

Helmi Marquis, Rebekka Moilanen

3-5 -vuotiaiden positiivista mielenterveyttä uhkaavien tekijöiden tunnistaminen päiväkodissa

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Sairaanhoidaja (AMK)

Hoitotyön koulutusohjelma

Opinnäytetyö

24.11.2016

| | |
|--|--|
| Tekijä(t) Otsikko Sivumäärä Aika | Helmi Marquis, Rebekka Moilanen 3-5 -vuotiaiden positiivista mielenterveyttä uhkaavien tekijöiden tunnistaminen päiväkodissa 29 sivua + 8 liitettä 24.11.2016 |
| Tutkinto | Sairaanhoidtaja (AMK) |
| Koulutusohjelma | Hoitotyön koulutusohjelman |
| Suuntautumisvaihtoehto | Sairaanhoidtaja |
| Ohjaaja(t) | FT, TtM, Sh, lehtori Marja Salmela |
| <p>Tämä opinnäytetyön aiheena on lapsen positiivista mielenterveyttä uhkaavien tekijöiden tunnistaminen päiväkodissa. Opinnäytetyö on osa hanketta, jonka teemana on positiivisen mielenterveyden edistäminen lapsiperheissä, ja se on suunniteltu yhdessä Kymenlaakson AMK:n kanssa.</p> <p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää teemahaastattelun avulla, miten päiväkodissa voidaan tunnistaa positiivista mielenterveyttä uhkaavia tekijöitä ja kuinka lapsen positiivista mielenterveyttä voitaisiin tukea. Työn tutkimuskysymyksiksi valikoitui: 1) Millaisia mahdollisia positiivista mielenterveyttä uhkaavia tekijöitä päiväkodin henkilökunta tunnistaa 3-5 -vuotiaassa lapsessa? 2) Miten päiväkodin hoitohenkilökunta voi tukea 3-5 -vuotiaan lapsen positiivista mielenterveyttä?</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin haastattelemalla espoolaispäiväkodin henkilökuntaa. Haastattelu oli ryhmämuotoinen teemahaastattelu, johon osallistui viisi eri ammattikunnan työntekijää. Ryhmähaastattelulla saatiin eri ammattiryhmien edustajien mielipiteitä ja ajatuksia kyseisistä teemoista.</p> <p>Tutkimustuloksista selvisi, että erinäiset ympäristötekijät ovat mahdollisia 3-5 -vuotiaan lapsen positiivista mielenterveyttä uhkaavia tekijöitä, joita päiväkodin henkilökunta voi tunnistaa. Näitä ympäristötekijöitä ovat perheessä tapahtuneet negatiiviset muutokset, työntekijä itse, päiväkotiryhmät, lapsen sosiaaliset suhteet, lapsen vähäinen huomioiminen tai kokonaan huomiotta jättäminen sekä päiväkotiympäristö yleisesti. Lapsen poikkeava käytös antaa viitteitä positiivisen mielenterveyden mahdollisista uhista. Lapsen käyttäytymisessä on hyvä huomioida kokonaisvaltaisesti lapsen temperamentti sekä sosiaalinen käyttäytyminen.</p> <p>Tuloksissa selvisi, että lapsen positiivista mielenterveyttä voidaan tukea päiväkodissa monin eri keinoin aina lapsen yksilölliset tarpeet huomioiden. Lapsen positiivista mielenterveyttä voidaan tukea päiväkodissa onnistumiskokemusten, itsenäistymisen, leikkimisen sekä sosiaalisissa toiminnoissa tukemisen keinoin.</p> | |
| Avainsanat | positiivinen mielenterveys, lapsen tukeminen, päiväkotiympäristö, mielenterveyden uhka |

| | |
|---|--|
| Author(s) Title | Helmi Marquis, Rebekka Moilanen Identifying the threats to 3-5 year olds positive mental health in a day care |
| Number of Pages Date | 29 pages + 8 appendices 24 November 2016 |
| Degree | Bachelor of Health Care |
| Degree Programme | Nursing and Health Care |
| Specialisation option | Nursing |
| Instructor(s) | PhD, MNSc, RN, Lecturer Marja Salmela |
| <p>The topic of this thesis is to identify the risk factors in daycares that can harm a 3-5 year old child's positive mental health. The thesis is part of a "positive mental health of families with children" project, and it's cooperated with Kymenlaakso University of Applied Sciences.</p> <p>The purpose of this thesis is to find out how the risk factors of positive mental health can be recognized in daycares using a theme based interview. And how the daycare staff can help support the 3-5 year old child's mental health. We came up with two research questions: 1) In what ways can the daycare staff identify the possible risk factors that harm the 3-5 year old child's positive mental health? 2) How can the daycare staff support the 3-5 year old child's positive mental health?</p> <p>The thesis was executed by interviewing the staff from a daycare in Espoo. The interview was a group discussion and the themes of the discussions were based on the topics of the interview questions. There were five interviewees, and all of them represented different occupations and had different educational backgrounds.</p> <p>The results showed that different environmental issues effect the child's mental wellbeing the most and they can be recognized by the staff. A child's abnormal behavior can indicate to possible problems in the child's positive mental health.</p> <p>The outcome of this thesis show that the child's positive mental health can be supported in many ways as long as the child's individual needs are considered. The positive mental health can be sustained in the daycare by supporting the child's independence, playing and social actions.</p> | |
| Keywords | positive mental health, supporting children, kindergarten, threat of mental health |

Sisällys

| | | |
|------|--|----|
| 1 | Johdanto | 1 |
| 2 | Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet | 2 |
| 3 | Päivähoito Suomessa | 2 |
| 3.1 | Päivähoitolait | 2 |
| 3.2 | Varhaiskasvatuksen merkitys lapsen kehitykselle | 3 |
| 4 | Positiivinen mielenterveys käsitteenä | 5 |
| 5 | 3-5 -vuotiaan positiivinen mielenterveys | 5 |
| 5.1 | Persoonan ja minuuden kehittyminen | 6 |
| 5.2 | Lapsen sosiaalinen kehitys | 7 |
| 6 | Lapsen positiivista mielenterveyttä uhkaavat tekijät | 9 |
| 7 | 3-5 -vuotiaan psyykkisen ja sosiaalisen terveyden tukeminen päiväkodissa | 10 |
| 7.1 | Positiivisen mielenterveyden tukeminen päiväkodissa | 11 |
| 7.2 | Sosiaalisuudessa tukeminen | 11 |
| 7.3 | Huolen puheeksi ottaminen | 12 |
| 8 | Opinnäytetyön menetelmät | 13 |
| 8.1 | Aineiston keruu | 14 |
| 8.2 | Sisällönanalyysi | 15 |
| 9 | Tulokset | 16 |
| 9.1 | Positiivista mielenterveyttä uhkaavien tekijöiden tunnistaminen | 16 |
| 9.2 | Positiivisen mielenterveyden tukeminen | 18 |
| 10 | Pohdinta | 20 |
| 10.1 | Keskeiset tulokset | 21 |
| 10.2 | Tutkimuksen eteneminen | 21 |
| 10.3 | Tutkimuksen luotettavuus | 23 |
| 10.4 | Tutkimuksen eettisyys | 24 |
| | Lähteet | 27 |

Liitteet

Liite 1. Tiedonhaku

Liite 2. Informointikirje

Liite 3. Suostumuslomake

Liite 4. Teemahaastattelurunko

Liite 5. Tutkimuslupa

Liite 6. Lapsen positiivisen mielenterveyden edistäminen

Liite 7. Lapsen positiivista mielenterveyttä uhkaavat tekijät

Liite 8. Sisällönanalyysin pääluokittelu

1 Johdanto

Aiheena on lapsen positiivista mielenterveyttä uhkaavien tekijöiden tunnistaminen päiväkodissa. Tarkoituksena on selvittää, millaisia mahdollisia positiivista mielenterveyttä uhkaavia tekijöitä hoitohenkilökunta päiväkodissa tunnistaa 3-5 -vuotiaiden lasten käytöksessä ja toiminnoissa, sekä kuinka he voivat tukea lapsen positiivista mielenterveyttä. Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä yhden päiväkodin kanssa, jossa haastateltiin työntekijöitä eri ammattiryhmistä.

Tämä opinnäytetyö on osa hanketta, jonka aiheena on positiivisen mielenterveyden edistäminen lapsiperheissä, ja se on suunniteltu yhdessä Kymenlaakson AMK:n kanssa. Hankkeessa tehdään yhteistyötä erilaisten 3-5 -vuotiaiden lasten kasvuyhteisöjen kanssa, kuten päiväkodit ja perhetyö. Opinnäytetyö selvittää ja tuo esille päiväkotityöntekijöiden mielipiteitä positiivisen mielenterveyden edistämisestä, joita voidaan myöhemmin hyödyntää hankkeessa.

Tavoitteena on auttaa lapsia ja heidän perheitään saadun tiedon avulla. Lisäksi tavoitteena on kerätä tietoa, jonka pohjalta pystyttäisiin kehittämään positiivisen mielenterveyden edistämistä varhaiskasvatuksessa. Keskittymällä mielenterveyden edistämiseen varhaisessa vaiheessa, voidaan mahdollisesti ennaltaehkäistä suuria taloudellisia kuluja. Syksyllä 2014 peruskoulun oppilaista 15 % saivat tehostettua tai erityistä tukea. Vuodesta 2011 eteenpäin tämä määrä on ollut kasvussa. (Erityisopetus 2014 2015.) Olisi tärkeää, jos jo päiväkodissa tunnistettaisiin merkkejä, jotka myöhemmin johtavat tehostettuun tai erityiseen tukeen. Kunnallisessa päivähoitossa tai Kelan yksityisen hoidon tuella vuonna 2014 oli yhteensä noin 230 000 lasta. 3-5 -vuotiaista lapsista 74 % osallistuu päivähoitoon (Lasten päivähoito 2014 2015.), joten puuttuminen kyseisen ikäluokan ongelmiin on mahdollista.

2 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet

On olemassa monia lapsen mielenterveyttä uhkaavia tekijöitä, joita voidaan ennaltaehkäistä ajoissa (Tamminen - Solin - Lassander - Stengasd 2013). Esimerkiksi merkittävä osa syrjäytymisvaarassa olevista nuorista on tunnistettavissa jo päiväkodissa (Marttunen - Haravuori - Santalahti 2014). Opinnäytetyön tarkoituksena onkin selvittää, millaisia mahdollisia positiivista mielenterveyttä uhkaavia tekijöitä hoitohenkilökunta päiväkodissa tunnistaa 3-5 -vuotiaiden lasten käytöksessä ja toiminnoissa, ja kuinka 3-5 -vuotiaan lapsen positiivista mielenterveyttä voidaan tukea. Ryhmähaastattelulla saatiin eri ammattiryhmien edustajien mielipiteitä ja ajatuksia kyseisestä temasta.

Tavoitteena on vahvistaa päiväkodin henkilöstön osaamista kyseisellä osa-alueella. Ensisijaisesti tutkimuksen tavoitteena on hyödyttää lapsia ja heidän perheitään puuttamalla riskitekijöihin jo varhaisessa vaiheessa, jotta vältytään mahdollisilta ongelmilta tulevaisuudessa. Tätä myötä pystytään mahdollisesti pienentämään taloudellisia kuluja terveydenhuollossa.

Opinnäytetyön tutkimuskysymyksiä ovat:

1. Millaisia mahdollisia positiivista mielenterveyttä uhkaavia tekijöitä päiväkodin henkilökunta tunnistaa 3-5 -vuotiaassa lapsessa?
2. Miten päiväkodin hoitohenkilökunta voi tukea 3-5 -vuotiaan lapsen positiivista mielenterveyttä?

3 Päivähoito Suomessa

3.1 Päivähoitolait

Kunta on velvollinen järjestämään kaikille alle oppivelvollisuusikäisille lapsille hoitopaikan, joka on kelvallinen lapsen kehitykselle ja kasvatukselle. Hoitopaikan tulee myös olla saatavilla sinä vuorokauden aikana, jona sitä tarvitaan. (Varhaiskasvatustaki 2015/580, 1§.) Varhaiskasvatuksen tavoitteina ovat muun muassa edistää lapsen iän ja kehityksen

mukaista kokonaisvaltaista kasvua, kehitystä ja terveyttä. Tavoitteina on myös tukea lapsen leikkimistä, liikkumista sekä myönteisiä kokemuksia oppimisesta. Jotta tähän tavoitteeseen päästäisiin, tulee lapsen yksilölliset tuen tarpeet tunnistaa ja järjestää tarkoituksenmukaista tukea. (Varhaiskasvatuslaki 2015/580, 2a §.)

Lasten päivähoitoasetuksen mukaan päiväkodissa hoito- ja kasvatustehtävissä tulee olla vähintään yksi työntekijä, jolla on sosiaalihuollon kelpuuttama ammatillinen pätevyys enintään seitsemän kokopäivähoidossa olevaa kolme vuotta täyttänyttä lasta kohden. 1.8.2016 astui voimaan asetus, että lapsien lukumäärä yhtä työntekijää kohden on kahdeksan. Jos päivähoitossa on erityishoitoa vaativia lapsia, tämä on otettava huomioon työntekijöiden määrässä. Kunnan käytettävissä tulee myös olla erityislastentarhanopettajan palvelua. (Asetus lasten päivähoitosta 1992/806, 6§.) Varhaiskasvatuksen ryhmien muodostaminen sekä tilojen suunnittelun ja käytön tulee tukea varhaiskasvatuksen tavoitteiden saavuttamista. Yhdessä ryhmässä saa olla samanaikaisesti kolme työntekijää vastaava määrä lapsia. (Varhaiskasvatuslaki 2015/580, 5a §.)

3.2 Varhaiskasvatuksen merkitys lapsen kehitykselle

Opetushallituksen mukaan varhaiskasvatuksella tarkoitetaan lapsen suunnitelmallista ja tavoitteellista kasvatuksen, hoidon ja opetuksen muodostamaa kokonaisuutta, jossa painottuu pedagogiikka. Sen tavoitteena on tukea lapsen kasvua, oppimista ja kehitystä sekä edistää hyvinvointia. Varhaiskasvatus voidaan järjestää päiväkodissa, perhepäivähoidossa tai esimerkiksi kerhotoimintana. Jokaiselle lapselle laaditaan päiväkodissa ja perhepäivähoidossa henkilökohtainen varhaiskasvatussuunnitelma, joka perustuu opetushallituksen laatimaan ja päättämään valtakunnalliseen varhaiskasvatussuunnitelmaan. (Varhaiskasvatus.) Opinnäytetyössä keskitymme erityisesti päiväkodissa tapahtuvaan varhaiskasvatukseen.

