

Opinnäytetyö (AMK)

Sosionomi

2022

Mia Valtonen

Yhteiskehittämisellä ideakansio

– Varhaisen vuorovaikutuksen tukemista ensikoti
Pinjassa



Opinnäytetyö (AMK) | Tiivistelmä

Turun ammattikorkeakoulu

Sosionomi

2022 | 34 sivua

Mia Valtonen

Yhteiskehittämisellä ideakansio

-Varhaista vuorovaikutusta tukemassa ensikoti Pinjassa

Opinnäytetyöni toimeksiantaja on Turun ensi- ja turvakotiin kuuluva ensikoti Pinja. Ensikoti Pinja on ympärivuorokautinen yhteisökuntoutusmuotoinen päihde-ensikoti ja se kuuluu valtakunnalliseen Pidä kiinni ® -hoitojärjestelmään.

Opinnäytetyön tarkoituksena on luoda ideakansio ensikoti Pinjan vanhempien ja vauvan varhaista vuorovaikutusta tukevaan nappu-ryhmään. Työyhteisö toivoi uusia ideoita ja tekemistä nappu-ryhmään. Ideakansio on toteutettu yhdessä ensikoti Pinjan ohjaajien kanssa yhteiskehittämisen periaatteilla. Opinnäytetyötäni on alettu työstämään tammikuussa 2022.

Konkreettisenä tuotoksena syntyi kansio, johon olen kerännyt vauvan ja vanhempien vuorovaikutusta tukevia leikkejä ja askartelua. Ideakansion on tarkoitus palvella niin vakituista henkilökuntaa kuin sijaisia ja opiskelijoita.

Asiasanat:

Varhainen vuorovaikutus, kiintymyssuhde, yhteiskehittäminen, ideakansio

Bachelor's Thesis | Abstract

Turku University of Applied Sciences

Bachelor of Social Services

2022 | 34 pages

Mia Valtonen

Idea folder with co-operative development

- Supporting early interaction at Mother and Child home Pinja

The orderer of the thesis is Pinja and belongs to the mother and child homes of Turku. Mother and Child home Pinja is a 24/7 community rehabilitation facility and it is a part of the Pidä kiinni -caresystem.

The purpose of the thesis is to create an idea folder for the nuppu-group of Pinja which supports the early interaction of a parent and a baby. The working community has been asking for a new ideas and things to do in nuppu-group. The idea folder is developed together with the counselors of Pinja using co-operative principles. The work for the thesis has been started in January 2022.

This work has started an actual folder and there is a collection of games and hobby crafts for parent-baby interaction. The purpose of the idea folder is to serve the regular staff as well as the substitute staff and students.

Keywords:

early interaction, attachment, co-creation, idea folder

Sisältö

1 Johdanto	6
2 Toimeksianto	7
2.1 Toimeksiantaja	7
2.2 Toimintaympäristön kuvaus	7
2.3 Mihin tarpeeseen kehittämiseksi vastataan?	9
3 Varhainen vuorovaikutus	10
3.1 Lapsen kiintymyssuhteen muodostuminen	10
3.2 Kiintymyssuhdehäiriöt	14
3.3 Lasten kasvun, kehityksen ja eheytyksen tukeminen Pinjassa	15
4 Yhteiskehittäminen	18
4.1 Yhteiskehittäminen käsitteenä	18
4.2 Yhteiskehittäminen työyhteisössä	19
5 Yhteiskehittämisen prosessi ja vaiheet	22
5.1 Ideakansion ideointi	22
5.2 Ideakansion suunnittelu	22
5.3 Sisältö	23
6 Kehittämisen tulokset	27
7 Kehittämisen arviointi ja oma ammatillinen kasvu	29
Lähteet	31

1 Johdanto

Opinnäytetyö on valmistunut Turun ensi- ja turvakotiin kuuluvaan ensikoti Pinjalle. Opinnäytetyöni on ideakansio varhaista vuorovaikutusta tukevaan nuppu-ryhmään. Aihevalintani tuli esille, kun työyhteisö toivoi nuppu-ryhmään uusia ideoita ja vaihtelevaa tekemistä. Opinnäytetyössäni osallistin työntekijöitä ideoimaan kanssani mukavia ja toiminnallisia yhteisiä hetkiä vauvoille ja heidän vanhemmilleen vahvistaen samalla heidän vuorovaikutustaan.

Opinnäytetyöni on tavoitteena on luoda ideakansio, josta vakituinen henkilökunta, sijaiset sekä opiskelijat voivat saada ideoita nuppu-ryhmään. Ideakansion tavoitteena on olla käytännönläheinen, tekemisen on oltava nopeasti toteuttavaa ja helposti lähestyttävää. Kansio sisältää toiminnallista tekemistä raskausajasta aina 1-vuotiaille lapsille suunnattuun tekemiseen.

Ideakansioni toteutusta olen suunnitellut tammikuusta 2022 alkaen ja kansio tulee lopullisessa muodossaan Ensikoti Pinjan työntekijöiden käyttöön marraskuussa 2022.

2 Toimeksianto

2.1 Toimeksiantaja

1900-luvun alussa aviottomat yksinäiset hylkäsivät usein lapsensa yhteiskunnallisen köyhyyden ja häpeän vuoksi. Vuonna 1907 sosiaalidemokraattiset naiskansanedustajat tekivät aloitteen kodin perustamiseksi yksinäisille äideille. Vuosia työläisnaiset toivat aloitetta esille, mutta porvarillisissa piireissä aviottomien äitien asioiden ajamista pidettiin siveettömänä. Vuonna 1929 kuitenkin sosialidemokraattiset naiset kuitenkin päättivät itse rakennuttaa ensikodin ja vuonna 1936 Helsinkiin perustettiin Helsingin ensi koti -yhdistys varainkeruutehtäviin. Kokoonkutsujana toimi Miina Sillanpää. Ensimmäinen ensikoti valmistui kesäkuussa 1942. (Hentilä & Olavinen 2019)

Ensimmäiseen ensikotiin oli enemmän tulijoita kuin oli mahdollista ottaa vastaan. Aviottomien lasten määrä oli suuri ja yksinäisten työläisnaisten taloudellinen turva oli pieni. Ensikotien tarve kasvoi. Ensikodit tarjosivat henkistä ja fyysistä turvaa sekä opastivat niin lastenhoidossa kuin kotiaskareissa. Miina Sillanpää kääntyi pyytämään amerikansuomalaisilta rahallista apua ensikotien perustamiseen. 1950-luvulla Suomessa toimi jo seitsemän ensikotia. (Hentilä & Olavinen 2019) Nykyvuosinakin ensikodin tehtävänä on tarjota turvattomissa oloissa eläville lapsille pohja hyvän elämän alkuun.

2.2 Toimintaympäristön kuvaus

Noin 6% äideistä on päihderiippuvaisia. Joka vuosi 3600-6000 sikiön kehitystä vaarantuu äidin päihteiden käytön vuoksi. Pelkästään alkoholin vuoksi vaurioituneita sikiöitä syntyy vuodessa noin 600. Erityisesti nuoret äidit käyttävät enenemässä määrin päihteitä. Nykyään kaksikolmaosaa huumeiden käyttäjistä on naisia. Äidin päihteiden käyttö on yleisin syy pienten lasten huostaanottoihin Suomessa. Päihdeongelmaisia raskaana olevia äitejä sekä vauvaperheitä on

mahdollisuus kuntouttaa, mutta se edellyttää riittävän pitkää ja tiivistä hoitoa. Tätä varten on kehitetty pidä kiinni -hoitojärjestelmä (Ensi- ja turvakotien liitto 2016).

