



Mari-Elsa Korkeamäki ja Mea Lönnblad

Lasten tarkkaavuuden säätelyn tukeminen varhaiskasvatuksen ryhmätilanteissa

Oppaan kehitysprosessi

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Toimintaterapia AMK

Toimintaterapian tutkinto-ohjelma

Opinnäytetyö

25.3.2022

Tekijä	Mari-Elsa Korkeamäki & Mea Lönnblad
Otsikko	Lasten tarkkaavuuden säätelyn tukeminen varhaiskasvatuksen ryhmätilanteissa
Sivumäärä	32 sivua + 3 liitettä
Aika	25.3.2022
Tutkinto	Toimintaterapeutti AMK
Tutkinto-ohjelma	Toimintaterapian tutkinto-ohjelma
Ohjaajat	Lehtori Jari Pihlava Lehtori Eveliina Holmgren Lehtori Anne Talvenheimo-Pesu
<p>Opinnäytetyön aiheena olivat lasten tarkkaavuuden säätelyn haasteet varhaiskasvatuksen ryhmätilanteissa. Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Keusoten lasten toimintaterapia-palveluiden kanssa. Toimintaterapeutit olivat havainneet tarpeen työkalulle, jolla voitaisiin vaivattomasti toimittaa tarkkaavuuden säätelyyn tukikeinoja varhaiskasvatukseen, kun todellista toimintaterapiatarvetta ei lapsella ole. Toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa yhteistyökumppanin käyttöön työväline lasten tarkkaavuuden säätelyn haasteista ja niitä helpottavista keinoista, joita voidaan varhaiskasvatuksessa henkilökunnan toimesta kokeilla. Tavoitteena oli tarjota työntilajalle käyttövalmis opas tarkkaavuuden säätelyn tukemiseen varhaiskasvatuksen ryhmätilanteissa.</p> <p>Opinnäytetyötä on ohjannut kanadalaisen toiminnallisuuden ja sitoutumisen malli. Teoriaosuudessa avataan myös tarkkaavuuteen vaikuttavia tekijöitä, sekä lapsen osallisuuden merkitystä ja edistämistä. Teoriaperustan, etenkin sensorisen integraation teorian ja toimintaterapia-alan kirjallisuuden avulla koottiin pilottiopas. Oppaan kehittelyä ohjasi Jämsän ja Mannisen (2000) esittelemä tuotekehitysprosessi. Pilottiopas lähetettiin Järvenpään päiväkoteihin henkilökunnan testattavaksi. Testauksesta kerättiin palautekyselyn avulla anonyymisti palautetta, jonka perusteella oppaaseen tehtiin korjauksia ja lisäyksiä. Lopuksi opas arvioitiin Terveyden edistämisen keskuksen Hyvän terveysaineiston laatustandardeilla (2008).</p> <p>Opas koostuu tiivistetysti tarkkaavuuden säätelyn teoriasta, osallisuuden edistämisestä, kolmesta ryhmätilanteesta ja niihin suunnitelluista vinkeistä ja keinoista. Oppaan loppuun on koottu kuvakortteja edistämään lapsen osallisuutta sekä helpottamaan ja konkretisoimaan keinojen käyttöönottoa varhaiskasvatuksessa. Opas laadittiin työvälineeksi yhteistyötahon toimintaterapeuteille yhteistyössä heidän kanssaan. Oppaan varsinainen käyttäjäryhmä ovat kuitenkin varhaiskasvatuksen kasvattajat, ja opas on tehty siten, että se on helppo ottaa käyttöön päiväkotien kiireisessä arjessa.</p> <p>Itse suorittamamme arviointi laatustandardien avulla osoitti, että opas pääasiassa täytti kriteerien mukaiset ehdot laadukkaasta terveysaineistosta. Oppaan vakuuttavuutta olisi voinut lisätä mainitsemalla lähteet tekstin lomassa. Opas sai lisäksi pääasiassa positiivista palautetta oppaan testikäyttäjiltä, ja erityisesti näkökulma ryhmätilanteista sai kiitosta.</p> <p>Jatkossa näkökulma tarkkaavuuden säätelyn tukemiseen voisi olla tarkkaavuutta kehittävien leikkien esittely toimintaterapian näkökulmasta. Lisäksi oppaiden rajallisen tiedon määrän vuoksi voidaan miettiä olisiko aihetta tarkkaavuutta käsittelevälle online-kurssille. Pilottioppaan palautekyselyssä nousi esiin myös tarve oppaalle kuvakorttien käyttöön arjen tilanteissa. Kuvakortteja suositellaan kommunikoinnin tueksi, mutta kaipaisiko niiden käyttöön ottaminen vielä tuekseen opasta?</p>	
Avainsanat	Tarkkaavuuden säätely, varhaiskasvatus, toimintaterapia, tuotekehitys

Author	Mari-Elsa Korkeamäki & Mea Lönnblad
Title	Children's Attention Regulation Support in Group Activities in Early Childhood Education
Number of Pages	32 pages + 3 appendices
Date	25.3.2022
Degree	Bachelor of Health Care
Degree Programme	Occupational Therapy
Instructors	Jari Pihlava, Senior Lecturer Eveliina Holmgren, Senior Lecturer Anne Talvenheimo-Pesu, Senior Lecturer
<p>The subject of our thesis was children's difficulties in attention regulation during group activities in early childhood education. This thesis was written in collaboration with pediatric occupational therapists of Keski-Uusimaa health and social services district. The occupational therapists had noticed a need for a tool, which they could offer to workers in pre-school education when there was a concern about a child with possible attention regulation issues. The purpose was to produce a tool that the early childhood educators could use to support children with attention difficulties. The goal of this thesis was to offer the cooperation partner a ready-to-use guide of problems in regulating attention and tips on how these children could be helped.</p> <p>The thesis was led by the theory base of the Canadian Model of Occupational performance and engagement (CMOP-E). In the theoretical part of the thesis, the matters affecting attention are explained. We are also discussing the meaning of advancing children's participation. A pilot guide was constructed based on the theory base, especially on the theory of Sensory Integration and literature of occupational therapy. The construction of the guide was led by the process of product development introduced by Jämsä and Manninen. The pilot version of the guide was sent to different kindergartens in Järvenpää to be tested by the educators. Anonymous feedback was collected from the test users. Based on the feedback corrections and additions were implemented. Finally, the guide was evaluated with the quality standards of Finnish Centre for Health Promotion.</p> <p>The guide consists of attention regulation theory, advancing participation, three group activities and tips and tricks designed for them. There are AAC-pictures (augmentative and alternative communication pictures) in the end of the guide to advance participation and to facilitate the use of these tips in everyday life. The guide was made to work as a handy tool for our cooperation partner, but the actual target group are educators in preschool education. The guide was designed to be easy to use in the busy life of kindergartens.</p> <p>The evaluation we did with the quality standards on our guide showed us that the guide mainly fulfilled the requirements of the quality standards. The plausibility of the guide could have been increased by adding source references in the guide text. The guide received mainly positive feedback from the test users, and especially the aspect of group activities was praised.</p>	
Keywords	Attention regulation, early childhood education, occupational therapy, product development

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Kehittämistarve, kohderyhmä ja hyödynsaajat	2
3	Tarkkaavuuden säätely	3
3.1	Itsesäätely	4
3.2	Motivaatio	4
3.3	Varhaiskasvatus säätelyn tukena	5
3.4	Tarkkaavuus sensorisen integraation teorian näkökulmasta	6
4	CMOP-E -malli lapsen näkökulmasta	7
4.1	Ihminen, ympäristö ja toiminta	7
4.2	Oppaan tukikeinojen määrittelyn perusta	9
5	Lapsen osallisuuden edistäminen	11
6	Tuotekehitysprosessi	12
6.1	Kehitystarpeen tunnistaminen	13
6.2	Ideointivaihe	13
6.3	Luonnosteluvaihe	14
6.4	Tuotteen kehittäminen	15
6.5	Viimeistelyvaihe ja palautteen kerääminen	16
6.6	Palautekyselyn vastaukset	16
6.7	Oppaan arviointi	20
7	Pohdinta	22
7.1	Eettisyys	23
7.2	Luotettavuus	25
7.3	Oma oppiminen	26
7.4	Jatkokehittämissuhteita	28
	Lähteet	30
	Liitteet	
	Liite 1. Opas	
	Liite 2. Tiedote	
	Liite 3. Palautekysely	

1 Johdanto

Ei ole tavatonta kuulla vanhemman suusta, ettei lapsi pysty keskittymään tai hänen tarkkaavuutensa herpaantuu helposti ympäristössä tapahtuvaan toimintaan. Tätä kansankielellä keskittymiseksi kutsutulla kognitiivisella toiminnolla tarkoitetaan tarkkaavuutta. (Korhonen 2004: 49.) Tarkkaavuus- ja yliaktiivisuushäiriö ADHD on yksi yleisimpiä lasten pitkäaikaissairauksia (Voutilainen & Sourander & Lundström 2004). ADHD-diagnoosien ja hoidon piirissä olevien lasten määrä on kasvanut, minkä arvellaan johtuvan häiriön aiempaa paremmasta tunnistamisesta (Käypä hoito 2019).

Aina kyseessä ei kuitenkaan ole häiriö, vaan keskittyminen voi ajoittain olla vaikeaa kaikilla, etenkin, jos kyseessä on tavallista aktiivisempi tai touhukkaampi lapsi. Joskus näistä touhukkaista lapsista voi nousta huoli tarkkaavuuteen liittyvissä asioissa, ja lapsi ohjataan niin sanotusti ”turhaan” toimintaterapeutin vastaanotolle. Yhteistyökumppanimme Keski-Uudenmaan sote kuntayhtymän lasten toimintaterapiapalveluissa huomasivat saman ilmiön, ja he toivoivat tähän avuksi välinettä; selkolukuista ja helppoa opasta tai vastaavaa lehtistä, jonka he voisivat tarjota päiväkodeille kokeiltavaksi sellaisten lasten kanssa, joista on noussut huoli tarkkaavuusasioissa, mutta joilla ei välttämättä ole terapiaa vaativaa ongelmaa. Yhteistyökumppanimme toivoivat tuotoksen olevan konkreettinen, jotta se olisi helposti käyttöön otettava varhaiskasvatuksen hektisessä arjessa.

Toiminnallisen opinnäytetyömme tarkoituksena on tuottaa toimintaterapeuttien käyttöön työväline, jonka avulla he pystyvät vaivattomasti tarjoamaan tietoa ja keinoja varhaiskasvatuksen ryhmätilanteisiin lasten tarkkaavuuden säätelyn tueksi. Tavoitteena on tarjota työntilajalle käyttövalmis opas tarkkaavuuden säätelyn tukemiseen. Toimintaterapeutit pystyvät tarvittaessa tarjoamaan oppaan päiväkotien henkilökunnalle hyödynnettäväksi. Oppaan avulla varhaiskasvatus saa toimintaterapian näkökulmasta tiedot ja keinot kokeiluun ennen kuin lähettävät lapsen toimintaterapiapalveluihin. Hyvässä tapauksessa tämä vähentää myös toimintaterapiapalveluiden kuormittumista. Lisäksi opasta voidaan hyödyntää esimerkiksi lapsen arviointiprosessin päätteeksi, kun lapsen toimintaympäristöön jaetaan vinkkejä ja keinoja lapsen kehityksen tukemiseksi.

Tässä opinnäytetyöraportissa käymme ensin läpi aiheeseen liittyvää teoriaa sekä työkentelyä ohjanneita viitekehyksiä. Teoriaosuudesta jatkamme itse oppaan luomiseen eli tuotekehitysprosessiin ja tuotteen arviointiin, sekä lopun pohdinnassa reflektioimme

työskentelyämme ja oppimistamme, mahdollisia onnistumisia ja kehityskohtia. Opas (Liite 1) kuvakortteineen löytyy raportin liitteistä.

2 Kehittämistarve, kohderyhmä ja hyödynsaajat

Ennen aiheen tarkempaa rajaamista tutkimme jo tehtyjä opinnäytetöitä aiheeseen liittyen. Samankaltaisista aiheista oli tehty jonkin verran opinnäytetöitä, joten jouduimme tarkastelemaan tarkasti opinnäytetyömme tarkoituksenmukaisuutta ja pohtia sitä lisäarvoa, jonka se tuottaa toimintaterapian alalle. Keskustelimme yhteistyökumppanin ja muiden Keusoten lasten toimintaterapeuttien kanssa jo olemassa olevista opinnäytetöistä, muun muassa Marianna Kankkusen ”Opas lasten vireystilan säätelyyn” (2013), Marjo Tammisen ”Toimintaterapiasta tukea toiminnanohjaukseen ja tarkkaavuuteen” (2019) sekä Lotta Niemen ja Karoliina Pesun ”Lasten itsesäätelytaidot toimintaterapiassa” (2019), mutta nämä opinnäytetyöt poikkesivat aiheeltaan siitä, mitä yhteistyökumppanimme toivoi.

Lisäksi keskustelimme sosionomiopiskelijoiden Kaisa Lehtisen, Mika Lahtisen ja Sofia Lempiäisen ”Keskity nyt! - Opas aktiivisuus- ja tarkkaavuushäiriöisen lapsen tukemiseen varhaiskasvatuksessa” (2020) opinnäytetyöstä. Toimintaterapeutit kuitenkin kokivat, ettei sosionomiopiskelijoiden näkökulma palvelut tarpeeksi toimintaterapiaan tulevien lasten tarpeita. Lisäksi he toivat esiin, että usein kyseessä on enemmänkin tavallista lapsen kehitykseen liittyvää pulmaa eikä niinkään tarkkaavuuden häiriö, mikä oli sosionomiopiskelijoiden näkökulma heidän opinnäytetyössään. Koska olemassa olevat opinnäytetyöt eivät palvelleet yhteistyökumppanin tarpeita, jatkoimme aiheen jalostamista, muokkaamista ja rajaamista. Lisäksi työelämässä toivottiin tiiviimpää ja helpommin haltuun otettavaa opasta.

Teimme kattavan taustaselvityksen aiheeseen liittyen, kuuntelimme palautetta opettajilta ja opiskelijakavereilta sekä olimme aktiivisesti yhteydessä yhteistyökumppaniimme, muokkasimme ja pohdimme sopivaa tulokulmaa opinnäytetyöhön, jotta se vastaisi mahdollisimman hyvin sekä yhteistyökumppanin tarvetta että toisi lisäarvoa toimintaterapian alalle. Näiden syiden lisäksi se, että alkuperäinen tarve tuli yhteistyökumppanilta vakuuttaa meidät siitä, että opinnäytetyömme aihe on tärkeä ja merkityksellinen.

Opinnäytetyöstä hyötyvät niin Keusoten lasten kuntoutuspalveluiden toimintaterapeutit kuin myös alueen varhaiskasvatuksen työntekijät, erityisesti kasvattajat. Toimintaterapeutit saavat opinnäytetyön tuotoksesta yhden työkalun lisää käyttöönsä. He voivat

hyödyntää tuotosta ollessaan yhteydessä alueen varhaiskasvatuksen työntekijöihin lasten tarkkaavuuden säätelyn pulmista ja jakaa sen avulla toimintaterapian näkökulmasta katsottuna tietoa ja keinoja helposti myös päiväkodin työntekijöille. Kasvattajien toivomme saavan oppaasta ideoita käyttöön otettaviin keinoihin sekä tietoa, jonka pariin on helppo ja nopea palata.

3 Tarkkaavuuden säätely

Tarkkaavuuden säätely on ihmisen kykyä suunnata tarkkaavuuttaan tilanteen kannalta olennaisiin asioihin, ylläpitää sitä ja jakaa sitä tarkoituksenmukaisesti kohteesta toiseen (Sainio & Pajulahti & Sajaniemi 2020: 36-37). Tarkkaavuuden säätelyn taidot mahdollistavat lapselle sen, että hän pystyy kuuntelemaan ohjeita, pitämään ne mielessään ja toimimaan tavoitteen kannalta tarkoituksenmukaisesti. Sen avulla lapsi pystyy valikoimaan ympäristöstä tavoitteen kannalta tarkoituksenmukaiset ärsykkeet ja ehkäisemään häiritseviä ärsykejä. Hän pystyy kiinnittämään huomiota ohjeita antavaan opettajaan ja palaamaan sen jälkeen takaisin toimintaan tai hän pystyy joustavasti lopettamaan toimintansa ja siirtymään toiminnasta toiseen. (Sainio ym. 2020: 34-36.)

Tarkkaavuudella on merkittävä tehtävä työmuistin tukena. Työmuistilla tarkoitetaan kykyä pitää tietoa hetken mielessä ja käsitellä sitä tehtävän kannalta tarkoituksenmukaisella tavalla. Lapsen työmuistiin mahtuu vain noin kaksi tietoyksikköä kerrallaan. Mikäli tarkkaavuus ei toimi kunnolla ulkoisten ja sisäisten ärsykkeiden rajaajana, työmuistin kapasiteetti tukkeutuu, eikä tiedonkäsittely ja oppiminen enää onnistu. (Huttu 2017: 129-130.)

Tarkkaavuuden säätelyyn vaikuttaa lapsen itsesäätelytaidot kokonaisuudessaan (Aro 2011: 10). Myös vireystilalla, tunnetilalla, stressitekijöillä ja motivaatiolla on merkitystä lapsen kykyyn säädellä tarkkaavuuttaan. Lisäksi on huomioitava lapsen aiemmat kokemukset kyseisestä tehtävästä sekä tiedot tehtävään vaadituista taidoista – mitä tuntuu tehtävä on kyseessä, sitä paremmin lapsi osaa suunnata tarkkaavaisuutensa olennaisiin yksityiskohtiin. (Aro & Närhi 2003: 22-25.) Lapsen toiminnanohjauksen taidot vaikuttavat tarkkaavuuden ylläpitämiseen sekä siihen, miten lapsi pystyy toimimaan tavoitteen kannalta tarkoituksenmukaisella tavalla (Sainio ym. 2020: 31-32).

