



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU

Uuden edellä

HELSINGIN ENSIKODIN KUNTOUTUSPROSESSIN KEHITTÄMINEN - VAUVAN MATKASSA

Backman, Sini

2012 Vantaa

Laurea-ammattikorkeakoulu
Vantaa

Helsingin ensikodin kuntoutusprosessin kehittäminen - Vauvan matkassa

Sini Backman
Sosiaali- ja rikosseuraamusalan
YAMK
Opinnäytetyö
Toukokuu, 2012

Sini Backman

Helsingin ensikodin kuntoutusprosessin kehittäminen - Vauvan matkassa

Vuosi 2012 Sivumäärä 74

Opinnäytetyö toteutettiin kehittämishankkeen muodossa Helsingin ensikodissa. Palveluiden kehittäminen ja kuntoutusprosessin jäsentäminen on osa Helsingin ensikodin palveluiden tuoteistamisprosessia ja laadun varmistamista. Helsingin ensikodissa on viime vuosien aikana kiinnitetty huomiota prosessien kulkuun ja palveluiden näkyväksi saamiseen. Sosiaalialan palveluissa työskentelyn hyödyllisyys ja kuntoutuksen tuloksellisuus ovat usein vasta vuosia kuntoutuksen päättymisen jälkeen nähtävissä. Arviointimittareita lapsen suotuisan kehityksen näkyväksi tekemiseen ei juuri ole olemassa, vaan hyödyt näkyvät mahdollisesti vasta lapsen kasvaessa aikuiseksi. Kuntoutusjaksoille omat haasteensa luovat yhteiskunnan taloudelliset puitteet. Tuen tarpeen määrittämisellä on suuri merkitys, sillä jos se ei ole riittävän suuri, kuntoutusjakso voi jäädä lyhyeksi, jolloin pidempiaikainen hyöty ja asiakasperheen etu, eivät välttämättä toteudu.

Ensikotikuntoutuksessa keskiössä on vauva ja hänen perheensä. Tässä opinnäytetyössä teoreettiset viitekehykset ovat varhainen vuorovaikutus ja kiintymyssuhde, mitkä ovat ensikotityön peruspilarit. Kuntoutusprosessin jäsentämisen tarkoituksena tässä kehittämishankkeessa oli selkiyttää kuntoutuksen kulkua ja kokonaisuutta sekä luoda yhtenäisiä arviointikriteereitä. Tavoitteena oli tehdä kuntoutusta näkyväksi asiakkaille ja yhteistyökumppaneille. Tavoitteena oli saada konkreettinen tuotos kuntoutusprosessin kulusta, asiakastyöhön käytettäväksi.

Kehittämistoiminnan tavoitteena oli tuoda esiin hyviä käytänteitä arjen työssä ja yhtenäistää käytäntöjä eri yksiköiden välillä. Kehittämishankkeen konkreettisena tuotoksena syntyi juna-tuotos asiakastyöhön käytettäväksi, jossa ilmenee teemoittain asioiden käsittelyjärjestys ensikotikuntoutuksessa sekä lapsen ikätasonmukainen kehitys. Junatuotoksen käyttöön luotiin lomake, jossa asiat ovat teemoittain avattu. Tuotoksena kehittämishankkeesta syntyi myös kansiot joka yksikköön käytettäväksi. Kansioista löytyy teoriatietao lapsen kasvuun ja kehitykseen liittyen ensikotikuntoutuksen näkökulmasta ja ensikotikuntoutuksen toiminta kokonaisuudessaan. Kansio on käytännössä täydentyvä ja muuttuva.

Asiasanat: varhainen vuorovaikutus, kiintymyssuhde, ensikotikuntoutus

Sini Backman

Developing a rehabilitation process for the Helsinki mother and child home -"with the baby"

Year	2012	Pages	74
------	------	-------	----

This thesis was carried out as a development project at the Helsinki mother and child home. Developing services and analyzing the rehabilitation process is part of productization and quality assurance at the Helsinki mother and child home. The Helsinki mother and child home has paid attention to processing and making its services more visible. In social services, the benefits of working and results of rehabilitation are often not visible until several years later. There is hardly anyway of measuring a child's beneficial development and the benefits will probably be recognized only as an adult. Challenges for the rehabilitation period are caused by economical factors in society. Evaluating the need for financial aid is significant. It has an immediate effect on the length of the rehabilitation period. If that is cut short, long-term benefits and interests of the client might not be achieved.

In mother and child home rehabilitation the focus is on the baby and her/his family. In this thesis, the theoretical frame comes from early interaction and attachment, which form the foundation for care at mother and child homes. The purpose of analyzing the rehabilitation process in this development project was to clarify the process of rehabilitation as a whole, and to create general evaluation criteria. The target was to productize rehabilitation for clients and cooperative partners and to create a concrete model for the process of rehabilitation which could be used in working with clients.

The purpose of the development project was to share good methods for everyday work and to standardize procedures between different units. As a concrete product of the development project was a "process train", which maps the procedure of rehabilitation thematically as well as measuring the child's development with peers of the same age level. A form was created for the "process train" to clarify the related issues. Files for each unit were also created; the files contain information on child development from the perspective of mother and child home care and a clarification of mother and child home rehabilitation as a whole. The file can be modified and updated according to need.

Keywords: early interaction, attachment, mother and child home rehabilitation

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	7
2	HELSINGIN ENSIKODIN KEHITTÄMISHANKE	8
	2.1 Kehittämishankkeen toimintaympäristö.....	8
	2.2 Kehittämishankkeen tarkoitus	9
	2.3 Kehittämishankkeen tavoitteet	10
3	VARHAINEN VUOROVAIKUTUS; HOIVAA, LÄHEISYYTTÄ JA LÄSNÄOLOA	11
	3.1 Varhaisen vuorovaikutuksen ulottuvuuksia	12
	3.2 Riittävän hyvä vuorovaikutus.....	14
	3.3 Hoivaa ja läheisyyttä syöttämistilanteissa.....	16
	3.4 Vanhemmat ja hoivaava ympäristö	17
4	KIINTYMYSSUHDE.....	20
	4.1 Kiintymyssuhdeteoria	20
	4.2 Kiintymyssuhteen vaikutuksia	21
	4.3 Erilaisia kiintymysmalleja.....	24
5	VARHAISEN VUOROVAIKUTUKSEN JA KIINTYMYSSUHTEEN VAIKUTUKSET MIELEN JA TUNTEIDEN SYNTYYN.....	27
	5.1 Mielen syntymekanismit ja rakentuminen fysiologisesti	28
	5.2 Tunnetilojen säätely & mielellistäminen	32
	5.3 Itku tunteen ilmaisijana.....	34
	5.4 Stressi, negatiivinen tunnereaktio	35
	5.5 Trauma, mielen negatiivinen muisto	36
6	VAUVAN IKÄTASON MUKAINEN KEHITYS ENSIKODIN PERHEKUNTOOUTUKSEN TYÖSKENTELYN JA ARVIOINNIN POHJANA	38
	6.1 Tuotos arjen työskentelyyn.....	38
	6.2 Odotusaika ja asiakkaaksi tulo.....	39
	6.3 Vauva 0-2kk, tutustumista ja turvallista arkea	41
	6.4 Vauva 2-6kk, kohtaaminen ja toisiinsa suuntautuminen	45
	6.5 Vauva 6-9kk, sitoutuminen yhdessäoloon - vuorotteleva leikki	48
	6.6 Vauva 9-12kk, jaetut kokemukset - erossa olemisen haasteet.....	50
7	OPINNÄYTETYÖPROSESSI	53
	7.1 Opinnäytetyön raamit	54
	7.2 Prosessissa käytettävät menetelmät.....	55
	7.3 Opinnäytetyön aloitus, Matkalle lähtö	57
	7.1 Väliasema, uudelleen muokkaus.....	60
	7.2 Matkalla kohti päteypysäkkiä	60

8	ARVIONTI	62
8.1	Tavoitteiden saavuttaminen	62
8.2	Seuranta	63
8.3	Tuotoksien sykli	64
8.4	Looginen viitekehys.....	65
8.5	Kuntoutusprosessin kehittäminen suhteessa tuotteistamisprosessiin.....	65
9	POHDINTA	67
9.1	Ammatillinen kehittyminen	67
	Lähteet	70
	Liitteet.....	74

1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni oli osa Helsingin ensikodin perhekuntoutusrakenteen kehittämishanketta. Helsingin ensikoti on lastensuojelulaitos, joka tarjoaa ympärivuorokautista kuntoutusta runsaasti tukea tarvitseville vauvaperheille. Opinnäytetyöni idea syntyi tarpeesta saada kuntoutukselle jäsenystä ja väliarviointeja sekä tehdä palvelua näkyväksi. Nämä ajatukset olivat jo useita vuosia puhuttaneet työntekijöitä ja asiakkaita. Osittain rakenteen kehittämistä oli kokeiltu käytännössä, mutta se ei siirtynyt arkeen vakituisesti toimintatavaksi.

Tämä opinnäytetyö jakautuu kolmeen eri osioon; teoriapohjaan, joka on teoreettisena viitekehyksenä perhekuntoutuksen rakenteelle, kehittämishankkeen prosessin kuvaukseen, jossa kuvataan hankkeen kulkua kronologisessa aikajärjestyksessä ja esitellään tuotoksen kehittelyä työskentelymenetelmäksi sekä pohdintaan ja arviointiin koko kehittämishankkeesta. Alkuosiossa on teorian tietoa perhekuntoutuksen rakenteessa olevien asioiden pohjaksi työntekijöille. Teoriapohjaa on koottu useista eri lähteistä, tarkoituksena saada tiivis tietopaketti ensikodin työntekijöille. Opinnäytetyön toisessa osiossa on prosessin kuvausta, kuinka kehittämishanke on saanut alkunsa ja kulkenut eteenpäin ja miten matka jatkuu. Opinnäytetyön kolmannessa osiossa esitellään tuotosta, sen syntyprosessia ja sitä, kuinka se on eri vaiheiden kautta otettu työmenetelmäksi.

Tässä opinnäytetyössä asioita tarkastellaan lastensuojelun asiakasperheiden näkökulmasta. Teoriapohjan tarkoituksena on tuoda uutta tietoa työntekijöille varhaisen vuorovaikutuksen merkityksestä aivojen kehitykselle sekä kiintymyssuhteen merkityksestä aivojen kehitykseen erityisesti perhekuntoutusjakson aikana tehtävässä työssä.

Tarkoituksena kehittämishankkeessa on ollut kehittää kuntoutusta läpinäkyvämmäksi ja saada rakennetta selkiytettyä sekä työntekijöille, asiakkaille että yhteistyökumppaneille. Tarkoituksena oli myös saada hiljaista tietoa ja osaamista näkyviin ja yhtenäistää eri yksiköiden käytänteitä. Tarkoituksena oli luoda asiakastyöhön väline asioiden käsittelyyn konkreettisesti ja selkokielellä.

Nykypäivän kehitys ja yhteiskunnan rakenteet tuovat haasteita elämässä selviytymiseen ja arjen hallintaan. Nuorilla perheillä lapsuuden kokemukset ja kehityksen keskeneräisyys luovat haasteita selviytymiseen vauvan kanssa. Ensikotikuntoutuksessa tuetaan ja ohjataan arjessa selviytymiseen vauvan kanssa ja vakautetaan vauvaperheen elämään. Ensikotikuntoutuksessa korostuu vauva ja asioita tarkastellaan vauvan näkökulmasta.

2 HELSINGIN ENSIKODIN KEHITTÄMISHANKE

Helsingin ensikoti ry on kansalais- ja lastensuojelujärjestö, jonka ensisijaisena tehtävänä on tukea lasta odottavia ja pienten lasten perheitä vanhemmuudessa ja arjen hallinnassa siten, että lapsi saa kasvaa riittävän turvallisesti ja että hän saa ikä- ja kehitystasoaan vastaavan hoivan. Helsingin ensikoti ry tuottaa sekä ympärivuorokautisia laitospalveluita että avopalveluita. Tiivistä yhteistyötä tehdään kuntien lastensuojelun ja muiden viranomaistahojen kanssa. Ensikotitoiminnan kohderyhmänä ovat vanhemmuudessa ja elämänhallinnassa runsaasti tukea tarvitsevat vauvojen ja pienten lasten perheet. Toiminnalla pyritään tukemaan vanhempien omia kykyjä, taitoja ja jaksamista sekä vahvistamaan niitä siten, että lapset saavat kasvaa ja kehittyä turvallisesti ja ikätasonsa mukaisesti. (Helsingin ensikodin toimintakertomus 2010, 3-4).

Kehittämishanke toteutettiin Helsingin ensikodilla, Vallilan kaikissa yksiköissä. Kehittämishankkeen tarve nousi työntekijöiltä ja kuntoutusprosessin jäsentämisen tarpeesta. Ensikodin kehittämishanke kuntoutuksen rakenteeseen liittyen, toteutettiin vuosina 2010-2012 ja sen seuranta ja arviointi jatkuu edelleen.

2.1 Kehittämishankkeen toimintaympäristö

Ensikotikuntoutuksessa perheen kanssa työskentelyllä halutaan turvata suotuista alku vauvan kehitykselle sekä vanhemman ja lapsen väliselle vuorovaikutukselle. Kuntoutuksessa tuetaan vanhemman ja vauvan yhdessäoloa sekä positiivista vuorovaikutusta vanhemman ja lapsen välillä. Tavoitteena on kiintymyssuhteen syntyminen vauvan ja vanhemman välille, vanhemmuuden herääminen ja vahvistuminen sekä yhteisen arkielämän taitojen ja rakenteiden oppiminen perheenä.

Ensikodin keskeinen työ on arjen tasapainottamisessa, säännöllisen rytmin ja rutiinien luomisessa. Ympärivuorokauden läsnä oleva henkilökunta ohjaa asiakasperheitä eteen tulevilla arjen tilanteissa sekä antaa vanhemmille heitä tukevaa huomiota ja palautetta. Henkilöstön moniammatillisuus mahdollistaa kokonaisvaltaisen otteen perheen auttamiseen. Vauvat ovat kaikessa toiminnassa aina keskiössä. Vallilassa toimii kolme kuntouttavaa ympärivuorokautista yksikköä Balanssi, Triangeli ja Kaneli sekä päiväryhminä avopalveluna toimiva perhekuntoutus Varvara. (Helsingin ensikodin toimintasuunnitelma 2012).

Helsingin ensikodin asiakkaina ovat raskaana olevat sekä jo synnyttäneet äidit. Asiakkuuksissa on erilaisissa elämän kriisitilanteissa uupuneita vanhempia, perheitä, joissa vanhemmilla on erilaisia psyykkisiä tai sosiaalisia ongelmia, maahanmuuttajaperheitä, lapsi- ja teinivanhempia sekä heikkolahjaisia ja kehitysvammaisia vanhempia. Lapsivanhemmilla tarkoitetaan alle 16-vuotiaita äitejä ja isiä. Kaikki nämä perheet tarvitsevat runsaasti tukea. (Helsingin ensikodin toimintakertomus 2010).

Ensikotikuntoutusta toteutetaan yhteisökuntoutuksen periaatteilla. Yhteisökuntoutus on yhteisön jäsenten välistä yhteistyötä ja vuorovaikutusta arjessa. Yhteisö toimii vertaistukena vauvan hoidossa ja kasvatuksessa sekä muissa arkeen liittyvissä asioissa. Asiakkaiden tavoitteita tutkitaan arjessa keskustellen ja viikoittaisissa yhteisökokouksissa, joissa käsitellään myös yhteisön yhteisiä asioita. Päivittäinen yhteinen aamukokous, ruoan valmistaminen ja ruokailu, yhteisökokoukset sekä juhlat ja retket ovat tärkeä osa asiakkaiden kuntoutusta. (Helsingin ensikodin toimintasuunnitelma 2012).

2.2 Kehittämishankkeen tarkoitus

Ensikodin kehittämishankkeen idea lähti johtajan ja työryhmän halusta uudistaa kuntoutuksen rakennetta ja saada työhön lisää asiakkaiden osallisuutta. Kehittämishankkeen alkuperäinen tarve nousi esiin, kun asiakkaiden kuntoutusjaksot olivat kestoltaan pitkiä ja osittain pitkän kuntoutuksen hyödyllisyyttä oli vaikea arvioida. Vauvan tarpeita ja suotuisaan kasvuun vaikuttavia tekijöitä sekä vauvan ääntä haluttiin saada enemmän esiin kuntoutusprosessissa. Idea jalostui toisen projektin avulla sekä työryhmän kehittämispäivillä siten, että haluttiin jakaa kuntoutuksen kulkua pienempiin osiin, etenkin vauvan näkökulmasta tärkeisiin kehitysvaiheisiin. Kuntoutusprosessin jäsentämiseksi luotiin myös arviointeja lyhyemmillä aikaväleillä. Ensikotikuntoutusta haluttiin myös näkyvämmäksi sekä asiakkaille että yhteistyökumppaneille.

Kehittämishankkeen teoreettiset viitekehykset ovat ensikotityöskentelyn perusta ja kehittämishankkeen kaikki tuotokset luotiin varhaisen vuorovaikutuksen ja kiintymyssuhteen teoriaosuuksissa nousseiden asioiden pohjalta. Ensikotikuntoutus perustuu varhaisen vuorovaikutuksen tukemiseen ja kiintymyssuhteen vahvistamiseen ja sen vuoksi teoriaosuudessa käsitellään laajasti näiden asioiden vaikuttavuutta vauvan kehitykseen. Tiedon lisääntyessä näistä asioista, kuntoutuksessa pystytään entistä enemmän kiinnittämään huomiota ja pyritään vaikuttamaan vauvan ja vanhemman arjessa ilmenneisiin haasteisiin. Kokonaisvaltaisen tuen ja ohjauksen avulla ensikotikuntoutuksessa mahdollistetaan turvallinen ja hyvä yhteisen elämän alku.

2.3 Kehittämishankkeen tavoitteet

Kehittämishankkeessa oli useita eritasoisia tavoitteita. Tavoitteet tarkentuivat ja muokkautuivat uudelleen hankkeen edetessä. Tavoitteita ositettiin ja tarkennettiin yhdessä kuntoutustyöryhmän ja koko työyhteisön kesken.

Organisaation tavoitteena oli:

- kehittää ensikotikuntoutusta ja tuotteistamisen avulla saada näkyväksi ensikodin toimintaa ja eri prosesseja
- luoda jäsenelty kuntoutusprosessin malli
- saada tuotos yhtenäistämään eri yksiköiden käytänteitä ja saada aineistoa perehdytyksen tueksi, uusille työntekijöille

Työyhteisön tavoitteena oli:

- selkiyttää kuntoutuksen kulkua ja sen eri vaiheita sekä työntekijöille että asiakkaille
- tuoda työnkuvaa ja kuntoutuksen kulkua näkyväksi etenkin asiakkaille, mutta myös yhteistyökumppaneille
- luoda tuotos asiakkaiden ja työntekijöiden tueksi vauvan ikätasonmukaiseen hoitoon
- kehittää ensikotityötä ja pohtia työn vaikuttavuutta kuntoutuksen aikana

Asiakastyön tavoitteena oli:

- saada asiakkaille helpommin ymmärrettävää teoriaa vauvan tarpeisiin ja ikätasonmukaiseen hoivaan liittyen
- saada tuotoksen avulla vauvan ja vanhemman vuorovaikutussuhteeseen tukea ja voimistaa kiintymyssuhdetta ja sen syntymistä
- saada uusi konkreettinen tuote työskentelyyn vauvan ja vanhemman arjessa

Henkilökohtaisena tavoitteena oli:

- projektin hallinnan omaksuminen vastaamalla kehittämishankkeen läpiviennistä
- uusien, kehittyneiden työskentelymuotojen luominen yhteistyössä työyhteisön ja johtajan kanssa
- opinnäytetyön toteuttaminen omalla työpaikalla ja opinnäytetyön valmiiksi saaminen

Tavoitteisiin palattiin prosessin eri vaiheissa ja muutostilanteissa niiden tärkeys korostui. Tavoitteiden avulla oli helppo palauttaa sekä omaan että työyhteisön mieleen mitä ollaan tekemässä ja miksi. Työntekijä vaihdosten yhteydessä tavoitteiden avulla oli helppo perustella hankkeen tarkoitusta uusille ihmisille.

3 VARHAINEN VUOROVAIKUTUS; HOIVAA, LÄHEISYYTTÄ JA LÄSNÄOLOA

”Kattoo toisiaan ja huomioi toisiaan, sitä se on se vuorovaikutus” (Ensikotiäidin ajatus vuorovaikutuksesta.)

Ensikotikuntoutuksessa työskentely perustuu varhaisen vuorovaikutuksen tukemiseen. Ensikotikuntoutukseen tullaan usein odotusaikana, jolloin varhainen vuorovaikutus alkaa kehittyä vauvan ja vanhemman välille. Vauvan syntymän jälkeen varhaisen vuorovaikutuksen merkitys vauvan kehitykseen kasvaa ja tässä ensikodin työntekijöillä on ainutlaatuinen mahdollisuus tukea sitä. Varhainen vuorovaikutus on aluksi perushoivaa ja ohjaamalla vanhempia antamaan oikeanlaista hoivaa ja vastaamaan vauvan tarpeisiin riittävän nopeasti, hyvä vuorovaikutussuhde on taattu.

Aika, jolloin äiti luonnostaan keskittyy vauvaansa, ei kestä kauan. Äidin side vauvaan on aluksi voimakas ja sille tulisi antaa aika ja rauha, joka sille luonnostaan kuuluu. Vastasyntynyt vauva tarvitsee äidin rakkautta. Vauva tarvitsee niitä asioita joista äiti suoriutuu hyvin jos hän on levollinen, luonnollinen ja työhönsä syventynyt. Ihmisen terveys perustuu hänen lapsuuteensa ja erityisesti ensimmäisten viikkojen ja kuukausien aikana saamaansa hoivaan. Vauvalle ei merkitse se niin paljoa että hänelle annetaan oikeata ruokaa oikeana aikana, kuin se että häntä syöttää joku joka pitää lapsensa syöttämisestä. (Winnicot 1981, 27-29.)

Vauvan hoivaaminen on syöttämistä, vaipan vaihtoa, pukemista ja nukuttamista. Hoivaan kuuluu myös hellä koskettaminen, sylissä pitäminen, vauvan katselu ja suukottaminen päivittäisissä tilanteissa. Hoiva on vauvan pahanolon huomioimista ja lohduttamista. Hoivaan kuuluu päivittäisestä rytmistä huolehtiminen. Hyvän hoivan tunnistaa hoitajan herkkyydestä vastata vauvan fyysisiin ja psyykkisiin tarpeisiin. Ensimmäisten kuukausien aikana hoivaaja voi auttaa lasta sopeutumaan ulkomaailmaan pitämällä vauvaa paljon sylissä ja antamaan läheisyyttä sekä olemalla läsnä vauvalle. (Schön 2010, 25; Salo & Tuomi 2008, 10-11.)

Jokaisella vauvalla on itsessään kasvun ja kehityksen edellytykset. Jokaisessa lapsessa on elämän kipinä, ja tämä kova halu kohti elämää, kasvua ja kehitystä on osa lasta. Se kipinä on jotakin, joka syntyy lapsen myötä ja jota kuljetetaan eteenpäin tavalla, jota meidän ei tarvitse ymmärtää. Pyrkimys kohti elämää ja kasvua on vauvassa myötäsytynäinen. (Winnicot 1981, 29.)

Syntymästä alkaen vauvalla on valmiudet olla tekemisissä toisten ihmisten kanssa. Vauva kykenee etsimään aktiivisesti vuorovaikutusta ja säätelemään omaa käyttäytymistään vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa. Varhaisessa vuorovaikutuksessa vanhempi vaikuttaa vauvaan ja vauva vanhempaansa. Suhde vauvan ja vanhemman välillä kehittyy toistuvasta ja jatku-

vasta vuorovaikutuksesta. Tämä vuorovaikutus muuttuu kehityksen kuluessa, mutta vanhemman ja lapsen suhde jatkuu koko eliniän. Perusta kaikille myöhemmille ihmissuhteille rakentuu tästä suhteesta. (Mäntymaa&Tamminen 1999.)

3.1 Varhaisen vuorovaikutuksen ulottuvuuksia

Varhainen vuorovaikutus on vauvan kanssa toimimista päivittäisissä tilanteissa. Vauvan ja vanhemman välinen hyvä suhde rakentuu hoitamisesta, ihailusta ja läsnäolosta. Varhaisen vuorovaikutuksen muodostavat kaksi yhteen kietoutuvaa prosessia: vanhemman hoivakäyttäytyminen ja lapsen kiintymyskäyttäytyminen. Vauvan psyykkiselle kehitykselle on tutkimusten mukaan erittäin tärkeää vuorovaikutus kasvotusten vanhemman kanssa. Varhaisten hoivakemusten avulla vauvalle muodostuu vuorovaikutusmalli, joka sisältää lapsen sisäistyneen käsitteiden omasta itsestään ja häntä hoitavista aikuisista. (Antikainen 2007, 376.)

Vauva on sosiaalisesti aktiivinen syntymästään saakka ja hän omaa perusvalmiudet kommunikointiin. Muutaman tunnin ikäinen vauva kykenee ottamaan ja lopettamaan katsekontaktin sekä pystyy matkimaan ilmeitä ja erottaa tutut äänet. Vanhemman tehtävä on toimia vauvan tulkkina vaihtuvissa ja monimutkaisissa mielenliikkeissä. Vanhemman tulee vuorotellen vaikuttaa ja tulla vaikutetuksi toisen mielen kanssa ja tämä tapahtuu kuuntelemalla, ihmettelemällä ihaillemalla ja vastaamalla vauvan tarpeisiin. Näin vauva oppii luottamaan maailmaan ja muihin ja saa tunteen, että hän on arvokas ja rakastettu. (Kanninen 2007, 74.)

Mäntymaan (2006, 13) väitöskirjan mukaan varhaisessa vuorovaikutuksessa vauvan ja vanhemman välillä voidaan heti alusta alkaen, vauvan ollessa kahden kuukauden ikäinen, tunnistaa piirteitä, jotka ennustavat lapsen hyvinvointia ja kehitystä seuraavan kahden vuoden aikana. Tutkimuksessa lapsen tai vauvan kroonisiin tai toistuviin terveysongelmiin havaittiin yhteyksiä jos vuorovaikutuskäyttäytymisessä ilmeni puutteita. väitöskirjassa ilmeni että suuri vaikuttavuus vuorovaikutuskäyttäytymiseen pienen vauvan kanssa, oli äidin lapsuudenaikainen suhde hänen omaan äitiinsä.

Äidin vihamielisyys tai tunkeilevuus sekä vauvan vuorovaikutuskäyttäytymisen puutteet lisäävät vauvan riskiä tulla arvioiduksi temperamentiltaan vaikeaksi. Mäntymaan (2006, 14) väitöskirjan tutkimuksen tulokset viittaavat siihen, että tärkeä vauvan selviytymisen määrittäjä, saattaa olla äiti-vauva-parin yhteinen sopeutumiskyky eli kyky sopeutua ja saavuttaa tasapaino keskenään, mutta myös muihin ihmissuhteisiin nähden ja suhteessa muihin sisäisiin ja ulkoisiin tekijöihin.

Varhaisessa vuorovaikutuksessa suuri merkitys on myönteisten tunteiden jakamisella ja vauvan aloitteiden rikastuttamisella. Liiallinen intensiivisyys vuorovaikutuksessa voi olla kuitenkin haitallista vauvalle, koska pieni vauva jaksaa olla vastavuoroisessa kontaktissa vain pieniä aikoja kerrallaan. Normaalissa vuorovaikutussuhteessa vanhempi ymmärtää tämän ja osaa lukea vauvaansa. Vanhempien tärkeä tehtävä on suojeleva vuorovaikutus, jossa psyykkisen ja fyysisen suojan lisäksi vanhempi säätelee ärsyketulvaa. (Kalland 2007, 64.)

