

Krista Pekkala

LASTEN KOKEMUKSIA PÄIVÄUNITILANTEISTA

**Opinnäytetyö
CENTRIA AMMATTIKORKEAKOULU
Sosiaalialan koulutusohjelma
Marraskuu 2012**

TIIVISTELMÄ OPINNÄYTETYÖSTÄ

| | | |
|---|-------------------------------|---|
| Yksikkö Ylivieskan yksikkö | Aika Marraskuu 2012 | Tekijä/tekijät Krista Pekkala |
| Koulutusohjelma Sosiaalialan koulutusohjelma, Sosionomi (AMK) | | |
| Työn nimi Lasten kokemuksia päiväunitilanteista | | |
| Työn ohjaaja Kirsi Herranen-Somero | | Sivumäärä 66+12 |
| Työelämäohjaaja Hilkka Isokoski | | |
| <p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, miten lapset kokevat päiväunitilanteet. Tavoitteena oli selvittää myös, miten päiväunitilanteita saataisiin lasten hyvinvointia tukevimmiksi. Tämän asian selvittämiseksi oli syytä pohtia, miten lapset haluavat aikuisten toimivan päiväunitilanteissa sekä mikä aikuisen toiminnassa vaikuttaa lasten unen saantiin, turvallisuuden tunteeseen ja rauhoittumiseen.</p> <p>Opinnäytetyön aihe muotoutui käytännön työssä huomaamani kehittämiskohteen ja huomioideni pohjalta. Opinnäytetyö on kvalitatiivinen tutkimus, jonka pohjalla on fenomenologinen lähestymistapa. Aineiston keruu tapahtui osallistuvan havainnoinnin avulla, jota paikoin täydensi avoin haastattelu. Aineisto analysoitiin Colaizzin (1978) analyysimenetelmän avulla.</p> <p>Lasten kokemuksista nousi leikin kautta esiin lapsen toiminta nukkumishetken ympärillä, aikuisen toiminta, nukkumiseen tarvittavat konkreettiset esineet, nukkumisympäristö, fyysinen nukkumistapa sekä nukkumiseen liittyvät asiat ja esineet nukkumistilanteen ulkopuolella. Aikuisen toiminta muodostui kokemuksista herättäväksi aiheeksi, joten sillä on iso merkitys päiväunitilanteen järjestämisessä lapsen hyvinvointia tukevaksi.</p> <p>Tutkimuksen tulokset kertovat sen, että aihe on tärkeä ja pohtimisen arvoinen. Nukkumistilanteen ollessa lapselle herkkä hetki, lapsen hoivan ja tuen tarve on syytä ottaa huomioon nukkumistilanteita järjestettäessä ja niissä hoitajana ollessa.</p> | | |
| Asiasanat Colaizzin analyysimenetelmä, fenomenologia, kvalitatiivinen tutkimus, lapsen kokemus, psyykinen turvallisuus, päiväunet | | |

ABSTRACT

| | | |
|---|------------------------------|---------------------------------|
| CENTRIA UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES | Date November 2012 | Author Krista Pekkala |
| Degree programme Degree programme in Social Services | | |
| Name of thesis Children's experiences of nap situations | | |
| Instructor Kirsi Herranen-Somero | | Pages 66+12 |
| Supervisor Hilkka Isokoski | | |
| <p>The objective of thesis was to research how children experience nap situations. In addition, the aim was to find out how to improve nap situations in order to support children's wellbeing better. To examine this it was necessary to consider how children wish adults to act at nap situations and which aspects in adults' action influence children's falling asleep, their feeling of security and calming down.</p> <p>The theme of thesis derived from my own real-life observations concerning aspects that could be developed. The thesis was a qualitative research which based on a phenomenological approach. The collecting of data was carried out through participant observation and was supplemented with an interview with open-ended questions when necessary. The materials were analyzed using Colaizzi's (1978) analysis method.</p> <p>Issues that came up from the children's experiences included the child's behavior related to the nap situations, adults' action, the items needed for sleeping, sleep surroundings, the physical way of sleeping and things related to sleeping but not related to the actual nap situations. Adults' action was a topic that raised thoughts and was reflected often in children's play and thus it plays a significant role in making nap situations support children's welfare better.</p> <p>The results of the research showed that the theme is important and worth of considering. You have to take into account the child's need of care and support in arranging nap situations and being as a nurse in those situations because a nap situation is a sensitive moment for a child.</p> | | |

Key words

child's experience, Colaizzi's analysis method, mental security, nap, phenomenology, qualitative research

TIIVISTELMÄ
ABSTRACT
SISÄLLYS

| | |
|--|-----------|
| 1 JOHDANTO | 1 |
| 2 LAPSEN PSYYKKINEN TURVALLISUUS | 3 |
| 3 LAPSEN UNI JA UNEN MERKITYS | 9 |
| 4 LAPSEN LEIKKI KOKEMUSTEN ILMAISIJANA | 13 |
| 5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS | 17 |
| 5.1 Metodologiset ja tieteenfilosofiset lähtökohdat | 17 |
| 5.2 Aikaisemmat tutkimukset | 18 |
| 5.3 Tutkimuskysymykset | 19 |
| 5.4 Aineiston keruu | 21 |
| 5.5 Aineiston analyysimenetelmä | 25 |
| 5.6 Analyysimenetelmän soveltaminen | 27 |
| 6 TUTKIMUKSEN TULOKSET | 32 |
| 6.1 Lapsen toiminta nukkumishetken ympärillä | 33 |
| 6.2 Aikuisen toiminta | 34 |
| 6.3 Nukkumiseen tarvittavat konkreettiset esineet | 36 |
| 6.4 Lapsen nukkumisympäristö | 38 |
| 6.5 Lapsen fyysinen nukkumistapa | 39 |
| 6.6 Nukkumiseen liittyvät asiat ja esineet nukkumistilanteen ulkopuolella | 40 |
| 7 TUTKIMUKSEN TULOSTEN TARKASTELUA | 42 |
| 8 TUTKIMUKSEN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS | 49 |
| 9 POHDINTA | 56 |
| 9.1 Jatkotutkimusehdotukset | 61 |
| 9.2 Vinkkejä nukkariin -huoneentaulu | 62 |

LÄHTEET

LIITTEET

1 JOHDANTO

Lasten päiväunet päiväkodissa on mielipiteitä herättävä aihe niin vanhempien kuin kasvattajien sekä kokemusten tasolla lasten parissa. Päiväunien järjestämiseen on yhtä monta tapaa kuin on päiväkotejakin. Halusin saada lasten näkökulmaa asiaan, sillä he ovat tärkeimpinä osallisina päiväunitilanteissa. Siitäkin huolimatta lasten näkökulma on jäänyt vähemmälle tämän aiheen tutkimuksissa.

Alustavana ajatuksenani oli selvittää, minkälainen olisi mahdollisimman hyvä päiväunikäytäntö lapsen hyvinvoinnin tukemiseksi. Tämä näkökulma asiaan osoittautui pohdinnoissa laajaksi ja vaikeaksi selvittää luotettavasti kaikki asian osa-alueet huomioiden. Lapsilla on kuitenkin omat yksilölliset tarpeensa nukkumistilanteissa ja jokainen päiväuniympäristö on omanlaisensa. Tällöin useisiin erilaisiin konteksteihin sopiva malli päiväunikäytäntöihin on mahdoton tehdä. Tämän vuoksi päätin lähteä ”tutkimusmatkalle” kohti lasten kokemusmaailmaa ja selvittää ennakkoluulottomasti, minkälaisia kokemuksia lapsilta tulee ilmi. Tämän tiedon perusteella kasvattajat pääsevät lähemmäksi lasten kokemusmaailmaa. Sitä kautta herää tarve pohtia oman yksikön toimintatapoja päiväunitilanteissa sekä kiinnittää paremmin huomioita kunkin lapsen yksilölliseen hoivaan ja tukemiseen. Haluan tuoda lapsen ääntä esille arjen ratkaisujen pohjaksi.

Teoriaosassa pohdin nukkumistilanteissa pinnalle nousevaa psyykkistä turvallisuutta. Psyykkisen turvallisuuden toteutumisella on merkitys siihen, miten lapsi kokee päiväunitilanteet. Esittelen teorian tietoutta lapsen unesta ja unen merkityksestä. Tämä osuus luo perusteita tutkimuksen aiheen tärkeydelle. Tulosten muotoutuessa lasten kokemusmaailmojen pohjalta, halusin tuoda esille myös lapsen leikkiä lasten kokemusten esiintuojana.

Lasten kokemusten selvittäminen on haastavaa, joten pohdin tarkasti tutkimuksen menetelmällisiä valintoja. Lasten kokemusten kautta kasvattajat voivat ymmärtää paremmin, minkälaisia tunteita ja kokemuksia nukkumistilanteet herättävät lapsissa. Kasvattajat ovat tärkeässä roolissa päiväunitilanteen järjestämisessä, joten halusin saada lasten kokemuksista selville, millä tavoin aikuiset voisivat järjestää päiväunitilanteita lasten hyvinvointia tukevimmiksi. Tutkimukseni lähtökohtana on, että lapsi on tiedon tuottaja. Lasten tuottaman kokemuksellisen tiedon avulla pääsevät työntekijät lähemmäksi lasten kokemusmaailmaa ja pystyvät sen avulla kehittämään päiväunitilanteita.

2 LAPSEN PSYKKINEN TURVALLISUUS

Tärkeimmät lapsen perustarpeista ovat turvallisuus ja selviytyminen (Kanninen & Sigfrids 2012, 21). Näiden perustarpeiden toteutumista on hyvä pohtia, miten ne toteutuvat parhaalla mahdollisella tavalla omassa lapsiryhmässä ja kunkin lapsen kohdalla. Turvallisuus on lapselle voimakas tunne ja kokemus siitä, että aikuinen vastaa tarpeisiin, antaa hyväksyntää, huomiota ja läsnä olevaa läheisyyttä. Perusluottamuksen rakentumisen kannalta on tärkeää huomioida, että lapsi pyrkii ensin kiintymään yhteen aikuiseen ja vasta sen jälkeen pystyy hakemaan turvaa muistakin. (Mikkola & Nivalainen 2009, 20-21.) Päiväunitilanteissa on syytä huomioida, että aikuinen, jota kohtaan lapsi osoittaa eniten luottamusta, menee hoitamaan ja rauhoittelemaan lasta. Jos lapsi osoittaa haluavansa jonkin tietyn hoitajan silittävän häntä, niin lapsen toive on toteutettava. Kasvattajat eivät saa ottaa siitä itseensä, etteivätkö kelpaa hoivaajaksi. Kyse on luottamussuhteesta.

Bowlbyn (1991) kiintymyssuhdeteorian mukaan kiintymys syntyy lapsen ja aikuisen, jota pitää turvallisimpana, välille. Lapsi hakee turvaa kyseiseltä aikuiselta erityisesti hädän tai muun häneen negatiivisesti vaikuttavan asian hetkellä. (Rusanen 2011, 27.) Kiintymysteorian (Kanninen & Sigfrid 2012, 28-31) mukaan aivoissa on kaksi vaihdetta: ulospäin virittäytynyt tutkiminen ja hätävaihde. Tutkimisvaihde on päällä, kun lapsella on turvallinen olo. Tällöin lapsi tutkii ympäristöään ja on sosiaalinen. Hätävaihde menee päälle, kun lapsi kokee itsensä jollakin tapaa uhatuksi. Silloin kiintymyssuhdekäyttäytyminen kytkeytyy päälle. Tällöin hän hakeutuu hoivaajan syliin tai voimakkaimmillaan hätääntyy. Tällöin kaikki energia menee puolustautumiseen. Hätävaihde on lapsen kokemuksellinen tila, jota aikuinen ei välttämättä heti näe. Kiintymyssuhdekäyttäytymisen voivat aktivoida mm. pimeä, väsymys, ero vanhemmista ja äkillisesti tapahtuvat asiat. Hoitajan on huomi-

oitava lapsen hätä ja lohduttaa sekä tarjota läheisyyttä ja turvaa kunnes turvallisuuden tunne palaa (Kanninen & Sigfrids 2012, 107).

Nukkumistilanteet ym. voivat olla hetkiä, jotka aktivoivat kiintymyssuhdekäyttäytymisen (Kanninen & Sigfrids 2012, 99). Hoitajan täytyy antaa hoivaa ja turvaa sellaisena hetkenä sekä olla sensitiivisesti läsnä ja saatavilla lapsen lähellä. Nukkumaan mentäessä hoitajan on säädeltävä lapsen stressitasoa, jotta rauhoittuminen mahdollistuu. Kova ja jatkuva meteli on stressaavaa ja lapsella ei ole samanlaista kykyä käsitellä sitä kuin aikuisella, joten aikuisen on osattava sanoittaa lapsen tunteita ja pyrittävä luomaan tilanne rauhalliseksi ja turvalliseksi (Kanninen & Sigfrids 2012, 59).

Lapsi ei pysty kiintymään kovin moneen hoitajaan, aluksi vain yhteen, joten omahoitaja-järjestelmä tukee lasta kiintymyssuhdekäyttäytymisen herättävissä tilanteissa sekä kaikissa arjen tilanteissa. Omahoitajalla on ns. omat lapset ja he toimivat mahdollisimman paljon yhdessä. Omahoitaja vastaa oman pienryhmänsä lasten siirtymätilanteista sekä tilanteista, jotka herättävät kiintymyssysteemin. (Kanninen & Sigfrids 2012, 118.) Vapaan leikin aikanakin omahoitajaa tarvitaan, joten ei ole syytä rajata omahoitajuuden läsnäoloa ainoastaan siirtymätilanteisiin ym. Omahoitaja toimii tutkimusalustana sekä turvasatamana lapselle eli on läsnä lapsen lähellä, kun lapsi leikkii ja tutkii ympäristöä sekä antaa turvaa pitämällä sylissä ja osoittamalla huomiota (Kanninen & Sigfrids 2012, 107). Lepohetkillä omahoitaja huolehtii omien lasten hoitamisesta. Omahoitaja huolehtii myös wc-käynneillä avustamisesta, vaatteiden vaihtamisesta sekä siirtymisestä nukkumistilaan eli kokonaisuudessa lapsen auttamisen päiväunille.

Kiintymyssuhteita on neljää eri tyyppiä: turvallinen, välttelevä, ristiriitainen ja kaoottinen. Turvallisessa kiintymyssuhteessa hoitaja sanoittaa lapsen tunteita, antaa turvaa ja läheisyyttä, lohduttaa ja vastaa lapsen tarpeisiin johdonmukaisesti

(Kanninen & Sigfrids 2012, 32). Omahoitajan on oltava sensitiivinen ja empaattinen sekä mahdollistettava ja luotava turvallinen kiintymyssuhde itsensä ja lapsen välille. Lapsi kokee ja tuntee sen, miten aikuinen häntä kohtelee sekä mikä on hoitajan sitoutumisen taso. Vaikka lapsi ei osaa ilmaista tunteitaan ja kokemustaan sanallisesti, niin hänellä on kehittynyt kyky aistia ja tulkita tunneilmapiiriä sekä aikuisen läsnäolon tasoa. Lapsi huomioi hoitajan eleet ja ilmeet tarkasti. Jos kokemukset edellisistä ovat hyviä, muodostuu turvallisuuden ja luottamuksen tunteet kyseiseen hoitajaan. Nukkumistilanne on herkkä hetki, joten lapsi tarvitsee silloin turvallisuuden tunteen pystyäkseen rauhoittumaan ja nukahtamaan. Lapsen on koettava omahoitaja turvalliseksi, jotta hänen läsnä olo tukee nukahtamista eikä vaikeuta sitä.

Päivähoidossa lapsi voi muodostaa yhden, pääasiallisen kiintymyssuhteen lisäksi rinnakkaisia kiintymyssuhteita. Bolwbyn (1991a) mukaan lapsi pyrkii luomaan aluksi kiintymyssuhteen yhteen hoitajaan, josta tulee ensisijainen kiintymyksen kohde päivähoidossa. Tämän vuoksi omahoitajuuskäytäntö on varsin hyvä päivähoidossa etenkin alle 3-vuotiaiden ryhmissä, mikäli kaikki hoitajat ovat aktiivisesti mukana kiintymyssuhteissa ja tekevät työtä hyvällä ammattitaidolla. Työntekijällä täytyy olla tietynlainen, positiivinen ja helposti lähestyttävä perusasenne, jotta lapsi pystyy kiintymään hoitajaan. Hyvän kiintymyssuhteen mahdollistava hoitaja on sensitiivinen, responsiivinen, läsnä oleva ja vastavuoroisesti vuorovaikutuksessa lapsen kanssa. (Rusanen 2011, 198-199.)

Sensitiivisyys on kykyä vastata lapsen tarpeisiin ja aloitteisiin tunnekielellä. Hoitajan aitous näkyvät eleissä ja ilmeissä sekä puheessa lämpimyyden sävyinä. Kannustaminen ja kosketus arjen pienissä hetkissä merkitsevät lapselle paljon. Kommentava puhetyyli on kaukana sensitiivisyydestä. Sensitiivinen hoitaja tuo tilanteisiin aidosti ja luontevasti leikillisyyttä, vertauskuvia ja huumoria. (Kanninen & Sigfrids 2012, 92.) Jotta hoitaja olisi sensitiivinen, niin hänellä täytyy olla pohjalla

aito välittäminen ja halu hoitaa lapsia. Hoitajan perusasenteen täytyy olla lasta arvostava ja hänellä täytyy olla rakkaus lapsiin. Sensitiivinen hoitaja valmistautuu lapsen kanssa päiväunille rauhallisesti ja pyrkii luomaan kiireettömän, luottavaisen ilmapiirin. Lasta hoitaessa hoitaja antaa positiivista, hyväksyvää huomiota kannustamalla, hymyilemällä, kuuntelemalla sekä sanoittamalla tunteita ja toimintaa.

Tätä kaiken perustana olevaa iloista, positiivista sekä lapsirakasta perusasennetta ei voi tekemällä tehdä, vaan sen täytyy olla olemassa. Lapsi ottaa helposti itseensä, jos aikuinen on ilmeetön ja poissaoleva, ja ajattelee itsessä olevan jotakin vikaa (Kanninen & Sigfrids 2012, 93). Tämän vuoksi aikuisten on tietoisesti vältettävä vaipumasta omiin ajatuksiin, sillä lasten kesellä ei voi olla paikalla olematta henkisesti läsnä. Kasvattajan on oltava herkkä myös lapsen sanattomille aloitteille. Jos hän huomaa jonkin asian painavan lapsen mieltä, kasvattajan on selvitettävä asia lapsen kanssa, sillä mieltä painavien asioiden kanssa on vaikeaa nukahtaa. Yleensä ennen nukahtamista pyörivät mietityttävät asiat mielessä, joten kasvattajan on oltava valppaana tunnistamaan ne lapsessa jo ennen nukkumaan menoa.

Päiväunitilanteissa on oltava sensitiivinen lasten sanattomille aloitteille. Joku lapsi saattaa häiriintyä kosketuksesta ja se vaikeuttaa nukahtamista. Joku lapsi katselee sängystään silmät kirkkaina kasvattajaa kohti. Se on usein merkinä siitä, että lapsi tarvitsee hoivaa. Sensitiivinen hoitaja aistii tällaiset pienet viestit lapsilta ennen kuin lapsen täytyy saada huomio esimerkiksi häiritsemällä muiden lasten lepo- rauhaa. Silloin on jo myöhäistä hoitaa tilanne hyvin. Jotta psyykinen turvallisuus taattaisiin jokaisen lapsen kohdalla lepo hetkellä, ei ole syytä tehdä yleistyksiä yksittäisistä tilanteista. Joskus olen kuullut sanottavan, ettei jotakin tiettyä lasta saa silittää. Tilanne on voinut olla se, että lapsi ei ole halunnut juuri tietyn henkilön silittävän, josta on tehty tällainen johtopäätös. Lapsen kosketusherkkyyskin on voinut olla syynä siihen, että lapsi on kokenut kosketuksen epämiellyttävänä. Sii-

nä tilanteessa jämäkkä, laaja-alainen kosketus olisi saattanut toimia. Yleistyksiä on syytä välttää, jottei lapsi koe jäävänsä hoivatta ja tuetta.

Empaattinen hoitaja eläytyy lapsen asemaan ja pyrkii jakamaan tunteen, joka lapsella on sillä hetkellä päällä. Lapsi sanoo yleensä ratkaisun asiaan ja sen takana oleva tunne jääkin tunnistamatta tai huomaamatta. (Koivunen 2009, 33.) Koska lapsella ei ole vielä kykyä sanoittaa tunteitaan, niin hoitajana täytyy olla sensitiivinen ja pohtia, mikä tunne lapsella on päällä. Omahoitajuus auttaa tunteiden tulokinnassa, sillä lapsi on tuttu ja sama hoitaja on yhtäjaksoisesti eniten tekemisissä lapsen kanssa. Täten hoitaja pystyy päätelemään tapahtumien kulun mukaan, miltä lapsesta saattaisi tuntua juuri sillä hetkellä. Empatia tarkoittaa sitä, että hoitaja ei ohita lapsen tunteita ja ilmaisuja töykeästi vaan pyrkii ymmärtämään lapsen tunnetilaa ja tukemaan lasta siinä hetkessä (Koivunen 2009, 34). Hoitajan on tartuttava kiinni lapsen ilmaisuihin ja tunteisiin sekä yhdessä lapsen kanssa keskustella lasta huolettavasta/mietityttävästä asiasta eikä lapsen mielipiteiden ja ilmaisujen yli saa kävellä (Koivunen 2009, 35).

Kiintymyssuhdekäyttäytymisen voi laukaista siirtymätilanteet ja yllättäen tapahtuvat asiat, joten hoitajien on syytä panostaa ennakoituihin siirtymiin rutiinien avulla. Päivärytmi muodostuu vapaasta toiminnasta ja rutiineista. Rutiinit eli toimintaohjeet eri tilanteissa luovat turvallisuuden tunnetta lapselle, jotka hoitajien pitää suunnitella tasapainoiseksi, kaikkien lasten tarpeisiin vastaavaksi kokonaisuudeksi (Kanninen & Sigfrids 2012, 175). Päivän rakentuessa rutiineista on niiden välillä siirtymätilanteita. Siirtymätilanteet pitää ennakoida ja niitä pitää mallittaa ja sanoittaa mahdollisimman hyvin. Portaittainen siirtyminen on hyvä keino rauhoittaa tilanteita, jolloin pitää muistaa järjestää odottajille jotakin pientä tekemistä levottomuuden välttämiseksi. (Kanninen & Sigfrids 2012, 177- 178.)