Pidä kiinni -hoitojärjestelmä auttaa päihdeongelmaisia odottavia äitejä sekä vauvaperheitä. Hoitojärjestelmässä on äitien ja vauvaperheiden päihdeongelmaan erikostuneita ensikoteja, avopalveluyksiöitä sekä koordinaatioita. Pidä kiinni -hoitojärjestelmän tavoitteena on tarjota vauvoille turvallinen lähtökohta elämälle niin fyysisesti kuin psyykkisesti sekä tukea vanhempien päihteettömyyttä ja vanhemmuutta. (Ensi- ja turvakotien liitto 2016)

Pidä kiinni -hoitojärjestelmän ensikodeissa yhdistetään erityisesti vauvaperheisiin kehitetty päihdekuntoutus kuin vanhempien ja vauvan välinen vuorovaikutussuhteen tukeminen ja hoito. Hoidon tarkoituksena on ehkäistä sikiövauriot, tukea vauvan tervettä kehitystä, tukea vanhempien päihteiden käytön hallintaa sekä arkielämän taitojen tukeminen. (Ensi- ja turvakotien liitto 2016)

Kuntoutuksen sisältönä on kuntoutussuunnitelman laatiminen niin vauvalle kuin vanhemmille sekä vanhempien ja lapsen vuorovaikutussuhteen tukeminen, vanhempien päihdekuntoutus, yhteisöllisyyden tuoma vertaistuki ja erilaiset ryhmätoiminnot. (Ensi- ja turvakotien liitto 2016)

Ensikoti Pinja on Turun Mäntymäessä sijaitseva 7-paikkainen vauvalähtöinen päihdekuntoutusyksikkö raskaana oleville äideille ja vauvaperheille. Myös puolison on mahdollista osallistua päihdekuntoutukseen jo raskausaikana. Ensikoti Pinja on toiminut Turussa vuodesta 1998 asti ja se on yksi Pidä kiinni -hoitojärjestelmään kuuluvista ensikodeista. Ensikoti Pinja on yhteisömuotoinen kuntoutuspaikka, jossa yhteisöhoitoa hyödyntäen pyritään päihteettömyyteen, riittävää vanhemmuuteen sekä tuetaan rakentamaan turvallinen kiintymyssuhde vauvan ja vanhempien välille. Yhteisöllisyys Pinjassa näkyy jokapäiväisinä arjen tekemisinä, kuten yhteisruokailuina, keittiövuoroineen ja kolmesti viikossa olevina yhteisökokouksina, joissa asiakkaat käyvät läpi yhteisön toimintaa. (Turun ensi- ja turvakoti 2022)

2.3 Mihin tarpeeseen kehittämiseksi vastataan?

Työharjoitteluni aikana syksyllä 2021 hoitotiimissä vakituinen henkilökunta kävi läpi varhaisen vuorovaikutuksen nappu-ryhmää ja siihen tuli toiveita, että nappuun tulisi uusia ajatuksia ja toimintaa kehitettäisiin. Oma mielenkiintoni heräsi silloin ja ehdotinkin silloiselle lähijohtajalle, että tekisin opinnäytetyöni nappu-ryhmästä. Ajatukseni nappu-ryhmää varten tehdystä ideakansiosta otettiin hyvin vastaan.

Nappu-ryhmä on kahdesti viikossa kokoontuva ryhmä, jonka tarkoituksena on tukea vanhemman ja vauvan välistä vuorovaikutusta yhteisen mukavan tekemisen äärellä. Aiemmin nappu-ryhmä on toiminut pääsääntöisesti siten, että vuorossa oleva ohjaaja päättää päivän aikana, mitä toimintaa nupussa tehdään.

Jatkoin ensikoti Pinjassa sijaisena tammikuussa 2022. Aloin työstämään ideakansiotani kehittämällä ensin nappukalenterin, jossa oli suunniteltu jokaiselle tiistaipäivälle valmiiksi ohjelmaa koko kevään ajan. Sunnuntait jäi vielä suunnittelematta, koska sunnuntait ovat monesti kiireisiä vuoroja ja työntekijä on silloin vuorossa yksin. Nappukalenterin oli tarkoitus helpottaa niin ideakansion syntymistä kuin työntekijöiden työskentelyä, koska nappu-ryhmän toiminnan suunnittelu jäi pois ja tilalla oli jo valmiiksi suunniteltu aktiviteetti.

3 Varhainen vuorovaikutus

Varhainen vuorovaikutus on vanhemman ja lapsen välistä yhteistä tekemistä, kokemista ja olemista (MLL 2021). Varhainen vuorovaikutus ja läheisyys ensisijaiseen vanhempaan ovat varmistaneet alkukantaisten vauvojen selviytymisen Afrikan savanneilla, joissa petoeläimet olivat suurena uhkana pieninä ryhminä toimiville ihmisille. Vauvojen alttius muodostaa kiintymyssuhde on yleisinhimillistä ja se onkin siis ohjelmoitu aivojen neurobiologiseen toimintaan. Yleisinhimillinen taipumus kiinnittyä toiseen ihmiseen saa kuitenkin omat vaikutteensa vallitsevan kulttuurin piirteistä. Hoivaamismalliin vaikuttaa millaisia hoivamalleja kulttuurissa suositaan ja edellytetään (Simpson & Belsky 2008, 131-157). Hoivaamismallin kautta lapsi oppii kohtaamaan yhteisönsä elämis- ja toimintaympäristöön liittyviä haasteita, vaaroja ja vaatimuksia. Hoivaamismallit auttavat myös kehittämään suojaavia ja ympäristön hallintaa edistäviä kiintymyssuhdestrategioita (Sinkkonen & Kunned 2011, 27)

3.1 Lapsen kiintymyssuhteen muodostuminen

Vauvalla on erityinen tarve olla vuorovaikutuksessa syntymästään lähtien. Vanhempien ja vauvan välinen vuorovaikutus alkaa jo odotusaikana. Tavanomaisen raskauden aikana kohdun sisäinen äänimaailma muodostuu äidin ja vauvan oman kehon muodostamista äänistä ja kohdun ulkopuolisista ärsykkeistä. Loppuraskauden aikana vauva tallentaa varhaisia muistikuvia ja synnyttyään vauva pystyy tunnistamaan läheisten ihmisten äänet, tuttuja lauluja ja loruja. (Puura ym. 2018) Ensimmäisten ihmissuhteiden kautta vauva oppii, millainen hän on, millaisia muut ihmiset ovat ja miten vauva itse pystyy vaikuttamaan muihin ihmisiin

Varhaisimmat vauvan ja vanhemman väliset kiinnittymisen elementit ovat muun muassa tuoksut, ihokontaktit, imetykseen liittyvät tuntemukset ja kuulohavainnot. Vauvan ensimmäisen kiinnittymisen muoto on itku. Se on luonteeltaan hälyttävää

tai jopa epämiellyttävää, joka saa vanhemman lähestymään vauvaa, jotta itkun aihe poistuisi. Myöhemmin itkun lisäksi vauva viestii hymyllä ja jokeltelulla saaden siten vanhemman luokseen. Isommat vauvat lähestyvät itse vanhempaa ryömimällä, konttaamalla ja kävelemällä. Lapsi alkaa itse muokkaamaan ja säätelemään käytöstään saavuttaakseen toivottu päämäärä (Niemelä & Siltala 93-94)

Lapsen suhde tuttuun hoivaa antavaan aikuiseen organisoituu systeemiksi, mikä aktivoituu aina, kun turvallisuuden tunne laskee. Kiintymyssuhdemalli aktivoituminen näkyy erilaisina tapoina hakeutua aikuisen lähelle tai saada aikuinen luokseen (Niemelä & Siltala 2003, 93) Näiden varhaisten tärkeiden ihmissuhteiden kautta lapselle syntyy malli, miten hän myöhemminkin ennakoi vuorovaikutustilanteita, miten hän osallistuu niihin, havainnoi ja tulkitsee vuorovaikutustilanteita. Varhainen vuorovaikutus vaikuttaa myös aivojen kehittymiseen (MLL 2021)

Vanhemman sensitiivinen käyttäytyminen luo pohjan hänen ja vauvan välisen kiintymyssuhteen muodostumiselle. Vähemmän sensitiivisen äidin vauva alkaa turhien yrityksiensä jälkeen vähentämään tarpeidensa ilmaisua. Vauva luovuttaa ja tulee toimeen omillaan (Kivijärvi 2003, 253-255)

Vauva kiinnittyy aina siihen hoivaajaan, joka viettää hänen kanssaan eniten aikaa (Sinkkonen 2012, 29-33); myös laiminlyövään, etäiseen ja jopa väkivaltaiseen aikuiseen. (Niemelä & Siltala 2003, 93). Vauva voi kuitenkin muodostaa myös kiintymyssuhteita muihinkin ihmisiin. Vauvan kehityksen kannalta olisi olennaista, että olisi edes yksi pysyvä kiintymyssuhde, joka olisi turvallinen (Armanto & Koistinen 2007, 128)

Kiintymyssuhteet jaetaan karkeasti turvalliseen ja turvattomiin kiintymyssuhteisiin. Turvallinen kiintymyssuhde muodostuu vauvan ja vanhemman välille, kun vauvan tarpeisiin vastataan johdonmukaisesti ja hänelle annetaan lapsen tarpeista lähtevää hoivaa. Lapsi saa ilmaista omia tunteitaan ja ne huomioidaan (Kouvo & Silven 2010, 75) Vanhemman kyky vastata sensitiivisesti vauvan tarpeisiin ja viesteihin luo pohjan turvallisen

kiintymyssuhteen muodostumiselle. Turvallisesti kiintynyt lapsi hakeutuu vanhemman luokse uhkaavissa tilanteissa (Hautamäki 2011, 35)