Laadukkaassa päivähoitossa lapsen sosiaaliset, kielelliset ja yhteistyötaidot kehittyvät paremmin kuin laadultaan huonossa päivähoitossa. Laadukkaan päivähoidon ansiosta lapset pärjäävät sosiaalisesti ja kognitiivisesti paremmin päiväkodissa ja myöhemmin koulussa sekä erityisen tuen tarvetta pystyttään vähentämään. Tärkeimpiä edellytyksiä hyvälle päivähoitolle ovat korkea henkilökunnan koulutuksen taso, sopiva aikuinen-lapsi-suhdeluku ja sopivan pieni lapsiryhmä. (Portell - Malin 2007: 12–13.)

Lapsen kehityksen, kasvun ja oppimisen kannalta on tärkeää, että hän voi elää tarpeitaan vastaavassa ympäristössä. Varhaiskasvatussuunnitelman mukaan lapsen kasvuympäristöön kuuluu fyysinen, sosiaalinen sekä psyykinen ympäristö. Päiväkodin fyysinen ympäristö kattaa lapsen oman ryhmän, päivähoitopaikan ja lähiympäristön. Päiväkoti toimii sosiaalisena ympäristönä lapselle siten, että kaikki ympärillä olevat ihmiset vaikuttavat häneen. Hyvä sosiaalinen ympäristö kannustaa ja ohjaa lasta vuorovaikutukseen muiden kanssa, mutta myös mahdollistaa lapsen vetäytymisen omiin oloihinsa tarpeen vaatiessa. Aikuiset toimivat sosiaalisen kanssakäymisen roolimalleina viestittämällä omalla käytöksellään, millaista vuorovaikutuksen mallia he edustavat. Turvallisen vuorovaikutusprosessin merkitys hoitohenkilökunnan kanssa korostuu silloin, kun lapsen vuorovaikutukselliset taidot ovat jääneet heikoiksi varhaisvuosina. On todettu, että lapsen kokonaisvaltaisen kehityksen kannalta on edullista, jos lapsiryhmät on jaettu pienryhmiin. Pienryhmässä lasten on helpompi kommunikoida keskenään ja syventää vuorovaikutussuhdettaan aikuisen kanssa. Psyykinen ympäristö tarkoittaa sitä, miten lapsi kokee fyysisen ja sosiaalisen ympäristön ja millaisen tunteen se saa hänessä aikaan. Lapsen kokema turvallisuus ja kyky tuoda itseään esille ovat tärkeitä osia psyykkistä ympäristöä. (Vilen 2006, 212–213.)

Lapset yhdistävät turvallisuuden terveyteen siten, että lapsella on hyvä ja turvallinen paikka elää. Näitä paikkoja ovat koti, läheisten kodit sekä lapsen omat paikat, kuten majat (Okkonen 2004). Päiväkodin on oltava lapselle turvallinen paikka, jotta hänen oppiminen, kehitys tai terveys ei olisi uhattuna. Päivähoidon turvallisuudella tarkoitetaan, että toteutettu varhaiskasvatustyö toteutetaan turvallisesti. Päivähoitolain mukaan päivähoitossa on tuettava lasten koteja kasvatustehtävässä, ja yhdessä vanhempien kanssa edistää lapsen persoonallisuuden kehitystä. Päiväkodin tulee tarjota lapselle jatkuvat, turvalliset ja lämpimät ihmissuhteet, lapsen kehitystä tukevaa toimintaa ja lapselle suotuisa kasvuympäristö. Päiväkodin tulee olla lapselle, lapsen hoidolle ja kasvatukselle sopiva. Keskeinen lapsen turvallisuuteen vaikuttava tekijä on hoito- ja kasvatushenkilöstön riittävä määrä. (Vilen ym. 2006: 212.) Riittävällä henkilöstömitoituksella taataan lapsen hyvä hoito ja kyky huomioida hänen yksilölliset tarpeensa. Turvallinen päiväkotiympäristö kattaa myös hyvän turvallisuussuunnitelman. (Saarisalmi 2008: 7, 30, 55.) Lapsen turvallisuuden tunnetta lisää myös se, että päivän tapahtumat etenevät rutiinimaisesti ja toistuvat samalla tavalla päivittäin. (Vilen ym. 2006: 212.)

4 Positiivinen mielenterveys käsitteenä

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (2014) määrittelee positiivisen mielenterveyden voimavarakeskeiseksi mielenterveydeksi, jolla tarkoitetaan mielen hyvää vointia ja ihmisen kykyä selviytyä arjesta. Mielenterveys mahdollistaa muun muassa taidon ilmaista tunteita, kyvyn luoda ihmissuhteita ja tehdä töitä, sekä ajoittaisen ahdistuksen ja hallinnan menetyksen sietämisen. (Mielen hyvinvointi. 2014.) Positiivisen mielenterveyden omaavaa yksilöä voidaan usein kuvata seuraavilla ominaisuuksilla: hyvä itsetunto, kyky nauttia elämästä, nauraa ja pitää hauskaa, kyky huolehtia omista tarpeista kokonaisvaltaisesti, kyky toimia stressiä aiheuttavissa tilanteissa ja palautua niistä, kyky huolehtia muista ihmisistä (Tamminen ym. 2013: 10).

Mielenterveyden tekijät voidaan jakaa neljään kategoriaan: yksilölliset tekijät ja kokemukset, sosiaalinen vuorovaikutus, yhteisön rakenteet ja voimavarat sekä kulttuuriset arvot. Yksilöllisiä tekijöitä ja kokemuksia ovat muun muassa tunteet, identiteetti, kognitio, sosiaaliset verkostot ja sopeutumiskyky. Sosiaalinen vuorovaikutus sisältää perheen, koulun ja vapaa-ajan. Yhteisön rakenteilla ja voimavaroilla tarkoitetaan muun muassa yhteisön toimintaa, työelämää ja taloudellisia voimavaroja. Yhteisön arvot, säännöt ja erilaisuuden suvaitseminen sisältyy kulttuurisiin arvoihin. Kaikkien ryhmien tekijät voivat toimia sekä mielenterveyden riskitekijöinä, että suojaavina tekijöinä. (Tamminen ym. 2013: 9.)

Myönteiset tunteet eivät riitä takaamaan positiivista mielenterveyttä, koska ne eivät aina johda yksilön kasvuun ja kehitykseen ja ne voivat olla nopeasti ohimeneviä. Toisinaan positiivisen mielenterveyden saavuttaminen vaatii myös vaikeiden asioiden ja elämäntilanteiden läpikäymistä, sillä ne usein muovaavat ihmistä vahvemmaksi. Positiivisen mielenterveyden omaavilla on tyypillisesti kuitenkin seuraavia ominaisuuksia: hyvinvoinnin ja tyytyväisyyden tunne, kyky nauttia elämästä, selviytyä arjen stressaavista tekijöistä, hyvä itsetunto sekä kyky muuttua, kehittyä ja oppia uutta. (Tamminen 2013: 10.)

5 3-5 -vuotiaan positiivinen mielenterveys

Silloin kun halutaan tarkkailla lapsen positiivista mielenterveyttä uhkaavia tekijöitä, on tärkeää tietää lapsen normaalia kehitystä. On siis tärkeää tietää millaista käyttäytymistä

lapselta voidaan olettaa, ja mikä tästä normaalista on poikkeavaa. Mielenterveyden häiriöitä on vaikea tunnistaa myös ammattilaisten mielestä. Toisinaan on vaikea tunnistaa näitä häiriöitä lapsen normaalista psyykkisestä kehityksestä. (Mäntymaa, Tamminen 1999.) Seuraavissa kappaleissa kuvaamme sitä, millainen on 3-5 -vuotiaan psykososiaalisen kehityksen taso.

5.1 Persoonan ja minuuden kehittyminen

Kaksostutkimuksien mukaan on osoitettu, että perimä eli geenit selittävät noin puolet persoonallisuuden piirteistä. Ympäristötekijät ja etenkin yksilölliset ympäristötekijät selittävät loppuosan. Perimän vaikutus persoonallisuuteen riippuu aina ympäristöstä ja olosuhteista. Iän myötä ympäristön merkitys persoonallisuuden kehittymiselle kasvaa. Parhaimmillaan ympäristö tukee yksilön kykyjä. Pahimmillaan ympäristön ja perimän ristiriidat aiheuttavat ongelmia lapsen minuudessa, jotka voivat heijastaa etenkin sosiaalisiin suhteisiin vanhemmalla iällä. (Vierikko, 2009.)

Lapsen kehitykselle tärkeimmät ajat ovat hänen kolme ensimmäistä elinvuottaan. Kokemus omasta minuudesta alkaa lapsella noin kolmen vuoden iässä. Lapsen tehtävänä on kokea ja kuvata itsensä ”omaksi persoonaksi”. 3-vuotiaan elämässä on usein myös käynnissä tai juuri päättynyt uhmakausi, jolla on tärkeä osuus oman minuuden ja persoonan kehittymiselle. Tällöin lapsi harjoittaa oman tahdon ilmaisua ja säätelyä. (MLL)

Minäkuvan rakentumista pidetään psykososiaalisuuden kehityksen lähtökohtana. Lapsena sosiaalistuminen tapahtuu mm. samastumisen kautta. Tällöin lapsi alkaa matkia ja jäljitellä yleensä samaa sukupuolta olevaan vanhempaansa ja hänen toimintaansa. Leikkiminen on 3-4 -vuotiaan lapsen oleellinen tapa harjoittaa sosiaalisia ja emotionaalisia taitoja, sillä leikkeihin osallistuu tästä lähtien useampia henkilöitä. Leikin kautta lapsi oppii toimimaan ryhmässä, neuvottelemaan sekä ratkaisemaan riitoja. (Saarniaho 2005).

Leikkimisen kannalta oleellista ovat lasten väliset ystävyysuhteet. Ystävyysuhteet ehkäisevät yksinäisyyttä ja lisäävät itsearvostuksen tunteita. Neitolan väitöskirjan (2011) mukaan varhaislapsuudessa ystäväverkostoon kuuluu 1,3 ystävää, pojilla 1,7 ja tytöillä 0,9. Lasten ystävyysuhteet eivät ole aina pelkästään positiivisia, vaan niissä ilmenee

toisinaan lapsen kehityksen kannalta kielteisiä piirteitä. Esimerkiksi epäsosiaalisten lasten välisissä ystävyysuhteissa vahvistuvat negatiivinen käyttäytyminen, ja ystävät lujittavat kielteisiä vuorovaikutusmalleja. (Neitola 2011: 22, 24.)

5.2 Lapsen sosiaalinen kehitys

Sosiaalinen kehitys liittyy hyvin tiiviisti yhteen persoonallisuuden kehittymisen kanssa. Sosiaalisella kehityksellä tarkoitetaan vuorovaikutustaitoja sekä kykyä toimia ryhmän jäsenenä. Lapsi alkaa omaksua ryhmän ja ympäristön vaatimia arvoja sekä rooleja jo pieninä oman lähipiirin kautta. Merkittävimpiä lähipiiriin vaikuttavia, ja täten myös sosiaalisuuteen vaikuttavia tekijöitä ovat perhe, sukulaiset sekä ystävät. (Vilen ym. 2006: 156.)

Ihmisen käyttäytyminen ei aina kerro totuutta siitä, kuinka hän voi. Jo pieni lapsi osaa peitellä todellisia tunteitaan, ja täten peitellä psyykkistä tilaansa vuorovaikutustaidoilla. Esimerkiksi lapsen kiltteys voi olla hänen tapansa saada huomiota hoivaavalta aikuiselta ja peitellä itseltään pettymyksiä. Tämä kiltteys ei kuitenkaan kerro lapsen psyykkisestä hyvinvoinnista. Se mikä lapsen käyttäytymisessä koetaan hyväksyttäväksi, on kulttuurisidonnaista. Joten kasvukulttuuriin opitaan jo pieninä, ja se voi poiketa suuresti maasta ja kulttuurista riippuen. Sosiaaliseen kehitykseen vaikuttavat ennen kaikkea lapsen vanhemmat. Kiintymyssuhde sekä kotona opitut mallit vaikuttavat siihen, millaiseksi lapsen minäkuva muotoutuu, miten hän oppii sosiaalisia taitoja ja käyttäytyy muiden seurassa. Lapsen vanhemmat ovat usein lapsen ensimmäiset ihmiskontaktit, ja näin ollen lapsi ottaa paljon mallia heistä. Kotona opitut arvot ja asenteet vaikuttavat siihen, miten lapsi kohtaa muita ihmisiä. Kotona opitaan myös tekoja, jotka koetaan hyväksyttäväksi ja mitä seuraa rangaistus. (Vilen ym. 2006: 156.)

Lapsi alkaa harjoitella kotona saatuja sosiaalisia taitojaan vertaisryhmissä. Vertaisryhmiä ovat ikätoverit, kaverit ja ystävät sekä mahdollisesti sisarukset. Päiväkodin ja koulun merkitys korostuvat tässä vaiheessa, sillä silloin alkaa usein lapsen sosiaalisen verkoston muotoutuminen. Vertaisryhmissä lapsi myös oppii uusia sosiaalisia taitoja. Nykymaailmassa lapsi oppii yhä nuorempana sosiaalisia taitoja myös median kautta. Medialla on todettu olevan huomattava vaikutus siihen, kuinka lapsi poimii arvoja ja moraalinäkemystensä. (Vilen ym. 2006: 156.)

Päiväkotiryhmässä lapsi on vuorovaikutuksessa ystävien lisäksi muiden ryhmän jäsenten kanssa. Neitolan (2011) mukaan, tällaisessa vertaisryhmässä lapsi saa kokemuksia

erilaisista tunteista, harjoittelee erilaisia sosiaalisen käyttäytymisen muotoja ja sosiaalisia taitoja, rooleja ja ongelmaratkaisuvalmiuksia sekä kehittyy kielellisesti. Ryhmän muut jäsenet tukevat lapsen kokonaispersoonallisuuden kehitystä ja tuottavat lapselle välineitä oman identiteetin, minäkuvan ja itsearvostuksen muodostumiselle. Vertaisryhmä luo lapselle resursseja, joiden avulla hän kykenee sopeutumaan sosiaaliseen maailmaan. (Neitola 2011: 23–24.)

Lapsen jääminen ryhmän ulkopuolelle sekä vertaislapsista saadut kielteiset kokemukset aiheuttavat lapselle stressiä ja emotionaalisen tuen puutetta. Lisäksi tällaiset kokemukset lisäävät lapsen negatiivisia käsityksiä itsestään ja toisista. Nämä vertaissuhteisiin liittyvät ongelmat uhkaavat lapsen tervettä kehitystä ja hyvinvointia, joten ne voidaan luokitella syrjäytymisriskeiksi lapsen elämässä. Jopa päiväkotikäisillä lapsilla erilaiset syrjäytymisriskiin johtavat toverisuhteongelmat ovat yleisiä ja ne voivat kasaantua siten, että osalla lapsista voi olla useita vertaissuhteiden ongelmia samanaikaisesti. Kiusaaminen alkaa jo varhain päiväkodissa ja se voi fyysisen väkivallan lisäksi olla esimerkiksi sosiaalisten suhteiden haittaamista ja eristämistä. Tutkimusten perusteella jopa 20–23 % kokee kohtalaista tai vakavaa kiusaamista heti päiväkodin aloitettuaan. Suomalaisia pieniä lapsia koskeneissa tutkimuksissa kiusattuja oli 8-14 % ja kiusaajia 12.5–17.5 %. (Neitola 2011: 24–28.)