Päiväunille siirtymisen pitäisi tapahtua rauhallisesti. Tilanne pitää rauhoittaa ennen nukkumista jo ennen nukkumistilaan menemistä. Lapset menevät yksitellen nukkumistilaan, jossa on yksi kasvattaja vastaanottamassa jokaisen lapsen yksilöllisesti huomioiden. (Koivunen 2009, 59.) Olisi hyvä, jos omahoitaja voisi mennä omien lasten kanssa yhtä aikaa nukkumistilaan. Päiväunille siirtymiseen on hyvä luoda rutiineja, jotka seuraavat toisiaan. Viimeisenä, ennen nukkumistilaan menoa, on hyvä olla jokin asia, joka rauhoittaa lapsen ja viestittää lapselle, että on aika mennä nukkumaan.

Omahoitajan tehtävä nukkumistilanteissa on hoitaa ja nukuttaa omat lapset. Omien lasten sängyt kannattaa sijoittaa toistensa lähelle, jotta omahoitaja pystyisi nukuttamaan kaikki lapset suurin piirtein samaan aikaan tai ainakin olemaan lähellä nukahtamisen hetkellä. Lapsi hakee hoitajan huomiota ja hoitajan tehtävä on vastata lapsen tarpeisiin. Hoitaja voi vastata lapsen huomion hakemiseen menemällä hänen luokseen, hyräilemällä, koskettamalla tasaisesti lapsen selkään ja antamalla pehmolelun tai jonkin siirtymäobjektin lapselle, kuten äidin ja isän valokuvan. (Kanninen & Sigfrids 2012, 123.)

3 LAPSEN UNI JA UNEN MERKITYS

Uni on ihmisen perustarve ja sitä tarvitaan elpymiseen sekä energian uudelleen latautumiseen (Lehtinen 1999, 229; Tiusanen 2008, 86). Riittävä uni ja lepo ovat tarpeellisia lapsen kasvulle ja kehitykselle (Koivunen 2009, 36). Uni jaetaan eri vaiheisiin aivotoiminnan aktiivisuuden ja silmänliikkeiden nopeuden perusteella. Pääluokat ovat REM -uni (vilkeuni) ja NREM -uni (ei-vilkeuni). NREM -uni sisältää neljä vaihetta, jotka ovat S1, S2, S3 ja S4. Valveen jälkeinen unitila on REM -uni, joka on vilkeunta. Sen jälkeen uni muuttuu NREM -uneksi S1 -vaiheesta kohti S4 -vaihetta. Unijakso koostuu S1-S2-S3-S4 -jaksosta, joka kestää n. 1,5 tuntia leikki-ikässä. Syvä uni eli S3 ja S4 -unet on ihmiselle tärkein univaihe. Toiseksi tärkein univaihe on vilkeuni. (Saarenpää-Heikkilä 2007, 14-15.)

Leikki-ikäinen tarvitsee unta n. 11 tuntia ja useimmat nukkuvat yhdet päiväunet. Päiväunien tarve on yksilöllinen, mutta päiväunet loppuvat yleensä kouluikään mennessä. (Saarenpää-Heikkilä 2007, 18- 19.) Ne jäävät vähitellen pois; noin 3-6 -vuoden iässä. Päiväunien jäädessä pois lapsi tarvitsee siltikin lepoa ja rauhallista toimintaa. (Litja & Oinonen 2000, 43.) Päivähoitopäivä kuluttaa lapselta enemmän energiaa ja vaatii enemmän voimavaroja kuin kotona ollessa, joten lasten päiväunet ovat tärkeitä päiväkodissa. Lapsi tarvitsee riittävästi unta ja lepoa, jotta energiaa riittää touhuamiseen. Lapsi on saanut nukkua riittävästi, kun herää virkeänä ja hyväntuulisena sängystään. Jos lapsi herätetään kesken syvän unen (S3/S4), hän herää kärtyisenä, väsyneenä ja sekavana. (Mikkola & Nivalainen 2009, 46.)

Nukkuminen tai ainakin lepo hetki on tärkeää päiväkodissa oleville lapsille. Jatkuva hälinä, virikkeet ja vieraita elementtejä sisältävä ympäristö lisää lapsella stressiä eli kortisolia erittyä. Kortisoli vaikuttaa mm. oppimiseen ja tunteiden säätelyyn. Se vaikuttaa myös sosiaaliseen käyttäytymiseen. Vermeerin & Ijzendoomin

(2006) mukaan kortisolin lisääntyneeseen eritykseen on yhteydessä ujous ja itesäätelyn vaikeudet. Kortisolin erityks on normaalia puolipäivälapsilla, mutta kokopäivälapsilla on suurentunut kortisolin erityks koko päivän. Lepohetki ja nukkuminen pienentävät stressiä, jolloin lapsella on parempi olla. Hoitajan tehtävä on kertoa vanhemmille tietoa ja perustella lapsen tarvetta nukkumiseen/lepo hetkeen. (Kanninen & Sigfrids 2012, 122.)

Gunnarin ym. (2010, 858) tutkimuksessa todettiin, että päivä hoidossa olleiden lasten kortisolitasot nousivat aamupäivästä iltapäivään mennessä, mutta kotona olleiden lasten kortisolitasot pysyivät ennallaan. Kortisolitasoa nostivat tutkimuksen mukaan runsas ohjattu toiminta ja vähäinen vapaa leikki. (Rusanen 2011, 240.) Tutkimustulokset puhuvat sen puolesta, että lapsen aivoille on suotava lepo hetki jatkuvasta valppaana olost. Iltapäivisin ei ole syytä järjestää kovin intensiivistä, pitkäkestoista ohjattua toimintaa, sillä lapsen vireystila ja jaksaminen eivät ponnisteluista huolimatta välttämättä riitä keskittymiseen. Paljon tärkeämpää on antaa iltapäivisin aikaa vapaalle leikille etenkin jos lapsen hoitopäivät ovat pitkiä.

Uni on tärkeää aivojen toiminnolle, kuten muistille ja keskittymiskyvyille, tunne-elämän kehittymiselle sekä fysiologiselle kehittymiselle (Koivunen 2009, 36; Sirén-Tiusanen & Tiusanen 2001, 81). Väsymys heikentää uuden oppimista ja uudenlaisista suorittamista sekä saa aikaan enemmän virheitä, jotka voivat olla vakaviakin. Suoritusvirheiden takana on keskittymiskyvyn heikentyminen, joka johtuu unen puutteesta. Keskittymiskykyä tarvitaan oppimiseen ja toimintojen suorittamiseen. Jos se puuttuu, lapsesta tulee levoton ja harhaileva sekä lyhytjänteinen eli yliväsynyt. Uni vaikuttaa myös muistamiseen. Unessa asiat jäävät paremmin pitkäkestoiseen muistiin kuin valveilla. Muistettavat asiat tarvitsevat monia unen vaiheita mieleen painumiseen. (Saarenpää-Heikkilä 2007, 34-35.)

Uni on tärkeää myös tunne-elämän kehittymiselle. Unen tehtävä on käsitellä ja jäsentää tunteita sekä käsitellä vaikeita asioita ja pelkoja. Juonipitoisia, merkityksellisiä unia nähdään vilkeunivaiheissa. (Saarenpää-Heikkilä 2007, 27-28.) Lapsi tarvitsee unta fyysiseen kasvuun ja kehittymiseen. Kasvuhormonia erittyy syvän unen vaiheessa. Monia muitakin hormoneja erittyy syvän unen vaiheessa kuten stressihormonia eli kortisolia. Jos kortisolipitoisuudet pääsevät liian suuriksi ja ovat koholla jatkuvasti, sokeritasapaino häiriytyy, josta voi olla seurauksena mm. metabolista oireyhtymää ym. lihavuuteen liittyviä sairauksia. Päänsärkyä saattaa ilmetä syvän unen puutteen myötä. Unen puute saattaa lisätä herkkyyttä sairastua tulehdussairauksiin. (Saarenpää-Heikkilä 2007, 29-30.) Lapsen unen/unirytmien ollessa rikkonainen, voi se tuoda tullessaan univajetta, väsymystä, tuskaisuutta, ylivilkkautta, liikavalvomista ja ärtyisyyttä (Tiusanen 2008, 88).

Jos päiväunet jäävät liian lyhyiksi tai ovat rikkonaisia, tuo se tullessaan joitakin edellä mainituista oireista. Päivällä leikit saattavat sujua levottomasti, mikä ei edistä lapsen hyvää oloa. Lapsi saattaa olla jopa niin väsynyt, että ei jaksaa aloittaa leikkiä tai nukahtaa kesken leikin. Iltaisin repaleiset päiväunet tuovat tullessaan hankaluuksia nukkumaan menemisessä. Lapsi saattaa olla yliväsynyt, levoton ja kärtyinen, mikä johtaa sängyssä pyörimiseen, vanhemman vastusteluun sekä itkuisuuteen tai ärtyilemiseen.

Päiväunien tarpeellisuudesta ja lapsen herättämisestä kesken unien käydään keskustelua vanhempien ja kasvattajien välillä. Jotkut vanhemmat perustelevat päiväunien rajoittamisen ja lapsen herättämisen kesken unien sillä, että lapsi saataisiin helpommin nukahtamaan illalla (Koivunen 2009, 37). Tämä tulee arjen työssä usein vastaan. Hakkaraisen (1978) mukaan yliväsyneen lapsen nukahtaminen kestää jopa 45 minuuttia ja sen lisäksi yöunetkin tahtovat jäädä vähäiseksi (Tiusanen 2008, 87). Unen saamiseen vaikuttavat unen tarpeen lisäksi myös illan rutiinit, yliväsymys ym. monet asiat (Koivunen 2009, 37).

Weissbluth (1989, 369) toteaa, että ehyt unirytmistö muodostuu unen määrästä, päiväunien nukkumisesta, päiväunien katkeilemattomuudesta ja häiriintymättömyydestä sekä unien kokonaisaikataulusta (Tiusanen 2008, 88). Asia ei siis ole yksinkertainen ja toimintaperiaate ei ole kertakokeilun jälkeen yleistettävissä. Lapsen päiväunia ja nukahtamista on seurattava sekä päiväkodissa että kotona pidemmän ajanjakson ajan, jotta saadaan tasattua eri päivien tapahtumien vaikutusta. Vanhempien ja kasvattajien on myös reflektoitava omaa toimintaansa, että millä tavoin pystyy luomaan emotionaalisesti rauhoittavan ja turvallisen tilanteen nukahtamiselle.

Hakkarainen (1978) kertoo että, jos lasten uni jää vähäiseksi suhteessa aivotoinnan aktiivisuuteen ja rasittavuuteen, niin nukahtaminen vaikeutuu sekä lapsi joutuu usein tällöin aamulla herättämään. Päiväunien tulisi kestää 1 ½ tuntia yhtäjaksoisesti. Syvästä unesta herättäminen vaikuttaa haitallisesti lapseen, sillä silloin tärkeä syvän unen vaihe katkeaa. (Tiusanen, 2008, 86-87.) Syvän unen aikana käsiteltävät tunteet, kokemukset, ongelmat ja tiedon muistaminen sekä niiden käsitteleminen keskeytyy, kun lapsi herätetään kesken kaiken. Lasta ei saa siis herättää kesken päiväunien.

Yöunet ja päiväunet kietoutuvat tiukasti yhteen, joten tarvitaan aktiivista kasvattajien ja vanhempien välistä yhteistyötä. Pahimmillaan univaikeuksista muodostuu kierre, josta on vaikea päästä pois ilman avointa, kunnioittavaa ja rakentavaa yhteistyötä. Aikuisten on yhteistyössä taattava lasten tarvitsema unen tarve ja sen hyvä laatu. Kasvatuskumppanuuden avulla päästään tilanteeseen, jossa sekä vanhemmat että kasvattajat tekevät yhteistyötä lapsen hyvinvoinnin eteen. Ilman hyvää vastavuoroista kasvatuskumppanuutta lapsi joutuu kiistakapulaksi, jolloin molempien tahtoma lapsen paras ei toteudu.

4 LAPSEN LEIKKI KOKEMUSTEN ILMAISIJANA

Leikkiä on hankala määrittää yksiselitteisesti ja tyhjentävästi. Jokaisella on kokemus leikistä, mutta sen ilmaiseminen sanallisesti on vaikeaa. Leikin määrittelyssä tulee esille kuitenkin käsitteet vapaaehtoisuus, sisäinen motivaatio, tyydytys ja leikin prosessin ensisijaisuus. (Kalliala 2008, 40; Hakkarainen 2008, 99.) Lapset itse rakentavat toimintaa, johon ottavat aineksia ympäröivästä todellisuudesta. Asiat eivät välttämättä näyttäydy leikissä samanlaisena kuin arkitodellisuudessa. Lapset käsittelevät kokemuksiaan leikissä ja etsivät merkityksellisiä asioita elämästään leikin avulla. He luovat toisen todellisuuden arkitodellisuuden rinnalle, leikkidodellisuuden. (Hakkarainen 2008, 99-100.)

Lapsi kehittyy leikin avulla fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti (Koivunen 2009, 40). Leikin moniulotteisuutta ja oleellisuutta kuvastaa toteamus: "Autismi on ihmisen miinus leikki" (Kuhfuss 1996, 76). Leikin tärkeydestä kertoo sekin, että YK:n lapsen oikeuksien julistukseen on periaatteen seitsemän kohdalla teksti "--Lapsella tulee olla riittävät mahdollisuudet leikkiin--" (Suomen UNICEF 1959). Lapsen luonnolliset tavat toimia ovat liikkuminen, leikkiminen, taiteellinen kokeminen ja ilmaiseminen sekä tutkiminen (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 20). Lapsen on luonnollista käsitellä ympäröivää maailmaa leikin kautta, joten leikkiä pitää arvostaa. Leikin kautta pystyy pääsemään myös lähemmäksi lasten ajatuksia, jonka avulla aikuinen voi auttaa lasta käsittelemään mietteitään.

Roolileikki alkaa kehittyä jo 2-3 -vuotiaana, mutta silloin leikki on vielä rinnakkaisleikkiä eivätkä roolien väliset suhteet ole jäsentyneet. Leikkiesineiden korvattavuuskin alkaa kehittyä pikku hiljaa. Leikin kehitysvaiheista roolileikki on kiihvimmillaan ja kehittyneimmillään 4-5 -vuotiaana. Tällöin roolien väliset suhteet ovat vastavuoroisia sekä leikki on pitkäkestoista ja mielikuvituksellista. 4-5 -

vuotiaiden kuvitteluun perustuva roolileikki kykenee etenemään lasten välisten neuvotteluiden avulla juonellisesti eteenpäin. (Aaltonen, Ojanen, Sivén, Vihunen & Vilén 1997, 242; Hakkarainen 2008, 101.) Kokemusten tutkiminen helpottuu, kun lapset ovat roolileikkivaiheessa. Silloin aikuisten on helpompi tavoittaa lasten leikkien takana olevat merkitykset, koska puhetta on toiminnan lisäksi paljon. Roolileikissä leikkijät selostavat tapahtumien kulkua samalla kuin he leikkivät sekä neuvottelevat paljon rooleista ja juonen kulusta.

Kehittyneessä kuvitteluun perustuvassa roolileikissä sukkuloidaan arkitodellisuuden ja leikitodellisuuden välillä. Lapsi on välillä näyttelijä ja välillä ohjaaja. Lapset lausuvat usein repliikit konditionaalissa esimerkiksi ”Nyt tää menis nukkumaan.” Kehittynyt kuvitteellinen roolileikki vaatii lapselta paljon taitoja. Lapsen pitää hallita leikin rakenne ja seurata juonta. Lapsen pitää kyetä pysymään leikissä mukana roolin sisällä vaikka leikki muuttaakin yhtäkkiä suuntaa. (Kalliala & Tahkokallio 2001, 37.) Lapsen pitää osata asettautua rooliin ja pitää huolta oman roolin pysymisessä leikissä mukana sekä kehittää leikin juonta eteenpäin.

Leikkiessään lapset muodostavat itse leikin sisäisiä sääntöjä, joita voidaan neuvotellen muuttaa. Symbolisuus toteutuu, kun lapset neuvottelemalla luovat eri esineille uusia käyttötarkoituksia. (Kurkela 1996, 87.) Lapsi tarvitsee leikkiessään moniulotteisia kokemuksia, kielellisesti rikkaan sosiaalisen ympäristön kotona ja päivähoitossa sekä runsaasti mielikuvitusta. Aikuiset pystyvät omalla toiminnallaan mahdollisimman rikkaan ympäristön, joka mahdollistaisi kokemuksellisia elämyksiä. Leikkivälineistö pitää olla monipuolinen ja muunneltavissa, jotta lapsi pystyy leikeissään käsittelemään häntä mietityttäviä asioita.

Leikki on kokonaisuus kokemuksia ja toiveita (Kalliala & Tahkokallio 2001, 37). Lapset käsittelevät kokemuksiaan ja tunteitaan leikissä. Arkitodellisuudesta poimitut asiat saavat mielikuvituksen avulla lisää sisältöä sekä niitä viedään leikin

avulla eteenpäin. Omat toiveetkin näkyvät leikin sisällössä. Lapsi ei pysty luomaan leikkiin elementtejä, joita ei ole kuullut, nähnyt, kokenut tai tuntenut millään tavoin. Lapset oppivat leikissä myös toisilta lapsilta, sillä jokaisella lapsella on oma kokemusmaailmansa. Lapsi käyttää leikkiessä luovuutta, ongelmanratkaisutaitoa ja hyödyntää omaa kokemusmaailmaansa (Koivunen 2009, 40). Lapsen leikki on lasten ajatusten ilmentymää eli lapsen leikki ilmaisee sen, mitä lapsella on mielen päällä, minkälaisia asioita on tapahtunut tai mitä tulee tapahtumaan. Lapsen leikki on ytimekkäästi tiivistettynä yhtä kuin lapsen ajatukset.

Leikkitodellisuus on siis melko tiiviisti yhteydessä arkitodellisuuteen. Leikki on toinen ulottuvuus, jossa lapsi tutkii toiminnan kautta mietittyjä asioita ja käsittelee kokemuksiaan sekä havaintojaan. Lapsen leikkiessä aikuinen voi kurkistaa lapsen sisimpään ajatus- ja kokemusmaailmaan. (Mikkola & Nivalainen 2009, 54.) Mielikuvitusta apuna käyttäen lapsi tutkii kokemuksiaan ja tunteitaan. Leikissä lapsi jäljittelee todellisuutta. (Lindqvist 1998, 67.) Leikin ja todellisuuden suhde ei saa olla kahlitseva. Symboliikka ja mielikuvitus saavat aikaan vapauden. Leikissä skeittilauta voi toimia lapsena ja sama esine toisessakin roolissa. Leikkitodellisuus syntyy, kun leikki ja mielikuvitus ottavat soveltaen aineksia ulkoisesta arkitodellisuudesta sekä sisäisestä ajatusmaailmasta. Leikki ei siis ole suora kopio todellisuudesta, sillä leikissä ei ole samanlaisia rajoitteita ja jähmettyneitä toimintamalleja kuin arkitodellisuudessa. (Kurkela 1996, 86-87.)

Leikissä voidaan kehittää omia kokemuksia eteenpäin sekä luoda uudenlaisia ratkaisuja jo koettuihin asioihin. Leikkiessä lapsi saattaa luoda myös omia ratkaisumalleja tapahtumiin, jotka ovat vasta tulossa. Leikissä omiin kokemuksiin saattaa sekoittua myös toisen lapsen kokemuksia, jotka toinen lapsi on tuonut esille. Leikin kautta lapsi siis mm. käsittelee asioita, pohtii vaihtoehtoja, luo kuvitelmia sekä valmistautuu tulevaan. Leikki on lapsen väline asioiden käsittelemiseen samoin

kuten aikuisilla syvälliset keskustelut ystävän kanssa tai hiljaiset miettimistuokiot itsekseen.

Leikin avulla voidaan päästä sisälle lasten kokemusmaailmaan. Lapsi tuo leikkiesään arkitodellisuuden asioita leikkitodellisuuteen. Leikkitodellisuudessa lapsi käsittelee mietityttäviä asioita ja tuo esille huolia sekä ilon aiheita. Leikkitodellisuus on kuin aikuisten ja lasten kokemusmaailmojen yhtymäkohta, jossa molemmat osapuolet pystyvät samassa määrin osallistumaan asioiden käsittelyyn ja molemmin puolinen ymmärrys toteutuu. Lapsi pystyy tuomaan leikkien omia kokemuksiaan ilmi ja aikuinen pystyy leikkiin osallistuessaan selvittämään lapsen ajatuksia roolin ja juonen käännteiden avulla. Leikin avulla pystytään tutkimaan lasten kokemuksia, sillä lasten on mahdotonta kielellisen kehitystasonsa vuoksi tuoda niitä niin hyvin esille suullisesti tai kirjallisesti.

5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

5.1 Metodologiset ja tieteenfilosofiset lähtökohdat

Opinnäytetyössä on käytetty laadullista eli kvalitatiivista tutkimusmenetelmää, sillä se sopii lasten kokemusten tutkimiseen. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa on periaatteena todellisen elämän kuvaaminen. Kvalitatiivisen tutkimuksen tarkoitus on löytää tai paljastaa tosiasioita eikä todentaa olemassa olevia (totuus-) väittämiä tai teorioita. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 161.) Kvalitatiivinen tutkimuksen suunnittelu on joustavaa ja väljää eikä voi olla kovin täsmällistä. Tämän vuoksi tutkimussuunnitelma voi muuttua tutkimuksen edetessä. Tutkimusprosessi aineiston keruineen ja analysoimisineen ei ole ennakoitavissa, joten sitä ei voi suunnitella tarkasti. Se muotoutuu opinnäytetyön edetessä. (Paunonen & Vehviläinen-Julkunen 1997, 45.)