Uhkaavissa tilanteissa vauva ilmaisee tarpeensa kiintymyskäyttäytymisellään. Kiintymyskäyttäytyminen voi olla itkua, ääntelyä, hymy tai katse. Vauvan tavoitteena on saada vanhempi luokseen. Vanhempi vastaa tähän hoivakäyttäytymisellään, kuten halaamalla, ottamalla syliin tai puhumalla lempeästi. Vauvan ja vanhemman välille syntyy yhteenkuuluvuuden tunne ja samalla taatan vauvan normaalin kehityksen kulku. Jos vauvan tarpeisiin ei kuitenkaan vastata johdonmukaisesti tai riittävän usein, vauva muokkaa omaa käytöstään sopeuttaakseen sen vallitsevaan hoivaympäristöön (Armanto & Koistinen 2007, 129)

Turvallinen kiintymyssuhde näyttää olevan yhteydessä persoonallisuuden joustavuuteen: hyvään stressin ja turhautumiseen sietoon. Luottavainen lapsi on oppinut varhain, mitä suhteessa oleminen merkitse. Lapsi pystyy hyvään vastavuoroisuuteen, on empatiakykyinen ja hallitsee impulssejaan verraten hyvin. Näillä taidoilla on suurta hyötyä sosiaalisten suhteiden muodostumisessa (Niemelä ym. 2003,101)

Turvaton kiintymyssuhde voidaan jakaa kahteen: välttelevä ja ristiriitainen. Turvattoman kiintymyssuhteen yhteydessä voidaan puhua myös jäsentymättömästä kiintymyssuhteesta. Turvattomasti kiintynyt lapsi on kokenut, ettei vanhempi ole saatavilla eikä hän ole saanut lohdutusta tai apua. Äärimmäisen turvattomissa oloissa kasvanut lapsi omaksuu käsityksen siitä, että hän ja koko maailma ovat pahoja eikä kenenkään voi luottaa (Sinkkonen & Kalland 2001, 9)

Välttelevästi kiintyneen lapsen vanhempi on voinut antaa välinpitämätöntä ja torjuvaa hoivaa ja hän on ollut tunneperäisesti etäinen. Lapsi pyrkii selviytymään vaikeista tilanteista yksin, koska tunnesäätelyyn ei anneta apua eikä läheisyyttä ole saatavilla. Erotilanteissa lapsi ei näytä ilahtuvan, kun hän näkee vanhemman uudelleen. Lapsi leikkii mieluusti yksin, mutta voi kuitenkin jakaa uudet tunnekokemukset vanhemman kanssa (Kouvo & Silven 2010, 76–77.) Lapsi ei

osaa käsitellä negatiivisia tunteita. Hän oppii kieltämään ja pidättelemään negatiivisia tunteitaan (Hautamäki 2011, 29-35), mutta lapsi voi kuitenkin vääristää tunneilmaisujaan ylimyönteiseksi saadakseen vanhemman huomion. Lapsi oppii, että liioittelemalla tunteitaan hän saa vanhemman huomion (Sinkkonen & Tervonen-Arknil, 2015, 36). Suomalaisessa kulttuurissa välttelevä kiintymyssuhde on yleisin (Tokola, M. & Airo, R. 2014)

Ristiriitainen kiintymyssuhde muodostuu, kun vanhempi ei ole johdonmukainen vastatessaan lapsen tunteisiin. Välillä tunteisiin vastataan kiinnostuneesti, välillä niitä ei huomioida lainkaan. Vanhemman omat tunnereaktiot voivat olla intensiivisiä, mutta vaikeasti tulkittavia. Vanhempi voi olla psyykkisesti tavoittelemattomissa eikä lapsi ymmärrä, mistä tämä johtuu (Sinkkonen & Tervonen-Arknil, 2015, 28). Lapsi oppii, että hän ei saa johdonmukaisesti tunnesäätelyyn apua. Erotilanteissa lapsi voi samaan aikaan vastustaa että hakea kontaktia vanhempaan. Tunteiden tukahduttamisen sijaan lapsi voi oppia liioittelemaan tunneilmaisujaan. Pelot ja tarpeet voivat tulla korostuneesti esille. Vanhemman tarjotessa sylissä, lapsi saattaa kiihtyä tilanteesta eikä tyydy vain syliin, koska hän ei ole oppinut vanhemman vaikeasti ennakoitavia vuorovaikutustapoja (Hautamäki 2011, 36)

Sinkkonen totesi kuitenkin kirjassaan: ”Kiintymyssuhde ei ole teoria sen enempää rakkaudesta, kuin onnellisuudestakaan. Sen avulla voidaan tutkia, missä olosuhteissa ja millä tavalla ihmiset hakevat toistensa läheisyyttä ja turvaa, kuinka he reagoivat kuviteltuihin tai todellisiin vaaratilanteisiin ja millaisia oletuksia heillä on itsestään, vuorovaikutussuhteistaan ja toisista ihmisistä”. (Sinkkonen & Kalland, 2001, 7)

Jäsentelemätön kiintymyssuhde muodostuu yleensä pahoinpidellyille lapsille. Lapsi ei tiedä, voiko hän luottaa vanhempaan, jonka käytös on pelottavaa ja loukkaavaa. Vanhemmilla itsellään on monesti taustalla omia käsittelemättömiä traumoja. Lapselle ei ole muodostunut kaotisuuden vuoksi toimivaa kiintymyssuhdestrategiaa. Stressaavissa tilanteissa lapsen käytös voi olla poikkeavaa: lapsi voi olla kauhuissaan ja jähmettyä vain paikoilleen. Käytös voi

vaihdella kimeästä ääntelystä lamaantuneisuuteen. Myöhemmin lapsella voi esiintyä hallitsematonta aggressiivista käytöstä (Sinkkonen 2012, 57)

3.2 Kiintymyssuhdehäiriöt

Lapsen kiintymyssuhdehäiriöt tarkoittaa sitä, että varhainen vuorovaikutus on ollut niin kaoottista tai niin puutteellista, että jäsentynyttä kiintymyssuhdetta ei ole päässyt muodostumaan hänelle laisinkaan (Sinkkonen & Kalland 2001, 244). Lapsien kiintymyssuhdehäiriöt kehittyvät varhaislapsuudessa tapahtuvien laiminlyöntien, hyväksikäyttöjen, hoidon huomattavan laiminlyönnin tai hoitajien jatkuvan vaihtumisien seurauksena. Kiintymyssuhdehäiriöt ovat sosiaalisen vuorovaikutuksen vaikeuksina ilmeneviä oirekokonaisuuksia. Kaikille laiminlyödyille lapsille ei kuitenkaan kehity kiintymyssuhdehäiriöstä johtuvia oirekokonaisuuksia. Oirekokonaisuudet alkavat oireilemaan ennen viidettä ikävuotta. (Raaska & Pihlakoski 2017)

Reaktiivisessa kiintymyssuhdehäiriössä lapsen sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ilmenee erilaisia tunnehäiriöitä, kuten esimerkiksi vetäytymisreaktioita, pelokkuutta, varuillaanoloa ja välinpitämättömyyttä (Raaska & Pihlakoski 2017). Lapsi selvästi välttelee vanhempaa ja vetäytyy vuorovaikutustilanteista pois, katsoo muualle tai kääntyy niissä selin. Ääritilanteissa lapsi voi jopa ilmaista suoraa pelkoa vanhempaa kohtaan. Lapsi kuitenkin voi myös takertua vanhempaan kiinni eikä kykene irtautumaan hänestä. (Sinkkonen & Kalland 2001, 245)

Estottoman kiintymyssuhdehäiriön ajatellaan kehittyvän lapsen ensimmäisten ikävuosien aikana, jos lapsella ei ole mahdollisuutta muodostaa valikoivia kiintymyssuhteita jatkuvasti vaihtuvien hoitajien vuoksi. Lapsella on heikentynyt ja puutteellinen kyky valikoida henkilö, keneltä hakea lohdutusta ja vieraiden ihmisten kanssa vuorovaikutus on yleensä liian tuttavallista. Lapsi voi hakeutua

estottomasti fyysiseen läheisyyteen vieraiden ihmisten kanssa tai käyttäytyä sosiaalisesti liian tunkeilevasti. Huomionhakuinen käyttäytyminen voi johtaa aggressiiviseen käytökseen (Raaska & Pihlakoski 2017)

Lapsen ja vanhemman kiintymyssuhteen muodostumiseen voi kuitenkin myös vaikuttaa monet lapseen itseän liittyvät tekijät, kuten sairaus, keskosuus, somaattiset vammat, lapsen ja vanhemman erilaiset temperamentit ja lapsen omat hankalat säätelyhäiriöt. Lapsen laaja-alaiset kehityksen häiriöt voivat synnyttää kiintymyssuhdehäiriön (Sinkkonen & Kalland 2001, 245)