Jotta lapsi oppii vuorovaikuttamaan muiden kanssa, on empatian opettelu tärkeää ja välttämätöntä. Empatiolla tarkoitetaan kykyä ymmärtää toisen tunnetta ja eläytyä niihin. Lapsi on luontaisesti itsekeskeinen, ja empatia yleensä kehittyy vähitellen kouluikään mennessä. Empatiaa pidetään taitona, jota lapsi alkaa oppia vuorovaikutuksessa kasvattajiin. Kun lapsi on saanut kokemuksia siitä, että hänen sanomisiinsa ja tarpeisiinsa on vastattu, alkaa hänkin huomata toisen ihmisen tarpeita ja vastaamaan niihin. (Vilen ym. 2006: 156.)

Lapsi tarvitsee leikkiä kehittääkseen omaa emotionaalisuuttaan, sosiaalisuuttaan ja kognitiotaan. Esimerkiksi luova ajattelu, syy-seuraussuhteiden ymmärtäminen, ongelmaratkaisutaito ja tunteiden säätely kehittyvät lapsen leikkiessä. Samalla myös lapsen luottamus itseensä ja omiin kykyihinsä parantuu. (Leikin merkitys lapselle.) Leikiksi ajatellaan kaikki toiminta, joka tuottaa mielihyvää ja siinä käytetään mielikuvitusta ja luovuutta. Lapset käyttävät leikkiä keinona käsitellä tunteita ja ajatuksia. Leikin avulla on mahdollisuus löytää myös uusia ratkaisuja ja näkökulmia asioihin. Tällaisessa leikissä usein tar-

vitaan aikuisen tukea. Aikuinen tuo turvan leikkiin, ja antaa mahdollisuuden lapselle ilmaista tunteitaan ja sanoittaa niitä. Yli kolme vuotiaiden lasten leikin tukemisen tarkoituksena on kuitenkin pääosin tukea lapsen omaa mielikuvitusta ja spontaania leikkiä sitä liikaa ohjailematta. (Vilen ym. 2006: 473–475, 477.)

6 Lapsen positiivista mielenterveyttä uhkaavat tekijät

Lapsen psyykkisten häiriöiden tunnistaminen tulisi lähteä kotoa, ja vasta tämän jälkeen lapsen muista sosiaalisista ympäristöistä. Monet tutkimukset kuitenkin osoittavat, että esimerkiksi päivähoiton ja koulun opettajat tunnistavat näitä mielenterveyttä uhkaavia tekijöitä lapsen vanhempia herkemmin. (Borg 2015: 21–22.) Esimerkiksi merkittävä osa syrjäytymisvaarassa olevista nuorista on tunnistettavissa jo päiväkodissa. Oireina on usein sosiaaliseen vuorovaikutukseen ja oppimiseen liittyvät vaikeudet, levottomuus tai syrjään vetäytyminen. (Marttunen - Haravuori - Santalahti 2014.)

Mielenterveyteen liittyviä tekijöitä voidaan karkeasti jakaa neljään osioon: yksilölliset tekijät, sosiaalinen vuorovaikutus, yhteisön rakenteet ja voimavarat sekä kulttuuriset arvot. Ne voidaan jakaa myös sisäisiin ja ulkoiisiin tekijöihin, jolloin yksilölliset tekijät ovat sisäisiä ja sosiaalinen vuorovaikutus, yhteisön rakenteet ja voimavarat sekä kulttuuriset arvot liittyvät ulkoiisiin tekijöihin. Nämä voivat vaikuttaa mielenterveyteen edistävästi tai heikentävästi. Yksilölliset tekijät kattavat esimerkiksi tunteet, kognition, toiminnan, itsetunnon, sopeutumis- ja selviytymistaidot. Sosiaalinen vuorovaikutus sisältää perheen, koulun, työn, yhteisön ympäristön sekä henkilökohtaisen tilan. Yhteisön rakenteet ja voimavarat puolestaan sisältävät muun muassa yhteisön toiminnan, organisaation, asuntotilanteen ja taloudellisen voimavaran. Kulttuurisia arvoja ovat vallalla olevat yhteisön arvot, säännöt, mielenterveyden ja sairauden kriteerit sekä erilaisuuden suvaitsemisen. (Tamminen ym. 2013: 9.) Riskitekijöiden kasaantuminen kasvattaa psyykkisen sairastumisen syntymisen mahdollisuutta huomattavasti: sairastumisen riski nelinkertaistuu jos riskitekijöitä on samanaikaisesti kaksi tai kolme (Kypärä - Mäki 2000: 4).

Yksilölliset tekijät, jotka voivat vaikuttaa lapsen positiiviseen mielenterveyteen heikentävästi, ovat lapsen huono itsetunto, vaikea temperamentti (Suutarla 2001: 17), heikot selviytymistaidot sekä itsepystyvyyden tunteet. Yksilöstä ja hänen voimavaroistaan riippuen sairaus tai kehityksellinen viivästyminen voivat myös heikentää mielenterveyttä. Myös

turvaton ja puutteellinen vuorovaikutus- ja kiintymyssuhde voivat olla mielenterveyden riskitekijöitä. Monet näistä johtuvat ympäristön vaikutuksesta. Seuraavassa kappaleessa kuvaillaan riskitekijöitä, jotka vaikuttavat edellä mainittuihin yksilöllisiin riskitekijöihin. (Tamminen ym. 2013: 10.)

Yhteisön tekijät, jotka vaikuttavat negatiivisesti lapsen mielenterveyteen, ovat hyväksikäyttö- tai väkivaltakokemukset. Vanhempien erot tai muut menetykset, vanhemman rikollisuus tai ongelmallinen alkoholin käyttö (Kypärä - Mäki 2000: 4), sosiaalinen eristäytyminen ja itsestään riippumaton syrjiminen, esimerkiksi kiusaamisen muodossa, ovat myös oleellisia riskitekijöitä mielenterveyden horjumiselle. Yhteisön rakenteen ja elinympäristön negatiivisia haittatekijöitä mielenterveydelle ovat väkivaltaisuus tai rikollisuus, köyhyys, kodittomuus, taloudellinen turvattomuus, epäonnistumiset oppimistilanteissa ja tukipalvelujen puute. (Tamminen ym. 2013: 10.) Tukipalveluista esimerkiksi neuvola on merkittävä, sillä neuvolatarkastuksiin osallistumattomuus alle neljä vuotiaana, erityisesti useampana vuotena peräkkäin, on noussut merkittäväksi riskitekijäksi (Suutarla 2001: 17).

7 3-5 -vuotiaan psyykkisen ja sosiaalisen terveyden tukeminen päiväkodissa

Terveyden edistäminen on ihmisen mahdollisuuksien parantamista, eikä sen tarkoituksena ole suoraan muuttaa ihmisen käyttäytymistä. Pääasiassa on ihmisen terveys, hyvinvointi ja kyky vaikuttavat ympäristöön. Terveyden edistämisen tavoitteena on myös parantaa yksilön ja yhteiskunnan terveyden edellytyksiä. Ihmisen terveyteen liittyy fyysinen, sosiaalinen sekä psyykkinen terveys. (Vertio 2003: 13, 29.) Lapset kokevat terveyden hyvänä olona sekä mahdollistajana. Terveys mahdollistaa mieluisten asioiden tekemisen, esimerkiksi kavereiden kanssa leikkimisen (Okkonen 2004: 62.) Seuraavissa kappaleissa keskitymme lapsen psyykkiseen ja sosiaalisen terveyden tukemiseen ja edistämiseen päiväkodissa.

7.1 Positiivisen mielenterveyden tukeminen päiväkodissa

Positiivinen mielenterveys koostuu lapsen tunteista, kognitiivisista taidoista sekä sosiaalisista toiminnoista, joiden avulla lapsi voi toteuttaa omia kykyjään ja toimia yhteisön jäsenenä. Sen vuoksi 3-5 -vuotiaan lapsen positiivista mielenterveyttä tukeessa on tärkeää huomioida nämä kaikki asiat. Oleellista positiivisen mielenterveyden tukemisessa on parantaa elämänlaatua ja pyrkiä muuttamaan sellaisia tekijöitä, joihin on mahdollisuus puuttua ja vaikuttaa myönteisillä keinoilla. (Tamminen ym. 2013: 11.) Tavoitteiksi nousee lapsen minäkuvan, itsetunnon, itseluottamuksen ja itsekunnioituksen tukeminen. Myös henkilökohtaisten taitojen kehittymistä vahvistetaan. (Suutarla 2001: 58.) Päiväkoti-ikäisten lasten tunne-, vuorovaikutus- ja mielenterveysosaamisen tukemiseksi on kehitetty esimerkiksi oppaita, jotka sisältävät erilaisia taitoja kehittäviä tuokioita sekä ohjeita ohjaajille. Tunne- ja vuorovaikutustaitoja kehitetään erityisesti leikkien, draaman ja kuvien kautta. Oppaissa korostetaan myös tuokioiden ulkopuolisen harjoittelun merkitystä, ja kannustetaan ohjaajia opettamaan näitä taitoja myös esimerkiksi ulkoillessa tai ruokaillessa. (Anttila - Huurre - Malin - Santalahti 2016: 19.) Toiminnallisilla tuokioilla pyritään auttamaan lasta tunnistamaan ja kehittämään omia kykyjään. Lisäksi annetaan lapselle tilaa toteuttaa luovuutta ja mielikuvitusta. (Suutarla 2001: 58.)

7.2 Sosiaalisuudessa tukeminen

Sosiaalisuus on merkittävä osa ihmisen hyvinvointia, ja se kestää vauvaiästä vanhuuteen saakka. Päiväkodit toimivat lapselle tärkeänä kasvuympäristönä, missä he voivat harjoittaa sosiaalista kanssakäymistä. (Vilen 2006: 169.) Sosiaalisuuden tukemisella tarkoitetaan erilaisten sosiaalisten taitojen oppimista, kuten ryhmätyötaidot, leikkitaidot, toisten huomioiminen sekä muiden kunnioittaminen. Myös moraalikehityksen tukeminen sekä perusturvallisuuden ja luottamuksen kehittyminen voidaan sisällyttää sosiaalisuuden tukemisen tavoitteisiin. (Suutarla 2001: 58.)

Kaikki lapsen tukeminen lähtee siitä, että lasta kunnioitetaan. Lapsen aktiivinen kuunteleminen ja haastatteleminen antavat viitteitä siitä, jos jotain on huonosti. Jokainen lapsi tarvitsee hetkiä, jolloin hän on aikuisen huomion keskipisteenä ja aikuinen aidosti kuuntelee tätä ja on kiinnostunut. Lapselle on usein tärkeää kertoa ja jakaa kuulumisia ja asioita, joita hän on tehnyt. Lapsen tilan arvioimiseksi ja tukemiseksi onkin tärkeää, että kuunnellaan lapsen vanhempien lisäksi myös lasta itseään. Keskustelujen avulla aikuis-

nen saa käsityksen lapsen sanallisen kehityksen tasosta sekä siitä, kuinka lapsi hahmottaa asioita. On tärkeää myös havainnoida tunteita ja ajatuksia lapsen sanojen, eleiden ja ilmeiden takaa. Jotta lapsi osaisi kertoa mahdollisimman avoimesti ja rehellisesti mieltä painavista asioista, olisi ihanteellista, että päiväkodin työntekijän ja lapsen välille muodostuisi lämmin ja positiivisesti virittäytynyt suhde. Lapsi saattaa jättää kertomatta asioista, jos hän kokee, että tilanteessa ei ole turvallista olla. Aikuisella ei myöskään pidä olla ennako-oletuksia siitä, mitä lapsi aikoo kertoa, sillä lapsi saattaa aistia sen, mitä hänen tulisi sanoa. (Vilen ym. 2006: 169.)

Lapsen tukeminen vuorovaikutuksella pyrkii lisäämään hänen voimavarojaan. Lapsen minäkuva, käyttäytyminen ja itsetunto kehittyvät vuorovaikutuksessa toisen ihmisen kanssa. Ohjatut ja tavoitteelliset ryhmät ovat esimerkki lapsen kielellistä kehitystä, tunne-elämän kehitystä sekä sosiaalisten taitojen vahvistumista tukevasta toiminnasta. Sosiaaliset taidot pääsevät kehittymään esimerkiksi päiväkodin yhteisissä musiikkituokioissa, jolloin lapsi oppii odottamaan vuoroaan ja kuuntelemaan muiden esityksiä. Pääpaino ryhmätuokioissa tulisi kuitenkin olla pienryhmissä, jolloin päästään huomioimaan lapsia yksilöllisesti. Toiminnallisia keinoja tukea lasta ovat esimerkiksi leikkiminen, piirtäminen, kävely ja asioiden tutkiminen. (Vilen ym. 2006: 462–464.)

7.3 Huolen puheeksi ottaminen

Kun lapsesta välittyy jokin huoli, on hyvä ottaa tämä asia esille työyhteisössä sekä lapsen vanhempien kanssa. Huolen puheeksi ottaminen on keino keskustella askarruttavista asioista samalla tukea tarjoten. Huoli pitää ottaa kunnioittavasti esille jo varhain loukkamatta ketään, jotta mahdollisiin tukitoimiin päästäisiin käsiksi nopeasti. Huolen puheeksi ottamisen tarkoituksena on lapsen edun ajaminen sekä hänen sopivan kehityksen ja oppimisen takaaminen. (Eriksson - Arnkil 2012: 12.) Esimerkiksi jos päiväkodin työntekijällä syntyy ajatus siitä, että lapsella olisi oppimisenvaikeus, hänen on hyvä ottaa asia puheeksi työryhmän lisäksi myös lapsen vanhempien kanssa. Tähän voidaan hakea apua erityislastentarhanopettajalta, joka osaa neuvoa siinä, millainen ympäristö olisi lapselle kaikkein parhain. Tällä menetelmällä saadaan aikaan joskus yllättyneitä reaktioita, mutta usein se myös tarjoaa helpotusta ja avoimuutta vanhempien ja työntekijän välille. (Eriksson - Arnkil 2012: 12).