Kvalitatiivisen tutkimuksen lajeja on useita ja niistä yksi on fenomenologinen lähestymistapa. Fenomenologinen tutkimus tutkii ihmisen kokemusta. Fenomenologisen tutkimuksen tavoitteena on saavuttaa toisen ihmisen kokemus mahdollisimman hyvin niin kuin ihminen sen kokee. Opinnäytetyöni tarkoituksena on selvittää lasten kokemuksia päiväunitilanteista. Kokemus on suhde, joka syntyy tajuvan subjektin, toiminnan ja kohteen välillä. Kokemusta kutsutaan myös merkityssuhteeksi. (Virtanen 2006, 152, 165; Perttula 2011, 116.) Merkityssuhteet muodostuvat merkityksistä (Varto 1992, 56). Ihminen tekee havaintoja tarkoituksellisesti juuri kyseisestä kohteesta ja havaintojen kohteelle ihminen antaa ajattelun avulla merkityksiä. Nämä havainnot ja kyseisessä tilanteessa tapahtuva ajattelu ovat intentionaalisia (Åstedt-Kurki & Nieminen 1997, 154).

Intentionaalisuus tarkoittaa ”tajunnallisuuteen kuuluvaa tapaa suuntautua johonkin, oman toimintansa ulkopuolelle” (Perttula 2011, 116). Ihmiset voivat antaa samalle kohteelle erilaisia merkityksiä, joten kokemuksista on mahdotonta tehdä yleispätevää teoriaa tai päätelmää. Kokemus on aina yksilökohtainen. Fenomenologinen lähestymistapa on kiinnostunut ihmisten erilaisista kokemuksista. (Åstedt-Kurki & Nieminen 1997, 152.) Fenomenologia tutkii ihmisen omaa, kokemuksellista suhdetta omaan elämäntodellisuuteen (Laine 2007, 29).

Ennen aineiston keruuta minun täytyi ”tyhjentää pää” ennakkokäsityksistä niin hyvin kuin mahdollista, etteivät ne sekoittuisi tutkittavan kokemuksiin. Fenomenologisessa tutkimuksessa ei saa asettaa mitään ennakko-oletuksia vaan niitä pitää pyrkiä tietoisesti välttämään (Kyrönlampi-Kylmänen 2007, 64). Koko tutkimusprosessin ajan oli reflektoitava itseään ja omia käsityksiään, jotta ne vaikuttaisivat mahdollisimman vähän tutkimuksen tuloksiin. Teen tutkimukseni aineistolähtöisesti. Fenomenologisessa tutkimuksessa ei saakaan olla alussa minkäänlaista teoriaa tai viitekehystä, joka ohjaisi tutkimuksen kulkua. Eihän ihmisen kokemuksia voi etukäteen tietää. (Åstedt-Kurki & Nieminen 1997, 154-155.) Tavoitteena on päästä heti itse asiaan ilman teorioita tai käsityksiä (Varto 1992, 86).

5.2 Aikaisemmat tutkimukset

Tarkastelin kahta lasten päiväunitilanteeseen liittyvää tutkimusta. Toisen tutkimuksen ”Lapsen lepo päiväkodissa” on toteuttanut Hakoluoto ja Kuittinen (2011). He ovat käsitelleet opinnäytetyössään lapsen lepoa vanhempien näkökulmasta tarkoituksenaan tutkia vanhempien kokemuksia ja käsityksiä päivälevosta sekä sen vaikutuksista ja merkityksestä kotona sekä päivähoidossa. Tuloksissa nousi päällimmäisenä esiin asioita hoitajan toiminnasta, rutiineista sekä henkilökunnan

ja vanhempien vuorovaikutuksesta. Myös tämän tutkimuksen tulokset pitävät henkilökunnan toimintaa ratkaisevana, miten päivälepo toteutetaan.

Mikaela Lehvonen (2011) on tutkinut aihetta myös vanhempien näkökulmasta opinnäytetyössään ”LIKKUMATTA EMME OSAISI OLLA - Satuportsan päiväkodin 4-6 -vuotiaiden lasten liikunta- ja nukkumistottumusten kartoittamista”. Tässä työssä tutkimuksen kohteena ovat olleet liikuntatottumukset sekä nukkumistavat. Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, nukkuvatko lapset ja miten he nukkuvat päiväunia. Vanhempien mielipidettä päiväunikäytännöistä on tutkittu myös. Tutkimustuloksista selvisi, että suurin osa lapsista nukkui päiväunia vaihtelevasti tai ei lainkaan. Vanhemmat kokivat lasten päiväunet tärkeäksi, mutta muutama kertoi päiväunien pitkittävän nukkumaan menoa iltaisin. Oman selvitystyöni perusteella voin todeta, että toista tätä aihetta koskevaa ja lasten kokemuksellista näkökulmasta toteutettua tutkimusta ei ole tehty.

5.3 Tutkimuskysymykset

Lapsen päivärytmissä päiväunitilanne on sellainen hetki, jolloin aikuiselta vaaditaan kykyä ymmärtää lasten sen hetkisiä, yksilökohtaisia tarpeita. Lapsi tarvitsee aikuiselta tukea ja turvaa siinä tilanteessa. Jotta aikuinen pystyisi tukemaan lasta mahdollisimman hyvin, aikuisen on tunnettava lasten kokemusmaailmaa ja pystyttävä asettautumaan lapsen asemaan. Tutkimuskysymysten asettelussa halusin tuoda esille lapsinäkökulman, jonka pohjalta päiväunitilanteita on mahdollista kehittää. Tämä lähestymistapa karsii pois työntekijöiden sekä vanhempien näkökulman tiedon tuottajina. Vanhemmat ja työntekijät eivät koe tilannetta samanlaisena kuin lapset, sillä työntekijän rooli on nukkumistilassa eri kuin lapsen ja vanhempi ei ole nukkumistilanteessa mukana. Tämän vuoksi luotan lapsiin tiedon tuottajina. Ensimmäisen tutkimuskysymyksen tarkoituksena on tuoda lasten ko-

kemusmaailmaa esille ja näin saada työntekijää lähemmäksi lapsen kokemuksellista todellisuutta. (Tutkimuskysymys 1.)

Lasten kokemukset sellaisenaan eivät tuo tarpeeksi kovaa sysäystä konkreettiseen muutokseen päivittäisessä toiminnassa. Työntekijöiden olisi hyvä saada tietää, millä tavoin päiväunitilanteita saataisiin lasten hyvinvointia tukevimmiksi (Tutkimuskysymys 2). Lapsen kokemus turvallisuuden tunteesta ja tunne siitä, että on huomioitu, kertovat, onko lapsen hyvinvointi siinä hetkessä taattu. Aikuisella on tilanteessa iso merkitys turvallisuuden ja hoivan antajana, joten halusin, että tutkimukseni toisi myös konkreettista tietoa, millä tavoin lapset toivoisivat aikuisten toimivan päiväunitilanteissa (Alatutkimuskysymys 2a). Tästä muodostui toisen tutkimuskysymyksen alakysymys.

Jotta aikuiset pystyisivät reflektoimaan omaa toimintaansa paremmin, niin toin toisessa alakysymyksessä esille myös sen, mikä erityisesti aikuisen toiminnassa ylipäättään vaikuttaa lapsen hyvinvointiin (Alatutkimuskysymys 2b). Näiden alakysymysten tuomat vastaukset vastaavat yhdessä toiseen pääkysymykseen (Tutkimuskysymys 2) mahdollisista keinoista, millä tavoin päiväunitilanteita voisi kehittää.

Tutkimuskysymykset:

1. Miten lapset kokevat päiväunitilanteet?

2. Miten päiväunitilanteita saataisiin lasten hyvinvointia tukevimmiksi?

2a) Miten lapset haluavat aikuisten toimivan päiväunitilanteissa?

2b) Mikä aikuisen toiminnassa vaikuttaa lasten unen saantiin, turvallisuuden tunteeseen ja rauhoittumiseen.

5.4 Aineiston keruu

Ennen tutkimuksen varsinaista aloittamista anoin tutkimuslupaa kirjallisesti kuntayhtymän viranomaiselta, joka vastaa varhaiskasvatuspalveluista. Tutkimuslupa myönnettiin tietyin edellytyksin 25.5.2012 (LIITE 1). Tämän jälkeen aloitin tutkimuksen aineiston keruun, kun kaikilta tutkimukseen osallistuvien lasten vanhemmilta oli saatu lupa lasten osallistumiseen tutkimukseen.

Tutkimuksen kohdejoukko on valittu tarkoituksenmukaisesti. Kriteereinä olivat **4 vuoden ikä**, jotta leikki-aidot olisivat kehittyneet juonellisen roolileikin tasolle. Roolileikin aloitusvaihe osuu eri lähteiden mukaan (esim. Hakkarainen 2008; Kalliala 2008) keskimäärin kolmen ikävuoden lähetyvillä, mutta itsenäisesti lapsi pystyy viemään leikin juonta roolissa ollessaan eteenpäin 4-vuotiaana (Hakkarainen 2008, 101). Kriteerinä valinnalle oli myös se, että lapsi **nukkuisi vähintään puolella lepo-ohjelmalla päivän**. Siten hänellä olisi tuoreita kokemuksia muistissa päiväunitilanteista.

Lapsen piti olla **tuttu lapsi**, jotta luottamus tutkijaan on syntynyt jo aiemmin, sillä aineiston keruumenetelmänä on luottamusta vaativa menetelmä osallistuva havainnointi. Kun olin valinnut lapset (N=7) edeltävien kriteerien perusteella, niin kysyin kyseisten lasten vanhemmilta kirjallisesti lupaa näiden lasten osallistumiseksi opinnäytetyön aineiston antamiseen (LIITE 2). Kaikkien näiden lasten vanhemmilta sainkin luvan. Erään lapsen kohdalla päivähoiton tarve loppuikin yhtäkkiä, jolloin kokemusten saaminen häneltä jäi saamatta. Muiden lasten kanssa (N=6) leikin nukkumistilanteet.

Aineiston keruun toteutin osallistuvan havainnoinnin keinoin. Aineiston keruu tapahtui siten, että minä tutkijana ja lapsi leikimme "nukkaria" eli leikkiä, jonka juoni kietoutuu nukkumistilanteen ympärille. Leikki oli roolileikkiä. Lapsi sai

päättää leikin roolijaon. Joidenkin lasten kohdalla käytin leikin lopuksi avointa yksilöhaastattelua tukemaan tai täydentämään leikistä saatuja havaintoja. Aineiston riittävyttä pohdin aineiston keruun aikana. Aineiston keruun aikana litteroin jo saatuja aineistoja, jotta näkisin missä vaiheessa aineistoa on riittävästi. Koin, että aineistoa oli riittävästi, kun olin kerännyt kuuden tutkimukseen osallistuneiden lasten leikeistä aineistoa. Hyvänä ohjeena onkin, että kannattaa analysoida pieni määrä aineistoa ennen kuin jatkaa aineiston keruuta (Mäkelä 1990, 52).

Aineiston pääasiallisena keruumetodinani oli olla osallistuja havainnoijana, joka on yksi tapa toteuttaa osallistuvaa havainnointia (Metsämuuronen 2001, 45). Havainnoinnin etu on suoran tiedon saaminen tutkittavien todellisesta elämästä ilman välikäsiä. Lapsen kielellisen kehityksen taso on matalammalla kuin aikuisen, joten havainnointi sopii senkin vuoksi hyvin tähän tutkimukseen. (Hirsjärvi ym. 2009, 213.) Abstraktistakin asiasta on mahdollista saada luotettavaa tietoa. Tutkijan on päästävä sisälle yhteisöön, jos aikomuksena on kerätä aineisto osallistuvan havainnoinnin avulla. Itse kuuluin yhteisöön jo valmiiksi, sillä tutkimushenkilöni koostuivat työpaikkani palvelun saajista. Tuttuus lisää riskejä, mutta tämä asia on tiedostettava. (Vilkkä 2005, 122.) Minun ja lapsen välillä oli kasvattajan ja kasvatettavan suhde, joten se saattoi vaikuttaa joko positiivisesti tai negatiivisesti aineiston saamiseen. Lasten kokemusten esiintuomiseksi halusin, että lapset ovat itse tiedon tuottajina ilman välikäsiä. Näin sain kuulla, mitä lasten kokemusmaailmaan oikeasti kuuluu (Ritala-Koskinen 2001,146).

Kun olin leikissä osallistujana, pystyin tarvittaessa ohjaamaan leikkiä päiväunien suuntaan, jos nukkumistilanne ei tule leikissä muuten esille. Leikki saattaa myös jäädä lyhyeksi, mikäli leikkijöiden leikkitaidot ovat keskenään samalla tasolla. Rooli-/kuvitteluleikki vaatii paljon taitoja leikkijältä, joten kaikilla kyseisessä leikin kehitysvaiheessa olevalla lapsilla ei ole vielä valmiuksia siihen. (Kalliala & Tahkokallio 2001, 37.) Tämäkin oli perusteena, miksi halusin havainnoida leikkijänä ol-

lessani. Samalla pystyisin tukemaan lasta hänen leikkiessään. Aineiston keruun menetelmänä oli, että minä ja lapsi leikimme ”nukkaria” eli leikkiä, johon sisältyy nukkumistilanne lapsen valitsemissa puitteissa.

Aineiston keruu tapahtuu luonnollisissa ja todellisissa tilanteissa. Lapset saivat itse päättää, missä tilassa ”nukkaria” leikittäisiin, ja yleisimmin tila olikin arkitodellisuuden nukkumistila. Lapset päättivät myös sen, mitä nukkumisleikkiin tarvittiin. Lisää esineitä haettiin leikkiin myös nukkarileikin aikanakin. Lapset saivat itse päättää roolit, mitä kukin leikissä oleva esine/henkilö esittää. Aineiston keruun instrumentti on mieluummin tutkija ja hänen taitonsa havainnoida ym. kuin erilaiset mittausvälineet. (Hirsjärvi ym. 2009, 164.) Nukkumistilanteen ollessa muutoinkin herkkä hetki, koin leikin tutun aikuisen kanssa olevan paras tapa saada lasten kokemuksia esiin. Yksi lapsen luonnollisista tavoista toimia on leikkiminen, niin halusin ottaa sen osaksi tapaa kerätä aineistoa. Leikki on enemmän kuin ”vain leikkiä”. Leikissä lapsi käsittelee omia havaintojaan ja kokemuksiaan (Mikkola & Nivalainen 2009, 54).

Sosiaalisessa tilanteessa täytyi pyrkiä häivyttämään itsensä, oltava ulkoisesti passiivinen, mutta sisäisesti aktiivinen ja antaa tutkittavan johdattaa tilannetta. (Perttula 2011, 140-141, 143.) Leikkiessäni lapsen kanssa minun täytyi heittäytyä täysillä sisälle leikkiin. Kuvitteluleikissä leikkijät leikkivät rooleissa. Annoin lapsen päättää roolit ja luoda ensimmäiset siirrot leikissä. Usein käytinkin lausetta ”mitä tämä nyt tekis?”. Sen avulla lapsi johdatteli leikin juonen kulkua, jotta lapsen kokemukset tulisivat leikissä näkyviin. Osallistuin kuitenkin leikkiin aktiivisesti, mutta antautuen johdattelulle ja aloitteille, sillä leikki ei olisi leikkiä ilman tasavertaista vastavuoroisuutta. Tutkijana minun oli pystyteltävä leikitodellisuudessa ilman suoria hyppyjä tutkimushenkilön arkitodellisuuteen. Aina pitäisi muistaa puhua roolin kautta, mikä oli joskus hyvinkin haastavaa.

Osallistuvan havainnoinnin lisäksi käytin muutamissa osallistuvissa havainnointitilanteissa lisänä avointa yksilöhaastattelua tukemaan leikki-ilannetta. Näissä tilanteissa koin, että pääsen vielä lähemmäksi lapsen kokemusta, kun täydennän aineiston keruuta kysymällä muutamia kysymyksiä. Lisäksi halusin vahvistaa leikin roolia arkitodellisuuden kokemusten ilmaisijana. Avoin haastattelu ei seikkaile eri todellisuuksien välillä, joten lasten vastaukset ovat suoraan todellisuuteen pohjautuvia ilman leikkiin kuuluvaa draamaa ja toiveita. Kysymyksiin ei ollut mitään valmiiksi laadittua mallia vaan kysyin asioita, joista halusin tarkennuksia tai lisätietoa lapselta. Avoin haastattelu menetelmänä onkin melkein kuin tavallista keskustelua (Eskola & Suoranta 2005, 86). Avoimen haastattelun avulla saatu tieto on syvää (Metsämuuronen 2001, 43). Avoin haastattelu sopii metodina hyvin fenomenologiseen tutkimukseen, sillä haastattelutilanne pitäisi olla luonnollinen ja keskustelunomainen (Vilka 2005, 113-114).

Fenomenologinen lähestymistapa ei ota huomioon puheen ja toiminnan lisäksi pieniä yksityiskohtia kuten taukoja puheessa. Fenomenologia on kiinnostunut yksittäisistä mielellisistä merkityksistä. Niistä paljastuu merkityssuhteita ja kokonaisuuksia. (Vilka 2005, 137.) Tämän vuoksi en aineiston keruussa ole ottanut huomioon muuta kuin toiminnan ja puheen, ellei ole ollut ainut keino ilmaista tietyllä hetkellä mielipidettään. Ongelmana on eleiden ja äänenpainojen ohittamisessa se, että lapsen kielellisen kehityksen taso on alempana kuin aikuisella. Tämän vuoksi ilmaisuihin oli analyysivaiheissa perehdyttävä tarkasti videoaineiston ja litteroidun aineiston avulla, jotta osasi ottaa huomioon situationaalisuuden eli tilanteen, jossa lapsi ilmaisi jotakin.

Ennen kunkin lapsen kanssa leikkimistä, kerroin lapselle mitä haluaisin tehdä hänen kanssaan ja miksi. Kerroin koko aiemman prosessin, jotta lapsi ymmärtäisi mistä on kysymys. Lopuksi kysyin lapselta, haluaako osallistua leikkiin. Lapsi sai tutustua kameraan ja ääninauhuriin. Sopivan hetken tullessa ehdotin lapselle

nukkarileikkiä viitaten aiempaan keskusteluunne. Sopiva hetki oli, kun lapsi ei ollut väsynyt, muuta intensiivistä tekemistä ei ollut sillä hetkellä meneillään ja aikaa olisi riittävästi leikkiin ennen jotakin aikaan sidottua toimintoa. Jotkut lapset innostuivat kuvailemaan kameralla tutkimustilanteen jälkeenkin ja kuvia tulostettiin kotiin mukaan otettavaksi. Aineiston keruu toteutui pääasiassa kesäkuun 2012 aikana.

5.5 Aineiston analyysimenetelmä

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa on erilaisia mahdollisuuksia aineiston analysoimiseen. Tutkimuksen tavoitteena oli päästä mahdollisimman lähelle lapsen koke-
musta, joten vaihtoehtoiksi jäivät fenomenologia, tapaustutkimus ja hermeneutiikka (Hirsjärvi ym. 2009, 168). Tavoitteena ei ollut tutkia kielen piirteitä eikä etsiä säännönmukaisuuksia eli vahvistaa teorioita/ luoda niitä. Aiemmin mainituin perustein fenomenologia sopisi parhaiten tähän tutkimukseen, sillä se säilyttäisi lasten omat kokemukset sellaisenaan ja tutkimusaineisto sisältää koke-
muksia ilmiöstä. Aineiston analysointi on fenomenologisessa tutkimuksessa jous-
tavaa. Analyysia ei saa tehdä vain teknisesti kohdasta kohtaan vaan soveltaa me-
netelmää tekeillä olevaan tutkimukseen (Åstedt-Kurki & Nieminen 1997, 158).

Fenomenologiassa aineiston analyysimenetelmiksi vaihtoehtoina olivat pääasiassa Giorgin ja Colaizzin menetelmät. Oma aineistoni sopi paremmin käsiteltäväksi Colaizzin (1978) analyysimenetelmän avulla, koska aineistoni on suppea, tutki-
muksen tavoitteet toteutuvat paremmin ja jotta lapsen ilmaisut näkyisivät mah-
dollisimman alkuperäisinä tuloksissa. Colaizzin (1978, 57-62) seitsemänvaiheisen
analysointimenetelmän vaiheet ovat:

1. Lue läpi kaikki tutkittavan kohteen kuvaukset eli aineistot saadaksesi kokonaiskuvan niistä.
2. Palaa jokaiseen aineistoon ja poimi niistä ilmaisut, jotka kohdistuvat jollakin tavalla tutkittavaan ilmiöön (LIITE 3). Toistot voidaan eliminoida. Ilmaisut voidaan muuttaa käsitteellisesti ylemmälle tasolle.
3. Tarkenna/ilmaise/muotoile ilmaisun merkitys. Tässä vaiheessa fenomenologinen tutkija käyttää omaa ymmärrystään ilmaisun merkityksen muotoilemisessa, joten merkitysten muotoilemiset on vaikeasti selitettävissä. Siirtymä aineiston ilmaisuista merkityksiin sisältää aina jonkin verran haparointia ja epävarmuutta. Älä katkaise yhteyttä alkuperäiseen aineistoon. Tämä toteutuu vertaamalla muodostettuja merkityksiä jatkuvasti alkuperäisiin ilmaisiin (LIITE 3). Älä tee pitkälle vietyjä tulkintoja lisäämällä jotakin, mitä ei alkuperäisessä aineistossa ole tuotu ilmi.
4. Toista kohdat kaksi ja kolme jokaisen aineiston kohdalla. Järjestä muodostetut merkitykset teemaryppäisiin. Tähän kohtaan liittyvät vaikeudet ovat samanlaisia kuin käsittelyvaiheessa kolme. Vaikeudet ovat vielä vähän suuremmatkin, sillä on muodostettu teemoja, joissa yhdistyvät kaikki aineistot.
 - a) Vertaa teemoja alkuperäiseen aineistoon ja tarkista yhteyden säilyminen. Vahvistaminen voidaan todeta kysymällä, onko alkuperäisessä aineistossa jotakin, mitä ei ole otettu huomioon teemaryppäissä ja kysymällä, onko teemaryppäissä jotakin, mitä ei ole alkuperäisessä aineistossa. Jos vahvistaminen ei toteudu, niin edeltävät vaiheet on tarkistettava tai suoritettava uudelleen.
 - b) Tässä vaiheessa poikkeavuudet voidaan todeta ja teemojen sisällöt tarkistettava, etteivät ne ole ristiriidassa suhteessa teemaan. Tutkijan täytyy sietää epävarmuutta ja epäselvyyttä sekä jatkaa vakuuttuneena siitä, että mikä on loogisesti selittämätön voi olla eksistentiaalisesti pätevä ja todellinen. Tutkija ei saa si-

vuuttaa tietoja tai teemoja, jotka eivät sovi tai tuottavat ennenaikaisesti teoriaa, joka vain käsitteellisesti/abstraktisti poistaa vastakkaiset löydökset tässä vaiheessa.

5. Tee tyhjentävä kuvaus tutkittavasta ilmiöstä edeltävien vaiheiden tulosten pohjalta.

6. Muotoile tyhjentävästä kuvauksesta mahdollisimman yksiselitteinen yhteenveto tunnistaakseen ilmiön perusrakenteen.

7. Palaa jokaiseen alkuperäiseen aineistoon. Lopullinen validointi suoritetaan antamalla tutkimukseen osallistuneiden henkilöiden verrata tutkimustuloksia kokemuksiinsa. Jos jotain uutta tietoa tutkimushenkilöiltä tulee, niin se on työstettävä mukaan tutkimustuloksiin.

5.6 Analyysimenetelmän soveltaminen

Aineiston tallentaminen tapahtui videokuvauksen avulla ja varatoimenpiteenä oli äänen nauhoittaminen, mikä olikin hyvin tarpeellista. Sekin kyllä viimeisessä havainnointitilanteessa osin petti. Aineistoa käsitellessäni sain hyvin esille lasten tuomia kokemuksia, sillä kuva oli pääsääntöisesti äänen tukena. Tutkimustilanteen pystyin paremmin kokemaan uudelleen, mikä helpotti aineiston tulkintaa. Kuvaa ja ääntä sisältävän aineiston tulkinnassa huomioni ei kohdistunut ainoastaan lapsen ilmaisun muotoon vaan sain paremmin esille ilmaisun taustalla olevan kokemuksen eli merkityksen. Litteroin ilmaisut tekstiksi sanatarkasti, ettei vaan mikään tärkeä ja oleellinen ilmaisu jäisi pois.

Ensimmäinen vaihe oli **aineiston läpikäyminen**. Sen tein samalla, kun litteroin aineistoa. Aineiston litterointi oli hyvin hidasta ja eteni palaten välillä taaksepäin-

kin. Merkityksiäkin olisi myöhemmin helpompi muodostaa, kun kuljetin molempia tallenteita rinnakkain. Litterointi tarkoittaa aineiston muuttamista tekstimuotoon ja puhetta ei saa muokata muutettaessa tekstiksi, sillä tällä on tärkeä merkitys tutkimuksen luotettavuuteen (Vilkkä 2005, 115). Aineistosta litteroitu sivumäärä oli yhteensä 51 sivua.

Tutkija kuvaa sitä, mitä tutkimusaineistossa on sanottu tutkittavana olevasta asiasta. Tutkittavan kieli on säilytettävä mahdollisuuksien mukaan. (Vilkkä 2005, 137.) Tämän vuoksi tutkimustulokset on kerrottu ”lapsen kielellä” ja siten, miten asiat on leikissä tuotu ilmi roolihenkilöiden ilmaisemina. Vasta johtopäätökset osiossa voin siirtää lasten kokemuksiä arkitodellisuuteen. Luin vielä litteroinnin jälkeen litteroidut tekstit läpi ja tarvittaessa katsoin videolta kohdan, johon kaipa- sin kuvaa tilanteesta.

Menetelmän kohdassa kaksi **poimin litteroidusta aineistosta tutkittavaan ilmi- öön vähänkään liittyvät virkkeet** suoraan uuteen tiedostoon. Tässä vaiheessa aloin lajitella samantyyppisiä aineistojen virkkeitä peräkkäin, jotta ne olisi myö- hemmin lapsen kielellisen tason vuoksi helpompi hahmottaa, mihin yhteyteen ne kuuluivat. Poimin aineistosta kohdat, jotka vähänkään liittyivät tutkimukseen. En poistanut myöskään toistoja, sillä eri lasten samanlaisilla ilmaisuilla voi olla erilai- sia merkityksiä. Toinen syy on se, että jos useampi lapsi tuo ilmi saman asian, niin huomataan ne kokemukset yleisemmäksi kuin yksittäisen lapsen kokemukseksi.

Kolmannessa vaiheessa **muotoilin ilmaisun merkityksen**. Muuttaessani litteroitu- ja, alkuperäisiä ilmaisuja tutkijan kielelle, täytyi minun perehtyä syvällisesti mer- kitys-käsitteeseen. Kyseinen käsite oli suuressa roolissa analyysimenetelmää käyt- täessäni, joten halusin varmistaa asiassa pysymiseni. Muutin ilmaisua hieman kä- sitteellisesti ylemmälle tasolle säilyttäen kuitenkin lasten omia käsitteitä, jotta il- maisun merkitys ei muuttunut. Saman lapsen toisiaan täydentävät ilmaisut yhdis-

tin samaan merkitykseen, jotta ilmaisujen merkitys ei muuttuisi. Käytin aineiston ensimmäisissä vaiheissa (sama kuin edellinen) -ilmaisuja merkitsemään samaa tutkimushenkilöä, jotta pystyin tarvittaessa ilmaisuja yhdistämään uudelleen.

Vertasin tiiviisti alkuperäistä ja muodostettua ilmaisuja, jotta ilmaisun merkitys pysyisi samana. Tein kaikkien alkuperäisten aineistoiden ilmaisuille saman, ilmaisujen ollessa jo samassa tiedostossa ja jo hieman järjestettyinä teemoihin. Aineistoa läpikäydessäni huomasin, että nukkumistilan lämpötilakysymys toistuu monessa lauseessa. Kopioin kohdasta ”nukkumisen välineet” lämpötilaan liittyvät merkitykset myös kohtaan ”nukkumistila”. Saman ilmaisun välineisiin liittyvää merkitystä ja nukkumistilaan liittyvää merkitystä käsittelin siis eri kohtien alla. Näin ilmaisuista ei tippunut mitään oleellisia merkityksiä pois. Ilmaisujen joukossa oli myös muutamia, joilla ei ollutkaan yhteyttä tutkimukseen. Ne ilmaisut jätin pois ja perustelin syyn.

minä: Mitä tää tekis? **Lapsi:** No vaikka. Emmää tiää.

syy: Ei informaatiota, jossa taustalla selkeä merkitys.

Neljännessä vaiheessa **järjestin muodostetut merkitykset lopullisiin teemaryppäisiin** ja muotoilin ryppäiden otsikoita. Aiemmassa vaiheessa oli myös sellaisia ilmaisujen merkityksiä, jotka eivät kuuluneet vielä mihinkään teemaryppääseen. Nämä merkitykset sijoitin teemoihin, joihin ne kuuluivat. Vaikeudet olivat samat eivätkä lisääntyneet verrattuna edelliseen vaiheeseen, sillä aineistot yhdistin jo siinä vaiheessa, kun poimin ilmaisut alkuperäisistä aineistoista. Lisäsin myös yhden uuden teeman, jossa lasten ilmaisut ilmaisevat tutkimusaineiston hankinnan luotettavuudesta. Tätä kohtaa en seuraavissa vaiheissa ottanut analyysiin mukaan, vaan käsittelen tätä kohtaa luotettavuus-osiossa.

Muodostetut teemat vahvistin suhteessa alkuperäiseen aineistoon tekemällä muutamia muutoksia ja lisäyksiä. Merkitysten ollessa teemaryppäissä luin läpi alkuperäiset aineistot ja tarvittaessa kuuntelin nauhoitteita ja katsoin videoita. Yritin löytää jotakin, mitä ei ole teemaryppäissä. Katsoin myös teemaryppäät, ettei niissä ole mitään mitä ei ole alkuperäisessä aineistossa. Alkuperäisestä aineistosta löytyi viisi kohtaa, jotka lisäsin sekä toisen vaiheen tiedostoon että käsitteellisesti ylemmän tasoiseksi muutettuna merkitysryppäisiin. Poistin ”unelmanukkari” -teeman, sillä sen alla oleva merkitys oli jo toisessakin kohtaa ja kyseinen merkitys oli ainut kyseisen teeman alla. Tarkistin myös kaikki teemojen sisällöt, että ne vastaavat teemaa. Jotkin asiat olivat toisensa kumoavia, mutta ne saattavat olla sitä vain käsitteellisesti. **Tässä vaiheessa jotkin ilmaisut tuntuivat hämmentäviltä eivätkä tuntuneet loogisilta**, mutta näiden merkityksiä avaan lisää Tulosten tarkastelua -osiossa.

Jotta pystyin tekemään tyhjentävät kuvauksen tutkittavasta ilmiöstä, oli minun yhdisteltävä 20 teemaa jonkinlaisiksi kokonaisuuksiksi. Sain lajiteltua samantyyppiset teemat ilmiötä kuvaaviksi kokonaisuuksiksi. Kokonaisuuksia muodostui kuusi. Analyysin kohdassa viisi **kirjoitin tyhjentävät kuvaukset kustakin kuudesta kokonaisuudesta**. Kuvaukset sisältävät suoria lainauksia lasten alkuperäisistä ilmaisuista. Halusin laittaa niitä mahdollisimman paljon, ettei lapsen ääni ja puhetapa huku teoreettisen tekstin alle. Tämän viidennen analyysimenetelmän kohdan tuotos on opinnäytetyön kappale ”Tutkimuksen tulokset”.

Edellisen vaiheen kokonaisuuksien sisällä oli tutkimustulosten välissä kuvaavia esimerkkejä tilanteista, joten halusin muodostaa vielä tiiviin kuvauksen kustakin kokonaisuudesta. Kuudennen vaiheen lopuksi **tein myös kaikki kokonaisuudet yhdistävän kuvauksen, joka kertoo ilmiön perusrakenteen**.

Seitsemännessä vaiheessa eli **validointi -vaiheessa luin vielä kaikki alkuperäiset aineistot läpi vahvistaakseni tyhjentävät kuvaukset ilmiöstä**. Kuvaukset tiivistivät hyvin alkuperäisten aineistojen sisällöt. Sain yhden lapsitutkimushenkilöistä kiinni ja soitin hänen äidilleen kysyäkseni lupaa tähän validointiin. Lupa oli kysytty jo aiemmin aineiston hankintaan, mutta palautin hänelle mieleen tutkimukseni ja kysyin lupaa lapsen lyhyeen haastatteluun. Luvan sain puhelimitse. Kävin tulokset läpi, joiden pohjalta muodostin lapselle kysymyksiä. Lapselle ennakoin tulevan haastattelutilanteen ja palauttelin mieleen alkuperäistä aineiston keruutilannetta, jolloin haastattelu ei tulisi yllättäen. Sain lapseltakin luvan haastatteluun.

Kysymyksiä oli 17 kpl, joista 10 todentui tarkalleen ja seitsemän todennetuista vastauksista lisäsin työstettyinä lopullisiin tutkimustuloksiin. Olin itselleni kriittinen vastaavuuksien suhteen, joten noista seitsemästä lisätystäkin osa saattoi todentua, mutta mahdollisten merkityserojen vuoksi halusin ne lisätä tuloksiin. Voidaan siis todeta, että tutkimus on melko pätevä. Jokainen kokemushan sisältää suhteessa toiseen kokemukseen erilaisia piirteitä ja merkityksiä, vaikka ulkopuoliset olosuhteet olisivat kutakuinkin samat.

6 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tutkimuksen tulokset nousivat esille leikki-tilanteissa sekä avoimessa haastattelussa nousseista ilmaisuista, jotka on analysoitu Colaizzin (1978) analyysimenetelmällä. Analyysimenetelmän kohdassa viisi on saatu julkistettavat tutkimustulokset. Laitoin tyhjentyvien kuvausten rinnalle lasten alkuperäisiä ilmauksia, jotka ilmentävät kuvausta. "T" -merkintä kuvaa tutkijan lausahdusta, "L" -merkintä lapsen lausahdusta. Jos merkintää ei ole ollenkaan, on kyse lapsen ilmaisusta. Sulkeet tarkoittavat joko lapsen toimintaa tai tutkijan selvennystä kontekstista. Tulokset ovat suoraan lapsen ja tutkijan yhteisestä roolileikistä ja pieni osa lasten avoimen haastattelun ilmaisuista. Leikeissä oli rooleina pääasiassa hoitaja/-t sekä lapsi/-set. Tulokset on muutettu käsitteellisesti ylemmälle tasolle, mutta on säilytetty lasten antamat merkitykset.

Tulosten tarkastelua -osiossa tarkastelen tarkemmin lasten leikin kautta saatujen ilmaisujen merkitystaustaa eli sitä, mitä ilmaisu mahdollisesti saattaa pitää sisällään. Nämä ovat johtopäätöksiä, joten en voinut niitä suoraan tuloksiksi laittaa. Tulkintatapa saattaa hieman vaihdella tutkijasta riippuen kokemuksen ja tietämyksen mukaan. Myöskään ei voi tehdä yleistystä, että lasten leikin kautta ilmi tulleet asiat ovat sellaisenaan suoraan nukkumistilanteisiin liittyviä kokemuksellisia tosiasioita. Tätä leikin ja kokemuksellisen totuuden yhteyttä olen tarkastellut kappaleessa 4. Tulokset on kuitenkin otettava vastaan sellaisenaan ja pätevinä, sillä nämä asiat nousivat leikeissä esille. Seuraavat teemat ovat tuloksia siitä, miten lapset kokevat päiväunitilanteet. Tämä on tutkimukseni toinen tutkimuskysymys. Nämä seuraavat kohdat vastaavat tutkimuskysymykseen kokonaisuudessaan. Tulokset on ilmaistu suoraan leikin roolikielillä eli tulosten tekstissä "lapsi" on lapsi-roolihahmo ja "aikuinen" on aikuinen -roolihahmo. Pääasiassa lapsena oli nukke tai muu vastaava ja aikuisena/-sina lapsi ja/tai minä.

6.1 Lapsen toiminta nukkumishetken ympärillä

Hieman yli puolessa leikki-tilanteista siirtyminen nukkumaan tapahtui ruokailun jälkeen. Muut siirtymiset nukkumaan tapahtuivat saunomisen jälkeen, leikkimisen jälkeen, lenkillä käymisen jälkeen ja kun oltiin matkalla johonkin. Yksi lapsista toivotti ”Hyvää päiväunia!” ja eräs nukkelapsi hieman itki. Muuten lapset eivät sanoneet mitään ennen nukahtamista. Ennen nukahtamista kaksi nukkelasta haki huomiota menemällä karkuun/piiloon ja aikuisen piti etsiä. Muutama lapsi koki koti-ikävä.

Nyt se on syönyt. Mää nukun täällä.

T: Mitähän tuo aattelee tuo lapsi?

L: Se aattelee sitä, milloin sen äiti tulee.

T: Niin. Onkohan sillä vähän ikävä sitä?

L: Joo’o. Kohta se lähtee sitte karkuun.

T: Karkuun?

L: Eikö sitte.. kohta tää lähtee... (kuiskaa)

Muista lapsista yksi kuunteli musiikkia, koska ei vielä väsyttännyt. Toinen ajatteli, että pääsisi joskus ihan yksin kauppaan ja yksi lapsi ajatteli leluja.

L: Niillä on vielä vähä aikaa silmät auki. (musiikki laitettiin just päälle).

T: Eikö ne saa vielä unta?

L: Ei. (vaihtaa kappaleen)

T: Miksei?

L: Ko niitä ei vielä väsytä

Puolella lapsista herätys tapahtui äkillisesti ja rauhattomasti.

Herätys! (pomppaa nopeasti ylös) Herätyskello soi!

Yksi lapsista heräsi, kun oli lämmin. Kahdelle lapselle herääminen ei ollut mukava hetki; toinen nukke alkoi itkeä ja toista nukkelasta piti aikuisen komentaa nousemaan ylös. Yhdellä lapsella aukeaa silmät, kun hän herää.

Sitä piti vettä jalasta ku se ei uskonu.

Heräämisen jälkeen muutaman lapsen siirtymistä nukkumaan edeltävä toiminta jatkui; saunominen ja uimaan meneminen. Muut lapset söivät ja/tai joivat heräämisen jälkeen.

Niillä on jano.

Vaatteet pois. Tämä menee uimahalliin. (lapsen nukke nukahti matkalla uimahalliin)

6.2 Aikuisen toiminta

Monet lapset halusivat, että aikuinen peittelee lapsen peiton/makuupussin alle. Yksi lapsi halusi, että erityisesti jalat peitellään huolellisesti. Yksi lapsi ei halunnut aikuisen peittelevän, vaan halusi mennä itse peittoihin. Useampi lapsi halusi, että aikuinen on läsnä nukahtamisen hetkellä ja osa heistä halusi aikuisen hoitavan heitä.

Tai joskus pittää apua joku. Ko mulla on vaikka jotaki. Tämä (huppuri) joskus on auki mää nukun, niin se on joskus eessä, nii mulle pittää apua tai jotaki. Voi apuna joskus laittamaan makuupussin päälle.

Tuu. (osoittaa sormella että tulla viereen)

Mää nukutan tän. Kiikkaa, kiikkaa, kiikkaa... (keinuttaa nukkea turvakaukalossa)

Ei tarvi, ku mää meen ite.

Jotkut lapset halusivat aikuisen silittävän uneen. Eräs lapsi mainitsi, että vain tietyt henkilöt saavat silittää. Heistäkin muutama on "suosikkisilittäjiä". Yhdelle lapselle taas riitti, että aikuinen silitti muita tai kävi vain hetken silittämässä.

T: Mitä tän pittää tehdä?

L: silittää

(lapsi rapsuttaa nukkea korvasta sitä nukuttaessa)

Eräs lapsi halusi aikuisen toivottavan "Hyviä päiväunia!". Toinen nukahti, kun antoi ruokaa ennen nukkumista. Eräs lapsi halusi aikuisen laulavan unilaulun.

Joku tais nukuttaa sen. Antaa sille maitua niin se nukahti. Sitte se anto ruokaa ja se nukahti.

Aikuisen puhuminen vaikutti negatiivisesti lapsen unen saamiseen.

Ei kukaan pysty nukuttamaan. Kaikki... (näyttää eleillä, että katse kiertää ympäri huonetta hereillä silmät auki ja on hiljaa)

No hiljaa, niinkö kaikkien muittenki.

Melkein kaikki lapset kertoivat aikuisen voivan mennä pois viereltä, kun lapsi oli nukahtanut. Muutama lapsi kertoi aikuisen voivan mennä pois jopa nukkumistilasta. Muut lapset toivoivat aikuisen olevan läsnä huoneessa. Eräs lapsi halusi aikuisen tarkistavan aika ajoin, nukkuuko lapsi. Yksi lapsi halusi aikuisen olevan lapsen vieressä koko ajan.

Ei vaan se voi lähteä pois sitteku se nukkuu.

Ei. Ku minä alan nukkuun, niin se vois sit jos joku liikkuu, niin se voi mennä jottain toista silittää. Joo ja jos nii mää herrään niin minä pistän tän killin siihen mun viereen ja (lapsen pikkusiskon) ja mun väliin. (aikuinen yleensä istuu siinä ja silittää)

Aina välillä kurkistaa nukkuuko se.

Jos lapsi halusi aikuisen silittävän, niin aikuisen piti silittää näistä paikoista: vatsasta, joka paikasta, rinnasta ja päästä paikkaa melkein koko ajan vaihdellen, korvasta, pyöriävin liikkein vatsasta ja rinnan päältä, vatsasta ja muualtakin, silmän vierestä sekä rauhallisesti selästä että painokkaasti selästä eikä kevyesti silittäen. Suosituin paikka silittää oli siis vatsa.

L: Ööö.. selästä.

T: Pehmeästi vai kovasti?

L: Kovasti.

(sama lapsi kuin edellä)

T: Pittääkö näin silittää? (pitkää, hellää sivelyä ylhäältä alas selkää) Vai?

L: En halua.. eikö tuo tuo... Kato nyt. (nostaa pään ylös ja katsoo yläviistoon)

L: Täältä pittää heti silittää.

T: Joo. Tästä vierestäkö, silmän vierestä?

Lasten haluaman aikuisten määrä nukkumistilassa vaihteli. Muutama oli tyytyväinen nykyiseen tilanteeseen. Yksi lapsi halusi aikuisia olevan yhdeksän ja toinen viisi. Yhdelle lapselle riitti yksi aikuinen.

Vaikka miten miten ha.. Miten on aina. Emmää tiiä. vaikka viistoista tai yks tai.. emmää tiiä. Tai kaikki tätit tai sata. Niin tai miten (tätit) haluaa.

6.3 Nukkumiseen tarvittavat konkreettiset esineet

Puolet lapsista nukkui päivävaatteet päällä, kun taas puolet lapsista puki yövaatteet päälle.

Emmää. No oikeesti emmää riisu.

Mutta tämä panee yövaatteet.

Suurin osa lapsista halusi muovisen retkisängyn nukkumisalustaksi, mutta sen kovuus häiritsi muutamia lapsia. Pehmusteeksi lapset laittoivat makuupussin tai pehmeän peiton. Yksi lapsi teki sängyn istumisalustoista. Kaksi lasta olisi halunnut nukkua kerrossängyssä.

L: Peitto, että tää ei oo näin kova.

T: Niin. Mikä peitto?

L: Vaikkaaa.. Semmonen nukkumis. (laittaa makuupussin sängyn päälle)

Tee tyynyistä sänky.

Sielä on sänky, mikä on ylhäällä ja alhaalla. Se niinku kaappi ja se kaappi avvaa, nii sielä on sänky. Se mennee näin alas. (=kaapista laskeutuva kerrossänky) Tää on yläkertasänky.

Eiku mää nukun tuola. (Lapsi lähtee kävelemään sänkypinon luokse ja vaatii laittamaan alas nostetun sängyn takaisin pinoon) Tää on yläkerta.

Useimmat lapsista halusivat viltin peitoksi ja istumisalustoja tyynyksi. Eräs lapsi käytti istumisalustoja myös peittona. Yksi lapsi halusi peiton, mutta huomasi sen olevan nuken ruokalappu eikä laittanut sitä peitoksi makuupussin lisäksi. Yksi lapsi halusi useamman viltin peitoksi. Eräs lapsi ei tykännyt makuupussista ollenkaan vaan toivoi toisistaan irrallisia peittoa ja tyynyä. Yksi lapsi oli poikkeus kaikista muista; hän ei halunnut mitään muuta kuin pinon retkisänkyjä, jonka päällä pystyi nukkumaan.

Öö.. viltti.. Hei sille voi laittaa tyynyjä peitoksi! Hei tyynyjä päälle! Lättyröitä päälle.

(tarvitsee peiton) Viltti. (hakee istuinalustan tyynyksi)
 No.. se on.. tää on kylmä peitto. Ei pussissa nukuta vaan tyyny ja oikia peitto. Ei pussia.

Jos unikaveri oli leikissä mukana, niin unikaverina oli noin puolella kotoa tuotu pehmolelu. Noin puolet lapsista käytti päiväkodin pehmoleluja unikaverinaan. Yhdellä lapsella ei ollut unikaveria mukana leikissä tai ilmaissut tarvitsevänsä sitä päiväunilla.

Ei tarvi muutako mun unikaveri Killi.

Ja sitte Saku Sammakko tähän (asettaa sen nukkejen viereen).

6.4 Lapsen nukkumisympäristö

Suurimmalla osalla lapsista fyysinen nukkumispaikka oli retkisänky. Yksi lapsista laittoi nuken nukkumaan turvakaukaloon ja yksi lapsi laittoi osan nukeista nukkumaan vauvojen matkasänkyyn. Neljäsosa lapsista nukkui tilan peränurkassa. Noin 40 % lapsista nukkui huoneen keskellä, maton päällä. Neljäsosa lapsista nukkui huoneessa olevan hyllyn (tilan keskikohdilla) vieressä. Eräs lapsi halusi sänkyjen olevan lähekkäin toisiaan. Yhdellä lapsella nuken nukkumispaikka oli turvakaukalo, joten nukkumispaikka vaihteli liikkumisen mukaan. Yksi lapsi halusi nukkua mahdollisimman kaukana melusta esim. radiosta.

Mää voisin ottaa sängyn.. Paan tähän keskelle.

Hei pittää olla silleen, että on tosi lähellä. Että yks aikuinen pystyy silittäen kahta.

Säleikaihtimet piti laittaa kiinni, jotta olisi tarpeeksi pimeää. Eräälle pojalle oli tärkeää, että ovet olisivat lukossa. Usean lapsen leikissä (neljällä kuudesta) tuli ilmi kylmyys. Eräällä lapsella heistä oli leikissä mukana myös kuumuus.

No.. se on.. tää on kylmä peitto. Ei pussissa nukuta vaan tyyny ja oikia peitto. Ei pussia.

Ja tälle pittää laittaa peitto päälle. Sillä on nytte kylmä.

Hieman yli puolessa ilmaisuista kävi ilmi, että nukkumistilassa olisi hyvä olla musiikkia. Yhdellä lapsella oli toiveena, että lauletaan unilaulu. Yhdellä lapsella oli toiveena, että unilaulu vaihtuu välillä. Yksi lapsi kuunteli koko cd-levyn läpi nukkumistilanneleikin aikana. Hieman alle puolessa ilmaisista kävi taas ilmi, että pitäisi olla hiljaista; yksi lapsi tarkoitti sillä, että sai kuulua korkeintaan nukkumisen ääniä.

Ku tuo nukkevauva tykkää että vaihetaan laulu.

Kuuluu tämmöstä (kuiskaa) ... (lapsi matkii tuhinan ja kuorsauksen ääniä)

Pittää laulaa unilaulu.

6.5 Lapsen fyysinen nukkumistapa

Neljässä kuudesta leikkitalanteista nukkuminen tapahtui selällään. Yksi nukkui peiton sisällä käppyrässä ja yksi vatsallaan, molemmat kädet pään alla.

Tää mennee nukkuun. (menee vatsalleen makaamaan, molemmat kädet pään alla)

Kolme lapsista laittoi nuket nukkumaan vierekkäin samaan sänkyyn. Yhdellä lapsista eivät kaikki nuket mahtuneet vierekkäin, joten yksi nukke meni nukkumaan laittaen pään saman sängyn toiseen päähän. Muut nukkuivat yksin omassa sängyssään. Kolmessa tilanteessa silmien oleminen kiinni nukahtaessa oli tärkeää. Yksi lapsista peitteli jalat huolellisesti peiton alle. Yksi lapsista nukkui ”vähä” eli nukkui kevyesti/levähti eikä itkenyt nukkuessaan. Myöskään toinen lapsi ei nuku joka kerta, vaan joskus haluaisi mieluummin leikkiä. Yksi kuorsasi nukkuessaan. Kaksi lapsista liikkui/vaihtoi asentoa nukkumisen aikana. Erään lapsen lepoaika jäivät hyvin lyhyiksi. Yksi lapsista otti kesken nukkumisen peiton pois kuumuuden takia. Yksi lapsista nukkui rauhassa.

T: Itkeekö se?

L: Ei. Nukkuu vähä. Nyt on levähysaika.

Siihen pittää tehdä vielä toinen sänky. (laittaa oman sängyn jokaiselle lapselle)

Silmä. (Yrittää aukaista nukun silmää. Se ei aukea, joten heittää sen nukun sivuun. Ottaa toisen nukun) Tämä pittää panna kiinni.

(Lapsi peittelee nukun jalat hyvin huolellisesti viltin alle.)

6.6 Nukkumiseen liittyvät asiat ja esineet nukkumistilanteen ulkopuolella

Yhden lapsen vanhempi kysyy kotona, että onko lapsi nukkunut päiväunia hoidossa. Samainen lapsi haluaisi, että olisi joskus päivä ilman päiväunia. Lapsi kysyi, olenko huomannut, ettei hän nuku joka kerta, vaan joskus haluaisi mieluummin leikkiä. Muut lapset eivät puhuneet päiväunista tilanteen ulkopuolella.

Nukuin. Äiiiiitiki kyss. Munki äiti kyssyy ookko sää nukkunu päiväunia.

Nyt tässä olisi semmonen päivä milloin ei nukuttu.

Huomasitko mää joskus nukun, en mää aina.
Ja vielä mää en edes halua nukkumaan.
No vaikka... mennä sun kans leikkimään. niinkö nytte.

Kahdella lapsista tuli esille sängyn petaaminen. Toinen halusi peiton olevan pedattuna, kun ei olla nukkumassa. Toinen kertoi osaavansa pedata sängyn. Yhden lapsen leikissä retkisänky oli kotina. Erään lapsen leikissä tuli ilmi, että sänkyjen päällä ei saa kiipeillä. Nukkumistilassa saa leikkiä silloin, kun siellä ei nukuta. Jos päiväunet alkavat, niin pitää siivota lelut pois.

T: Miten tää pistetään? (viltti kädessä)

L: Kiinni, ku nää ei oo vielä menosa nukkuun.

(Lasta esittävät hahmo istuu sängyn päällä) Leikisti tänne ei saa kiipeemään. Tää kiipes. Sano jotaki tälle.

7 TUTKIMUKSEN TULOSTEN TARKASTELUA

Edeltävän kappaleen opinnäytetyön tulokset ovat lasten leikeistä saatuja ilmaisuja ja niiden merkityksiä sekä avoimen haastattelun tuotoksia. Aineisto, josta tulokset olen Colaizzin (1978) analyysimenetelmällä analysoinut, on kerätty leikki-tilanteessa tehdyn osallistuvan havainnoinnin avulla. Muutamien aineiston keruutilanteiden loppuvaiheessa olen käyttänyt lyhyttä, avointa haastattelua tukemaan havainnoinnin antia. Aineiston tuottaminen tapahtui siten, että tutkimukseen osallistuva lapsi ja minä tutkijana leikimme päiväunitilannetta nukkejen tmv. avulla siten, että minulla ja lapsella sekä nukeilla oli omat roolinsa. Leikin kulku eteni lapsen määrittämällä ehdoilla ja juonenkäännteillä. Leikin lomassa saadut ilmaisut ja merkitykset on koottu tutkimusten tulokset -osioon ja tässä osiossa tarkastelen vielä tarkemmin mahdollisia ilmaisujen taustalla olevia merkityksiä.

Tutkimuksen tulokset ovat suoraan lasten leikeistä, joissa on lasten ilmaisemia käsitteitä mukana. Tätä arkitodellisuuden ja leikkidodellisuuden yhteyttä sekä leikeissä ilmaistujen asioiden merkityksiä pyrin avaamaan tässä osiossa. Teoriatietoa aiheesta on tutkimuksen osiossa 4 Lasten leikki kokemusten ilmaisijana. Tämän tutkimuksen leikki-tilanteet ovat roolileikkiä, johon sisältyy kehittyntä kuvitellua. Lasten leikin kautta tuomia kokemuksia pystyy tuomaan harkiten arkitodellisuuteen. Leikki on muodostelma kokemuksia ja toiveita (Kalliala & Tahkokallio 2001,37). Lasten leikeissä tulivat ilmi:

1. Lapsen toiminta nukkumishetken ympärillä, johon liittyivät siirtymätilanne nukkumaan mennessä, sanat ja toiminta ennen nukahtamista, herääminen päiväunilta ja toiminta heräämisen jälkeen.

2. **Aikuisen toiminta**, johon liittyivät aikuisen toiminta uneen auttajana, aikuisen toiminnan negatiivinen vaikutus lapseen, aikuisen toiminta lapsen nukkuessa, aikuisen silittämisen tapa ja aikuisten määrä nukkumistilassa.
3. **Nukkumiseen tarvittavat konkreettiset esineet**, johon liittyivät päiväunivaateus, unikaveri ja nukkumisen ”välineet” (sänky, peitto, tynny jne.)
4. **Lapsen nukkumisympäristö**, johon liittyivät nukkumispaikka, nukkumistila ja nukkumistilan toiveäänimaailma.
5. **Lapsen fyysinen nukkumistapa**, johon liittyivät nukkumisasento ja tapa nukkua.
6. **Nukkumiseen liittyvät asiat ja esineet nukkumistilanteen ulkopuolella**, johon liittyivät päiväunista puhuminen tilanteen ulkopuolella sekä nukkumistila ja - ”välineet” nukkumistilanteen ulkopuolella.

Lapsen arjessa on tiettyjä rutiineja, jotka näkyvät myös leikissä. **Lapsen toiminta nukkumistilanteen ympärillä muodostuu usein rutiineista siirtymisineen.** Päiväunet kyseisten tutkimushenkilöiden päivässä nukutaan ruokailun jälkeen. Suurin osa lapsista oli hiljaa ennen nukahtamista. Tämä lienee johtuvan vallitsevasta käsityksestä, että nukkumistilassa pitää olla hiljaa. Ruokailun jälkeen verensokeri nousee nopeasti ja alkaa sitten laskea, joten lapsille tulee luonnollisesti väsymys ruokailun jälkeen.

Jopa puolella lapsista herätys tapahtui äkillisesti ja rauhattomasti. Ehkä lapset havahtuvat johonkin ympäristön ääniin tai muuhun ympäristöstä tulevaan asiaan kuten liian lämpimään olotilaan ja alkureaktio on, että missä paikassa sitä ollaan-kaan. ”Sitä piti vettä jalasta ku se ei uskonu” -ilmaisu lapsen sanomana kertonee siitä, että lapsi on joskus jouduttu herättämään kesken syvän unen. Weissbluthin (1978, 24) mukaan lapsen pitää antaa nukkua eikä koskaan saa herättää nukkuvaa lasta, sillä nukkuvan lapsen herättäminen on haitallista (Tiusanen 2008, 87). Lapsi ei nuku, jos hän ei ole unen tarpeessa.

Nukkumista edeltävä toiminta jatkui muutaman lapsen leikissä heräämisen jälkeen. Muut lapset söivät ja/tai joivat heräämisen jälkeen. Rutiinit nukkumistilanteen ympärillä pitäisi olla mahdollisimman samanlaiset päivästä toiseen. Näissäkin tilanteissa rutiiniksi on muodostunut syöminen/juominen heräämisen jälkeen. Edeltävän toiminnan jatkaminen eli saunominen ja uiminen sisältävät myös kuvitteellista ulottuvuutta. Mutta ehkä sama tuttu rutiini ennen ja jälkeen nukkumisen oli sama, joka leikissä vain ilmentyi näillä toiminnoilla.

Nukahtaminen on herkkä hetki ja lapsi tarvitsee siinä aikuisen tukea ja hoivaa. Nukkumatilanteet voivat aktivoida kiintymyssuhdekäyttäytymisen tai lievemmän rauhattomuuden. Riippuen kumpi tilanne on kyseessä, on toimittava eri tavoin. Ensin mainitussa tilanteessa tarvitaan hoivaavaa rauhoittamista ensin. Toisessa tilanteessa voi tilanteen mukaisella tavalla käyttää kasvatuksellista ohjausta. Näin myös ensin mainitussa, mutta ensin on hoivattava. (Kanninen & Sigfrids 2012, 99.) Luultavasti nämä tilanteet, joissa lapsi meni karkuun ja aikuisen piti etsiä, toinen niistä oli esimerkin perusteella kiintymyssuhdekäyttäytymisen aktivoiva hetki. Toinen tilanne taas vaati kasvatuksellista ohjausta, jotta lapsi rauhoittuisi. Lapsi haki turvaa aikuisesta, että hän asettaa käyttäytymisraamit nukkumistilanteeseen.

Muutama lapsi koki koti-ikävä, jolloin tarvitaan aikuisen responsiivista kykyä vastata lapsen tarpeisiin. Työntekijän on pystyttävä tukemaan lapsen ja vanhemman kiintymyssuhdetta, mikä vaikuttaa lapsen kehitykseen myönteisesti (Kanninen & Sigfrids 2012, 99). Tämä vastaa nukahtamistilanteissa lapsen emotionaalisen tuen tarpeeseen. Menetelminä voi käyttää keskustelua vanhemmasta sekä selittää lapsen kielellä päiväjärjestystä, mistä ilmenee lapsen vanhemman tulo hakemaan lasta hoidosta. Jos vanhemman ikävä on kova, niin lapsen tukena nukahtamistilanteissa voi olla kuva vanhemmasta. Kuva palauttaa lapsen mieleen vanhemman konkreettisemmin. Nukkumistilanne voi aktivoida kiintymyssuhdekäyttäytymisen (Kanninen & Sigfrids 2012, 107). Omahoitajajärjestelmä luo läheisyyttä ja tur-

vaa, sillä lapsella on turvan antajana yksi ja tietty aikuinen. Lapsilla, jotka ajattelivat lepo hetkellä yksin kauppaan menemistä ja leluja, oli luultavasti turvallinen tunne lepo hetkellä.

Aikuisen rooli on toimia hoivan ja turvan antajana lepo hetkellä. Tämä näkyy myös tuloksissa, sillä jokaisen lapsen kokemuksista leikin kautta nousi esiin se, että lapsi tarvitsee aikuiselta jonkinlaista turvaa ja hoivaa. Silittäminen oli yksi aikuisen tapa antaa hoivaa lepo hetkellä. Eräs lapsi mainitsi, että vain tietyt henkilöt (kolme) saavat silittää. Heistä lapsi mainitsi kaksi ”suosikkisilittäjää”. Hänelle oli muodostunut kiintymyssuhde kyseisiin tai toiseen kyseisestä aikuisesta, sillä hänelle oli tärkeää nimenomaan henkilö, joka silittää. Lapsen pitäisi tulla nukkumistilaan yhtä aikaa aikuisen kanssa, johon lapsi on kiintynyt (Koivunen 2009, 59).

Sääntö, että nukkumistilassa pitää puhua hiljaa, koskee myös kasvattajia (Koivunen 2009, 59). Tämän vahvistavat myös lasten kokemukset. Puhe tekee levottomaksi ja lapsi ei saa unta. Lapsen mielestä aikuista ja lasta koskevat juuri sama sääntö- olla hiljaa nukkumistilassa. Se, että on sama nukuttaja koko lepo hetken ajan, on harvinaista (Tiusanen 2008, 89). Lasten kokemusten pohjalta suurin osa lapsista toivoi aikuisen olevan läsnä huoneessa. Kokemuksista ei ilmennyt, että onko väliä kuka hoitajista on paikalla. Eräälle lapselle oli kuitenkin tärkeää, että juuri tietty/tietyt hoitajat silittäisivät häntä. Pohtimalla lasten esiin tuomien kokemusten merkityksiä erään lapsen kokemuksen takana saattaa olla toive, että sama hoitaja olisi koko ajan läsnä samalla paikalla kuin nukkumistilanteen alussa. Tämä lapsi korvasi aikuisen laittamalla hänen paikalleen oman pehmolelun. Sanallinen viesti kertoi kuitenkin, että aikuinen voi mennä jotakin toista lasta silittämään.

Aikuisen tasainen ja vakaa kosketus selkään auttaa lasta nukahtamaan (Kanninen & Sigfrids 2012, 123). Tämä tuli ilmi erään lapsen kokemuksissa. Aikuisen silittäessä lapsi pystyy laittamaan silmät kiinni luottaen siihen, että aikuinen on ja pysyy

hereillä. Jokaisella lapsella oli omanlainen tapa, jolla halusi itseään silitettävän. Aikuisen kannattaakin kysyä lepohetkellä, että mistä lapsi haluaa silitettävän. Oikeanlainen aikuisen hoivan antaminen lapselle ja rauhoittelu nukkumaan auttaa lasta saamaan turvallisemmin mielin unen.

Joillekin lapsille erittäin tärkeä asia oli nukkumisvälineet kuten sänky ja peitto.

Nukkumisalustallakin on unen saantiin ja rauhoittumiseen merkitystä, onko se patja vai oikea sänky (Tiusanen 2008, 89). Tämä näkyi useammankin lapsen kokemuksissa. Tärkeää muutamalle lapselle oli erilliset peitot ja tyyny. Puolella lapsista oli oma, kotoa tuotu pehmolelu leikissä mukana. Unikaveri palauttaa mieleen oman vanhemman ja tuo turvallisuuden tunteen (Kanninen & Sigfrids 2012, 123). Pehmolelun mukana olo lepohetkellä oli tärkeä asia suurimmalle osalle lapsista.

Nukkumispaikan suhteen lasten kokemukset vaihtelivat. Puolet lapsista halusi nukkua suojaisassa paikassa, mikä lisää turvallisuuden tunnetta. Eräs lapsi halusi, että sängyt olisivat lähellä toisiaan, jotta aikuinen voi silittää kahta lasta kerralla. Omahoitajan onkin helpompi nukuttaa useampi lapsistaan, kun sängyt ovat lähekkäin (Kanninen & Sigfrids 2012, 123). Näin mahdollisimman moni lapsi saa heti nukkumistilanteen alussa yksilökohtaista huomiointia ja hoivaa. Usean lapsen leikissä tuli ilmi kylmyys. Aikuinen ei tule välttämättä ajatelleeksi, että lattian rajassa ilma on usein kylmempää, ellei ole lattialämmitystä. Retkisängyt ovat lisäksi kylmiä ja kovia sänkyjä, sillä niissä ei ole patjaa päällä. Tämä ilmenee lasten kokemuksista.

Lapsi pystyy rauhoittumaan paremmin, kun ilman lämpötila on sopiva ja perustarpeet on tyydytetty. Muuten lapsen energiaa kuluu kylmän lämpötilan sietämiseen ja nukahtaminen vaikeutuu. Sopivan lämmen ilman lämpötila luo myös turvallisuuden tunnetta. Sälekaihtimet piti laittaa kiinni, jotta nukahtaminen helpottuu. Käpylisäkkeen tuottamaa melatoniinihormonia muodostuu eniten pimeässä,

joka saa aikaan väsymystä (Terve media Oy 2012). Aikuisten pitäisi turvata lapsille hyvä ja rauhallinen nukkumisympäristö, jolla on merkitys lapsen laadukkaaseen uneen (Siren-Tiusanen & Tiusanen 2001, 80).

Hieman yli puolessa kokemuksista tuli ilmi, että nukkumistilassa voisi olla musiikkia. Toiset taas halusivat hiljaisuutta. Musiikki ei ole kaikille sopiva rauhoittumiskeino, sillä se saattaa tehdä olon levottomaksi ja siten vaikeuttaa unen saantia (Tiusanen 2008, 86). Jos musiikkia kuuluu, niin musiikin pitää mielellään olla tuttua ja päivittäisesti unitilanteessa toistuvaa. Siten se ei aiheuta ylimääräisiä ja virkistäviä ärsykeitä aivoissa.

Neljässä kuudesta leikkitilanteista nukkuminen tapahtui selällään. Tämä nukkumisasento saattaa olla jäänyt tavaksi vauva-ajasta. Vauva-aikanahan vauva pitää laittaa nukkumaan selälleen kätkytkuolemariskin vuoksi (Sterling 2003, 20). Osa lapsista toi leikkiessä esille sen, että silmien piti olla nukkuessa kiinni. Näille lapsille oli tärkeää, että leikki kuvasti todellisuutta myös tältä osin. Muutama lapsi toi ilmi, ettei aina nukkunut pitkään ollenkaan tai nukkunut kauaa. Nämä lapset olivat noin 5-6 -vuotiaita. Kouluikään mennessä päiväunet jäävät yleensä pois, sillä siinä iässä ihminen on päivisin vireimmillään (Saarenpää-Heikkilä 2007, 19). REM -unen vaiheessa nukkuminen on kevyempää, jolloin lapsi saattaa liikehtiiä. Useimmat lapsista liikkuiivatkin jonkin verran nukkumisen aikana.

Lapsi koki, että vanhemmat ja kasvattaja tekevät hyvää yhteistyötä, joka luo turvallisuuden tunnetta. Kasvattajan täytyy tukea lapsen tärkeintä kiintymyssuhdetta eli suhdetta vanhempiin, jolloin todella vaikutetaan myönteisesti lapsen kehitykseen (Kanninen & Sigfrids 2012, 99). Toimiva kasvatuskumppanuus on lapsen vanhempien ja kasvattajien yhteistyötä parhaimmillaan. Lapsi kokee turvallisuutta huomatessaan, että sekä vanhempi ja kasvattaja tietävät, mitä toisessa lapsen kontekstissa on tapahtunut. Lapsi saattaa kokea myös helpottuneisuutta, sillä

hänen ei tarvitse yrittää selittää oman toimintansa tai käyttäytymisen takana olevia asioita. Kasvatuskumppanuuden luoman yhteistyön avulla vanhempi ja kasvattaja vaihtavat mahdollisimman paljon tietoa, jotta lasta ymmärrettäisiin paremmin.

Tutkimukseen osallistunut lapsi toi ilmi, että leikissä aikuisen esittämä kysymys tapahtuu myös arkitodellisuudessa vanhempansa esittämänä. Lapsi hyppäsi roolistaan arkitodellisuuteen hetkeksi kertoakseen huomionsa. Hänelle oli merkittävä asia leikissä ilmitullut asia, että äiti-roolissa ollut (tutkijan eli lapsen kasvattajan roolihahmo) sanoi samalla tavalla kuin lapsen äiti arkitodellisuudessa. Tämä osoittaa lapsen vanhemman ja kasvattajan välisen yhteistyön merkittävyyden. Lapset toivat kokemuksissaan esille myös sen, miten nukkumisvälineiden ja -tilan kanssa toimitaan nukkumistilanteen ulkopuolella. Lapsille säännöt olivat erittäin tärkeitä, jotta sänky ja nukkumistila säilyttävät asemansa rauhoittumisessa. Sängyn petaaminen oli selkeästi tietynlainen siirtymätilanne/-tapahtuma, jonka avulla vaihtuu nukkuminen sitä seuraavaan tekemiseen.

8 TUTKIMUKSEN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Tutkimuksen eettisyys nousee avoimuudesta ja rehellisyydestä. Tutkimustulokset ja -menetelmät sekä muut tutkimuksen vaiheet olen raportoinut erittäin tarkasti ja vaihe vaiheelta. Tutkimus on ainutlaatuinen eikä kopioi mitään toista tutkimusta. Nämä mm. edellä mainitut asiat ovat kuuluvat hyvään tieteelliseen käytäntöön (Tuomi & Sarajärvi 2006, 130). Tutkimuksen eettisyyteen vaikuttivat tutkimushenkilöiden anonymiteetti. Tutkimukseen osallistumiseen ei ole niin isoa kynnystä, kun henkilöiden anonymiteetti säilytetään. Toisaalta tutkimuksen kannalta ei ole tarpeellista edes tietää tutkimushenkilöiden henkilöllisyyttä.

Eettisyys toteutuu siltäkin osin, että olen sekä vanhemmalle että lapselle selvittänyt tutkimuksen taustat, tarkoituksen ja toteuttamisen tavat. Olen myös kysynyt vanhemmilta kirjallisesti ja lapsilta suullisesti haluavatko he tutkimukseen osallistua. Lasten kohdalla käytin kielellisesti alemman tasoista ilmaisua, jotta lapset todella ymmärsivät, mihin olivat suostumassa. Lapset olivat perehtyneet ennen leikkitilannetta sekä nauhuriin että kameran videotoimintoon. Näin lapsille ei tullut yllätyksenä tilanteen nauhoittaminen.

Tutkimuksen luotettavuutta tarkastellaan mm. tutkimuksen reliabiliuksen ja validiuden avulla. Reliabilisuus tarkoittaa mittaustulosten toistettavuutta ja validius tarkoittaa tutkimusmenetelmän kykyä mitata aiottua asiaa. (Hirsjärvi ym. 2009, 231.) Tutkimus voidaan toistaa milloin tahansa, mutta tutkimukseen ovat vaikuttaneet ulkoiset olosuhteet sekä tutkimushenkilöiden oma kokemusmaailma. Tutkimuksen sen hetkinen tilanne olisi vaikea luoda uudestaan, sillä kaikki tutkimukseen osallistuneet henkilöt eivät kuulu enää siihen yhteisöön ja tutkimusympäristökin on hieman muuttunut. Tulokset saattaisivat hieman vaihdella, jos tutkimus toistettaisiin. Tutkimustuloksiin saattaisi tulla lisää näkökulmia ja joitakin jäädä

pois mikäli tutkimus toistettaisiin. Hirsjärvi & Hurmekin (2001) toteavat, että tutkijan tekemät luokittelu- ja tulkintaratkaisut poikkeaisivat toisistaan, sillä ei ole olemassa toista samanlaista tutkijaa samanlaisine taustatietoineen ja muine ominaisuuksineen (Vilkkä 2005, 159). Ei ole mielekäästä luoda yhtenäistä, uutta teoriaa tämän tutkimuksen pohjalta, sillä ihmisen kokemus on ainutlaatuinen kokemus sellaisenaan ja se on henkilöstä sekä olosuhteista riippuvainen.

Luotan kuitenkin siihen, että tässä tutkimuksessa ilmeneviä tuloksia voidaan käyttää päiväunikäytänteiden kehittämiseen, sillä tutkimuksen kulun aikana kokemuksissa oli selvästi havaittavissa toistettavuutta ja samantyyppisiä kokemuksia. Tämän tutkimuksen ajatuksena oli tavoittaa ainutlaatuisia kokemuksia. Eli tutkimuksen tulosten pysyminen samanlaisina tutkimusta toistettaessa ei olekaan merkityksellistä ja olennaista, sillä tutkimusta toistettaessa saattaisi esiintyä vaihtelua mm. tutkijan suhteen tai ympäröivissä olosuhteissa (Tynjälä 1991, 392). Myös aristoteelinen ajatus siitä, että yksityisessä toistuu yleinen, puhuu tämän asian puolesta (Hirsjärvi ym. 2009, 182).

Validius toteutui hyvin, sillä aineiston keruumenetelmä yhdessä aineiston analyysimenetelmän kanssa tuottivat pätevän vastauksen kaikkiin tutkimuskysymyksiin. Lasten kokemukset nousivat lasten omasta kokemusmaailmasta ja niihin ei voi tutkija vaikuttaa. Tutkimuskysymysten asettelu ja tutkimuksen menetelmälliset valinnat olivat onnistuneet, sillä analyysimenetelmä antoi selkeät vastaukset tutkimuskysymyksiin. Koin, että lasten leikkien kautta ilmi tuodut kokemukset kuvasivat melko hyvin todellisia kokemuksia päiväunitilanteista. Mukana oli toki mielikuvitustakin sekä muita leikkiin kuuluvia ominaisuuksia. On kuitenkin oltava kriittinen sen suhteen, voiko leikin kautta ilmaistuja asioita ottaa suoraan arkitodellisuuteen. Leikkihän on lasten kokemusten käsittelyä ja lapsen ajattelua, mutta leikissään lapsi saattaa tuoda myös erilaisia ratkaisuvaihtoehtoja ym., jotka eivät ole suora toisinto arkitodellisuuden lapsen kokemuksista.

Tutkimuksen aineistoa kerätessä huomasin, että pääpiirteissään järjestetyt nukkumistilanneleikit kuitenkin vastasivat todellisuuden konstruktioita, mikä todentaa vastaavuuden eli credibilityn (Tynjälä 1991, 390). Konstruktio tarkoittaa saatua tietoa, joka muotoutuu omaan muotoonsa tiedon saajan omien ajatteluvaiheiden kautta (Salovaara 1997). Konstruktio ei siis ole todellisuus vaan tiedon saajan oman ajattelun kautta luoma jäsennys todellisuudesta. Osasta lasten ilmaisuista oli helppo nähdä kohtia, jotka sisältävät mielikuvituksellisia piirteitä tai eivät ole suoraa toisintoa lapsen todellisuuden kokemuksista. Näitä asioita olen tuonut yksityiskohtaisemmin esille tulosten tarkastelua -kappaleessa

Validointi tapahtui myös Colaizzin (1978) analyysimenetelmän vaiheessa seitsemän, jossa yhdeltä tutkimushenkilöltä kysyin haastattelumuotoisesti kysymyksiä päiväuniin liittyen. Kysymykset muodostin etukäteen tutkimuksessa nousseista teemoista. 40 % vastauksista lisäsin tuloksiin jälkeinpäin, mutta kaikkien muiden kysymysten vastaukset vahvistivat täysin ilmi tulleita kokemuksia. Tästä prosenttisuudesta olisi voinut vielä paljon tiputtaakin, mutta halusin merkitykset lisäämällä aineistoon varmistaa sen, ettei uusista ilmaisuista jäänyt mitään pienintäkään merkitystä pois.

Tulosten siirrettävyys eli transferability toiseen kontekstiin on Tynjälän (1991) ja Niirasen (1990) mukaan riippuvainen toisen kontekstin samankaltaisuudesta (Tuomi & Sarajärvi 2006, 136). Tutkimuksen tulokset ovat mielestäni pääpiirteissään siirrettävissä toiseen kontekstiin, jossa tuloksia voidaan käyttää hyväksi päiväunitilanteita suunniteltaessa ja toteuttaessa. Tutkimustulosten hyödyntämisen helpottamiseksi tein tutkimustuloksista huoneentaulun, josta voi hyödyntää tutkimuksen antia käytännön työhön. Tutkimustulosten hyödyntäjän on kuitenkin syytä arvioida kontekstikohtaisesti tulosten siirrettävyyttä, minkä olen mahdollistanut tässä tutkimusympäristössä tehdyn tutkimuksen aineiston ja tutkimuksen kulun riittävän kattavan kuvailun avulla (Tynjälä 1991, 390).

Kreftingin (1991) mukaan tutkimuksen objektiivisuuteen liittyy tutkijan etäisyys tutkimushenkilöihin. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa tutkijan etäisyyttä pyritään kuitenkin pienentämään. (Tynjälä 1991, 392.) Tutkimushenkilöiden tuttuus saattoi vaikuttaa tutkimuksen luotettavuuteen joko positiivisesti tai negatiivisesti. Työkentelin tutkimushenkilöiden lastentarhanopettajana. Yhteistyötä oli takana vasta kuukausi, joten vaikuttavuus ei liene niin merkittävä kuin kauan työtä tehneen. Ensin lapset hiukan ihmettelivät uutta tilannetta, mutta leikkiin sisälle päästyämme koin, että leikki eteni luotettavasti. Havainnointia menetelmänä on kritisoitu sillä, että tutkittavien käyttäytyminen muuttuu ulkopuolisen tullessa havainnoimaan heitä (Hirsjärvi ym. 2009, 213). Tämän vuoksi oma tuttuuteni lapsille oli positiivinen asia, sillä oma läsnäoloni ei häirinnyt tutkimustilannetta sen vuoksi, että olisin vieras ihminen.

Objektiivisuuteen liittyy myös tutkijan oma viitekehys (Tynjälä 1991, 392). En luenut teoriaa mahdollisista tutkimustuloksiin liittyvistä asioista ennen tutkimusaineiston keruuta. Pyrin poistamaan ajatuksistani mahdollisimman hyvin ennako-oletukset leikin tuomista kokemuksista. En luonut itselleni teoriapohjaa ennen aineiston keruuta. Tutkimukseni oli siis aineistolähtöinen. Halusin haalia lasten kokemukset mahdollisimman aitoina ja sellaisenaan tutkimukseeni. Se olikin hyvin haastavaa pyrkiä ns. tyhjäan päähän ennen leikkitilannetta.

Tutkimuksen luotettavuus kärsi hieman teknisten ongelmien vuoksi, mutta ne eivät kuitenkaan vääristäneet jo saatua tutkimusaineistoa. Ongelmia tutkimuksen etenemiseen toivat sekä ääninauhurin että kameran videon tekniset ongelmat. Nauhurin ostin uutena ja kamera videotoimintoinen minulla oli jo ennestään. Neljännessä haastattelussa ääninauha pätki kaksi kertaa, niin että aineistoon tuli kaksi lyhyttä aukkoa. Viides haastattelu meni melkein kokonaan pilalle tallentamisen takia. Ääninauhurin tallenteesta ei saanut mitään selvää äänen säröytyneisyyden vuoksi ja kamerasta loppui akku yhtäkkiä, vaikka se oli täyteen ladattu

ennen leikkiä. Sain 45 minuutin leikistä yhteensä kolme sivua tekstiä, kun vertailuna 10 minuutin leikistä litteroitua tekstiä tuli neljä sivua. Jos teknisiä ongelmia ei olisi tullut, niin tutkimuksen aineisto olisi ollut vieläkin laajempi ja parantanut täten tutkimuksen luotettavuutta.

Viimeisen eli kuudennen leikkitalanteen sain tallennettua kameran videotoinnon avulla, josta sain litteroitua myös ilmaisut. Nauhuri oli myös varalla, mutta siitä ei ollut mitään apua aineiston tallentamiseen. Luotettavuuteen vaikuttava asia siinä oli se, että yhden tutkimushenkilön tuottamista ilmaisuista ja niiden merkityksistä suurin osa jäi pois. Tutkimusaineisto oli kaikkienensa riittävä tuomaan esille lasten kokemuksia päiväunitilanteista. Tutkimushenkilöiden määrä oli tässä tutkimuksessa kuusi (N=6).

Aineiston riittävään kokoon on määritelty laadullisessa tutkimuksessa saturaation käsite. Saturaation edellytyksenä on, että ennen tutkimusta ei määritellä tutkimustapausten määrää. Kun saturaatiopiste on ilmentynyt, kerätty aineisto on alkanut toistaa itseään. Uudet tutkimustapaukset eivät tuota oleellisesti uutta tietoa. (Hirsjärvi ym. 2009, 182.) Tutkimuksessani uusi aineisto toisti hieman jo kerätyn aineiston tietoutta, mutta jokaisessa uudessa aineistossa tuli esille uutta tietoa. En kokenut saturaation pistettä vaan koin, että oma aineisto oli riittävä tuomaan esiin lasten kokemuksia päiväunitilanteista.

Jokaisella kokevalla subjektilla on oma kokemusmaailmansa, vaikka koettu tilanne olisi ulkopuolisesti sama. Samalla asialla saattaa olla toiselle ihmiselle erilainen merkitys kuin toiselle. Täten kokemuksia tutkittaessa ei mielestäni voi täysin saavuttaa saturaatiopistettä, sillä jokaisen ihmisen kokemukset tuottavat aina jollakin tavalla uutta tietoa. Mitä enemmän tietyt kriteerit täyttäviltä tutkimushenkilöiltä saadaan kerättyä aineistoa kokemuksia tutkivassa tutkimuksessa, sitä informatiivisempi tutkimus mielestäni on. Kokemuksia tutkivassa tutkimuksessa ei mieles-

täni voida todeta, että tietyn pisteen täytyttyä ei uusi tapaus rikasta jo olemassa olevaa aineistoa.

Metodista triangulaatiota käytin jonkin verran aineiston keruussa. Denzinin (1978) mukaan se sisältää metodin sisäisen alaluokan ja metodien välisen alaluokan. Aineiston keruun toteutuessa eri metodein puhutaan metodien välisestä alaluokasta. (Tuomi & Sarajärvi 2006, 142.) Triangulaatio toteutui tutkimuksessani käyttämällä osallistuvaa havainnointia ja avointa haastattelua eli kahta eri aineiston keruumenetelmää. Tutkimuksen aineiston keruun tapa oli siis monimetodinen.

Myös lapsilta itseltään tuli leikin kautta arviointia tutkimuksen luotettavuudesta. Colaizzin (1978) analyysimenetelmän kohdassa 3 oli vielä mukana kohta 21) Nukkumisleikki todenmukaisen tunnelman luomisessa. Kahdelta lapselta tuli leikin yhteydessä oma mielipide aineiston keruumenetelmän sopivuudesta todellisuuden konstruktion luomiseen. Koin, että erään lapsen kohdalla paikka paikoin todellisen kaltaisen tilanteen luominen ei onnistunut niin hyvin kuin muiden tutkimushenkilöiden osalta. Tämä oli ensimmäinen leikkitilanne, jonka leikin lapsen kanssa. Pääosin tämä leikkitilanne onnistui todellisuuden konstruktion luomisessa, mutta hetkellisesti oli nähtävillä, ettei leikkiin syventyminen toiminut. Tämä näkyi siinä, että lapsi ei halunnut aikuisen silittävän ”tässä nukkarileikissä”. Samassa leikissä käytiin seuraava keskustelu roolien ulkopuolella ja toinen tutkimushenkilö toi ilmi jälkimmäiset asiat. Jälkimmäinen esimerkki on todiste nukkumistilanteen onnistuneesta rekonstruktiosta.

L: Silitätkö sää ennen nukku.. eikö ku mennään nukkuun.. silitätkö sää mua?”

T: Jos sää haluat.

L: Joo.

Mua rupiaa väsyttää (tilanteessa, jossa molemmat silitetään nukkeja).
(vähän myöhemmin) Mää haluan mennä niitten vauvojen keskelle.

Tutkimuksen luotettavuutta lisäsi alkuperäisten ilmaisujen sisällyttäminen tuloksiin. Nämä ilmaisut vahvistavat luomiani merkityksiä, sillä alkuperäisten ilmaisujen ja merkitysten yhteyksiä on tuotu esille. Näin tutkimuksen lukijakin pystyy arvioimaan tutkimuksen luotettavuutta. Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää nimenomaan lasten kokemuksia päiväunitilanteista, joten koen lasten alkuperäisten ilmaisujen olevan hyvin merkittävässä roolissa lopullisissa tutkimustuloksissa. Kaiken kaikkiaan tutkimuksen luotettavuuden arvioinnissa on kyse totuuden kysymyksestä (Tynjälä 1991, 387).

9 POHDINTA

Tutkimukseni tavoitteena oli selvittää lasten kokemuksia päiväunitilanteista. Tutkimuksen tulokset -osiossa on kuusi alateemaa, jotka selventävät tutkimuskysymystä: **”Miten lapset kokevat päiväunitilanteet?”** Alateemat nousivat lasten leikeistä, jotka muodostavat lasten kokemuksen päiväunitilanteista. Tutkimuksen tuloksissa 6.2 Aikuisen toiminta -osiossa selvitetään lasten kokemuksista nousevat toiveet, **miten lapset haluavat aikuisten toimivan päiväunitilanteissa.**

Aikuisen toiminta -osion lisäksi **aikuisen toiminnassa lasten unen saantiin, turvallisuuden tunteeseen ja rauhoittumiseen vaikuttavat** myös aikuisten tekemät materiaaliset valinnat, kuten nukkumisalusta, peitto ja tyynty. Aikuiset valitsevat myös nukkumistilan äänimaailman. Eräs kokemus toi ilmi myös vanhemman ja kasvattajan välisen yhteydenpidon. Edeltävien kokemusten pohjalta muodostin ”Vinkkejä nukkariin” -huoneentaulu, jossa on annettu lasten kokemuksista nousevia toiveita kasvattajille päiväunitilanteiden järjestämiselle. ”Vinkkejä nukkariin” on lasten näkökulmasta kirjoitettu ja täysin lasten kokemusten pohjalta nousevia asioita sisältävä kooste siitä, **miten päiväunitilanteita saataisiin lasten hyvinvointia tukevimmiksi.** ”Vinkkejä nukkariin” -huoneentaulu sekä tässä pohdintaosiossa ilmi tulevat asiat vastaavat toiseen päätutkimuskysymykseen.

Vaikka halusinkin luoda koosteen osasta tuloksista, niin tämän tutkimuksen tärkeämpi päämäärä on tuoda lasten ääntä enemmän kuuluviin arjen käytänteiden muodostamisessa. Lisäksi halusin nostaa esille lapsen yksilölliset tarpeet hoivan ja tuen suhteen. Tuodessani lasten kokemuksia ilmi, pääsevät kasvattajat lähemmäksi ”lasten maailmaa”. Lapsilähtöisyys-periaate on kirjattu useisiin ryhmien varhaiskasvatussuunnitelmiin. Lapsilähtöisyyden kuuluisi toteutua hyvin erityisesti lapselle herkissä nukkumistilanteissa. Nukkumistilanteet eivät saisi olla vuodesta

toiseen samanlaisesti rutinoituneita, vaan nukkumistilanne pitää järjestää kulloisenkin lapsiryhmän mukaan ottamalla lapset mukaan miettimään hyvää toteutus-
tapaa.

Päiväunikäytänteissä aikuisten päätöksien vaikuttavuus on suuri. Aikuiset vaikuttavat nukkumistilan äänimaailmaan, sänkyjen sijainteihin, nukkumisvälineiden valintaan ja aikuisten määrän nukkumistilassa. Loppujen lopuksi lapsella on vähäinen osallisuuden aste, vaikka tilanne on pyritty luomaan lapsen lepoon ja rauhoittumiseen. Aikuiset eivät koe kokemusta, mikä lapsille syntyy päiväunitilanteissa. On siis väärin, että aikuisten tekemillä päätöksillä on niin suuri vaikutus. Lasten pitäisi pystyä jollakin tavalla vaikuttamaan jo sänkyjen, peiton ja tyynyn tai muun materiaalin valitsemiseen. Tuloksissa tuli selkeästi ilmi muovisten retkisänkyjen kovuus. Aikuisten olisi pitänyt vähintäänkin miettiä, miltä sänky tuntuu lapsen ihoa vasten, sillä siinä ei ole erillistä patjaa. Ovatko retkisängyn reiät yhdistettynä lattian tasossa olemiseen ja kehon lämpötilan laskuun nukkuessa myös osasy siihen, että kylmyys tuli ilmi neljässä kuudesta leikkitalanteesta? Pienillä muutoksilla saataisiin myös lasten kokemaa kylmyyttä vähennettyä. Lämpimät matot tai lattialämmitys tai jalalliset sängyt parantaisivat lasten nukkumisolosuhteita.

Yhteistyö päättävien esimiesten ja lasten lähikasvattajien kanssa pitäisi olla tiivistä, jotta lapsen ääni oikeasti vaikuttaa häntä koskeviin valintoihin. Lasten kasvattajat pystyvät lisäämään lasten osallisuuden astetta esimerkiksi sillä, että antavat lasten päättää itse, missä kohdassa huonetta nukkuvat. Luultavimmin lapset valitsevat paikan, jossa tuntevat olonsa turvallisimmaksi ja jossa kokevat saavansa unen parhaiten. Pienryhmäajatus toteutuu, jos esimerkiksi yksi aikuinen lukee satua toisessa tilassa ja toisessa tilassa on aivan hiljaista tai musiikki soi aluksi aivan hiljaisesti. Lapsi voisi itse päättää, kumpaan tilaan menisi lepohetkelle. Tilaa ei kuitenkaan vaihdeltaisi kovin herkästi ensimmäisen päätöksen jälkeen, sillä

muuten syntyisi levottomuutta ja epävarmuutta. Pienillä asioilla kasvattajat pysyvät tuomaan lasten osallisuuden astetta suuremmaksi. Siihen tarvitaan aito kiinnostus lasten mielipiteitä kohtaan, herkkyyttä lasten sanattomille ja sanallisille viesteille sekä vastavuoroista vuorovaikutusta lapsen ja aikuisen välillä.

Osallistuva havainnointi aineiston keräämisen tapana oli hyvä valinta tähän tutkimukseen ja näihin tutkimusolosuhteisiin. Muutaman lapsen kohdalla käytin menetelmänä lisäksi avointa haastattelua. Huomasin, että leikin kautta lasten kokemukset nousivat paljon monisäikeisimmin ja aidommin esille kuin haastattelun avulla. Lapsen luontainen tapa toimiahan on leikki, joten lapsille tämä tapa tuoda kokemuksia esille, oli hyvä ja aito. Pohtimisen aiheiksi alussa nousivat leikkitala ja roolijako. Annoin lapsen päättää leikkimistilan, jotta lapsella olisi mahdollisimman turvallinen ja luonnollinen olo alkaa leikkiä. Roolit jaettiin yhteistuumin leikin alussa, kuten roolileikin ominaisuuksiin kuuluukin.

Aineiston keruun olisin voinut toteuttaa paremmin siten, että olisin luottanut menetelmänä lasten leikkiin kokemusten esiintuojana. Olisi pitänyt jättää jo suunnitteluvaiheessa pois avoin haastattelu havainnoinnin tukijana. Vaikka se tässä tutkimuksessa antoikin paikoitellen vahvistavaa ja täydentävää tietoa lasten kokemuksellisesta todellisuudesta, niin seuraavassa samantyyppisessä tutkimuksessa luottaisin pelkkään osallistuvaan havainnointiin. Tällöin pystyisi keskittymään paremmin itse leikkiin kokemusten esiintuojana. Tätä aineiston keruu tapa, että lapsi leikkii aikuisen kanssa, on vaan käytetty niin vähän, etten uskaltanut ilman kokemusta ja syvällistä tietoutta asiasta siihen yksin luottaa.

Aineiston analyysimenetelmää pohdin kauan, sillä halusin sen sopivan tähän tutkimukseen. Lopulta metodologisten ja aatteellisten pohdintojen kautta kirjallisuudesta nousi esille Colaizzin analyysimenetelmä, jonka päätin sopivan tutkimukseeni. Analyysin aikana pohdin useammassakin vaiheessa, käytänpö alkuperäistä

ilmaisua vai luomaani merkitystä ilmaisulle. Analyysin keskivaiheissa käytin luotua merkitystä analyysin etenemisen ja aineiston jäsentämisen helpottamiseksi. Analyysimenetelmä sopi hyvin tähän tutkimukseen ja suosittelen sitä käyttämään kokemusta tutkivissa tutkimuksissa. Analyysimenetelmän käyttö on joustavaa ja jokainen tutkimus voi käyttää sitä jossain määrin soveltaen. Vaiheet eivät etene liian nopeasti vaan aineistoa käsitellään aina hieman eteenpäin vieden.

Alkuperäisen kipinän aiheeseen sytytti käytännön työssä huomaamani kehittämisen paikka, että päiväunitilanteisiin voitaisiin kiinnittää nykyistä enemmän huomiota. Tällöin ajattelin, ilman minkäänlaista tutkimustaustaa, että haluaisin selvittää, minkälainen olisi mahdollisimman hyvä päiväunikäytäntö. Kuten johdannossa totesinkin, tällaista yleispätevää ohjetta ei ollut mahdollista luoda. Lopulta sain kuitenkin koottua tutkimuksen tuloksista viitteellisiä vinkkejä nukkumistilanteen järjestämiseen. Näin kehä sulkeutui.

Koin, että olen tutkimuksellani saavuttanut tutkimukselleni asettamani tavoitteet. Olen itse kehittynyt ammatillisesti valtavasti, sillä sain tutkimusta tehdessäni valtavasti tietoutta lasten kasvatukseen liittyen. Kaikki uusi tietous ei näy tutkimuksessa, sillä paljon tuli luettua teoriaa, jotka eivät tutkimukseen päätyneet. Toivon, että tämän tutkimuksen tulosten myötä varhaiskasvatushenkilöstä pysähtyy pohtimaan, kuinka iso vaikutus heillä itsellään lapselle hyvän ja turvallisen nukkumistilanteen järjestämisessä. Toivottavasti nukkumistilanteisiin kiinnitetään tämän tutkimuksen tulosten myötä enemmän huomiota ja lapsen kokemuksellinen näkökulma huomioidaan paremmin. Halusin tiivistää tulokset vielä pieneen tilaan ”Vinkkejä nukkariin” -huoneentauluksi, jotta tutkimus herättää mielenkiinnon pohtia asiaa tarkemminkin.

9.1 Jatkotutkimusehdotukset

Tutkimuksen yhteydessä heräsi ajatuksia siitä, miten vanhemmat ja kasvattajat voisivat yhteistyössä parantaa nukkumistilanteita lasten hyvinvointia tukevimmiksi. Tärkeää olisikin tutkia sitä, miten yhteistyö toimii kasvattajien ja vanhempien välillä nukkumistilanteiden järjestämisessä. Miten toimia, jos esiintyy ristiriitaisia mielipiteitä, mikä on lapsen parhaaksi nukkumistilanteissa. Tämä on erittäin ajankohtainen aihe käytännön työkentällä, sillä aihe herättää voimakkaita mielipiteitä suuntaan ja toiseen. Lapsen etu saattaa jäädä joissakin tapauksissa toteutumatta, koska vanhemmille ja kasvattajille ei muodostu yhtenäistä näkemystä mm. päiväunien tarpeellisuudesta. Niiden pituudestakin käydään neuvotteluja, vaikka tutkimuksen myötä tuli selväksi, että herättäminen päiväunilta on lapsen edun vastaista. Asiaan pitäisi puuttua mahdollisimman pian, sillä kyseessä on lapselle tärkeä asia. Jatkotutkimusehdotusaihe liittyy kiinteästi varhaiskasvatusalalla olevaan kasvatuskumppanuus-toimintamalliin. Olisi kiinnostavaa tietää, voitaisiinko kasvatuskumppanuuden avulla vastata tähän ajankohtaiseen haasteeseen.

Toinen jatkotutkimuksen aihe voisi olla, miten nukkumistilanteet toteutetaan eri päivähoitopaikoissa, sillä päiväunikäytänteitä on monenlaisia. Tutkimuksen avulla saataisiin henkilökunta pohtimaan kriittisesti omia toimintatapojaan ja kiinnittämään huomio lapsilähtöisen päiväunikäytännön kehittämiseen. Tutkimus toisi myös esille päiväunikäytänteiden monimuotoisuuden. Tutkimuksen tuloksista voisi ottaa ideoita, jotka veisivät oman ryhmän päiväunikäytänteitä eteenpäin.

9.2 Vinkkejä nukkariin -huoneentaulu

Vinkkejä nukkariin -huoneentaulu on kooste niistä merkityksistä, joita lasten leikeissä esiintuomien ilmaisujuen taustalla oletettavasti on. Aineisto on kerätty osallistuvan havainnoinnin avulla tilanteesta, jossa minä tutkijana ja lapsi olemme leikkineet päiväunitilannetta. Lapsi on ilmaissut kokemuksiaan leikissä joko lapsen roolihahmon esimerkiksi nukken kautta tai itse kertomalla omasta näkökulmastaan. Aikuinen -roolihahmo on ollut leikissä minä ja/tai lapsi.

Vinkkejä nukkariin -huoneentaulu on koostettu tutkimuksen tuloksista aikuisen toiminta -osion lisäksi nukkumisen "välineet" -, nukkumistilan äänimaailma - sekä päiväunista puhuminen tilanteen ulkopuolella -osioiden alakohdistä. Vinkkejä nukkariin -huoneen taulu vastaa toiseen tutkimuksen pääkysymykseen, miten päiväunitilanteita saataisiin lasten hyvinvointia tukevimmiksi. Huoneen taulun vinkit ovat lasten kokemuksellisesta todellisuudesta poimittuja vinkkejä työntekijöille siihen, miten he voivat kehittää päiväunitilanteita paremmiksi lapsen näkökulman huomioon ottaen.

Vinkkejä nukkariin

1. Anna lapselle turvaa ja hoivaa lepoa hetkellä sekä yksilöllistä, positiivista huomiota ennen nukahtamista. Pienin vaatimus on olla läsnä tilanteessa.
2. Ota huomioon vaatetuksen ja peiton suhteen, että lattiantasossa levähtäessä on kylmempi olla kuin aikuisen istuessa. Jos pystyt vaikuttamaan sängyn tyyppiin tai pehmeysasteeseen, niin huolehdi että se ei ole kova.
3. Unikaveri on monelle lapselle tärkeä osa nukkumistilannetta. Älä vähättele sen tärkeyttä.
4. Peittele lapsi peiton alle, mutta voit kysyä ensin lapselta haluaako, että teet niin. Joillekin lapsille on tärkeää, että aikuinen peittelee sänkyyn.
5. Kysy lapselta, saako silittää. Luvan saadessasi, kysy lapselta, mistä hän haluaa silittävän. Jos lapsi ei osaa kertoa, niin melko varma silittämisen paikka on vatsa. Vatsasta silittäminen onnistuu, sillä suuri osa lapsista nukkuu selällään.
6. Voit siirtyä seuraavan lapsen luokse toisen lapsen nukahtaessa, mutta pidä myös nukahtanutta lasta silmällä.
7. Ota huomioon erilaiset levähtäjät nukkumistilan äänimaailman suhteen. Sijoita musiikista häiriintyneet nukkumaan mahdollisimman kauas soittimesta, mikäli olette päättäneet käyttää sitä nukkumistilassa.
8. Huolehdi, että lapsi saa juoda heräämisen jälkeen.
9. Keskustele lapsen vanhempien kanssa myös nukkumisasioista.
10. Muista, että hiljaisuus nukkumistilassa koskee myös aikuisia!

LÄHTEET

- Aaltonen, M., Ojanen, T., Sivén, T., Vihunen, R. & Vilén, M. 1997. Lapsen aika. 1.-3. painos. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.
- Colaizzi, P. F. 1978. Psychological Research as the Phenomenologist Views It. In: R. S. Valle & M. King. New York: Oxford University Press, 48-71.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 2005. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 7. painos. Tampere: Vastapaino.
- Hakkarainen, P. 2008. Leikki ja leikin ohjaus varhaiskasvatuksessa. Teoksessa A. Helenius & R. Korhonen (toim.) Pedagogiikan palikat. Johdatus varhaiskasvatukseen ja -kehitykseen. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy. 99-108
- Hakoluoto, R. & Kuittinen, K. 2011. Lapsen lepo päiväkodissa. Saatavissa: https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/36972/Hakoluoto_Reija.pdf?sequence=1. Luettu 9.11.2012.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. uudistettu painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Kalliala, M. 2008. Kato mua! Kohtaako aikuinen lapsen päiväkodissa? Helsinki: Gaudeamus.
- Kalliala, M. & Tahkokallio, L. 2001. Yhteinen leikki. Teoksessa S. Karppinen, A. Puurula & I. Ruokonen (toim.) Taiteen ja leikin lumous. Helsinki: Oy FINN LECTURA Ab, 33-61.
- Kanninen, K. & Sigfrids, A. 2012. Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin. Jyväskylä: PS- kustannus.
- Koivunen, P-L. 2009. Hyvä päivähoito. Työkaluja sujuvaan arkeen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kuhfuss, W. 1996. Leikki ja lapsi. Teoksessa T. Jantunen & P. Rönnerberg (toim.) Anna lapsen leikkiä. Jyväskylä: Atena Kustannus Oy, 75-82.
- Kurkela, K. 1996. Leikin todellisuus. Teoksessa T. Jantunen & P. Rönnerberg (toim.) Anna lapsen leikkiä. Jyväskylä: Atena Kustannus Oy, 83-98.

- Kyrönlampi-Kylmänen, T. 2007. Arki lapsen kokemana - eksistentiaalis-fenomenologinen haastattelututkimus. Rovaniemi: Lapin yliopisto.
- Laine, T. 2007. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2 - näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. 2. korjattu ja täydennetty painos. Jyväskylä: PS -kustannus, 28-45.
- Lehtinen, T. 2009. Hyvät unet kuuluvat lapsen elämään. Teoksessa N. Jarasto, T. Lehtinen & K. Nepponen (toim.) Hiljaa hyvä tulee. Helsinki: LK -KIRJAT, 229-244.
- Lehvonen, M. 2011. "Liikkumatta emme osaisi olla". Satuportsan päiväkodin 4-6 -vuotiaiden lasten liikunta- ja nukkumistottumusten kartoittamista. Www-dokumentti. Saatavissa: https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/30570/Lehvonen_Mikaela.pdf?sequence=1. Luettu 9.11.2012.
- Lindqvist, G. 1998. Leikin mahdollisuudet. Jyväskylä: Koulutuksen tutkimuslaitos, Jyväskylän yliopisto.
- Litja, T. & Oinonen, M. 2000. Mä en haluu! Leikki-ikäisen arjen pulmia. Helsinki: Oy Edita Ab.
- Metsämuuronen, J. 2001. Laadullisen tutkimuksen perusteet. Metodologia -sarja 4. 2. tarkistettu painos. Helsinki: International Methelp Ky.
- Mikkola, P. & Nivalainen, K. 2009. Lapselle hyvä päivä tänään - näkökulmia 2010-luvun varhaiskasvatukseen. Saarijärvi: Pedatieto.
- Mäkelä, K. 1990. Kvalitatiivisen analyysin arviointiperusteet. Teoksessa K. Mäkelä (toim.) Kvalitatiivisen aineiston analyysi ja tulkinta. Helsinki: Gaudeamus, 42-61.
- Paunonen, M. & Vehviläinen-Julkunen, K. 1997. Tutkimussuunnitelman laadinta kvantitatiivisessa ja kvalitatiivisessa tutkimuksessa. Teoksessa M. Paunonen & K. Vehviläinen-Julkunen. Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. 1.-2. painos. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö, 35-48.
- Perttula, J. 2011. Kokemus ja kokemuksen tutkimus: fenomenologisen erityistieteen tieteenteoria. Teoksessa T. Latomaa & J. Perttula (toim.) Kokemuksen tutkimus. Merkitys-tulkinta-ymmärtäminen. 4. painos. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus, 115-162.

- Ritala-Koskinen A. 2001. Lasten haastattelu tutkijan haasteena. Teoksessa M. Kangassalo & J. Suoranta (toim.) Lasten tietoyhteiskunta. Tampere: Tampere University Press, 145-169
- Rusanen, E. 2011. Hoiva, kiintymys ja lapsen kehitys. Porvoo: Oy Finn Lectura Ab.
- Saarenpää-Heikkilä, O. 2007. Miksi lapseni ei nuku? Unihäiriöt ja unen puute vauvasta murkkuun. Helsinki: Minerva Kustannus Oy.
- Salovaara, H. 1997. Oppimiseen liittyviä käsitteitä. Oulun Yliopisto. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://www.wedu oulu.fi/okl/lo/kt2/kasitt.htm>. Luettu 23.10.2012.
- Sirén-Tiusanen, H. & Tiusanen, E. 2001. Päivärytmi ja toiminnan rakentuminen. Teoksessa A. Helenius, K. Karila, H. Munter, P. Mäntynen & H. Sirén- Tiusanen. Pienet päivähoidossa. Alle kolmivuotiaiden lasten varhaiskasvatuksen perusteita. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö, 65-92.
- Sterling, S. 2003. Vauvan uni. Käytännön ohjeita vanhemmille. Helsinki: WSOY.
- Suomen UNICEF. 1959. Lapsen oikeuksien julistus. Www-dokumentti. Saatavissa: http://www.unicef.fi/lapsen_oikeuksien_julistus. Luettu 22.10.2012.
- Terve Media Oy. 2012. Melatoniini. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://www.tohtori.fi/?page=4069997&search=melatoniini>. Luettu 13.10.2012
- Tiusanen, E. 2008. Päivittäiset toiminnot päivähoidossa. Teoksessa A. Helenius & R. Korhonen (toim.) Pedagogiikan palikat. Johdatus varhaiskasvatukseen ja -kehitykseen. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy. 78-98.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2006. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Tynjälä, P. 1991. Kvalitatiivisten tutkimusmenetelmien luotettavuudesta. Teoksessa Suomen kasvatustieteellinen aikakauskirja. Kasvatus 22 (5-6), 387-398.
- Varto, J. 1992. Laadullisen tutkimuksen metodologia. Helsinki: Kirjayhtymä Oy.
- Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. 2005. Oppaita 56. STAKES.
- Vilka, H. 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Virtanen, J. 2006. Fenomenologia laadullisen tutkimuksen lähtökohtana. Teoksessa J. Metsämuuronen (toim.) Laadullisen tutkimuksen käsikirja. Helsinki: International Methelp Ky, 151-214.

Åstedt-Kurki, P. & Nieminen, H. 1997. Fenomenologisen tutkimuksen peruskäsitteet hoitotieteessä. Teoksessa M. Paunonen & K. Vehviläinen-Julkunen. Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. 1.-2. painos. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö, 152-163.

Viranhaltija:
Palvelujohtaja/Varhaiskasvatuspalvelut

Päivämäärä Pykälä
25.05.2012 24

| | | |
|---|---|---|
| Asia: | Tutkimuslupa: Krista Pekkala, Keski-Pohjanmaan ammattikorkeakoulu /Ylivieskan yksikkö | |
| Perustelut: | <p>Krista Pekkala anoo tutkimuslupaa Keski-Pohjanmaan Ammattikorkeakoulun (Ylivieskan yksikkö) sosionomi (AMK) opintoihin liittyen.</p> <p>Tutkimuksen työnimi: Lasten kokemuksia päiväunitilanteista.</p> <p>Opinnäytetyön tarkoituksena on kartoittaa lasten kokemuksia päiväunitilanteista. Tuloksista voidaan tehdä johdopäätöksiä, joita voidaan käyttää hyödyksi päiväkodin arjessa. Tulokset antavat ajatuksia henkilöstölle, voisiko päiväunitilanteita järjestää vielä enemmän lasten hyvinvointia tukevimiksi. Tutkimuksen tarkoituksena on lapsen äänen vahvistaminen häntä koskevissa asioissa ja sitä kautta lapsen hyvinvoinnin lisääminen.</p> <p>Tutkimusmenetelmänä on kvalitatiivinen tutkimus. Aineiston keruumenetelmänä on toiminnallinen lapsihaastattelu. Haastattelun dokumentoinnissa käytetään videokameraa, jotta lasten eleet ja toiminta saadaan dokumentoitua. Aineiston keruu tapahtuu noin 8-10 toiminnallisen lapsihaastattelun avulla.</p> <p>Tutkimuksen arvioitu aikataulu: - Toiminnalliset lapsihaastattelut touko-kesäkuussa 2012. - Haastatteluiden tulokset ja yhteenveto heinä-elokuussa 2012.</p> <p>Tutkimuksen ohjaajana oppilaitoksella toimii lehtori Kirsi Herranen-Somero.</p> <p>Päiväkotihoidon palvelupäällikkö Sari Suhonen puoltaa tutkimusluvan myöntämistä. Tutkimuksen työelämäohjaajana toimii päiväkodin johtaja Hilikka Isokoski.</p> | |
| Päätös: | <p>Myönnetään Krista Pekkalalle tutkimuslupa edellä kuvattua opinnäytetyötä varten.</p> <p>Opinnäytetyön tekijä pyytää tutkimusluvan myös lasten vanhemmilta. Kerätty tutkimusaineisto (mm. videomateriaali) on ainoastaan tutkimuskäytössä. Videon mahdolliseen laajempaan esittämiseen tukija pyytää luvan kuvatuilta henkilöiltä tai heidän huoltajiltaan.</p> <p>Opinnäytetyön tekijän edellytetään noudattavan hyvää tutkimuskäytäntöä, tekemään yhteistyötä työelämäohjaajan kanssa opinnäytetyön eri vaiheissa sekä raporttoimaan opinnäytetyön tuloksista Peruspalvelukuntayhtymä Kalliolle tutkimusluvan myöntäjän välityksellä.</p> | |
| Allekirjoitus: | Palvelujohtaja/Varhaiskasvatuspalvelut | <i>Marja Ranta-Niilku</i> Marja Ranta-Niilku |
| Pöytäkirjan nähtävänäpito | Tämä päätös on yleisesti nähtävänä päätöksentekijän virkahuoneessa päätöspäivän jälkeisenä tiistaina klo 9-12 . | |
| Oikaisuvaatimus | Päätökseen tyytymätön voi tehdä kirjallisen oikaisuvaatimuksen. Oikaisuvaatimuksen saa tehdä se, johon päätös on kohdistettu tai jonka oikeuteen, velvollisuuteen tai etuun päätös välittömästi vaikuttaa tai kunnan jäsen. | |
| Oikaisuvaatimusviranomainen | Viranomainen, jolle oikaisuvaatimus tehdään, osoite ja postiosoite Peruspalvelukuntayhtymä Kallio / Johtoryhmä Vierimaantie 5 84100 YLIVIESKA | |
| Oikaisuvaatimusaika, sisältö ja toimittaminen | Oikaisuvaatimus on tehtävä 14 päivän kuluessa päätöksen tiedoksisaannista. Kunnan jäsenen katsotaan saaneen päätöksestä tiedon kun pöytäkirja on asetettu yleisesti nähtäväksi. Asianosaisen katsotaan saaneen päätöksestä tiedon, jollei muuta näytetä, seitsemän päivän kuluttua kirjeen lähettämisestä, saantitodistuksen osoittamana aikana tai erilliseen tiedoksisaantitodistukseen merkittynä aikana. Oikaisuvaatimuksesta on käytävä ilmi vaatimus perusteineen ja se on tekijän allekirjoitettava. Oikaisuvaatimus on toimitettava oikaisuvaatimusviranomaiselle ennen oikaisuvaatimusajan päättymistä. | |
| Tiedoksianto | Kenelle: Krista Pekkala, palvelupäällikkö Sari Suhonen, päiväkodin johtaja Hilikka Isokoski | Pvm: 25.5.2012 |
| | <input checked="" type="checkbox"/> Lähetetty postitse tavallisena kirjeenä | |
| Täytäntöönpanoa varten tiedoksi | Pvm: 25.5.2012 Nimi: | Sähköpostiosoite: |

Hyvät lapsen vanhemmat!

21.5.2012

Opiskelen työni ohella sosionomiksi Keski-Pohjanmaan ammattikorkeakoulussa. Nyt on menossa viimeinen vuosi. Suuntauduin varhaiskasvatus- ja perhetyöhön, joten opinnoistani saan lastentarhanopettajan (amk) pätevyyden. Opintoihini kuuluu opinnäytetyön tekeminen. Opinnäytetyöni tarkoituksena on selvittää lasten kokemuksia päiväunitilanteista. Haluan tutkia aihetta lapsilähtöisesti, joten pyytäisin Teiltä lupaa, että saan haastatella lastanne päiväunitilanteiden kokemusten selvittämiseksi.

Tutkimuksen aineisto kerätään toiminnallisella lapsihaastattelulla. Käytännössä se tarkoittaa sitä, että leikin lapsenne kanssa päiväunitilanteen nukkejen tai muun leikkikalun avulla. Videokuvaan leikkitalanteen, jotta huomioni keskittyy tilanteessa ainoastaan leikkiin. Pystyn ottamaan huomioon myös lapsen eleet ja ilmeet. Nauhoitteet tuhoan heti kun tutkimus on valmis. Aineiston yhteenvedosta ei voida tunnistaa yksittäistä lasta ja nimet muutetaan tutkimusta tehdessä eli tutkimukseen osallistuminen on täysin luottamuksellista. Mikäli nukkeleikki ei innosta lasta, niin varavaihtoehtona on aihesadutus aiheesta "Minä päiväkodissa päiväunilla". Lapsi kertoo aiheesta tarinan ja minä kirjaan sen sellaisenaan paperille.

Tutkimuksen tavoitteena on lisätä lasten ääntä varhaiskasvatuksessa ja herättää ajatuksia henkilöstölle, miten päiväunitilanteet tukisivat vielä paremmin lasten hyvinvointia. Haastattelut teen päiväkodissa lapsen hoitoaikana touko-kesäkuun 2012 aikana. Lapsenne ajatukset ja kokemukset ovat erittäin tärkeitä, joten pyytäisin Teiltä lupaa lapsenne toiminnalliseen haastatteluun. Pyydän lapseltanne vielä suullisen suostumuksen ennen leikkitalannetta.

Suurkiitoksin

Krista Pekkala (lisätietoja annan tarvittaessa puhelimitse 044* *** ***)

Lapsemme _____

saa osallistua ()

ei saa osallistua ()

toiminnalliseen haastatteluun (päiväunitilanteen leikkimiseen tai aiheadutukseen) opinnäytetyön aineiston luomiseksi. Päiväunileikkitilanteen saa nauhoittaa videolle tutkimustyön helpottamiseksi ja tutkimuksen luotettavuuden vuoksi.

Palauttaisitteko tämän osion päiväkodille viimeistään **ti 29.5 mennessä**.

aika ja paikka

lapsen huoltajan allekirjoitus

ANALYYSIVAIHE 1: AINEISTOSTA ALKUPERÄISET POIMITUT ILMAISUT

Siirtymä nukkumaan

1. Nyt se on syönyt. Mää nukun täällä.
2. (sama kuin ed.) Noo vaikka. Vähä leikkimään.
3. (lapsi nukahtaa kantokoppaan matkalla uimaan)
4. (sama kuin ed.) (uinnin jälkeen) Syö. Ja mennee nukk.. takas nukkuun.
5. **minä:** Miksi sinä sängyn alle menit? **lapsi:** Syömään iltapalaa. **minä:** Tuliko sinulle nälkä kesken kaiken? **lapsi:** Nii. Tuli tietysti.
6. Ruoan jälkeen nuket laitetaan nukkumaan.
7. Saunan jälkeen mennään nukkumaan.

Univaatetus

8. Päivävaatteet
9. Tää tykkää paljo autoista. (autobody)
10. Vaatteet eivät vaihdu nukkumaan mentäessä. (toisella vauvalla myssy ja kevyt sisähaalari ja toisella vauvalla ei vaatteita)
11. Emmää. No oikeesti emmää riisu.
12. Mutta tämä panee yövaatteet.

Toiminta heräämisen jälkeen

13. Pittää antaa maitua.
14. (sama kuin ed.) Vaatteet pois. Tämä menee uimahalliin. (lapsi nukahti matkalla uimahalliin)
15. Niillä on jano.
16. (sama kuin ed.) Nyt mennään jo saunaan.

Sanat ennen nukahtamista

- 17. Hyvää päiväunia!
- 18. (itkahdus)

Toiminta ennen nukahtamista

- 19. Niillä on vielä vähä aikaa silmät auki. (musiikki laitettiin äsken päälle) **minä:** Eikö ne saa vielä unta? **lapsi:** Ei. (vaihtaa kappaleen) **minä:** Miksei? **lapsi:** Ko niitä ei vielä väsytä.
- 20. (sama kuin ed.) **minä:** Mitä se ajattelee se vauva? **lapsi:** Että jospa tää pääsis joskus ihan yksin kauppaan.
- 21. **minä:** Mitähän tuo aattelee tuo lapsi? **lapsi:** Se aattelee sitä, milloin sen äiti tulee. **minä:** Niin. Onkohan sillä vähän ikävä sitä? **lapsi:** Joo'o. Kohta se lähtee sitte karkuun. **minä:** Karkuun? **lapsi:** Eikö sitte.. kohta tää lähtee (kuiskaa)
- 22. (sama kuin ed.) **lapsi:** Kohta tää hiipii. **minä:** Mihin se hiipii? **lapsi:** Kotia.

Aikuisen toiminta uneen auttajana

- 23. Kuorsausta heti "Hyvää päiväunia!" -toivotuksen jälkeen.
- 24. (sama lapsi kuin edellä) **minä:** Oisiksää halunnu että tati silittää? Oisko se halunnu se sormiskeitti? **lapsi:** Ent. **minä:** Ei halua silittää..? **lapsi:** Silitätkö sää ennen nukku.. eikö ku mennään nukkuun.. silitätkö sää mua? **minä:** Jos sää haluat. **lapsi:** Joo'o.
- 25. (sama kuin ed.) Mää haluan että sää silität mua tai Liisa. Mää tykkään kaikista parempi, että sää ja Kerttu silitätte mua. (nimet muutettu)
- 26. (sama kuin ed.) Tai joskus pittää apua joku. Ko mulla on vaikka jotaki. Tämä (huppari) joskus on auki mää nukun, niin se on joskus eessä, nii mulle pittää apua tai jotaki. Voi apuna joskus laittamaan makuupussin päälle.
- 27. (sama kuin ed.) **minä:** Nii haluaksää, että nukkarissa aikuinen silittää? **Lapsi:** No. Emmää tiä. **Minä:** joo **Lapsi:** No ei nyt oo. No ei tässä leikissä.
- 28. Joku tais nukuttaa sen. Antaa sille maitua niin se nukahti. Sitte se anto ruokaa ja se nukahti.
- 29. (sama kuin ed.) Että yks aikuinen pystyy silittäään kahta.
- 30. (sama kuin ed.) Ja tälle pittää laittaa peitto päälle. Sillä on nytte kylmä.
- 31. (sama kuin ed.) Mää haen itelle lättyrän.

32. (sama kuin ed.) (rapsuttaa nukkea korvasta)
33. **minä:** Mitä tän pittää tehdä? **lapsi:** Silittää
34. (sama kuin ed.) Hoitaa lapsia ja tehdä kaikenlaista.
35. (sama kuin ed.) **minä:** Pittääkö aikuisen muuten peitellä sut sinne peittoihin? **lapsi:** Ei tarvi ku mä meen ite.
36. Pittää laulaa unilaulu.
37. (sama kuin ed.) Tykkää että niitä silitetään.
38. (sama kuin ed.) Mää nukutan tän. Kiikkaa, kiikkaa, kiikkaa... (keinuttaa nukkea turvakaukalossa)
39. (sama kuin ed.) Tuutuutuutuu. (tuudittaa nukkea sylissä)
40. Tuu. (osoittaa sormella että tulla viereen) **minä:** Tähän? **lapsi:** Joo. Eiku tuohon? (sängyn pään puoliseen pätyyn)
41. (sama kuin ed.) Joo. Silitä sää.
42. (sama kuin ed.) Mää nukun. (kömpii sänkyyn päälle samaan asentoon makaamaan kuin edellisellä kerrallakin)

Aikuisen toiminta, kun lapsi nukkuu

43. **minä:** Mitä tää tekis? **Lapsi:** No vaikka. Emmää tiiä.
44. (sama kuin ed.) No hilijaa, niinkö kaikkien muittenki.
45. (sama kuin ed.) No ku mä nukahan, niin voi mennä pois.
46. Aina välillä kurkistaa nukkuuko se.
47. Ei. Ku minä alan nukkuun, niin se vois sit jos joku liikkuu, niin se voi mennä jottain toista silittää. Joo ja jos nii mä herrään, niin minä pistän tän killin siihen mun viereen ja (lapsen pikkusiskon) ja mun välliin. (aikuinen yleensä istuu siinä ja silittää)
48. (sama kuin ed.) Joo. Ja voi ne lähtä johonki töih töih nyttennii nii niinkö niinkö te lähitte nyttten sieltä nukkarista.
49. **minä:** Pittääkö sen tätin olla täsä vieresä koko ajan? **lapsi:** Joo.
50. (sama kuin ed.) Nuket nukkuu. **minä:** Jääkö ne nukkuun tähän. Mihin aikuiset mennee? Mitä ne lähtee tekkeen? **lapsi:** Töitä.
51. (sama kuin ed.) Ei vaan se voi lähtee pois sitteku se nukkuu.
52. (sama kuin ed.) Niinku aina ku mä nukun, niin aikuinen lähtee pois.

Aikuisen silittämisen tapa

53. Mahasta.
54. (sama kuin ed.) Mahasta. Sää oot jo kysyny.
55. Ööö.. joka paikasta.
56. (sama kuin ed.) (silitetään nukkeja rinnasta ja päästä paikkaa melkein koko ajan vaihdellen)
57. (sama kuin ed.) Ööö.. korvasta
58. Täältä pittää heti silittää. **minä:** Joo. Tästä vierestäkö, silmän vierestä?
59. (sama kuin ed.) (näyttää) Tästä mahasta ja muualta.
60. Tyttö silittää nukkea pyöriä liikkein mahasta ja rinnan päältä
61. Ööö. selästä. **minä:** Pehmeästi vai kovasti? **lapsi:** Kovasti
62. (sama kuin ed.) **minä:** Pittääkö näin silittää? (pitkää sivelyä ylhäältä alas selkää) Vai? **lapsi:** En halua eikö tuo tuo... Kato nyt. (nostaa pään ylös ja katsoo yläviistoon)

Aikuisen toiminnan negatiivinen vaikutus lapseen

63. Ei kukaan pysty nukuttamaan. Kaikki... (näyttää eleillä että katse kiertää ympäri huonetta hereillä silmät auki ja hiljaa)
64. (sama kuin ed.) (Höö, hööö., hööö... Heiluttaa päätä samaan tahtiin puolimakaavassa asennossa) **sanoitus tilanteessa:** Tuleeko semmonen levoton olo, semmonen rauhaton, että ei saa millään rauhattua niinkö?
65. (sama kuin ed.) Tai kotona joskus vaikka iltana ku pittää nukkumaan niin jotaki vaikka on joku vaikka niin tuota mikäs se oli joku vaikka äitin paa.. tai jotaki nii joku tulee kyllään mitä mei olla kauaan nähty. Nähään pöytä. Me tehään kaikkia ruokaa tai salaattia ja kaikkia herkkuja nii silloin mää tuota tuota tuota mää haluan nukkumaan. Äiti ja kuka tuli meille kyllään mitä mei olla kauaan nähty. Mää haluan nukkumaan niin emmää pysty nukkumaan ku ne puhuu tuola.)

Aikuisten määrä nukkarissa

66. Vaikka miten miten ha.. Miten on aina. Emmää tiiä. vaikka viistoista tai yks tai.. emmää tiiä. Tai kaikki tätit tai sata. Niin tai miten (tätit) haluaa.
67. Ööö.. saman verran ku noita kuvioita, kuvioitaki. Viisi ja neljä. (yhdeksän kuviota)
68. Vaikka viis.

Herääminen päiväunilta

- 69. (herätyskellon ääni ja sängystä ylös pomppaaminen)
- 70. (sama kuin ed.) sano sille: herätys, herätys äiti tuli!
- 71. Mutta nyt se heräs. Koska sillä on jo lämmin.
- 72. (sama kuin ed.) Sitä piti vettää jalasta ku se ei uskonu.
- 73. Nää vauvat heräs. YYYYYyyyyy..
- 74. Herätys! (pomppaa nopeasti ylös) Herätyskello soi!

Päiväunista puhuminen tilanteen ulkopuolella

- 75. **Minä (roolina lapsihahmon äiti):** Nukuitko sinä päiväunia? **Lapsi:** Nukuin. Äiiiiitiki kyss. Munki äiti kyssyy ookko sää nukkunu päiväunia.

Nukkumispaikka

- 76. skeittiramppi väärinpäin, rampin sisällä perällä
- 77. Hei pittää olla silleen että on tosi lähellä. Että yks aikuinen pystyy silittään kahta.
- 78. Mää voisin ottaa sängyn.. Paan tähän keskelle.
- 79. Poika asettaa sängyn hyllyn viereen.
- 80. (sama kuin ed.) Viedään nuket kantokoppiin. **minä:** Onko nää hereillä vai nukkuuko nää? **lapsi:** Nukkuu.
- 81. Siihen, matolle.
- 82. (sama kuin ed.) . Tähän. (valitsee sängyn paikaksi hyllyn vierustan)
- 83. (sama kuin ed.) Eiku mää nukun tuola. (lähtee kävelemään sänkyyn luokse ja vaatii laittamaan alas nostetun sängyn takaisin pinoon) Tää on yläkerta.
- 84. (sama kuin ed.) Joo viiään. Pannaan ne tuonne. (Nuket; lähtee kävelemään matkasänkyä kohti)

Nukkumistila

- 85. (sama kuin ed.) Mutta nuo kaikki pittää olla kii että nii on pimeää ku nää nukkuu. (sälekaihtimet) (laitetaan sälekaihtimet kiinni)

86. Pantiinko lukkoon nää ovet? (Joo, pantiin kiinni. Tuo ei mee lukkoon tuo toinen ovi. Tuo on rikki tuo lukko.)

Nukkumisasento

87. Selällään.
 88. Selällään.
 89. Peiton sisällä käppyrässä.
 90. Asettaa nukkeja sängylle makaamaan selälleen.
 91. Tää mennee nukkuun. (menee vatsalleen makaamaan, molemmat kädet pään alla)
 92. (sama kuin ed.) (kömpii sänkyyn päälle samaan asentoon makaamaan kuin edellisellä kerrallakin)
 93. (sama kuin ed.) Asettaa nuket vierekkäin makaamaan matkasänkyyn selälleen.

Nukkumistapa

94. Liikkuu/vaihtaa asentoa nukkumisen aikana.
 95. (sama kuin ed.) Kuorsaa.
 96. **minä:** itkeekö se? **lapsi:** Ei. Nukkuu vähä. Nyt on levähysaika.
 97. (sama kuin ed.) Tää halus tän viltin pois. Siks ku tällä oli liika kuuma. Tää halus koko peiton pois.
 98. Peittelee nukan jalat hyvin huolellisesti viltin alle.
 99. (sama kuin ed.) Kaikki nuket nukkuu samassa sängyssä. Kaikki neljä eivät mahtuneet vierekkäin, niin lapsi laittoi yhden lapsen nukkumaan vuoteen jalkopäähän omalle tyynylleen. (=pyöreälle istumisalustalle)
 100. (sama kuin ed.) (Laittaa nukelta silmän kiinni ja peitellään yhdessä se viltillä. menee toiseen päähän laittamaan toisenkin nukan silmän kiinni)
 101. (Molemmat vauvat nukkuvat samassa sängyssä.)
 102. (sama kuin ed.) (Laittaa nukelta silmät kiinni, kun nukke nukahtaa.)
 103. Silmä. (yrittää aukaista nukan silmää. Ei aukea, joten heittää sen nukan sivuun.) (ottaa toisen nukan) Tämä pittää panna kiinni.
 104. (sama kuin ed.) (Erittäin lyhyitä lepoetkiä.)

Nukkumis"välineet" -sänky, peitto, tyyny

105. No.. se on.. tää on kylmä peitto. Ei pussissa nukuta vaan tyyny ja oikia peitto. Ei pussia. (=makuupussi, jossa on tyynyosa kiinni).
106. (sama kuin ed.) Sielä on sänky mikä on ylhäällä ja alhaalla. Se niinku kaappi ja se kaappi avvaa nii sielä on sänky. se mennee näin alas. (=kaapista laskeutuva kerrossänky) Tää on yläkertasänky.
107. (tarvii peiton) Viltti. (hakee lättyrän tyynyksi)
108. (sama kuin ed.) Koppa ja pehmuste koppaan. Viltti päälle. Ja piiloon vauva koska sillä on vielä kylmä.
109. (sama kuin ed.) Siihen pittää tehdä vielä toinen sänky. (Oma sänky jokaiselle lapselle)
110. (sama kuin ed.) Ööö.. viltti... Hei sille voi laittaa tyynyjä peitoksi! Hei tyynyjä päälle! Lättyröitä päälle.
111. (sama kuin ed.) Tee tyynyistä sänky.
112. (sama kuin ed.) Ja tälle pittää laittaa peitto päälle. Sillä on nytte kylmä.
113. (sama kuin ed.) Peitto niille raukkasille.
114. (sama kuin ed.) Tää halus tän viltin pois. Siks ku tällä oli liika kuuma. Tää halus koko peiton pois.
115. Mää voisin ottaa sängyn.. Paan tähän keskelle.
116. (sama kuin ed.) Pitäskö sille pistää sinne öö peitto? (ottaa nukkejen ruokalapun peitoksi vaikka nukke jo makuupussin sisällä. Huomaa sen olevan ruokalappu ja pistää sen nukelle kaulaan)
117. Lapsi hakee vihreän lättyrän tyynyksi sängyn päälle. Viltti haetaan peitoksi.
118. (sama kuin ed.) Laittaa monta peittoa nukkejen päälle.
119. Peitto, että tää ei oo näin kova. **minä:** Niin. Mikä peitto? **lapsi:** Vaikkaaa.. Semmonen nukkumis. (laittaa makuupussin sängyn päälle.)
120. (pelkkä sänky- ei muuta) Joo. Tää on yläkerta. (pino sänkyjä päällekkäin ja lapsi haluaa siellä nukkua)

Unikaveri

121. Haluan. Mulla on mukana. Se millä on isot silmät. (pöllö)
122. Heeei! Pannaan tämä ankkas sinne. (kopan kantokahvaan)
123. (sama kuin ed.) Miksi näistä ei kuulu mitään ääntä? (puristelee ankkalelua (mobilea))
124. "Killi" -unikaveri jonka lapsi on tuonut kotoa.
125. (sama kuin ed.) Ei tarvi muutako mun unikaveri Killi.
126. Niitä.. näitä (sammakoita)

127. Eikö tuon Saku Sammakon.

128. (sama kuin ed.) Ja sitte saku sammakko tähän (asettaa sen nukkejen viereen)

Nukkumistilan toiveäänimaailma

129. Musiikkia ja hiljasta.

130. (sama kuin ed.) Joo. Sama, sama.. emmää, joo niitä musiikkia, nii mää haluan niitä musiikkia.

131. **minä:** Onko täällä aivan hiljaista? **lapsi:** (nyökkää)

132. (sama kuin ed.) Mutta tuolla on radio! (innostuu) **minä:** Haluaksää radi-on? **lapsi:** No oikea unilaulu. **minä:** Tästä voit valita kuinka isolla tai pienellä. (laittaa isommalle) **lapsi:** Mää tiän että tää on nukkumattilaulu.

133. (sama kuin ed.) Ku mulla on ollu tää joskus pienenä unilauluna. Ku tuo nukkevauva tykkää että vaihetaan laulu.

134. Kuuluu tämmöstä (kuiskaa) ... (tuhinaa ja kuorsausta)

135. Mielummin musiikkia. Mmm. Tuolahan se radio. (Musiikki soi koko nukkarileikin ajan.)

136. Pittää laulaa unilaulu.

137. (sama kuin ed.) Aivan hiljasta.

Nukkumistila ja -"välineet" nukkumistilanteen ulkopuolella

138. (hahmo istuu sängyn päällä) Leikisti tänne ei saa kiipeemään. Tää kiipes. Sano jotaki tälle.

139. **Minä:** Miten tää pistetään? (viltti kädessä) **Lapsi:** Kiinni ku nää ei oo vielä menosa nukkuun.

Unelmanukkari

140. No ei mulla oo semmosta. Ei mulla oo tommosta asumaan. Emmää tiää. (mutinaa) Niinku mää tiän että se oli pei.. että se oli peitto, oikia peitto ja tyy-ny.

Muita poimintoja, joilla ei ole vielä ryhmää

141. Huomasitko mää joskus nukun, en mää aina.
142. (sama kuin ed.) Ja vielä mää en edes halua nukkumaan. No vaikka... mennä sun kans leikkimään. Niinkö nytte.
143. Mää ossaan petata.
144. (sama kuin ed.) Mihin sinä menet? (hämmästyneenä) Mihin sinä menet? Mitä tämän pitäis tämän tätin tehdä? **lapsi:** etsiä. **minä:** Missähän se on? Onko täällä? Ei oo. Onkohan se kotia asti kerinny? **lapsi:** Täällä peiton alla.
145. **minä:** Mitähän ne aattelee nuo vauvat? Mitä ne leikisti aattelis? **lapsi:** Vaikka, vaikka leluja.
146. (sama kuin ed.) Mua rupiaa väsyttää. (tilanteessa, jossa molemmat silittää nukkeja)
147. (sama kuin ed.) Mää haluan mennä niitten vauvojen keskelle.
148. Tuu. (osoittaa sormella että tulla viereen)
149. Tämä sänky on koko, koko koti.
150. Nyt tässä olisi semmonen päivä milloin ei nukuttu.
151. Siihen, matolle.
152. Mää seison ja silitän. (Lapsi silittää ihan pienen hetken, käy muualla ja tulee takaisin silittämään)