3.1 Itsesäätely

Lapsen kykyä säädellä tunteitaan, käyttäytymistään ja kognitiivista toimintaansa (mm. tarkkaavuus, inhibitio, muisti ja kieli) kutsutaan itsesäätelyksi. Kaikki itsesäätelyn osat ja niiden kehittyminen vaikuttavat toisiinsa. Jotta lapsi voisi hallita tarkkaavuuttaan tietoisemmin, tulisi hänellä olla myös muita itsesäätelytaitoja, jotka kehittyvät aivojen kehityksen seurauksena. (Aro 2011: 10-15.) Kehitys on mahdollista toistojen, kehitystasolle sopivien tavoitteiden sekä aikuisen kanssasäätelyn avustuksella (Sainio ym. 2020: 25).

Tarkastellessa itsesäätelytaitojen kehittymistä, nousee otsalohkon kehitys keskiöön. Se kehittyy lapsuudessa kiivaimmin 3-vuotiaasta kouluikäiseksi, mutta otsalohko ja aivoalueiden välisten yhteyksien kehittyminen jatkuu yli 20-vuotiaaksi asti. (Huttu 2017: 129-131.) Itsesäätelytaitojen perusta syntyy kuitenkin jo paljon ennen tätä turvallisessa vauvan ja hoivaajan välisessä kiintymyssuhteessa ja vuorovaikutuksessa. (Sainio ym. 2020: 77.)

Itsesäätelytaitojen on todettu ennustavan oppimista, sosiaalista menestymistä, terveyttä ja hyvinvointia. Näiden taitojen merkityksen on huomattu olevan jopa suurempi kuin esimerkiksi älykkyyden tai sosioekonomisen taustan. (Sainio ym. 2020: 24-25.) Barkley (1997) ja Eisenberg kumppaneineen (2000) ovat tehneet samanlaisia löydöksiä tarkkaavuuden säätelystä ja impulssien hallinnasta. Hyvät taidot näillä osa-alueilla on liitetty sosiaaliseen ja akateemiseen menestykseen. (Laakso 2011: 72-74.) Näiden tietojen valossa itsesäätelytaitojen kehittymisen tietoinen tukeminen on samalla panostus lapsen tulevaisuuteen.

3.2 Motivaatio

Motivaatio on voimakas tavoitteiden saavuttamista edesauttava tekijä jokapäiväisessä elämässä. Motivaatiolla on valtava vaikutus siihen, mihin kohdistamme huomiomme ja tarkkaavuutemme, mikä edelleen vaikuttaa valintoihimme ja toimintaamme. Kun ihminen esimerkiksi kokee voimakasta motivaatiota joltain asiaa kohtaan, hänellä on taipumus keskittää huomio pieniin yksityiskohtiin, jotta kokonaiskuvan saaminen tilanteesta on mahdollista. (Calcott & Berkman 2013.)

Motivaatioon vaikuttavat esimerkiksi yksilön henkilökohtaiset tarpeet, arvostukset ja kiinnostus tehtävään eli motiivi (Laitinen 2021: 19). Pienten lasten motivaatiota tarkas-

tellessa on kiinnostuksella eli motiivilla tärkeä rooli motivaation muodostumisessa (Laitinen 2021: 18). Motivaation taustalla vaikuttaa evoluution näkökulma siitä, että motivaatio on mekanismi, joka ohjaa ihmistä tavoittelemaan jotain häneltä puuttuvaa. Nyky-yhteiskunnassa tällainen voisi olla esimerkiksi tarve saada informaatiota, liikkua vapaasti tai saada onnistumisen kokemuksia. (Laitinen 2021: 32.) Tutkimusten perusteella vähemmän motivoituneen lapsen huomio kiinnittyy helpommin muihin asioihin, kuin tylsäksi tai epämiellyttäväksi koettuun tehtävään, jolloin hän ryhtyy herkemmin muihin puuhiin. Jos lapsi kokee tehtävän tai tilanteen parissa epäonnistumisen pelkoa, hän herkästi kieltäytyy tehtävästä ja eristäytyy suojellakseen itseään vaaratilanteelta. Korkeasti motivoitunut lapsi vastaavasti uppoutuu intohimoisesti tekemiseen, ja oppii samalla siitä, mitä tekee ja miten tekee. (Laitinen 2021: 32-33.)

Calcott ja Berkman (2013) tutkivat, kuinka motivaatio vaikuttaa siihen, mihin keskitämme huomiomme ja kuinka pystymme joustavasti vaihtamaan huomion kohdetamme sekä miten ympäristö vaikuttaa tarkkaavuuden ja huomion kohdistamiseen ja vaihtamiseen. Tutkimuksen mukaan motivaatio voi parantaa tarkkaavuuden kohteen vaihtamista ja reagoimista odottamattomiin tilanteisiin. Tutkimuksen mukaan tarkkaavuuden ja motivaation välistä suhdetta tarkastellessa on tärkeää huomioida myös kontekstin ja tilanteen vaikutus motivaatioon. (Calcott & Berkman 2013.) Motivaation vaikutusta tarkkaavuuteen on tutkittu myös lapsilla. Tulosten mukaan lasten reaktioaika oli lyhyempi, kun suoritusta seurasi myönteinen seuraamus, kuten palkinto, ja vastaavasti hitaampi, kun myönteistä seuraamusta ei ollut tiedossa. (Kieras 2006.) Myönteiset seuraamukset ovat tehokkaita vain silloin, kun ne ovat lapsen mielestä riittävän palkitsevia ja tavoiteltavia (Linnove & Kivijärvi 2011: 175).

3.3 Varhaiskasvatus säätelyn tukena

Päiväkodit ovat tärkeitä ympäristöjä lapsille lapsen kehittymisen ja oppimisen kannalta. Kun lapsi viettää suurimman osan valvellaoloajastaan päiväkodissa, nousee varhaiskasvatuksen henkilökunta tärkeään rooliin lapsen itsesäätelytaitojen, kuten tarkkaavuuden säätelyn, kehittämisessä. Varhaiskasvatuksen piiri-, siirtymä- ja pöytätyöskentelytilanteissa lapsi tarvitsee itsesäätelytaitoja pystyäkseen kuuntelemaan ohjeita, pitämään sääntöjä ja ohjeita mielessään, odottamaan vuoroaan ja toimimaan ohjeiden mukaisesti. Itsesäätelyn pulmat aiheuttavat ongelmia kaverisuhteissa, leikissä ja suhteessa varhaiskasvatuksen aikuisiin. (Sainio ym. 2020: 22-23, 95.)

Lapsen kehityksen kannalta on tärkeää, että lapset oppivat toimimaan erilaisissa ympäristöissä, myös päiväkotiympäristön kaltaisissa hälyisissä ja vaihtelevia ärsykeitä tuottavissa tilanteissa. Etenkin hälyiset ryhmätilanteet haastavat lapsen tarkkaavuuden säätelyä, sillä liialliset ympäristön ärsykkeet kuormittavat vasta kehittymässä olevia aivoja, jolloin otsalohkon ohjausvoima heikkenee – lapsi menettää hallinnan säädellä tarkkaavuuttaan ja toimintaansa. (Sainio ym. 2020: 34-36.)

Toiset lapset tarvitsevat enemmän aikuisen säätelytukea ja vuorovaikutuksellista ohjausta taistellakseen ärsyketulvaa vastaan. Varhaiskasvatuksen aikuisen ennakoitava ja sensitiivinen käyttäytyminen on yhdistetty lasten toimivaan itsesäätelyyn. Tutkimuksessa havaittiin, että varhaiskasvatuksen työntekijät viettävät enemmän aikaa hyvässä vuorovaikutuksessa rauhallisten lasten kanssa kuin reaktiivisempien lasten kanssa. Vaikka työntekijät tietävät jokaisen lapsen ansaitsevan tasavertaisesti hoivaa ja ohjausta, ei kuitenkaan oman toiminnan havainnoiminen ja säätäminen ole aina yhtä helppoa. (Sainio ym. 2020: 35, 83, 89.) Vaikuttaa siis siltä, että lapset, joilla on jo itsesäätelyn taitoja, saavat enemmän aikuisen huomiota ja tukea varhaiskasvatuksessa kuin ne lapset, joiden itsesäätelytaidot tarvitsisivat enemmän tukea.

3.4 Tarkkaavuus sensorisen integraation teorian näkökulmasta

A. Jean Ayresin kehittämää sensorisen integraation teorian avulla voidaan selittää, miksi lapsi käyttäytyy tietyllä tavalla. Teorian pohjalta on myös kehitetty terapiamuoto, jota voidaan käyttää kuntoutuksessa, jos lapsella todetaan sensorisen integraation häiriö. (Bundy & Lane & Murray 2003: 10.) Sensorinen integraatio on neurologinen prosessi, joka jäsentää aistitietoa niin kehon sisältä kuin ympäristöstäkin, jotta voisimme käyttää tietoa tarkoituksenmukaisella tavalla. Kun aivot pystyvät jäsentämään kaikki sinne tulevat aistiärsykkeet, aivot voivat muodostaa niistä havaintoja ja tuottaa tarkoituksenmukaista liikettä, oppimista ja käyttäytymistä. (Ayres 2008: 29-34.) Teorian mukaan yksilöillä, joilla on heikompi kyky aistimusten jäsentämiseen, voi olla myös hankaluuksia tuottaa sopivaa toimintaa, mikä taas osaltaan vaikuttaa oppimiseen ja käyttäytymiseen (Bundy ym. 2003:12).

Jokaisella on kyky sensoriseen integraatioon syntyessään, mutta sen vahvistamiseksi ja kehittämiseksi lapsi tarvitsee vuorovaikutuksellista suhdetta ympäristöönsä sekä tarkoituksenmukaista toimintaa. Tällä tarkoitetaan sitä, että ympäristö tarjoaa aistimuksia ja haasteita, joihin lapsi pystyy reagoimaan päämäärähakuisesti - syntyy tarkoituksenmukaisia toimintareaktiota. Tämä mahdollistaa aistitiedon jäsentymisen aivoissa sekä jatkuvan uuden oppimisen sekä uusien aistimusten ja haasteiden tarjoutumisen. Lapset

hakeutuvat siis automaattisesti sellaisten aistimusten pariin, jotka auttavat aivoja jäsentämään toimintaansa. (Ayres 2008: 38-39.)

Sensorisen integraation häiriön yleisimpiin tunnusmerkkeihin kuuluu esimerkiksi käytösongelmat, puheen kehityksen viive, oppimisvaikeudet ja motoriset haasteet, mutta myös yliaktiivisuus ja heikko keskittymiskyky. Lapsi saattaa olla vauhdissa jatkuvasti eikä paikalleen pysähtyminen ja keskittyminen onnistu. Lapsi ei tee tätä tahallaan, vaan aivot saavat yksinkertaisesti liikaa aistiärsyksiä esimerkiksi äänistä ja ympärillä touhuavista ihmisistä, eivätkä pysty jäsentämään tietoa. Liiallinen toiminta on reaktio ylipursuaviin aistimuksiin, joita lapsen aivot eivät pysty jäsentämään, saati sulkemaan ulkopuolelle. Tällaiset ylistimuloituneet aivot tekevät keskittymisestä mahdotonta eikä siihen auta se, että aikuinen käskee lasta keskittymään. Yliaktiivinen ja keskittymisongelmainen lapsi saa helposti osakseen aikuisilta ja ikätovereiltaan huonoa palautetta, joka vuosi vuodelta heikentää hänen itsetuntoaan. Jotta lapsen oppiminen ja itsetunnon kehittyminen olisi mahdollista, tarvitsee hän tukea, sopivia aistimuksia sekä tarkoituksenmukaisia toimintareaktioita kehittääkseen sensorista integraatiotaan. (Ayres 2008: 38-39, 94-96.)

Teoria oli perustana monille oppaaseen valituista keinoista. Etenkin tarkkaavuuden säätelyä helpottavat toimintavinkit pohjautuvat sensorisen integraation teoriaan. Toiminnan ideana on jäsentää lasta niin, että tarkkaavuuden säätely onnistuisi paremmin. Kerromme enemmän vinkeistä luvussa 4.2.

4 CMOP-E -malli lapsen näkökulmasta

Kanadalainen toiminnallisuuden ja sitoutumisen malli CMOP-E (Canadian Model of Occupational Performance and Engagement) on malli, joka on kansainvälisesti suosittu ja paljon käytetty toimintaterapian malli. Malli tarjoaa kolmiulotteisen kuvauksen ihmisestä, toiminnasta ja ympäristöstä ja niiden välisestä suhteesta. Näiden kolmen osa-alueen dynaamista vuorovaikutusta tarkastellaan toiminnallisena suoriutumisenä. Malli keskittyy toiminnalliseen suoriutumiseen (toiminnallisuus) ja toiminnalliseen sitoutumiseen. (Polatajko ym. 2007: 27-28.)

4.1 Ihminen, ympäristö ja toiminta

Mallin mukaan ihmisessä on kolme osa-aluetta: affektiivisuus, kognitiivisuus, ja fyysisyys. Ihmisen keskiössä on lisäksi henkisyys (Hautala & Hämäläinen & Mäkelä & Rusi-

Pyykönen 2011: 211). Affektiivisuudella tarkoitetaan ihmisen sosiaalisia ja emotionaalisia tekijöitä, ja nämä tekijät liittyvät sekä yksilön, että ihmisten välisiin tekijöihin. Lapsella tämä voi tarkoittaa esimerkiksi sitä, kuinka paljon ja kenen kanssa lapsi on vuorovaikutuksessa päivän aikana ja miten hän kokee vuorovaikutustilanteet emotionaalisesti. Kognitiivisuudella tarkoitetaan lapsen kognitiivisia ja älyllisiä tekijöitä, kuten keskittymistä, havaitsemista ja muistia. Fyysisyydellä tarkoitetaan lapsen sensorisia, motorisia ja sensomotorisia valmiuksia. (Law & Polatajko & Baptiste & Townsend 1997: 44.)

Mallin toinen osa-alue, ympäristö, on jaettu fyysiseen, sosiaaliseen, kulttuurilliseen ja institutionaaliseen ympäristöön. Todellisuudessa osa-alueet eivät ole eristyksissä toisistaan, vaan ne kaikki vaikuttavat toisiinsa; ne yhdessä vaikuttavat ihmisen toimintaan ja ihmisen toiminta vaikuttaa niihin. Toimintaa tehdään kaikkialla, ja ympäristö ei toimi ainoastaan kontekstina toiminnalliselle suoriutumiseksi, vaan muokkaa myös toiminnallisia valintoja sekä vaikuttaa terveyteen ja hyvinvointiin. Mallin mukaan jokainen ihminen elää tietynlaisessa ympäristössä, ja ympäristö tarjoaa ihmiselle toiminnallisia mahdollisuuksia. (Polatajko ym. 2007: 48.)

Fyysinen ympäristö käsittää rakennetun ja luonnollisen ympäristön. Luonnolliseen ympäristöön kuuluu kaikki elolliset ja elottomat asiat, jotka esiintyvät maailmassa luonnollisesti. (Polatajko ym. 2007: 48.) Lapsella fyysinen ympäristö käsittää yleensä kodin ja esimerkiksi päiväkodin, sekä muut paikat, jossa lapsi viettää enemmän aikaa. Rakennettu ympäristö asettaa ihmisen toiminnalle vaatimuksia, mutta myös tarjoaa mahdollisuuksia osallistua merkityksellisiin toimintoihin. Rakennetulla ympäristöllä tarkoitetaan rakennuksia, tuotteita, teknologiaa, työvälineitä ja tavaroita. Niiden käyttö voi edistää toimintaan osallistumista. Ympäristö vaikuttaa siihen, mitä, milloin ja kuinka lapset toimintaa tekevät, sekä kenen kanssa toiminta tapahtuu. (Polatajko ym. 2007: 48.) Toisin kuin aikuiset, lapset eivät voi juurikaan vaikuttaa fyysiseen ympäristöönsä, vaan he ovat riippuvaisia vanhempien ja aikuisten päätöksistä ympäristöön liittyen.

Lapsen sosiaalinen ympäristö koostuu perheestä ja sukulaisista, päiväkodin henkilökunnasta ja ystäväistä. Sosiaalinen ympäristö on monimutkainen, moniulotteinen ja dynaaminen. Sosiaalinen ympäristö jaetaan usein mikro-, meso- ja makrotasoihin. Mikrotasolla tarkoitetaan yksilötasolla tapahtuvaa sosiaalista vuorovaikutusta, kuten esimerkiksi lapsen ja hänen päiväkotiystävänsä välistä vuorovaikutusta. Mesotasolla tarkoitetaan niitä sosiaalisia ryhmiä, jotka ovat yksilön ja sosiaalisten rakenteiden välissä; lapsella tämä voi tarkoittaa perhettä tai päiväkotiryhmän ja työntekijän välistä vuorovaikutusta. Makrotasolla tarkoitetaan sosiaalisia rakenteita, kuten organisaatioiden ja insti-

tuutioiden käytänteitä ja sääntöjä. Lapsen makrotason ympäristö voi käsittää esimerkiksi käytänteet, rakenteet ja säännöt päiväkodin toiminnassa. (Polatajko ym. 2007: 50-51.)

Kulttuurillinen ympäristö käsittää esimerkiksi tietotaidon, moraalit, lait ja tavat, ja se vaikuttaa ihmisen toiminnallisiin valintoihin. Institutionaalisella ympäristöllä tarkoitetaan ympäristön makrotasoa; institutionaalista ympäristöä ovat viralliset ja epäviralliset rakenteet, jotka edistävät järjestystä ja hallitsevat yhteisöä, sekä heijastavat yhteisön arvoja. (Polatajko ym. 2007: 51-52.)

Kolmas osa-alue on toiminta. Mallin mukaan toiminta toimii siltana ihmisen ja ympäristön välillä; ihminen tekee tietynlaista toimintaa tietyssä ympäristössä. Mallin mukaan toiminta jaetaan kolmeen osa-alueeseen: itsestä huolehtimiseen, tuottavuuteen ja vapaa-aikaan. (Polatajko 2007: 30.) Itsestä huolehtimiseen kuuluvat esimerkiksi henkilökohtaisten asioiden ja velvollisuuksien hoitaminen sekä kulkuvälineillä liikkuminen. Lapsilla henkilökohtaisten asioiden hoitamiseen vaikuttaa paljon ikätaso, mutta siihen voi kuulua esimerkiksi omasta hygieniasta huolehtiminen kuten hampaiden pesu tai vessassa käynti. Tuottavuus käsittää palkkatyön, koulunkäynnin ja muut toiminnot, jotka edistävät taloudellista toimeentuloa. Lapsella tuottavuus käsittää leikin ja koulutyön. Vapaa-aika taas on toimintaa, josta ihminen saa mielihyvää. Tällaisia toimintoja voivat olla harrastukset, luova tekeminen, urheilu ja sosiaalinen kanssakäyminen. (Law ym. 1997: 37.) Lapsella mielihyvää tuottavaa toimintaa voi olla esimerkiksi kavereiden kanssa touhuaminen, muskari tai pallopelit.