Huolen puheeksi ottamisen kannalta on hyvä pohtia omaa huolta ja mieltä, missä tarvitsee huoltajan apua lapsen tukemisessa. Myös lapsen omat voimavarat ja työskentelyn

toimivat aspektit on hyvä muistaa. Huolen puheeksi ottamista vanhempien kanssa on hyvä suunnitella ja pohtia kollegojen kanssa, myös mahdollista seurausta puheeksi ottamisesta kannattaa miettiä. Huoltaja saa paremman ymmärryksen siitä, mistä ollaan huolissaan, jos työntekijä kertoo konkreettisia tilanteita tai havaintojaan. (Eriksson - Arnkil 2012: 18, 23.) Edelliseen esimerkkiin voisi lisätä esimerkiksi sen, että lapsella on oppimisenvaikeus kielen ääntämisessä.

Huolen vyöhykkeistöä voidaan hyödyntää silloin, kun pohtii työntekijänä omia toimintamahdollisuuksiaan ja kokee, etteivät omat voimavarat lapsen auttamiseksi ole riittävät. Vyöhykkeiden asteita on neljä: ei huolta, pieni huoli, tuntuva huoli ja suuri huoli. Vyöhykkeistön tarkoitus on auttaa työntekijää hahmottamaan lasta koskevan huolensa astetta, omia auttamismahdollisuuksia sekä lisätuen tarvetta. On olemassa myös erinäisiä puheeksi oton lomakkeita, joita voidaan myös hyödyntää puheeksi oton tilanteissa. (Eriksson - Arnkil 2012: 25.)

8 Opinnäytetyön menetelmät

Opinnäytetyö on kvalitatiivinen, eli laadullinen tutkimus. Laadullista tutkimusta käytetään erityisesti silloin, kun etsitään tutkimuskohteesta uutta tietoa uudesta näkökulmasta, kerätään tietoa ihmisten kokemuksista, käyttäytymisestä, ajatuksista ja käsityksistä sekä tuotetaan tilannesidonnaista teoriaa. Laadullisessa tutkimuksessa pyritään lähestymään tutkittavaa ilmiötä avoimesti, ilman ohjaavaa teoreettista viitekehystä. Tästä johtuen ennakkokäsitys tutkimuksessa ei ole pysyvä, vaan se muotoutuu ja muuttuu tutkimuksen edetessä. Tutkimuksessa tutkija tunnistaa laadullisia puolia ilmiöstä, tarkoituksena tulkita sitä mahdollisimman monipuolisesti. (Krause - Kiikkala 1997: 54, 63, 78.) Laadullisen tutkimuksen aineisto kerätään yleisimmin haastatteluna, kyselynä tai havainnointina. Niitä voidaan käyttää joko yksin tai eri tavoin yhdistettynä tutkittavan ongelman ja tutkimusresurssien mukaan. (Tuomi - Sarajärvi 2013: 71.)

8.1 Aineiston keruu

Tässä opinnäytetyössä kerättiin tietoa ryhmähaastattelulla, jossa oli mukana viisi henkilöä samanaikaisesti. Laadullisessa tutkimuksessa haastateltavien määrä voi olla merkittävästi vähäisempi määrälliseen tutkimukseen verrattuna. Suuren haastattelujoukon sijasta pyritään valitsemaan henkilöitä, joilta oletetaan löytyvän vastauksia haastattelun teemoihin. (Tuomi, Sarajärvi 2013: 85–86.) Ryhmähaastattelu on joustava ja yleensä runsaasti informaatiota antava tiedonkeruumenetelmä, joka tarjoaa tutkijalle mahdollisuuden muokata otoskokoaan ilman suurta aika- tai rahakustannuksien muuttamista. Se sopii erityisen hyvin, kun ollaan kiinnostuneita haastateltavien mielipiteistä. Pienessä ryhmässä ihmiset voivat spontaanisti keskustella tai kohdennettujen kysymysten avulla ilmaista omia tunteitaan ja kokemuksiaan kyseisestä aiheesta. Ryhmässä henkilöt voivat tuntea olonsa myös mukavammaksi ja turvallisemmaksi kuin yksilöhaastattelussa. Samalla haastateltavat pystyvät hyödyntämään toisten sanomisia ja jatkamaan siitä, mihin toinen jäi. (Pötsönen - Välimaa 1998: 3-4.) Suurin etu haastattelussa on se, että haastattelijat ovat suorassa kielellisessä vuorovaikutuksessa tutkittavien kanssa ja tällöin tulee myös esiin vastausten taustalla olevia motiiveja. Haastattelussa tutkijan on vaikea tietää etukäteen tutkimuskysymysten vastauksia, ja haastattelun etuna on se, että näitä vastauksia voidaan syventää ja selventää. (Hirsjärvi - Hurme 2000: 34 - 35.)

Ryhmähaastattelu toteutettiin teemahaastatteluna Espoolaisen päiväkodin neuvotteluhuoneessa 28.9.2016. Haastattelu kesti yhteensä noin 50 minuuttia. Teemahaastattelussa kysymykset olivat kaikille samat, mutta haastateltavat vastasivat niihin omin sanoin. Haastattelua ohjasi etukäteen valitut keskeiset teemat ja niihin liittyvät rakentavat kysymykset (Liite 4.). Teemahaastattelussa kaikki haastateltavat eivät ole välttämättä kohdanneet samanlaisia asioita, vaan riittää, että he tuovat omia ajatuksiaan ja uskomuksiaan esille suunnitellusta aiheesta (Hirsjärvi - Hurme 2000: 47 - 48; Tuomi - Sarajärvi 2013: 75). Valitsimme haastateltavat vapaaehtoisuuden mukaan aiemmin toimitetun informointikirjeen (Liite 2.) perusteella. Valitsimme osallistujat siten, että saimme mahdollisimman monipuolisen haastateltavien joukon. Haastatteluun osallistui eri ammattiryhmien edustajia päiväkodin johtajan suositusten mukaan; erityislastentarhanopettaja, lastentarhanopettaja, sosionomi, lastenhoitaja sekä avustaja. Osallistujilla oli työkokemusta 6-25 vuotta. Haastattelu tallennettiin sanelukoneelle myöhempää analyysiä varten.

8.2 Sisällönanalyysi

Aineisto analysoitiin induktiivisella eli aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä. Induktiivisessä sisällönanalyysissä luokitellaan tekstin sanoja ja ilmaisuja niiden teoreettisen merkityksen perusteella. (Kylmä - Juvakka 2007: 113.) Ensimmäinen tehtävä analysoidessa haastattelun materiaalia on litteroida puhe tekstiksi. Seuraava oleellinen asia sisällönanalyysissä on tehdä päätös siitä, mitä todella halutaan selvittää saadun tutkimusaineiston avulla. Kun tutkimuskysymys on selkeä, voidaan alkaa rajaamaan tietoa, joka liittyy tutkimuskysymykseen. Tämän jälkeen teksti tulee luokitella samaan aihepiiriin kuuluvien kanssa. Näin muodostuu aineistosta tiettyjä teemaa kuvaavia näkemyksiä. Viimeisimpänä näistä kaikista kootaan yhteenveto. (Tuomi - Sarajärvi 2013: 92–93.)

Äänitetty haastattelu litteroitiin huolellisesti tekstiksi. Litteroinnin jälkeen aloitettiin kolmi-vaiheinen sisällönanalyysiprosessi. Litteroidusta aineistosta etsimme lauseita, jotka olivat tutkimuskysymysten kannalta oleellisia. Nämä lauseet redusointiin, eli pelkistettiin. Pelkistämässä tärkeää on se, että aineistosta karsitaan kaikki epäoleelliset asiat pois. Pelkistäminen on informaation tiivistämistä ja saadun tiedon pilkkomista osiin. (Tuomi - Sarajärvi 2009: 109.) Pelkistystä tuli yhteensä 161.

Aineiston klusterointi vaiheessa, eli ryhmittelyssä aineistosta etsitään samankaltaisuuksia kuvaavia käsitteitä, jolloin samaa asiaa tarkoittavat asiat yhdistetään samaan ryhmään. Luokittelun avulla aineisto tiivistyy, kun yksittäiset ilmaukset/pelkistykset luokiteltiin samaan kategoriaan. Aineisto on tämän jälkeen myös helpommin analysoitavissa, eli tulokset on helpommin saatavissa. (Tuomi - Sarajärvi 2009: 110.) Tässä opinnäytetyössä jaoimme pelkistetyt ilmaukset 48:n alaluokkaan. Alaluokista muodostui 13 yläluokkaa. Jokaisen yläluokan alle tuli 3-6 alaluokkaa. Yläluokat jaettiin vielä kahteen pääluokkaan, jotka nimettiin seuraavasti: lapsen positiivista mielenterveyttä uhkaavat tekijät ja lapsen positiivisen mielenterveyden edistäminen.

Aineiston ryhmittelyä seuraa abstrahointi, eli teoreettisten käsitteiden luominen erottamalla tutkimuksen kannalta olennainen tieto ja yhdistämällä näitä käsitteitä. Abstrahointia jatketaan, kunnes se ei ole enää sisällön näkökulmasta mahdollista. Abstrahoinnilla tutkija muodostaa yleiskäsitteiden avulla kuvauksen tutkimuskohteesta. Abstrahoinnissa empiirinen aineisto liitetään aiempien tutkimusten käsitteisiin. Tulos osiossa esitetään luokittelujen pohjalta muodostetut kategoriat ja niiden sisältö. (Tuomi - Sarajärvi 2009: 111–113.)

Taulukko 1. Esimerkki sisällönanalyysistä

| Alkuperäinen ilmaus | Pelkistys | Alaluokka | Yläluokka | Pääluokka |
|---|--|----------------------------|--|---|
| Ja siitä, kun lasta kehuu ja kannustaa siinä, niin se antaa lapselle positiivista kuvaa itsestään | Lapsen kehuminen Lapsen kannustaminen | Lapsen minäkuvan tukeminen | Positiivisen mielenterveyden tukeminen | Lapsen positiivisen mielenterveyden edistäminen |
| Keskustellaan tiimikavereiden kanssa ja haetaan siitä sitä tukea | Huolen jakaminen työryhmässä | Huolen jakaminen tiimissä | Tiimityöskentely lapsen hyväksi | |

9 Tulokset

Aineiston analyysin tarkoituksena oli löytää vastauksia kahteen tutkimuskysymykseen. Ensimmäinen kysymys pyrki vastaamaan siihen, millaisia mahdollisia positiivista mielenterveyttä uhkaavia tekijöitä päiväkodin henkilökunta tunnistaa 3-5 -vuotiaissa. Sisällönanalyysin tuloksena muodostui kuusi yläluokkaa. Toinen tutkimuskysymys puolestaan pyrki vastaamaan siihen, millä keinoin päiväkodin työntekijät voivat tukea 3-5 -vuotiaiden lasten positiivista mielenterveyttä. Analyysin tuloksena muodostui seitsemän yläluokkaa. Tutkimuskysymysten tuloksia selvennetään seuraavissa kappaleissa sekä analyysitaulukoissa (Liitteet 6-8.).

Tutkimuskysymyksien lisäksi selvitettiin, kuinka päiväkodin työntekijät määrittelevät 3-5 -vuotiaan lapsen positiivisen mielenterveyden. Haastattelussa saatujen vastausten mukaan päiväkodin työntekijät kuvailivat lapsen positiivista mielenterveyttä esimerkiksi seuraavasti: lapsi voi olla oma itsensä, hän on itsevarma, hänellä on realistinen omakuva, ja hän voi kokea olonsa turvalliseksi.

9.1 Positiivista mielenterveyttä uhkaavien tekijöiden tunnistaminen

Lapsen positiivista mielenterveyttä uhkaavia tekijöitä pohtiessa päiväkodin työntekijät nostivat esiin erilaisten ympäristötekijöiden vaikutukset lapseen. Näitä vaikuttavia tekijöitä ovat perheessä tapahtuneet negatiiviset muutokset, työntekijä itse, päiväkotiryhmät,

lapsen sosiaaliset suhteet, lapsen vähäinen huomioiminen tai kokonaan huomiotta jättäminen sekä päiväkotiympäristö yleisesti. Haastattelussa voimakkaimmin esille nousivat päiväkodista lähtöisin olevat positiivista mielenterveyttä uhkaavat tekijät. Haastatteluun vastanneiden mukaan suuret ryhmäkoot ovat haaste. Ne aiheuttavat stressiä lapselle ja luovat haasteelliset työolosuhteet lapsen yksilölliseen huomioimiseen. Kun työntekijöitä on liian vähän lapsimäärään nähden, jää itsenäiset ja hiljaiset lapset liian vähäiselle huomiolle. Äänekkäämmät lapset vievät huomion suurissa ryhmissä, jolloin pieniä aloitteita on vaikea huomata. Tästä johtuen osa lapsista voi helposti kokea, ettei aikuinen kuuntele tai huomioi heitä tarpeeksi. Hiljaisemmat lapset rajautuvat helpommin ryhmän ulkopuolelle, mikä vaikuttaa lapsen positiiviseen mielenterveyteen ja minäkuvaan. Haastavat lapset kuormittavat työntekijöitä enemmän, mikä vaikuttaa heidän jaksamiseen. Tarpeeksi pienillä ryhmillä edistettäisiin työntekijöiden työjaksamista ja sitä kautta lasten hyvinvointia.

Lapsen positiiviseen mielenterveyteen uhkaavasti vaikuttavat perheen sisäiset muutokset ovat vanhempien avioero, vanhempien uupuminen, työttömyys, läheisen kuolema sekä lapsen taustassa olevat muut haasteet. Sosiaalisten taitojen harjoittelu alkaa kotona ja jatkuu päiväkodissa. Lapsi harjoittelee neuvottelutaitoja muiden lasten kanssa ja saa sitä kautta onnistumisen kokemuksia. Osalla lapsista voi olla haasteita kiintymyssuhteissa ja puutteita sosiaalisissa suhteissa. Näistä johtuen voi aiheutua esimerkiksi suuria temperamenttien yhteentörmäyksiä. Myös kiusaaminen ja järjestelmällinen ulkopuolelle jääminen vaikuttavat lapsen minäkuvaan. Tunnesäätelyn ongelmat voivat aiheuttaa pienten pulmien kasvamista ylitsepääsemättömiksi ongelmiksi, jotka lopulta räjähtävät lapsella käsiin.