Depressiivisten äitien lapset ovat useammin turvattomasti kiintyneitä verrattuna terveiden äitien lapsiin (Cicchetti ym 1998). O'Connor (1996, 183-206) löysi merkittävän yhteyden äidin alkoholinkäytön ja kiintymyssuhteen välillä. Mitä enemmän äiti oli käyttänyt päihteitä raskausaikana, sitä enemmän vauvat ilmaisivat negatiivisia tunteita vuorovaikutustilanteissa. Näiden negatiivisia tunteita ilmaisevien vauvojen äidin stimuloivat vähemmän lastaan, mistä seurasi, että kiintymyssuhteet olivat useammin turvattomia. Kolmanneksella näistä lapsista oli jäsenitelemätön kiintymyssuhde (Niemelä 2003, 100)

3.3 Lasten kasvun, kehityksen ja eheytyksen tukeminen Pinjassa

Ensikoti Pinjassa vauvatyö on tärkeässä roolissa ja työskentely onkin vauvalähtöistä päihdekuntoutusta. Kuntoutuksen tavoitteena on vanhempien päihdekuntoutuksen lisäksi vahvistaa vanhemmuutta, tuetaan rakentamaan turvallinen kiintymyssuhde vauvan ja vanhemman välille sekä huolehditaan vauvan terveen persoonan kehittymisessä (Turun ensi- ja turvakoti 2022)

Lähes puolet ensikotien äideistä ovat kokeneet väkivaltaa ja monella heistä itsellään on lapsuudessaan traumakokemuksia. Myös heidän lapsillaan on suuri riski traumatisoitua jo varhaislapsuudessaan. Nämä perheet tarvitsevat turvalliset olosuhteet ympärivuorokauden sekä aktiivista työskentelyä jo äidin raskaudesta

lähtien. Näin voidaan ehkäistä vauvan varhainen traumatisoituminen sekä tukea vanhemman ja vauvan varhaista vuorovaikutusta ennen kuin vuorovaikutushäiriöt ehtivät muodostumaan. Ensikodissa arkielämän perustaidot sekä vuorokausirytmien puutteet näkyvät myös monella. Nämä arkiset taidot ovat kuitenkin tärkeässä roolissa vauvan turvallisen elämän kannalta (Lohtander 2006, 11)

Ensikotien vanhemmat ovat itse monesti kokeneet lapsuudessaan hoivan laiminlyöntiä, heitteillejättöä, seksuaalista väkivaltaa, fyysistä tai henkistä pahoinpitelyä. Vanhemmat kenen vanhemmuus on horjuvaa, ei pysty tarjoamaan lapselleen intensiivistä vuorovaikutusta tai empaattista eläytymistä (Tamminen 2004, 126)

Ensikodeissa työskentely on ennaltaehkäisevää työtä vauvojen kanssa. Vauvojen kaltoinkohtelu, väkivalta sekä varhaiseen vuorovaikutukseen liittyvät häiriöt näkyvät vauvoissa. (Lohtander 2006,11). Ensikodissa vauva saa fyysiset tarpeensa tyydytettyä ikäkauteen sopivalla ruoalla, hänen muistakin perustarpeistaan huolehditaan, kuten riittävästä ja säännöllisesti unentarpeestaan sekä hygieniasta. Vauva saa korvaavaa vuorovaikutusta ensikoti Pinjan ohjaajilta silloin, kun vanhempi ei itse sitä pysty tarjoamaan. (Haavisto 2008, 33). Hyvissä olosuhteissa turvattomastikin kiintynyt lapsi voi oppia, että maailmassa tapahtuu hyviäkin asioita ja joihinkin ihmisiin voi turvautua (Sinkkonen & Kalland 2005, 9)

Vanhempia tuetaan työntekijöiden avulla tutustumaan vauvaansa sekä ymmärtämään vauvan viestintää. Työntekijät toimivat vauvan äänenä. Vanhemmat voivat tarvita myös apua siihen, miten vauvalle puhutaan, kosketaan tai ollaan hyvällä tavalla vauvan lähellä (Haavisto 2008, 33)

Tärkeintä on kuitenkin, että vanhemman ja vauvan varhaista vuorovaikutusta tuetaan ja parannetaan. Vanhempia voidaan erilaisin menetelmin tukea herkistymään vauvan viestinnälle ja tarpeidenilmaisulle. Vuorovaikutuksen tukeminen ja hoitaminen on samalla koko perheen hoitamista yhdessä (Tamminen 2004, 199) Ensikoti Pinjassa varhaista vuorovaikutusta tuetaan muun

muassa kahdesti viikossa pidettävissä nuppu-ryhmässä, missä erilaisten mukavien aktiviteettien kautta tuetaan vanhempien ja vauvan vuorovaikutusta. Myös kerran viikossa olevilla vauvan omaohjaaja-ajoilla tuetaan vauvan ja vanhemman vuorovaikutusta. Vauvan sanoittamista ja äänenä toimimista kuitenkin tapahtuu jatkuvasti arjessa. Vauvan ja vanhemman välistä kiintymystä voidaan siis tukea monin eri tavoin. Tavoitteena on vanhemmuus, jossa lapsen tarpeet otetaan huomioon ja niihin vastataan (Kalland 2005, 225)

Vanhempi, joka on tietoinen puutteellista kyvystään vastata vauvansa viesteihin, on mahdollista harjoitella tunnistamaan näitä viestejä. Kuitenkin ilman riittävää ohjausta ja tukea oman toiminnan tiedostaminen voi lamaannuttaa vanhemman ja psyykkisetkin voimavarat voivat ehtyä (Kivijärvi 2003, 255). Vuorovaikutustaidot voivat kuitenkin parantua, kun vanhempi itse saa korjaavia kokemuksia ihmissuhteista tai hoitosuhteessa. Tärkeää on vahvistaa vanhemman omaa reflektiokykyä. Reflektiivisyys on kykyä tunnistaa tunteet, toiveita, tarpeita, uskomuksia sekä niiden yhteyttä käyttäytymiseen. Reflektiivisyys sisältää myös kykyä tunnistaa ja nimetä omia tunteitaan sekä antaa niille merkitys, mutta myös kykyä pohtia toisten tunteita (Kalland 2008, 21)

Ensikoti Pinjassa vanhemmilla on päihdeongelma ja vanhempien omat ongelmat valtaava helposti ajan ja tilan. Työntekijöiden tulee pitää tietoisesti vauvat mielessä ja näkyvillä arjessa (Törrönen 2004, 234). Ensikotien asiakkaat tarvitsevat pitkiä hoitajaksoja sekä yleensä myös avohoidon kontaktin ensikotijakson jälkeen. Yleensä hoitajakset ovat noin vuoden mittaisia. Ensikoti Pinjan asiakkaat siirtyvät yleensä avopalvelu Olivian asiakkaiksi. Ensikotiin tullessa vanhemmat eivät yleensä kykene vastamaan täysipainoisesti vauvan tarpeisiin, ja vauvat saavatkin korvaavaa hoitoa työntekijöiltä, kun vanhemman voimavarat ja taidot eivät riitä (Lohtander 2006, 11). Vauvan kehitys voi kuitenkin taantua uudelleen, jos perhe ei saa riittävästi tukea ensikotijakson jälkeen (Törrönen 2003, 234)

4 Yhteiskehittäminen

Yhteiskehittämisen tavoitteena on uuden tiedon luominen ja uusien asioiden oppiminen yhteistyössä eri toimijoiden kanssa. Yhteistyöllä pyritään toiminnan parantamiseen. Kehityksen kohteina voivat olla erilaiset asiat, kuten palvelut, strategiat tai toimitavat. Yhteiskehittämisellä on omat periaatteensa sekä reunaehdot, että yhteistyö onnistuisi mahdollisimman hyvin. (Aaltonen ym. 2016)

Yhteiskehittäminen edellyttää osallistujien tasavertaista osallistumista. Osallistujia kuunnellaan, osallistumisen hyödyt tehdään näkyviksi ja jokaisen arvokas panostus osoitetaan ja eri sidosryhmät otetaan alusta alkaen laajasti mukaan. Turhaa hierarkia tulee välttää, mutta hyväksyen kuitenkin ihmisten erilaisuuden (Aaltonen ym. 2016). Yhdessä uuden luominen perustuu kumppanuusajatteluun, yhdessä tekemiseen sekä yhteisen näkökulman löytymiseen. Lopputuloksen on tarkoituksena olla käyttäjien tarpeisiin paremmin vastaava palvelu (Virtanen & Stenvall 2014, 158-161)

Työskentelyssä tunnistetaan osallistujien erilaiset tavoitteet ja näiden pohjalta pyritään löytämään yhteinen tavoite. Tavoitteena on tuoda osallistujien erilaiset näkökulmat ja osaamisenalueet yhteen (Aaltonen 2016). Yhteiskehittämisen tavoitteena ei ole vain mielipiteen ilmaisu vaan jokaisen osallistujan sitoutumista kehittämistavoitteeseen ja näin määränpään saavuttamiseen (Koivisto & Pohjola 2013, 93)