Ensimmäiset mielihyvän lähteet vauvalle ovat tuoksu, kosketus ja ääni. Suurin vauvan kehityksen vauhdittaja on rakastava syli. Vanhemman sylissä vauva kokee olevansa turvassa ja lämpimässä lihakset voivat rentoutua ja hengitys syvetä, kun jännitykset poistuvat silityksen tai keinutuksen myötä. Vauva saa kokemuksen hyvästä hoivasta ja nämä tekijät vaikuttavat myös suotuisaan aivojen kehittymiseen. (Gerhardt 2004, 54.)

Uusimpien tutkimusten mukaan representaatiot ovat muistijälkiä vuorovaikutustilanteista. Aikaisempien vuorovaikutustilanteiden muisto ohjaa nykyisiä vuorovaikutustilanteita, jotka puolestaan yhdessä aikaisempien kokemusten kanssa vaikuttavat tuleviin vuorovaikutustilanteisiin. Vuorovaikutustilanteiden samankaltaisuus ja niistä muodostuvat muistijäljet muodostavat vähitellen representaation, joka on vuorovaikutustilanteiden yleistynyt muistikuva. Vauva jäsentää tapahtumia ja pystyy ennakoimaan vuorovaikutustilanteita muistijälkien ja yhdessäolon mallin avulla. Tutkimuksissa on osoitettu jo kolmen kuukauden ikäisen vauvan tietävän, mitä vuorovaikutustilanteessa äidin kanssa pitäisi tapahtua, ja hämmentyvän, jos tilanne onkin odotusten vastainen. (Mäntymaa&Tamminen 1999.)

Sosiaalisessa vuorovaikutuksessa kasvoilla ja katseella on suuri merkitys. Sosiaalinen kanssakäyminen toisten ihmisten kanssa tukeutuu voimakkaasti kasvojen havaitsemiseen. Kasvoilla näkyvistä ilmeistä tehdään arviota toisen ihmisen tunteista. Vastasyntynyt vauva seuraa mieluitien ihmiskasvoja muistuttavia kuvia. Tämä havainto viittaa siihen, että jo syntyessään ihmisellä on valmiina hermostollisia mekanismeja, jotka ovat herkistyneet käsittelemään kasvojen visuaalisia ominaisuuksia. Kehittyessään lapsen kokemukset muokkaavat havaintojärjestelmää sellaiseksi, että se suoriutuu nopeasti ja tarkasti havaitsemiseen liittyvistä tehtävistä, jotka ovat lapsen kasvuympäristössä merkityksellisiä. Lapsen havaintojärjestelmän muovaaminen on ympäristön tarjoamien kokemusten ja synnynnäisten mekanismien yhteistyön tulosta. (Hietanen 2006, 406-407.)

Katseen suunta ja silmän liikkeet välittävät informaatiota vuorovaikutuksesta vanhemman ja vauvan välillä. Katseen suuntaaminen kohti tai väistely kertovat vauvan kiinnostuksen kohteesta tai halusta vältellä vuorovaikutusta. Vuorovaikutustilanteessa katsetta käytetään vuo-

rottelun säätelijänä. Toisten ihmisten kasvojen katseleminen on palkitsevaa psyykkisen hyvinvoinnin sekä hermoston normaalin kehityksen vuoksi. (Hietanen 2006, 409,413.)

Tällä hetkellä varhaisen kehityksen teorioissa on vallalla teoria, jossa vaikuttavina tekijöinä kehityksen kulkuun pidetään geeniperimän, yksilön ominaisuuksien sekä ympäristötekijöiden keskinäistä vuorovaikutusta. Poikkitieteellisestä yhteistyöstä aivotutkimuksen ja vuorovaikutustutkimuksen välillä on syntynyt todisteita varhaisen vanhempi-lapsi-suhteen laadun merkityksestä aivojen muovautumiselle ensimmäisinä elinvuosina ja sen vaikutuksista kokonaisvaltaiselle kehitykselle. (Ahlqvist-Björkroth 2007,127.)

Ensikotikuntoutuksessa mallinnetaan katsekontaktin mahdollistavia yhdessäolohetkiä ja hoiva-tilanteiden vuorovaikutuksellisuutta korostetaan. Ohjaajat voivat näyttää erilaisin menetelmin hyviä vuorovaikutuksellisia tapoja olla vauvan kanssa. Ohjaajat nostavat päivittäisissä tilanteissa vauvan näkökulman näkyviin sekä toimivat vauvan äänenä vanhemmille.

3.2 Riittävän hyvä vuorovaikutus

Winnicotin (1981, 26) mukaan äitiys parhaimmillaan on seurausta aidosta itseluottamuksesta. Silloin kun äiti luottaa omiin mielipiteisiinsä, hän on parhaimmillaan. Epätydellinen, mutta rakastava ja parhaansa tekevä äiti on lapsen kannalta paras. Täydellinen äiti ennättää täyttämään lapsen tarpeet liian aikaisin, niin ettei lapselle ehdi muodostua mielikuvia niistä. Täydellisessä hoivassa lapsi ei joudu näkemään vaivaa minkään asian eteen, joten kehitys on hitaampaa. Sinkkosen kirjassa (2008, 84) Winnicot toteaa, että pientä vauvaa ei voi nähdä erillisenä vaan hän on yhtä äidin kanssa. Äiti toimii ikään kuin peilikuvana ja antaa lapselle takaisin tämän oman itsen ja auttaa vauvaa luomaan oman ainutlaatuisen ja todellisen itsensä.

Yleensä lapset omaksuvat vuorovaikutustaidot lähes itsestään. Lapsi alkaa viestiä aloitteellisesti ja aktiivisesti saadessaan kokemuksia myönteisestä vuorovaikutuksesta toisten ihmisten kanssa sekä havaitessaan vastavuoroisuuden hyödyllisyyden. Syntymästä lähtien kertyvät, varhaiset kokemukset vuorovaikutuksesta, luovat perustan myöhemmälle viestinnälle ja kielen kehitykselle. (Launonen 2007, 7.)

Varhaisen vuorovaikutuksen syntyminen ja jatkuminen riippuu aikuisen toiminnasta, sillä hän luo raamit vuorovaikutukselle. Aikuinen on vastuussa vastaako vauvan toimintaan, jatkaako kontaktia, millainen on fyysinen etäisyys, mitä tilanteissa tehdään ja kuinka kauan ne kestävät. Aikuinen säätlee sitä, millaiseksi vuorovaikutuskokemukset muodostuvat. Vauva vaikuttaa vuorovaikutuksen laatuun temperamentillaan ja toiminnallaan ratkaisevasti ja sopeuttaa omaa käyttäytymistään hoitavan aikuisen toimintaan. Keskinäisessä virittäytyneisyydessä van-

hempi ja lapsi mukautuvat toistensa toimintaan ja tulkitsevat toistensa viestejä. (Launonen 2007, 20.)

Vauvan ja vanhemman välinen riittävän hyvä vuorovaikutus on kehittyvien aivojen rakenteiden kannalta erityisen merkittävä. Tähän vaikuttaa vanhemman oma kehityshistoria ja kyky reflektiivisyyteen. Psykkisen selviytymisen perustana ovat implisiittiset, ennen kielellistä kehitystä rakentuneet muistot ja oletukset omasta arvosta, ihmissuhteiden luonteesta ja maailman hyvydestä. Nämä varhaisen vuorovaikutuksen muodot sisäistyvät vanhemman ja lapsen yhteistoiminnassa mielen sisäisiksi rakenteiksi. (Kanninen 2007, 73.)

Aivojen kehityksessä vuorovaikutus on keskeisessä asemassa ja erityinen merkitys on puheella, kosketuksella ja katseella. Aivojen säätelytoiminnot kehittyvät vuorovaikutuksessa. Lapsen tunnekokemukset ovat syntymästä alkaen oleellisen tärkeitä hänen kehitykselleen. Varhainen vuorovaikutus ja sen laatu ohjaavat ja säätelevät lapsen tunnekokemuksia juuri aivojen kiihkeän kypsymisen aikana eli ensimmäisinä elinvuosina. (Antikainen 2007, 376.)

Varhainen vanhempi-lapsi suhde on biokäyttäytymisjärjestelmä. Lapsen nähdessä hoitajansa vastaanottavaiset kasvot, aivorungon dopaminergiset hermosyyt aktivoituvat ja endogeenisten opiaattien erityis lisääntyy. Nämä endorfiinit vastaavat biokemiallisesti sosiaalisen vuorovaikutuksen ja sosiaalisen affektien herättämistä mielihyvän tuntemuksista ja ovat yhteydessä kiinnittymiseen. Miellyttävien tunteiden herääminen aktivoi myös sympaattisen hermoston. Hoitajan tehtävänä on tasoittaa lapsen kiihtymystä, joka voi syntyä mielipahasta, pelosta tai turhautumisesta. Hoivaaja tynnyttelee lasta ja palauttaa hänet siedettävään tunnetilaan. (Glaser 2001, 80.)

Tutkimusten mukaan vuorovaikutusprosessi on vastavuoroinen, joten vanhempi ja vauva säätelevät yhdessä vuorovaikutusta ja sen laatua. Tutkimusten avulla vanhemman ja vauvan välisessä vuorovaikutuksessa on havaittu erilaisia vaiheita; aloite, kumppaniin kohdistuva tarkkaavuus, tervehdys, leikkidialogit ja etääntyminen vuorovaikutuksesta. (Pesonen 2010, 516.)

Varhaisen vuorovaikutuksen sisällöstä ja merkityksestä lapsen suotuisalle psyykkiselle kehitykselle, on saatu lisätietoa empiirisen tutkimuksen kautta. Teoreettisesta lähtökohdasta suurin muutos on ollut huomion siirtäminen vanhemman toimintatavasta siihen, miten vanhempi ja vauva toimivat yhdessä. Vauvan vuorovaikutusvalmiuksista on saatu uutta tietoa ja on pystytty kehittämään erilaisia vauvan kasvua ja kehitystä tukevia interventioita, jotka perustuvat mikroanalyttiseen vuorovaikutusanalyysiin. (Pesonen 2010, 518.)

Ensikotikuntoutuksessa pystytään havainnoimaan ja ohjaamaan puutteelliseen vuorovaikutukseen vuorokauden ympäri. Laitoskuntoutuksessa yöohjaaja havainnoi ja puuttuu myös yöai-

kaan jos vauvan tarpeisiin ei vastata riittävän nopeasti tai riittävän hoivaavalla tavalla. Päivällä yhteisöasuminen mahdollistaa vertaistuen sekä ohjaajien koko aikaisen ohjauksen riittävän hyvään vuorovaikutukseen ja kaikissa hoivatilanteissa voidaan olla mukana.

3.3 Hoivaa ja läheisyyttä syöttämistilanteissa

Vauvan elämä on vaikeaa. Siirtyminen kohdun hiljaisesta ja rauhallisesta ilmapiiristä ulkomaailman kirkkaasti valaistuun ja aisteja kiihottavaan maailmaan on haaste, erityisesti kun aivot eivät ole vielä kehittyneet ymmärtämään ajan kaltaisia käsitteitä tai sitä, miltä tuntuu olla erillinen henkilö. Ensimmäisten viikkojen aikana vauvat käyttävät runsaasti energiaa perusongelmaan, kohdunulkoiseen maailmaan sopeutumiseen. Isän ja äidin on autettava vauvaa säätelämään käyttäytymistään. Vauvan ilmaistessa nälkää ja siihen liittyvää fyysistä kipua vatsassa on vanhemman annettava ruokaa, jolloin vauvan ikävä tunne vatsassa poistuu. (Search & Search 2008, 24.)

Lapsen syöttäminen on lapsen ja äidin välisen rakkaussuhteen toteuttamista käytännössä. Vauvan syöttäminen on enemmän kuin ruoan antamista. Se on sosiaalisen oppimisen aikaa ja vauvat tarvitsevat runsaasti päivittäisiä harjoitushetkiä opetellessaan merkkien ja vastausten kuvioita, joissa vauva antaa merkin nälästä ja äiti vastaa siihen. Korvikemaito on hitaammin sulavaa kuin rintamaito, joten aikataulutusta ja ruokintavälien pidentäminen on helpompaa pullo-ruokinnassa. Kuitenkin vauvan epäkypsälle ruoansulatusjärjestelmälle ja vanhemman ja vauvan suhteelle, pienet, usein toistuvat ruokailuhetket olisivat parempia. Pulloruokinnassa olevaa vauvaa tulisi pidellä samalla tavalla kuin imettäessä. Anna vauvalle ruokailutilanteessa katseesi, äänesi ja kosketuksesi. Pullosta syöttäminen pitäisi olla sosiaalista vuorovaikutusta kuten imetyksin. Pullon tukeminen ruokailun ajaksi tyynyn tms. avulla voi aiheuttaa tukehtumisriskin, sekä vauvan nukahtaessa maitopullo suuhun, kariesriski lisääntyy. (Winnicot 1981, 31; Search & Search 2008, 65.)

Imettäminen auttaa tutustumaan paremmin vauvaan, koska maidoneritykseen liittyvät äidin hormonit, prolaktiini ja oksitosiini, tehostavat äidin intuitiivista hoivakkyä, ne tekevät äidistä vauvan seurassa rennomman ja tyyneemmän. Sylissä pitäminen ja kantaminen auttavat hoitajaa tuntemaan paremmin vauvaa ja vauvaa oppimaan luottamaan hoitajaansa. Vauva oppii myös hoitajan kantaessa paljon ympäristöstään. (Search & Search 2008, 13.)

Pulloruokittujen vauvojen painon on havaittu kasvavan nopeammin kuin rintaruokittujen. Tämä johtuu siitä että pullosta tulee maitoa helpommin ja vauvan luontainen ravinnontarpeen säätely häiriintyy. Rintaruokinnassa olevat vauvat pystyvät säätelämään tarvitsemaansa ravinnon määrää, mikä johtuu todennäköisesti äidinmaidossa olevista hormoneista. (Katajamäki & Gylden 2009, 292.)

Äidinmaito sisältää tuhansia eri ainesosia eli kaiken mitä lapsi tarvitsee, paitsi pohjoisella pallonpuoliskolla d-vitamiinilisää suositellaan rintaruokinnassa oleville. Äidinmaidon koostumus muuttuu imetyksetöjen myötä päivän aikana sekä imetyksen edetessä. Äidinmaito sisältää mm. hormoneja, eläviä valkosoluja, vasta-aineita ympäristössä eläviä mikrobeja vastaan sekä suolistoinfektioilta suojaavia aineita. (Schön 2010, 27.)

Ensikodissa imettävät äidit ovat vähemmistö. Usein ensikotiäidit eivät imetä vauvaa lainkaan tai imetyks on lyhytaikaista noin 1-2 viikkoa vauvan syntymästä. Imetykseen yritetään tukea imetysohjauksen ja asentojen sekä imetyksen hyötyjen esiin tuomisen kautta. Syöttötilanteissa pyritään ohjaamaan mahdollisimman samanlaisiin syöttöasentoihin ja vanhemman läsnäoloon sekä rauhoittamaan syöttötilanteita, jotta vuorovaikutus vauvan ja vanhemman välillä mahdollistuisi.

3.4 Vanhemmat ja hoivaava ympäristö

Rikas hoivaympäristö on todettu tutkimuksissa edesauttavan vauvan kehitystä. Kehityksen kannalta parhaiten vaikuttavat herkkä reagointi vauvan viesteihin, vauvan sanallisten merkkien vahvistaminen ja tiheä vuorovaikutus leikkiessä. Vauvan temperamentin hyväksyminen ja sen myötäileminen ja virikkeellinen ympäristö ensisijaisen hoivanantajan seurassa ovat kehityksen edistymiselle tärkeitä elementtejä. Vauva tarvitsee myös leikkiätilanteita, jotka rohkaisevat päätöksentekoon ja ongelmanratkaisuun. Näiden avulla vauvan hoivaympäristöstä saadaan vauvan tarpeisiin vastaava kehityksellisesti suotuista ympäristö. (Search & Search 2008, 20.)

Varhaisessa kiinnittymisessä on keskeistä että lapsi voi kokea läheisyyden, eron ja jälleennäkemisen turvallisella tavalla. Vauva kokee imettämisen läheisyytenä, nukahtamisen erona ja heräämisen jälleennäkemisenä. Vauva oppii kehonsa rajoja, tasapainoa ja uusia liikkeitä vanhempiensa kanssa, sylissä, hoitopöydällä ja lattialla. Jos vauva joutuu kehittymään ilman vastavuoroista keskustelua, hänen liikkeistään puuttuu liike johonkin suuntaan. Liikkeistä tulee itseään toistavia, monotonisia ja ne jäävät ilman vuorovaikutuksellista merkitystä. Usein vauva pyrkii vain rauhoittamaan itseään liikkeen avulla. (Kalland 2001, 205.)

Kosketuksella on kasvua säätelevä vaikutus ja erityisesti ennen aikaisesti syntyneillä vauvoilla on käytetty ihokosketusta ja ns. kenguruhoitoa apuna. Sen on havaittu mm. vähentävän itkuisuutta, tasoittavan hengitystä ja sydämen toimintaa, nopeuttavan neurologista kehitystä ja edistävän painonnousua. Kenguruhoitossa vauva lepää vatsallaan vanhemman paljaalla rintakehällä ja mieluiten useita tunteja päivässä. (Schön 2010, 26.)

Vanhemman ja vauvan välinen kommunikaatio on tunnekommunikaatiota. Varhaiseen tunnekommunikaatioon kuuluvat katsekontakti, ääntelyt, käsien ja pään liikkeet, jotka välittävät jaettava kokemusta, tunteita ja ymmärtämistä. Varhaisen kommunikaation kautta vauvan ja vanhemman aivot, erityisesti limbisen järjestelmän ja sen toiminta ovat yhteydessä ja tämä ohjaa vauvan aivojen kehitystä. Katsekontaktilla on mahdollisesti myös vaikutusta lapsen myöhempään kielelliseen kehitykseen, koska katsekontaktin yhteydessä vauvalla aktivoituu vasemman aivopuoliskon alueita, jotka osallistuvat kielentuotantoon. Tunteiden avulla voi tulla ymmärretyksi, ymmärtää toisia ja kokea yhteenkuuluvuutta. Varhaisessa vuorovaikutuksessa tunteiden jakamisen avulla pystytään myös säätelemään niitä. Vanhemman ja vauvan vuorovaikutuksessa on toistuvasti hetkiä, jolloin tunnetasot eivät kohta. Se, että huonosti yhteen sointuvasta tunnetilasta voidaan päästä hyvin yhteen sointuvaan tilaan vanhemman kanssa, muokkaa vauvan kokemusmaailmaa jäsentyneemmäksi ja edesauttaa tervettä psyykkistä kehitystä. (Mäntymaa 2007, 46-47.)

Persoonaa rakentuu monien tekijöiden yhteisvaikutuksesta, kuten synnynnäisistä perintötekijöistä, perhetekijöistä sekä ympäristöön ja kulttuuriin liittyvistä tekijöistä. Kaikista tärkein yksittäinen tekijä lapsen hyvinvoinnille ja mielenterveydelle on varhaisen vuorovaikutuksen laatu. Aivot muokkautuvat käytöstä riippuen ja varhaisessa kehityksessä merkittävimmät aivo- ja muokkaavat kokemukset riippuvat varhaisen vuorovaikutuksen laadusta. Varhaisilla traumaattisilla kokemuksilla on suurempi vaikutus aivojen limbiseen systeemiin, joka vastaa perussäätelymekanismeista ja myöhemmin mm. kykyyn selviytyä stressistä. (Kanninen 2007, 75.)

Temperamentti muodostaa ihmisen persoonan biologisen osan ja on riippumaton oppimisesta ja kokemuksista. Temperamentti on osittain perinnöllinen, geneettisesti määräytynyt sekä osittain seurausta niistä biologisista eroista, joita ihmiselle on syntynyt raskausaikana sellaisissa asioissa kuin autonomisen hermoston reagoitiherkkyys ja -voimakkuus sekä aivojen metabolia. Erot aivojen metaboliassa tarkoittavat temperamentin yhteydessä eroja aivojen välittäjäaineiden kuten serotoniinin ja dopamiinin tasoissa ja toiminnassa. Viimeaikaisten tutkimusten valossa vauvan ensimmäisten vuosien hoivakokemukset voivat muuttaa temperamentin biologista pohjaa. Eläinkokeissa on todettu että hylkäämiskokemukset ja laiminlyönti hoivassa aiheuttavat pysyviä muutoksia aivojen serotoniinisysteemiin. Serotoniini on välittäjäaine mm. stressiherkkyyden ja mielialan säätelyssä. (Keltikangas-Järvinen 2010, 28-29.)

Ihmisillä on osoitettu, aivokuvantamisen avulla, varhaisten kokemusten vaikutukset temperamentin biologiseen pohjaan. Temperamentti on persoonallisuuden pohja ja se tarkoittaa ihmisen synnynnäistä valmiutta reagoida tietyllä tavalla ympäristön ärsykkeisiin ja toimia tietyllä tyylillä. Temperamentti antaa perustan persoonallisuuden kehitykselle. Persoonallisuuden avulla ihminen toimii, päättää, tavoittelee asioita, tekee tietoisia ratkaisuja ja ohjaa elämänsä. Persoonallisuus on seurausta kasvatuksesta ja kokemuksista ja se sisältää ihmisen

oman käsityksen siitä millainen hän on ja mitkä ovat hänen selviytymiskeinonsa, arvot ja eettiset normit. (Keltikangas-Järvinen 2010, 30-31.)

Ensimmäisinä korkeammista aivotoiminnoista kehittyvät sosiaalisuuteen liittyvät toiminnot, jotka kehittyvät vasteena sosiaaliseen kokemukseen. Vauvan kehitystasonmukaista on pitää häntä sylissä kasvokkain. Ilman rakastavan hoitajan kanssa kasvokkain olemista vauvalle ei kehity hyvin orbitofrontaalinen aivokuori. Orbitofrontaalinen aivokuori kehittyy kolmeen vuoteen asti ja vauva ei voi kehittää tätä osaa yksin. (Gerhardt 2004, 52.)

4 KIINTYMYSSUHDE

Kiintymyssuhde on vauvan ja vanhemman välinen erityinen tunneside, joka alkaa kehittyä vauvalle varhaisten kokemusten pohjalta muutaman kuukauden iässä, ehkä aikaisemminkin. Lapsen hätääntyessä kiintymyssuhdejärjestelmä aktivoituu ja lapsi hakee turvaa ja lohdutusta vanhemmaltaan. Vanhempi kiintymyssuhteen kohteena toimii ikään kuin tukikohtana, josta käsin lapsi uskaltaa tutkia outoa ympäristöä ja jonne lapsi voi palata turvaan. Äidin ja lapsen kiintymyssuhteen laatu on merkittävä seikka lapsen kyvykkyyden kehittymisessä. Kiintymyssuhde ei ole lapsen luonteenpiirre, vaan samalla lapsella voi olla erilaisia kiintymyssuhdemalleja eri ihmisten kanssa. (Mäntymaa&Tamminen 1999.)

Tutkimusten mukaan kiintymyssuhteen luominen vauvan ja vanhemman välille alkaa jo raskausaikana. Erityisesti kiintymyssuhde vahvistuu raskauden edetessä, kun äiti alkaa tuntea vauvan liikkeitä ja isä voi koskea vatsaa ja tuntea potkut ja yhdessä vanhemmat juttelevat tulevalle perheenjäsenelle. Tällöin vanhemmat luovat kiintymyssuhdetta vauvaan tunteiden ja mielikuvien avulla. (Punamäki 2011, 97,100.)

Ensimmäisenä elinvuotenaan lapsi alkaa kiinnittyä toiseen ihmiseen muistijärjestelmään perustuvien mallien avulla. Proseduraalinen muisti säilöo tietoa, miten viedä läpi toimintojen järjestys mm. motoriset ja sosiaaliset vuorovaikutustaidot. Tämä muistijärjestelmä säätelee päivittäistä toimintaa siihen saakka, kunnes yksilö havahtuu huomaamaan odotusten ja kokemusten välillä eron, jolloin mentaalista tapahtumasta tulee tietoinen. (Hautamäki 2001, 28, 29.)

4.1 Kiintymyssuhdeteoria

Kiintymyssuhdeteorian mukaan pieni lapsi muodostaa tunnesiteen eli kiintymyssuhteen läheisiin ihmisiin perheen piirissä. Suhteesta lapsi saa lohtua, turvaa ja hoivaa. Lapsi kiintyy niihin, jotka omistautuvat hänelle ja säilyttävät häneen fyysisen ja psyykkisen yhteyden. Tieteellinen tutkimus on osoittanut, että lapsi voi muodostaa kiintymyssuhteita useisiin eri ihmisiin. Ensimmäisenä ikävuotena lapsella on tavallisesti kolmesta viiteen rinnakkaista ihmissuhdetta. (Silven&Kouvo 2010,70.)

John Bolwby loi kiintymyssuhdeteorian perusteet ja hänen pääajatuksenaan siinä on, kuinka äidinriisto ja äidin rakkauden menetys voivat vakavasti uhata lapsen kehitystä. John Bolwbyn teoria käsittelee kiintymyssuhdetta tapana varmistaa turvallisuutta, eli kun lapsi kokee olonsa turvalliseksi, hän pystyy ja haluaa tutkia ympäristöään. Toisaalta Bolwbyn mukaan kiintymyssuhde on lapsen tapa organisoida käyttäytymistä suhteessa hoitajaansa ollessaan hädissään tai uhan alaisena. (Hautamäki 2001, 24; Hautamäki 2011, 29.)

Melanie Klein ja John Bolwby kiinnostuivat turvattomien lasten ihmissuhteista ja niihin liittyvän ahdistuksen laadusta. Klein kuvasi turvattomien lasten kärsivän pelokkaista, heihin itseensä kohdistuvan uhan ja vainon tunteista sekä tunne-elämän lohkoutumisesta. Bolwby kuvasi turvattomien ihmissuhteiden muotoja, joissa lapsi vetäytyy tai vastustaa kontaktiin tuloa. Näiden lasten tunne-elämä ja ihmissuhteet voivat olla melko kaoottisia. Selviytyäkseen ahdistuksesta nämä lapset joutuvat kehittämään suojamekanismia, jotka koko ajan aktivoituaan saattavat vaurioittaa kehitystä. Lapsen kärsimyksen ja hädän huomiotta jättäminen sekä riittävän tuen puuttuminen voivat näkyä jo vauva-ikäisillä kehitysviiveinä ja oppimishäiriöinä. (Schulman 2011, 22,23.)

Kiintymysteoria on biologinen teoria lapsen kiinnittymisestä hoivaavaan aikuiseen eloonjäämisen turvaamiseksi. Alkuun vauva kiinnittää huomion itkun avulla ja myöhemmin liikkumaan opittuaan hakeutuu aikuisen läheisyyteen. Kiintymyssuhde antaa lapselle konkreettisen, välittömän suojan ja muokkaa aivojen kehittyviä rakenteita. Kiintymyssuhteessa lapsi oppii miten saa perustarpeisiinsa vastauksen. Sisäistynyt kiintymysmalli heijastaa lapsen sopeutumista vanhemman kykyyn toimia. Kiintymyssysteemi aktivoituu tilanteissa, joissa ihminen kokee tilanteen uhkaavaksi joko fyysisesti tai psyykkisesti. Pienelle lapselle äidin poissaolo on uhkaava tilanne. (Kanninen 2007, 76).

Ainsworthin 1960-luvulla kehittämä luokittelusysteemi kiintymyssuhteelle jaottelee kiintymysmallit kolmeen eri pääluokkaan. Näitä ovat turvallinen, turvaton-välttelevä ja turvaton-ristiriitainen kiintymysmalli. Turvallisessa kiintymyksessä lapsi ilmaisee avoimesti tunteita ja hakee turvaa ja lohtua häntä hoivaavalta aikuiselta. Vauvalle on syntynyt sisäistynyt kokemus, että tarpeisiin vastataan. Kiintymyssuhteen laatu vaikuttaa lapsen kykyyn tunnistaa, ilmaista ja säädellä tunteitaan ja toimintaansa. Riittävän hyvä kiintymys mahdollistaa eläytymiskyvyn, mielikuvitusleikkien syntymisen sekä joustavuuden sosiaalisissa tilanteissa. Kiintymyksen ollessa laadultaan hyvää, on pienempi riski kärsiä käytösongelmista. Turvallisessa kiintymyssuhteessa kasvaneiden ihmisten on helpompi kestää stressiä ja haastavia elämäntilanteita myöhemmin elämässään. (Kanninen 2007, 77.)

4.2 Kiintymyssuhteen vaikutuksia

”Vauva itkee jos ei näe äitiä, kiinnittymisen näkee siitä” Ensikotiäidin ajatus kiintymyssuhteesta.

Kiintymyssuhde vanhemman ja lapsen välillä voidaan ymmärtää myös tunteiden säätelyn välineeksi. Vanhemman ja lapsen läheisyyden säätelyllä on suuri merkitys lapsen turvallisuuden tunteeseen. Ellei säätely onnistu, lapsi saattaa vaimentaa ja vähentää kiintymyssuhdekäyttäytymistään ja tunneilmaisujaan, eikä hakeudu vanhemman läheisyyteen. Lapsi voi myös koros-

taa voimakkaalla tunneilmaisilla vaillejäämistään, koska ei pysty ennakoimaan millaisen vasteen vanhemmaltaan saa. (Mäntymaa 2007,47.)

Vanhemman sensitiivisyys eli kyky ja herkkyys vastata lapsen viesteihin on turvallisen kiintymyssuhteen perusta. Jos lapsi kokee uhkaa, pelkoa tai muita epämiellyttäviä tuntemuksia, on vanhemman osattava tulkita oikein lapsen kokemuksia sekä vastattava asianmukaisesti hänen tarpeisiinsa. Alle vuoden ikäisenä turvallisuuden ehtona on vanhemman konkreettinen läsnäolo. (Punamäki 2001,181.)

Kiintymyssuhteen merkitys lapsen turvallisuudentunteen ylläpitäjänä ja ympäristön tutkimisen helpottajana on keskeinen lapsen osaamisen kehittymiselle. Hoitajan avulla lapsi pyrkii "ko koamaan" itsensä ja pitämään yllä jatkuvuuden, mielekkyyden sekä hyvänolon kokemusta itsestään suhteessa muihin. (Hautamäki 2001,24.)

Kiintymyssuhde syntyy erityisistä kokemuksista, joissa lapsi saa olla vuorovaikutuksessa läheistensä kanssa. Jos vauva kokee menettävänsä yhteyden kiintymyksen kohteeseen, hän ilmaisee läheisyyden tarpeensa kiintymiskäyttäytymisellä. Vauva hakee läheisyyttä katseen, ääntelyn, hymyn tai itkun keinoin tai tulemalla fyysisesti lähemmäs. Lapsen turvallisuuden tunnetta voi uhata mikä tahansa arkinen tilanne. Lapset ovat erilaisia siinä, kuinka rohkeasti he tutkivat ympäristöään, kuinka paljon jakavat kokemuksiaan ja kuinka pitkään he pyrkivät säilyttämään läheisyyden läheiseen ihmiseen. Kun läheinen ihminen vastaa lapsen tarpeisiin katsomalla ja puhumalla lempeästi lapselle, nostamalla lapsen syliin, halaillemalla tai suukottelemalla lasta, hän ilmaisee hoivakäyttäytymistä. Jos kiintymyksen kohde ei vastaa vauvalle, vauva kokee kasvavaa epävarmuuden, pelon tai ahdistuksen tunnetta, koska hän mieltää jäävänsä yksin. Tällöin vauva voimistaa itkuaan, konttaa kiintymyksen kohteen perään tai takertuu häneen. Jos vauvan tarpeisiin ei vastata johdonmukaisesti ja riittävän usein ja ennakoitavasti, lapsi voi ajan myötä oppia ylläpitämään läheisen ihmisen läsnäoloa joko tukahduttamalla tai voimistamalla läheisyyden tarpeen ilmaisun. (Silven&Kouvo 2010, 71-73.)

Kiinnittyminen on erityislaatuinen sidos vanhemman ja vauvan välillä, tunne joka vetää puoleensa. Äidillä se alkaa raskausaikana kehittyvästä tunteesta. Vuorovaikutus kehittyy koko ajan raskausajasta alkaen. Ensimmäisinä kuukausina äidin ja lapsen välinen kiintymyssuhde on useissa perheissä näkyvämpi ja voimakkaampi kuin isän ja lapsen välinen. Isät pystyvät kiinnittymään myös syvästi vauvaansa, mutta kiintymyssuhde on toisentyypinen. Isän reagoidessa vauvan itkuun herkästi ja vastaamalla hänen tarpeisiinsa isä luo vahvan kiintymyssuhteen vauvaan. Kiinnittyminen on toisen tuntemista ja kiinnittynyt vanhempi näkee vauvan persoonana, jolla on omat erityiset tarpeet ja mieltymykset. Vauvan käyttäytymistä koskeva tieto auttaa vanhempaa tunnistamaan vauvan eri olotilat ja tunteet. (Search & Search 2008, 15-16.)

Kiintymys rohkaisee vauvoja luottamaan vanhempiinsa tuen ja lohdutuksen lähteenä, minkä vuoksi heistä tulee itsevarmempia. Kiinnittymiskäyttäytyminen on perustava piirre lapsen kehityksessä. Kiinnittymiskäyttäytyminen määritellään riippuvuussuhteessa olevan hoitajan läheisyshakuisuudeksi silloin, kun vauva tuntee olonsa jostain syystä epämukavaksi, esimerkiksi kivun, pelon, kylmän tai nälän vuoksi. Vauva pyrkii lähemmäs hoitajaa siinä uskossa että hoitaja pystyy vähentämään epämukavuutta ja palauttamaan lapsen mielen tasapainon. Tämä on biologinen vaisto ja vauva ei voi olla toistuvasti pyytämättä hoitajaa vastaamaan kiinnittymistarpeeseensa. Aikuisten reaktioiden perusteella lapsi rakentaa sisäiset toimintamallit itseltään ja vanhemmasta. Nämä mallit ovat lapsen käsityksiä itsestään ja siitä miten muut tulevat kohtelemaan häntä. Kiinnittymissuhteen yhtenä tehtävänä on suojata kehittyviä aivoja kohonneen glukokortikoiditason mahdollisilta haittavaikutuksilta. Turvattomasti kiinnittyneillä lapsilla on todettu sydämen lyöntitiheyden vaihtelun olevan suurempaa. Vauvaiän turvallisella kiintymisellä on myönteisiä vaikutuksia kognitiiviselle, emotionaalille ja sosiaaliselle kehitykselle. (Carter 2009, 133; Sinkkonen & Kalland 2001, 84,86,152.)

Kiintymysvanhemmuus tarkoittaa ennen kaikkea mielen ja sydämen avaamista lapsen yksilöllisille tarpeille. Kiintymysvanhemmuus on sitä että oppii ymmärtämään vauvan viestit ja reagoimaan niihin asianmukaisesti. Varhainen kiinnittyminen syntyy heti synnytyksen jälkeen ja kun synnytyksen jälkeen vietetään runsaasti aikaa yhdessä, vauvan luontainen kiinnittymistä edistävä käyttäytyminen sekä äidin intuitiivinen biologiaan pohjautuva huolenpito pääsevät yhdistymään. Vauvalla on tarpeita ja vanhemmat pystyvät vastaamaan niihin ja perhe saa hyvän alun, jos he pysyttelevät paljon yhdessä vauvan ensimmäisen kuuden viikon ajan. Isän varhainen kiinnittyminen vauvaan onnistuu, kun hän osallistuu ja muodostaa tunneyhteyden vauvaan heti synnytyksen jälkeisinä päivinä ja viikkoina. (Search & Search 2008, 10,12.)

Aikuisuudessa varhaiset kiintymyssuhteet toimivat ihmissuhteiden malleina. Varhaisen vuorovaikutuksen kokemukset vanhemman kanssa opettavat vauvalle, kuinka ihmissuhteet toimivat, hyvässä ja pahassa. Siitä lähtien reagointi on lähes samanlaista läheisissä ihmissuhteissa ja muiden odotetaan myös reagoivan varhaislapsuuden mallien mukaisesti. Tukea, huolenpitoa ja ennakkointia tarjoavat turvalliset ihmissuhteet ovat olennainen osa suotuisaa kehitystä koko elinkaaren ajan. Turvalliset varhaislapsuuden ihmissuhteet auttavat säätelemään vauvan kehittymättömän elimistön toimintaa ja ne toimivat pohjana tunnesäätelyn opettelulle. Terveet ihmissuhteet noudattavat koko eliniän toistuvaa ja luonnollista kaavaa, jossa keskinäinen yhteys on olemassa, se katkeaa ja solmitaan uudelleen. (Boon, Steele&Van Der Hart 2011, 278,279.)

4.3 Erilaisia kiintymysmalleja

Pieni lapsi pyrkii aktiivisesti kiinnittymään päivittäiseen hoitajaansa. Lapsi pyrkii ylläpitämään läheisyyttä ja yhteyttä hoitajaansa erityisesti uhan edetessä. Vauvan yhteydenpitotapoja ovat imeminen, katsekontakti, hymy, itku, jäljittely, ääntely, jokeltelu, seuraaminen, syliin pyrkiminen ja kiinni tarraaminen. Tavastaan kiinnittyä hoitajaansa lapsi kehittää kiintymyssuhteitaan. Vauvan tapa kiinnittyä hoitajaansa riippuu hänen mahdollisuuksistaan käyttää hoitajaa turvallisena perustana, kun tutkii ympäristöään. (Hautamäki 2001, 21-22.)

Tutkimuksissa on havaittu, että äidin raskausaikana tehtyjen haastattelujen tulokset ovat ennakoineet tulevan kiintymyssuhteen laatua. Ennustavin tekijä on vanhemman kyky reflektiivisyyteen, siihen miten hän hahmottaa oman menneisyyden merkitystä omalle persoonallisuudelleen ja toiminnalleen. Turvallinen aikuinen kykenee eläytymään lapsen hätään, nimeämään tunteita ja lohduttamaan lasta sekä ymmärtää oman toimintansa vaikutuksia lapsen kannalta. (Kanninen 2007, 79.)

Erot vauvojen kiintymyssuhteissa johtuvat vaihteluista lasten geneettisestä perimästä ja kasvuympäristössä ja näiden yhteisvaikutuksesta. Kiintymyskäyttäytymiseen vaikuttavat neurofysiologinen perusta aivoissa. Aivokuoren alla olevat rakenteet säätelevät sitä ja vanhemmilta peritty geenistö aiheuttaa yksilöllisiä eroja aivojen toiminnassa. On tutkittu, että tapa, jolla ihminen suhtautuu uusiin ihmisiin, odottamattomaan tapahtumaan tai uuteen sosiaaliseen tilanteeseen, on synnynnäisen temperamentin määräämää. Luontainen temperamentti selittää, kuinka nopeasti ja voimakkaasti lapsi kokee uhkaa uusissa tilanteissa. Se ei kuitenkaan riitä perusteluksi sille, millä tavalla lapsi oppii säätelemään turvallisuuden tunnettaan. Luottamus toisen saatavilla oloon jäsenyyä aina suhteessa kiintymyksen kohteeseen. Näin ollen läheiseen turvautumisen määrän, voimakkuuden ja ajallisen keston täytyy olla luontaisen temperamentin lisäksi kokemalla opittua. (Silven&Kouvo 2010, 79.)

Vauvojen käyttäytymisen erot heijastelevat eri tavoin jäsenyneitä kiintymystyyppejä. Turvalisesti kiintynyt lapsi ilmaisee tunteensa avoimesti, koska kokemus on opettanut että läheinen ihminen on saatavilla tarpeen vaatiessa. Tällainen vauva on kiinnostunut ympäristöstään ja jakaa mielellään kokemuksiaan toisten kanssa. Väsymys tai nälkä tai liian paljon uusia asioita ympärillä saavat vauvan hakeutumaan vanhemman seuraan eikä usein vieraan aikuisen lohdutukset kelpaa. (Silven&Kouvo 2010, 75.)

Turvattomia kiintymystyyppejä on kahta erilaista. Välttelevästi kiintynyt lapsi on muodostanut tarpeen luottaa itseensä, koska läheisyyttä ei ole ollut samassa määrin saatavilla kuin turvallisessa kiintymyssuhteessa. Vaikka lapsi toisinaan jakaa uudet kokemuksensa vanhemman kanssa, hän leikki mielellään itsekseen. Tavallisesti hän ei hae vanhemman läheisyyttä turval-

lisuuden tunnetta uhkaavassakaan tilanteessa ja hyväksyy vieraan aikuisen lohdutusyrityksen. Tällainen lapsi ei ilmaise ilahdustaan vanhemman näkemisestä, vaikka olisi aiemmin jopa itkenyt yksikseen. (Silven&Kouvo 2010, 77.)

Vastustavasti kiintynyt lapsi ilmaisee riippuvaa käyttäytymistä, koska läheinen ihminen on ollut epäjohdonmukaisesti saatavilla. Vauvan tutkimustoiminta ei viritä vieraassa ympäristössä, vaan uudet kokemukset herättävät lapsessa hätäännystä ja nopeasti kasvavaa epävarmuuden tunnetta, jota läheisen ihmisen läsnäolo ei kokonaan karkota. Jos lapsi ahdistuu voimakkaasti, vieraan aikuisen lohdutusyritykset ainoastaan pahentavat tilannetta. (Silven 2010, 77.)

Jäsentymätön kiintymystyyppi saattaa näkyä ristiriitaisena toimintojen sarjana. Vauva saattaa esimerkiksi kontata vanhemman luokse ja pyrkiä syliin, minkä jälkeen hän välttelee läheisyyttä ja jähmettyy paikalleen. Jäsentymätön käytös saattaa näkyä kaavamaisesti toistuvina toimintoina tai omituisina asentoina. Vauva voi mm. heijata itseään tai lyödä päätä seinään, kun vanhempi palaa vauvan luokse lyhyen eron jälkeen. Myös hidastettu liikehdintä tai jähmettyminen voivat kertoa vauvan jäsentymättömästä kiintymyskäyttäytymisestä. Jotkut vauvat osoittavat selvää pelkoa vanhempaa kohtaan ja tämä voi näkyä mm. lihasjännityksenä tai pelokkaina ilmeinä. Perheissä joissa esiintyy traumaattisia elämäkokemuksia, masennusta, lapsen laiminlyöntiä ja pahoinpitelyä, alkoholismia, väkivaltaa tai kaksisuuntaista mielialahäiriötä vauvojen kiintymystyyppi on useimmiten jäsentymätön. Näissä perheissä on havaittu vanhemman toimivan epäsensitiivisesti ja vanhemmat toimivat hoivatilanteissa pelokkaasti tai pelottelevasti. Tämä on ongelmallista vauvan kannalta koska vauvat ovat biologisesti viritettyjä hakemaan vanhempansa läheisyyttä kokiessaan uhkaa tai turvattomuutta. Vauvan kannalta kiintymyksen kohteesta on tullut sekä pelon lähde, että ratkaisu pelottavaan tilanteeseen. (Silven&Kouvo 2010, 78.)

Lapsen sisäistäessä kokemuksia laiminlyönneistä hoivassa, kyseessä on välttelevä kiintymyssuhde. Lapsi oppii välttämään ei-sallittujen tunteiden ilmaisua. Ulkoisesti tällainen lapsi voi pärjätä hyvin erilaisissa tilanteissa, mutta kehityksellinen riski on, ettei lapsi opi, eikä kykene saamaan kiinni omista ydinemootioistaan, eikä myöhemminkään elämässään turvaudu toisten ihmisten apuun. (Kanninen 2007, 78.)

Ristiriitaisessa kiintymyssuhteessa vanhempi toimii epäjohdonmukaisesti toistuvasti. Vanhempi toimii omien mielentilojensa mukaisesti, eikä ota huomioon vauvan emotionaalisia tiloja tai tarpeita. Vanhemman epäjohdonmukaisuus johtaa vauvan turvahakuisuuden jatkuvaan viritäytymiseen, jolloin vauvan mieli ei pääse rauhoittumaan eikä voimavaroja voi suunnata leikkiin ja uuden oppimiseen ympäristöstä. Lisäksi kaoottisesti tai hämmentyneesti toimivien lasten kiintymys luokitellaan organisoitumattomiksi. Lapsi ei tiedä voiko lähestyä vai täytyykö vetäytyä tilanteessa. Organisoitumattomilla lapsilla on myöhemmin todettu olevan eniten

emotonaalisia, sosiaalisia, kognitiivisia vaikeuksia tunteiden säätelyssä, aggressiivisuutta, keskittymisvaikeuksia ja dissosiativisia oireita. (Kanninen 2007, 78.)

Kiintymyssuhteen laadusta riippuen lapset kehittävät erilaisia ratkaisuja tarpeidensa tyydyttämiseksi. Riittävän hyvässä kiintymyssuhteessa lapsella on perusturvallisuuden tunne ja vanhempi kykenee säätelemään vauvan erilaisia tunnetiloja riittävän onnistuneesti. Vanhempi kykenee ymmärtämään ja vastaamaan ikätason mukaisesti vauvan muuntuviin tarpeisiin. (Kanninen 2007, 77).

Hyvän kiintymyssuhteen omaavat vauvat kasvavat ja kehittyvät paremmin kokonaisvaltaisesti. Kun energiaa ei tarvitse käyttää viiden minuutin huutoon, vaan tarpeisiin vastataan heti, energiaa jää enemmän ympäristön tutkimiseen, oppimiseen ja havainnointiin. Hormonit vaikuttavat sekä vauvan että äidin fysiologiaan ja käyttäytymiseen. Vauvat joilta puuttuu riittävä kiinnittymisen kokemus, eivät kasva kunnolla. He vaikuttavat surullisilta tai välinpitämättömiltä. Hyvin kiinnittyneet vauvat hakevat katsekontaktia, ovat luottavaisia ja pitävät läheisyydestä. (Search & Search 2008, 24.)

5 VARHAISEN VUOROVAIKUTUKSEN JA KIINTYMYSSUHTEN VAIKUTUKSET MIELEN JA TUNTEIDEN SYNTYYN

Lapsen mieli syntyy varhaisen vuorovaikutuksen tunnekokemusten ja aivojen toiminnallisen kehityksen yhteydestä. Hoiva ja hyvä vuorovaikutus edesauttavat aivojen ja mielen suotuisaa kehitystä, sekä toimivat suojaavina tekijöinä traumaattisilta tai muilta haitallisilta kokemuksilta. Varhaisessa kehitysvaiheessa traumaattiset tapahtumat ovat erityisen haavoittavia, koska ne sekä muuttavat aivojen toimintaa ja jäsentävät kehittyviä aivoja. Aivojen plastisuus mahdollistaa monenlaisiin tilanteisiin sopeutumisen ja läpi elämän jatkuvan oppimisen. Integroitumattomia prosesseja tai jo syntyneitä haitallisia yhteyksiä aivoissa pystytään hoitamaan ja korjaamaan aivojen plastisuuden avulla. (Mäntymaa 2007, 43.)

Ihmissuhteiden ja aivojen toiminnallisen kehityksen yhteydestä syntyy ihmisen mieli. Kokemukset vuorovaikutuksessa vaikuttavat neuroniyhteyksien laatuun ja siihen mitkä synapsit jäävät toiminnallisiksi. Tunteet vaikuttavat aivojen toiminnalliseen järjestäytymiseen. Aivojen limbistä järjestelmää pidetään "tunneaivona". Limbisen järjestelmän rakenteet osallistuvat tunteiden ja mielialan säätelyyn. Oikeaa aivopuoliskoa pidetään keskeisenä tunnekokemusten prosessoinnissa ja tunteita ilmaisevien eleiden ja ilmeiden tunnistamisessa. Äidit usein tuodittavat vauvaa vasemmalla käsivarrellaan, riippumatta kumpi käsi on ja tämä oletettavasti johtuu siitä, että emotionaalinen kommunikaatio mahdollistuu paremmin. Vasen korva tunnistaa paremmin musiikkia ja puheen melodisia tekijöitä ja oikea korva puheen rakenteita. Vanhemman pitäessä vauvaa vasemmalla käsivarrellaan, vauva pystyy vasemmalla korvallaan kuulemaan puheen tunnesävyjä. (Mäntymaa 2007, 46.)

Lapsen psyykinen kehitys voi häiriintyä suotuisissakin olosuhteissa ja psyykkisesti terveitä lapsia kasvaa ja kehittyy myös vaikeissa olosuhteissa. Kehityspsykopatologian alueella keskeinen tutkimusmielenkiinto kohdistuu siihen, millä mekanismeilla erilaiset psyykkiset, sosiaaliset ja biologiset tekijät vaikuttavat lapseen ja hänen kehitykseensä. Perheestä, sosiaalisesta ympäristöstä ja vauvasta voidaan löytää riski- ja suojatekijöitä psyykkisen kehityksen turvaamiseksi. Riskitekijän laatua merkittävämpi seikka on riskien määrä, eikä riskin vaikutus ole suoraviivainen eikä spesifinen. Perheen ja sosiaalisen ympäristön tekijät vaikuttavat myös vanhemman kykyyn täyttää vanhemmuuden tehtäviä. Vanhempien keskinäinen riitely ja fyysinen väkivalta vaikuttavat haitallisesti lapseen, kun taas vanhempien keskinäinen läheisyys on yhteydessä sensitiivisyyteen vanhempana toimimisessa ja turvalliseen kiintymyssuhteeseen ja vaikuttaa myönteisesti lapsen kehitykseen. (Mäntymaa & Tamminen 1999.)

Tunteiden määrittelyminen on haastavaa. Ne ovat sarja joustavia vasteita ja reaktioita, joita tarvitaan arvioitaessa erilaisia tilanteita. Tunteet auttavat päätöksenteossa, tiedon prosessoinnissa, tarkkaavuuden suuntaamisessa ja valmistavat meitä nopeisiin motorisiin suorituksiin. Tunteet ovat välttämättömiä sosiaalisen käyttäytymisen muovaamisessa ja säätelemisessä. Vauvalle sensitiivisyys on välttämätöntä suotuisan kehityksen mahdollistuessa. Sensitiivisyys on määritelty sellaiseksi käytökseksi, joka miellyttää lasta ja lisää lapsen hyvää oloaan, käytös, joka kiinnittää lapsen huomion ja vetää häntä kontaktiin, vähentää lapsen epämuokavuuden tunnetta ja ahdinkoa. (Sinkkonen 2008, 88,90.)

Ihmiskehon monimutkaisin elin ovat aivot ja ne ovat luultavasti monimutkaisin ihmiskunnan tuntema järjestelmä. Aivot sisältävät miljardeja hermosoluja, jotka lähettävät jatkuvasti signaaleja toisilleen, ja tuo signaalien lähettely luovat ihmismielen. (Carter 2009, 15.)

Psyykinen kehitys on jatkuvaa vastakkaisten voimien ja vaikutusten välistä kamppailua ja yhteensulautumista. Kehitys luo koko ajan uutta rakentamalla vaihe vaiheelta jo aiemmin koetulle. Varhaisemmat kokemukset ovat osa mielen rakenteita, vaikka ne olisivat olleet vaikeita, ne on siedettävä ja integroitava osaksi omaa elämää. Mielenterveyden välttämätön edellytys on suojaa ja turvallisuuden tunnetta tuottavan hoivasisäistyksen sekä rakastettavan ja rakastavan minuuden rakentuminen varhaislapsuudessa. (Mankinen 2007,128.)

Aivojen varhaisen tunneperäisen kehityksen loppuvaiheen muodostavat itsen kehittyminen eli sanallisen minän kehittyminen. Vauvan keinot kommunikoida syntyvät asteittain. Alussa on kosketus, josta painopiste siirtyy näönvaraiseen viestintään ja toisella ja kolmannella elinvuodella mukaan tulee sanallinen kommunikaatio. (Gerhardt 2004,63.)

5.1 Mielen syntymekanismit ja rakentuminen fysiologisesti

Aivot alkavat muotoutua sikiöaikana jo noin neliviikkoisena. Kaksi ensimmäistä raskauskolmanneksesta aivojen kehitys on hermosolujen muodostumista ja yhdistämistä sekä sen varmistamista, että jokainen aivojen alue kasvaa missä ja miten pitääkin. Ravinto on elintärkeää aivojen kasvulle ja kehitykselle raskausaikana. Välttämättömiä ravintoaineita aivojen kehittymisen kannalta ovat foolihappo, b12-vitamiini ja proteiini. Näiden puutokset voivat aiheuttaa epämuodostumia tai osa aivoista voi jäädä kokonaan kehittymättä. Aliravitsemus jarruttaa aivojen hermosolujen ja niiden yhteyksien kehittymistä. Rautaa ja sinkkiä tarvitaan neuronien vaeltamiseen oikeille paikoilleen. (Williams 2009,17.)

Aivokuoren kuusikerroksinen rakenne muotoutuu eri kehitysvaiheiden aikana. Solutasolla aivot koostuvat hermosoluista ja hermoston tukisoluista. Näitä syntyy raskausviikoilla 6.-7. kantasoluista suurina joukkoina. Raskauden toisen kolmanneksen aikana käynnistyy hermosolujen

verkostoituminen, joka johtaa eri aivoalueiden yhteistyöhön. Vaikka aivokuoren rakenne on valmis raskauden viimeisen kolmanneksen aikana, synapseissa tapahtuu taukoamatonta uudistumista, joka muuttaa hermoverkkoja. Nämä ennen syntymää alkaneet kehityskulut aivoissa jatkuvat pitkälle syntymän jälkeen ja osittain läpi elämän. (Silven 2010,47-49.)

Ensimmäisessä vaiheessa varhaisista hermosoluista syntyy neuraalipoimu, joka sulkeutuu neuraaliputkeksi 18. -24. raskauspäivän välissä. Neuraaliputken sisälle jäävistä soluista kehittyy keskushermosto. Neuraaliputken yläpään kehittyvistä rakkuloista eli vesikkeleistä, muodostuvat aivojen rakenteelliset osat ja neuraaliputken alaosa kehittyy selkäyttimeksi. Noin kuudennelta raskausviikolta alkaen tapahtuu varhaisten hermosolujen vaellus, joka päättyy noin kuudennella raskauskuukaudella. Tämän jälkeen solut erilaistuvat, kypsyvät ja alkavat muodostaa ulokkeita, aksoneita ja dendriittejä, joiden avulla hermosolut yhdistyvät toisiinsa. Aivojen rakenteellinen kehitys tapahtuu siis pääosin raskausaikana ja toiminnallinen kehitys syntymän jälkeen. (Mäntymaa 2007, 44.)

Normaalisti sikiö on hyvässä suojassa ulkomaailmalta ja istukka ehkäisee tehokkaasti myrkyllisten yhdisteiden kulkua äidin verenkierrosta sikiöön. Joskus jotkin myrkyt pääsevät tunkeutumaan kohtuun istukan läpi ja niiden vaikutukset lapseen riippuvat annoksesta ja ajoituksesta. Jo pelkkä stressi voi olla myrkyä. Eläinkokeiden avulla on todettu että altistuminen äidin stressihormoneille voi johtaa lapsen ylivilkkauteen ja levottomuuteen. Eläinkokeiden avulla on myös todettu että elohopea kykenee läpäisemään istukan ja tuhoamaan soluja sikiön pikkuaivoista ja aivokuorelta. Alkoholilla aiheuttaa myös ongelmia sikiön kehitykseen, sillä se tappaa hermosoluja ja muuttaa välittäjäaineiden toimintaa aivoissa. Myös nikotiini kulkeutuu kohtuun ja vaikuttaa sikiön välittäjäaineisiin. Tupakointi hidastaa veren virtausta sikiöön, mikä rajoittaa hapen ja ravinteiden saantia. (Williams 2009,18.)

Ihmisen kognitiivinen kehitys alkaa jo sikiöaikana. Hermosto kehittyy, aisti-informaatio saavuttaa keskushermoston kaikkien aistien osalta kuukausia ennen syntymää ja aistinelimet kehittyvät. Keskushermoston normaalille kehitykselle on jo sikiöaikana välttämätöntä aisti-informaation ja hermojen välinen viestintä. Muisti ja oppiminen ovat mahdollisia loppuraskauksesta. Sosiaalinen kehitys alkaa jo ennen syntymää, koska vastasyntynyt tunnistaa "heijonnan" hajun ja äänen perusteella. (Huotilainen 2006, 138.)

Aivokuori vastaa havaitsemisesta, muistamisesta, ajattelusta ja tavoitteisesta toiminnasta. Raskauden toisen kolmanneksen lopussa sikiössä on havaittavissa monipuolista aistitoimintaa, jonka varassa liikkumisen, näkö- ja kuulohavaintojen sekä muiden mielen perustoimintojen kehitys jatkuu syntymän jälkeen. (Silven 2010, 49.)

Aivojen kehittymiseen raskausaikana riittää yleensä monipuolinen ruokavalio ja lisävitamiinit. Tehoton istukka voi aiheuttaa ongelmia ja istukan tehottomuuteen vaikuttavat tupakointi, korkea verenpaine ja stressi. Aivoilla on kuitenkin turvajärjestelmä, sillä ne tuottavat tuplasti enemmän hermosoluja kuin lopulta tarvitaan. Kaikkia puutoksia ei voida kuitenkaan korjata. Esimerkiksi sikiöaikainen raudanpuute vaikuttaa aivojen kehitykseen kolmeen ikävuoteen asti, vaikka lapsi saisi lisärautaa heti syntymästään asti. (Williams 2009,18.)

Raskauden loppuvaiheessa kun sikiö muistaa ja kuulee, aivoja rakentavat myös äänet ja aistimukset. Loppuraskauden kokemukset ovatkin tärkeitä aivojen kehitykselle ja oppimiskyvylle. Aivot voivat siis hyvin raskausaikana, kun äiti syö terveellisesti, välttää alkoholia, tupakkaa ja muita myrkyjä, eikä stressaa. Oppimisen ensimmäiset merkit ilmaantuvat 22.-24. raskausviikoilla. Noin 30. raskausviikolla sikiö pystyy muodostamaan muistoja musiikkikappaleista ja äidin äänestä ja nämä kuvat kestävät yli syntymän. Myös kielen omaksuminen alkaa ennen syntymää ja vastasyntynyt erottaa äitinsä puhuman kielen muista. (Williams 2009,18.)

Hippokampus, ohimolohkon ja etuotsalohkon aivokuori sekä pihtipoimun etuosa ovat kaikki kehittymättömiä syntymässä. Niiden kasvun onnistuminen ja perimään perustuva kehitys riippuvat yksilön saamien hyvien kokemusten määrästä. Runsaat myönteiset kokemukset elämän alussa tuottavat runsain hermoyhteyksin varustetut, rikkaasti verkostoituneet aivot. (Gerhardt 2004,56.)

Syntymä muuttaa aivojen toimintaa melko vähän. Vie kahdesta kolmeen kuukautta, ennen kuin aivokuorella on vipinää muuallakin kuin tuntoalueilla, jotka toimivat jo ennen syntymää. Otsalohkot käynnistyvät 6-12 kuukauden iässä, mikä sytyttää emootiot, kiintymiskyvyn, suunnittelun, työmuistin ja tarkkaavaisuuden. Minän taju kehittyy kun päälaenlohkon ja otsalohkon hermoverkot linkittyvät noin puolentoista vuoden iässä. Näiden varhaisten vuosien kokemukset muovaavat aivoja voimallisesti. Laiminlyönti tai kovakätinen vanhemmuus voi muuttaa niitä pysyvästi. Hylkääminen tai trauma saattaa vaikuttaa myöhempään stressinsietoon ja altistaa masennukselle tai ahdistushäiriöille. Tutkimusten mukaan huolehtiva ympäristö sekä yhteiset leikit, kuten kukkuu-leikit, lastenlorujen lurittelu ja palikoiden pinoaminen ja lajittelu ovat kaikki mitä lapsi tarvitsee älykkyydosamääränsä kasvattamiseksi ja elinikäisen oppimisen sytyttämiseksi. (Williams 2009, 18-19.)

Keskushermoston kehitys etenee tietyssä geneettisessä järjestyksessä alemmista korkeampiin aivokeskuksiin ja takaosasta kohti etuosaa. Emotionaalista kommunikaatiota tapahtuu oikean aivopuoliskon limbisessä järjestelmässä. Alkeellisin limbisen järjestelmän säätelysysteemeistä on mantelitumake ja se toimii heti vauvan syntymän jälkeen. Mantelitumake on välttämätön pelon tunnistamisessa ja sen ilmaisemisessa. Pihtipoimun toiminta käynnistyy vähitellen 3-

9kk:n iässä ja se tunnistaa jo monimutkaisiakin sosiaalisia ärsyksiä, yhteisiä mielihyvän kokemuksia ja eroahdistusta. (Sinkkonen 2001,68,72.)

Syntyessään vauvojen aivoissa on hermosoluja, jotka kuljettavat ajatuksia aivoissa. Vauvan neuroneista useat ovat vielä syntymän hetkellä kytkeytymättömiä ja järjestymättömiä. Vauvan kasvaessa aivot kasvavat ja ensimmäisen vuoden loppuun ne ovat kasvaneet kooltaan kaksinkertaisiksi. Aivojen kasvaessa myös hermosolut kasvavat ja yhdistyvät toistensa kanssa. Näiden uusien yhteyksien avulla vauvan elämään tulee järjestystä. Hän oppii ja tallentaa muistoja ja erilaisia kokonaisuuksia hermojen verkostoon. Hermosolujen kytkeytyminen toisiinsa ja yhteyksien syntyminen ovat suoranaisesti yhteydessä vauvan vuorovaikutukseen ympäristönsä kanssa. Vauvan harjoiteltua elämänsä ensimmäisinä kuukausina satoja ärsyksiä ja reaktion yhdistelmiä, hän tallentaa erilaisia mielikuvia. Lopulta vauva on muodostanut aivoihinsa kiintymystilanteista muistoja, joiden perusteella kehittyy itseyden tunteet. Tämä assosiaatioiden perusta auttaa vauvaa ennakoimaan vastaukset tarpeisiinsa. (Search & Search 2008, 18-19.)

Aivojen toiminnallisessa kehittämisessä keskeistä on synapsien syntyminen ja kehittyminen toiminnallisiksi sekä ylimääräisten yhteyksien karsiutuminen ja näitä toimintoja ohjaavat ympäristöstä saadut kokemukset. Informaation kulku tapahtuu hermosolun sisällä sähköisenä ja hermosolusta toiseen tieto välittyy kemiallisesti. Kemialliseen tiedonvälitykseen osallistuu paljon välittäjäaineita, kuten serotoniini, dopamiini ja noradrenaliini. (Mäntymaa 2007, 44.)

Aivojen kehitys on voimakasta lapsen ensimmäisenä elinvuotena. Neuroneita vastasyntyneellä on yhtä paljon kuin aikuisella, mutta niiden väliltä puuttuvat yhteydet eli synapsit. Hermonverkon kypsymistä ohjaa geneettinen koodi. Vauvan aivot tarvitsevat ympäristöärsyksiä, jotka ovat turvallisia, hoivaavia, ennustettavia, toistuvia sekä lapsen ikätasoon soveltuvia. Jos lapsi elää ympäristössä, jossa hän ei saa hellää käsittelyä, vastavuoroista katsekontaktia tai puhetta, synapsiitokset aivoissa katoavat. Nämä puutteet aivojen kriittisten kehitysvaiheiden aikana voivat johtaa pysyviin puutteisiin kognitiivisissa kyvyissä. (Ahlqvist-Björkroth 2007, 131.)

Vauvan tai pienen lapsen kokiessa tullessa vastaanotetuksi vuorovaikutuksessa, aivoissa aktivoituvat ne alueet, jotka erittävät endorfiineja. Ne ovat biologinen vaste sosiaaliseen vuorovaikutukseen ja sen herättämiin mielihyvän kokemuksiin. Jos vauva saa epä johdonmukaista hoivaa tai tulee hylätyksi, aivojen toiminta käynnistää fysiologisen polun, joka nostaa lisämunuaisen kortisolin eritystä. Verenkierron kohonnut kortisolitaso aktivoi aivoissa pelko-stressikehän, joka aiheuttaa vauvalle kohonneen valppaustilan. Vauva voi olla ylireagoiva ja herkkä kokemaan pelkoa, ahdistusta ja stressiä. Lapsen on myös tällöin vaikea säädellä tunteilijaan itse. Vauvan ja pienen lapsen kokemukset varhaisesta ympäristöstään muovaavat

hänen aivojaan pysyvästi. Aivojen kehitys jatkuu läpi lapsuuden ja nuoruuden. (Ahlqvist-Björkroth 2007, 132.)

5.2 Tunnetilojen säätely & mielellistäminen

Ihmisaivojen tilavuus kasvaa ensimmäisen elinvuoden aikana enemmän kuin milloinkaan muulloin elämän aikana. Ympäristön vaikutukset muokkaavat jatkuvasti aivojen kehitystä. Ympäristön vaikutuksiin kuuluvat myös laiminlyönti ja pahoinpitely. Vuorovaikutuksessa ollessaan hoitajan täytyy pystyä arvioimaan vauvan tunnetila tarkasti, jotta hän pystyy reagoimaan vauvan tarpeisiin. Pienten lasten tunteen säätelykyky on kehittymätön ja he eivät itse pysty saavuttamaan omaa mielihyväänsä ja tarvitsevat apua oppiakseen suunnittelemaan tekojaan. Näiden tavoitteellisten toimintojen kehittyminen vaatii aivojen otsalohkojen kypsymistä, joka alkaa ensimmäisen ikävuoden lopulla. Otsalohkoilla on omat tehtävänsä tunteiden ilmaisussa ja säätelyssä. (Glaser 2001, 73, 80.)

Vanhempi tavoittaa vauvan hyvänolon tunnetilaa jakamalla sen samassa aistimodaliteetissa eli kun vauva nauraa, vanhempi nauraa, kun vauva itkee, vanhempi peilaa vauvan pahaa oloa ja lohduttaa. Vanhempi asettaa psyykensä vauvan käyttöön ja jakaa mielessään vauvan kokemuksia. Ensimmäisen kolmen kuukauden aikana vauva tarvitsee mielen rakenteiden kehittymisen vuoksi jatkuvaa vastavuoroista peilaamista. Vauva tarvitsee kokemusta siitä, että joku ymmärtää, miltä minusta tuntuu. Jos peilaaminen ei ole vastavuoroista ja vanhemman kasvot ovat ilmeettömät, vauva kääntyy pois päin. Neurobiologisesti katsottuna tämä johtaa negatiiviseen tunnekokemukseen ja ne aivojen alueet ovat vähemmän käytössä, jotka vauvassa keskittävät kiinnostusta vanhemman ääneen ja kasvoihin. Vauvan aivojen kehitys on vanhemman vastavuoroisuuden varassa. (Kalland 2007, 64.)

Vauvan ja vanhemman hyvän vuorovaikutukseen vaikuttavat ominaisuudet voidaan liittää mentalisaatioon ja refleksiiviseen kykyyn. Nämä psyykkiset toiminnot ovat lähellä empatiaa tai eläytymiskykyä ja hienotunteisuutta. Mentalisaatiolla ymmärretään sellaisia psykologisia valmiuksia, joiden avulla ymmärretään toisten ihmisten käyttäytymisen taustalla olevia mielentiloja ja mielentilojen ja käyttäytymisen välisiä yhteyksiä. Refleksiivinen kyky on mielen tapahtuma, jossa ihminen käyttää mentalisaatiota eli yrittää pohtia, mitä toisen mielessä liikkuu. Hyvän refleksiivisen kyvyn kehittyminen edellytyksenä on, että ihminen on itse saanut kokea varhaista peilaavaa vuorovaikutusta ja on kokenut oman mielensä olevan toisen mielessä. Pyrkimys ymmärtää toisen mieltä on haastavaa ja kyseleminen, avoin mieli ja hyvä epävarmuuden sietokyky auttavat kehittämään näitä taitoja. (Sinkkonen 2008, 107-111.)

Empaattisen käsityksen saamiseen itsestä ja muista ihmisistä tarvitaan reflektio- eli mielellistämiskykyä. Tämä kyky tarkoittaa kykyä ajatella ja ymmärtää sitä, mitä kokee. Puhutaan mentalisaatiosta eli erityisestä mielellistämisen lajista, joka merkitsee kykyä päätellä todennukaisesti omia ja toisten aikomuksia ja tarkoituksia. Mielellistäminen auttaa ymmärtämään omia reaktioitamme. Mielellistäminen merkitsee kykyä ymmärtää omaa mieltä ja muiden ihmisten mieliä. Se on opittu taito ja lapset oppivat sen aikanaan, jos hoivaaja on riittävän virittäytynyt kuulemaan ja vastaamaan lapsen tunteisiin ja tarpeisiin. (Boon, Steele, Van Der Hart 2011, 51-52.)

Vanhemman kykyä olla läsnä lapselleen tunnetilojen säätelijänä kutsutaan myös Winnicotin käsitteellä kannattelu. Sillä viitataan vanhemman kykyyn pitää vauva kokonaisvaltaisesti mielessä ja turvallisesti sylissä. Jos lapsi saa riittävästi kannattelevaa hoivaa ja huolenpitoa, hän sisäistää mielikuvan suojaa ja huolenpitoa saavana yksilönä. Reflektiivinen kyky mahdollistaa omien ja toisten tunteiden ja tarpeiden tunnistamisen sekä ymmärtää niiden yhteyden käyttäytymiseen. Pyrkimys reflektiivisyyteen on kehitystä suojaava tekijä, sillä toisen mielentilan tunnistaminen auttaa ymmärtämään hänen käyttäytymistään ja sitä pystyy ennakoimaan. Reflektiivisyys liittyy vahvasti vanhemmuuteen, sillä vanhemman on pyrittävä tavoittamaan ja ymmärtämään lapsen tunteita ja tarpeita. (Kalland 2007, 65.)

Vauvan pitäisi saada kokemus siitä että vanhempi kannattelee häntä psykologisesti ja että hän on vanhemman mielessä. Vanhempi voi keskittyä omiin asioihin hetkellisesti, koska vauvan tarpeet työntyvät mielessä etualalle. Vanhempi kannattelee lastaan ja pitää lähes koko ajan mielessä. Vauva-vanhemman mielessä on monikerroksinen psyykinen kokonaisuus, jonka ominaisuudet riippuvat vanhemman kyvystä eläytyä vauvan maailmaan ja tarpeisiin. (Sinkkonen 2008, 109.)

Tunteiden yhteen soinnuttamisella tarkoitetaan sitä, kun lapsi alkaa ymmärtää sisäisten tunnetilojen olevan toisten kanssa jaettavissa olevia kokemuksia. Tunteiden yhteen soinnuttamista tapahtuu koko ajan. Vanhempi voi tarkoituksellisesti tai tietämättään vahvistaa tai muuttaa vauvan tunnetilaa. Sternin mukaan tunteiden yhteen soinnuttaminen tai virittäytyminen on tunnetilojen jakamisprosessi, jossa vanhemman täytyy kyetä vauvan käytöksestä tulkitsemaan vauvan sisäinen tunnetila ja vastaamaan vauvan käyttäytymiseen sopivalla tavalla. Soinnuttamisessa myös vauvan täytyy ymmärtää, että vanhemman vastaus liittyy hänen alkuperäiseen tunnetilaansa. Tunteiden yhteen soinnuttamisen ja tunnetilan jakamisen avulla vanhempi kykenee muuttamaan tai vahvistamaan lapsen tunnetilaa. (Mäntymaa & Tamminen 1999.)

Vanhemman ja vauvan välinen kiintymyssuhde vaikuttaa vauvan käyttäytymiseen ja on osatekijänä tunteiden säätelyssä. Vauva pyrkii lisäämään turvallisuuden tunnettaan säätelemällä

läheisyyttä vanhempaan. Vuorovaikutus- ja tunnekokemukset, jotka johtavat kiintymyssuhteen kehittymiseen vaikuttavat myös aivojen toiminnalliseen kehitykseen. (Mäntymaa ym. 2003, 461-462.)

5.3 Itku tunteen ilmaisijana

Fyysinen läheisyys minimoi lapsen itkua ja siten myös itkun kielteisiä fysiologisia vaikutuksia lapseen. Itkun aikana lapsen kehossa ilmenee voimakas kiihtymystila, sydämen toiminta lisääntyy, stressihormonien taso kohoaa ja veren happipitoisuus pienenee. Itku onkin ensisijaisesti hätäsignaali. Vastasyntyneillä itku saattaa palauttaa sikiöaikaisen verenkierron, jolloin vähähappinen veri palaa verenkiertoon eikä ohjaudu keuhkoihin ja tämän lisäksi aivojen verenkierto häiriintyy myös. (Schön 2010, 26.)

Vauvan itku on hänen kielensä ja se on vauvan keino kertoa, että jotain on pielessä, voitko korjata sen. Se on arvokas signaali, jonka avulla turvataan lapsen eloonjääminen ja sen avulla vanhempien hoivataidot kehittyvät. Mitä herkemmin vauvan itkuun vastataan, sitä paremmin vauva oppii luottamaan hoitajaansa ja omiin viestintätaitoihin. Ensin vanhempi ei välttämättä erota, mitä vauva yrittää itkullaan kertoa, mutta mitä enemmän äiti kuuntelee ja vastaa vauvalle, sitä paremmin hän alkaa ymmärtää, mitä vauva sanoo ja tuntee vauvaa paremmin. Jos itkuun ei vastata tai vastataan aina viiveellä, ei vauvan itkuisuus vähene, vaan saattaa johtaa entistä voimakkaampaan ja häiritsevämpään itkuun jatkossa. Liiallinen itkeminen alentaa vauvan veren happipitoisuutta ja kohottaa stressihormonien pitoisuutta. Joskus vauvan itkulle ei löydy varsinaista syytä tai tarvetta mihin vastata, silloin vanhemman tulisi tarjota rakastava ja turvallinen syli missä itkeä ja yrittää tyyntä vauvaa hoivaten hellästi. (Search & Search 2008, 13, 86-90.)

Vauvan itkussa on useita sävyjä ja äänen voimakkuuksia. Aloitusääni vetää puoleensa kuin magneetti ja näin edistää kiinnittymistä herättämällä hoivaajassa empaattisen reaktion, joka johtaa haluun rauhoittaa vauvaa. Itkun jatkuessa ilman että kukaan vastaa siihen itkun sävy muuttuu häiritsevämmäksi, kunnes vauva ylittää huippukohdan ja vaiheen, jossa itkulla on hoivaajaan positiivinen vaikutus. Tämän jälkeen itku herättää välttämisenreaktion ja hoivaajalle voi tulla tunne ja halu päästä pois tämän parkuvan vauvan läheisyydestä. Jatkuessaan itku siirtyy raivoamisvaiheeseen ja hoivanantaja voi olla vihainen tai ärtynyt, kun ei saa rauhoitettua vauvaa ja vauva voi olla ärtyisä ja vihainen kun häntä ei ole kuunneltu ajoissa. (Search & Search 2008, 90.)

Vauvan itkussa on kaksi vaihetta. Itkun varhaisimmat äänet ovat kiintymystä edistäviä eli ne herättävät sympatiaa ja saavat aikaan vastauksen. Vastaamatta jäänyt itku kiihtyy ja siitä tulee yhä häiritsevämpää. Tällainen itku saattaa aiheuttaa hoitajassa torjuntaa. Vauvaa on

paljon vaikeampi tyyntyttää, kun hän on kiihdyttänyt itkunsa täyteen vauhtiin. Äiti ärtyy ja ahdistuu ja vauva on liian tolaltaan rauhoittuakseen imemään. Jotkut vauvat antavat periksi pitkän itkun jälkeen ja nukahtavat. Se on vauvan keino vetäytyä kivun, epämukavuuden tai nälän aiheuttamasta kokemuksesta. Silloin vauva on herätettävä uudelleen ja ruokittava, vaikka hän haluaisi ainoastaan nukkua. (Search & Search 2008, 52.)

Tehokkaimmin kiihtyneen ja ahdistuneen vauvan saa rauhoitettua puheella ja nostamalla vauvan syleilyasentoon vatsapuolelta vastakkain. Pystyasentoon nostaminen saa vauvan hermojärjestelmän aktivoitumaan, mikä voi rauhoittaa vauvaa ja henkisesti vauva valpastuu, mutta fyysisesti rauhoittuu. Fyysinen kosketus (keinuttelu, taputtelu, silittely), asennon vaihtaminen ja rauhoittava ääni saavat usein vauvan rauhoittumaan. (Stern 1997, 50.)

Lapsen pahaolo iskee suoraan vanhemmuuden perusvaistoihin. Pohjimmiltaan itkun tarkoitus on suojata vauvan elämää. Kyse voi olla fyysisestä epämukavuuden tunteesta, nälästä, kuumuudesta, kivusta tai väsymyksestä. Vauvalla voi myös olla psyykkisesti pahaolo, hän voi olla yksinäinen, turvaton tai pitkästyneenä. Itku on tapa saada apua ja huomiota, se on vauvan tapa keskustella maailman kanssa. Vanhemmat sietävät itkua eritavoin, johtuen heidän omasta kokemustaan, temperamentista, asenteista ja mielenlaadusta. Alle kolmikuiset vauvat itkevät keskimäärin kaksi tuntia vuorokaudessa. Itkuisuus lisääntyy kahden viikon iässä ja on huipussaan kuuden viikon ikäisenä ja vähenee kolmen kuukauden jälkeen. kaikilla lapsilla itku on tavallisinta ennen ruoka-aikaa ja iltaisin. (Katajamäki & Gylden 2009, 239-240.)

5.4 Stressi, negatiivinen tunnereaktio

Stressi määritellään ärsykkeeksi tai kokemukseksi, joka tuottaa negatiivisen tunnereaktion. Merkittäviä lapsuusajanstressin lähteitä ovat laiminlyönti ja pahoinpitely varhaisvuosina. Eläinkokeiden perusteella on todettu että hoitajan erottaminen lyhytaikaisestikin ja toistuvasti vastasyntyneestä johtaa stressireaktioon, mikä lisää glukokortikoidien eritystä ja siitä seuraa hippokampuksen solujen tuhoutumista. Stressin kokeminen vaihtelee yksilöiden välillä ja tämä johtuu temperamenttieroista. (Glaser 2001, 87.)

Pitkään jatkuessaan stressi ja sympaattisen hermoston yliaktiivisuus aiheuttavat lapselle elintoimintoihin muutoksia, esimerkiksi kortikosteroidien lisääntymistä aivojen aineenvaihdunnassa. Koskettamisella on tärkeä rooli vauvan stressihormonin säätelyssä. Suuria ihopintoja samanaikaisesti stimuloiva kosketus on lasta rauhoittava. Toistuva fyysinen aistimus turvallisuudesta kosketuksesta tukee keskushermoston toimintaa. Koskettaminen vahvistaa lapsen itsesäätelykykyä ja kognitiivista kehitystä hermosolujen runsaan haaroittumisen kautta. Rauhoittavan kosketuksen vaikutuksesta oksitosiini-hormonin erityks lisääntyy, mikä vahvistaa lapsen kiinnittymistä hoitavaan aikuiseen. (Antikainen 2007, 377.)

Vaara, mikä aiheuttaa stressiä, ilmenee perheissä eritavoin ja eri-ikäisillä lapsilla vanhempien väkivaltaisuuden johtaa erilainen käyttäytyminen. Tämä edistää uhkan voittamiseen kehitettäviä strategioita. Väkivaltaan taipuvaisten vanhempien viesti on vauvalle, että turvassa olakseen on opittava olemaan yksin ja hiljaa. (McKinsey Crittenden 2001, 137.)

5.5 Trauma, mielen negatiivinen muisto

Ihmislapsen elämä on täynnä vaikeuksia, haasteita, uhkia ja pettymyksiä. Osa kuuluu normaaliin kehitykseen, mutta kokemuksista tulee stressaavia, kun tilanteen vaatimukset ylittävät lapsen voimavarat. Traumakokemukset eivät kuulu normatiiviseen kehitykseen tai lapsuuteen. Ne ylittävät lapsen kestokyvyn ja vaativat häneltä itseltään ja lähiympäristöltään suuria ponnisteluja, jotta mielen tasapaino palautuisi. Traumalle on tyypillistä vaaraan joutuminen, äärimmäinen avuttomuus ja pelko vahingoittumisesta. (Punamäki 2001, 184.)

Yksittäinen traumaattinen tapahtuma vaikuttaa lapsen hyvinvointiin pitkälti kiintymyssuhteen tarjoaman turvan avulla. Turvallisesti kiintynyt lapsi selviää paremmin traumaista kuin turvattomasti kiinnittynyt lapsi. Traumaattiset kokemukset voivat piirtyä mieliimme vahvasti ja vahvat emotionaaliset muistikuvat tallentuvat aivoihin tärkeinä muistoina, jolloin ne ovat helposti palautettavissa mieleen. Erilaiset ärsykkeet ympäristössä voivat laukaista traumamuiston aivoissa, jolloin yksilöstä tuntuu, että hän olisi uudelleen keskellä traumaattista tapahtumaa. Työstämätön trauma voi tunkeutua mieleen implisiittisinä muistoina, esimerkiksi hajuina, makuina tai kosketusmielikuvina. Emotionaalisesti toistuvat vahvat kokemukset vaikuttavat eniten aivojen yhteyksiin ja rakenteisiin. Liiallinen stressi on vauvojen aivojen kannalta tuhoisaa, koska stressihormonit tuhoavat hermosolujen kehittyviä yhteyksiä. Ainoastaan rauhallisessa mielentilassa vauva pystyy suuntautumaan vuorovaikutukseen, uusiin asioihin sekä niiden käsittelyyn. (Kanninen 2007, 80.)

Lapsi jota pahoinpidellään, jonka hoitoa laiminlyödään tai joka on seksuaalisen hyväksikäytön uhrina, traumatisoituu. Varhainen traumatisoituminen voi aiheuttaa keskushermoston kehityshäiriöitä. Trauma ja kiintymyssuhdehäiriöt ovat kietoutuneita toisiinsa. Hyljeksivä, arvaamaton ja väkivaltainen vanhempi aiheuttaa traumoja ja sama käytös saa aikaan kiintymyssuhdehäiriön. Lapsi voi oirehtia näitä olemalla äärimmäisen valpas, ikään kuin olisi koko ajan uhattuna, voi käyttäytyä aggressiivisesti tai eristäytyä toisista. Toisaalta taas lapsi oppii miellyttämään ja olemaan huomaamaton, ettei käytöksellään aiheuttaisi vanhemmassa negatiivista reaktiota. (Sinkkonen & Kalland 2001, 157.)

Toistuva trauma sisäistyy mielen rakenteiksi ja se voi olla laiminlyöntiä tai kaltoinkohtelua. Toistuvien traumojen aiheuttajana on usein vanhempi tai muu läheinen aikuinen, jolloin on vaikea erottaa turvatonta kiintymyssuhdetta ja traumaa toisistaan. Pahoinpitelyn ja laimin-

lyönnin kokemusten on osoitettu näkyvän mm. kohonneina fysiologisina stressivasteina parasympaattisen hermoston toiminnassa tai kohonneina stressihormonien määränä, hippokampuksen koon pienenemisenä, pienempänä aivojen tilavuutena ja aivojen toiminnan rakenteellisina muutoksina. Työstämättömät, integroitumattomat traumat eivät aiheuta välttämättä ongelmia yksilölle itselleen, vaan ne voivat sanattoman luonteensa vuoksi toistua yksilön suhteissa muihin ihmisiin. Sanaton perintö siirtyy sukupolvelta toiselle. (Kanninen 2007,80.)

Ihmisen perimä ja varhaiset traumat vuorovaikutuksessa altistavat fysiologiseen ylireagointiin ja siten aivojen rakenteisiin. Varhaiset traumat vuorovaikutuksessa (kaltoinkohtelu tai laiminlyönti) johtavat muuntuneisiin fysiologisiin reaktioihin ja pienetkin ärsykkeet ympäristössä saavat aikaan suuria hormonaalisia muutoksia. (Kanninen 2007,76.)

Trauma saattaa vaikuttaa vauvan kehitykseen siten, että hän ylivirittyy. Vauvan autonomisen hermosto aktivoituu, hengitys on kiihtynyt ja sydämen lyöntitiheys kohonnut. Traumatisoituneet vauvat voivat reagoida myös reagoimattomuudella eli vetäytymällä ulkoisesta uhkasta omaan sisäiseen maailmaansa. Tämä voi näkyä mm. läsnäolon ajoittaisina poiskytkentöinä. Traumatisoituneiden vauvojen katse saattaa jäähmettyä ja vastavuoroinen kommunikaatio katketa odottamatta. (Punamäki 2010,131.)

6 VAUVAN IKÄTASON MUKAINEN KEHITYS ENSIKODIN PERHEKUNTOUTUKSEN TYÖSKENTELYN JA ARVIOINNIN POHJANA

Ensikotitoiminta on ehkäisevää ja korjaavaa lastensuojelutyötä, joka on tarkoitettu yksilöllistä ja vahvaa tukea tarvitseville vauvaperheille. Ensikotiin tulevat perheet, joilla on puutteita arjen hallinnassa, vauvan ja vanhemman välisessä vuorovaikutuksessa tai vauvan hoidossa. Perheillä on usein myös päihde- tai mielenterveysongelmia tai sitten tuen tarpeessa voi olla hyvin nuori tai eri kulttuurista oleva perhe. Ensikodissa tehdään lastensuojelutyötä, jonka tarkoitus on turvata vauvan ensimmäiset elinkuukaudet. Ensikotityö on sosiaalis-psykkistä hoivatyötä, jonka tavoitteena on varmistaa lapsen iänmukainen hoiva ja huolenpito turvallisessa ympäristössä. Vanhempia tuetaan antamalla heille sellaista hoivaa ja kannattelua, että vanhempi voi olla vuorovaikutuksessa oman vauvansa kanssa. Ensikodissa vauva ja vanhemmat saavat ympärivuorokautista tukea ja apua. Kuntoutus perustuu kunkin perheen yksilölliseen suunnitelmaan. Ensikodissa perhe opettelee turvallisessa ympäristössä hoitamaan vauvaa ja elämään yhdessä vauvaperheen arkea. (Henttonen 2009,29.)

Vastasyntynyt vauva näkee, kuulee, haistaa, maistaa ja tuntee kosketuksen. Vastasyntynyt vauva on virittäytynyt olemaan lähellä. Vauva tarvitsee yhteydentunnetta toiseen ihmiseen ja se on elintärkeää, koska koko vauvan varhaiskehitys on toisen ihmisen hoivan, huolenpidon ja rakkauden varassa. Näistä syistä vauvan näkökulmasta työskentely korostuu ensikodissa ja kuntoutuksen rakenne mahdollistaa työskentelyn, missä turvataan vauvalle ikätasonmukainen hoiva ja huolenpito. (Kuosmanen 2009, 26.)

6.1 Tuotos arjen työskentelyyn

Kehittämishankkeen tuotoksena on junamuotoinen työskentelyväline (ks.liite), jota käytetään asiakastyössä. Junan avulla käydään keskusteluja kuntoutuksen aikana vanhemmuuteen liittyen, odotusajasta ja sen jälkeen lapsen ikätason mukaisesti yhteen ikävuoteen saakka. Junan veturiin laitetaan vanhempien valokuvat ja käydään erilaisten symbolien avulla läpi tunteita vanhemmuuteen liittyen, kartoitetaan odotusaikaa ja reflektoidaan elämätilannetta ennen vauvaa ja tehdään mielikuvatyöskentelyä vauvasta. Ensimmäinen vaunu on odotusajan työskentelyyn sekä synnytysohjaukseen tarkoitettu. Siinä on tunnesanoja, joiden avulla tehdään vauvaa näkyväksi jo odotusaikana sekä käydään synnytystä läpi ennen ja jälkeen synnytyksen. Vaunuja on jaoteltu ikätasonmukaisesti ja niihin on liitetty tärkeimpiä sanoja eri ikä- ja kehitysvaiheessa, lapsen yksilöllisyys huomioon ottaen. Yhdessä vaunussa kulkee mukana kaikki käytettävät työskentelymenetelmät, jotta ne ovat näkyvillä.

Juna - tuotoksen taustalla on lomake kuntoutuksen rakenteesta, jossa on tiivistetyssä muodossa ikätasonmukaiset kohdat, joihin ensikotikuntoutuksessa tuetaan vanhempaa ja vauvaa. Lomake on kaksisivuinen, jotta siitä nopeasti näkee arvioitavat aihealueet kuntoutuksen edessä sekä asiakkaan on helpompi hahmottaa, mitä missäkin vaiheessa kuntoutusta häneltä odotetaan. Juna on muototunut johtajan ja projekti työryhmän suunnittelun avulla lopulliseen muotoonsa. Tunnesanoja on kerätty Vallilan yksiköiden työntekijöiltä sekä asiakkailta.

6.2 Odotusaika ja asiakkaaksi tulo

Odotusaikana tulisi käynnistyä psyykinen prosessi vanhemmuuteen valmistautumisessa. Usein äidille muodostuu vauvan kanssa vuorovaikutuksellista kanssakäymistä ja mielikuvia vauvasta. Nämä mielikuvat perustuvat äidin omiin varhaisiin, osin tiedostamattomiin, kokemuksiin, jotka aktivoituvat raskausaikana. Perusta hyvän äiti-lapsi-suhteen kehittymiseen luovat myönteiset elämäntavan muutokset ja myönteiset mielikuvat vauvasta odotusaikana. (Kalland 2011, 62-63.)

Tasapainoinen äiti tunnistaa raskausaikana vauvansa liikkeitä ja rytmit sekä vastaa niihin omalla tavallaan. Hän tunnistaa vauvan valveillaolon ja tunnetilan, onko vauva levollinen tai kiihtynyt. Tunnekokemukset ovat vuorovaikutteisia, sillä äidin mielihyvät ja -pahat vaikuttavat vauvaan sekä päinvastoin. Jotkut vauvat kadottavat jo saavutetun yhteyden synnytyksen aikana, jolloin äiti-vauva-parin on löydettävä yhteys uudelleen jatkaakseen sitä. (Siltala 2003, 22-23.)

Aivojen kehitys ulottuu raskauden ensimmäisistä viikoista nuoruusikään saakka. Vielä sen jälkeenkin tapahtuu toiminnallista muovautumista aivoissa, sillä ihmisillä on kyky oppia uusia asioita vanhuuteen saakka. Aivojen toimintaa muovaavat kaksi tekijää; luonne ja hoiva. Luonto viittaa yksilön genotyyppiin eli vanhemmilta perittyyn tiettyyn geenijoukkoon. Toinen aivoja muovaava tekijä on hoiva, joka tarkoittaa kaikkia ympäristötekijöitä, joille yksilö altistuu elämänsä aikana. (Carter 2009, 192; Mäntymaa&Puura 2011, 17.)

Lapsiveteen kertyy voimakkaina pitoisuuksina äidin nauttiman ravinnon sisältämiä maku- ja hajuaineita. Jo kahdeksannella raskausviikolla haju- ja makuaistinsolut ovat toimintakykyisiä. Lapsivesi sisältääkin tiivistetyn näytteen äidin ruokavaliosta. Vastasyntynyt käyttääkin jo sikiöaikana oppimaansa maku- ja hajuinformaatiota oman äidin maidon tunnistamiseen. Kokeemukset uuden makuisen ja hajuisen ravinnon nauttimisen ja nälän tyydyttymisen välillä ovat vastasyntyneelle voimakkaita oppimiskokemuksia. (Huotilainen 2006, 143.)

Raskausaikana noin neljän viikon päästä hedelmöitymisestä korvien muodostuminen alkaa. Viiden viikon kuluttua hedelmöitymisestä nähdään silmien kehittymisen alkavan ja tällöin

aivoissa on jo viisi erillistä osaa. Seitsemän viikon kuluttua hedelmöitymisestä kaikki elimet ovat alkaneet kehittyä. Noin kahdeksan viikon ikäistä alkioita aletaan kutsua sikiöksi ja sillä on kaikki ihmisen ruumiinosat. (Huotilainen 2006, 140.)

Kuulojärjestelmän aistinsolut ovat aktiivisia raskauden puolen välin jälkeen. Kohtuun ääni ulkomaailmasta kuuluu vaimeana, äidin puhe- ja lauluäänen sikiö kuulee voimakkaampana. Vastasyntynyt tunnistaa äidin äänen ja kiinnittää huomion äidin ääneen. Vastasyntynyt on jo kohdussa oppinut että matala, hidas äänensävy liittyy rauhallisiin liikkeisiin, mielihyvähormoneihin ja hitaaseen pulssiin, kun korkeampi ja nopeampi ääni liittyy kohonneeseen pulssiin. Vastasyntynyt kääntää päätä kohti sellaista musiikkia, jota vanhempi on kuunnellut jo raskausaikana. Erityisesti selviä muistituloksia saadaan, mikäli äiti on laulanut toistuvasti samoja lauluja jo raskausaikana. Vastasyntyneellä onkin kehittyneitä musiikillisen havaitsemisen kykyjä. (Huotilainen 2006, 143.)

Sikiöaikana näköaisti toimii, vaikka mitään tarkkarajaista nähtävää kohdussa ei olekaan. Äidin vatsanpeitteiden läpi kulkeutuu kohtuun valoa jos äiti on vatsa paljaana voimakkaassa aurin-
gonvalossa. Vasta syntymänjälkeen opitaan silmän linssin tarkennusominaisuuksia säätelevän lihasten käyttö, joten vastasyntynyt ei vielä osaa käyttää näitä lihaksia ja näkö on tarkka vain noin 20-30 cm etäisyydellä. Tämä etäisyys vastaa suunnilleen sitä etäisyyttä, kun vauva syö rinnasta maitoa tai lepää vanhemman käsivarrella. Noin kahden kuukauden ikäinen vauva pystyy hallitsemaan jo silmän lihaksia siten, että katsoo toista silmiin ja hymyilee. (Huotilainen 2006, 144,391.)

Kuuloaisti kehittyy ennen näköaistia ja sikiön on havaittu reagoivan äidin puhe- ja lauluääneen. Voimakas ääni säpsähdyttää ja muuttaa sikiön sydämen syketaajuutta. Näköaisti on vastasyntyneen vauvan heikoin aisti. Siirtymä kohdunsisäisestä elämästä ulkomaailmaan lisää rajusti aistittavia virikemääriä. Siksi synapsien tiheys sekä näkö- että kuuloaivokuorella suurenee räjähdysmäisesti ensimmäisen ikävuoden aikana. Vauvan kokemukset fyysikaalisesta ja sosiaalisesta maailmasta muovaavat hermoverkkoja monimuotoisemmiksi. (Silven 2010, 51.)

Ensikotikuntoutus alkaa yhteisöön tutustumisella ja pesän rakentamisella tulevalle vauvalle. Äitiysneuvolakäynnit kuuluvat tähän vaiheeseen tärkeänä osana, jotta vauvan vointia pystytään seuraamaan. Yhdessä työntekijän kanssa kartoitetaan raskausaikaa ja elämää ennen raskautta. Työntekijä antaa synnytysohjausta, lähtee mukaan tutustumiskäynnille sairaalaan ja voi lähteä tukihenkilöksi synnytykseen. Yhdessä työntekijän kanssa katsotaan myös tarvikkeita vauvalle valmiiksi. Masuvauvatyöskentely on osa odotusajan työskentelymenetelmiä.

Synnytyksen jälkeen asiakasperhe saa rauhassa toipua synnytyksestä ja sitä voidaan käydä läpi ohjaajan kanssa. Vanhemman ja vauvan annetaan rauhassa tutustua toisiinsa ja tarvittaessa ohjataan vanhempaa rauhoittumaan vauvan äärelle. Työskentelymenetelminä tässä vaiheessa aloitetaan parityöskentely. Odotusajan erimuotoiset konkreettiset työvälineet otetaan myös käyttöön mm. tunnekortit, päivä-/vauvakirja.

Junapohjasta otetaan käyttöön vanhemmuusveturi, missä käsitellään tunteita vanhemmuuteen liittyen ja reflektoidaan elämää ennen odotusaikaa, odotusaikana sekä omia lapsuudenkokemuksia. Teemana tässä kuntoutuksen kohdassa on mielikuvatyöskentely. Veturivaunuun on mahdollista käyttää apuvälineenä valmiita tunnesymboleita.

Junapohjasta otetaan käyttöön myös odotus ja synnytysvaunu, missä teemana ovat synnytysohjaus ja masuvauvatyö. Odotusajan työskentelyyn ohjaaja voi ottaa kansioista löytyvän teorian odotusajan työskentelystä ja teoriaa siihen liittyen. Synnytysohjaukseen ohjaaja voi hyödyntää synnytysvalmennustietopakettia, mikä löytyy myös kansioista. Vaunuja täytetään yhdessä asiakkaan kanssa kirjoittaen siihen asioita, joita käsitellään. Apuna voidaan myös käyttää valmiiksi tehtyjä sanoja, joista asiakas voi valita ja liimata vaunuun hänelle sopivimmat.

6.3 Vauva 0-2kk, tutustumista ja turvallista arkea

Keskeiset vuorovaikutustilanteet liittyvät vauvan nälän, unen ja aktivaatiotason säätelyyn. Tässä iässä vauvalla ja vanhemmalla tulisi olla molemminpuolinen yhteys ja halu vuorovaikutukseen. Vauva oppii erottamaan tutun ihmisen eri aistien avulla. Vauva oppii kokonaisvaltaisesta kokemisesta ja kosketuksen merkitys on suuri, samoin ilmeet ja äänensävyt. Varhainen kiinnittymiskäyttäytyminen on havaittavissa vauvassa; itku, tarttuminen ja hymy. Vanhemman tulisi olla sitoutunut vauvaan ja riittävästi emotionaalisesti läsnä.

Vastasyntynyt vauva pystyy ottamaan vastaan vain hyvin yksinkertaista informaatiota, mutta hän reagoi voimakkaasti asioihin. Vauva hakeutuu syntymästään asti yhteyteen toisen ihmisen kanssa ja tarvitsee syliä. Vanhemmat voivat auttaa vauvaa näkö-, kuulo- ja tuntoaistien kautta. Tuntoaisti on ensimmäinen ja tärkein aisti vastasyntyneellä ja tämän vuoksi kosketus on vahvin keino vaikuttaa vauvaan. Kohdun ulkoinen elämä on suuri muutos vauvalle ja mitä enemmän vanhemmat tarjoavat vauvalle vastaavia kokemuksia, sitä vähemmän vauva kokee stressiä. Vaikka itku ei sylissä ollessa loppuisikaan, se pienentää vauvan stressitasoa. (Katajamäki & Gylden 2009, 222.)

Vastasyntynyt havaitsee, oppii ja muistaa. Vauvojen käyttäytymisen perusteella aivot ovat virittyneet käsittelemään tietoa maailmasta. Vauva on aistiva ja tunteva oppiva, joka pian

syntymän jälkeen suuntautuu vuorovaikutukseen ja kiintyy toisiin ihmisiin. Käyttäytymiselle löytyy biologinen vastine, joka rakentuu aivojen ja hermoston toimintaan. Tiedonkäsittelyn ja temperamentin yksilölliset erot muodostavat persoonallisuuden ytimen. (Silven&Kouvo 2006, 391.)

Heti syntymän jälkeen vauva erottaa puheäänteitä ja kasvonilmeitä sekä seuraa katseellaan hidasta liikettä ja jäljittelee toisen osapuolen ilmeitä. Vauvat eivät omin avuin löydä vuorokausirytmää, eikä tunne- ja vireystasojen säätely onnistu ilman toista ihmistä. Vähitellen vauvat oppivat syömään ja nukkumaan säännöllisemmin. Joidenkin vauvojen kohdalla biologinen rytmi voi säilyä epäsäännöllisenä pitkäänkin, mikä johtuu vauvojen erilaisista temperamentista. Vauvojen yksilöllinen temperamenttien vaihtelu heijastaa autonomisen hermoston erilaisia synnynnäisiä vireystasoja. Vanhemmat voivat kokea vauvan hoidon hankalaksi, koska vauva ärtyy helposti ja ei sopeudu helposti muutoksiin. (Silven 2010, 53.)

Vauvan havaitseminen on moniaistista heti syntymästä saakka. Ilmeen matkiminen onnistuu, koska näköaistin viesti välittyy hermoverkon varassa liikeaistille. Aistien kautta välittyvä näkö- ja kuulohavainto muuntuu vastaavaksi liikkeeksi peilisoluista muodostuvissa hermoverkoissa, jotka muotoutuvat kokemuksen ansiosta. Vastasyntyneillä vauvoilla on valmius oppia ja muistaa syntymästään saakka. Neurobiologisella tasolla oppiminen on kasautuvaa biokemiallista muutosta hermosolujen välisissä yhteyksissä eli synapseissa. Vastasyntyneet vauvat erottavat äidin vieraasta äänen, ulkomuodon tai maidon maun perusteella ja suosivat tuttua aikuista. Vauvojen kokemukset kuullusta ja nähdystä muuttavat hermoston toimintaa yhä pysyvämmäksi. Muisti ilmenee lyhyt- että pitkäkestoisena sekä toiminnallisena että rakenteellisena. (Silven 2010, 54.)

Vastasyntyneet vauvat ovat hereillä vain pieniä aikoja vuorokaudessa, joten varhaisimmat vuorovaikutustilanteet syntyvät vauvan hoitotoimenpiteiden yhteydessä. Kontaktin luomisen kannalta nämä tilanteet ovat ensiarvoisen tärkeitä. Aikuinen seuraa lapsen huomion kohdetta ja pyrkii osoittamaan oman kiinnostuksen samaan kohteeseen. Toisaalta hän ohjaa vauvaa suuntaamaan huomionsa vuorovaikutuksen oleellisiin seikkoihin: kasvokkain olemiseen, ihmisen äänen kuunteluun ja vuorotteluun. Vastasyntyneellä vauvalla on käytössään laaja ilmaisujen valikoima. Alussa hän ei käytä niitä tietoisesti eikä tavoitteellisesti. Varhaiset signaalit toimivat ainoastaan merkkeinä hoivaaville aikuisille. Vauvan hymy tai ääntely kiinnittää aikuisen huomion ja niiden avulla tulkitaan vauvan käyttäytymistä. Vauvan tunnetilaa ja kiinnostusta voidaan tunnistaa näiden viestinnän aloitteiden avulla. (Launonen 2007, 23.)

Vastasyntynyt nukkuu keskimäärin 16 tuntia vuorokaudessa. Lapsen temperamentti vaikuttaa heräilytaipumukseen. Toiset vaativat heti silmät aukaistuaan hoitajan paikalle, kun taas toiset vauvat osaavat pääosin rauhoittaa itsensä takaisin uneen. Vauvojen heräilyyn vaikuttavat näl-

kä, flunssat, vatsavaivat, kehityspyrähdykset ja myöhemmin hampaiden tulo. Yöitkujen taustalle ei useinkaan ole nälkä vaan läheisyyden ja turvallisuuden tunteen hakeminen. (Katajamaäki & Gylden 2009, 262.)

Vastasyntyneellä vauvalla on toimiva hermojärjestelmä, joka mahdollistaa hengityksen, toimiva näköjärjestelmä, joka antaa mahdollisuuden seurata liikkeitä ympärillä ja nähdä lähellä olevat kasvot, sekä aivorunkoon pohjautuva perustietoisuus, joka reagoi aistikokemuksiin ja arvioi niitä suhteessa henkiinjäämiseen. Vauvan perusrefleksejä ovat mm. rinnan etsiminen ja maidon imeminen, surulliset ja vihaiset huudot hoitajan huomion herättämiseksi sekä puolustautuva jähmettymiskäyttäytyminen uhkatilanteissa. (Gerhardt 2004, 46.)

Kahtena ensimmäisenä elinkuukautena aivojen säätelytoiminnan kannalta tärkeä on aivorunkoon sijoittuva ohjauskeskus. Aivorungon toiminta säätelee autonomisen hermoston kautta uni- ja valverytimiä, syömistä ja ruoansulatusta sekä perusvireyttä. Limbinen järjestelmä alkaa kehittyä noin kahden kuukauden ikäisenä, jolloin vauva sosiaalinen vireys alkaa nousta. Ihmisen katse ja kasvot stimuloivat tässä vaiheessa keskushermostoa enemmän kuin mikään muu. Limbinen järjestelmä on sosiaalisen havaitsemisen ja omien sisäisten tilojen havaitsemisen keskus, ja sen kehittyessä mantelitulmakkeen ohjaaminen vahvistuu. Mantelitulmakkeen vaikutuksesta ihmisen reaktiot mm. pelko, ahdistus ja kiihtymys, suuntautuvat olemassa oloa uhkaavia tai vahvistavia havaintoja kohtaan. (Antikainen 2007, 376.)

Kun vauva alkaa hahmottaa maailmaa, näköaisti saa suuremman merkityksen. Katsekontaktista tulee tärkein keino saada tietoa toisten tunteista ja aikomuksista. Taaperoiäkään mennessä lapsi on alkanut käyttää vanhempiansa ilmeitä välittöminä tiedonlähteinä käyttäytymiseen ympäristössä. Vauva käyttää matkan päästä näönvaraista viestintää tarkistaakseen mitä tehdä tai olla tekemättä, mitä tuntee tai olla tuntematta. Erityisesti pikkuvauvalla katseet ja hymy auttavat aivoja kasvamaan. Vauva katsoo vanhempaa ja havaitsee vanhemman laajentuneet silmäterät, joka on merkki vanhemman sympaattisen hermojärjestelmän virittäytymisestä. Vauva havaitsee että äiti kokee mielihyvää ja vastauksena siihen vauvan oma hermojärjestelmä virittyy mielihyvään ja sydämen syke kiihtyy. Nämä muutokset käynnistävät biokemiallisen vasteen ja betaendorfiinia eli mielihyvän neuropeptidia vapautuu verenkiertoon ja aivojen orbitofrontaalialueelle. Betaendorfiinin tiedetään lisäävän hermosolujen kasvua säätelemällä verensokeria ja insuliinia. Ne aiheuttavat myös hyvinvointitunnetta. Tämän monimutkaisen tapahtumaketjun seurauksena perheen rakastavat katseet saavat liikkeelle biokemikaaleja, jotka edistävät sosiaalisten aivojen kasvua. (Gerhardt 2004, 55,56.)

Sikiön toistuvat liikkeet luovat pohjan motoriselle kehitykselle. Synnynnäiset liikeheijasteet jatkuvat käsien, raajojen ja koko kehon liikkeiden ja asentojen hallinnassa. Niiden avulla vauva harjoittelee käsien liikkeitä, tarttumista ja liikkumista. Vauva toistaa samoja liikesarjoja

ja siten ne tulevat sulavimmaksi. Jotta opettelu etenisi se edellyttää näkö- ja tuntoaistista välittyvää tietoa. (Silven 2010, 58.)

Vastasyntyneen hienomotoristen kykyjen kehitystä voi tukea, mahdollistamalla päivittäin vauvalle sellaisen asennon, jossa hän saa laitettua käsiä yhteen ja pystyy koskettamaan käsillä kasvoja ja suuta. Kohdussa loppuraskaudesta tilanpuutteen vuoksi vauva on koskettanut ja aktivoitunut tuntoaistejaan tällä tavoin. Motoristen taitojen oppimiselle vauva on saanut harjoitusta jo kohdussa, esimerkiksi "kävellessään" kohdun seinämää pitkin, viedessään kättä suuhun, hymyillessään, juodessaan lapsivettä, tunnustellessaan itseään. Näiden monimutkaisten ja toistuvien liikesarjojen avulla mahdollistuu myöhemmin liikkeiden automatisoituminen ja ne ovat välttämättömiä mm. kävelemään oppimisen kannalta. (Huotilainen 2006, 141,142.)

Temperamentti tarkoittaa synnynnäisiä eroja reaktiotavoissa ja itsesäätelyssä. Nämä erot pohjautuvat neurofysiologisiin eroihin aivoissa. Temperamentti vaikuttaa siihen, miten voimakkaasti lapsi ilmaisee tunteensa ja mistä asioista hän saa mielihyvää. Vauvan hymyn ja naurun määrä pohjautuu temperamenttipiirteisiin. Vauvan ensimmäisien kuukausien aikana alkaa näkyä, miten herkästi vauva hermostuu ja turhautuu. Temperamentti vaikuttaa myös vuorokausirytmii siinä määrin, että toiset vauvat tarvitsevat kellontarkan rytmin. Temperamentti vaikuttaa siihen miten nopeasti vauva nukahtaa ja nukkuu, tyyntyy itkustaan, miten vauva suhtautuu uusiin makuelämyksiin, miten kauan malttaa odottaa asioita tapahtuvaksi jne. (Katajamäki & Gylden 2009, 224.)

Kuukauden ikäinen vauva pitää käsiä nyrkissä ja nostaa jo hieman päätään. Vauva reagoi äänen suuntaan ja havaitsee ihmisen kasvot. Ääntely on vielä sattumanvaraista. Kaikki primitiiviheijasteet ovat vielä tallella. Vauva katselee vanhempiaan tarkasti ja matkii aikuisen ilmeitä. Ensimmäinen hymy annetaan vanhemmalle n. 6 vko:n ikäisenä. Samoihin aikoihin itketään ensimmäiset kyneleet. 1-2 kk:n iässä vauva nostelee päätään vatsalla ollessaan. (Katajamäki & Gylden 2009,247.)

Noin kuudenviikon ikäinen vauva saavuttaa kehitysvaiheen, jossa visuomotorinen järjestelmä mahdollistaa äidin ja vauvan vuorovaikutuksen syvenemisen. Vauva oppii kiinnittämään katseensa äidin silmiin ja pitämään katseensa kiinnitettynä kohteeseen. Äiti voi kokea ensimmäistä kertaa, että vauva todella katsoo häntä suoraan silmiin. Tämä saattaa vahvistaa voimakkaasti äidin ja vauvan yhteenkuuluvaisuuden tunnetta sekä auttaa vastavuoroisen suhteen syntymisessä äidin ja vauvan välille. Äiti ei itse välttämättä tiedosta tätä tapahtumasarjaa, mutta useimmiten äidin käyttäytyminen vauvaa kohtaan muuttuu tässä ikävaiheessa huomattavasti sosiaalisemmaksi. Kehitys näkyy mm. äidin äänensävyissä, ilmeissä ja kosketuksessa. (Stern 1982, 51.)

Tässä ikäkaudessa ensikotikuntoutuksen väliarvioinnissa otetaan huomioon turvallisen ja rauhallisen arjen sujuvuus, säännölliset neuvolakäynnit, vauva-vanhempi musiikkiterapian aloitus ja vauvan ulkoilujen aloittaminen. Yhteenvedoa lastensuojelun sosiaalityöntekijälle tehdään siitä, kykeneekö vanhempi pitämään vauvan valppaana ja rentoutuneena yhä useammin ja pidentyviä aikoja. Yhteenvedossa havaintoja tehdään imetys ja syöttötilanteista, nukkumisesta, itkuun vastaamisesta, kuinka vauvaa rauhoitetaan, ennakoitavuudesta ja siitä, kuinka vanhemman ja vauvan etäisyys/läheisyys näyttäytyy.

Omaohjaaja työskentelyssä keskitytään vauvan äärelle rauhoittumiseen ja vahvistetaan symbioosivaihetta sekä sitä kautta tuetaan kiintymyssuhteen syntymistä. Ohjaustilanteissa tuetaan ja ohjataan vastasyntyneen hoidossa sekä vanhemman ja vauvan toisiinsa tutustumiseen. Työskentelymenetelmiä tässä ikäkaudessa ovat mm. videointi, perhetapaamiset, musiikkiterapia, vanhemmuuden roolikartta, vanhemman ja vauvan verkostokartat, ruokailurytmilomake.

Junapohjasta otetaan käyttöön 0-2kk vauva vaunu. Teemana tässä vaiheessa kuntoutusta ovat kiintymyssuhde ja turvallinen arki. Ohjaaja voi hyödyntää tietoa teoriapohjasta kiintymyssuhteesta ja vuorovaikutuksesta. Asiakkaan kanssa täytetään vaunua teemojen pohjalta ja käydään läpi vauvan kehitystä ja siihen liittyviä asioita. Vaunun täyttämässä voi käyttää apuna valmiita sanoja ja liimata niitä vaunuun.

6.4 Vauva 2-6kk, kohtaaminen ja toisiinsa suuntautuminen

Halu pitää vauva tyytyväisenä on ilmeisesti sisäänrakennettu äidin aivoihin. Vauvat ilmoittavat tarttumisliikkeellä, kun haluavat hellittelyä ja hellyyden antaminen tekee vauvasta tyytyväisemmän, mikä tuo myös vanhemmille tyydytyksen tunteen ja lisää hellittelykäyttäytymistä. Kvantamistutkimuksissa on osoitettu että, kun äiti näkee oman vauvansa hymyileväisenä se käynnistää voimakasta toimintaa aivojen dopamiini-järjetelmässä eli mielihyvän tunne lisääntyy. (Carter 2009, 128-133.)

Kahden kuukauden ikäisenä vauvan nyrkkien avautuminen ja käsien löytyminen suuhun ovat merkkeinä siitä, että kohta vauva löytää kätensä. Vauva osaa pystyasennossa ja vatsallaan ollessaan kannatella päätään melko hyvin. Vauva tarkkailee lähellä olevia ihmisiä ja vastaa katseeseen. Hän alkaa myös katsoa esineitä, etenkin jos ne liikkuvat. Kaksikuuisena vauva hymyilee takaisin ja väläyttää siis ensimmäisen sosiaalisen hymynsä. Kaksi- kolmikuinen vauva alkaa tajuta olevansa erillinen olento. Vauva kykenee erottamaan oman kosketuksensa tunteesta, jonka jonkun toisen kosketus hänessä herättää. (Katajamäki & Gylden 2009,247).

2-3 kuukauden ikäisen vauvan kanssa fysiologinen synkronointi on tärkeintä. Vanhemman tulee vastata sensitiivisesti vauvan tarpeisiin ja vähentää vauvan kokemaa epämukavuuden tunnetta ja stressiä. Seuraavien kuukausien aikana leikkitilanteissa korostuu vastavuoroisuus ja syntyy pieniä dialogeja. Leluja annetaan ja otetaan ja vauvan annetaan jokeltaa vuorollaan ja vastataan siihen sekä kohdistetaan katse samaan kohteeseen ja ihastellaan yhdessä. Noin yksivuotiaan kanssa leikki saa muotoja ja hahmoja ja siinä voi esiintyä juonimaista leikkiä. Lelut saavat suuremman merkityksen ja sanoilla alkaa olla suurempi merkitys. Lapsi ja hoivaaja muodostavat dyadin, yhdessä olemisen tavat ja muodot, jotka tuottavat yhteistä iloa. Toimiva dyadi säätelee itse itseään, tämä systeemi hakee koko ajan tasapainotilaa. (Sinkkonen 2008, 90.)

3kk:n iässä vauva hallitsee pään liikkeitä. Jos makuulla olevaa vauvaa nostetaan käsistä istuma-asentoon kohti, hän jännittää kaulansa ja vartalonsa. Vauva osaa kääntää päätä sivulta toiselle ilman, että vartalo liikkuu mukana. Hän vastaa hymyyn hymyllä ja osaa valikoida hymynsä kohteen, esimerkiksi äidin. Kolmikuinen on löytänyt kätensä ja osaa tarttua hänelle ojennettuihin leluihin kolmisormiotteella, eli keskisormen, nimettömän ja pikkusormen avulla. Tässä iässä lapsi alkaa ymmärtää, että kun hän tekee jotain, hän voi saada aikaiseksi jotain. Esimerkiksi kun osuu kädellä leluun, se liikahtaa tai kun kääntää päätä, maisema vaihtuu. (Katajamäki & Gylden 2009, 248.)

Silmän keskiosa, yksityiskohtien ja tarkan näkemisen alue kehittyy neljän ensikuukauden aikana nopeasti ja sen jälkeen neljään ikävuoteen asti hitaammin. Tarkan näön kehittyessä vauva oppii kohdistamaan katseensa. Vauvaa innostavat kaikki yllätykset mm. leijaileva ilmapallo tai aikuisen vaihtuvat ilmeet. Ihmiskasvot kiinnostavat edelleen vauvaa eniten, mutta myös kohteet, joissa on selvät kehukset tai tumma ja vaalea yhdistyvät. (Katajamäki & Gylden 2009, 249.)

Varhaisen vuorovaikutuksen kannalta erityisesti katsekontaktin merkityksellinen kehitysvaihe saavutetaan kolmen kuukauden iässä. Vauvan visuomotorisessa kehityksessä on tapahtunut huomattavaa kypsymistä. Vauvan visuaalinen maailma ei ole enää rajoittunut 20 sentin alueelle vaan vauva kykenee kiinnittämään katseensa eri etäisyyksillä oleviin esineisiin lähes samalla tarkkuudella kuin aikuinen. Vauva pystyy katseellaan seuraamaan vanhempaa, joka lähtee pois, lähestyy vauvaa tai liikkuu huoneessa. Vauvan kommunikaatioiden verkko laajenee suuresti. Vauva havaitseminen alkaa olla suurimmaksi osaksi omavalintaista. Vauva voi vaikuttaa siihen, mitä se vastaanottaa ja torjua, poistaa tai valikoida ulkomaailmasta tulevia visuaalisia ärsykeitä. (Stern 1982, 52-53.)

4kk:n iässä vauva alkaa harjoittaa tasapainoistiaan ja painon siirtoa sivusuuntaan. Tämän vuoksi hän pystyy tarttumaan jo koko kädellä esineisiin ja kurkottamaan yhdellä kädellä si-

vuiltaan tavaroita. Vauva vie kaiken löytämänsä suuhun, koska näköhavainnon lisäksi vauva tarvitsee suun tuntoaistia pystyäkseen hahmottamaan tavaroita. Vauva hahmottaa itsensä polviin saakka, koska pystyy koskemaan sinne asti. Vauva alkaa oppia kääntymistä, ensin hän oppii kääntymään selältä vatsalleen. Silmien kehittyessä, vauva voi päättää minne katsoo, mitä katsoo ja kuinka kauan. Silmien yhteisnäkö eli kyky katsella molemmilla silmillä samaa kohdetta kehittyy 3-6 kuukautisena. (Katajamäki & Gylden 2009, 250.)

3-4kk:n iässä alkaa vauvan oma aktiivinen kosketteluvaihe, kun hän alkaa tutkia esineitä ja asioita käsillään ja suullaan. Vauva käyttää tuntoaistijärjestelmäänsä tutustuessaan ympäristöönsä. Karheat, karvaiset, rosoiset, nyppyläiset pinnat kiinnostavat häntä. Aikuisen tulisi olla kiinnostunut ja läsnä, kun vauva havainnoi uusia asioita. Näin vauva tutkii pidempään ja oppii koko ajan uutta. Vauva kuuntelee ääniä ja tuottaa niitä itse jокелtelemalla. Hyviä leikkejä tässä iässä ovat sormien laskeminen, loruttelu, heijaaminen, keinuttaminen ja tanssiminen vauva sylissä. Vauvahieronta on myös hyvä tapa tutustua oman kehon osiin ja luo yhteisiä miellyttäviä hetkiä vanhemmalle ja vauvalle. (Katajamäki & Gylden 2009, 222,250.)

Viimeistään kolmen kuukauden iässä vauva hallitsee suuren määrän erilaisia käyttäytymismuotoja. Näiden avulla vauva pyrkii lähentämään kontaktia hoitajaansa tai katkaisemaan sen. Vauvan käyttäytymistoiminnot ovat pohjimmiltaan vahvasti synnynnäisiä ja niiden muotoutumiseen vaikuttavat ensimmäisten elinkuukausien oppimiskokemukset. Vauva pystyy kolmen neljän kuukauden ikäisenä pään liikkeisiin, jotka viestittävät epätietoisuutta tai ristiriitaisia tunteita. Katseen alaslaskeminen voi merkitä halua välttää kontaktia, pään kääntäminen voimakkaasti sivulle voi merkitä halua lopettaa vuorovaikutustilanne. (Stern 1982, 57,67.)

Neljänkuukauden iässä vauva tietää mitä odottaa ollessaan kasvokkain vanhemman kanssa. Vauva hermostuu, jos vanhemman käytöksessä ilmenee normaalista poikkeavaa. Vauva hämmentyy jos vanhempi yllättäen lopettaa vuorovaikutuksen tai kasvot valahtavat ilmeettömäksi tai jos vauva ei pysty herättämään vanhemmassa vastakaikua. Tällöin vauva yrittää herätellä vanhempaa mukaan hymyilemällä, elehtimällä ja äänellään useita kertoja, mikäli vanhempi ei lähde mukaan, vauva kääntyy poispäin onnettoman tai hämmentyneen näköisenä. (Stern 1997,69.)

Vauvan ollessa viisi kuukautinen, hän nostaa selin makuulla jalkansa suorina ilmaan, nostaa takamustaan alustasta ja alkaa tavoitella varpaitaan. Vatsallaan maatesa kaikki raajat huiroivat ilmassa ja välillä hän saattaa nousta ihmettelemään maailmaa käsivarsiensä varaan. Vauva alkaa peruuttaa mahallaan ollessaan, pyörii napansa ympäri ja kierii pitkin lattiaa. Lelut lisäävät motivaatiota liikkumiseen, koska niiden tavoittelemisen ja kiinnisaaminen tuottavat iloa. Vauva oivaltaa käsien ja jalkojen yhteistyön ja alkaa harjoitella ryömimistä. Vauva erottaa tutut ja tuntemattomat ihmiset ja saattaa vierastaa. Vauva osaa hymyillä peilikuvallleen,

osaa ilmaista pettymystään ja suuttumustaan ja keskustelee kehonkieltä käyttämällä eli ilmeillään ja äänellään. Vauva katselee kädessään olevaa lelua ja pystyy seuraamaan silmillään sitä sivuille, ylös ja alas. Sylissä ollessaan vauva mieluiten pomppii, hytkyy, koukistaa ja oikoo jalkojaan. (Katajamäki & Gylden 2009,250.)

Vuorovaikutuksen kulku vauvalla riippuu siitä, mitä on juuri tapahtunut ja mitä osapuolet odottavat tapahtuvan aiempien kokemusten perusteella. Vastavuoroisuus voi helposti rikkoutua jos jompikumpi osapuoli ei mukaudu toisen toimintaan. Jos vauva esimerkiksi ei kiinnostu vanhemman tarjoamasta lelusta, ei vanhemman kannata lannistua vaan yrittää jollain muulla tavoin herättää vauvan kiinnostus. Vauvan muistiin tallentuu havaintoja hoivasta ja arjen toiminnoista, kuten puhutusta kielestä. Kokemukset toisen ihmisen läheisyydestä ja läsnäolosta uudistavat ja rikastuttavat vauvan muistissa olevista käsityksistä itsestä, toisesta ja hoivasuhteesta. Tästä kaikesta aivoihin rakentuu hermoverkkoja, joiden varassa aisteista ja kehosta tulevat viestit kulkeutuvat aivojen eri alueille ja joiden varassa puhe- ja liiketoimintojen säätely ja ajattelun ohjaus tapahtuu. (Silven 2010,58.)

Tässä ikävaiheessa ensikotikuntoutuksen väliarvioinnissa kiinnitetään huomio vuorokausirytmiiin ja säännöllisyyteen arjessa, vuorovaikutukselliseen yhdessä oloon, liikkuvan vauvan huomioimiseen (puhdas ja turvallinen ympäristö) sekä kiinteiden ruokien aloittamiseen. Yhteenvedossa arvioidaan kykeneekö vanhempi luomaan riittävästi toistoa ja vaihtelua tarjoavia vastavuoroisia hetkiä, joita vauva innostuneesti odottaa ja on niissä mukana aktiivisesti. Arvioinnissa korostuu havainnoinnin avulla tehtyjä huomioita vauvan katsekontaktista (alku/loppu/kesto), yhdessäolon toistuvuudesta, hymyilekö/nauraako vauva, millainen ääntely vauvalla on ja miten vastavuoroisuus ilmenee vanhemman kanssa.

Työskentelymenetelminä tässä kuntoutuksen vaiheessa ovat mm. vanhempi-vauva ryhmät, musiikkiterapia, perhetapaamiset, theraplay ja videointi. Ohjaajan työskentelyssä käytetään mallintamista, sanoittamista, vauvan äänenä toimimista ja tuetaan ja ohjataan ikätasonmukaiseen hoivaan vastavuoroiseen yhdessäoloon. Junanvaunuista täytetään 2-6kk vauva vaunua, jossa teemana ovat ilo ja kiinnostus sekä vastavuoroisuus.

6.5 Vauva 6-9kk, sitoutuminen yhdessäoloon - vuorotteleva leikki

6kk:n ikäinen vauva matkii ääniä, ääniteitä ja on viehättynyt omista äänistään sekä alkaa liittää ääniteitä peräkkäin. Lapsi osoittaa kiintymystään omiaan kohtaan ja saattaa alkaa vierastaa. Kuusikuukautinen vauva on lähes koko ajan pienessä liikkeessä, hän kääntyy selältä selälleen ja toisinpäin ja oppii kierimään lattialla. Pään, niskan ja käsien liikkeet vahvistavat myös selkälihakia ja toiset vauvat alkavat jo nousta kohti istuma-asentoa. Käden motoriikka

on kehittynyt siten, että vauva pystyy tarttumaan tavaroihin nyrkkiotteella ja osaa vaihtaa lelun kädestä toiseen. (Katajamäki & Gylden 2009,250.)

Puolen vuoden iän jälkeen vauva alkaa antaa tilaa toiminnallisille haluille ja rakkaus ainoastaan ihmiskasvoihin, ihmisen ääneen ja kosketukseen vähenevät. Vauva kiinnostuu ympäristön esineistä. Vauva haluaa tavoitella, tarttua ja leikkiä esineillä. Leikkutilanteissa on nyt kolme osapuolta, vauva, vanhempi ja esine. Tämän kiinnostuksen muutoksen mahdollistaa käden ja silmän yhteistyön kypsyminen. (Stern 1982,54.)

Puolenvuoden iässä vauva ilmaisee tunteista riemua tai suuttumusta. Hän tietää voivansa nauerrata toista osapuolta. Yhdeksän kuukauden ikäinen vauva seuraa tarkasti mihin toisen osapuolen kiinnostus keskittyy ja osaa taitavasti suunnata toisen katseen kohteeseen, joka häntä itseään kiinnostaa, esimerkiksi jokeltamalla ja osoittamalla sormellaan. Vuoden ikäinen osaa käyttää muiden kiinnostusta ja tunneilmaisua oman toimintansa säätelyssä. (Silven&Kouvo 2010, 81.)

Tässä ikäkaudessa lapsi ojentaa käsivarsiaan päästäkseen syliin, osoittaakseen esineitä ja näyttääkseen, mitä kädessä on. Vierastamisvaihe tulee vauvalle 6-9 kk:n iässä. Lapsi alkaa pelätä muita kuin vanhempiaan ja ahdistuu jos joutuu olemaan erossa vanhemmistaan. Vaihe kestää voimakkaimpana 3-4 kuukautta. Vierastamisen ajoittumisessa ja vahvuudessa on yksilöllisiä eroja. (www.mll.fi.)

Seitsemän - kahdeksan kuukauden ikäinen vauva istuu ensin tukea vasten tai käsiinsä nojaten ja oppiessaan vartalon hallintaa ja lihasten kehittyessä ilman tukea istuminen onnistuu. 7-8kk:n ikäinen vauva opettelee ryömimään, konttaamaan ja seisomaan tukea vasten. Suojarefleksit alkavat jo toimia eli vauva pystyy kaatuessaan ottamaan vastaan käsillä. 8-12kk:n iässä vauvat alkavat kaivata voimakkaampia mylläämis- ja riehumisleikkejä. Kiipeily- ja painileikit, lennättäminen ja ylös - alas -liikkeet ovat tämän ikäiselle ihanteellisia leikkejä, koska ne jäsentävät vauvassa olevaa jännitystä ja kiihtymystä. Aikuisen järjestämässä leikissä lapsi saa kokemuksen omien voimiensa ja taitojensa kehittymisestä turvallisesti. Useimmat vauvat lähtevät tässä iässä liikkeelle ja alkavat ottaa omaa kotiaan haltuunsa. Vauva tankkaa välillä läheisyyttä sylissä. (Katajamäki & Gylden 2009,222,255.)

Puheen toistuvien piirteiden havaitsemisesta alkaa puheen oppiminen. Ensimmäisten elinkuukausien aikana ääntöelimistö laskeutuu alemmas nielussa ja muuttuu vähitellen sellaiseksi että jokelteleminen ja sanojen tuottaminen onnistuu. Vauvan kokemukset arjen hoivatilanteissa vaikuttavat kielen havaitsemiseen ensimmäisen ikävuoden aikana. Vokaalit tulevat tutuiksi noin kuuden kuukauden iässä ja konsonantit noin vuoden ikään mennessä. Vauva siis

tunnistaa jo sanoja ennen kuin sanoo ensimmäisiä sanojaan noin 7-9kk iässä. Vauva erottaa puheen rytmin perusteella äidinkielen vieraasta kielestä. (Silven 2010,54,60.)

Ensikotikuntoutuksen väliarvioinnissa keskitytään siihen, miten arjen hallinta sujuu vauvan kanssa ja miten sitoutuminen yhteiseen tekemiseen näkyy. Tässä vaiheessa arvioidaan kykeneekö vanhempi rakentamaan vuorottelevaa leikkiä, onko päivittäisiä leikkihetkiä myös ulkona, päivärytmin säännöllisyyttä ja vauvan tunteiden säätelyä ja ilmaisemista.

Työskentelymenetelminä tässä vaiheessa kuntoutusta ovat mm. perhetapaamiset, vanhempi-vauva ryhmät, musiikkiterapia, theraplay ja videointi. Perhetapaamisissa käydään läpi myös talousasioita, rahankäyttöä ja virastoasioiden hoitoa. Vanhempien kanssa keskustellaan vastuullisesta vanhemmuudesta. Vauvan tunteiden säätely, rajojen asettaminen ja eroahdistus käydään keskustellen ja esimerkkien avulla läpi ja havainnoidaan vauvaa yhdessä vanhemman kanssa. Ikätasonmukaiseen hoivaan tässä vaiheessa kuuluvat vauvan liikkumisen opettelu ja sitä kautta ympäristön turvallisuus ja näitä asioita käsitellään vanhemman kanssa.

Junapohjasta käytetään 6-9kk vauva vaunua, jossa teemana ovat ikätasonmukainen kehitys ja arjenhallinta. Tässä vaiheessa kuntoutusta keskitytään tukemaan vaihtelevaan vuorovaikutukseen vauvan ja vanhemman välillä. Kiintymyssuhteen laatu alkaa näkyä selvemmin vauvan käytöksestä ja sitä havainnoidaan sekä tarvittaessa pyritään vahvistamaan turvallista kiintymyssuhdetta.

6.6 Vauva 9-12kk, jaetut kokemukset - erossa olemisen haasteet

Lapsi ymmärtää ensimmäisiä sanoja n. 9 kk:n iässä. Tässä iässä lapsi oppii ensin ryömimään ja sitten konttaamaan ja opettelee itse seisomaan nousua. Jotkut lapset ryömivät ensin takaperin ja joku jättää konttaamisvaiheen kokonaan väliin. Lapsen hienomotoriset taidot karttuvat ja lapsi osaa poimia pikkuesineitä peukalon ja etusormen avulla (pinsettiote) sekä osaa tarttua kupin korvaan ja pitää lusikkaa. Lapsi osaa jo istua selkä suorana ja seistä tuettuna. 9kk:n ikäinen lapsi harjoittelee laskeutumista seisoma-asennosta takaisin maahan ja osaa nousta makuultaan istumaan. Tässä iässä lapsen mielipuhua on pomppiminen, koska hän harjoittaa jalkalihaksia ja kokeilee jalkojen kestävyyttä. Lelujen tiputtamis- ja nostamisleikki ovat myös mieluisia. Lapsi osaa ottaa tavaran vastaan ja ojentaa sen toiselle. (Katajamäki & Gylden 2009, 255).

Lapsen puhe ja kieli kehittyvät yhteisessä arjessa. Puhe kehittyy kommunikaatiokeinoksi vasta sen jälkeen kun lapsi on ensin oppinut viestimään vanhempiensa kanssa sanattomin keinoin. Lapsen muut viestintäkeinot, kuten sormella osoittelu vauhdittavat puheen kehitystä. Ensimmäiset varsinaiset sanat tulevat useimmiten yksivuotiaana ja puhe kehittyy hyvin yksilöllises-

ti. Yksivuotias ymmärtää puhetta enemmän kuin itse tuottaa ja osaa noudattaa jo joitain ohjeita. Lapsi tunnistaa oman nimensä sekä heihei- ja ei-sanojen merkityksen. (Katajamäki & Gylden 2009, 320.)

Lapsi, joka on 10 kuukautta, heittelee tavaroita, nousee pystyyn ja voi ottaa muutaman askeleen tukea vasten. Jokeltelu alkaa olla merkityksiä hakevaa ja lapsi osoittelee asioita ja haluaa nimettävän niitä. Tässä iässä lapsi matkii käsien taputtelua ja ymmärtää muutamien sanojen merkityksiä. 11kk iässä ensimmäiset askeleet voivat tulla ja jalkojen siirtely ja vuorotahaisuus vaativat tietoista ajattelua ja keskittymistä. (Katajamäki & Gylden 2009, 255.)

Yhden - kahden vuoden iässä ihmisen kielellinen muisti alkaa kehittyä. Muisti voidaan määrittellä kaikeksi tiedoksi, joka vaikuttaa tulevaan toimintaamme. Muisti voidaan jakaa sanattomaan, tiedostamattomaan, implisiittiseen muistiin ja eksplisiittiseen, kielelliseen muistiin. Sanaton muisti koostuu tunteista, mielikuvista, aistimuksista ja kehomuistista ja kielellinen muisti alkaa kehittyä kielen kehityksen myötä n. 1-2-vuoden ikäisenä ja se pitää sisällään erilaiset tiedot, tapahtumat ja eksplisiittisen muistin muistot voidaan palauttaa ja muistaa sanallisesti. Vuorovaikutuskokemukset eli miten hoivaa on annettu, vaikuttavat sanattomaan muistiin. Vaikka lapsi ei muista varhaista kaltoinkohtelua tai laiminlyöntiä, kokemukset näkyvät ja vaikuttavat kaikessa lapsen olemisessa ja toiminnassa. (Kanninen 2007, 76.)

Ensikotikuntoutusprosessissa tämä vaihe on viimeistään kuntoutuksen suunnitelmallisen päättämisen vaihe. Teemana on myös jälkihuolto, ensikotikuntoutuksen päätyttyä. Junatuotoksesta käytetään 9-12kk vaunua ja päivärytmit, rutiinit, säännölliset ulkoilut lapsen kanssa ja perheen tukiverkostot nousevat merkityksellisiksi asioiksi. Tässä ikävaiheessa kiintymyskäyttäytymisen piirteet näkyvät lapsesta selkeästi. Arvioinnissa keskitytään kykeneekö vanhempi ja vauva jakamaan kokemuksiaan yhdessä, tunteiden yhteensovittamiseen, ero- ja jälleennäkemisen tilanteisiin ja ennakoitavuuteen.

Taulukko 1. Kehitykselliset muutokset ensimmäisen vuoden aikana (mukaillen Punamäki 2011, 108).

Kehitysalueet	0-2kk	2-6kk	6-12kk
Biologis-neurologinen	Virikkeiden ja aistikapasiteetin välinen tasapainotelu, koordinaatio, säätely Refleksien osittainen häviäminen ja korvautuminen tahdonalaisilla toimilla Painonnousu ja pituuskasvu	Aivojen synaptisten yhteyksien kasvupyrähdys ja liikatuotanto -> kokemukset määräävät jäljellejäävät yhteydet Painonnousu ja pituuskasvu	Motoristen neuronien vahvistuminen Aivojen etulohkon ja hippokampuksen neuronien vahvistuminen -> tahdonalaiset toiminnot Painonnousu ja pituuskasvu
Emotionaalinen	Ilmaisee epämuikkuutta itkulla Tunnistaa ilontunteet	Tunnistaa perustunteita Tunnistaa tunteita toisen ihmisen käyttäytymisen mukaan	Ilmaisee perustunteita Tunteiden säätely, emootioiden jakaminen ja kommunikaatio Tunteiden intensiivisyys
Sosiaalinen	Virikkeet hoitajan säatelemiä, mieltyy kasvoihin ja ihmisääneen Sosiaalinen hymy	Jokeltelee ja kujertelee 2-3 kk:n iästä alkaen. Seuraa toisen katseen suuntaa Mieltyy hoivan antajaan	Aloitteellisuus vuorovaikutukseen Yhteinen, jaettu tarkkaavaisuus Yhdessä oppiminen
Sensomotorinen-kognitiivinen	Aistit ja elimet valmiina ja muokautuvat ja täydellistyvät vuorovaikutuksessa Odotukset ja luottamus tarpeisiin vastaamiseen Sensomotorinen hallinta ympäristön tutkimisen avulla	5-6 kk:n iässä lapsi kääntyy selinmakuulta kyljelleen, siitä kohta vatsalleen ja pian myös päinvastoin. Vauva nojaa vatsamakuulla kyynärvarsiinsa. 3-4 kk:n ikäisellä kiinnostusmuihin lapsiin 4-kuinen nauraa ääneen	Liikkuminen, ympäristön laajeneminen ja tutkiminen Toiminnan estäminen Tavoitteellinen toiminta toteutuu

7 OPINNÄYTETYÖPROSESSI

Toimintatutkimus on menetelmä, jossa asetelmat sosiaalisesta todellisuudesta muuttuvat koko ajan ja samalla tutkittavaa materiaalia tulee koko ajan lisää. Toimintatutkimuksessa on tavoitteena yleisesti demokratian edistäminen ja sen vuoksi tutkimuksen ja muutoksen kohteena ovat usein organisaation rakenteet ja yksittäiset työprosessit. Kommunikaatio on keskeinen väline tutkijan ja tutkittavien välisessä yhteistyössä. Vaikka lähtökohtana olisivat työyhteisön omat ideat, tutkijan tulee keskustella ja tuoda eri tilanteisiin tutkimuksellinen näkökulma. (Kuula 1999, 226-228.)

Opinnäytetyöni oli toimintatutkimus eli tutkimuksellista kehittämistoimintaa. Tutkittavia kohteita olivat työyhteisö ja asiakkaat sekä konkreettisella tasolla uuden työskentelymenetelmän toimiminen käytännössä. Uutta tietoa tuotettiin erilaisten haastattelujen avulla sekä palautteilla, mutta myös havainnoinnilla. Muutoksen kohteena oli kuntoutuksen rakenteen jäsentäminen ja siihen liittyvien prosessien auki kirjoittaminen. Keskustellen sekä asiakkaiden että eri yksiköiden työntekijöiden kanssa ja vieden muutosta päämäärätietoisesti eteenpäin kehittämishankkeesta tuli hyödyllinen kokonaisuus.

Hanke eteni kuvainnollisesti sanottuna, kuin vauvan kehitys sikiöajasta kohti syntymää; alkuun hieman epävarmuutta, innostusta ja väsymystä, sitten pienin kehitysaskelin lopulliseen muotoonsa ja syntymän jälkeen riemu on nähtävissä käytännössä. Hankkeen edetessä johtajan vaihdoksen, työtiin vaihdoksen sekä taloudellisen tilanteen tuoma epävarmuus vaikuttivat ihmisten innokkuuteen, sitoutumiseen ja kiinnostukseen hanketta kohtaan. Lopulta koko työyhteisö oli innokkaana mukana ja lopullinen palaute oli positiivista.



Kuvio 1 Opinnäytetyöprosessin kulku

7.1 Opinnäytetyön raamit

Toimintatutkimuksen keskeisenä lähtökohtana on käytäntöjen kehittäminen ja tutkimuksen aikana muodostuvien käsitteellistysten tulisi tukea niitä. Toimintatutkimuksessa kentältä saatava aineiston merkitys korostuu teoreettisen tarkastelun jäsentäjänä. Toimintatutkimuksessa korostuu yhteisöllisen ja samalla empiriakeskeisen käsitteistön tunnistamisen ja tiedostamisen merkitys. Tutkittava käytäntö vaikuttaa siihen, minkälaisiin olemassa oleviin teorioihin ja ilmiökenttiin uusiin lähestymistapoihin, tutkijan on kiinnitettävä huomiota. Tutkimuskohteen vähittäinen selkeytyminen antaa tutkijalle lisäviitteitä siihen, mihin teoreettisiin näkemyksiin kannattaa syventyä. Kehittämistoiminnan muuntuessa tutkimuksen kuluessa teoreettisesti ja käsitteellisesti jäsentyneempään muotoon, samalla yhteisöllinen ymmärtäminen ja tietoisuus lisääntyvät. (Heikkinen, Huttunen & Moilanen 1999, 70,73.)

Toimintatutkimuksessa keskeistä on yhteinen ammatillinen oppiminen ja osallistuminen asioiden käsittelyyn sekä syventää tietoa osana yhteisön yhteistä uudistamispyrkimystä. Toiminnan muuttaminen perustuu osallistujien omaan reflektointiin työstään ja tutkija pyrkii esittämään uudistavan ja kehitettävän toiminnan kannalta rakentavia näkökulmia ja auttaa toimijoita kehittämään oman toiminnan arvioinnin taitoja. Oppiminen kehittämishankkeessa on kokeuksellinen ja refleктоiva prosessi ja kehittäminen tapahtuvat useiden vaiheiden kautta. Ominaista toimintatutkimuksellisen työkäytäntöjen kehittämisessä on jatkuvuus ja ensimmäinen toteutusvaihe onkin lähinnä alku jatkuvalla kehittämistyölle. (Heikkinen, Huttunen & Moilanen 1999, 66-67.)

Toimintatutkimuksia on erilaisia ja ne voivat poiketa toisistaan huomattavasti. Erilaisia toimintatutkimuksia yhdistävät kuitenkin tietyt piirteet; muutospyrkimys, suuntautuminen käytäntöön ja tutkittavien osallistuminen tutkimusprosessiin. Lähtökohtana työelämän toimintatutkimuksessa on se että, muutos- ja kehittämishankkeilla saadaan toiminnan kautta uutta tietoa sellaisista tavoista ja keinoista, joiden avulla organisaatiot voivat muuttua ja kehittyä. Toiminnallinen tieto ja ymmärrys voidaan saada toiminnasta itsestään. Oman työn ja sen muutosmahdollisuuksien tutkiminen mahdollistuu vasta, kun tuotetaan reflektio sitä kautta, että murretaan vanhat työn tekemiset ja säännöt. (Kuula 1999, 10-11, 219.)

Kehittämishankkeen määrittelyssä on useita näkökulmia ja ensikodin hankkeen määrittelin toimintatutkimukselliseksi kehittämistoiminnaksi. Tämä sen vuoksi, että toimintatutkimus perustuu käytännönläheisyyteen ja toimintatapojen kehittämiseen. Toimintatutkimuksen määrittely on laaja-alaista ja useiden lähteiden perusteella, melko vaikea raamittaa tietyntalaiseksi. Toimintatutkimukset voivat siis olla hyvinkin erilaisia, mutta yhtäläisyyksiä löytyy tiedon tuottamisen ja osallisuuden saralla.

7.2 Prosessissa käytettävät menetelmät

Aineiston keruumenetelminä kehittämishankkeessa käytin kyselyä, haastatteluja ja havainnointia ja osallistamista. Aineiston keruu alkoi syksyllä 2010, kun aloitin opiskelun ja kehittämishankkeen toteutus varmistui. Aineistonkeruu alkoi riskianalyysin ja tarvearviointien avulla, jotka toteutin työyhteisössä syksyllä 2010. Kehittämishankkeelle nimettiin silloin projektiorganisaatio, joka myöhemmin muotoutui uuden johtajan myötä kuntoutustyöryhmäksi. Haastattelin toimintaan osallistuvia henkilöitä, työntekijät haastattelivat asiakkaita sekä järjestettiin ryhmähaastattelu asiakkaille. Palautekyselyn tein työntekijöille ja keräsin kaikissa yhteisissä tiedotustilaisuuksissa suoraa palautetta suullisesti. Palautekysely toteutetaan myös myöhemmin asiakkaille, kun tuotos on ollut riittävän kauan käytössä.

Haastattelussa suorassa kielellisessä vuorovaikutuksessa tutkittavan kanssa, mikä antaa joustavuutta aineiston keruuseen sekä mahdollisuuden selvittää kysymyksiä ja vastauksia. Tietoja, joita halutaan, voidaan syventää lisäkysymyksillä. Vastaajat saadaan osallisiksi ja aktiivisesti mukaan. Huonoina puolina voi kokea uhkaavaksi tai pelottavaksi tilanteen ja mahdollisesti mieltii vastaustensa seurauksia. Haastattelu aineisto on konteksti- ja tilannesidonnaista ja siksi tulosten yleistämisessä ei pidä liioitella. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2008, 199-202.)

Opinnäytetyössä käytin haastatteluja tiedonkeruumenetelmänä. Näiden avulla pyrin saamaan tietoa sekä aktivoimaan työntekijöitä ja asiakkaita. Haastattelujen avulla sai tietoa, mitä ihmiset ajattelevat uskovat ja tuntevat. Haastatteluissa näkyivät myös asenteet uudistusta kohtaan ja siten pystyin vaikuttamaan niihin, kyselylomaketta paremmin.

Toimintatutkimuksen lähtökohtana on kaksoistavoite; kehittäminen ja osallistaminen. Se on lähestymistapa, jota osallistajat toteuttavat sosiaalisissa tilanteissa kehittääkseen käytäntöjä ja ymmärrystä käytännöistä. Osallistava arviointi vastuuttaa käytännön toimijat arviointiin. Osallistavan arvioinnin pääpiirteitä ovat tiedonvaihto ja erityisesti siten että hankkeen vetäjä ottaa tiedon käyttöön ja perustaa prosessin etenemisen sille tiedolle. (Robson 2000, 38-39.)

Kehittämistoiminnan sosiaalisiin prosesseihin ja kehittämistoiminnan osallistamiseen voidaan vaikuttaa johtamistavalla ja organisointitapojen avulla. Tiimit ja ryhmät nähdään keskeisinä osina kehittämistä ja johtamisessa korostetaan henkilöstöjohtamista. Tiedon välitys ja avoin vuorovaikutus tekevät prosessista yhteisen ja vaikutusmahdollisuudet päätöksentekoon sitouttavat osallistumiseen. (Toikko & Rantanen 2009, 94-95.)

Osallistavaa arviointia tapahtui tiedotustilaisuuksissa, joita pidin hankkeen edetessä. Työyhteisön jäsenet saivat vapaasti kommentoida asioita ja kohtia sekä esittää parannusehdotuksia. Kuntoutustyöryhmän toiminta perustui osallistavaan arviointiin, sillä kokouksissa arvioitiin

joka kerralla eri teemat useista näkökulmista ja junatuotoksen ulkomuotoa muokattiin. Näiden pohjalta tein yhteenvetoa ja parannuksia mahdollisuuksien mukaan. Kuntoutustyöryhmässä kriittisesti arvioitiin, mitkä on aiheellista muuttaa.

Kohderyhmien käyttö tutkimuksessa antaa realistista käytännönläheistä aineistoa ja sillä saadaan lisättyä osallisuutta. Fokusoidut ryhmät koostuvat usein 6-12 osallistujasta ja siihen kuuluu haastattelijaa tietyn aiheen kanssa. Millaista tietoa halutaan saada, siitä riippuu menetelmät, joita käytetään fokusryhmän kanssa. Usein fokusoidut ryhmät ovat pienempiä kuin 12 henkilöä, koska tietoa tulee paljon ja pienemmissä ryhmissä saadaan oleellisempaa ja mielenkiintoisempaa tietoa. Pienemmässä ryhmässä pystytään puhumaan enemmän kun jokaiselle jää aikaa, olipa sitten kova puhumaan tai hiljaisempia pystytään huomioimaan. Usein kohderyhmä koostuu samankaltaisista ihmisistä esimerkiksi ikään, taustaan tai elämäntilanteeseen liittyen. Fokusryhmissä on erikoista voimaa. Se tuo esiin ryhmän omia ideoita omilla termeillään ja tuo esiin heidän näkökulmia asioista sekä tuo tietoa heille tärkeistä asioista. (Alasuutari, Bickman & Brannen 2008, 357-368.)

Asiakkaita osallistettiin projektissa teemahaastatteluilla, keskusteluilla perhetapaamisissa, ja yhteisöpalavereissa. Tuotoksen apuna käytettävät tunteita ilmaisevat sanat on kerätty asiakkailta. Haastatteluilla saatiin kuntoutusprosessin teemat selkokieliseksi, kun sanamuodot ja asioiden keskeiset sisällöt nousivat heiltä itseltään. Teemahaastattelun avulla ryhmämuotoinen haastattelu toimi ehkä paremmin, kun asiakkaat saivat tukea toisiltaan ja rohkaistuivat osallistumaan aktiivisesti keskusteluihin.

Havainnointi auttaa selvittämään kuinka hanke toimii ja mistä hankkeessa on kysymys. Havainnointia tulee tehdä joustavalla, tutkivalla ja strukturoimattomalla lähestymistavalla. Arvioijan voi olla hyödyllistä osallistua toimintaan ja näin havainnoinnista tulee osallistuvaa havainnointia. Koska havainnoija on tuttu, se vähentää jännitystä ja täten lisää havainnoinnin tulosten luotettavuutta. Työssä osallistuva havainnointi onnistuu helpommin ilman suurempaa järjestelyä. Havainnoinnin avulla voi saada monipuolisempaa tietoa toimivuudesta kuin esimerkiksi pelkän kyselyn avulla. Empiirinen tietoaaines havainnoinnin avulla, sisältää välitöntä tietoa tutkimuskohteesta ja sen vuoksi se on primaariaineisto. (Robson 2000, 146; Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2008, 181, 207-208.)

Havainnointia tein käydessäni eri yksiköissä ja kokouksissa prosessiin liittyen. Havainnointi oli haastavaa tehdä, koska aineistoa syntyi paljon ja oma rooli keskustelujen vetäjänä vei osan keskittymisestä havainnointiin. Havainnoitsijan rooli on vaativaa, kun samassa tilanteessa on useita rooleja. Tällöin osa havainnoista jää huomiotta. Havainnoinnin avulla sain suoraa ja välitöntä tietoa toiminnasta ja käyttäytymisestä.

Ensikodin kehittämishankkeessa ilmiöitä pyrin käsitteellistämään asiakastyön näkökulmasta ja saamaan tuotos asiakkaille ymmärrettävään muotoon. Kehittämishanke muokkautui sen edessä ja sekä asiakkaiden että työntekijöiden osallisuuden perusteella. Kun aineistoa kerättiin eri menetelmien avulla ja kuntoutuksen rakenteen uutta muotoa kokeiltiin käytännössä, prosessi muotoutui koko ajan ja havaintoja ja tietoa osallistujilta pyrittiin hyödyntämään.

7.3 Opinnäytetyön aloitus, Matkalle lähtö

Syksyllä 2010 opinnäytetyön ideointivaiheessa, kyselin työpaikalta, olisiko mahdollista tehdä siellä opinnäytetyöprojekti. Johtaja innostui asiasta ja ehdotti tapaamista hänen ja lähiesimiehen kanssa. Ensimmäisessä tapaamisessa 27.10.10 sovimme, että toteutan kehittämishankkeen kuntoutuksen rakenteen kehittämiseen liittyen ja luodaan erimuotoisia tuotoksia työntekijöille ja asiakastyöhön. Ideointivaiheessa nousi tarve myös ensikotikuntoutuksen vaikuttavuuden arvioinnille. Sovittiin lähiesimiehen kanssa, että hän vie asiaa eteenpäin omaan tiimiin ja sovitaan päivä, jolloin osallistuin tiimipalaveriin. Yhteisillä palavereilla oli tarkoitus luoda kehittämishankkeesta yhteinen projekti, innostaa ja sitouttaa ihmisiä muutokseen. Tiimipalavereissa käytiin läpi kehittämishankkeen tarvetta, tavoitteita, riskejä, toteuttamismuotoja ja aikataulutusta. Tapaamisissa sovittiin, että osallistun työyhteisön tiimeihin ja sitten osallistetaan koko työyhteisö hankkeeseen. Aikataulutimme yhdessä hankkeen etenemistä ja sovittiin, että vuoden 2011 tammikuun - lokakuun aikana kerään teoriapohjaa opaskirjaan ja rajaan aihetta vauvan kehityksellisiin asioihin sekä kiintymyssuhdeteoriaan. Työyhteisön toive oli uuden tiedon saanti varhaisen vuorovaikutuksen ja kiintymyssuhteen merkitys aivojen kehitykseen. Tällöin päätimme, että teoriapohjaan tulee suurin osuus siitä aiheesta.

Toimintatutkimuksessa kehittämisen suositellaan tapahtuvan siinä ympäristössä, jossa tutkittava tai kehitettävä toiminta tapahtuu. Palvelun tai tuotteen käytettävyyttä kehitettäessä korostetaan ihmiskeskeistä suunnittelua. Suunnitteluprosessi kohdennetaan käyttäjien tarpeisiin heidän omista arjen toimintaympäristöissä. Tällöin varmistuu kehittämisen soveltuvuus käytäntöön. Kehittäminen tapahtuu siellä ympäristössä, missä käytännön työn haasteet oikeasti ovat. (Toikko & Rantanen 2009, 96.)

Tein tapaamisen ja jo sovittujen asioiden pohjalta ideapaperin. Kävin marraskuussa 2010 omassa tiimissä esittelemässä ja sopimassa projektista ja koko tiimin osallistamisesta. Tapaaminen oli haasteellinen, koska tunsin ihmisten kiinnostuksen hankkeeseen olleen vähäistä. Tämä johtui siitä, että ihmiset kommentoivat aihetta suuritöiseksi ja asenteet aihetta kohtaan olivat välinpitämättömiä. Tein kuitenkin projektisuunnitelman kehittämishankkeesta ja sovimme uuden tapaamisen tiimin kesken, johon myös johtaja osallistuisi. Lähetin etukäteen projektisuunnitelman johtajalle ja lähiesimiehelle, joka jakoi ne myös koko tiimille. Tein tutkimuslupahakemuksen (ks. liite 3) toiminnanjohtajalle, koska johtajan kanssa yhdessä poh-

dimme, että se riittää, sillä asiakkaita ei tulla mainitsemaan nimeltä. Toiminnanjohtaja antoi tukensa kehittämishankkeelle ja myönsi tutkimusluvan (liite 4).

Ensimmäisen kerran tavatessamme kehittämishankkeen tiimoilta työntekijöiden kanssa, työyhteisö vaikutti väsähtäneeltä ja innottomalta kehittämistä kohtaan. Tähän tilanteeseen vaikutti suuresti henkilöstön vaihtuvuus ja pitkät sairaslomat. Myös sillä oli varmasti vaikutusta, että olin osalle työntekijöistä vieras, ollessani silloin vielä hoitovapaalla.

Ristiriitaa minussa herätti kahtia jakautunut tilanne, kun johtajan ja lähiesimiehen kanssa tapaamisesta jäi innostunut ja positiivisesti jännittynyt tunnelma ja tiimin kanssa tapaamisesta voimaton olo. Luulen että tunne tuli siitä, ettei suurin osa työyhteisöstä innostunut asiasta. Pohdin tässä vaiheessa kehittämishankkeen hylkäämistä ja siirtymistä toiseen projektiin. Päätin vielä yrittää, kun asiasta oli kuitenkin sovittu johtajan kanssa ja johtaja oli hyvin innostunut hankkeesta.

Tammikuussa 2011 oli seuraava tapaaminen tiimissä ja silloin johtaja osallistui myös kehittämishankepalaveriin. Johtaja aloitti palaverin sanomalla, että tämä hanke oli kirjattu tämän vuoden toimintasuunnitelmaan ja toteutetaan tänä vuonna ja korosti omaa osuuttani hankkeen vetäjänä. Tämä aloitus oli käännekohta hankkeen etenemisessä ja helpotti minun tilannetta hankkeen vetäjänä ja ihmisten sitoutumisessa. Johtajan läsnäolo sai ihmiset ottamaan asian vakavasti ja kiinnostumaan kehittämishankkeesta. Ajatus minun opinnäytetyöstäni muuttui enemmän yhdessä tekemiseksi ja syntyi ymmärrys siihen, että tämä hanke auttaisi meitä työssämme. Sain myös tukea toisilta työntekijöiltä ja koin tilanteen vapautuneeksi ja keskusteleväksi. Johtaja piti huolen, että asioista tehtiin päätökset ja päivämääriä asioiden etenemiseen sovittiin. Nämä helpottivat omaa rooliani ja tuntui, että asiat lähtivät eteenpäin.

Työyhteisön tapaamisessa helmikuussa 2011 sovittiin, että kuntoutuksen rakennetta kokeiltaisiin käytäntöön keväällä 2011 ja tuotoksen muoto kehittyisi mainostoimiston avulla. Tuotoksen muodon valmistuttua oli tarkoitus ottaa se heti käyttöön ja arvioida sen toimivuutta. Yhdessä työntekijöiden kanssa rajattiin aihetta ja kartoitin mahdollisia riskejä projektin onnistumisesta riskianalyysin avulla. Riskeiksi nousi ajankäyttö arkityön lisänä, asiakkaiden sitoutuminen ja aikataulu. Pohdimme yhdessä asiakkaiden sitoutumiseen erilaisia keinoja ja motivaation ylläpitäjiä ja kehitimme idean asiakkaista koostuvasta asiantuntijaryhmästä. Samoin päätettiin, että ensin ohjaajat keskustelivat tulevasta projektista asiakkaiden kanssa perhetapaamisissa ja kertoivat hankkeesta ja sen vaiheista. Sitten pidetään yhteisiä ryhmäkertoja viisi eli jokaisen vauvan kehitykseen liittyvän kauden teemoista keskusteltaisiin yhdessä. Tällä tavoin pyrittiin osallistamaan asiakkaita ja saamaan työmenetelmiä ja kuntoutuksen rakennetta asiakaslähtöisemmäksi. Palkitsemisesta ajateltiin, että asiakkaat pääsisivät

leffaan. 13.4.2011 ryhmien piti olla ohi ja sitten tarkoitus oli purkaa tuloksia ensin asiakkaiden kanssa, sitten työntekijöiden kanssa.

Helmikuussa 2011 opinnäytetyön toteutuminen oli vaakalaudalla johtajan ilmoittaessa työpaikan vaihdoksesta maaliskuussa 2011. Opinnäytetyöni tekeminen ja eteneminen työpaikalla oli epävarmaa, koska johtaja oli se, joka antoi toimeksiannon tälle kehittämishankkeelle. Olin yhteydessä lähiesimieheen ja sovimme, että yritämme vetää tämän projektin läpi meidän näkemyksiemme mukaisesti ja ehkä hieman pienemmässä mittakaavassa, kuin mitä alun perin oli tarkoitus. Silloin sovimme uuden kuntoutuksen rakenteen käyttöönotosta ja asiakastyöhön tulevasta tuotoksesta ja päätimme kehittää sitä käytännössä toimivaksi. Tunnelmat hankkeesta olivat siinä vaiheessa sekavat ja hieman epävarmat, millainen tästä hankkeesta lopulta tulisi, kun koko ajan suunnitelmat muuttuivat. Rajasimme lähiesimiehen kanssa heti vaikuttavuuden arvioinnin pois.

Pohdimme opettajan kanssa maaliskuussa 2011 oliko järkevää jatkaa hanketta, koska työryhmä muuttui ja mahdollisesti syksyllä kehittämishankkeen toteutusvaiheessa ei aloitustyöryhmästä olisi jäljellä montakaan henkilöä. Työntekijöiden motivaatio ja sitoutuminen hankkeeseen oli ollut vaihtelevaa. Päädyin yrittämään hankkeen läpivientiä ja saada näin helpotusta työskentelyyn. Uudistamisen myötä hankkeen pyrkimys oli päästä laadukkaampaan työhön ja asiakkaita osallistavampaan kuntoutuksen rakenteeseen. Tämä motivoi eteenpäin, koska ajattelin hankkeesta olevan suurta hyötyä arjen työskentelyyn. Kevään aikana tein aineiston keruuta siten, että kokosin teoriapohjaa viitekehysten raameissa ja kävin työpaikalla tekemässä haastatteluja ja havainnointia.

Huhtikuussa 2011 pidimme asiakkaiden kanssa teemahaastattelumuotoisen ryhmähaastattelun, josta oli sovittu aiemmin. Haastattelu toteutettiin siten, että yksi ohjaaja johti keskustelua ja asiakkaille avattiin käsitteitä ja sisältöjä. Asiakkaiden haastattelu kesti 45 minuuttia ja syvällisempää pohdiskeluaakin syntyi. Asiakkaat jaksoivat hyvin ja ottivat minut ulkopuolisena avoimesti vastaan. Asiaa varmasti auttoi se, kun omia ohjaajia oli läsnä ja asioista oli keskusteltu jo perhetapaamisissa sekä etukäteen kerrottu haastattelusta. Asiakkaat jaksoivat keskittyä ja olivat kiinnostuneita aiheista ja jotkin kohdat herättivät ihmetystä ja yhdessä pohtien asioita käytiin läpi.

Työntekijät olivat käyneet asiakkaiden kanssa vauvan kehitysvaiheita eri ikäryhmittäin läpi perhetapaamisissa 2011 helmi-huhtikuun aikana ja saaneet asiakkaiden kokemuksista lähteviä ajatuksia ja näkökulmia vauvan kehitykseen. Näitä tietoja ja lomakkeita hyödynsin kerätessäni aineistoa tuotokseen. Työyhteisössä hankkeesta oltiin kiinnostuneita sekä motivaatio ja sitoutuneisuus näkyivät innokkuutena ja toimintana. Sain työntekijöiltä materiaaleja ja vinkkejä, mikä olisi hyvä ottaa huomioon.

7.1 Väliasema, uudelleen muokkaus

Välitappi opinnäytetyö prosessissa oli uuden johtajan kanssa kehittämishankkeesta sopiminen ja yhteisen näkemyksen löytäminen hankkeesta. Tapaaminen johtajan lähiesimiehen kanssa elokuussa 2011 selkiytti kehittämishankkeen etenemistä. Johtaja innostui hankkeesta ja yhdessä loimme uudelleen tarkoitusta ja tarkensimme tavoitteita. Johtaja halusi hankkeen koskemaan koko taloa ja sain perustaa kuntoutustyöryhmän tukemaan hanketta sekä kehittäjäohjaajan avukseni. Kävimme läpi projektin ideaa ja tarkoitusta ja aiemmin tehtyä suunnitelmaa. Vuosi sitten aloitettu kehittämishanke ei ollut edennyt paljoakaan, ehkä osittain työntekijä ja johtaja vaihdosten vuoksi. Koin myös itse melko hankalaksi ohjata hanketta kotoa käsin sekä pitää kiinnostusta yllä ollessani poissa työpaikalta. Sovimme johtajan kanssa projektin alkavaksi siitä, että tein teoriapohjan, jota muokataan yhdessä työntekijöiden kanssa tiiviiksi tietopakettiä sekä junatuotoksen suunnittelu ja asioiden delegointi olivat vastuullani sekä yhteistyö eri yksiköiden kanssa.

Osallistuin syyskuussa 2011 vastaavien ohjaajien kokoukseen, jossa esittelin aihetta ja teoriapohjaa. Yhdessä päätettiin, miten projektia viedään osissa tiimeihin ja miten osallistetaan kaikki työntekijät mukaan. Sen jälkeen osallistuin tiimeihin joka yksikössä ja yhdessä kunkin tiimin vastaavan ohjaajan kanssa esittelimme projektin ideaa ja etenemistä kaikille työntekijöille.

Esittelyjen ja yhteisten pohdintojen jälkeen kyselin mielipiteitä, tunteita ja arvioita asiasta kyselylomakkeilla ja yhteisellä keskustelulla. Kokosin arvioita ja ne menivät tiedoksi tiimeihin ja johtajalle. Niiden pohjalta keskusteltiin seuraavassa kuntoutustyöryhmän tapaamisessa ja kehitettiin tuotosta palautteen avulla kaikkia mahdollisimman hyvin palvelevaksi kokonaisuudeksi. Kehittäjä-ohjaajan kanssa kiersimme eri yksiköissä useita kertoja syksyn 2011 ja kevään 2012 aikana esittelemässä sen hetkisiä aikaansaannoksia ja keräsimme tietoa hyvistä käytänteistä ryhmämuotoisten haastattelujen avulla. Opinnäytetyöprosessin etenemisessä myös sillä, että palasin syksyllä 2011 hoitovapaalta töihin, oli varmasti suuri merkitys, sillä pystyin pitämään innostusta yllä ja sopimaan tapaamiset joustavasti.

7.2 Matkalla kohti päätepysäkkiä

Kun hanke syyskuussa 2011 pyörähti vauhdilla käyntiin, sain omalta työryhmältä paljon apua ja tukea hankkeen toteuttamiseen. Tiimimme vakiintuessa syyskuun 2011 alusta, alkoi myös hanke edetä vauhdilla. Uudet työntekijät lähtivät innolla mukaan ja osoittivat kiinnostusta hankkeeseen. Muiden yksiköiden tiimit lähtivät avoimin mielin mukaan ja projektityöryhmä oli helppo koota, innokkaita osallistujia riitti. Projektityöryhmän kokosin lokakuun 2011 alusta alkaen ja sen tarkoituksena ja tavoitteena oli osallistaa mahdollisimman monista yksiköistä

työntekijöitä mukaan ja näin mahdollistaa laajempi kokonaisuus kuntoutuksen rakenteen jäsenyydestä. Kokoontumisissa pohdimme lomakkeen sanamuotoja, asioita, jotka siinä on ehdottomasti oltava ja kuitenkin pyrimme lomakkeen olevan suhteellisen tiivis. Projektityöryhmä koostui sosiaalityöntekijästä, ohjaajista, psykiatrisesta sairaanhoitajasta ja kättilöstä. Näin mahdollistettiin laajemman näkökulman muodostuminen asioista. Kuntoutustyöryhmällä oli suuri merkitys lopullisen tuotoksen muotoutumisessa.

Vaikka tuotos ei jäisi tämänmuotoisena vakituiseksi työskentelymenetelmäksi, prosessista kokonaisuudessaan oli hyötyä asiakkaille ja työntekijöille. Asiakkaat saivat kokeilla erilaista menetelmää käsitellä asioita ja olivat innoissaan junatuotoksen käyttämisestä. Työntekijöille tuli yhteisiä foorumeita missä jakaa kokemuksia ja näkemyksiä sekä tutustua paremmin toisen yksikön työntekijöihin.

Teoreettiset viitekehykset muuttuivat matkalla, milloin ketäkin palveleviksi ja hoidonrakenne muuttui kuntoutuksen rakenteeksi. Junatuotos muokkautui kymmenissä kokouksissa lopulliseen muotoonsa, samoin teemat junatuotosten akseleissa sekä lomake, joka auttaa tuotoksen käytössä. Sanamuotoja kääntelin kymmeniä kertoja sopimaan juuri tarkasti tiettyyn kohtaan. Toisinaan prosessi oli raskas ja aikaa vievä. Lopullinen tulos ja arvostava palaute vahvistivat prosessin hyödyn.

Teoriapohjan ja tuotoksen lopullisen muodon saavuttamisen jälkeen pidin tiedotustilaisuuden koko talon henkilökunnalle. Tämän jälkeen kiersin joka yksikössä opastamassa ja tukemassa tuotoksen käyttöönotossa. Kuntoutustyöryhmä jatkaa toimintaansa arvioinnin ja seurannan puitteissa edelleen. Hanke laajenee mahdollisesti myös siten, että muut ensikodit ovat osoittaneet kiinnostusta tuotokseen ja sen käyttöön ja se on lähetetty useaan ensikotiin.

Kansio tuli työntekijöiden käyttöön ja siihen sisällytettiin teoriaa vauvan ikätason mukaisesta hoidosta sekä kehitysvaiheista, lomake junatuotoksen käyttöön, ensikodilla käytettävät työskentelymenetelmät, ensikotikuntoutuksen eri prosessit ja teoriaoppaita asiakkaiden eri vaiheisiin ensikotikuntoutuksen aikana. Tuotoksen tarkoitus on selkiyttää asiakkaille, mitä missäkin vauvan kehitysvaiheessa vanhemmilta vaaditaan ja mitä vauva tarvitsee missäkin iässä. Teoriatietoa pyrittiin tuottamaan mahdollisimman yksinkertaisessa muodossa ja pyrittiin saamaan asiat esiin käytännönläheisesti.

8 ARVIOINTI

Hyvä arviointi kohdistuu työhön, sen sisältöön ja vaikutuksiin. Arvioinnin avulla pystytään kehittämään työtä, ammatillisuutta ja näkemään työn vaikutukset. Prosessiarvioinnilla selvitetään mitä tapahtuu, kun kehittämishanketta toteutetaan. Prosessien arviointi perustuu pääasiassa kvalitatiivisen aineiston keräämiseen. Havainnointia ja haastatteluja käytetään olemassa olevan aineiston analyysin kanssa yhdessä. (Robson 2000, 77,100.)

Kehittämishankkeen arviointi perustui kuntoutuksen rakenteen toimivuuden tarkasteluun ja tuotoksen hyödyllisyyteen. Kuntoutuksen rakenne koostuu asiakasperheen kuntoutuksen kuluista. Kuntoutusprosessi perustuu vauvan näkökulmasta tehtyyn suunnitelmaan ja sen toteutumiseen, kuinka ja missä aikataulussa näitä asioita arvioidaan ja samalla arvioidaan ensikoti-kuntoutuksen hyötyä ja mahdollista tarvetta jatkaa ensikodissa asumista.

8.1 Tavoitteiden saavuttaminen

Hankkeiden tavoitteet määritellään usein kahteen eri tasoon; kehitystavoitteisiin ja välittömiin tavoitteisiin. Lyhytkestoisissa hankkeissa yleensä määritellään vain kehitystavoitteet. Tällöin projektin tuotokset, strategia ja työsuunnitelma määrittelevät tarkemman sisällön. Kehitystavoitteilla kuvataan pitkän ajan muutoksia, joihin projektilla pyritään ja välittömillä tavoitteilla puolestaan kuvataan niitä tavoitteita, jotka saavutetaan heti projektin päättymisen jälkeen. (Silfverberg 1996, 49,50.)

Projektisuunnitelmassa tavoitteet voivat jäädä liian yleiselle tasolle ja sen vuoksi suunnitelmassa tulisi ilmetä tavoitteiden saavuttamista seuraavia mittareita. Mittareiden tulisi tarkentaa tavoitteita laadullisesti ja määrällisesti. Kehitystavoitteiden saavuttamista mitataan kehitysmittareilla ja välittömien tavoitteiden mittaamisessa käytetään tulostittareita. (Silfverberg 1996,50.)

Ensikodin hankkeen tavoitteet olivat monitasoisia. Tavoitteet muuttuivat ja tarkentuivat prosessin edetessä. Organisaation ja työyhteisön tavoitteet saavutettiin ja palaute prosessista oli positiivista. Tuotoksen käyttöönottoa odotettiin innolla ja koko työyhteisö vaikutti ottavan tuotokset käyttöön. Tavoitteiden kokonaisvaltaisen saavuttamisen näkee vasta myöhemmin, koska tuotokset ovat vasta nyt keväällä 2012 otettu käyttöön. Osiltaan tavoitteiden pääsyyn vaikuttaa pitkä, lähes kaksi vuotta kestänyt prosessin kulku. Muutoksiin ja uudistuksiin oli mielestäni annettu riittävästi aikaa ja jokaisella työntekijällä oli mahdollisuudet vaikuttaa prosessiin ja tuotoksiin.

Tavoitteiden saavuttamisen mittareita kehittämishankkeessa oli vaikea määritellä, mutta hyödyllisyys ja tarpeellisuus sekä vaikuttavuus alkavat jo näkyä asiakastyössä. Asiakkaat olivat kiinnostuneita aiheesta ja kyselivät milloin saavat käyttöönsä junan. Asiakastyön tavoitteet opinnäytetyöprosessissa toteutuivat sillä, että junatuotos on selkokielellä, selkeästi jäsenelty ja kaikki vauvan kannalta oleelliset asiat kasvun ja kehityksen kannalta sisältyvät johonkin osioon.

Asiakkaiden näkökulmasta konkreettinen tuotos on paras ratkaisu asioiden läpikäymiseen ja ymmärtämiseen, koska silloin pystyy osallistumaan ja keskustelemaan apuvälinettä käyttäen. Asioiden läpikäyminen pelkän keskustelun avulla ei välttämättä ole niin kiinnostavaa ja asioiden ymmärtäminen ja muistaminen voivat helpottua toiminnan avulla.

8.2 Seuranta

Arvioinneissa käytetään usein kyselyjä. Etukäteissuunnittelulla voi analyysivaihetta helpottaa toimintojen yksinkertaistuksessa ja kyselyllä saa vakuuttavaa kvantitatiivista tietoa. Myös päiväkirja on hyödyllinen tapa saada tietoa käytännön toteuttajilta heidän mielipiteistään, havainnoistaan ja vaikutelmista. Päiväkirjasta on hyötyä arvioinnille ja varsinaisen toiminnan vaikuttavuudelle. Päiväkirja helpottaa omien kokemusten pohdintaa ja analysointia. (Robson 2000, 127,134.)

Aluksi ehdotin työryhmälle hankepäiväkirjan pitoa seurannan helpottamiseksi ja yritin perustella sen hyödyllisyyttä sekä heille että minulle. Työryhmässä ei innostuttu asiasta, eikä sitä haluttu käyttöön. Pyrin vielä hankkeen toteutusvaiheessa saamaan idean läpi päiväkirjan kirjoittamisesta. Mielestäni vuorotyötä tekeväille suhteellisen isolle tiimille, se olisi voinut toimia ja jokaisella olisi ollut mahdollisuus vaikuttaa. pidin itse opinnäytetyöpäiväkirjaa koko prosessin ajan, mikä helpotti asioiden mieleen palauttamista puolitoista vuotta kestäneessä prosessissa.

Tavallisesti käytännön arvioinneissa käytetään puolistrukturoituja haastatteluja, koska ne mahdollistavat ryhmässä haastattelun. Niitä pitää hieman valmistella etukäteen, mutta ns. teemalista on hyvä rajaamaan haastattelun aiheet. Fokusryhmä on puolistrukturoitu haastattelu, jota voidaan käyttää ryhmätilanteessa. Ryhmähaastattelusta saatava lisähyöty syntyy ryhmän jäsenten välisestä vuorovaikutuksesta ja siinä esiin nousevista ideoista ja ehdotuksista. (Robson 2000, 137,142.)

Käytin haastatteluita teemamuotoisena sekä työntekijöiden että asiakkaiden kanssa. Haastatteluja tullaan käyttämään jatkossa tuotoksien toimivuuden seurannassa. Haastatteluja tuotoksien toimivuudesta tehdään yhteisöprosessin mukaisesti sekä asiakkaille että työntekijöille.

8.3 Tuotoksien sykli

Ensikodin asiakkaat ovat lastensuojelun asiakkaita ja tarvitsevat tukea vanhemmuuteen usealla alueella. Konkreettinen tuotos usein helpottaa hahmottamaan, muistamaan ja oppimaan asioita, pelkkää keskustelua paremmin. Tämän vuoksi työyhteisöstä nousi idea tuotoksesta, jonka avulla asioita saadaan näkyville. Tuotoksen ulkomuodon suunnittelu toteutettiin yhdessä työntekijöiden ja johtajan avustuksella. Yksi työntekijä suunnitteli junan muodon ja johtaja auttoi sen visuaalisessa toteutuksessa. Junatuotokseen on lomake, jossa asiat ovat lyhyesti teemoittain. Tätä lomaketta käytetään junatuotosta käytettäessä asiakkaan kanssa ja myös asiakkaalla on mahdollisuus saada se. Lomakkeesta ilmenee ikäkausittain oleelliset asiat vauvan kehityksen näkökulmasta ja kuntoutusprosessin arviointikriteerit. Teoriapohja toimii tuotoksen käytön tukena ja on tarkoitettu työntekijöiden käyttöön. Kaikki tuotokset ja kerätty materiaali löytyy kansioista, toimii myös perehdyttämisen tukena uusille työntekijöille ja yhdenmukaistaa moninaisia käytänteitä eri yksiköiden välillä.

Tuotoksien syntymiseen delegoin eri työntekijöille eri osioita päivitettäväksi. Kansioon päivitettiin vanhoista jo olemassa olleista materiaaleista uusimmilla tiedoilla olevat tietopaketit, opinnäytetyön teoria sisältyy kansioon sekä ensikodin työskentelymenetelmät ja kaikkien ensikotikuntoutukseen liittyvien prosessien kuvaukset.



Kuvio 2 Tuotoksien prosessin kulku

Junatuotoksen syntyminen koostui useasta vaiheesta ja erilaisista muodoista. Junatuotoksen taustakuvina on valokuvia ensikodista, jotta junasta tuli ensikotijuna ja kiinnostava visuaalisesti. Junatuotokset on suurennettuina laminoituina versioina joka yksikön seinällä ja niitä käytetään yhteisöllisenä välineenä asioiden käsittelyssä yhteisöpalavereissa. Asiakkaille annettavat versiot voidaan laminoida ja niihin kirjoittaa tussilla tai antaa asiakkaalle paperiversiona.

8.4 Looginen viitekehys

Loogista viitekehystä käytetään suunnitelman rakenteena. Se on hankesuunnittelun rakennekehikko, jolla määritellään hankkeen tavoitteet, mittarit ja voimavarat sekä projektin tärkeimmät tulokset. Loogisen viitekehysten laatiminen auttaa hankkeen eri osien arvioinnissa. Viitekehysten avulla on helppo tarkistaa tavoitteiden väliset yhteydet ja mahdolliset riskit sekä tavoitteiden mitattavuus. Looginen viitekehys auttaa jäsentämään projektin tavoitteet ja keinot sekä niiden väliset yhteydet. Loogisesti valmisteltu hankesuunnitelma on kokonaisuus, jossa tietyt resurssit ovat välttämättömiä ja perusteltuja tiettyjen tehtävien toteuttamiseksi. Näiden toimenpiteiden toteuttaminen saa aikaan tietyt tuotokset. Tuotokset toteuttavat hankkeen erityistavoitteen ja tulosten syntyminen kautta hankkeen eritasoiset tavoitteet ja hankkeen vaikutukset saadaan esiin ja pystytään arvioimaan. (www.formin.finland.fi.)

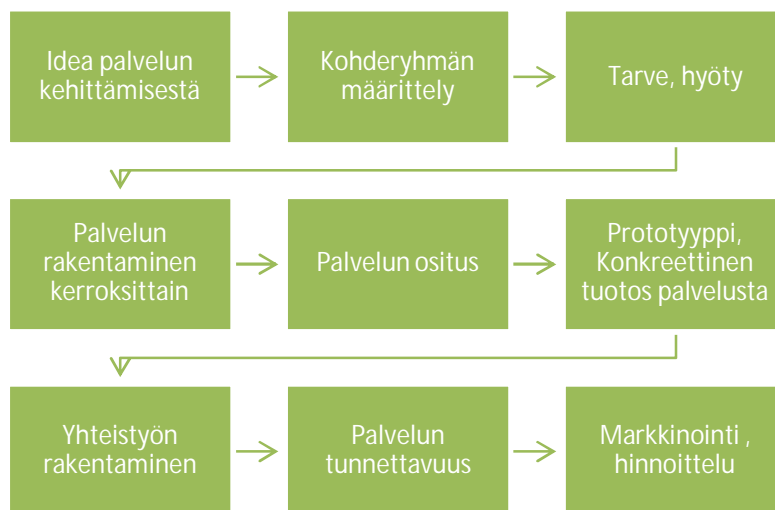
Kehittämishankkeessa käytin loogista viitekehystä suunnittelun pohjana. Aloitin ongelmien tunnistamisesta ongelma-analyysin avulla. Ongelma-analyysistä selvisi kehittämisen tarpeellisuus. Selvittelytyö oli osittain jo alkanut ensitapaamisessa projektiorganisaation kanssa, mutta varsinainen ongelma-analyysi käytiin läpi työtiimin tapaamisissa koko työryhmän kanssa. Yhdessä pohdittiin ongelmien syitä ja seurauksia ja luotiin niiden pohjalta tavoitteita ja päämääriä kehittämishankkeelle. Loogisen viitekehysten avulla saatiin näkyväksi asiakkaiden tarpeista lähteviä kuntoutusprosessin osia, tuotoksen tarpeellisuutta, mitä tehtiin tulosten saavuttamiseksi ja mitä tarvittiin toimenpiteiden toteuttamiseksi. Kehittämistarpeen kartoituksessa käytin hyödynni ongelma-analyysiä sekä riski-analyysiä.

8.5 Kuntoutusprosessin kehittäminen suhteessa tuotteistamisprosessiin

Kehitettäessä palveluista selkeitä palvelukokonaisuuksia tai -prosesseja, käytetään käsitettä tuotteistaminen. Tuotteistaminen on tuotekehittelyä, joka pohjautuu asiakkaalle räätälöitynä tehtyyn palveluun, tuotteeseen tai ohjelmaan. Tuotteistamisen avulla luodaan realistinen kuva palvelun tai tuotteen hinta-laatusuhteesta sekä mistä osista tuote tai palvelu muodostuu. Tuloksena tuotteistuksesta palvelu saa nimen ja erilaisia asiakas- ja tuotantolähtöisiä kuvauksia. Tarkoituksena tuotteistamisessa on asiakkaalle tarjottavien hyötyjen maksimoimi-

nen ja yrittäjälle oman tuotteen tai palvelun sisällön täydellinen hallinta. (Raatikainen 2008, 64-65.)

Kuvio 3 Tuotteistamisprosessi kehittämishankkeen avulla (mukailien Raatikainen 2008, 65)



Palvelu muodostuu aineettomista ja aineellisista osista, työsuorituksista, tiedoista, taidoista, tunteista, tunnelmasta ja maineesta. Palvelun tuotteistaminen on näkymättömän palvelun tekemistä konkreettisemmaksi. Palvelun tuotteistamisessa pohjalla voi olla kysymys minkä asiakkaan ongelman palvelu poistaa? Tuotteistamisella pyritään muuttamaan nykyisen palvelun tyyliä, parantamaan palvelua tai laajentamaan palvelutarjontaa, luomaan uudenlaisia palveluja tai räätälöimään palvelua tiettyä asiakasryhmää koskevaksi. (Raatikainen 2008, 71,72.)

Ensikodin kehittämishanke oli osa palveluiden tuotteistamisprosessia. Kehittämishanke eteni tuotteistamisprosessin osaprosessien tavoin. Kehittämishanke lähti ideasta kehittää palvelua ja saada palvelua näkyväksi sekä yhtenäistää eri yksiköiden toimintamenetelmiä. Kuntoutustyöryhmän avulla saatiin joka yksiköstä osallistettua työntekijä ja siten varmistettiin kaikkia mahdollisimman hyvin palveleva kokonaisuus sekä saatiin tietoa hyvistä käytänteistä eri yksiköissä. Tehtiin tarvekartoitus sekä listattiin hyötyjä ja riskejä. Asioita tarkasteltiin koko hankkeen ajan asiakkaiden näkökulmasta ja pyrittiin saamaan mahdollisimman hyvin heitä palveleva tuote. Samalla syntyi myös työntekijöitä palveleva tuote. Hankkeen konkreettinen tuotos ja siihen liittyvä tietopaketti selventävät kuntoutusprosessin kulkua ja tuovat palvelua näkyville. Junatuotos on räätälöity suoraan asiakkaan tarpeista lähteväksi ja teoreettisten viitekehysten pääkohdat avattu selkokielellä ja muokattu käytännönläheiseksi. Ensikodin johtaja on eri työryhmien avulla tehnyt kaikista palveluista tietopaketit, joita esimerkiksi on annettu yhteistyökumppaneille ja palvelun ostajille. Ensikotipalveluiden tuotteistamisessa pohjalla voisi olla kysymys ongelmien vähentämisestä ja mahdollisuudesta selviytyä perheenä arjessa.

9 POHDINTA

Merkittävä rajausta ja prosessin etenemiseen vaikuttava tekijä oli päättää mitä metodologisia menetelmiä käyttää ja mihin kategoriaan oma kehittämishanke sijoittuu. Menetelmät selkiytyivät, kun sai hankkeen johonkin kuuluvaksi ja löysin juuri tähän hankkeeseen sopivimmat menetelmät. Työkokemuksen kautta osasin jo rajata joitain menetelmiä pois suoraan, koska kokemuksesta oppineena tiesin, etteivät kaikki menetelmät toimi ensikotiasiakkaille. Taustalla voi olla moninaisia syitä mm. hahmotusvaikeudet, kirjoitusvaikeudet ja luetun ymmärtämisen vaikeudet, maahanmuuttajatausta jne. Rauhallinen ja turvallinen ympäristö sekä mahdollisimman selkokielineen esittäminen ja keskustelu esimerkkien avulla, saa asiakkaat parhaiten keskittymään aiheeseen, kiinnostumaan ja osallistumaan.

Hankkeen ideoinnista tähän päivän saakka matkalle sattui monenlaisia vaiheita. Johtaja, jonka kanssa hankkeesta sovittiin, vaihtoi työpaikkaa. Työryhmässä tapahtui useita vaihdoksia ja haasteena oli se, kuinka saada hanke toteutumaan, kun alkuperäinen projektiryhmä oli suurimmalta osin vaihtunut. Sitoutumisen, innostamisen ja jälleen kerran kaiken alusta alkaen ohjaaminen tuntui väliin raskaalta. Uusiin ihmisiin tutustuminen ja ryhmäytyminen vei tietyn aikaa. Uuden idean läpivieminen uudessa työryhmässä ja uuden johtajan kanssa vaati hankkeen uudelleen organisointia. Tämän päivän työelämässä työpaikan vaihtaminen on tavallista, mutta meidän työyhteisössä vaihtuvuus on aiemmin ollut melko vähäistä, joten tilanne oli uusi kaikille. Tutkijana, hankkeen vetäjänä ja projektin läpiviejänä tässä tilanteessa, sain paljon kokemusta erilaisten menetelmien toimivuudesta ja arvioinnista, projektin johtamisesta sekä vastuunkannosta. Kokemuksia karttui muutoksen läpiviennin haasteellisuudesta ja mitä kaikkea siihen prosessiin kuuluu.

9.1 Ammatillinen kehittyminen

Haasteena hankkeen valmiiksi saattamisessa koin eri toimitsijoilta tulleet ohjeistukset ja erilaiset näkökulmat teoriapohjaa koskien. Ensikodin työntekijöiden ja johdon toiveet pyrin ottamaan ensisijaisesti huomioon, koska hanke koski juuri sitä toimintaympäristöä ja työskentelyä. Yritin koko ajan pitää mielessä asiakasta parhaiten palvelevan näkökulman. Koulusta tulevat kommentit ja ohjeet opinnäytetyön kriteerejä kohtaan olivat hieman poikkeavat työyhteisön toiveiden kanssa, joten oli opettavaista yrittää saada yhtenäinen paketti, joka palvelisi opiskelua ja työelämää. Ristiriitojen sietäminen ja pyrkimys muokata oikeasti kuntoutusta palveleva kokonaisuus tuntui välillä mahdottomalta tehtävältä. Välillä työntekijöiden kritiikki tuotosta tai rakennelomakkeen asiasisältöjä kohtaan tuntui kohtuuttomalta, vaikka juuri siten tuotoksista saatiin mahdollisimman kattavasti kaikkia palveleva. Useaan otteeseen sain perustella tekemiäni päätöksiä jostain osioista. Lopputulokseen olen tyytyväinen ja koen että tämä oli hieno ja antoisa oppimiskokemus itselleni. Opin paljon uutta eri yksiköiden toimintatavois-

ta, hienoisista tyyppieroista joka yksikön välillä. Parhaimman palautteen koko prosessista sain kun tuotosta haluttiin myös muihin ensikoteihin kokeiluun ja toiset työntekijät kannustivat ja loivat positiivista mielikuvaa lopputuloksesta ja vahvistivat ajatuksia opinnäytetyön valmistamiseen pääsyssä. Itselleni tämä aukaisi uusia mahdollisuuksia tehdä yhteistyötä muiden ensikotien kanssa ja pääsen mukaan eri tilaisuuksiin esittelemään lopputulosta.

Koen olevani ihminen, joka saa helposti ihmisiä innostumaan ja osallistumaan mukaan, mutta kehittämishankkeen aikana pohdin useaan kertaan, voiko hanke onnistua ja miten saada ihmisiä sitoutumaan. Hoitovapaalla ollessani kävin useita kertoja tiimissä keskustelemassa hankkeesta ja järjestin asiakkaille teemahaastatteluja asiaan liittyen, sekä pyrin osallistamaan työntekijöitä ja asiakkaista etukäteen. Yritin saada aiheeseen virittäytymistä virittää aiheeseen lomakkeiden ja haastattelujen avulla ja perhetapaamisissa käytävien keskustelujen avulla. Pohdin luottamuksen saavuttamista ulkopuolisena toimijana ja sen vuoksi sovimme, että omaohjaajat käyvät keskustelut asiakkaan kanssa luotettavan tiedon saamiseksi. Asiakkailta saatu tieto jäi vähäiseksi ja osallistaminen ei siltä osin onnistunut, kuten olin suunnitellut.

Usein hankkeen alkuvaiheessa tunnelmat olivat melko latteat, kun oli järjestänyt mahdollisuuden mennä työpaikalle ja työntekijät varanneet erityisesti aikaa projektille, eikä mitään tapahtunut. Pohdin paljon, mitkä kaikki asiat vaikuttivat tähän hitaaseen syttymiseen ja tulin siihen tulokseen, että esimiehen aktiivisuus ja päättäväisyys veivät lopulta asioita eteenpäin. Esimies ja johtaja olivat aktiivisesti mukana hankkeen kaikissa vaiheissa, luottivat ja antoivat vastuuta ja siten mahdollistivat hankkeen läpiviemisen onnistuneesti. Uuden johtajan myötä oli helppo alkaa toimia ja saada työntekijöitä mukaan, kun hänen taholtaan tuli selkeät ohjeistukset, miten olin vastuussa mistäkin osiosta ja yhdessä sovimme aikataulun ja hän edellytti aikataulussa pysymistä. Nämä asiat olivat hankkeen peruselementtejä sen etenemisessä ja käytäntöön viemisessä. Sain myös kehittäjäohjaajan avukseni hankkeen toteuttamiseen ja arvioimaan tuotosta sekä teoriaosuutta ja sen käyttökelpoisuutta. Kehittäjäohjaajalta sain tukea useissa tilanteissa innostaessani työyhteisöä hankkeeseen mukaan sekä omaan jaksamiseen hankkeen etenemisessä.

Rajaus oli haasteellista teoriapohjaa kootessa, koska näistä aiheista oli valtavasti tietoa saatavilla. Tietoa tuli vielä lisää haastatteluista ja palautteista koko prosessin ajan ja tutkittavaa aineistoa olisi ollut runsaasti tarjolla. Nousi esiin erilaisia ilmiöitä työyhteisöissä, kun muutosta vietiin läpi ja niiden tutkiminen olisi ollut hyvin mielenkiintoista. Havainnoijan rooli oli haastava, kun oli itse työryhmän jäsenenä, ei saanut täysin neutraalia tilannetta aikaiseksi.

Opinnäytetyö prosessin vaikutukset ja hyödyllisyys pystytään mittaamaan vasta pidemmän käyttöajan jälkeen. Laadun tasapuolisuuteen se ainakin vaikuttaa, sillä nyt asiakkaalla on samanlainen rakenne ja menetelmät saatavilla joka yksikössä sekä työntekijöillä lisääntyneet

yhteiset käytänteet. Sijaisia tämä rakenteen uudistaminen ja jäsenitys auttaa siten, että vaikka työskentelisi missä yksikössä tahansa, on tietoinen asiakkaan vaiheesta ja erityisesti siinä ikävaiheessa tarvittavasta tuesta.

Junatuotoksen ja rakennelomakkeen sekä kansion kehittäminen jatkuu käytännön avulla ja tiedon uusiutuessa. Tällä hetkellä prosessin jatkumo on taattu, sillä parhaillaan alkaa toinen opinnäytetyö, joka tulee sisältymään tähän kehittämishankkeeseen. Seuraavia kehittämisalueita, joita opinnäytetyöprosessin myötä nousi, olisi vaikuttavuuden ja laadun tarkkailu kuntoutusprosessissa. Esimerkiksi voisi tutkia miten junatuotoksella varmistetaan laadun paraneminen tai saadaa tietoa miten kuntoutusprosessi vaikuttaa perheen tilanteeseen.

Opinnäytetyöprosessi oli sekä antoisa että voimia vievä. Ammatillista kasvua tapahtui huimasti vastuunoton, yhteistyön ja pitkäjänteisyyden saralla. Ilman opinnäytetyöprosessia olisin jäänyt paljosta oppimisesta ja hyödyllisestä itsensä kehittämisestä paitsi. Vaikka välillä tunteet koko prosessia kohtaan olivat huonot ja välillä into tekemiseen ylitse pursuavaa, olen kokonaisuuteen todella tyytyväinen. Selviydyin useasta erilaisesta tilanteesta ja jouduin tekemään itsetutkiskelua omaa persoonaa ja työskentelytapaa kohtaan suhteessa hankkeeseen ja toisiin työntekijöihin. Koulutus- ja esittelytilaisuudet kasvattivat luottamusta ja rohkeutta esiintyä. Kriittistä oppiminen sekä kärsivällisyys ja pitkäjänteinen työskentelytapa kehittivät kun prosessi eteni sykleissä ja kun välillä tuli takapakkia asioiden etenemisessä.

Tämän prosessin myötä kehityin ihmisenä ja työntekijänä sekä pystyin vaikuttamaan asioihin positiivisella tavalla. Käytännön taidot karttuivat tietoteknisten taitojen huimalla kasvulla. Tuotoksiin tarvittiin erilaista tietoteknistä osaamista ja esitysten tekemisiin uusien ohjelmien opettelua. Rajaamista työssä oppi, koska ohjaajan työn ohella oli sovittava yhteistyöstä muiden yksiköiden kanssa sekä aikatauluttamaan työpäivää järkeväksi. Työhyvinvointia ja työssä jaksamista tuli pohdittua uudesta näkökulmasta, koska kohtasi eri yksiköiden työntekijöitä ja samalla esiin nousi työn kuormittavuus

Lähteet

- Ahlqvist-Björkroth S. 2007. Psykkisen hyvinvoinnin perusta -Tunne-elämän ja ajattelun rakentuminen 0-7-vuotiaana. Teoksessa Armanto A. & Koistinen P. (toim.) Neuvolatyön käsikirja. Hämeenlinna: Karisto Oy.
- Alasuutari P., Bickman L. & Brannen J. 2008. The Sage Handbook of Social Research Methods. Janet Smithson: Focus Group, 357-368. Great Britain: The Cromwell Press Ltd.
- Antikainen I. 2007. