tammi

Vantaan kaupunki 2017. Vantaan varhaiskasvatussuunnitelma.

Vilka, H. 2007. Tutki ja mittaa. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy

Sähköiset

Aalberg, V. 2016. Fysikaalinen kehitys. Duodecim. Viitattu 9.11.2018 <http://www.oppiportti.fi/op/ljn00215/do>

Anttila, N., Huurre, T., Malin, M. & Santalahti P. 2016. Mielenterveyden edistäminen varhaiskasvatuksesta toisen asteen koulutukseen. THL. Viitattu 29.9.2018 http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/130003/URN_ISBN_978-952-302-613-1.pdf?sequence=1

Aro, T., Laakso, M. & Närhi, V. 2007. TOMERA- Toiminnanohjauksen ja itsesäätelyn kehityksen tukeminen päivähoidossa. Viitattu 28.11.2018 https://www.nmi.fi/fi/bulletin/bulletin-pdf/aro2_2007.pdf

Borg, A. 2015. Lasten mielenterveyden edistäminen ja mielenterveyden häiriöiden ehkäisy. STM. Viitattu 1.11.2018. http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74724/URN_ISBN_978-952-00-3603-4.pdf

Huikko, E., Kovanen, L., Torniainen-Holm, M., Vuori, M., Lämsä, R., Tuulio-Henriksson A & Santalahti, P. 2017. Selvitys 5-12 -vuotiaiden lasten mielenterveyshäiriöiden hoito- ja kuntoutuspalvelujärjestelmästä Suomessa. THL. Viitattu 12.5.2018 http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135839/THL_RAPO_14_2017_korj.web.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Opetushallitus 2018a. Viitattu 28.11.2018 https://www.oph.fi/saadokset_ja_ohjeet/opetus-suunnitelmien_ja_tutkintojen_perusteet/varhaiskasvatus

Opetushallitus 2018b. Viitattu 28.11.2018 https://www.oph.fi/koulutus_ja_tutkinnot/varhaiskasvatus/uudet_vasut

Puura, K. & Laukkanen, E. 2016. Biopsykososiaalinen kehitys. Duodecim. Viitattu 9.11.2018. <http://www.oppiportti.fi/op/ljn00100/do>

Sotkanet 2017. Erikoissairaanhoidon avohoitokäynnit, lastenpsykiatria. Viitattu 26.9.2018.

<https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/kaavio?indicator=s3YOAAA=®ion=s07MBAA=&year=sy6rsDbX0zUEAA==&gender=t&t=line>

Säkkinen, S. & Kuoppala, T. 2010. Lasten päivähoido 2010. THL. Viitattu 28.11.2018

http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80053/Tr46_11.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Säkkinen, S. & Kuoppala, T. 2016. Varhaiskasvatus 2016- kuntakyselyn osaraportti. THL. Viitattu 28.11.2018

http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135184/TR30_17_vaka_kuntakysely_u.pdf?sequence=5&isAllowed=y

Säkkinen, S 2013. Lasten päivähoido 2013- kuntakyselyn osaraportti. THL. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116231/Tr16_14.pdf?sequence=4

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012. Viitattu 13.11.2018. http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf

WHO 2018. Mental health: a state of well-being. Viitattu 7.8.2018 http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/en/

Jaskari, K. 2017. Miten jo 8 -vuotiaalla voi olla mielenterveysongelmia? -Lastenpsykiatrian lähetteen määrä jatkuvassa kasvussa. YLE. Viitattu 16.9.2019. <https://yle.fi/uutiset/3-9974902>

Julkaisemattomat

Halme, K. 2018. Vantaan varhaiskasvatuksen kehittämispäällikön tiedoksianto.

Kehittämispäällikön haastattelu 28.12.2018

Päivähoidon johtajan haastattelu 12.1.2019

Kuviot

Kuvio 1: Vastaajien työsuhteen alkamisajankohta	21
Kuvio 2: Lapsen mieli -käsikirjan tunnettavuus vastaajien kesken	22
Kuvio 3: Lapsen mieli -käsikirjan käyttöön saatu koulutus tai opastus.	23
Kuvio 4: Lapsen mieli -käsikirjan käyttäminen yksikön arjessa.	23
Kuvio 5: Kohderyhmän ikäjakauma	24
Kuvio 6: Lapsen mieli -käsikirjan käyttö viimeisen 12kk aikana.	24
Kuvio 7: Syyt Lapsen mieli -käsikirjan käytön vähyyteen.	25
Kuvio 8: Eläinlasten elämää -materiaalin tunnettavuus vastaajien kesken.	26
Kuvio 9: Eläinlasten elämää -materiaalin käyttöön saatu koulutus tai opastus	26
Kuvio 10: Eläinlasten elämää -materiaalin käyttäminen yksikössä.	27
Kuvio 11: Kohderyhmän ikäjakauma.	27
Kuvio 12: Eläinlasten elämää -materiaalin käyttö viimeisen 12kk aikana.	28
Kuvio 13: Syyt Eläinlasten elämää -materiaalin käytön vähyyteen.....	28

Liitteet

Liite 1: Tutkimuksen kyselylomake.....	44
Liite 2: Asiantuntijoiden haastattelukysymykset.....	50

Liite 1: Tutkimuksen kyselylomake

Lapsen mieli- ja Eläinlasten elämää- mielenterveys- taitoja pöytäteatterin keinoin- materiaalien käyttö päivähoidossa

Varhaiskasvatuksessa tehdään tärkeää työtä lasten kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukemiseksi. Tämän tutkimuksen tarkoituksena on kerätä tietoa yksikössänne käytettävistä, mielenterveyttä tukevista materiaaleista sekä kartoittaa kasvattajien näkemyksiä ehkäisevästä mielenterveystyöstä.

Vastauksenne käsitellään ja raportoidaan niin, että jokaisen vastaajan anonymiteetti säilyy, eikä kukaan ole tunnistettavissa vastauksista. Vastaukset tulevat ainoastaan tutkijan analysoitavaksi, eikä niitä jaeta kolmansille osapuolille. Tutkimuksen loputtua materiaali hävitetään asianmukaisesti.

Vastaa kysymyksiin viimeiseen 12 kuukauteen peilaten.

Taustakysymys:

1. Mistä vuodesta lähtien olet työskennellyt Vantaan kaupungin varhaiskasvatuksessa?

Mielenterveyttä tukevat menetelmät:

1. Onko Lapsen mieli- materiaali sinulle tuttu?
 - Kyllä
 - Ei

2. Oletko saanut koulutusta/opastusta materiaalin käyttöön?
 - Kyllä
 - En

3. Oletko käyttänyt työssäsi Lapsen mieli-materiaalia?
 - Kyllä
 - En
 - Soveltaen

Jos olet käyttänyt soveltaen, niin millä tavoin?

4. Minkä ikäisten lasten kanssa olet materiaalia käyttänyt?
 - 1-3 vuotiaiden
 - 3-6 vuotiaiden

5. Kuinka usein olet materiaalia käyttänyt?

- Viikoittain
- Pari kertaa kuukaudessa
- Kerran kuukaudessa
- Harvemmin
- En koskaan

Jos vastasit harvemmin tai en koskaan, niin mistä koet sen johtuvan

- Et näe tarvetta materiaalin käyttöön
- Materiaalin käyttäminen on haastavaa
- Ajan puute
- Materiaalin käyttäminen on omalla epämukavuusalueella
- Ryhmässä ei ole ollut tuen tarpeisia lapsia

Jostain muusta syystä, mistä?

6. Onko Eläinlasten elämää- mielenterveystaitoja pöytäteatterin keinoin- materiaali sinulle tuttu?

- Kyllä
- Ei

7. Oletko saanut koulutusta/opastusta materiaalin käyttöön?

- Kyllä
- En

8. Oletko käyttänyt työssäsi Eläinlasten elämää- materiaalia?

- Kyllä
- En
- Soveltaen

Jos olet käyttänyt soveltaen, niin millä tavoin?

9. Minkä ikäisten lasten kanssa olet materiaalia käyttänyt?

- 1-3 vuotiaiden
- 3-6 vuotiaiden

10. Kuinka usein olet materiaalia käyttänyt?

- Viikoittain
- Pari kertaa kuukaudessa
- Kerran kuukaudessa
- Harvemmin
- En koskaan

Jos vastasit harvemmin tai en koskaan, niin mistä koet sen johtuvan?

- Et näe tarvetta materiaalin käyttöön
- Materiaalin käyttäminen on haastavaa
- Ajan puute

- Materiaalin käyttäminen on omalla epämukavuusalueella
- Ryhmässä ei ole ollut tuen tarpeisia lapsia

Jostain muusta syystä, mistä?

11. Mitä muita lasten mielenterveyttä tukevia materiaaleja käytät?

12. Materiaalien lisäksi, millä muilla menetelmillä tuet työssäsi lasten mielenterveyttä

Liite 2: Asiantuntijoiden haastattelukysymykset

Asiantuntijoiden haastattelukysymykset:

1. Kun lapsen mieli -materiaali pilotoitiin ja hankittiin Vantaalle, mikä oli silloinen roolisi hankkeessa?
2. Mitkä olivat tuolloin suurimmat lasten mielenterveydelliset haasteet varhaiskasvatuksen näkökulmasta?
3. Menetelmiä ja materiaaleja lasten mielenterveyden tukemiseen on useita. Miksi juuri tämä valikoitui hankittavaksi?
4. Mikä materiaalissa oli erityisen hyvää?
5. Vantaan kaupunki koulutti osan henkilöstöstä materiaalin käyttöön. Miten oletettiin tiedon ja taidon siirtyvän niille kasvattajille, jotka eivät koulutuksiin osallistunut?
6. Miten uudessa varhaiskasvatussuunnitelmassa on nostettu ehkäisevä mielenterveystyö esille?
7. Mitä ehkäisevä mielenterveystyö on mielestäsi varhaiskasvatuksessa?
8. Millä tavoin lasten mielenterveyttä voidaan tukea varhaiskasvatuksessa?
9. Millä tavoin johtaja voi edistää yksikössä toteutettavaa mielenterveystyötä?
10. Miten ehkäisevän mielenterveystyön toimintamalleja voisi vielä kehittää varhaiskasvatuksessa?
11. Mitä haasteita/kehittämisen kohteita näet varhaiskasvatuksessa toteutettavassa mielenterveystyössä?