4.1 Yhteiskehittäminen käsitteenä

Käsitteenä yhteiskehittäminen ei ole akateemisesti hyväksytty eikä sitä edes löydy Kotimaisten kielten keskuksen sanastostakaan. Kuitenkin yhteiskehittäminen on olemassa ja sitä käytetään. Yhteiskehittämisestä on tullut suosittu ja ajankohtainen käsite eri aloilla. Yleisesti ajateltuna yhteiskehittäminen on tavoiteltavaa ja myönteistä toimintaa (Keskitalo 2021, 12). Turun yliopiston

artikkeli määrittelee yhteiskehittämisen näin: ”Yhteiskehittäminen on ihmisten välistä tavoitteellista yhteistyötä, jota voidaan edistää ja tukea monella tavalla. Sitä voidaan tehdä missä tahansa fyysisessä tai virtuaalisessa ympäristössä” (Aaltonen ym. 2016)

Yhteiskehittämistä voidaan kuvata kahdella eri sanalla, riippuen käytetäänkö sitä julkishallinnossa ja julkisjohtamisessa vai käytetäänkö käsitettä yritysmaailmassa. Julkishallinto ja julkisjohtamisessa käytetään käsitettä yhteistuottaminen (co-production) ja yritysmaailmassa puhutaan yhteiskehittämisestä (co-creation). Kummallakin käsitteellä kuitenkin meinataan yhteiskehittämistä. (Keskitalo 2021, 13)

4.2 Yhteiskehittäminen työyhteisössä

Yhteinen ja kaikkien tiedossa oleva tavoite antaa pohjan ja suunnan yhteiskehittämiselle työyhteisössä. Yhteiskehittämisen peruseriaate on tasavertaisuus ja se antaa mahdollisuuden tasavertaiseen osallistumiseen ja ideointiin. Sen toteutuminen vaatii kuitenkin luottamuksellisuutta ja turvallista ilmapiiriä, jotka edistävät luovuutta. On tärkeää, että ilmapiiri sallii ideoiden esittämisen ilman pelkoa mitätöimisestä tai kritiikistä. Avoimuus, toimiva viestintä sekä selkeät vastuunjaot ovat yhteiskehittämisen osatekijöitä. Yhteiskehittämiseen kuuluu konkreettinen tekeminen, joka sisältää kokeiluja, jotka edistävät tavoitteen saavuttamista. (Keskitalo 2021 88-93). Työyhteisöt, joissa on luottamukselliset ja avoimet suhteet, on tuloksellisempaa työskentelyä (Rauramo 2012, 105)

Yhteiskehittämisellä työpaikoilla osallistetaan myös työntekijät päätöksentekoon, joten voidaan puhua myös osallistamisesta. Työyhteisön moninaisuuden tarkastelu tuo ihmisten erilaiset tarpeet esiin, jonka pohjalta työelämää voi kehittää. Kehittämisen näkökulmasta on tuottavinta, kun ihmisten tarpeet kohtaavat ja kehittäminen on osallistavaa toimintaa (Komulainen 2018). Osallisuus käsitteenä kattaa alleen erilaisia termejä, kuten esimerkiksi

kuulumisen (belonging), yhteisyyttä (togetherness), mukaan ottamista (inclusion), vaikuttamista (representation) ja liittymistä (involvement) sekä demokratiaa (Isola ym 2017, 3). Yhteiskehittämisellä työyhteisössä annetaan osa päätösvaltaa työntekijöille. Jakamalla päätösvaltaa johdolta työntekijöille, voidaan puhua arvon tasaisemmasta jakautumisesta (Eljala & Kalliola 2017)

Yhteiskehittämisellä työyhteisön mahdollisimman moni jäsen pääsee vaikuttamaan kehitettävään asiaan. Tavoitteena on saada mahdollisimman monen työntekijän ääni kuuluviin ja heille jää tunne, että on saanut itse vaikuttaa. Työyhteisössä on tärkeää, että toisten näkökulmat ja tarpeet opitaan tuntemaan kehittämistyötä tehdessä. Työntekijän omat tarpeet eivät välttämättä nouse ensimmäiseksi tavoitteeksi, mutta hänelle tulee kuitenkin tunne, että on tullut kuulluksi. Tällöin työntekijän on helpompi sitoutua yhteiskehittämisen tavoitteisiin (Komulainen 2018)

Työntekijöiden tulee voida sitoutua yhteiskehittämisen hankkeeseen. Työntekijöiden, joiden annetaan osallistua ja heidät on saatu motivoitumaan kehittämiseen, on kehittämisen voima suurempaa. Työntekijöiden vuorovaikutus ja yhteishankkeeseen mukaan ottaminen edistävät hyvinvointia ja se taas puolestaan vaikuttaa tuottavuuteen (Komulainen 2018). Päätöksentekoon mukaan ottaminen lisää työntekijöiden sitoutumista sekä lisää kommunikointia ja mahdollistaa paremman yhteistyön. Osallistamalla työntekijä päätöksentekoon nostaa esille myös johdon omat sokeat pisteet ja kasvattaa työntekijän itsetietoisuutta (Landry 2020).

Yhteiskehittäminen vähentää myös hierarkiaa työyhteisössä ja lisää avoimempaa kulttuuria. Avoin kulttuuri ja matala hierarkia ovat monen menestyneen brändin yhdistäviä tekijöitä (Palokangas 2020). Avoimuudella työnantajien on helpompaa löytää työpaikan kulttuuriin sopivia työntekijöitä ja työnhakijan on helpompi löytää omille arvoilleen sopiva työpaikka (Tunto 2019).

Työyhteisön kehittämisessä työntekijät ovat avainasemassa, sillä heillä on se käytännön tieto, mitkä ovat sen hetkiset kehittämisen tarpeet. Jos kehittämistarve kerrotaan ulkopuolelta, uuden toimintatavan hallitsemiseen kuluu aikaa, koska

työyhteisö arvioi samalla toimintamallin vaikuttavuutta. Ulkoapäin tuleva kehitystarve lisää monesti myös vastustusta. Onnistuneen yhteiskehittäminen taustalla on työntekijöiden kokemus siitä, että he ovat itse voineet määritellä työarjen kehittämistarpeensa (Schaup ym 2013, 94-95).

Manka määrittelee työnilon koostuvan tavoitteellisuudesta, joustavista rakenteista ja jatkuvasta kehittämisestä. Toisena osa-alueena on johtaminen, jonka tulee olla kannustavaa ja osallistavaa. Kolmantena hän nostaa ryhmän toimivuuden ja työilmapiirin avoimen vuorovaikutuksen. Manka myös nostaa esille vaikuttamis- ja oppimismahdollisuuksien tärkeyden. Viimeisenä hän korostaa työntekijän terveyttä niin fyysisesti kuin psyykkisesti. Nämä viisi osa- aluetta Manka näkee lisäävän kokonaisvaltaisesti työhyvinvointia (Manka 2011, 75-78).

5 Yhteiskehittämisen prosessi ja vaiheet

Nuppu-ryhmän ideakansion ajatus lähti syksyllä 2021, kun työyhteisöltä tuli toive nuppu-ryhmän kehittämisestä. Ehdotin työtä opinnäytetyökseni ja ajatus sai hyvän vastaanoton. Minulle nimettiin kaksi opinnäytetyön ohjaajaa työpaikalta. Ohjaajieni kanssa sain työstää opinnäytetyötäni ja he osallistuivat kertomalla, mitä työyhteisö toivoo nuppu-ryhmän sisällöltä. Olin myös itse ollut ensikoti Pinjassa opiskelijana sekä tehnyt eripituisia sijaisuuksia harjoitteluni jälkeen, joten minullakin oli jo hiukan muodostunut ajatusta, mitä nuppu-ryhmässä voisi tehdä.

5.1 Ideakansion ideointi

Tammikuussa 2022 istuimme kahden ohjaajani kanssa alas ja keskustelimme, mitä työntekijöiden näkökulmasta odotetaan opinnäytetyöltäni ja ideakansiolta. Toiveena esitettiin, että aktiviteetit eivät saa olla liian haastavia, jotka vaatisivat etukäteen työstämistä ja ideakansio sisältäisi monenlaista tekemistä sekä eri-ikäluokat huomioon ottaen. Pinjassa asiakasvauvat ovat vastasyntyneestä noin ensimmäiseen ikävuoteen asti. Tärkeää oli kuitenkin myös huomioida, että osa äideistä on Pinjaan tullessa raskaana ja heidätkin huomioidaan ideakansiota tehdessä. Ohjaajieni kanssa yhdessä ideoimme ja työstimme, mitä ideakansio voisi sisältää. Ideointivaiheessa kirjoitin ylös jo karkeaa suunnitelmaa sisällöstä.

5.2 Ideakansion suunnittelu

Nuppu-ryhmä on kaksi kertaa viikossa, tiistaisin ja sunnuntaisin, kokoontuva ryhmä. Pidimme ohjaajieni kanssa parhaan ratkaisuna, että suunnittelisin

etukäteen vain tiistain aiheet, koska sunnuntaisin työntekijä on vuorossa yksin ja nappu-ryhmän aiheen voi silloin suunnitella sen hetkisen tilanteen mukaan. Tammikuussa 2022 suunnittelin ensimmäisen koko kevään kattavan nappukalenterin ensikoti Pinjan ilmoitustaululle asiakkaiden nähtäväksi.

Kevään nappukalenteri sai hyvän vastaanoton. Pinjan työntekijät kokivat hyvänä, että nappu-ryhmiin oli jo valmiiksi suunniteltu ohjelma ja asiakkaat tiesivät jo etukäteen, mitä nupussa tehdään milläkin kertaa. Suunnittelin uudelleen kesäkuussa 2022 kesän kattavan nappukalenterin sekä syyskuussa 2022 loppuvuoden nappukalenterin. Nappukalenterin sisällön ja ohjaajien palautteen perusteella pystyin miettimään, onko idea käyttökelpoinen ja laitanko sitä lopulliseen ideakansioon.

Suunnittelin nappukalenterit ensikoti Pinjan ohjaajien toimistossa, jossa työskenteli samaan aikaan muitakin ohjaajia ja osallistin heitä ideointiin. Monella työntekijällä oli vuosien työkokemus ensikoti Pinjassa sekä lasten kanssa työskentelystä ja heiltä sainkin paljon hyviä ideoita nappu-ryhmää varten. Hyödynsin myös aiheiden suunnittelussa paljon erilaista kirjallisuutta, Facebookissa löytyviä pienten lapsien aktivointiin tarkoitettuja ryhmiä ja blogien kautta löytyviä ohjeita.

Suunnitteluvaiheessa tutustuin alan kirjallisuuteen, erityisesti pitäen silmällä pienten vauvojen kanssa tehtävää aktiviteettiä, joka vahvistaa vauvan ja vanhemman vuorovaikutusta.

5.3 Sisältö

Tavoitteenani oli luoda mahdollisimman kutsuva, värikäs, eläväinen, mutta myös helposti luettava kansio. Halusin tuoda vauvatyöskentelyyn iloa ja väriä. Käytin jokaiselle idealle omaa värikästä ja iloista pohjaa hyödyntäen Canva - nettisivuston ilmaisia pohjia.

Sisällöltään ideakansiosta tuli monipuolinen, eri ikäluokat huomioonottava ja myös vuodenaajat on pyritty ottamaan huomioon monipuolisesti. Vuodenaajat halusin ottaa erityisesti huomioon, koska pidän ulkoilua tärkeänä vuodenaajasta riippumatta ja lapselle tärkeänä asiana kehityksenkin kannalta. Suomen vuodenaajat tarjoavat laajasti erilaisia virikkeitä. Vuodenaajoille otin kesää ajatellen muun muassa ulkona tapahtuvan muskarin, erilaisia vesileikkejä ulkoaltaassa ja yhteinen uimareissu rannalle. Muita kesäiseen nuppu-ryhmään sopivaa tekemistä on piknik pihalla tai puistossa sekä luonnonihmeiden tutkistelu, kuten linnunlaulun kuuntelua ja sen ihastelua.

Syksyisin nuppu-ryhmässä voi ihmetellä maahan tippuneita lehtiä ja käpyjä, askarrella puunlehdistä syksyiseen teemaan sopivia askarteluja sekä pitää valokuvaushetkiä ulkona. Syksyllä myös luonto on täynnä luonnonantimia ja marjaretki läheiseen metsään tarjoaa perheille yhteistä tekemistä sekä vanhemmille vauvoille makuelämyksiä luonnossa.

Talvella pulkkailuretki ensikoti Pinjan sisäpihalla on perheille ja yhteisölle talvista reipasta ulkoilua. Vauvojen kanssa pääsee myös ihmettelemään lunta eri muodoissa, kuten miten lumesta voi muotoilla lumipalloja ja jopa lumiukkoja. Ulos saa myös askarrellua jäädytetyjä eri värisiä ja muotoisia jää-/ja lumilyhtyjä, joita voi vauvojen kanssa käydä ihastelemassa ja ihmettelemässä. Joulun aika on huomioitu erilaisina jouluisina askarteluhetkinä sekä joulukuvauksineen.

Keväällä luonto herää eloon ja linnut alkavat palaamaan takaisin Suomeen. Luonto tarjoaa paljon ihmettelemistä vauvoille ja perheille. Metsään pääsee niin perheenä kuin yhteisönä katselemaan ja kuuntelemaan luontoa. Lumi alkaa sulamaan, lehdet alkavat avautumaan ja ensimmäiset voikukatkin kukkivat. Itse olen ravintolakokki aiemmalta ammatiltani ja luonnonantimet ovat erityisen lähellä sydäntäni, ja tämän vuoksi olen myös kirjoittanut muun muassa voikukkasiirappiin ja -hilloon reseptit nuppu-ryhmän ideakansioon. Ruoanlaitto erikoisiltakin tuntuvilla raaka-aineilla voi olla perheille erikoisen erityinen yhteinen hetki.

Sisällössä on ohjeita muun muassa taikataikinaan, joka on monipuolinen tekeminen niin vastasyntyneestä 1-vuotiaaseen asti ja sitäkin vanhemmille lapsille. Muita reseptejä olen kirjoittanut muun muassa itse tehtyyn muovailuvahaan ja limaan. Vanhemmat ovat tarkoitus osallistaa taikainoiden, vahojen ja limojen valmistamiseen eikä ohjaajaa tee näitä valmiiksi. Vaihtelevuutta on helppo luoda käyttämällä elintarvikkevärejä ja saaden näin eri värisiä limoja ja taikinoita.

Musiikki on myös monelle vauvalle mieluista ja sen vuoksi ulkomuskarin lisäksi kansioon on laitettu myös sisällä tapahtuvat muskarit, erityisen pidetty Hoivaa ja leiki -ryhmä sekä erilaisiin soittimiin tutustumista yhdessä vanhempien kanssa. Pidän myös iloisten lastenlaulujen soittamisesta taustamusiikkina nappu-ryhmien aikana. Nopeat ja vauhdikkaat sävelet viestivät vauvalle leikkiin ryhtymistä ja innostumista. 1-vuotias yhdistää musiikin liikkeeseen. Musiikki ja lapsen oma aktiivisuus, kuten hytkyminen, tanssahtelu ja taputtaminen kehittävät tunteita, kielellisiä taitoja ja muistia. (Kisnanen 2019)

Satuhieronta erilaisine tarinoineen on osana ideakansiota. Satuhierontoihin löytyy useampi erilainen tarina, osa on myös pidempänä versiona. Satuhieronta on vaikuttava tapa lisätä vauvan itsetuntoa, perusturvallisuutta ja tukea varhaista vuorovaikutusta (Satuhieronta 2014). Satuhieronnan lisäksi ideakansio sisältää myös perinteiseen vauvahierontaan ohjeita.

Ensikoti Pinja on yhteisökuntoutus ja myös se on huomioitu ideakansiossa. Ideakansio sisältää myös yhteisretkiin ideoita, kuten Turun linna, luonnonsuojelualueita, metsäretkiä, makkaranpaistoa nuotiolla, Ruissalon kansallispuistoon retkeä, uimarantareissu, Kuralan kylämäen eläimiin ja luontoon tutustumista sekä tietenkin ensikoti Pinjan lähellä sijaitseva Kupittaaanpuisto on erityisen hyvä kohde leikkipuistoinen ja kesäisin siellä olevat eläimet tarjoavat paljon kokemuksia niin vauvoille kuin vanhemmillekin.

Asiakkaitamme kuvataan paljon heidän kuntoutuksensa aikana, mutta otin silti nappu-ryhmään myös erilaisia teemoitettuja kuvausaiheita. Vuodenaikoihin sopivia ulkokuvauksia sekä rekvisiittoihin tehtyjä juhlapyhiin sopivia kuvauksia,

kuten halloween-, joulu- ja vappukuvaukset. Muita kuvausideoita on perhekuvaus ja kuukausi- ja syntymäpäiväkuvaus. Ohjaajaltani tuli myös toivomus, että vauvalle aloitettaisiin tekemään heti kuntoutuksen alussa valokuvakirjaa, jonka he saavat kuntoutuksen päätyttyä kotiin.

Vauvat nauttivat monesti liikkeestä, joten ideakansiossa on ohjeet vauvajumppaan, jossa vauva toimii painona vanhemman jumpatessa. Ideakansio sisältää myös vanhempi-vauvajoogaan sopivia liikkeitä. Jumpan ja joogan ei ole tarkoitus olla suorittamista vaan yhteistä hyvää oloa tuottavaa aktiivista tekemistä. Liikkeissä on tarkoitus tukea mahdollisimman paljon molempien vanhempien osallistumista yhdessä vauvan kanssa.

Osa asiakkaistamme tulee Pinjaan jo raskaana ollessaan. Raskaana olevat äidit ja heidän puolisonsa on myös otettu huomioon ideakansiossa. Kohtuvauvalle vanhempi voi soittaa esimerkiksi soittorasiaa tai yhdessä ohjaajan kanssa laulaa. Laulun jälkeen vanhemman kanssa voi keskustella miten kohtuvauva reagoi musiikkiin. Puolisoa voi kehottaa hieromaan toista vanhempaa ja sen kautta voi keskustella, millaista kosketusta ja hoivaa vauva tarvitsee. Kasvavasta raskausvatsasta voi ottaa kuvia raskauden ajan ja tehdä raskauden loppupuolella kipsimuotin muistoksi. Myös foliosta saa tehtyä muotteja. Raskausvatsaa voi myös maalata siihen sopivilla maaleilla tai muuten koristella, esimerkiksi silkkinauhalla tai muilla naruilla, joita voi koristella höyhenillä, ruseteilla ja koristeilla.

6 Kehittämisen tulokset

Olen alkuvuodesta 2022 asti suunnitellut nappukalenterin pohjalta ideakansiota. Halusin kansion olevan niin sisällöltään kuin ulkomuodoltaan vahvasti vauvalähtöistä työskentelyä. Halusin, että kansio on ulkomuodoltaan iloinen, värikäs ja jopa vähän hassutteleva. Sisällöltään halusin kansion olevan vanhempien ja vauvan varhaista vuorovaikutusta, mutta kuitenkin lapsilähtöistä tekemistä.

Kesällä 2022 aloin työstämään varsinaista kansiota ja se onkin ollut moneen kertaan esillä työstämisen aikana ohjaajien toimiston pöydällä vapaasti katsottavana. Palautteena olen saanut kehua iloisesta ja värikkästä ulkoasusta ja helpoista ohjeista. Myös sisältö monipuolisuudeltaan on saanut hyvää palautetta. Työntekijät ovat olleet tyytyväisiä siihen, että ideakansiosta voi katsoa jonkin toiminnallisen tekemisen eikä enää tarvitse erikseen miettiä, mitä nappuryhmässä voisi tehdä.

Ohjaajani ovat osallistuneet ideakansion sisällön ideointiin, mutta eivät käyttänyt toteutukseen. Kuitenkin koin yhteiskehittämisen yhdessä työyhteisön työntekijöiden kanssa hyvin positiivisena kokemuksena. Heillä on pidempi työhistoria ensikoti Pinjassa kuin minulla ja heillä on aito halu saada nappuryhmää kehitettyä. Kehittämishalu tuli alun perinkin työyhteisön jäseniltä. Itse koin myös aitoa mielenkiintoa ja halua saada kehitettyä nappuryhmää ja tuoda ideakansio ensikoti Pinjan arkea helpottamaan.

Haasteelliseksi muodostui asiakasvauvojemme laaja ikähaitari. Osallistujat voivat olla vastasyntyneestä 1-vuotiaaseen asti. Oli haasteellista miettiä, mitä samaa aktiviteettiä voi tehdä vastasyntynyt että 1-vuotias, mutta pienen pohdinnan jälkeen aktiviteettejä alkoi muodostumaan hyvin. Ideakansiossa aktiviteetit ovat esimerkiksi taikataikina, itsetehty vauvoille sopiva muovailuvaha, erilaiset värikylyt, myrkytön itsetehty slime, satuhieronnat ja erilaisia askarteluita, kuten jalan- ja kädenjäljistä tehtyjä kuvia. Myös ulkoilua, kuten pulkkailua, luonnon ihmettelyä, kesäisin uimisleikkejä piha-altaassa, piknik ulkona ja paljon muuta.

Ideakansio tuli ensikoti Pinjan työntekijöiden käyttöön marraskuussa 2022. Jatkan kansion työstämistä myös opinnäytetyöni jälkeen oman ohjaajatyöskentelyni ohella.

7 Kehittämisen arviointi ja oma ammatillinen kasvu

Aikataulussa pysyminen onnistui lähes suunnitellusti. En ollut tehnyt itselleni tiukkoja aikatauluja, koska kolmivuorotyön, opiskeluiden sekä yksityiselämän yhdistäminen tuo omat haasteensa. Olin asettanut itselleni tavoitteeksi, että opinnäytetyöni kirjallinen osuus olisi valmis syyskuun lopulla, mutta aikataulu venyi kuukaudella. Olin kuitenkin tähän tyytyväinen ja ensikoti Pinjan työyhteisö oli ajan tasalla, missä vaiheessa opinnäytetyöni on menossa.

Sosionomin yksi tärkeimmistä kompetensseista on asiakastyön osaaminen. Opinnäytetyöni pohjalla on ajatus tukea vauvan ja vanhemman varhaista vuorovaikutusta, mikä on ensikoti Pinjassa yksi työskentelyn perustehtävistä. Varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen on niin yksilön kuin perheidenkin tukemista, mutta myös ennaltaehkäisevää työtä. Itse sain opinnäytetyöni kautta valtavasti uutta tietoa ja pohtimisen aihetta varhaisen vuorovaikutuksen tukemisesta ja nuppu-ryhmästä muodostuikin itselleni tärkeäksi asiaksi ohjaajan työssäni.

Koen, että työskentely ensikoti Pinjassa on erityislaatuista ja tärkeää. Työntekijöillä on suuri rooli vanhempien ja vauvan varhaisen vuorovaikutuksen tukemisessa. Nuppu-ryhmä on vain yksi näistä tukemisen muodoista, mutta näen sen tärkeänä osana yhteisömuotoisessa kuntoutuksessa. Työntekijöiden oma arvomaailma sekä asenteet näkyvät helposti asiakkaisiin suhtautumisena, mikä lisää työn haastavuutta. Tämän vuoksi työntekijöiden tulee olla hyvin tietoisia omasta työskentelystään, asenteistaan ja toiminnastaan.

Ammattieettiset periaatteet on otettu huomioon opinnäytetyössäni. Asiakaslähtöisessä työskentelyssä asiakaslähtöisyys toteutuu, kun asiakkaalle tulee kokemus aidosta osallistumisesta. Nuppukalenterissa sekä ideakansiossani on otettu huomioon, että toiminta on vauvalähtöistä työskentelyä, jossa vanhemmat osallistetaan toimintaan aktiivisesti eikä ohjaajat suorita toimintaa asiakkaan puolesta. Myös tasa-arvo ja yhdenvertaisuus on otettu huomioon aktiviteetteja suunnitellessa.

Oma kehittämis- ja innovaatio-osaaminenkin kehittyi. Itselläni ei ollut aiempaa kokemusta kehittämistyöskentelystä, joten olin täysin uuden edessä, kun aloin työstämään opinnäytetyötäni. Projektina opinnäytetyö oli pitkä, mutta pidin erityisesti erilaisten aktiviteettien suunnittelusta sekä ideakansion työstämisestä. Yhteiskehittäminen osoittautui oletettua positiivisemmaksi kokemukseksi. Pidän ryhmätyöskentelystä, kun kaikki ovat motivoituneet työskentelemään yhteisen päämäärän eteen. Omien työkavereideni kanssa yhteistyö sujuu mutkattomasti ja jokaisella oli luottamusta esittää omia toiveita, ideoita ja ajatuksia, jonka vuoksi itselleni jäi varmasti näin positiivinen kokemus yhteiskehittämisestä.

Olen tyytyväinen opinnäytetyöstäni syntyneeseen tuotokseen. Ideakansio on juuri sitä, mitä sen ajattelinkin olevan. Olen myös tyytyväinen siihen, miten yhteiskehittäminen sujui työkavereideni kanssa ja he saivat myös vaikuttaa ideakansion syntymisen alkuvaiheesta valmiiseen kansioon. Ajattelen, että opinnäytetyöni ei ole kuormittanut ensikoti Pinjan työntekijöitä vaan olen pyrkinyt toimimaan itsenäisesti ja olen ottanut paljon vastuuta nuppu-ryhmistä samalla, kun olen suunnitellutkin niitä. Lopputuloksena syntyi ideakansio, joka alkutavoitteideni mukaisesti palvelisi niin vakituista henkilökuntaa kuin sijaisia ja opiskelijoita.

Lähteet

Aaltonen, S.; Hytti, U.; Lepistö, T. & Mäkitalo-Keinonen, T. 2016 Yhteiskehittäminen: kaikki siitä puhuu, mutta mitä se on ja miten siinä onnistua? Turun yliopisto. Viitattu 23.10.2022
<https://www.utu.fi/fi/ajankohtaista/uutinen/yhteiskehittaminen-kaikki-siita-puhuu-mutta-mita-se-on-ja-miten-siina>

Armanto, A. & Koistinen, P. 2007. Neuvolatyön käsikirja. Helsinki: Tammi

Eljala, J & Kalliola, J. 2017. Tebatti: Työntekijöihin panostaminen on yrityksen paras investointi. Talouselämä. Viitattu 21.10.2022
<https://www.talouselama.fi/uutiset/tebatti-tyontekijoihin-panostaminen-on-yrityksen-paras-investointi/abbc2c51-feaa-34a3-8f12-3a77df53f104>

Ensi- ja turvakotien liitto 2016. Pidä kiinni -hoitojärjestelmä. Viitattu 27.9.2022
<https://ensijaturvakotienliitto.fi/tietoa-liitosta/nain-me-autamme/pida-kiinni-hoitojarjestelma/>

Haavisto, R. 2008. Vauva ei voi odottaa. Talentia 06/08

Haltia-Nurmi, M.; Vainio, M. & Keränen, K. 2020. Työkirja. Yhteiskehittämisen ABC. Askeleet yhteiskehittämiseen Espoon oppimisympäristössä. Viitattu 27.9.2022.
https://static.espoo.fi/cdn/ff/1Kc-yID1ngTsd0WzBR_Y2LLjVuTACP3_tRAsvPaA8/1629461641/public/2021-08/Yhteiskehittamisen%20%20tyokirja_saa_vutettava.pdf

Hautamäki, A. 2011. Lapsen kiintymyssuhteet ja niiden vaarantuminen. Teoksessa Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Toim. Kalland, M & Sinkkonen, J. Helsinki: WSOYpro

Hentilä, M. & Olavinen, I. 2019. Eläköön ensi koti! Viitattu 1.10.2022
<http://www.tyovaenliike.fi/tyovaenliikkeen-vaiheita/alasivu-5/elakoon-ensi-koti/>

Hirvikoski, T. & Äyväri, A. 2019. Yhteiskehittämisen käsikirja. Viitattu 23.10.
<https://6aika.fi/wp-content/uploads/2019/06/Yhteiskehitta%CC%88misen-ka%CC%88sikirja.pdf>

Isola, A.-M., Kaartinen, H. Leemann, L. Lääperi, R., Schneider, T. Valtari, S., & Keto-Tokoi, A. 2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakenta-

massa. Työpöperu 33/2017. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 23.10.2022.
<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-917-0>

Kalland, M. 2008. Kotona tehtävän työn merkityksestä päihdeongelmaisten vanhempien ja heidän lastensa tukemisessa. Teoksessa Veijalainen, E-K; Heino, T.; Kalland, M.; Kammonen, H.; Paasikannas L. & Salo, S. Päihdeongelmaisten vauvaperheiden auttaminen kotona. Mallin ja osaamisen kehittäminen Tosi-projektissa. Ensi- ja turvakotien liiton raportti 8. Helsinki: Multiprint

Keskitalo, E. & Vuokila-Oikkonen, P. 2021. Yhteiskehittämisen ratkaisuja sote-palveluihin. Kansalaiset ja palvelunkäyttäjät mukaan kehittämiseen. Helsinki: Diakonia Työelämä

Kisnänen, N. 2019. Vauvan musikaalisuus kehittyy parhaiten kotona – näin vauvasi ymmärtää musiikkia. Viitattu 6.11.2022.
<https://kaksplus.fi/vauva/vauvan-kehitys/vauvan-musikaalisuus-kehitty-parhaiten-kotona-nain-vauvasi-ymmartaa-musiikkia/>

Kivijärvi, M. 2003. Äidin sensitiivisyys varhaisessa vuorovaikutuksessa. Teoksessa Niemelä, P; Siltala, P & Tamminen, T. 2003. Äidin varhainen vuorovaikutus. Helsinki: WSOY

Koivisto, J. ja Pohjola, P. 2013. Innovaatiot käytäntöinä. Systeminen innovaatiomalli sosiaali- ja terveysalan kehittämistoiminnan perustaksi. Viitattu 25.9.2022
<https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104500/pohjola.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Komulainen, M. 2018. Yhteiskehittämisellä moninaisuuden johtamiseen. Metropolia Ammattikorkeakoulu. Viitattu 19.10.2022
<https://blogit.metropolia.fi/tikissa/2018/06/19/yhteiskehittamisella-moninaisuuden-johtamiseen/>

Kouvo, A. & Silven, M. 2010. Vuorovaikutus, varhainen kiintymyssuhde ja psyykinen hyvinvointi. Teoksessa Varhaiset ihmissuhteet Polku lapsen suotuisaan kehitykseen, toim. Silvén, M. Helsinki: Minerva

Landry, L. 2020. Why managers should involve their team in the decision-making process. Harvard Business School Online. Viitattu 19.10.2022
<https://online.hbs.edu/blog/post/team-decision-making>

Lohtander, E. 2006. Ensikotiasiakkaat monien vaikeuksien keskellä. Projektin alkukartoituksen tuloksia. Esikko 4/2006

Manka, M. 2011. Työniloa. Helsinki: WSOYpro

Mannerheimin lastensuojeluliitto 2021. Lapsen ja vanhemman varhainen vuorovaikutus. Viitattu 2.10.2022. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemmuus-ja-kasvatus/lapsen-ja-vanhemman-varhainen-vuorovaikutus/>

Niemelä, P; Siltala, P. & Tamminen, T. 2003. Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Juva: WS Bookwell oy

O'Connor, M. 1996 The implications of attachment theory for the socioemotional development of children exposed to alcohol prenatally. Kirjassa: Alcohol, pregnancy and the developing child. Toim. H-L Spohr, H-C Steinhausen. Cambridge: Cambridge University Press

Palokangas, P. 2020. Menestyneet brändit rakentuvat matalan hierarkian kulttuurille: ”Moderni johtaminen tarkoittaa vastuuta ja luottamusta.” Kauppalehti 30.3.2020. Viitattu 1.10.2022. <https://www.kauppalehti.fi/uutiset/menestyneet-brandit-rakentuvat-matalan-hierarkian-kulttuurille-moderni-johtaminen-tarkoittaa-vastuuta-ja-luottamusta/a6d17eed-f4cb-4b38-9fe1-dbb20f3c4922>

Puura, K.; Sannisto, T. & Riihonen, R. 2018 Mitä vauva haluaa? Varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen neuvolassa. Viitattu 15.10.2022 <https://www.laakarilehti.fi/tieteessa/katsausartikkeli/mita-vauva-haluaa-varhaisen-vuorovaikutuksen-tukeminen-neuvolassa/?public=651c21f2876587a7b15d1deb4b0bdc52>

Raaska, H.&Pihlakoski, L. 2017. Lapsuuden kiintymyssuhdehäiriöt ja ADHD. Käypähoito Viitattu 24.10. <https://www.kaypahoito.fi/nix02488#R3>

Rauramo, P. 2012. Työhyvinvoinnin portaat – viisi vaikuttavaa askelta. 2.painos. Helsinki: Edita Publishing Oy

Satuhieronta 2014. Mitä Satuhieronta on? Läsäolevan kosketuksen ja sadun taikaa! Viitattu 5.11.2022 <https://satuhieronta.fi/mita-satuhieronta-on/>

Schaup, M., Koli, A., Kurki, A. & Ala-Laurinaho, A. 2013. Yhteinen muutos. Työhyvinvointia työtä kehittämällä. Keuruu: Otavan kirjapaino.

Simpson, J & Belsky, J 2008. Attachment theory within a modern evolutionary framework. New York: Guilford

Sinkkonen J. & Tervonen-Arnkil K., 2015 Lapsi uusissa oloissa – tietoa sijaishuollosta ja adoptiosta. Tallinna: Printon

Sinkkonen, J; Kalland, M 2011. Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden häiriintyminen. Helsinki: WSOYpro oy

Sinkkonen, J; Kalland, M. 2005. Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Helsinki: WSOY

Tamminen, T. 2004 Olipa kerran lapsuus. Helsinki: WSOY

Tokola, M. & Airo, R. 2014. Odottavan äidin käsikirja. Kiintymyssuhdemallit. Viitattu 27.9.2022. <https://www.terveyskirjasto.fi/odk00026>

Tunto 2019. Tunto – Läpinäkyvä totuus työpaikoista. Viitattu 26.10.2022 <https://www.tuntopalvelu.fi/s/tunto-esittely>

Turun ensi- ja turvakoti ry 2022 Ensikoti Pinja. Viitattu 23.9.2022 <https://tuentu.fi/ensikoti-pinja>

Virtanen, P.; Stenvall, J. 2014. Älykäs julkinen organisaatio. Tallinna: Tietosanoma