4.2 Oppaan tukikeinojen määrittelyn perusta

Suunnitellessamme opasta hyödynsimme kanadalaisen toiminnallisuuden mallin tuomaa rakennetta. Malli koostuu kolmesta päätekijästä, ihmisestä, ympäristöstä ja toiminnasta. Ihminen oppaan näkökulmasta on varhaiskasvatukseen lapsi, jonka kognitiivisiin ominaisuuksiin kuuluu vaikeus säädellä tarkkaavuuttaan, mikä näkyy etenkin päiväkodin ryhmätilanteissa. Ihmisen muita fyysisiä tai affektiivisiä ominaisuuksia ei ole oppaassamme tarpeen eritellä.

Ympäristöllä on suuri vaikutus lapseen, ja siihen myös oppaamme ottaa kantaa. Ympäristö jakautuu mallin mukaan fyysiseen, sosiaaliseen, kulttuurilliseen ja institutionaaliseen ympäristöön. Oppaamme tarjoaa vinkkejä, miten varhaiskasvatuksen fyysiseen ympäristöön vaikuttamalla voidaan tukea lapsen tarkkaavaisuuden säätelyä. Fyysisen ympäristön muokkaamiseen liittyvät vinkit perustuvat pitkälti sensorisen integraation

teoriaan. Keinojen joukossa on esimerkiksi tilojen ja tilanteiden strukturoiminen kuvakortein. Kuvakortit on nostettu isoon rooliin, sillä visuaalinen informaatio on lapsille paremmin jäsentynyttä kuin kielellinen informaatio (Yack & Sutton & Aquilla 2001: 128). Lapselle tarkan fyysisen tilan osoittaminen paikkamerkillä ja lapsen sijoittaminen rauhallisemman kaverin viereen tai poispäin ikkunoista ja peileistä voivat auttaa lasta ylläpitämään tarkkaavuuttaan (Yack & Sutton & Aquilla 2001: 128, 130-131). Fyysiseen ympäristöön yhdistimme myös apuvälineet, joita olemme oppaassamme ehdottaneet tarkkaavaisuuden ylläpitämisen tueksi. Tällaisia apuvälineitä ovat esimerkiksi sylipaino, kuulosuojaimet tai ajastimen käyttö toiminnan lopettamisen ennakoinnissa. Painotuotteet voivat rauhoittaa lasta pöytätyöskentelyssä tai piiritilanteessa ja kuulosuojaimilla pystytään rajaamaan aistikuormaa, joka lapselle aiheutuu ympäröivästä melusta (Yack & Sutton & Aquilla 2001: 146).

Oppaassamme olemme käsitelleet sosiaalista ympäristöä paljon lapsen ohjaamisen näkökulmasta. Tarkkaavaisuuden haasteiden kanssa painiva lapsi hyötyy hyvässä vuorovaikutuksessa olevan aikuisen ohjauksesta sekä aikuisen sensitiivisestä kanssasäätelystä (Sainio ym. 2020: 24, 35). Myös se, miten aikuiset näkevät lapsen toiminnan ja ymmärtävät sen syitä vaikuttaa siihen, millaisia tulkintoja aikuinen tekee ja miten hän toimii lapsen kanssa. Mikäli häiritsevä käyttäytyminen nähdään ainoastaan lapsen pulmana, myös toimet kohdistetaan lapseen. Kuitenkin usein lapsen ja aikuisen väliseen vuorovaikutukseen kohdistetuilla toimilla voidaan tuoda muutos, joka vaikuttaa positiivisesti koko ryhmään. (Linnove & Kivijärvi 2011: 158-159.) Ymmärryksen lisäämiseksi oppaassa on tietoa tarkkaavuuden säätelystä ja sen haasteiden ilmentymismuodoista sekä huomioita asioista, jotka voivat kuormittaa lasta ryhmätilanteissa. Lisäksi esittelemme konkreettisia vinkkejä ohjaukseen, jotta aikuinen voi omalla toiminnallaan tukea lasta tarkkaavuuden säätelyssä. Myös päiväkotikaverit kuuluvat sosiaaliseen ympäristöön. Oppaamme tarjoavat keinot hyödyttävät myös lapsia, joilla ei tarkkaavuuden säätelyssä ole vaikeuksia, minkä takia niitä voidaan soveltaa koko ryhmään.

Kanadalaisen toiminnallisuuden mallin kolmas tekijä on toiminta. Erilaiset toiminnat voivat auttaa lasta säätelemään tarkkaavuuttaan ja monet oppaaseen kerätyt toimintavinkit ovatkin peräisin sensorisen integraation teoriasta. Sen mukaan tarkoituksenmukaista toimintaa tarjoamalla pyritään jäsentämään lapsen aistimuksia (Ayres 2008: 38-39). Tällaisia toimintoja voivat olla esimerkiksi jonkin esineen tai sinitarran hypistely käsissä tai jalkojen liikuttelu tuolin jalkoihin asetelluissa kuminauhoissa (Yack & Sutton & Aquilla 2001: 146). Olemme esittäneet oppaassamme myös toimintoja, joita voidaan hyödyntää esimerkiksi ennen suunniteltua tekemistä tai tekemisen aikana tarkkaavai-

suuden säätelyn tukemiseksi. Jotkut lapset hyötyvät voimakkaita proprioseptiivisiä aisti-
muksia tuottavasta toiminnasta, kuten roikkumisesta tai paikallaan punnertamisesta,
esimerkiksi ennen piirihetkeä (Yack & Sutton & Aquilla 2001: 153). Näillä toiminnoilla
on usein rauhoittava ja jäsentävä vaikutus (Yack & Sutton & Aquilla 2001: 153). Myös
tilanteiden aikana voidaan hyödyntää toimintaa tarkkaavaisuuden tukemisessa; aistiha-
kuinen lapsi voi esimerkiksi pureskella purulelua piiritilanteen aikana tai vilkasta lasta
voidaan pyytää ruokailun aikana tarjoilemaan kavereille maitoa (Yack & Sutton &
Aquilla 2001: 130, 132, 146). Toimintaa valitessa on tärkeää arvioida sitä, minkälaista
toimintaa lapsi hakee luonnostaan ja tarjota vastaavaa, mutta tilanteen kannalta sallit-
tua toimintaa, mikä ei häiritse muita.

5 Lapsen osallisuuden edistäminen

Toimintaterapiaopintojemme aikana on painotettu paljon ihmisen osallisuuden merki-
tystä ja edistämistä ihmisen elämässä. Suomen Sosiaali- ja Terveysministeriö määritte-
lee osallisuuden tarkoittavan mukanaoloa ja vaikuttamista, huolenpitoa sekä yhteisesti
rakennetusta hyvinvoinnista osalliseksi pääsemistä (Suomen Sosiaali- ja Terveysminis-
teriö). Useat kansalliset toimenpide-ehdotukset sekä ohjelmat huomioivat osallisuuden
ja sen edistämisen merkityksen hyvinvoinnille ja terveydelle. Osallisuuden edistäminen
on myös osa Suomen hallituksen ja Euroopan Unionin tavoitteita. Edistämällä osalli-
suutta vähennetään eriarvoisuutta, sekä ehkäistään syrjäytymistä ja torjutaan köy-
hyttä. Mahdollistamalla yksilön vaikuttaminen omaan elämäänsä on tärkeää yhteis-
kunnallisen osallistumisen ja yhteisöön kiinnittymisen takia. (Terveys- ja hyvinvoinnin
laitos 2019.)

Lapsen osallisuus määritellään YK:n yleissopimuksessa lasten oikeuksista. Sopimuk-
sen 12 artikla painottaa lapsen oikeutta tulla kuulluksi, ilmaista omat mielipiteensä
häntä koskevissa asioissa, sekä aikuisen velvollisuutta ottaa lapsen mielipiteet huomi-
oon. (Yleissopimus lasten oikeuksista 60/1991 § 12.) Suomessa on säädetty myös var-
haiskasvatustilain, jossa säädetään lapsen oikeus varhaiskasvatukseen, sekä varmiste-
taan lapsen oikeuksien toteutuminen myös varhaiskasvatuksessa. Lasten mielipiteiden
huomiointi on nostettu varhaiskasvatustilain esiin erillisenä arvona artiklassa 20 “Osall-
isuus ja vaikuttaminen”. (Varhaiskasvatustilain 540/2018.)

Yksi keskeinen elementti lapsen osallisuuden edistämässä varhaiskasvatuksessa on
lapsen kuuleminen. Varhaiskasvatustilain lapsen kohdalla kuulluksi tuleminen tarkoit-

taa myös nähyksi ja kohdatuksi tulemista. Aikuisen kyky lukea lapsen ilmaisua kokonaisvaltaisesti sekä havainnoida ja tulkita lasta ovat tärkeitä ammatillisia valmiuksia. Aikuisen tulisi omalla toiminnallaan mahdollistaa luottamuksen syntyminen sekä saada lapsi kokemaan, että tämän ilmaisulla on merkitystä. Lapsen ehdotuksiin tarttuminen on myös osa lapsen kuulemista. Toiminnan suunnittelu lapsen ideoiden ja tarpeiden pohjalta osoittaa lapselle, että hänellä on mahdollisuus vaikuttaa asioihin. Myös lapsen osallistaminen päätöksentekoon ja suunnitteluun aikuisen kanssa edistää lapsen osallisuutta varhaiskasvatuksessa. (Mäkitalo ym. 2011.)

Halusimme osallisuuden edistämisen näkyvän myös omassa opinnäytetyössämme. Oppaassamme tarjotaan keinoja varhaiskasvatuksen työntekijöille, mutta halusimme mahdollistaa lapsen osallistumisen häntä koskeviin asioihin. Teimme oppaaseen valmiita kuvakortteja, joita voidaan käyttää tukemaan lasta tarkkaavuuden säätelyssä. Näitä kortteja on tarkoitus käyttää siten, että lapsi saa olla mukana aikuisen kanssa esimerkiksi valitsemassa kuvakorttien tarjoamista vinkeistä tai toiminnoista sen, jonka lapsi ja aikuinen yhdessä kokevat kyseisessä tilanteessa auttavan lasta eniten.

6 Tuotekehitysprosessi

Opinnäytetyömme on monimuotoinen eli toiminnallinen opinnäytetyö, jossa on erikseen kirjallinen teoreettinen osuus sekä toiminnallinen osio ja tuotos. Vilkka ja Airaksinen (2004: 9) kuvaavat kirjassaan ”Toiminnallinen opinnäytetyö” toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena olevan ammatillisessa kentässä käytännön toiminnan ohjeistaminen tai opastaminen, toiminnan järjestäminen tai järjeistämisen. Opinnäytetyömme tuotoksen oli tarkoitus tuoda käytännön ohjeita ja vinkkejä sekä toimintaideoita päiväkodin arkeen erityisesti ryhmätilanteisiin.



Kuvio 1. Jämsän ja Mannisen (2000) esittelemä tuotekehitysprosessi.

Seurasimme oppaan kehittäessä viisivaiheista tuotekehitysprosessia (Kuvio 1), jonka Jämsä ja Manninen esittelevät opuksessaan Osaamisen tuotteistaminen sosiaali- ja terveysalalla (2000). Hankkeesta ja päämäärästä riippuen eri tekijät painottuvat prosessissa ja vaiheet saattavat edetä osiltaan lomittain. Onnistunut tuotekehitysprosessi edellyttää eri asiantuntijoiden välistä yhteistyötä. (Jämsä & Manninen 2000: 28-29.) Oppaan tuotekehitysprosessissa hyödynsimme kirjallisten lisäksi yhteistyökumppanina toimivien toimintaterapeuttien sekä varhaiskasvatuksen ammattilaisten osaamista. Uusia näkökulmia ja ohjausta tarjosivat opinnäytetyöprosessin aikana vertaisarvioijat sekä opinnäytetyön ohjaajat.

6.1 Kehitystarpeen tunnistaminen

Opinnäytetyöprosessi alkoi tammikuussa 2021, kun saimme yhteistyökumppaniksemme Keusoten lasten toimintaterapeutit. Heillä oli jo valmiiksi tunnistettu tarve työkalulle, jonka kautta he voisivat toimittaa varhaiskasvatukseen tietoa ja keinoja lasten tarkkaavuuden säätelyn tueksi toimintaterapian näkökulmasta. Tuotekehitysprosessi alkaakin ongelmien ja kehittämistarpeiden tunnistamisella, jota seuraa ideointivaihe (Jämsä & Manninen 2000: 28). Koska kehittämistarve oli selkeä ja tunnistettu, pystyimme nopeasti tarpeen tarkennuksen jälkeen jatkamaan ideointivaiheeseen. Ennen tätä meidän tuli kuitenkin perehtyä aiheeseen tarkemmin kirjallisuuden avulla samalla määritellen opinnäytetyön termejä sekä rajaten aihetta sopivaksi. Kirjallisuus löytyi kirjastosta, Metropolian tietokannoista sekä internetistä saatavilla olevista artikkeleista.

6.2 Ideointivaihe

Uutta tuotetta kehittäessä ideointivaiheessa voidaan hyödyntää erilaisia luovan toiminnan ja ongelmanratkaisun menetelmiä, joista sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille soveltuu esimerkiksi aivoriihi. Aivoriihi on luovuutta ja huumoria hyödyntävä toimintatapa, jonka tarkoituksena on tuottaa mahdollisimman monta ideaa. (Jämsä & Manninen 2000: 35.) Pidimme kaikkien Keusoten lasten toimintaterapeuttien kanssa Teams-palaverin, jossa aivoriihen tapaan etsittiin mahdollisimman monia ratkaisuvaihtoehtoja ja ideoita tuotteen sisältöön liittyen.

Aivoriihi oli hedelmällinen ja saimme paljon ideoita oppaaseen. Aivoriihessä ehdotettiin muun muassa check-in -listaa jo testatuista keinoista, kuvakortteja ja muita keinoja osallistuttaa lapsi päätöksentekoon sekä ideoita asiasisältöön, esimerkiksi tietoa oh-

jaustyyleistä. Aivoriihen aikana kävimme keskustelua myös apuvälineistä ja varhaiskasvatuksen resursseista. Yhteistyökumppanimme toiveena oli tuoda esille apuvälineitä, joiden hankkiminen ei vaatisi liikaa resursseja, ja joita voitaisiin mahdollisesti tehdä itse. Kaikkien ideoiden keskellä tuntui haastavalta uskoa siihen, että niistä saataisiin vielä luotua sopiva kokonaisuus. Ideointivaiheessa täytyy tehdä arviointia ja osata yhdistellä sekä hylätä ideoita (Jämsä & Manninen 2000: 36).

Kaikista ideoista lähdimme karsimaan kohti tarkoituksenmukaisimpia ratkaisuja. Huomioimme karsimisvaiheessa etenkin erilaiset käytössä olevat resurssit, kuten ajalliset ja taloudelliset resurssit, jotta idea olisi mahdollisimman toteuttamiskelpoinen. Yhteisenä toiveena oli mahdollisimman konkreettinen ja yksinkertainen tuotos, jotta siitä olisi käytännön hyötyä sen käyttäjille. Lopulta päädyimme tuotokseen, jossa yhdistäisimme oppaaseen tietoa tarkkaavuuden pulmista, konkreettisia käytännön tukikeinoja sekä kuvakortit keinona mahdollistaa lasten osallistuminen päätöksen tekoon. Lisäksi oppaaseen lisättäisiin vinkkejä, miten apuvälineitä voitaisiin tehdä itse kustannustehokkaasti.

6.3 Luonnosteluvaihe

Luonnosteluvaihe alkoi ideointivaiheen vielä ollessa kesken, sillä aloimme olemaan tietoisia siitä, minkälaisen tuotteen tulisimme tekemään. Luonnostelussa otetaan huomioon erilaiset osa-alueet, joilla turvataan tuotteen laatu. Tuotteen laatuun vaikuttavat mm. tuotteen asiasisältö, asiantuntijatieto, toimintaympäristö, säädökset ja ohjeet sekä arvot ja periaatteet. (Jämsä & Manninen 2000: 43-52.)

Varhaiskasvatuksessa työskennellyt opiskelutoverimme ehdotti tarkempaa ryhmätilanteiden määrittelyä. Tämä auttoi työtämme eteenpäin, sillä silloin pystyisimme suositteluun konkreettisia keinoja kohdistettuna tiettyihin tilanteisiin. Ryhmätilanteiksi valikoituivat siirtymätilanteet, ruokailutilanteet sekä piiritilanteet. Yhteistyökumppanin toimintaterapeutit kokivat, että nämä ovat niitä ryhmätilanteita, joihin kaivataan yleisimmin eniten tukea. Lähdimme keräämään näihin tilanteisiin teoretiedon avulla ja sitä soveltaen tarkkaavuuden säätelyä tukevia toimintoja, keinoja ja apuväline-ehdotuksia. Lisäksi apunamme oli toimintaterapeuteilta tulleet vinkit, jotka he olivat työssään kokeneet hyödyllisiksi.

Luonnosteluvaiheessa hahmottelimme oppaan asiasisältöä sekä keinoja, joita tilannekohtaisesti halusimme tuoda esiin. Suunnittelimme hyödyntävämme kuvakortteihin kuvapalvelu Papunetiä ja oppaan asetteluun ja ulkoasuun Canva-sovellusta. Luonnosteluvaiheessa testasimme näiden toimivuuden käyttötarkoitukseensa.

6.4 Tuotteen kehittäminen

Luonnostelusta siirryimme kohti tuotteen kehittelyä, joka eteni luonnosteluvaiheessa valittujen ratkaisujen, rajausten ja asiantuntijayhteistyön kautta. Informaatiota välittävillä tuotteilla on havaittu yhteiseksi ongelmaksi asiasisällön valinta ja määrä sekä tietojen muuttumisen mahdollisuus. Oppaalla on tarkoitus välittää informaatiota ammattilaiselta toiselle, mikä rajasi asiasisältöä ammattilaisille sopivaksi. Tekstityyliksi valittiin asiatyyli, sillä oppaan tavoitteena oli informoida ja opastaa. (Jämsä & Manninen 2000: 54, 56.) Pyrimme pitämään tekstin ydinajatuksen selkeänä tarkoituksenmukaisella jäsentelyllä ja otsikoinnilla. Sisältö muodostui faktoista, jotka pyrimme kertomaan oppaassa mahdollisimman täsmällisesti ja ymmärrettävästi. Toimme tekstissä esiin yleistietoa tarkkaavuuden säätelyn pulmista sekä huomioita ryhmätilanteista; esimerkiksi siitä, mitkä asiat voivat vaikuttaa tilanteissa lapsen tarkkaavuuden säätelyyn. Näillä huomioilla toivoimme lisäävämme ymmärrystä siitä, miten erilaiset aikuisen huomion ulkopuolelle jäävät pienetkin asiat saattavat kuormittaa lasta.

Toimme oppaassa lisäksi esiin vinkkejä ympäristön ja olosuhteiden huomioimiseen ja muokkaamiseen tarkkaavuutta tukeviksi. Varhaiskasvatuksen henkilökunnan ohjaustaitojen merkitys korostuu tilanteissa, joissa lapsella ilmenee tarkkaavuuspulmia, sillä silloin hän tarvitsee lyhyet ja selkeät ohjeet sekä aikuisen tukea oman toiminnan ohjaamiseen (Eklund & Heinonen 2011: 218). Tätä varten loimme yleisesti teorian pohjalta kaikkiin tilanteisiin päteviä huomioita ohjaustyylistä. Kuvakortteihin sopivista toiminnoista ja apuvälineistä teimme kuvakortit, joita voidaan päiväkodissa käyttää tukemaan sanallista ohjetta ja lisäämään lapsen osallisuutta tukikeinoa pohdittaessa. Kuvakortit tehtiin Papunet-kuvatyoikalulla.

Tekstin lisäksi kehittämissä vaiheissa tulisi huomioida tuotteen painoasu sekä visuaalinen linja (Jämsä & Manninen 2000: 57). Pyrimme panostamaan visuaaliseen ilmeeseen, jotta oppaasta tulisi houkutteleva. Kokemuksemme mukaan valkoiselle A4-paperille tehdyt oppaat eivät houkuttele käyttämään tai pitämään niitä esillä. Tärkeimmät visuaaliseen ilmeeseen vaikuttaneet tekijät olivat Canva-sovellus, jota hyödynsimme asettelun sekä oppaan piirretyistä kuvista vastannut Sara Korkeamäki, joka toteutti upeasti ideamme kuvituskuviin. Kehittämissä vaiheiden lopputuotoksena saatiin mallikappale oppaasta eli pilottiopas.

6.5 Viimeistelyvaihe ja palautteen kerääminen

Terveysalan tuotekehittelyprosessin mukaan viimeinen vaihe on tuotteen viimeistely, johon liittyy tuotteen esitestaaminen, palautteen kerääminen ja palautteen pohjalta tuotteen parantelu. Palaute tulisi kerätä etenkin tuotteen loppukäyttäjiltä, jotka eivät ole osallistuneet tuotteen kehittelyyn. (Jämsä & Manninen 2000: 80.) Yhteistyökumppanimme toimitti sähköpostitse valmiin oppaan testattavaksi alueen toimintaterapeuteille ja varhaiskasvatuksen työntekijöille. Oppaan mukana toimitettiin tiedote (Liite 2) sekä palautekysely (Liite 3), jonka avulla keräsimme tietoa oppaan tarjoamasta tiedon määrästä ja laadusta, käytettävyydestä sekä konkreettisuudesta ja kehitysehdotuksista. Palautekysely ohjeistettiin palauttamaan postitse yhteistyökumppanillemme.

Palautekysely toteutettiin kyselylomakkeen avulla, jolloin palautteen antajat vastaavat samoihin kysymyksiin. Lomakekyselyä luodessa huolehdimme, että kysymykset ovat ymmärrettäviä ja lomakkeen täyttö on yksinkertaista. Tämä edellytti yksinkertaista, tarkoituksenmukaista ja täsmällistä kieltä kysymyksiä muodostaessa. Lomakkeen olisi hyvä olla pituudeltaan kohtuullinen ja ulkoasultaan selkeä. (Jyrinki 1977: 41-43, 104-106.) Palautekyselyllä ei kerätty mitään henkilötietoja. Kysely sisälsi kolme pääteemaa (sisältö, käytettävyys, ulkoasu), joiden alle kysymykset ryhmiteltiin. Tämän lisäksi oli vapaata tekstiä -osio, jotta vastaajalla olisi tilaa tuoda esiin asioita, joita opinnäytetyön tekijät eivät ole huomanneet kysyä.

Kyselyyn vastasi kolme henkilöä. Palautekyselyn palauttaminen postitse ei osoittautunut käytännössä toimivimmaksi ratkaisuksi, sillä palautteen antajat päätyivät vastaamaan kyselyn teemoihin avoimilla vastauksilla sähköpostitse yhteistyökumppanillemme, joka toimitti vastaukset edelleen opinnäytetyön tekijöille. Palautteen toimitustavalla ei kuitenkaan ollut vaikutusta vastausten sisältöön, mikä oli oppaan kannalta olennaista.

6.6 Palautekyselyn vastaukset

Luimme kyselyn vastaukset tarkasti läpi, jonka jälkeen analysoimme aineiston. Analysoimme aineiston ilman tutkimuksellista otetta, sillä opinnäytetyömme luonne ei ole tutkimuksellinen. Kyselyyn vastanneet kirjoittivat avoimia vastauksia, joten päätimme ensin jaotella vastauksissa esiin tulleet asiat kyselyn teemojen mukaisesti. Erottelimme vastauksista ydinasiat, pelkistimme vastaukset ja yhdistimme toistuvasti esiin tulleet huomiot. Analyysin jälkeen tiivistimme saadun palautteen teemoittain oheiseen tauluk-

koon (Taulukko 1) sekä selvitimme kehitysehdotusten osalta oppaaseen tehdyt muutokset. Palautteen pohjalta opasta muokattiin niin, että se palvelisi mahdollisimman hyvin tuotteen käyttäjiä.

Taulukko 1. Kyselyn vastaukset teemoittain sekä oppaaseen tehdyt muutokset.

Teemat	Plussat	Kehitysehdotukset	Oppaaseen tehdyt muutokset
Sisältö			
Informatiivisuus	Oleellinen tieto saatavilla hyvin jäsenellisesti. Sopivan pituinen, sopivasti ja tiivistetysti käyttäjäryhmää koskevaa tietoa.	Varhaiskasvatuksen erityisopettajan näkökulmasta informaatio suppeaa.	Oppaan käyttäjäryhmänä on varhaiskasvatuksen kasvattajat, joiden näkökulmasta oppaassa on palautteen perusteella riittävästi informaatiota, joiden muutoksia ei palautteen perusteella tehty.
Helppolukuisuus ja ymmärrettävyys	Helppolukuinen ja helposti omaksuttava.		
Jäitkö kaipaamaan jotain tietoa, mitä?	Käyttäjät huomioiden ei ole tarkoituksenmukaista laajentaa oppaan tiedon määrää.	Linkki-/vinkkilista, mistä voi hakea lisätietoa.	Oppaaseen lisättiin lähdeluettelo.
Käytettävyys			
Hyödynnettävyys arjen tilanteissa	Valitessa lapsiryhmälle sopivia tukikeinoja. Esitetyt vinkit ovat käytännössä todettu toimiviksi. Toiminnan suunnittelun tukena. Opas toimii myös tukilistana. Vinkeistä mahdollisuus kokeilla sopivia, kaikkia ei tarvitse ottaa		

Oppaan hyvät puolet	<p>käyttöön heti. Opasta voi lukea osissa.</p> <p>Nostettu esiin arjen asioita, joiden kanssa moni kasvattaja painii sekä tuotu esille arjen käytännön vinkkejä.</p> <p>Käytännönläheinen opas, joka otetaan kentällä ilolla vastaan.</p> <p>Näppärä käyttää ja helppo pitää mukana, jos on tulostettuna.</p> <p>Selkeä, ytimekäs.</p> <p>Ryhmätilanteet on hyvä aiheenvalinta.</p> <p>Valmis materiaali nopeuttaa käyttöönottoa.</p>		
Kuvakortit		Esimerkkikuvat miten kuvia kannattaa käyttää.	Kuvakortit ovat lisämateriaalia oppaassa, mutta eivät pääosassa. Kuvituskuviin ja teksteihin on pyritty avaamaan kuvakorttien käyttämistä arjen tilanteissa.
Ulkoasu			
Ulkoasu	<p>Hieno kuvitus, aiheeseen sopiva.</p> <p>Visuaalisesti kaunis ja harmoninen, neutraali väritys.</p> <p>Asiat löytyvät helposti erittäin hyvän ulkoasun ansiosta.</p> <p>Tekstiä sopiva määrä ja opas on hyvin ja senelty, helppo hahmottaa ja löytää olennaiset asiat.</p>	<p>Ydinsanojen korostaminen, tekstiruutujen taustavärit haaleammat.</p> <p>Käytetty fontti voi olla joillekin raskas luokka.</p>	<p>Ydinsanoja korostettiin, tekstiruutujen taustaväriä haalennettiin.</p> <p>Fontti vaihdettiin helpolukuisempaan.</p>

Kyselyn vastauksista nousi esiin oppaan hyödyllisyys, informatiivisuus sekä selkeä ulkonäkö. Opas koettiin sisällöltään sopivan pituiseksi, helppolukuiseksi, tarpeeksi laajaksi, mutta sopivan tiiviiksi paketiksi. Oppaan sisältö koettiin varhaiskasvatuksen erityisopettajille suppeaksi, mutta oppaan kohderyhmä, varhaiskasvatuksen kasvattajat, huomioiden ei tarvetta informaation lisäämiselle nähty.

Etenkin oppaan käytännönläheisyyttä arvostettiin. Opas nähtiin olevan hyödynnettävissä tukilistana ja toiminnan suunnittelun tukena. Kuvakorttien koettiin helpottavan käyttöön-ottoa, koska materiaali on valmiina oppaan mukana. Eräessä vastauksessa korostui oppaan käytännönläheisyys:

“Hektisessä arjessa kasvattajilla on aikaa lukaista ja omaksuakin tämän-pituisen vihkosen asiat ja asioihin on helppo palata. Oppaaseen on nostettu esiin arjen asioita, joiden kanssa moni kasvattaja painii ja tuotu esille arjen vinkkejä, joita juuri monet kasvattajat kaipaavat.”

Ulkoasu koettiin selkeäksi, hyvin jäsennellyksi sekä helposti hahmotettavaksi. Kuvituksen koettiin olevan hieno ja aiheeseen sopiva. Väritys koettiin neutraaliksi ja ulkoasu visuaalisesti kauniiksi ja harmoniseksi.

Vaikka pääosin palaute oli positiivista, myös tärkeitä kehitysehdotuksia nostettiin vastauksissa esille. Ulkoasu sai palautetta mahdollisesti joillekin ihmisille hankalasti luettavasta korkeasta fontista sekä tekstiruutujen taustaväriin tummuudesta, jotka korjasimme kaikille luettavampaan muotoon. Lisäksi nostimme ydinsanoja teksteistä esiin korostamalla niitä. Oppaaseen ehdotettiin lisättäväksi lista, josta löytäisi aiheeseen liittyvää lisäluettavaa. Tämä oli ehdotus, jonka koimme tuovan oppaaseen lisäarvoa, joten oppaan loppuun lisättiin lähdeluettelo, josta löytää laajemmin aiheesta tietoa. Päädyimme lisäluettelon sijasta lähdeluetteloon, sillä se toisi lisää vakuuttavuutta oppaalle ja toimisi kuitenkin samalla myös listauksena, mistä lisätietoa voisi etsiä. Paranteluvaiheessa lisäsimme oppaaseen kuvakortteja. Kuvakorttien käyttöön toivottiin esimerkkikuvia, miten kuvakortteja voitaisiin käyttää arjen tilanteissa. Kuvakortit ovat oppaassa helpottamassa ohjausta sekä lisäämässä lapsen osallisuutta päätöksen teossa. Kuvakorttien käyttöä on avattu oppaan teksteissä sekä kuvituskuviin. Koimme, että tässä oppaassa ei voida tämän tarkemmin perehtyä kuvakorttien käyttöön, mutta aiheessa olisi ehdottomasti jatkokehittämisideaa.

6.7 Oppaan arviointi

Oppaan arvioinnissa hyödynsimme Terveyden Edistämisen Keskuksen (Tekry) kriteeristöä terveystieteiden laadun arviointiin. Terveyttä edistävän aineiston tavoite on tukea yksilöitä ja ryhmiä terveyden kannalta positiiviseen käyttäytymiseen. Terveyden edistämiseen liittyy aina voimavaralähtöinen lähestymistapa, jolloin lukija voi oivaltaa ja löytää ratkaisuja tilanteeseensa. Voimavaralähtöistä toimintatapaa sisältävä aineisto lisää ymmärrystä terveyttä vahvistavista tekijöistä ja kannustaa huomioimaan yksilön mahdollisuuksia vaikuttaa omaan terveyteensä. (Rouvinen-Wilenius 2008: 3.)

Terveyden edistämisen näkökulmien esittäminen:	Aineiston sopivuus kohderyhmälle:
<ul style="list-style-type: none"> • Standardi 1. Aineistolla on selkeä ja konkreettinen terveys-/hyvinvointitavoite. • Standardi 2. Aineisto välittää tietoa terveyden taustatekijöistä. • Standardi 3. Aineisto antaa tietoa keinoista, joilla saadaan elämänoloissa ja käyttäytymisessä muutoksia. • Standardi 4. Aineisto on voimaannuttava ja motivoi yksilöitä/ryhmiä terveyden kannalta myönteisiin päätöksiin. 	<ul style="list-style-type: none"> • Standardi 5. Aineisto palvelee käyttäjäryhmän tarpeita. • Standardi 6. Aineisto herättää mielenkiinnon ja luottamusta sekä luo hyvän tunnelman. • Standardi 7. Aineistossa on huomioitu julkaisuformaatin, aineistonmuodon ja sisällön edellyttämät vaatimukset.

Kuvio 2. Hyvän terveystieteiden laatustandardit (Rouvinen-Wilenius 2008).

Hyvälle terveystieteelle asetetut seitsemän standardia (Kuvio 2) jaetaan terveyden edistämisen näkökulmien esittämiseen liittyviin standardeihin sekä aineiston sopivuu-teen kohderyhmälle liittyviin standardeihin. Standardeihin on liitetty kysymyksiä sekä kriteereitä, joiden avulla aineiston tekijä voi arvioida aineistoaan. (Rouvinen-Wilenius 2008: 9.) Seuraavaksi käymme standardit läpi kohta kohdalta ja vertaamme kriteereitä oppaaseemme.

Taulukko 2. Oppaan arviointia standardien ja niihin liittyvien kysymysten ja kriteerien avulla.

Terveyden edistämisen näkökulmien esittäminen

<p>Standardi 1. Aineistolla on selkeä ja konkreettinen terveys-/hyvinvointitavoite.</p>	<p>Oppaan otsikko ja johdanto viittaavat selkeästi oppaan sisältöön. Opas on luotu tuomaan apua varhaiskasvatuksen ryhmätilanteissa esiin tuleviin lasten tarkkaavuuden säätelyn pulmiin. Opas tarjoaa tietoa ja keinoja, joilla lasten tarkkaavuuden säätelyä voidaan tukea. Näin ollen aineisto pyrkii johtamaan terveyden kannalta suotuisiin tuloksiin. Palautteen ja oman arvioinnin perusteella näemme sisällön vastaavan yhteisön ja yksilön tarpeita ja tavoitteita, sillä ymmärryksen lisääminen lasten tarkkaavuuden säätelyn pulmissa auttaa kasvattajia suhtautumaan lapseen myönteisemmin sekä ohjaamaan lasta tarkoituksenmukaisella tavalla. Keinojen käyttöönotto mahdollistaa lapselle paremmat mahdollisuudet toimia pyydetyllä tavalla, mikä lisää lapsen myönteistä minäkuvaa.</p>
<p>Standardi 2. Aineisto välittää tietoa terveyden taustatekijöistä.</p>	<p>Oppaassa tuodaan tietoa, mitkä asiat vaikuttavat tarkkaavuuden säätelyyn, esimerkiksi vireystila, tunnetila, stressitekijät ja motivaatio. Ympäristöllä on suuri vaikutus tarkkaavuuden säätelyyn. Oppaassa tuodaan esiin vinkit, joilla voidaan vaikuttaa yksilön ympäristöön ja toimintaan. Oppaassa on lisämateriaalina kuvakortit, joilla pyritään mahdollistamaan lapsen osallistuminen päätöksentekoon.</p>
<p>Standardi 3. Aineisto antaa tietoa keinoista, joilla saadaan elämäntilanteissa ja käyttäytymisessä muutoksia.</p>	<p>Oppaassa esitellään keinoja niin ohjaukseen, ympäristön muokkaamiseen kuin toimintaan. Keinot on pyritty esittämään kannustavasti ja motivoivasti. Motivaatiota tarttua ehdotettuihin keinoihin on lisätty kuvituksella ja valmiilla kuvakorttimateriaalilla.</p>
<p>Standardi 4. Aineisto on voimaannuttava ja motivoi yksilöitä/ryhmiä terveyden kannalta myönteisiin päätöksiin.</p>	<p>Oppaalla on pyritty lisäämään ymmärrystä tarkkaavuuden säätelyn pulmien näkymisessä lapsen toiminnassa. Ymmärryksen avulla kasvattajat pystyvät suhtautumaan lapseen myönteisemmin. Oppaassa on pyritty tuomaan esiin tekijöitä, jotka tilanteessa voivat häiritä lapsen tarkkaavuuden säätelyä. Tällä on pyritty havahduttamaan lukijaa huomioimaan, miten pienet asiat vaikuttavat lapsen kykyyn säädellä tarkkaavuuttaan. Näiden syy-seuraus-ketjujen näkeminen voi olla lukijasta motivoivaa huomioida asia arjessaan.</p>
<p>Aineiston sopivuus kohderyhmälle</p>	
<p>Standardi 5. Aineisto palvelee käyttäjäryhmän tarpeita.</p>	<p>Oppaassa on käytetty varhaiskasvatuksen arkipäiväisiä tilanteita havainnollistamaan lukijalle tarkkaavuuden säätelyä haastavia tekijöitä. Keinot ja vinkit on pyritty avaamaan esimerkkien ja kuvien avulla. Opas on kirjoitettu käyttäjäryhmä huomioiden.</p>
<p>Standardi 6. Aineisto herättää mielenkiinnon ja luottamusta sekä luo hyvän tunnelman.</p>	<p>Oppaan tiedot on kerätty ammattilaisilta sekä ammattikirjallisuudesta. Tieto on siis näyttöön perustuvaa sekä perusteltua. Oppaasta on antanut palautetta varhaiskasvatuksen erityisopettajat, ja sen on lukenut yhteistyökumppanin toimintaterapeutit.</p>

<p>Standardi 7. Aineistossa on huomioitu julkaisumuotoon, aineistomuodon ja sisällön edellyttämät vaatimukset.</p>	<p>Opas on tehty käytettäväksi niin koneella/älylaitteella kuin tulostettuna versionakin. Opas julkaistaan Theseus-palvelussa ja avainsanoja käyttämällä opas löytyy hakupalveluista. Opas on kuitenkin pääasiassa tehty niin, että se on toimintaterapeutin helposti toimitettavissa varhaiskasvatukseen sähköpostitse tai tulostettuna.</p> <p>Oppaan lopussa on lähdeluettelo, jossa on lueteltuna käytetty materiaali. Tekstissä ei kuitenkaan ole merkattuna erikseen, mistä lähteestä tieto on peräisin. Tällä on pyritty säästämään tilaa ja tekemään oppaasta helposti luettava. Oppaassa on myös tuotu esiin, että se on ammattikorkeakouluopiskelijoiden tekemä yhteistyössä Keusoten kanssa.</p>
--	---

Kuten yllä olevasta taulukosta (Taulukko 2) käy ilmi, oppaassa on paljon Tekryn hyvän terveysaineiston laadun arvioinnin kriteeristöön kuuluvia ominaisuuksia. Oppaan vakuuttavuutta olisi voitu lisätä lisäämällä lähteet tarkasti tekstin lomaan. Koimme kuitenkin, että oppaan tulisi olla helppolukuinen ja selkeä, mitä lähdemerkinnät tekstin seassa ei olisi tukenut. Opas ei saanut pilottikierroksella palautetta vakuuttavuuden puutteesta, joten myöskään palautteen perusteella ei tarvetta tarkoille lähteiden merkitsemiselle nähty.

7 Pohdinta

Toiminnallisen opinnäytetyömme tarkoituksena oli tuottaa toimintaterapeuttien käyttöön työväline, jonka avulla he pystyvät vaivattomasti tarjoamaan tietoa ja keinoja lapsen tarkkaavuuden säätelystä varhaiskasvatuksen ryhmätilanteissa. Tavoitteena oli tarjota työntilajalle valmis opas tarkkaavuuden säätelyn tukemiseen. Tarve oli suoraan työelämälähtöinen, mutta aiheen rajaamiseen ja toteutukseen saimme vapaat kädet. Päädyimme rajaamaan oppaan keinot varhaiskasvatuksen ryhmätilanteisiin, mikä vielä tarkoittui kolmeen ryhmätilanteeseen: piiri-, siirtymä- ja ruokailutilanteet. Aiheen rajauksessa auttoi työelämäyhteistyökumppanin toimintaterapeuttien kokemukset siitä, mitkä tilanteet nousevat esiin heidän ollessaan yhteydessä varhaiskasvatukseen lasten tilanteista.

Opas kehitettiin viisivaiheisen tuotekehitysprosessin avulla, mikä ohjasi huomioimaan tarvittavat asiat laadukkaasti tuotteen kehittämisessä. Opas lähetettiin testattavaksi sen loppukäyttäjille varhaiskasvatukseen ja palautteen perusteella opasta muokattiin käyttäjäystävällisemmäksi. Lopuksi arvioimme opasta Terveystieteiden tutkimuskeskuksen Hyvän terveysaineiston laatustandardien avulla.

Tässä luvussa pohdimme opinnäytetyömme eettisyyttä, sen luotettavuutta sekä omaa oppimistamme opinnäytetyöprosessin aikana. Luvun lopussa ehdotamme vielä esiin nousseita jatkokehittämissideoita.

7.1 Eettisyys

Eettinen toimintatapa tulisi olla toimintaterapiassa normi. Ammatin ydinarvot ovat määritelty toimintaterapeuttien ammattieettisissä ohjeissa. Nämä ohjeet ovat iskostuneet jo opiskeluaikoina työskentelyymme sekä omalta osalta ohjanneet myös opinnäytetyöprosessia, vaikka prosessissamme ei varsinaista toimintaterapiaa annettukaan. Voidaan kuitenkin nähdä, että opas on luotu hyödyttämään toimintaterapian mahdollista lapsiasiakasta, jonka edun ajamista olemme pyrkineet huomioimaan läpi oppaan tuotekehitysprosessin. Asiakkaan edun tulisi olla aina lähtökohtana toimintaterapiassa (Suomen Toimintaterapeuttiliitto). Tiedon lisääminen lapsen toiminnan syistä sekä apukeinojen esiintuominen mahdollistaa aikuiselle ymmärrystä lasta kohtaan ja sitä kautta vahvistaa myönteistä vuorovaikutusta aikuisen ja lapsen välillä. Toimintaterapian tavoitteena on edistää ja ylläpitää asiakkaan toimintakykyä sekä varmistaa, että asiakas tulee kuuluksi (Suomen Toimintaterapeuttiliitto). Opas on luotu tukemaan lapsen tarkkaavuuden säätelyä ja täten myös toimintaa varhaiskasvatuksessa. Lapsen oikeudet, esimerkiksi kuulluksi tuleminen, ja osallisuuden edistäminen on otettu oppaassa huomioon ja näiden edistämiseksi luotiin kuvakortit mahdollisimman moneen tukitoimeen.

Opas on tiedonvälitystä ammattilaiselta toiselle, jolloin tulee huomioida hyvä yhteistyö sekä kunnioitus muiden ammattiryhmien ammattitaitoa kohtaan (Suomen Toimintaterapeuttiliitto). Oppaan lopullinen käyttäjäryhmä on varhaiskasvatuksen ammattilaiset, joilla on ammattitaitoa ohjata ja kasvattaa lapsia. Kun toimintaterapeuteilta nousi ehdotus ohjaustaitojen nostamisesta oppaaseen, pohdimme tarkkaan, miten asia voitaisiin nostaa esiin siten, ettemme tietoisesti ”astu kenenkään varpaille”, tässä tapauksessa varhaiskasvatuksen kasvattajien. Ohjaustaitojen merkitys kuitenkin korostuu, kun lapsella on tarkkaavuuden pulmia, joten koimme tärkeäksi muistuttaa ohjaustyyleistä, jotka voivat helpottaa tarkkaavuuden pulmista kärsivien lasten toimintaa sekä etenkin siitä, ettei lapsi ole hankala tahallaan. Tämä saattaa joskus unohtua arkielämässä, etenkin, jos lapsen haasteet vaikuttavat paljon käyttäytymiseen ja sitä kautta koko ryhmän toimintaan. Tähtäsimme tässäkin asiassa lapsen etuun ja pyrimme tuomaan asiat esiin kunnioittavassa sävyssä, emmekä missään vaiheessa ajatelleet, etteivätkö kasvattajat jo käyttäisi näitä esiin tuomiamme ohjauskeinoja.

Tutustuimme Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (TENK) määrittelemiін hyvän tieteellisen käytännön periaatteisiin, kun aloitimme opinnäytetyön tekemisen. TENK on määritellyt toimintatavoiksi esimerkiksi rehellisyyden, huolellisuuden ja tarkkuuden. Hyvän tieteellisen käytännön periaatteisiin kuuluu myös muiden tutkijoiden tekemän työn ja saavutuksien kunnioitus viittaamalla heidän töihinsä asianmukaisella tavalla. (TENK 2012.) Pyrimme seuraamaan näitä ohjeita ja näin varmistamaan työn eettisyyden, vaikka opinnäytetyössämme ei ollutkaan tutkimuksellista otetta. Koemme, että ohjeistus pätee hyvin myös yleisesti opinnäytetyön tekemiseen. Pyrimme alusta asti olemaan huolellisia ja tarkkoja, sekä tekemään lähdeviitteet huolellisesti. Myös läpinäkyvyys oli tärkeää ja halusimme tuoda rehellisesti esiin myös opinnäytetyöprosessimme haasteet sekä huonot puolet.

Hyvä tutkimuskäytäntö edellyttää, että tutkimukseen osallistuva on saanut riittävän perehdytyksen tutkimuksen laadusta ja luonteesta sekä häneltä on saatu suostumus tutkimukseen osallistumisesta. Tutkimukseen osallistuvan tulisi saada kaikki oleellinen tieto tutkimuksesta ja mitä siinä tulee tapahtumaan, sekä varmistus siitä, että osallistuva on tiedon ymmärtänyt. Suostumuksen saaminen osallistuvalta on myös osoitus siitä, että hän osallistuu tutkimukseen vapaaehtoisesti. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009.) Pyrimme huomioimaan myös nämä Saaranen-Kauppinen ja Puusniekan yllä mainitsemat seikat palautekyselyä muodostaessamme. Liitimme testattavaan pilottioppaaseen kyselyn, ja sen yhteyteen tiedotteen, jossa kerroimme kyselystä ja sen tarkoituksesta. Tiedote linjasi osallistujalle, että vastaamalla kyselyyn hän hyväksyy osallistumisensa palautteen antamiseen ja vastauksen hyödyntämiseen oppaan kehittämissä. Lomakekysely tapahtui anonymisti siten, että yhteistyökumppanimme toimitti oppaan liitteineen testaajille sähköpostitse, ja testaajat välittivät palautteen yhteistyökumppanillemme, joka edelleen toimitti ne meille. Kyselyssä ei pyydetty mitään henkilö- tai tunnistetietoja. Lupa kyselyn toteuttamiseen haettiin sekä Järvenpään kaupungilta, että Keski-Uudenmaan sote kuntayhtymältä, joilta molemmilta saimme hyväksynnän kyselyn toteuttamiselle kesäkuun 2021 alussa.

Käytimme oppaan ulkoasun muodostamiseen ja muokkaamiseen Canva-nimistä nettisovellusta. Canva tarjoaa ilmaisia valmiita mallipohjia, kuvia sekä logoja, joita sekä ammattilaiset että amatöörit saavat vapaasti käyttää. Oppaan piirretty kuvitus on Aalto yliopistossa maisema-arkkitehtuuria opiskelevan Sara Korkeamäen käsialaa. Kuvat ovat kyseistä opasta varten kuvittajan kanssa ideoitu ja karkeasti suunniteltu, mutta Sara sai muuten "vapaat kädet" piirtää kuvat omalla tyylillään. Valmiiseen oppaaseen halusimme myös liittää yhteistyökumppanimme Keusoten virallisen logon, johon haimme luvan Keusoten viestinnältä.

7.2 Luotettavuus

Opinnäytetyön menetelmäopinnoissa painotettiin kvalitatiivista ja kvantitatiivista lähestymistapaa, jolloin tuotekehitysprosessit jäivät pääasiassa opintojen ulkopuolelle. Onneksemme kirjallisuus aiheesta oli selkeää, joten pystyimme perehtymään tuotekehitysprosessiin niiden pohjalta. Kehittäminen erilaisissa muodoissaan on ollut vakiintunut osa sosiaali- ja terveysalaa, vaikka sitä saatetaan pitää vähemmän luotettavana verrattuna tutkimuksellisiin menetelmiin (Seppänen-Järvelä 2006: 17).

Oppaan kehittelyä varten tutustuimme työskentelyn aikana tarkasti Jämsän ja Mannisen (2000) esittelemään tuotekehitysprosessiin, jonka noudattaminen toi kehittelyyn rakennetta ja auttoi meitä ensikertalaisina etenemään johdonmukaisesti työssämme. Tuotekehitysprosessi on jo vanha, mutta selvityksemme mukaan sitä on onnistuneesti käytetty sosiaali- ja terveysalan tuotteiden kehittelyyn. Prosessi on selkeä sekä suhteellisen helposti haltuun otettava.

Seurasimme tuotekehitysprosessia ensimmäistä kertaa, mikä itsessään vaikuttaa opinnäytetyön luotettavuuteen. Pyrimme kuitenkin noudattamaan Jämsän ja Mannisen (2000) ohjeistusta mahdollisimman tarkasti. Tuotekehitysprosessissa painotettiin luonnosteluvaiheen merkitystä tuotteen luotettavuudelle (Jämsä & Manninen 2000: 43). Tästä johtuen kiinnitimme erityistä tarkkuutta luonnosteluvaiheessa ja sitä seuranneessa kehitysvaiheessa.

Pyrimme käyttämään opinnäytetyöhömmme runsaasti sekä suomen- että englanninkielisiä lähteitä. Lähteet olivat painettuja lähteitä, kuten kirjoja ja artikkeleita, sekä sähköisiä lähteitä, kuten virallisia nettisivuja ja sähköisesti julkaistuja tutkimuksia. Olemme myös mahdollisuuksien mukaan käyttäneet primaarisia lähteitä sekundaaristen lähteiden sijaan. Arvioimme lähteiden luotettavuutta niiden tekijöiden, tekijöiden taustojen sekä heidän käyttämien lähteiden perusteella. Käyttämiemme lähteiden tekijät olivat alojensa asiantuntijoita. Lisäksi pyrimme aina käyttämään tuoreinta mahdollista tietoa.

Yhteistyökumppanimme on ollut opinnäytetyöprosessissa tiiviisti mukana, ja olemme käyneet keskustelua opinnäytetyöhön liittyvistä kysymyksistä ja päätöksistä. Olemme lisäksi luetuttaneet ja "hyväksyttäneet" oppaamme yhteistyökumppaneillamme, sekä käyttäneet yhteistyökumppanilta saatua palautetta oppaan paranteluun koko prosessin ajan.

7.3 Oma oppiminen

Ammattikorkeakoulututkinnon opinnäytetyön tavoitteena on kehittää ja osoittaa valmiuksia soveltaa alaan liittyviä tietojaan ja taitojaan opintoihin liittyvässä kehittämistehtävässä, joka perustuu tutkittuun tietoon ja muuhun näyttöön (Metropolia opinto-opas). Pohdimme tässä kappaleessa oppimistamme sekä opinnäytetyön merkitystä työntilajalle sekä toimintaterapian alalle.

Opinnäytetyön toteuttaminen kartutti osaamistamme lasten tarkkaavuuden säätelyyn liittyvissä asioissa. Olemme molemmat suorittaneet toimintaterapiaopintoihimme liittyen harjoittelun lasten toimintaterapiapalveluissa, joissa tehtiin pääasiassa lasten toimintakyvyn arvioita sekä lyhyitä terapiajaksoja. Harjoitteluissamme opimme myös lasten tarkkaavuudesta ja sen ongelmista, ja siitä, miten nämä ongelmat voivat ilmetä lapsen arjessa, ja miten näitä ongelmia voidaan toimintaterapian keinoin helpottaa. Opinnäytetyön tekeminen kartutti entisestään osaamistamme aihealueella, etenkin teoriapohjalla. Tarkkaavuuden säätelyn taustalla vaikuttavat seikat avautuivat kirjallisuuden avulla, ja tarkkaavaisuus käsitteenä sai uusia näkökulmia. Uskomme perehtyneisyyden aiheeseen auttavan siirtymässä työelämään, etenkin suuntautuessa lasten puolelle.

Opinnäytetyömme oli toiminnallinen opinnäytetyö, mikä tarkoittaa sitä, että opinnäytetyön tuloksena on jonkinlainen tuotos (Wiki Metropolia). Meidän opinnäytetyösämme tämä tuotos oli opas, minkä tekeminen itsessään oli molemmille uutta, kuten myös sen tekemiseen käytetty tuotekehitysprosessi. Tuotekehitysprosessin viimeistelyvaiheen mukaisesti keräsimme palautetta oppaasta tuotteen loppukäyttäjiltä eli varhaiskasvatuksen työntekijöiltä. Yhteistyökumppanimme lähetti pyynnöstämme muistutuksen varhaiskasvatukseen kyselystä ennen kuin vastaamisaika loppui. Tämän seurauksena saimme kolme vastausta. Koska palautteiden määrä jäi vähäiseksi, huomioisimme tuotekehitysprosessissa paremmin tuotteen viimeistelyvaiheen ja panostaisimme pilottioppaan jakeluun ja mainostamiseen eri tavalla. Yhtenä syynä vähäiselle vastausmäärälle saattaa olla palautekyselyssä olleet avoimet kysymykset. Avoimet kysymykset ovat hankalampia vastata ja vastaaja joutuu kirjoittamaan, mikä voi johtaa siihen, ettei kyselyyn vastata ollenkaan (Jyrinki 1977: 96). Koimme kuitenkin avointen kysymysten antavan enemmän joustovaraa vastaajalle ja enemmän tietoa opinnäytetyön tekijöille. Jo kolmesta palautteesta saimme valtavasti oppaan kehittämistyötä auttavia huomioita.

Kun arvioimme itse opastamme, käytimme apuna Terveyden edistämisen keskuksen, Tekryn, seitsemänportaista Hyvän terveysaineiston laatustandardi –rakennetta. Tämänkin käyttö oli meille uutta, ja se oli loistava työkalu apukysymyksiin tarkastella omaa tuotosta monipuolisesti ja nimenomaan terveyden edistämisen näkökulmasta. Tekryn laatustandardien lisäksi emme löytäneet toista vastaavaa terveysaineiston arviointiin sopivaa arviointimenetelmää. Olisi ollut helpompi vertailla arviointityökaluja ja niiden sopivuutta oppaamme arviointiin, mikäli työkaluja olisi ollut useampi tarjolla.

Opinnäytetyömme ei ole tutkimuksellinen, mutta palautteen kerääminen pilottioppaasta ja palautteen analysointi toi siihen tutkimuksellisia piirteitä. Tämä elementti aiheutti meissä hämmennystä, sillä käsitelimme tämän vuoksi opinnäytetyötämme pitkään nimenomaan tutkimuksena. Perehdyimme tarkasti esimerkiksi laadullisen tutkimuksen ominaisuuksiin, mikä aiheutti ylimääräistä työkuormaa. Tutkimukselliset elementit opinnäytetyössä näkyivät esimerkiksi siinä, että palautteen keräämiseen tarvittiin Keusotelta ja Järvenpään kaupungilta tutkimusluvat. Näiden lupien hakeminen oli arvokasta kokemusta tulevaisuutta ajatellen, jos tulemme tekemään joskus oikeita tutkimuksia työhöme liittyen. Myös palauteaineiston analysointi tutustutti meidät tutkimusaineiston käsittelyyn. Opimme sisällönanalyysin periaatteen; mitä se tarkoittaa ja miten se toteutetaan. Vaikka lopulta emme tarvitsekaan tarkkaa tietoa laadullisen tutkimuksen tekemisestä, näkyi aiheeseen perehtyminen työssämme luoden ammattimaisen otteen palautekyselyn toteuttamiseen ja analysointiin.

Opinnäytetyömme aihe liippaa läheltä jo tehtyjä opinnäytetöitä. Tästä saimme palautetta ohjaavilta opettajiltamme jo aihetta valitessa ja rajatessa, ja meidän olikin mieltittävä tarkkaan oma näkökulmamme aiheeseen. Jo mainittu sosionomiopiskelijoiden Kaisa Lehtisen, Mika Lahtisen ja Sofia Lempiäisen ”Keskity nyt! - Opas aktiivisuus- ja tarkkaavuushäiriöisen lapsen tukemiseen varhaiskasvatuksessa” (2020) opinnäytetyö on aiheeltaan lähes identtinen, joten meidän oli todellakin pidettävä tiukasti kiinni omasta näkökulmastamme ja yhteistyökumppanin toiveista tuotokselle. Meidän tuotoksessamme on paljon samankaltaisia piirteitä kyseisen oppaan kanssa, mutta toivomme onnistuneemme tuomaan vahvemmin esiin oman toimintaterapeuttimaisen otteen oppaaseen. Sisällytimme oppaaseen esimerkiksi keinoja, joita käytettiin omassa harjoittelupaikoissamme lasten toimintaterapiassa sekä sensorisen integraation teoriaan pohjautuvia keinoja. Toivomme, että kykenimme lisäksi vastaamaan yhteistyökumppanin toiveisiin oppaan selkeydestä ja käytettävyydestä. Tämän toiveen onnistumista puoltaa saatu palaute oppaasta.

Koska opinnäytetyömme ei ole aihealueeltaan uniikki, ei sen voi sanoa tuottavan ennennäkemätöntä uutta tietoa sote-alalle. Tämä oli tiedossa meillä jo opinnäytetyötä aloittaessamme. Lisääntyvissä määrin olevat tarkkaavuuden säätelyn ongelmat toisaalta tuovat tarvetta lisätiedolle ja lisäperehtymiselle aiheeseen, joten voisi ajatella, että kaikki uusi tuotettu materiaali aiheesta on alalle tervetullutta. Toiveena meillä oli tuoda toimintaterapian näkökulmaa vahvemmin esiin ja täten erottua muista tehdyistä opinnäytetöistä. Toimintaterapian jalansijan vahvistaminen sote-alalla on ollut puheenaiheena läpi omien opintojemme, joten toivomme työpanoksemme tämän opinnäytetyön parissa ajavan myös tätä asiaa. Tämän opinnäytetyön tuloksena syntynyt opas on parhaimmillaan hyvä työkalu toimintaterapeuteille sekä lisäapu varhaiskasvatuksessa työskenteleville ja toivomme sen tuovan helpotusta käyttäjälleen.

Opinnäytetyömme oli monipuolinen toteuttaa. Mennyt vuosi, jonka aikana olemme opinnäytetyötä työstäneet, on sisältänyt opinnäytetyön työsuunnitelman luomista, tiedonhankintaa, yhteistyötä työelämän kanssa, tutkimuksellisten elementtien opiskelua, tuotekehitystä ja terveystieteiden arviointia. Yhteistyö työelämän kanssa ja työelämästä noussut tarve lisäsi huomattavasti motivaatiota sekä sitoutumista opinnäytetyön tekoon. Itse oppaan tekeminen oli oma prosessinsa. Ulkoasun, luettavuuden, selkeyden, kuvituksen sekä sisällön yhteensovittaminen oli haastavaa, mutta opettavaista. Se vei lisäksi yllättävän paljon aikaa, mutta siitä huolimatta pystyimme pysymään asettamassamme aikataulussa läpi koko prosessin. Koemme, että onnistuimme luomaan yhteistyökumppanin toiveiden mukaisen oppaan, josta on hyötyä käyttäjryhmälle varhaiskasvatuksen arjessa.

7.4 Jatkokehittämisehdotuksia

Oppaan käyttöä käytännössä olisi ollut mielenkiintoista havainnoida tai tutkia niissä varhaiskasvatuksen tilanteissa, joihin se on luotu. Lisäksi keskustelu varhaiskasvatuksen työntekijöiden kokemuksista ja keinoista olisi antanut tärkeää tietoa oppaan sisältöön. Tarkemman tiedon valossa opasta olisi voitu myös muokata tarvittaessa yhä käytännönläheisemmäksi. Valitettavasti tähän ei ollut tämän opinnäytetyöprosessin aikana enää resursseja.

Kehittelemämme opas ja sen tarjoamat keinot on tarkasti rajattu varhaiskasvatuksen kolmeen ryhmätilanteeseen, minkä lisäksi oppaassa nostetaan ohjaamiseen liittyviä tekijöitä esiin. Tarkkaavuuden säätelyn tukeminen ei kuitenkaan rajoitu vain näihin tilanteisiin. Opastamme voidaan jatkaa ja hyödyntää jatkojalostukseen. Esimerkiksi opas

tarkkaavuuden säätelyä kehittävästä leikeistä toimintaterapian näkökulmasta voisi tarjota uusia, hyödyllisiä ideoita kentällä toimiville toimintaterapeuteille kuin muillekin lasten kanssa työskenteleville. Voidaan myös pohtia alkaako oppaiden aika olemaan takanapäin, jolloin esimerkiksi näitä asioita käsittelevä kurssi toimintaterapian näkökulmasta voisi tarjota tietoa tarkemmin kuin opas.

Palautekyselyssä nousi esiin kehitysehdotus, jonka mukaan oppaaseen olisi kaivattu enemmän tietoa kuvakorttien käytöstä ja esimerkiksi kuvitettua ohjeistusta siitä, miten kuvakortteja voisi arjessa käyttää. Omaan oppaaseemme emme tehneet tähän liittyvää muutosta, sillä kuvakortit olivat omassa oppaassamme niin sanotusti lisänä. Informaatio kuvakorttien tarkemmasta käytöstä olisi kasvattanut oppaan pituutta kovin pitkäksi, sillä aihe on itsessään jo monipuolinen. Mielestämme aiheessa olisi kuitenkin loistava jatkokehitysehdotus ja aihe esimerkiksi opinnäytetyöhön tuleville alan opiskelijoille. Kuvakorttien käyttöä suositellaan nykyään monissa tilanteissa kommunikoinnin tueksi, mutta kuten palaute nostaa esiin, saattaa niiden käyttö arjen tilanteissa olla vielä epäselvää.

Lähteet

Aro, Tuija 2011. Miten ymmärrämme itsesäätelyn? Teoksessa Aro, Tuija & Laakso, Marja-Leena (toim.). Taaperosta taitavaksi toimijaksi: Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Jyväskylä: Niilo Mäki Instituutti. 10-15.

Aro, Tuija & Närhi, Vesa 2003. Arviointi-, opetus- ja kuntoutusmateriaaleja; Tarkkaavaisuushäiriöinen lapsi koululuokassa. Jyväskylä: Niilo Mäki Instituutti. 22-25.

Ayres, A. Jean 2008. Aistimusten aallokossa. Sensorisen integraation häiriö ja terapia. Jyväskylä: PS-kustannus. 29-34, 38-39, 94-96.

Bundy, A. & Lane, S. & Murray, E 2003. Sensory integration – theory and practice. Second edition. 10-12.

Calcott, Rebecca & Berkman, Elliot 2013. Attentional flexibility during approach and avoidance motivational states: The role of context in shifts of attentional breadth. Journal of Experimental Psychology: General. <<https://sanlab.uoregon.edu/2013/10/20/how-does-motivation-influence-attention-it-depends-on-the-context/>>. Viitattu 16.4.2021.

Eklund, Kenneth & Heinonen, Johanna 2011. Lapsen itsesäätelyn tukeminen arjessa. Teoksessa Aro, Tuija & Laakso, Marja-Leena (toim.). Taaperosta taitavaksi toimijaksi: Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Jyväskylä: Niilo Mäki Instituutti. 218.

Hautala, Tiina & Hämäläinen, Tuula & Mäkelä, Leila & Rusi-Pyykönen, Mari 2011. Toiminnan voimaa –toimintaterapia käytännössä. 1.painos. Helsinki: Edita. 211.

Huttu, Tiina 2017. Pää edellä. Näin tuet lapsesi aivojen kehitystä. Helsinki: WSOY. 129-131.

Jyrinki, Erkki 1977. Kysely ja haastattelu tutkimuksessa. Helsinki: Oy Gaudeamus Ab. 41-43, 96, 104-106.

Jämsä, Kaisa & Manninen, Elsa 2000. Osaamisen tuotteistaminen sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi. 28-29, 35, 43-52, 54, 56-57, 80.

Kieras, Jessica 2006. Effects of motivation on children's attention and performance. University of Oregon. <<https://search-proquest-com.ezproxy.metropolia.fi/central/docview/305274576/A385F197AB2147C4PQ/2?accountid=11363>>. Viitattu 12.4.2021.

Korhonen, Tapio 2004. Lapsen neuropsykologinen kehitys. Teoksessa Pihlaja, Päivi & Viitala, Riitta (toim.). Erityiskasvatus varhaislapsuudessa. Helsinki: WSOY. 49

Käypä hoito 2019. ADHD (aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö). Duodecim. <<https://www.kaypahoito.fi/hoi50061>>. Viitattu 12.4.2021.

Laakso, Marja-Leena 2011. Lapsen itsesääätelyn tukeminen arjessa. Teoksessa Aro, Tuija & Laakso, Marja-Leena (toim.). Taaperosta taitavaksi toimijaksi: Itsesääätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Jyväskylä: Niilo Mäki Instituutti. 72-74.

Laitinen, Satu. 2021. Pienten lasten motivaatio. Jyväskylä: PS-kustannus. 18-19, 32-33.

Law, Mary & Polatajko, Helene & Baptiste, Sue & Townsend, Elizabeth 1997. Concepts of Occupational Therapy. Teoksessa Townsend, Elizabeth (toim.) Enabling Occupation. An Occupational Therapy Perspective. Ottawa: CAOT Publications ACE. 37, 44.

Linnove, Tiina & Kivijärvi, Taru 2011. Teoksessa Aro, Tuija & Laakso, Marja-Leena (toim.). Taaperosta taitavaksi toimijaksi: Itsesääätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Jyväskylä: Niilo Mäki Instituutti. 175.

Metropolia opinto-opas. Opinnäytetyö ja kypsyysnäyte. <https://opinto-opas.metropolia.fi/fi/KXC20S1/course_unit/58473>. Viitattu 5.3.2022.

Mäkitalo, Anna-Riitta & Nevanen, Saira & Ojala, Mikko & Tast, Sylvia & Venninen, Tuulikki & Vilpas, Birgitta (toim.) 2011. Löytöretkellä osallisuuteen - Kehittämistä ja tutkimista päiväkodin arjessa II – VKK-Metron julkaisu. Socca ja Heikki Waris-instituutin julkaisu- sarja nro 25. <http://www.socca.fi/files/1373/Loytoretkella_osallisuuteen_kehittamista_ja_tutkimista_paivakodin_arjessa_II.pdf>. Viitattu 9.2.2022.

Polatajko, Helene & Backman, Catherine & Bapstite, Sue & Davis, Jane & Eftekhar, Parvin & Harvey, Andrew & Jarman, Jocelyn & Krupa, Terry & Lin, Nancy & Pentland, Wendy & Rudman, Debbie & Shaw, Lynn & Amoroso, Bice & Connor-Schisler, Anne 2007. Human Occupation in Context. Teoksessa Polatajko, Helene & Townsend, Elizabeth. (toim.) Enabling Occupation II: Advancing an Occupational Therapy Vision for Health, Well-being & Justice Through Occupation. Ottawa: CAOT Publications ACE. 27-28, 30, 48, 50-52.

Rouvinen-Wilenius, Päivi 2008. Tavoitteena hyvä ja hyödyllinen terveystieteisto: kriteeristö aineiston tuotannon ja arvioinnin tueksi. Terveystieteiden tutkimuskeskus ry. <https://www.researchgate.net/publication/232569631_Tavoitteena_hyva_ja_hyodyllinen_terveystieteisto>. Viitattu 21.2.2022. 3,9.

Saaranen-Kauppinen, Anita & Puusniekka, Anna 2009. Menetelmäopetuksen tietovaranto KvaliMOTV. Kvalitatiivisten menetelmien verkko-oppikirja. Yhteiskuntatieteellisen tietoarkiston julkaisuja 2009. <<https://www.fsd.tuni.fi/fi/tietoarkisto/julkaisut/kvali-motv.pdf>>. Viitattu 14.4.2021.

Sainio, Taina & Pajulahti, Riikka & Sajaniemi, Nina 2020. Näin tuet lapsen itsesääätelyä. Hyvinvoinnin pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä: PS-kustannus. 22-23, 25, 34-37, 77, 95.

Seppänen-Järvelä, Riitta 2006. Suunnittelurationalismista hyviin käytäntöihin. Kehittämisen menetelmien ja ajattelutapojen muodonmuutos. Teoksessa Seppänen-Järvelä,

Riitta & Karjalainen, Vappu (toim.). Kehittämistyön risteyskiä. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus, Stakes. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy. 17.

Suomen Sosiaali- ja Terveysministeriö. Osallisuuden edistäminen. <<https://stm.fi/osallisuuden-edistaminen>>. Viitattu 25.1.2022.

Suomen Toimintaterapeuttiliitto ry. Toimintaterapeuttien ammattieettiset ohjeet.

TENK 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2012. <https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf>. Viitattu 14.4.2021.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019. Osallisuus. <<https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus>>. Viitattu 25.1.2022.

Varhaiskasvatuslaki 540/2018. Annettu Helsingissä 13.07.2018. <<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20180540>>. Viitattu 9.2.2022.

Vilka, Hanna & Airaksinen, Tiina 2004: Toiminnallinen opinnäytetyö. 1.–2. painos. Helsinki: Tammi.

Voutilainen, Arja & Sourander, André & Lundström, Björn 2004. Lasten tarkkaavuus- ja yliaktiivisuushäiriö neuropsykiatrisena ongelmana. Aikakauskirja Duodecim. <<https://www.duodecimlehti.fi/duo94633>>. Viitattu 12.4.2021

Yack, Ellen & Sutton, Shirley & Aquilla, Paula 2001. Leikki linkkinä lapsen. Toimintaterapiaa sensorisen integraation keinoin. Jyväskylä: PS-kustannus. 128, 130-132, 145-146, 153.

Yleissopimus lasten oikeuksista 60/1991. Annettu Helsingissä 21.08.1991. <https://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sopsteksti/1991/19910060/19910060_2>. Viitattu 9.2.2022.

Wiki Metropolia. Toiminnallisen opinnäytetyön erityispiirteitä. <<https://wiki.metropolia.fi/pages/viewpage.action?pageId=57182852>>. Viitattu 4.3.2022.

lasten

TARKKAAVUUDEN SÄÄTELYN TUKEMINEN

varhaiskasvatuksen ryhmätilanteissa

sisällysluettelo

- Tarkkaavuuden säätely s. 1
- Lapsen ohjaaminen s. 3
- Tilanteet s. 5
- Piiritilanteet s. 6
- Ruokailutilanteet s. 8
- Siirtymätilanteet s.10
- Lähteet s.13
- Kuvakortit

oppaan käyttäminen

- Tulosta opas A4 tai A5 kokoisena (1 sivu/sivu tai 2 sivua/sivu)
- Oppaassa on tietoa sekä vinkkejä ja valmiita kuvakortteja tukitoimiin
 - Voit kuvakorttien avulla valita yhdessä lapsen kanssa käytettävän tukitoimen
- Tästä merkistä tiedät, että tukitoimeen on oppaan lopussa valmis kuvakortti

Tarkkaavuuden säätely

Tarkkaavuuden säätely on **osa itsesäätelyä**, joka tarkoittaa lapsen kykyä säädellä tunteitaan, käyttäytymistään ja kognitiivista toimintaansa (mm. tarkkaavuus, muisti, kieli).

Tarkkaavuuden säätelyllä tarkoitetaan kykyä **suunnata** tarkkaavuutta tilanteen kannalta olennaisiin asioihin, **ylläpitää** sitä ja **jakaa** sitä tarkoituksenmukaisesti kohteesta toiseen.

Lapsi tarvitsee tarkkaavuutta pystyäkseen kuuntelemaan ohjeita, pitämään ne mielessä ja toimimaan tavoitteen kannalta tarkoituksenmukaisesti.

Tarkkaavuuden säätelyn vaikeuksista kärsivän lapsen voi olla vaikea keskittyä toimintaan ja noudattaa annettuja ohjeita sekä saattaa aloitettu tehtävä loppuun. Tarkkaavuuden pulma voi näkyä tavaroiden hukkaamisena, toiminnan suunnittelun vaikeutena sekä ärsykkeistä häiriintymisenä.

Itsesäätelyn kehitys painottuu varhaiskasvatusikään ja koulutaipaleen ensivuosiin, jolloin lapsen etuotsalohkon kypsyminen on kiivaimmillaan. Koska itsesäätely ja sitä myöten tarkkaavuuden säätely on **vasta kehittymässä**, ei lapselta voida vielä odottaa paljon. Taidot kehittyvät toistojen, kehitystasolle sopivien tavoitteiden sekä **aikuisen kanssasäätelyn** avustuksella.

Tarkkaavuuden säätely

Tarkkaavuuteen vaikuttaa itsesäätelyn lisäksi lapsen vireys- ja **tunnetila, stressitekijät** sekä motivaatio.

Lapsen **vireystila** vaikuttaa siihen, miten ja kuinka kauan lapsi jaksaa kohdistaa huomionsa tiettyyn asiaan, ja esimerkiksi tunteiden vallassa tai stressaantuneena tarkkaavuuden säätely on lapselle vaikeampaa.

Motivaatiolla on iso vaikutus siihen, mihin huomio kohdistetaan: motivoituneena ihmisellä on tapana havainnoida tarkkaan yksityiskohtia kokonaiskuvan muodostamiseksi.

Usein tarkkaavuuden säätelyn vaikeudet johtuvat edellä luetelluista syistä sekä kehitysvaiheella, mutta joillakin lapsilla pulmien taustalla voi olla aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö ADHD.

Tarkkaavuudella on tehtävänsä myös **työmuistin** tukena, sillä sen avulla ihminen pystyy valikoimaan ympäristöstä tavoitteen kannalta tarkoituksenmukaiset ärsykkeet ja ehkäisemään turhia ärsykeitä. Mikäli tarkkaavuus ei toimi kunnolla ulkoisten ja sisäisten ärsykkeiden rajaajana, työmuistin kapasiteetti tukkeutuu, eikä tiedonkäsittely ja oppiminen enää onnistu.

Lapsen ohjaaminen

Lapsi, jolla on tarkkaavuuden pulmia, **tarvitsee tukea** ja hyötyy aikuisen ennakoivasta ja sensitiivisestä käyttäytymisestä taistelussa ärsyketulvaa vastaan. Lapset hyötyvät aina **rutiineista ja struktuurista**, mutta ne ovat etenkin tarkkaavuuden pulmista kärsiville tärkeitä arjen sujuvoittamiseksi.

Oheen on listattu asioita, mitkä kannattaa pitää mielessä ohjaustilanteessa.

- **Kuunnellaan** lasta, yritetään puhua mahdollisimman selkeästi ja lyhyin lausein.
- Laskeudutaan lapsen tasolle, otetaan katsekontakti tai kosketetaan lasta käsivarteen.
- **Pilkotaan ohjeita** pienemmiksi ja käytetään **kuvia** apuna strukturoinnissa.



Lapsen ohjaaminen

- Kehutaan ja palkitaan lasta jo yrittämisestä. Keskitytään lapsen **vahvuuksiin**. Yritetään antaa positiivinen palaute välittömästi.
- **Palkitsemisjärjestelmän** käyttö, kuten esimerkiksi mieleisen tarran valitseminen tai helmipurkin täyttö pienistäkin onnistumisista.

vinkki!

Kuvakorttien avulla voidaan yhdessä lapsen kanssa valita sopiva tukikeino esimerkiksi lapsen ollessa kuormittunut. Näin lapsi oppii myös itse tunnistamaan olotilaansa ja sitä helpottavat keinot. Toistojen kautta lapsi voi jatkossa oppia ottamaan tukikeinon itse käyttöön.

vinkki!

Koko ryhmä hyötyy helmipurkin käytöstä. Lasten kanssa voidaan sopia yhteisesti suosittu tekeminen, kun purkki on täynnä.



- Jos lapselle on tarpeen antaa kritiikkiä, muistetaan olla suoria ja arvostavia, ja varmistetaan, että lapsi ymmärtää, mistä on kyse. Muistetaan, **ettei lapsi oikuttele ilkeyttään**.
- **Lasketaan vaatimuksia**, kun lapsi on väsynyt.
- Muistetaan, että kaiken pohjalla on lapsen kohtaaminen ja huomioiminen **arvostuksella** ja rakkaudella.

Tilanteet

Etenkin päiväkodin hälyiset ryhmätilanteet haastavat lapsen tarkkaavuuden säätelyä, sillä liialliset **ympäristön ärsykkeet** kuormittavat lapsen itsesäätelykykyä. Tämä voi johtaa siihen, että lapsi menettää hallinnan säädellä tarkkaavuuttaan ja toimintaansa.

Seuraavaksi erittellään kolme varhaiskasvatuksen päivärutiiniin kuuluvaa ryhmätilannetta, niiden tuomia haasteita sekä tilannetta mahdollisesti helpottavia vinkkejä ja tukikeinoja.

Piiri-, siirtymä- ja ruokailutilanteissa lapsi tarvitsee itsesäätelytaitoja pystyäkseen kuuntelemaan ohjeita, pitämään sääntöjä ja ohjeita mielessään, odottamaan vuoroaan ja toimimaan ohjeiden mukaisesti.

Piiritilanteet

Piiritilanteissa lapsen tarkkaavuutta saattavat haastaa isot ryhmät, tarkkaavuuden jakaminen toiminnan, opettajan ja muiden lasten välillä sekä paikallaan oleminen ja kuunteleminen.

Erilaiset **apuvälineet** voivat auttaa lasta pysymään paikallaan ja keskittymään olennaiseen.

- Kiilatyyny/ilmatyyny liikettä hakevalle
- Sylipaino tai muu painotuote rauhoittamaan
- Sinitarra, tai muu hypisteltävä asia käteen
- Purulelu lapselle, joka hakee paljon aistimuksia suusta

Piiritilanteen aluksi on hyvä tehdä voimakkaita **proprioseptiivisiä aistimuksia** tuovaa toimintaa, jotka rauhoittavat ja jäsentävät lasta. Esimerkiksi:

- roikkuminen opettajan käsissä tai puolapuissa
- penkkien tai muun painavan kantaminen/vetäminen/työntäminen
- paikallaan punnertaminen
- seinän tai opettajan työntäminen kumoon.

vinkei!

Noin 2kg painavan sylipainon voi tehdä kuivatuista herneistä/ riisistä ja vanhoista farkuista.

Piiritilanteet

Struktuuri piiritilanteissa auttaa lasta tarkkaavuuden ylläpitämisessä ja jakamisessa.

Struktuuria voidaan tuoda kuvaohjein, ajastimella tai vaikkapa paikkamerkein.

K

Kuvatuki tulisi valita tilanteen mukaisesti, esimerkiksi tärkeän asian tai ohjeen kertoessaan opettaja voi pitää ylhäällä kuvaa punaisesta huutomerkistä, joka havahduttaa lapsen kuuntelemaan.

K

Piiritilanteen aluksi on myös hyvä kerrata piiritilanteessa odotettu käyttäytyminen kuvatuella. Selkeä ohje paikallaan pysymiselle on: "Pidä peppu paikkamerkillä" ja samalla näyttää ohjeeseen liittyvä kuvatuki.



vinkei!

Voit tehdä paikkamerkkejä itse kartongista, kontaktimuovista ja liukuesteteipistä!

Ruokailutilanteet

Ruokailu on sosiaalinen tilanne, joka kuormittaa monia lapsen aisteja. Hälyisiä ruokatila voi olla täynnä erilaisia ääniä, hajuja ja makuja, ja ruoka tuottaa erilaisia tunteita suussa. Astioiden kilistessä ja vieruskaverien pulistessa voi tarkkaavuus ruokailusta helposti herpaantua.

Lapsen kanssa voi kokeilla esimerkiksi seuraavia vinkkejä tarkkaavuuden säilyttämiseksi ruokailun aikana.

K

Ennen ruokailuhetkeä

- Lapselle voidaan antaa **pieniä tehtäviä**, kuten maidon noutaminen vieruskaverille tai leivän tarjoilu.
- **Liikunta- tai ulkoiluhetken** järjestäminen ennen ruokailuhetkeä, muista etenkin proprioseptiivisiä aistimuksia tuova toiminta.

K

Apuvälineet ruokailuun

- istuintyyny
- sylipaino
- kuulosuojaimet
- kuminauha tuolin jalkoihin

Ruokailutilanteet

Vinkit ruokailuhetkeen

- Lapsi kannattaa **istuttaa rauhallisen kaverin** tai aikuisen viereen ruokailun ajaksi. Olisi myös hyvä, että hänen kasvonsa ovat poispäin ikkunoista tai peleistä, jotteivat ne vie keskittymistä ruokailusta.
- Kysele lapselta ruokaillessa kysymyksiä päivästä.
- Ruokailua harjoitellessa voidaan mahdollisuuksien mukaan antaa lapselle **pienempi määrä** ruokaa kerrallaan ja antaa lapsen ruokailla useammassa erässä.
- Tehdään **ruokailusta hauskaa**: muoto, asettelu lautaselle, kivan väristen astioiden käyttö, pillillä juominen.



Siirtymätilanteet

Siirtymätilanteet ovat usein lapsille haastavia tilanteita. Syitä voi olla monia, esimerkiksi lapsen voi olla hankalaa jättää edellistä toimintaa ja siirtyä seuraavaan.

Siirtymätilanteisiin liittyy vuoron odottamista ja ne vaativat itseohjautuvuutta, mikä voi olla hankalaa etenkin, jos lapsen itsesäätelystä on haasteita.

Siirtymätilanteisiin liittyy myös paljon hälyä ja toimintaa, mikä voi aiheuttaa tarkkaavuuspulmaiselle stressiä.

Seuraavia vinkkejä voidaan kokeilla helpottamaan siirtymätilanteita.



Ennakointi

Siirtymää on hyvä **ennakoida** esimerkiksi timerilla tai tiimalasilla. Lapsen eteen viedään Time Timeri tai tiimalasi, joka osoittaa kauanko on aikaa viedä nykyinen toiminto loppuun ennen kuin vaihdetaan seuraavaan.

Lapsille voidaan kertoa myös **sormilla**, kuinka kauan aikaa on jäljellä. "Nyt on kolme sormeaa aikaa viedä leikki loppuun."

Siirtymätilanteet

Siirtyminen motoriikkaradan kautta

Ensin - sitten

Kuvallinen päivästrukturi auttaa lasta pysymään kartalla päivän kulusta.

Ensin – sitten - menetelmällä voidaan auttaa lasta siirtymisissä toiminnasta toiseen.

Esimerkiksi ennen leikkiä käydään päiväohjelmasta läpi: “Ensin leikitään, sitten mennään ulos.” Näin lapsi tietää jo etukäteen, että leikki tulee lopettaa ennen ulosmenoa.

K

Siirtymät voidaan hoitaa **motoriikkaradan** kautta, jolloin siirtymiin tulee leikkisyyttä sekä lapselle tärkeiden motoristentaitojen harjoittelua. Rata voi olla sama vaikka 2 viikkoa kunnes sitä muutetaan. Rata voidaan toteuttaa käytävään seinää ja lattiaa hyödyntäen. Teippaa käsien ja jalkojen kuvia lattiaan ja seinään ja kuvaohje siitä, miten kussakin kohdassa tulisi toimia.

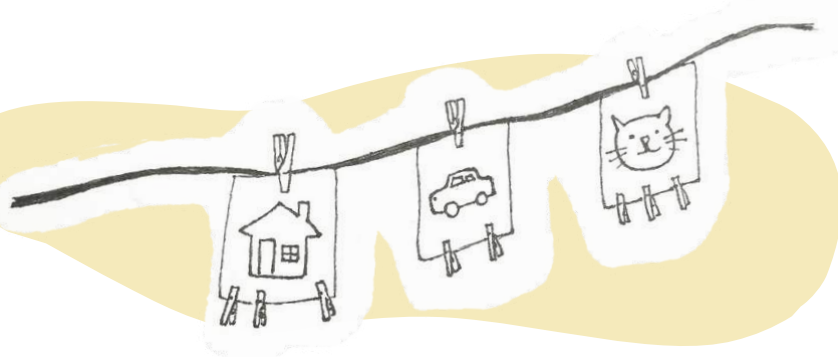
Esimerkiksi lattiassa oleva yhden jalanjäljen kuva ja numero 3 voi tarkoittaa tasapainottelua laskien kolmeen. Korkealla oleva käden merkki ja hyppy-kuva tarkoittaa, että kohdalla tulee hypätä niin korkealle, että koskettaa seinässä olevaa käden kuvaa.

Siirtymätilanteet

Leikkikartta

K

Leikkiin siirtyessä struktuuria kaipaavat lapset voivat hyötyä **leikkikartasta**. Opettaja valitsee esimerkiksi 3 leikkiä, joiden kuvat laitetaan naruun roikkumaan. Jokaiselle lapselle jaetaan omalla nimellä varusteltu pyykkipoika, jonka he käyvät laittamassa sen leikin kuvaan kiinni, johon haluavat osallistua. Tällä tuetaan myös lapsen sitoutumista ja osallistumista leikkiin.



Jonottaminen

Jos tilanteet vaativat vuoron odottamista ja jonottamista, voidaan lattiaan teipata **jonon paikkamerkit**, joilla lapset ohjataan pysymään.

Odottamisessa voi auttaa erilaiset **paikallaan pysyvät leikit**. Edessä olevan kanssa voi pelata peukalopainia tai omilla käsillä voi muodostaa eläinhahmoja.

Pukeutumisen siirtyminen

K

Lapsi, jolla on haasteita oman toiminnan ohjauksessa tai joka häkeltyy hälystä, voi hyötyä pukeutumisesta omassa rauhallisessa tilassa **kuvaohjeiden tukemana** tai porrastetusta ulkoiluun lähdöstä, jolloin pukemassa on samaan aikaan esimerkiksi vain 2 lasta. Lapsi voi seurata kuvaohjeita pukeutuessaan kääntämällä aina sen vaatekortin ympäri, minkä on jo pukenut.



Lähteet

Aistimusten aallokossa.

Sensorisen integraation häiriö ja terapia.

Ayres, A. Jean.

Esteille hyvästit! Opas autismikirjon
sekä adhd- ja Tourette-oireisen
lasten kasvattajille.

Oksanen, J. & Sollasvaara, R.

Leikki linkkinä lapsen. Toimintaterapiaa
sensorisen integraation keinoin.

Yack Ellen & Sutton Shirley & Aquilla Paula.

Näin tuet lapsen itsesäätelyä. Hyvinvoinnin
pedagogiikka varhaiskasvatuksessa.

Sainio Taina & Pajulahti Riikka &
Sajaniemi Nina.

Taaperosta taitavaksi toimijaksi.
Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen.

Aro, Tuija & Laakso, Marja-Leena.

Pää edellä. Näin tuet lapsesi
aivojen kehitystä.

Huttu Tiina.

Lopuksi

Opas on Metropolia
Ammattikorkeakoulun
toimintaterapeutti-
opiskelijoiden opinnäytetyö,
joka on tehty yhteistyössä
Keusoten lasten
kuntoutuspalveluiden
toimintaterapeuttien kanssa.

Tekijät

Mari-Elsa Korkeamäki
&
Mea Lönnblad

Kuvat

Sara Korkeamäki

PIIRITILANTEEN OHJEET

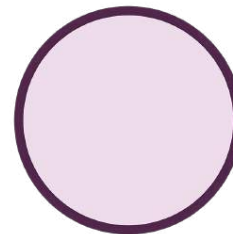
Tärkeä asia



1. Istu



paikkamerkillä.



2. Kuuntele opettajaa tarkkaan ja



ole hiljaa, jos ei ole sinun vuorosi puhua.



LEIKIT LEIKKIKARTTAAN

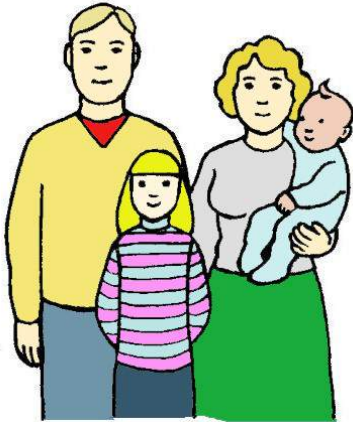
nukke



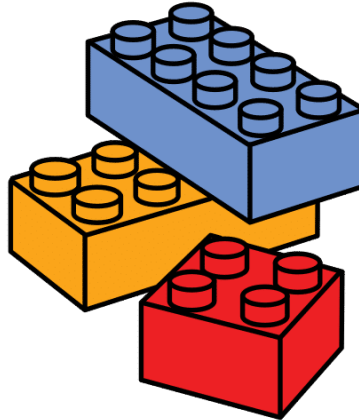
auto



kotileikki



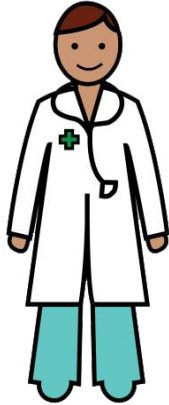
rakennuspalikat



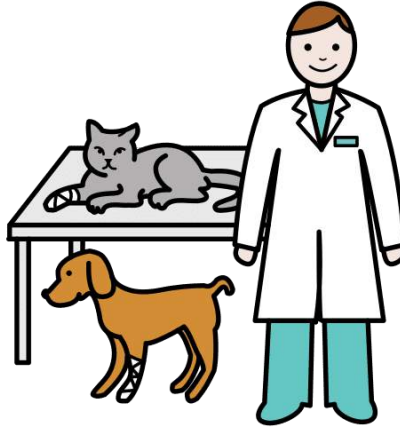
kauppa



lääkäri



eläinlääkäri



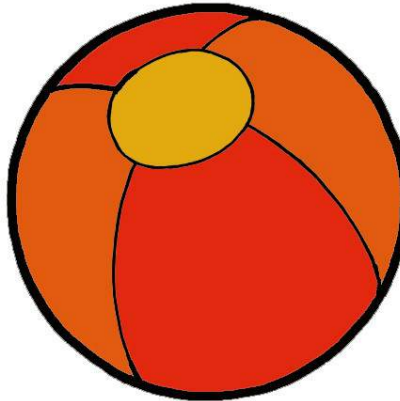
eläintenkesyttäjä



askartelu



pallo

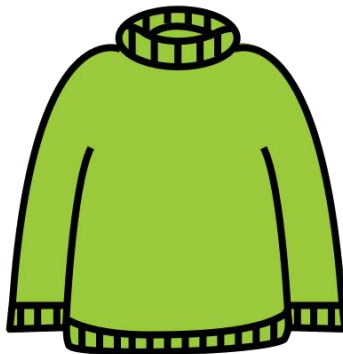


pelit

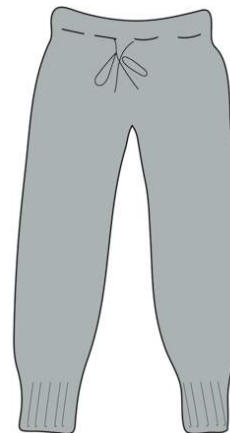


PUKEUTUMINEN

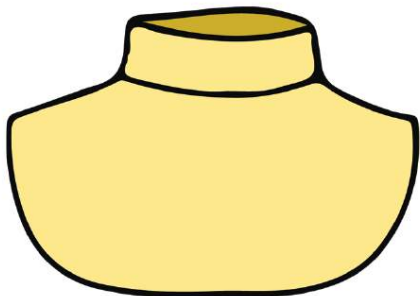
pusero



housut



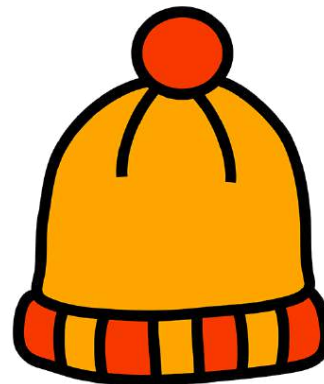
kauluri



toppahaalari



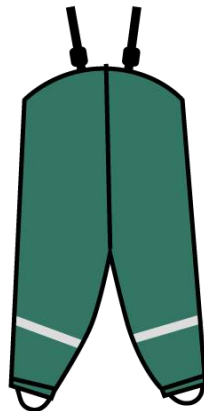
pipu



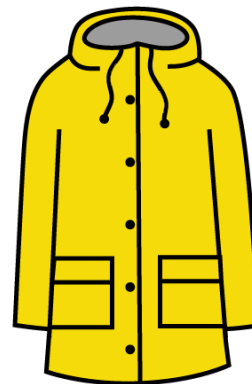
kengät



kurahousut



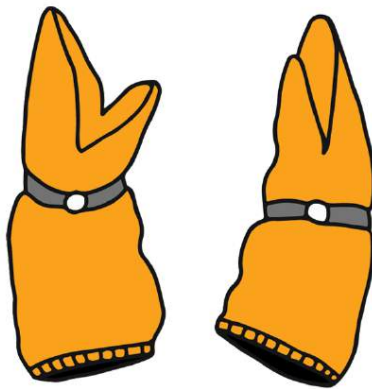
sadetakki



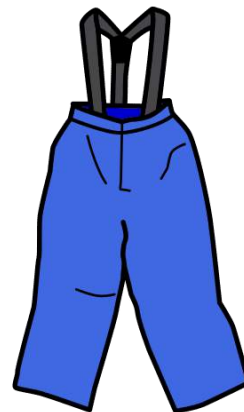
takki



hanskat

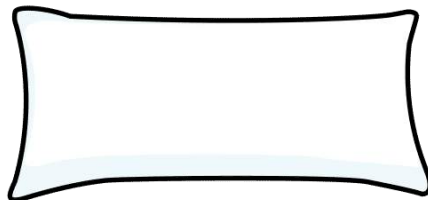


housut



APUVÄLINEET JA MUUTA

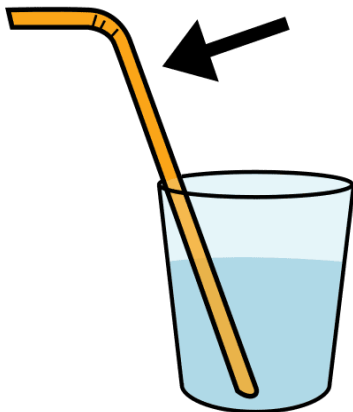
sylipaino



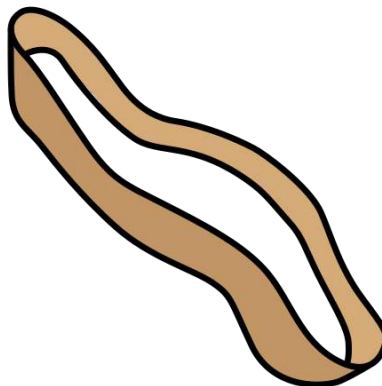
kuulosuojaimet



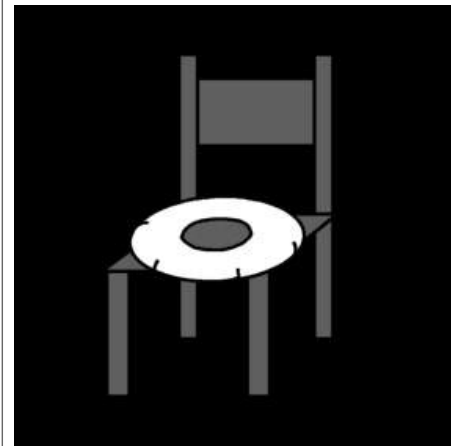
juomapilli



kuminauha



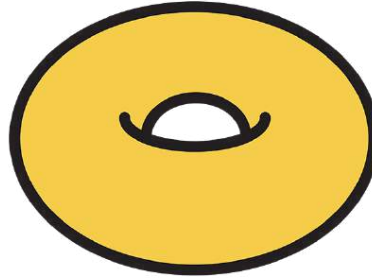
istuintyyny



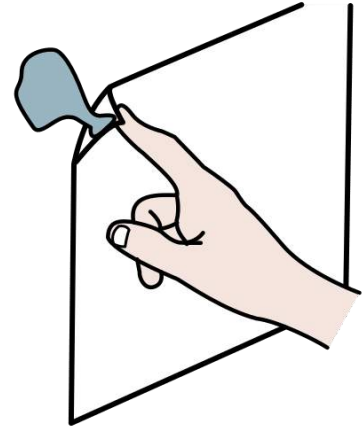
ilmatyyny



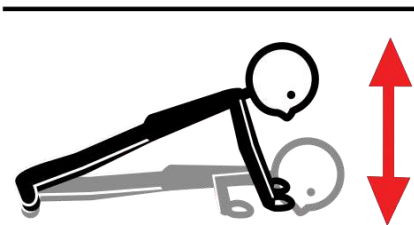
purulelu



sinitarra



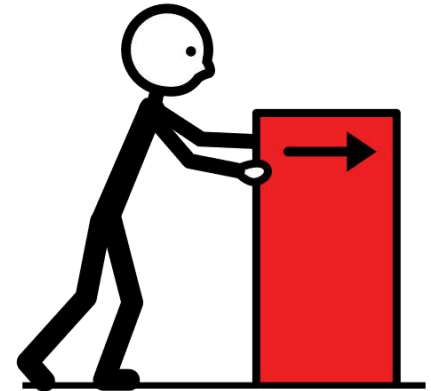
punnertaa



roikkua



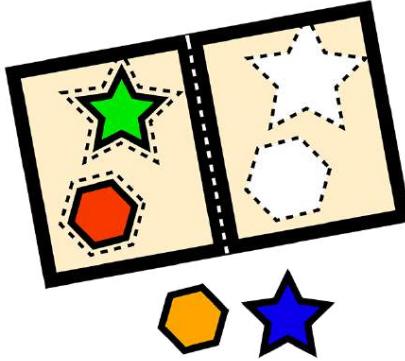
työntää



vetää



tarrat



helmipurkki

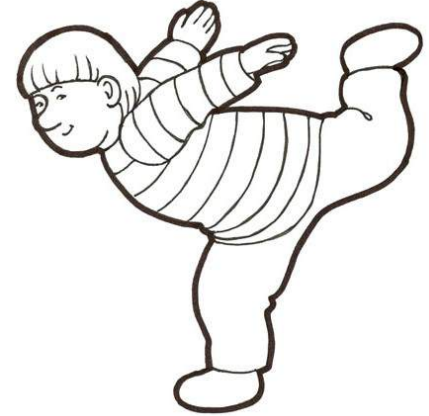


MOTORIIKKARATA

motoriikkarata



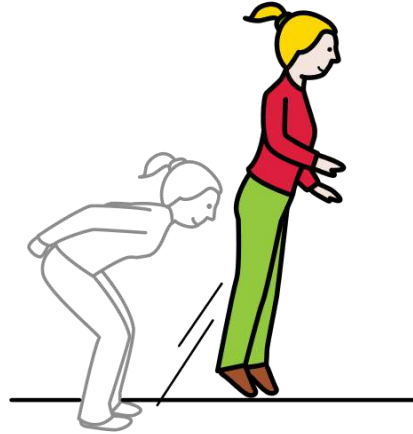
seiso yhdellä jalalla



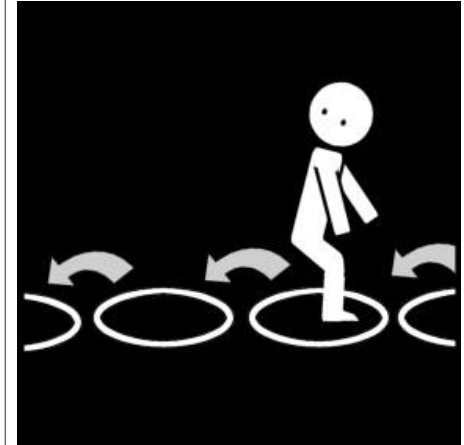
hyppää yhdellä jalalla



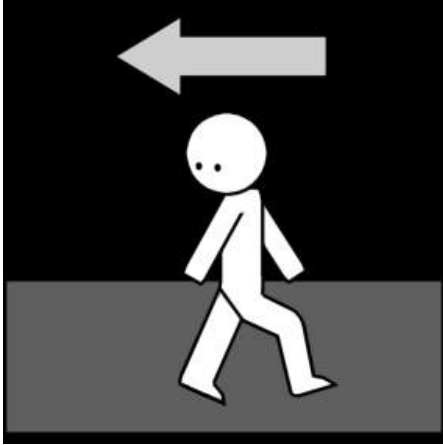
hyppää eteenpäin



hyppää taaksepäin



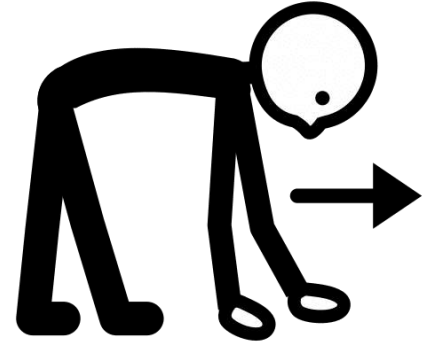
kävele takaperin



hyppi paikoillaan



karhukävely



kävele varpaillaan



tömistele



TIEDOTE PALAUTELOMAKKEESTA

Opas lasten tarkkaavuuden säätelyn tukemiseksi varhaiskasvatuksessa

Pyyntö osallistua kehittäytyöhön

Teitä pyydetään mukaan kehittäytyöhön, jossa kerätään palautetta oppaasta, jonka tarkoituksena on tarjota keinoja lasten tarkkaavuuden säätelyn tukemiseksi varhaiskasvatuksen ryhmätilanteisiin. Olemme arvioineet, että sovellutte tutkimukseen, koska työskentelette lasten toimintaterapeuttina tai varhaiskasvatuksen työntekijänä Keusoten alueella. Tämä tiedote kuvaa kehitystyötä ja teidän osuuttanne siinä. Perehdyttyänne tähän tiedotteeseen teidän on mahdollista esittää kysymyksiä palautelomakkeesta ottamalla yhteyttä tekijöihin, joiden yhteystiedot löydätte tämän tiedotteen lopusta. Vastaaminen kyselyyn toimii suostumuksenanne osallistumisesta.

Vapaaehtoisuus ja anonymiteetti

Palautelomakkeeseen vastaaminen on täysin vapaaehtoista ja nimetöntä. Emme kerää palautekyselyssä mitään henkilötietoja. Tulokset käsitellään luottamuksellisesti ja aineistoa käsittelee ainoastaan tämän opinnäytetyön tekijät.

Voitte myös keskeyttää osallistumisenne koska tahansa syytä ilmoittamatta. Mikäli keskeytätte osallistumisen tai peruutatte suostumuksen, keskeyttämiseen ja suostumuksen peruuttamiseen mennessä kerätyt palautteita voidaan käyttää osana kehitystyötä.

Palautekyselyn tarkoitus

Tämän palautekyselyn tarkoituksena on kerätä palautetta kehitettävästä tuotteesta liittyen tuotteen laatuun ja käytettävyyteen. Kehitämme toimintaterapeuttien käyttöön työvälinettä, jonka avulla he pystyvät tarjoamaan tietoa ja keinoja varhaiskasvatuksen ryhmätilanteisiin lasten tarkkaavuuden säätelyn tueksi.

Palautekyselyn toteuttajat

Olemme toimintaterapeuttiopiskelijat Mari-Elsa Korkeamäki ja Mea Lönnblad Metropolia Ammattikorkeakoulusta. Teemme toiminnallista opinnäytetyötä ja oppaan kehitystyötä yhteistyössä Keski-Uudenmaan Sote-kuntayhtymän lasten toimintaterapeuttien kanssa.

Palautteen keruumenetelmät

Palautekyselyyn osallistuessanne tarkastelette ja testaatte käytännössä sähköisesti saamaanne opasta. Voitte halutessanne tulostaa oppaan ja palautekyselyn. Testaamisen jälkeen voitte vastata palautekyselyyn ja lähettää sen sähköpostitse tai kirjeitse eteenpäin Keusoten lastentoimintaterapeutille Terhi Virtaselle. Osoite on sähköpostin mukana. Osallistumisenne ei vaadi muita jatkotoimia.

Kustannukset ja niiden korvaaminen

Palautteen antamiseen osallistuminen ei maksa teille mitään. Osallistumisesta ei myöskään makseta erillistä korvausta.

Tuloksista tiedottaminen

Kerättyjen palautteiden perusteella muokkaamme opasta. Valmis opas on kaikkien saatavilla kesään 2022 mennessä Theseus-julkaisuarkistossa.

Palautteen keräämisen päätyminen

Myös oppaan tekijät voivat keskeyttää palautteen keräämisen tarvittaessa. Osuutesi oppaan kehitystyöhön päättyy, kun olet täyttänyt palautelomakkeen ja lähettänyt sen postitse eteenpäin Keusoten toimintaterapeutille.

Lisätiedot

Pyydämme teitä tarvittaessa esittämään palautekyselyyn liittyviä kysymyksiä kyselystä vastaaville henkilöille.

Tutkijoiden yhteystiedot

Opinnäytetyötekijät

Nimi: Mari-Elsa Korkeamäki

Sähköposti: mari-elsa.korkeamaki@metropolia.fi

Mea Lönnblad

mea.lonnblad@metropolia.fi

Tutkimuksesta vastaa / opinnäytetyön ohjaajat

Titteli: Lehtori

Nimi: Jari Pihlava

Metropolia Ammattikorkeakoulu Oy

Sähköposti: jari.pihlava@metropolia.fi

Eveliina Holmgren

Metropolia Ammattikorkeakoulu Oy

eveliina.holmgren@metropolia.fi

Palautekyselyn nimi: Palautelomake oppaasta lasten tarkkaavuuden säätelyn tukemiseksi varhaiskasvatuksessa.

Palautekyselyn toteuttaja: Metropolia Ammattikorkeakoulu Oy, Mari-Elsa Korkeamäki (mari-elsa.korkeamaki@metropolia.fi) ja Mea Lönnblad (mea.lonnblad@metropolia.fi).

Opinnäytetyön ohjaajat: Jari Pihlava (jari.pihlava@metropolia.fi) ja Eveliina Holmgren (eveliina.holmgren@metropolia.fi)

Minua on pyydetty osallistumaan yllä mainittuun kehittäelytyöhön, jonka tarkoituksena on kerätä palautetta kehitettävästä tuotteesta, oppaasta, sekä sen laadusta ja käytettävyydestä.

Olen saanut tiedotteen ja ymmärtänyt sen. Tiedotteesta olen saanut riittävän selvityksen palautekyselystä, sen tarkoituksesta ja toteutuksesta sekä oikeuksistani. Minulla on ollut mahdollisuus esittää kysymyksiä ja olen saanut riittävän vastauksen kaikkiin palautelomaketta koskeviin kysymyksiini.

Olen saanut tiedot, ettei palautelomakkeella kerätä henkilötietoja.

Minua ei ole painostettu eikä houkuteltu osallistumaan palautelomakkeen täyttämiseen.

Minulla on ollut riittävästi aikaa harkita osallistumistani palautteen keräämiseen.

Ymmärrän, että osallistumiseni on vapaaehtoista ja että voin peruuttaa tämän suostumukseni koska tahansa syytä ilmoittamatta. Olen tietoinen siitä, että mikäli keskeytän osallistumiseni tai peruutan suostumuksen, minulta keskeyttämiseen ja suostumuksen peruuttamiseen mennessä kerättyjä palautteita voidaan käyttää osana infopakettin kehittäelytyötä.

Vastaamalla kyselyyn vahvistan osallistumiseni tähän kehitystyöhön.

PALAUTELOMAKE

Arvostamme kaikkea saatua palautetta, sillä se on ensiarvoisen tärkeää oppaan kehittämisen kannalta. Kiitos osallistumisestasi ja mukavaa päivänjatkoa!

SISÄLTÖ:	
Oliko sisältö informatiivista? Koetko saaneesi tarpeeksi tietoa aiheesta?	
Oliko sisältö helppolukuista ja ymmärrettävää?	

Jäitkö kaipaamaan jotain tietoa, mitä?	
KÄYTETTÄVYYS:	
Voisitko kuvitella hyödyntäväsi opasta arjen tilanteissa? Millaisissa?	
Oppaan hyvät puolet?	

Kehitysehdotuksia?	
Millaista hyötyä kuvakorteista oli?	
ULKOASU:	
Mitä mieltä olet oppaan ulkoasusta? (fontti, kuvat, värit, sommittelu, koko)	
MUUTA:	
Voit halutessasi kirjoittaa tähän vapaasti ajatuksiasi!	