Haastateltavien keskustellessa lapsen positiivista mielenterveyttä uhkaavista tekijöistä ja niiden tunnistamisesta, nousi vahvasti esille lapsen huolta herättävä käytös ja huolestuttavat ominaisuudet. Suurta huolta herättää lapsi, joka hakee huomiota poikkeavalla äänekkyydellä, joka jatkuvasti manipuloi toisia lapsia tai pyrkii hallitsemaan ja määräämään muita. Toisaalta myös yksinäinen, masennusaltis tai täysin alistuva ja vietävissä oleva lapsi herättää huolen työntekijöissä. Haastattelussa ilmeni vuorovaikutustilanteiden olevan hyvä hetki arvioida lasta. Jatkuva katsekontaktin puuttuminen, puutteelliset taidot jakamisessa ja kompromissien tekemisessä sekä tunnesäätelyn hankaluudet ovat esimerkkejä huolestuttavista piirteistä lapsessa. Näitä ovat myös lapsen tunteettomuus, ilmeettömyys, katumisen ja empatian puute sekä jatkuva syrjäytyminen. Jokapäiväiset arjen tilanteet, kuten ruokaileminen ja nukkuminen ovat myös tilanteita, jolloin on helppo

tunnistaa lapsella olevan jokin huoli. Esimerkiksi poikkeava kastelu, ruokahaluttomuus, jatkuva väsymys sekä jatkuva pahantuulisuus ovat merkkejä lapsen huolesta.

Taulukko 2. Lapsen positiivista mielenterveyttä uhkaavat tekijät

| Alaluokka | Yläluokka | Päälouokka |
|--|---|--|
| Huomion haku poikkeavalla äänekkyydellä | Lapsen huolta herättävä käytös | Lapsen positiivista mielenterveyttä uhkaavat tekijät |
| Lapsen poikkeava keino hakea huomiota | | |
| Lapsen huolen ilmeneminen poikkeavana käytöksenä | | |
| Lapsen huolen ilmeneminen kasteluna | | |
| Muita hallitseva lapsi herättää huomion | | |
| Tunnesäätelyn ongelmat | Lapsen haasteet sosiaalisissa taidoissa herättää huolta | |
| Puutteet lapsen vuorovaikutuksessa | | |
| Lapsen puutteet yhteistyötaidoissa | | |
| Haasteet sosiaalisissa taidoissa | Lapsen huolta herättävät piirteet | |
| Syrjäytyvä lapsi herättää huolta | | |
| Vietävissä oleva lapsi herättää huolta | | |
| Lapsen tunteettomuus aiheuttaa huolta | Lapsen huomioimattomuus | |
| Lapsen jääminen ulkopuolelle | | |
| Vaikeus huomioda lasta yksilöllisesti | | |
| Lapsi ei tule kuulluksi | | |
| Kiusaamisen vaikutus | | |
| Vanhempien stressi | Perheen vaikutus lapsen positiiviseen mielenterveyteen | |
| Perherakenteen muutokset | | |
| Työntekijän oma vointi | Päiväkodin vaikutus lapsen positiiviseen mielenterveyteen | |
| Haasteet päiväkodin organisoimisessa | | |
| Suurten ryhmäkokojen vaikutus | | |
| Pienet ryhmäkoot eduksi | | |
| Haasteet työolosuhteissa ison ryhmän kanssa | | |

9.2 Positiivisen mielenterveyden tukeminen

Haastattelussa nousi vahvasti esille lapsen onnistumisten kokemusten vaikutus positiiviseen mielenterveyteen. Onnistumiskokemukset ovat tärkeä osa minäkäsityksen ja omakuvan muodostumisen kannalta, ja niitä on hyvä saavuttaa sekä leikkiryhmissä, että itsenäisesti toimiessa. Lapsella on tarvetta jakaa onnistumisen kokemuksia päiväkodin työntekijöiden kanssa, ja aikuisella on vastuu luoda näitä onnistumisen kokemuksia ja tukea lasta niissä. Onnistumisen kannalta oleellista on lapsen itsenäistyminen. Lapsen itsenäistymistä tuetaan esimerkiksi kannustamalla itsenäiseen yrittämiseen, eikä tehdä asioita hänen puolestaan, tärkeää on myös huomioda itsenäisesti toimivia lapsia ja kehua heitä. Onnistumiskokemusten lisäksi päiväkodin työntekijöiden tärkeänä tehtävänä on huomioda lasta positiivisella tavalla, ja tämä edesauttaa positiivista mielenterveyttä.

Jokaisella ihmisellä on tarve tulla kuulluksi ja nähdyksi. Päiväkotiympäristö on toisinaan haasteellinen jokaisen lapsen tasapuolisen huomion saavuttamiseksi. Lapsen positiiviseen huomioimiseen sisältyy muun muassa: lapsen kunnioittaminen, auttaminen, kehuminen, kannustaminen sekä rohkaiseminen. Lisäksi tärkeää on huomata myös mahdollinen lapsen ulkopuolelle jääminen tai kiusaamistapaukset ja osata puuttua niihin hyvissä ajoin. Positiivisen mielenterveyden edistämisen kannalta on tärkeää huomioida lapsen yksilöllisyys ja lapsen huolta herättävä käytös. Jokainen lapsi on oma itsensä, omine kykyineen ja temperamentteineen. Jokaisen lapsen kohdalla on huomioitava hänen oma kehitystasonsa sekä erot sosiaalisuudessa. On tärkeää, että lapsi osataan sovittaa hänelle sopivaan leikkiryhmään. Sopiva sosiaalinen ympäristö tukee lapsen kokonaisvaltaista kehitystä. Lapsen kehitystason tuntiessa lapsen oikeanlainen tukeminen on mahdollista. Lasta tuetaan esimerkiksi sosiaalisissa taidoissa, leikkitaidoissa sekä tunteiden hallinnassa. Haastateltavat kertoivat, että lapsella saattaa kestää pitkään päästäkseen ulos kuorestaan, ja tämä on huomioitava myös lasta tukiessa.

Yhtenä sisällönanalyysin yläluokkana ovat keinot, joilla päiväkodin työntekijät voivat puuttua huoleen. Työntekijän hyvät toimintatavat huolen puuttumisen suhteen ovat muun muassa seuraavat: vältetään lapsen turhaa torumista, huomataan lapsen poikkeava käytös ja puututaan varhain heränneeseen huoleen. Ongelmien havainnoimista helpottavina tekijöinä pidettiin asioiden oikeanlaista yhdistämistä, päivän aikatauluttamista sekä toimimista lähikehityksen vyöhykkeellä. Haastattelussa ilmeni, että työntekijät hyödyntävät muun muassa laaja-alaista arviointilomaketta, neuvolan kyselylomaketta ja yhteistyötä neuvolan kanssa, jos huolta jostain lapsesta syntyy. Haastateltavat kuitenkin kertoivat, että eri arviointimenetelmien käyttö on haasteellista sillä havainnointi- ja kyselylomakkeet eivät aina toimi käytännön työssä ja niiden soveltaminen lasten erilaisuuksista johtuen on ongelmallista.

Tiimityöskentelyn tärkeys korostui puuttuessa huoleen lapsesta. Tiimityöskentelyn hyvä puoli on siinä, että huolta voidaan jakaa kollegojen ja tarvittaessa johtajan kanssa saaden useamman ihmisen näkemys lapsen tilanteesta. Tiimityöskentely voi parhaimmillaan tukea lapsen lisäksi myös työntekijää lisäämällä hänen ammattitaitoaan. Edellä mainittujen asioiden lisäksi työntekijöiden keino puuttua huoleen on lapsen perheen tukeminen huolen herätessä. Oleellista on ottaa huoli puheeksi vanhempien kanssa, ja pitää yllä säännöllistä keskustelua esimerkiksi varhaiskasvatuskeskustelujen kautta. Keskustelujen avulla saadaan tietoa mahdollisista lapseen ja hänen käytökseensä vaikuttavista perheen muutoksista. Tarvittaessa on osattava ohjata perhe perheneuvolaan.

Taulukko 3. Lapsen positiivisen mielenterveyden edistäminen

| Alaluokka | Yläluokka | Päälouokka |
|---|---|---|
| Lapsen kannustaminen | Positiivisen mielenterveyden tukeminen | Lapsen positiivisen mielenterveyden edistäminen |
| Lapsen henkinen tukeminen | | |
| Lapsen sosiaalisten taitojen tukeminen | | |
| Aikuisen tuki onnistumisen kokemuksissa | | |
| Lapsen minäkuvan tukeminen | | |
| Lapsen itsenäistymisen tukeminen | | |
| Realistinen minäkäsitys | Lapsen positiivinen mielenterveys | |
| Tarve onnistumisen kokemuksiin | | |
| Lapsi on oma itsensä | | |
| Lapsella on turvallinen olo | | |
| Tarve saada kontakti aikuiseen | | |
| Positiivisen mielenterveyden piirteitä | Sosiaalisten taitojen tukeminen | |
| Sosiaalisten taitojen harjoittelu | | |
| Hyvien sosiaalisten taitojen etu | | |
| Työntekijän kyky huomata asioita | Työntekijän keinot huomata lapsen ongelma | |
| Lapsen asioihin puuttuminen | Työntekijän keinot puuttua lapsen ongelmaan | |
| Arviointimenetelmät | | |
| Arviointimenetelmien käytön haasteet | | |
| Huolesta keskustelu perheen kanssa | | |
| Huolen jakaminen tiimissä | Tiimityöskentely lapsen hyväksi | |
| Lapsen arviointi tiiminä | | |
| Tiimityöskentelystä saatu tuki | | |
| Lasten temperamenttien erilaisuus | Lapsen yksilöllisyyden huomioiminen | |
| Lapsen yksilöllisyyden huomioiminen | | |
| Yksilöllisten haasteiden luominen | | |

10 Pohdinta

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, mitä lapsen positiivista mielenterveyttä uhkaavia tekijöitä päiväkodin henkilökunta voi tunnistaa, ja miten lapsen positiivista mielenterveyttä voidaan tukea. Tutkimustulokset vastasivat hyvin tutkimuskysymyksiin ja ne saivat tukea aikaisemmasta teoretiedosta. Saamamme vastaukset toiseen tutkimuskysymykseen olivat melko odotettavissa. Ne olivat ennakoitavissa aiempien tutkimustulosten valossa. Puolestaan vastaukset ensimmäiseen tutkimuskysymykseen painoutuivat enemmän siihen, miten päiväkotiympäristönä voi vaikuttaa lapsen positiiviseen mielenterveyteen heikentävästi. Tämä näkökulma nousi odotettua enemmän esille.

10.1 Keskeiset tulokset

Opinnäytetyömme keskeinen tulos on, että päiväkotiympäristö mahdollisesti uhkaa lapsen positiivista mielenterveyttä. Suurimpana vaikuttavana tekijänä on työntekijöiden vähäinen määrä suureen lapsiryhmään verrattuna. Tästä aiheutuu esimerkiksi se, että osa lapsista jää helpommin huomiotta. Tutkimustulostamme tukee aikaisempi tutkimus, jonka mukaan sopiva aikuinen-lapsi -suhdeluku sekä sopivan pienen lapsiryhmä ovat edellytyksiä lapsen etua ja hyvinvointia ajatellen (Portell - Malin 2007: 12–13). Lapsen huomioimattomuus uhkaavana tekijänä saa tukea tutkimuksesta, jonka mukaan lapselle on tärkeä olla hetkittäin aikuisen huomion ainut kohde. Tällöin aikuisen tulisi kuunnella ja olla aidosti kiinnostunut lapsen kertomisista. (Vilen 2006: 169.) Tuloksissa nousi esille myös merkkejä, joista voidaan havaita näitä uhkaavia tekijöitä ja niiden vaikutusta lapseen. Olennaisimpana merkinä oli lapsen poikkeava keino hakea huomiota.

Lapsen positiivista mielenterveyttä tukiessa keskeiseksi asiaksi tuloksissa nousi lapsen yksilöllinen huomioiminen sekä tukeminen onnistumisen kokemuksissa. Yksilöllisellä huomioimisella tarkoitetaan muun muassa lapsen kehumista ja kannustamista. Yksilöllinen tukeminen on merkittävää, koska tutkimusten mukaan se edesauttaa minäkuvan, itsetunnon ja itseluottamuksen vahvistamista (Suutarla 2001: 58). Onnistumiskokemukset nousivat yhdeksi mielenterveyttä edistäväksi tekijäksi tuloksissamme, vaikkamme saaneetkaan vahvaa tukea tähän aikaisemmista tutkimuksista. Yhdeksi lapsen tukemisen keinoksi osoittautui huolen puheeksi otto vanhempien kanssa. Tämän tarkoituksena on lapsen edun sekä sopivan kehityksen ja oppimisen takaaminen (Eriksson - Arnkil 2012: 12).

10.2 Tutkimuksen eteneminen

Haimme opinnäytetyöhömme tietoa eri hakukoneista koko tutkimusprosessin aikana. Aluksi haimme laajempaa tietoa lapsen mielenterveydestä, ja vasta sen jälkeen kun tutkimuskysymyksemme olivat tarkentuneet, myös tiedonhaku täsmentyi. Tietoa löytyi hyvin MEDIC-tietokannasta sekä suomeksi että englanniksi. Hakusanoina käytimme muun muassa seuraavia: laps*, mielenterv*, edistä*, child* mental health, ja support* (Liite 1.). Tiedonhakua rajasimme myös vuosiluvun mukaan, ja haimme pääasiassa 2006 jälkeistä materiaalia. Lisäksi käytimme manuaalista tiedonhakua, esimerkiksi Googlea ja muiden julkaisujen lähdeluetteloita. Hyödynsimme myös Metropolian kirjaston palveluita. Tiedonhaku oli onnistunutta ja löysimme erilaista materiaalia, kuten kirjoja, artikkeleita ja

tutkimuksia. Tiedonhaku olisi helpottunut, jos alusta alkaen olisi ollut selkeät rajaukset. Onnistuimme löytämään luotettavista lähteistä tutkimukseemme liittyvää tietoa.

Tutkimuksen aloittamisen haasteena oli sopivan tutkimusaiheen valitseminen, joka liittyisi positiivisen mielenterveyden edistämiseen lapsiperheissä. Jo aloittaessa tiesimme, että haluamme käyttää tutkimusmenetelmänä haastattelua, ja lopulta opinnäytetyö ja haastattelukysymykset muotoituivat siihen sopiviksi. Päiväkoti ja sen henkilökunta tutkimuskohteena oli helppo valita, sillä koimme päiväkodilla olevan pidempiaikaisempi mahdollisuus vaikuttaa lapsen positiiviseen mielenterveyteen kuin esimerkiksi sairaalan yksittäisellä osastolla. Lisäksi päiväkodissa pystytään seuraamaan lapsen kehitystä ja yleistä vointia, minkä vuoksi koimme saavamme kattavia vastauksia päiväkodin henkilökunnalta.

Tutkimuksen edetessä mietimme haastattelurunkoa, joka osoittautui haastavaksi luoda. Oli vaikea pysyä olennaisessa, ja rajata tutkimuskysymysten kannalta epäolennaiset teemat pois. Haastattelurunko oli aluksi liian laaja ja etsi vastauksia myös tutkimuskysymysten ympäriltä. Se kuitenkin muotoutui tiiviiksi ja selväksi prosessin edetessä. Haastattelun järjestäminen ja toteuttaminen meni suunnitelmien mukaisesti, eikä tässä esiintynyt ongelmia. Haastateltavat olivat teemoista kiinnostuneita, joten saimme kattavaa tutkimusaineistoa. Oleellisen asian etsiminen litteroidusta tutkimusaineistosta oli puhekielisyyden vuoksi haastavaa. Ajoittain epä johdonmukainen puhe sisälsi myös tutkimuksen kannalta epäolennaista tietoa. Olemme pääasiassa tyytyväisiä siihen, miten haastattelu ja koko tutkimusprosessi eteni, sekä saatuihin tuloksiin.

Opinnäytetyötä tehdessä opimme, mitä hoitoalan tutkimus pitää sisällään, ja mitä kussakin vaiheessa pitää huomioida. Näimme myös, mitä haasteita ryhmähaastattelumenetelmää käyttäessä voi kohdata, kuten haastattelurungon luominen sekä haastattelutilanteen järjestäminen ja toteuttaminen. Parityöskentelyn haasteet ja hyödyt ilmenivät prosessin edetessä. Ajoittain oli ongelmallista tuottaa yhtenäistä tekstiä. Yleisesti kuitenkin parin kanssa työskentely sujui ongelmitta, ja täydensimme toistemme näkökulmia ja ajatuksia. Työnjako oli tasapuolista ja yhteisen aikataulun suunnitteleminen helppoa. Ajan jakamista eri työvaiheille olisi voinut suunnitella tarkemmin, mutta vähäisen kokemuksen takia emme tätä tiedostaneet tutkimusprosessia aloittaessa.

Tästä opinnäytetyöstä saatua tietoa on mahdollista hyödyntää varhaiskasvatuksen kehittämisesä. Tutkimustulosten perusteella voidaan osoittaa riittävän työntekijämäärän

merkitys lasten positiivisen mielenterveyden kannalta. Tutkimustuloksissa ilmeni myös hyviä keinoja tukea lapsen positiivista mielenterveyttä, ja päiväkodin työntekijöitä voisikin näistä keinoista muistuttaa esimerkiksi kehittämispäivinä. Tämän myötä jokaisella päiväkodin työntekijällä olisi samankaltaiset linjat toimia lapsen positiivisen mielenterveyden edistämiseksi. Saamiamme tuloksia voitaisiin hyödyntää jatkotutkimuksessa, jonka aiheena voisi olla positiivisen mielenterveyden tukemisen vaikuttavuuden tutkiminen.

10.3 Tutkimuksen luotettavuus

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuteen vaikuttaa pieni tutkimukseen osallistuvien määrä, subjektiivisuus sekä mahdollinen yleistettävyyden puute. Luotettavuutta arvioidaan uskottavuuden, vahvistettavuuden, reflektiivisyyden ja siirrettävyyden perusteella. Vahvistettavuus edellyttää tutkimusprosessin kirjaamista siten, että toinen tutkija voi seurata prosessin kulkua pääpiirteissään. Tutkimustulosten on vastattava tutkimukseen osallistuneiden henkilöiden käsityksiä tutkimuskohteesta ja niiden on oltava siirrettävissä muihin vastaaviin tilanteisiin. (Kylmä - Juvakka 2007: 127–129, 133.) Mielletämme subjektiivisuus toteutui tutkimuksessa hyvin, vaikka haastattelutilanteessa haastateltavien johdattelu olisi voinut tapahtua osallistumalla itse keskusteluun. Koska tutkimuksemme kohteena on vain yksi päiväkotito, voi yleistettävyyden olla haastavaa. Tähän vaikuttavat muun muassa työntekijöiden näkemyserot ja työkokemus, lasten erilaiset taustat sekä ympäristötekijät, kuten päiväkodin johtaminen. Tutkimusprosessin kattava kuvaus tukee tutkimuksen vahvistettavuutta. Haastattelun sekä sisällönanalyysin jokainen vaihe on havainnollistettu taulukoiden avulla opinnäytetyössä.

Sisällönanalyysin luotettavuuden haasteena on tutkijan kyky pelkistää aineisto siten, että se kuvaa mahdollisimman luotettavasti tutkittavaa ilmiötä. Lisäksi tutkijan on kyettävä osoittamaan yhteys tulosten ja aineiston välillä. (Janhonen - Nikkonen 2001: 36–37.) Luotettavuutta pelkistysten kohdalla hankaloitti se, että pelkistyksistä saattoi tulla toisinaan liian tulkinnanvaraisia alkuperäiseen ilmaukseen nähden. Kuitenkin onnistuimme luomaan pelkistykset ilman tulkintaa. Pelkistysten jaottelu alaluokkiin osoittautui odotettua haastavammaksi, ja osa pelkistyksistä oli vaikea sijoittaa sopivaan alaluokkaan. Luokittelu onnistui kuitenkin pääasiassa hyvin, ja saimme luokkien avulla eri teemat koottua yhteen, jotka vastasivat kuhunkin tutkimuskysymykseen.

Hyvä ja onnistunut haastattelu vaatii haastattelijalta taitoa ja kokemusta. Haastattelijan tulee osata säädellä aineiston keruuta joustavalla tavalla. Haastattelun järjestäminen ei

aina ole yksinkertaista ja se voi olla pitkä prosessi. Ennen kuin haastatteluprosessi voidaan aloittaa, täytyy saada tutkimuslupa (Liite 5.) kaupungilta, jossa tutkimus ollaan järjestämässä. Tämän jälkeen on etsittävä haastateltavia ja sovittava heidän kanssaan sopiva ajankohta, sillä itse haastattelukin voi kestää kauan. Koska haastattelu tapahtuu ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa, saatu tieto perustuu sekä haastateltavien että haastattelijan kielelliseen tulkintaan. (Hirsjärvi - Hurme 2000: 35.) Opinnäytetyömme ollessa ensimmäinen virallinen tekemämme tutkimus, vähäinen kokemus tutkimuksen teosta voi vaikuttaa luotettavuuteen. Esimerkiksi haastattelukysymysten oikeanlainen muotoilu sekä toimivan haastattelurungon laatiminen tuotti haastetta. Koimme haastateltavien ymmärtäneen esittämämme kysymykset ja saaneemme vastauksia ilman kummankaan osapuolen esittämiä tarkentavia kysymyksiä.

Ryhmähaastattelun tulokset ovat aina valikoituneen joukon mielipiteitä. Yleistyksiä ja tulkintoja näistä mielipiteistä tehdessä on oltava varovainen sekä muistettava oma kriittinen tarkastelu. Ryhmähaastattelun validiteetti liittyy siihen, miten luotettavasti ja oikein saadaan tietoja tutkittavista ja miten sitoutuneita sekä haastattelijia että haastateltavat ovat itse haastattelutilanteeseen. Validiteettia voidaan lisätä antamalla haastatteliijoille mahdollisuus itse arvioida antamiaan tietoja lyhyen yhteenvedon aikana haastattelun jälkeen. (Pötsönen, Välimaa 1998: 14.)

Ryhmähaastattelun luotettavuuden kannalta on tärkeää huomioida tutkimusaiheen luonne sekä haastatteluryhmä kokonaisuudessaan. Ryhmähaastattelussa ihmiset avautuvat ja jakavat mielipiteitään paremmin, kun ryhmän ihmisten väliset suhteet ovat kunnossa ja haastattelutilanne rento. Ryhmähaastattelussa ihmiset pystyvät myös tukemaan toisiaan vastauksissa ja haastattelijä voi tarkentaa kysymyksiä tai esittää jatkokysymyksiä tarvittaessa. (Pötsönen, Välimaa 1998: 14.) Opinnäytetyömme luotettavuuteen vaikuttaa heikentävästi pieni tutkimukseen osallistuneiden määrä. Koimme siitä huolimatta saaneemme monipuolisesti kattavaa tietoa osallistujien erilaisten työkokemusten ja koulutustaustojen ansiosta. Haastatteluun osallistuneet sitoutuivat haastattelutilanteeseen halutulla tavalla. He osoittivat kiinnostusta aiheeseen avoimen keskustelun ja omien mielipiteiden jakamisen kautta.

10.4 Tutkimuksen eettisyys

Tutkimuksen eettisten vaatimusten tunteminen on aina haastattelijan vastuulla. Tärkeitä eettisiä periaatteita laadullisessa tutkimuksessa ovat tiedonantajan vapaaehtoisuus ja

henkilöllisyyden suojaaminen sekä luottamuksellisuus, kunnioitus ja rehellisyys. Tutkija ei saa myöskään vahingoittaa tutkimuksellaan tiedonantajaa. Tutkimustulokset on raportoitava eettisesti, mikä tarkoittaa avoimuutta, rehellisyyttä ja tarkkuutta tutkimuksen kaikkien vaiheiden raportoinnissa kuitenkin samalla suojellen haastateltavia. (Janhonen - Nikkonen 2001: 39, Kylmä - Juvakka 2007: 147,154.) Nämä eettisyyden avainasiat toteutuivat opinnäytetyössämme. Haastateltavien osallistuminen oli vapaaehtoista ja heidän allekirjoittama suostumuslomake (Liite 3.) sisälsi tietoa heidän oikeuksistaan keskeyttää tutkimus. Yksilöllisyyttä on suojattu julkaisemalla tulokset siten, että vain haastateltavien koulutustausta ja työkokemus on kerrottu. Näiden tietojen perusteella ei kuitenkaan pysty yhdistämään vastaajaa yksittäiseen mielipiteeseen. Tuloksissa puhutaan yleisesti haastateltavien mielipiteistä, eikä kerrota mitä kukakin on vastannut tai ovatko muut vastaajat samaa mieltä.

Haastattelun jokaisessa vaiheessa voi tulla vastaan eettisiä ongelmia. Eettisesti hyvä tutkimus edellyttääkin, että tutkimuksenteon jokaisessa vaiheessa noudatetaan hyvää tieteellistä käytäntöä. Tärkeimpänä lähtökohtana tutkimuksen eettisyydelle on ihmisarvon kunnioittaminen. (Hirsjärvi - Remes - Sajavaara 2012: 23.) Haastattelua suunniteltaessa oleellista on saada tutkittavan suostumus. Hänelle on myös kerrottava tutkimuksen tarkoitus ja perustella, miten haastattelu parantaa tutkittavan ihmisen tilannetta. Haastattelu- sekä purkutilanteessa luotettavuus on merkittävin eettinen näkökulma. Litteroissa tulee noudattaa haastateltavien eksakteja lausuntoja. Haastatteluun käytetty äänitetty tutkimusaineisto tulee säilyttää ja tutkimuksen valmistuessa tuhota luottamuksellisesti. Eettinen kysymys analysoidessa liittyy siihen, kuinka syvällisesti ja kriittisesti haastattelut voidaan analysoida. On tutkijan velvollisuus esittää tietoa, joka on varmaa ja todennettua. Haastattelua raportoidessa on jälleen huomioitava luottamuksellisuus, sekä millaiset seuraukset julkaistulla raportilla on haastateltaviin ja mahdollisesti heitä koskeviin instituutteihin. Koska haastattelussa ollaan suorassa kontaktissa tutkittavien kanssa, oleellista on säilyttää heidän anonymiteetti kaikissa haastattelun vaiheissa. (Hirsjärvi - Hurme 2000: 19–20, 35.)

Tutkimukseen osallistuvilta henkilöiltä edellytetään asiaan perehtyneesti annettu suostumus. Perehtymisellä tarkoitetaan sitä, että kaikki tärkeät näkökohdat siitä, mitä tulee tapahtumaan tai saattaa tapahtua paljastetaan tutkimushenkilöille ymmärrettävästi. Suostumuksen tarkoituksena on osoittaa haastateltavien vapaaehtoisuus ja selvittää, että heillä on oikeus keskeyttää haastattelu sen kaikissa vaiheissa. (Hirsjärvi ym. 2012:

25.) Tätä opinnäytetyötä varten keräsimme kaikilta haastateltavilta allekirjoitukset suostumuslomakkeille. Näitä suostumuslomakkeita säilytettiin luottamuksellisesti koko tutkimuksen ajan. Kun tutkimus oli saatu päätökseen, nämä suostumuslomakkeet hävitettiin luottamuksellisesti.

Lähteet

Anttila, Niina - Huurre, Taina - Malin, Maili - Santalahti, Päivi. 2016. Mielenterveyden edistäminen varhaiskasvatuksesta toisen asteen koulutukseen. Katsaus menetelmiin ja kirjallisuuteen Suomessa. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Verkkodokumentti. <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/130003/URN_ISBN_978-952-302-613-1.pdf?sequence=1>. Luettu 17.11.2016.

Asetus lasten päivähoitosta 239/1973. Annettu Helsingissä 16.3.1973.

Borg, Anne-Mari. 2015. Lasten mielenterveyden edistäminen ja mielenterveyden häiriöiden ehkäiseminen. Näyttöön perustuvien menetelmien kartoitus. Sosiaali- ja terveysministeriö. Helsinki 2015. Verkkodokumentti. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/128986/URN_ISBN_978-952-00-3603-4.pdf?sequence=1>. Luettu 22.11.2016.

Eriksson, Erik – Arnkil, Tom Erik. 2012. Huoli puheeksi – opas varhaisista dialogeista. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Tampereen Yliopistopaino Oy. Verkkodokumentti. <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90845/URN_ISBN_978-951-33-1792-8.pdf?sequence=1>. Luettu 18.11.2016.

Erytisopetus 2014. 2015. Tilastokeskus. <Verkkodokumentti. http://www.stat.fi/til/erop/2014/erop_2014_2015-06-11_fi.pdf>. Luettu 23.2.2016.

Lasten päivähoito 2014. 2015. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Verkkodokumentti. <<https://www.thl.fi/tilastot/tilastot-aiheittain/lasten-nuorten-ja-perheiden-sosiaalipalvelut/lasten-paivahoito>>. Luettu 3.2.2016.

Leikin merkitys lapselle. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Verkkodokumentti. <http://www.mll.fi/vanhempainnetti/lasten_leikit/leikin_merkitys_lapselle/>. Luettu 18.11.2016.

Hirsjärvi, Sirkka - Hurme, Helena. 2000. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi, Sirkka - Remes, Pirkko - Sajavaara, Paula. 2012. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.

Janhonen, Sirpa - Nikkonen, Merja (toim.). 2001. Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. Helsinki: WSOY.

Krause, Kaisa - Kiikkala, Irma. 1997. Hoitotieteellisen tutkimuksen peruskysymyksiä. Helsinki: Kirjayhtymä Oy.

Kylmä, Jari - Juvakka, Taru. 2007. Laadullinen terveystutkimus. Helsinki: Edita.

Kypärä, Niina - Mäki, Marjo. 2000. Suojaavat tekijät lapsen psyykkisessä selviytymisessä. Jyväskylän yliopisto. Psykologian laitos. Pro Gradu –tutkielma. Verkkodokumentti. <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/10808/kypara_maki.pdf?sequence=1>. Luettu 18.11.2016.

Marttunen, Mauri - Haravuori, Henna - Santalahti, Päivi. 2014. Lasten ja nuorten mielenterveys ja syrjäytyminen. Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti 51 (3). Verkkodokumentti. <<http://www.ojs.tsv.fi/index.php/SA/article/download/48317/14064>>. Luettu 5.4.2016.

Mielen hyvinvointi. 2014. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Verkkodokumentti <<https://www.thl.fi/web/terveyden-edistaminen/toimijat/terveyden-edistaminen-eritoimialoilla/terveyden-ja-hyvinvoinnin-edistaminen-ammattillisessa-koulutuksessa/mielen-hyvinvointi>>. Luettu 25.1.2016.

MLL. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Verkkodokumentti. <http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/3_4-vuotias/persoonallisuus_ja_tunne-elama/>. Luettu 25.1.2016.

Mäntymaa, Mirjami - Tamminen, Tuula. 1999. Varhainen vuorovaikutus ja lapsen psyykkinen kehitys. Duodecim, lääketieteellinen aikakauskirja. Verkkodokumentti. <http://www.duodecimlehti.fi/web/guest/uusinumero?p_p_id=Article_WAR_DL6_Articleportlet&_Article_WAR_DL6_Articleportlet_viewType=viewArticle&_Article_WAR_DL6_Articleportlet_tunnus=duo91150>. Luettu 2.2.2016.

Neitola, Marita. 2011. Lapsen sosiaalisen kompetenssin tukeminen vanhempien epäsuorat ja suorat vaikutustavat. Turku: Turun yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Väitöskirja. Verkkodokumentti. <<https://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/72512/AnnalesC324Neitola.pdf?sequence=1>>. Luettu 3.2.2016

Okkonen, Tuula. 2004. Lapsen terveystieteestä lapsen terveyden yhteistoiminnalliseen edistämiseen. Kuopion yliopisto. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta. Väitöskirja. <<http://www.oppi.uef.fi/uku/vaitokset/vaitokset/2004/ISBN951-781-951-Xtokkonen.htm.html>>. Luettu 18.11.2016.

Portell, Tuija - Malin, Maili. 2007. Taustaa varhaiskasvatuksen laatukatsaukselle. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Verkkodokumentti. <<https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/76638/T9-2007-VERKKO.pdf?sequence=1>>. Luettu 23.2.2016.

Pötsönen, Riikka - Välimaa, Raili. 1998. Ryhmähaastattelu laadullisen terveystutkimuksen menetelmänä. Jyväskylä: ER-Paino Oy.

Saarniaho, Rami. 2005. <http://opinnot.internetix.fi/fi/muikku2materiaalit/lukio/ps/ps2/3_kehitys_ikakausittain/03_lapsenpsykososiaalinenkehitys?C:D=hNqp.gZ2X&m:selres=hNqp.gZ2X>. 2.2.2016

Saarsalmi, Olli. 2008. Päivähoidon turvallisuussuunnittelu. Sosiaali- ja terveysministeriö. Verkkodokumentti. <<http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/71936/URN%3aNBN%3afi-fe201504226169.pdf?sequence=1>>. Luettu 18.11.2016.

Suutarla, Anna. 2001. Vartu vahvaksi –tutkimus alle kouluikäisten lasten mielenterveyttä edistävästä toiminnosta. Jyväskylän yliopisto. Liikunta- ja terveystieteiden tiedekunta. Pro gradu –tutkielma. Verkkodokumentti. <<https://jyx.jyu.fi/dspace/handle/123456789/12295>>. Luettu 18.11.2016.

Tamminen, Nina - Solin, Pia - Lassander, Maarit - Stengasd, Eija. 2013. Mielenterveyden edistäminen kouluissa. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Verkkodokumentti.

<http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110540/URN_ISBN_978-952-245-949-7.pdf?sequence=1>. Luettu 25.1.2016.

Tuomi, Jouni - Sarajärvi, Anneli. 2009 ja 2013. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Varhaiskasvatus. Opetushallitus. Verkkodokumentti. <http://www.oph.fi/koulu-tus_ja_tutkinnot/varhaiskasvatus>. Luettu 23.2.2016.

Varhaiskasvatuslaki 1973/36. Tullut voimaan 19.1.1973. Helsingissä.

Vertio, Harri 2003. Terveysten edistäminen. Tammi: Jyväskylä.

Vierikko, Elina. Geneettisten ja ympäristötekijöiden vaikutus persoonallisuuteen. Teoksessa R-L Metsäpelto, T. Feldt (toim.), Meitä on moneksi: Persoonallisuuden psykologiset perusteet. PS-kustannus.

Vilen, Marika - Vihunen, Riitta - Vartiainen, Jari - Siven, Tuula - Neuvonen, Sohvi - Kurvinen, Auli. 2006. Lapsuus - erityinen elämänvaihe. Helsinki: WSOY.

Liite 1. Tiedonhaku

| Tiedonhaku | Hakusanat | Osumat | Koko tekstitasolla luettu | Valittu | Artikkelin nimi |
|------------------|---|--------|---------------------------|---------|--|
| Medic | laps* AND mielenterv* AND edistä* | 14 | 2 | 1 | Mielenterveyden edistäminen kouluissa |
| | Laps* AND mielenterv* AND vaara* | 21 | 1 | 1 | From pregnancy to middle childhood: what predicts a child's socio-emotional well-being? |
| | Varhaiskasv* AND laps* | 15 | 1 | 1 | Taustaa varhaiskasvatuksen laatukatsaukselle |
| | Laps* AND mielenterv* AND oire* | 125 | 3 | 2 | Lasten ja nuorten mielenterveys ja syrjäytyminen |
| | | | | | Päihdehäiriöiden kehittymistä voidaan ehkäistä |
| | Laps* AND käytös | 115 | 4 | 1 | Perheen riskiolot neuvolatyön kontekstissa |
| Manuaalinen haku | esim. päivähoitolaki, positiivinen mielenterveys, laadullinen tutkimus, varhaiskasvatus | | 30 | 25 | esim. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi, Varhaiskasvatustilaki 1973/36, Mielien hyvinvointi |

Liite 2. Informointikirje

Hyvä päiväkodin työntekijä,

Opiskelemme Metropolia Ammattikorkeakoulussa sairaanhoitajiksi (AMK) ja opintoihimme kuuluu opinnäytetyön tekeminen. Opinnäytetyömme tarkoituksena on selvittää, millaisia positiivista mielenterveyttä uhkaavia tekijöitä hoitohenkilökunta päiväkodeissa tunnistaa 3-5 -vuotiaiden käytöksessä ja toiminnoissa ja kuinka 3-5 -vuotiaan lapsen positiivista mielenterveyttä voitaisiin tukea. Opinnäytetyömme on osa hanketta, jonka aiheena on positiivisen mielenterveyden edistäminen lapsiperheissä, ja se on suunniteltu yhdessä Kymenlaakson Ammattikorkeakoulun kanssa. Hankkeen tavoitteena on tehdä yhteistyötä erilaisten 3-5 -vuotiaiden lasten kasvuyhteisöjen kanssa.

Tutkimusaineiston keruu tapahtuu ryhmähaastatteluna, jossa on samanaikaisesti viisi haastateltavaa. Ennen haastattelua haastateltavilta varmistetaan heidän suostumus. Tämä haastattelu nauhoitetaan sanelukoneelle ja saatu materiaali säilytetään luottamuksellisesti kunnes tutkimuksen valmistuttua tuhotaan. Osallistuminen on täysin vapaaehtoista ja osallistujalla on oikeus keskeyttää missä vaiheessa haastattelua tahansa.

Opinnäytetyö raportoidaan Metropolia Ammattikorkeakoulun opinnäytetyönä ja sen on määrä valmistua marraskuussa 2016. Valmis työ tullaan julkaisemaan Theseus-tietokannassa. Opinnäytetyötä ohjaa lehtori Marja Salmela.

Toivottavasti koette opinnäytetyömme aiheen kiinnostavaksi ja teillä on halua osallistua tutkimukseemme. Vastaamme mielellämme tutkimukseen liittyviin kysymyksiin ja kerromme aiheesta lisää. Kiitos jo etukäteen ja toivottavasti tapaamme haastattelun merkeissä!

Terveisin,

Helmi Marquis
puh. xxx xxxxxxxx

Rebekka Moilanen
puh. xxx xxxxxxxx

Liite 3. Suostumuslomake

Suostumus ryhmähaastatteluun

Olen saanut, lukenut ja ymmärtänyt tutkimuksesta kertovan informaatiokirjeen. Kirjeessä olen saanut riittävät tiedot tutkimuksesta sekä tutkimusmateriaalin keräämisestä ja käsittelystä.

Tutkimuksessa kerätty materiaali tallennetaan sanelukoneelle myöhempää analyysiä varten. Tutkimusmateriaalia käsittelevät ainoastaan haastattelijat ja se säilytetään, käsitellään ja hävitetään luottamuksellisesti. Materiaalia käytetään siten, että anonymiteettini säilyy läpi tutkimuksen valmiiseen tuotokseen saakka. Tutkimuksessa ei julkaista tietoja, joiden perusteella minut voisi tunnistaa.

Ymmärrän, että osallistuminen tutkimukseen on täysin vapaaehtoista. Minulla on oikeus keskeyttää tutkimus missä tahansa tutkimuksen vaiheessa syytä kertomatta. Olen tietoinen, että minusta tutkimuksen keskeyttämiseen mennessä kerättyä tietoa käytetään osana tutkimusaineistoa. Suostumuslomakkeita allekirjoitetaan kaksi kappaletta, joista toinen jää haastateltavalle ja toinen tutkijalle.

Allekirjoituksellani vahvistan osallistumiseni tutkimukseen ja suostun vapaaehtoiseksi haastateltavaksi.

Allekirjoitus ja nimen selvennys

Paikka ja aika

Suostumus vastaanotettu

Rebekka Moilanen
Metropolia Ammattikorkeakoulu

Paikka ja aika

Helmi Marquis
Metropolia Ammattikorkeakoulu

Paikka ja aika



Allekirjoitettu suostumuslomake säilytetään luottamuksellisesti tutkimuksen ajan. Tutkimuksen valmistuttua lomake hävitetään luotettavasti.

Liite 4. Teemahaastattelurunko

- 1) Mitä on 3-5 -vuotiaan positiivinen mielenterveys päiväkodin työntekijöiden kokema?
- 2) Mitkä ovat mahdollisia 3-5 -vuotiaan lapsen positiivista mielenterveyttä uhkaavia tekijöitä?
- 3) Miten positiivista mielenterveyttä uhkaavia tekijöitä voidaan tunnistaa päiväkodissa?
- 4) Miten 3-5 -vuotiaan positiivista mielenterveyttä voidaan tukea päiväkodissa?

Liite 5. Tutkimuslupa

| Espoon sivistystoimi | | Tutkimuslupahakemus |
|------------------------------|--|---------------------|
| 1 TUTKIMUKSEN NIMI | 3-5-vuotiaiden positiivista mielenterveyttä uhkaavien tekijöiden tunnistaminen päiväkodissa | |
| 2 KOHDEYKSIKKÖ | Tutkimuksen suunniteltu kohdeyksikkö (-yksiköt) Espoon kaupungissa [redacted] | |
| 3 TUTKIMUKSEN Kuvaus | <p>Lyhyt kuvaus tutkimuksen sisällöstä ja menetelmistä (max. 160 merkkiä). (Liitä tutkimussuunnitelma liitteeksi) Selvitetään, millaisia mahdollisia positiivista mielenterveyttä uhkaavia tekijöitä hoitohenkilökunta päiväkodissa tunnistaa 3-5-vuotiaiden lasten käytöksessä.</p> <p>Aineiston otanta ja keruutapa Ryhmähaastattelu, johon osallistuu noin viisi haastateltavaa</p> <p>Tutkimuksen tarkoitus <input type="checkbox"/> Pro gradu <input type="checkbox"/> Lisensiaattityö <input type="checkbox"/> Väitöskirja <input checked="" type="checkbox"/> Muu opinnäytetyö, mikä AMK opinnäytetyö <input type="checkbox"/> Muu, mikä? Tutkimuksen arvioitu valmistumisaika: 25.11.2016</p> | |
| 4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS | <p>Onko tutkimuksen kohteena henkilö (henkilöitä), jonka osallistumisesta päättää huoltaja tai edunvalvoja</p> <p><input type="checkbox"/> Kyllä <input checked="" type="checkbox"/> Ei Jos kyllä, selvitä Lisätietoja -kohtaan, miten huoltajan suostumus hankitaan</p> <p>Käsitelläänkö tutkimuksessa henkilötietoja</p> <p><input type="checkbox"/> Kyllä <input checked="" type="checkbox"/> Ei</p> <p>Muocostuuko tutkimusta tehtäessä henkilötietopohjainen tutkimusrekisteri</p> <p><input type="checkbox"/> Kyllä <input checked="" type="checkbox"/> Ei Jos kyllä, täytä myös Tutkimusrekisteritiedot -lomake</p> <p>Käytetäänkö tutkimuksessa jo olemassa olevien rekistereiden tietoja</p> <p><input type="checkbox"/> Kyllä <input checked="" type="checkbox"/> Ei Jos kyllä, selvitys Lisätietoja kohtaan</p> <p>Onko tutkimus osa jotain laajempaa tutkimusta / projektia</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Kyllä <input type="checkbox"/> Ei Jos kyllä, selvitys Lisätietoja -kohtaan.</p> <p>Lisätietoja Opinnäytetyö on osa hanketta, joka on suunniteltu yhdessä Kymenlaakson AMK:n kanssa. Hankkeessa tehdään yhteistyötä erilaisten 3-5-vuotiaiden lasten kasvuyhteisöjen kanssa, kuten päiväkodit ja perhetyö. Hankkeen aiheena on positiivisen mielenterveyden edistäminen lapsiperheissä.</p> | |
| 5 TUTKIJATAHON TIEDOT | <p>Tutkimuksen tekijä/t (alleiviivaa yhteyshenkilö) REBEKKA MOILANEN, Heimi Marquis</p> <p>Yhteyshenkilön osoite</p> <p>[redacted] Puhelin [redacted]</p> <p>Sähköpostiosoite [redacted]</p> <p>Organisaatio / yksikkö, johon tutkimus tehdään Metropolia Ammattikorkeakoulu</p> <p>Tutkimuksen ohjaaja / vastuullinen johtaja yhteystietoineen</p> | |

| | |
|---|---|
| | <p>Marja Salmela  </p> |
| 6 | <p>Arvioi, miten tutkimus hyödyntää kaupungin palvelujen kehittämistä: Tavoitteena on kerätä tietoa, joka pohjalta pystyttäisiin kehittämään positiivisen mielenterveyden edistämistä varhaiskasvatuksessa.</p> |
| 7 TUTKIMUKSEN TEKIJÖIDEN SITOUMUS JA ALLEKIRJOITUKSET | <p>Sitoudun siihen, että en käytä saamiani tietoja asiakkaan, hänen läheistensä tai Espoon kaupungin vahingoksi enkä luovuta saamiani henkilötietoja ulkopuolisille, vaan pidän ne salassa. Tutkimustulokset esitän niin, ettei niistä voida tunnistaa yksittäistä henkilöä tai perhettä. Noudataan henkilötietolaissa ja muualla lainsäädännössä mainittuja säännöksiä henkilötietojen käsittelystä ja salassapidosta.</p> <p>Paikka ja aika 2.9.2016, Helsinki</p> <p>Allekirjoitukset ja nimenselvennykset Rebekka Moilanen</p> <p>Helmi Marquis</p> |
| 8 PÄÄTÖS | <p><input checked="" type="checkbox"/> Tutkimuslupa myönnetään <input type="checkbox"/> Tutkimuslupa myönnetään ehdollisena:</p> <p>Myönnetyn tutkimusluvan numero: 27/2016</p> <p><input type="checkbox"/> Tutkimuslupaa ei myönnetä seuraavien perustein:</p> <p>Pyydetään lähettämään tutkimuksen valmistuttua sähköpostitse samaan osoitteeseen kuin tämä tutkimuslupahakemus</p> <p><input type="checkbox"/> Tiivistelmä <input checked="" type="checkbox"/> Koko tutkimusraportti</p> <p>Espoossa 19/9 2016 Päätäjän allekirjoitus Virpi Mattila Nimenselvennys Virpi Mattila Virka-asema Varhaiskasvatuksen kehittämisspällikkö</p> <p>Tutkimusluvan myöntäminen ei velvoita tutkimuksen kohteita osallistumaan tutkimukseen. Tutkijan on neuvoteltava aina erikseen tutkimuskohteena olevien organisaatioiden kanssa tutkimukseen osallistumisesta ja kohteen nimen mainitsemisesta tutkimusraportissa. Tutkimuksen teko ei saa häiritä tutkimuskohteen toimintaa.</p> |

Liite 6. Lapsen positiivisen mielenterveyden edistäminen

| Pelkistys | Alaluokka | Yläluokka |
|---|---|---|
| lapsen motivointi | Lapsen kannustaminen | Positiivisen mielenterveyden tukeminen |
| lapsen rohkaiseminen | | |
| lapsen kannustaminen | | |
| lapsen kehuminen | Lapsen henkinen tukeminen | |
| lapsen auttaminen | | |
| lapsen kunnioittaminen | | |
| Sosiaalisten taitojen tukeminen | Lapsen sosiaalisten taitojen tukeminen | |
| Sosiaalisilta taidoiltaan heikkojen tukeminen | | |
| lapsi tarvitsee apua sosiaalisissa suhteissa | | |
| sosiaalisten suhteiden tukeminen | | |
| lapsen leikkitaitojen tukeminen | | |
| tunteiden hallinnan harjoittelu | | |
| opettaja tukee neuvottelemalla | | |
| onnistumisen tukeminen | Aikuisen tuki onnistumisen kokemuksissa | |
| onnistumisen haasteissa tukeminen | | |
| aikuisen vastuu onnistumiskokemusten luomisessa | | |
| positiivisen minäkuvan vahvistaminen | Lapsen minäkuvan tukeminen | |
| lapsen kehuminen | | |
| lapsen kannustaminen | | |
| lapsen motivointi | | |
| lapsen rohkaiseminen | | |
| vältetään lapsen turhaa torumista | | |
| kannustaminen itsenäisyyteen | Lapsen itsenäistymisen tukeminen | |
| itsenäisten lasten huomioimisen tärkeys | | |
| lapsen kannustaminen yrittämään itse | | |
| kannustetaan lasta itsenäiseen toimintaan | | |
| ei tehdä lapsen puolesta | | |
| minäkäsitys | Realistinen minäkäsitys | Lapsen positiivinen mielenterveys |
| omakuva | | |
| realistinen omakuva | | |
| onnistumiskokemusten jakaminen | Tarve onnistumisen kokemuksiin | |
| lapsella onnistumisen kokemusten tarve | | |
| onnistumisen kokemukset | | |
| onnistumisen kokemus leikkiryhmissä | | |
| lapsi voi olla rento | Lapsi on oma itsensä | |
| lapsi voi olla oma itsensä | | |
| lapsi kokee olonsa turvalliseksi | Lapsella on turvallinen olo | |
| lapsen ei tarvitse jännittää | | |
| lapsen ei tarvitse pelätä | | |
| Tarve tulla nähdyksi | Tarve saada kontakti aikuiseen | |
| lapsen tarve kertoa asioista | | |
| kontaktin otto aikuiseen omatoimisesti | | |
| lapsen kuuntelemisen tärkeys | | |
| tunteiden hallinnan taito | Positiivisen mielenterveyden piirteitä | |
| taito kehittää itseään | | |
| itsevarma lapsi | | |
| sosiaalisten suhteiden paljous | Sosiaalisten taitojen harjoittelu | Sosiaalisten taitojen tukeminen |
| neuvottelutaitojen harjoittelu | | |
| sisäänpäin kääntyneiden lasten sosiaalisten suhteiden tärkeys | | |
| onnistumiset sosiaalisissa suhteissa | Hyvien sosiaalisten taitojen etu | |
| sosiaalinen temperamentti on eduksi | | |
| sosiaalisesti taitava lapsi näkee koko tilanteen | | |
| sosiaalisesti taitava lapsi kykenee kompromisseihin | | |
| työntekijöiden valppaus huomata tapahtumat | Työntekijän kyky huomata asioita | Työntekijän keinot huomata lapsen ongelma |
| poikkeavan käytöksen huomaaminen | | |
| asioiden yhdistäminen | | |
| varhainen puuttuminen huoleen | Lapsen asioihin puuttuminen | |
| lapsen asioiden käsitteleminen | | |
| huomataan lapsen ulkopuolelle jättäminen | | |

| | | |
|---|-------------------------------------|---|
| työntekijöiden valppaus huomata tapahtumat | Työntekijän kyky huomata asioita | Työntekijän keinot puuttua lapsen ongelmaan |
| poikkeavan käytöksen huomaaminen | | |
| asioiden yhdistäminen | Lapsen asioihin puuttuminen | |
| varhainen puuttuminen huoleen | | |
| lapsen asioiden käsitteleminen | Huolen jakaminen tiimissä | Tiimityöskentely lapsen hyväksi |
| huomataan lapsen ulkopuolelle jättäminen | | |
| huolen jakaminen työryhmässä | Lapsen arviointi tiiminä | |
| huolen jakaminen työyhteisössä | | |
| mahdollisuus konsultoida kollegoja huolen herätessä | Tiimityöskentelystä saatu tuki | |
| Työn jakaminen lasta arvioitaessa | | |
| tiimityöskentely | Lasten temperamenttien erilaisuus | Lapsen yksilöllisyyden huomioiminen |
| työskentely tiiminä | | |
| lasten arviointi tiiminä | Lapsen yksilöllisyyden huomioiminen | |
| tiimissä työskentely tukee työntekijää | | |
| useamman työntekijän havainnot | Yksilöllisten haasteiden luominen | |
| johtajan osallistuminen huolen herätessä | | |
| osa lapsista temperamentiltaan sisäänpäin kääntyneitä | | |
| lasten temperamenttien erilaisuus | | |
| lasten erot sosiaalisuudessa | | |
| huomioidaan yksilöllisyys | | |
| lapsen kykyjen huomioiminen | | |
| kehittymisen huomioiminen | | |
| lapselle annetaan aikaa tulla ulos kuorestaan | | |
| erilaisuuden kokeminen | | |
| lapsen ikäkehityksen tunteminen | | |
| sopivien haasteiden luominen lapselle | | |
| lapsi sovitetaan sopivaan leikkiryhmään | | |

Liite 7. Lapsen positiivista mielenterveyttä uhkaavat tekijät

| Pelkistys | Alaluokka | Yläluokka |
|--|--|---|
| huomion haku äänekkyydellä | Huomion haku poikkeavalla äänekkyydellä | Lapsen huolta herättävä käytös |
| huomion haku poikkeuksellisen kovalla äänellä | | |
| lapselle poikkeava tapa saada itsensä nähdyksi | Lapsen poikkeava keino hakea huomiota | |
| lapselle poikkeava tapa saada itsensä kuulluksi | | |
| lapsen jatkuva väsymys herättää huolta | Lapsen huolen ilmeneminen poikkeavana käytöksenä | |
| ruokahaluttomuuden ilmeneminen | | |
| lapsen jatkuva pahantuulusuus herättää huolta | | |
| lapsen katumisen puute aiheuttaa huolta | | |
| lapsen jatkuva ylivilkkaus herättää huolta | | |
| huolen aiheuttama poikkeava käyttäytyminen | Lapsen huolen ilmeneminen kasteluna | |
| kastelu nukkuessa | | |
| lapsen huolen ilmeneminen poikkeavana kasteluna | Muita hallitseva lapsi herättää huomion | |
| lapsi joka pyrkii hallitsemaan herättää huomion | | |
| lapsi joka manipuloi jatkuvasti herättää huomion | | |
| lapsi joka dominoi herättää huomion | | |
| lapsi joka pyrkii jatkuvasti määräämään herättää huomion | | |
| tunnesäätelyn hankaluudet | Tunnesäätelyn ongelmat | |
| ongelmat tunnesäätelyssä | | |
| masennusaltis lapsi | | |
| katsekontaktin puuttuminen | Puutteet lapsen vuorovaikutuksessa | Lapsen haasteet sosiaalisissa taidoissa herättää huolta |
| jaetun vuorovaikutuksen puute | | |
| katsekontakti toimii lähtökohtana vuorovaikutukselle | Lapsen puutteet yhteistyötaidoissa | |
| lapsen kyky löytää keinoja kommunikoida | | |
| puutteelliset taidot kompromisseihin | | |
| puutteelliset taidot jakamiseen | Haasteet sosiaalisissa taidoissa | |
| Haasteet kiintymyssuhteessa | | |
| temperamenttien yhteentörmäys | | |
| persoonien yhteentörmäys aiheuttaa konfliktitilanteita | | |
| osalla lapsista sosiaaliset taidot puuttuvat | | |
| yksinäinen lapsi | Syrjäytyvä lapsi herättää huolta | Lapsen huolta herättävät piirteet |
| lapsen jatkuva vetäytyminen herättää huolta | | |
| syrjäytyvä lapsi on haaste | Vietävissä oleva lapsi herättää huolta | |
| huomataan lapsen ulkopuolelle jättäminen | | |
| lapsi ei osaa mennä mukaan leikkeihin | | |
| lapsi joka on aina vietävissä herättää huolta | Lapsen tunteettomuus aiheuttaa huolta | |
| jatkuvasti alistuva lapsi herättää huolta | | |
| lapsi joka ei omaa vahvaa tahtoa herättää huolta | Lapsen jääminen ulkopuolelle | Lapsen huomioimattomuus |
| lapsi on tunteeton | | |
| lapsi on ilmeetön | | |
| lapsen tunteettomuus aiheuttaa huolta | | |
| lapsen empatian puute aiheuttaa huolta | | |
| Itsekriittinen lapsi | Lapsen jääminen ulkopuolelle | |
| lapsen rajaaminen ulkopuolelle | | |
| lapsen huomiotta jättäminen | | |
| kiusaamisen riski | Vaikeus huomioida lasta yksilöllisesti | |
| syrjään jääminen vaikuttaa lapsen minäkuvaan | | |
| lapsen yksilöllisen huomioimisen vaikeus | | |
| vaikeata huomata pienet aloitteet suuressa massassa | | |
| äänekkäämmät lapset vievät huomion suuressa massassa | | |
| yhteisen kielen puute | Lapsi ei tule kuulluksi | |
| lapsi ei tule kuulluksi | | |
| lapsi kokee, ettei aikuinen kuuntele | Kiusaamisen vaikutus | |
| kiusaaminen vaikuttaa lapsen minäkuvaan | | |
| lapsen kiusaamisen todeksi ottaminen | | |

| | | |
|---|--|---|
| vanhempien uupuminen | Vanhempien stressi | Perheen vaikutus lapsen positiiviseen mielenterveyteen |
| vanhempien työttömyys | | |
| vanhempien uupumus | | |
| vanhempien avioero | Perherakenteen muutokset | |
| läheisen kuolema | | |
| työntekijän omien tunteiden vaikutus lapseen | Työntekijän oma vointi | Päiväkodin vaikutus lapsen positiiviseen mielenterveyteen |
| työntekijöiden jaksamisen vaikutus lapsiin | | |
| työntekijöiden jaksaminen | | |
| päiväkodin johtamisen vaikutus lapsiin | Haasteet päiväkodin organisoimisessa | |
| henkilökunta puutos vaikuttaa itsenäisten lasten huomioimiseen | | |
| henkilökunta puutos vaikuttaa hiljaisten lasten huomioimiseen | | |
| ajan puute | | |
| päivän aikatauluttaminen | | |
| suuret ryhmät ovat haaste | | |
| suuret ryhmät aiheuttavat stressiä lapselle | Suurten ryhmäkokojen vaikutus | |
| suuret ryhmäkoot vaikuttavat lapseen | | |
| pienemmät ryhmät | | |
| riittävän pienet ryhmäkoot | Pienet ryhmäkoot eduksi | |
| haasteelliset makuuhuoneet keskustelemiselle | Haasteet työolosuhteissa ison ryhmän kanssa | |
| hyvät työolot ison lapsiryhmän kanssa | | |
| haastavat lapset kuormittavat enemmän | | |

Liite 8. Pääluokittelu

| Yläluokka | Pääluokka |
|---|--|
| Positiivisen mielenterveyden tukeminen | Lapsen positiivisen mielenterveyden edistäminen |
| Lapsen positiivinen mielenterveys | |
| Sosiaalisten taitojen tukeminen | |
| Työntekijän keinot huomata lapsen ongelma | |
| Työntekijän keinot puuttua lapsen ongelmaan | |
| Tiimityöskentely lapsen hyväksi | |
| Lapsen yksilöllisyyden huomioiminen | |
| Lapsen huolta herättävä käytös | Lapsen positiivista mielenterveyttä uhkaavat tekijät |
| Lapsen haasteet sosiaalisissa taidoissa herättää huolta | |
| Lapsen huolta herättävät piirteet | |
| Lapsen huomioimattomuus | |
| Perheen vaikutus lapsen positiiviseen mielenterveyteen | |
| Päiväkodin vaikutus lapsen positiiviseen mielenterveyteen | |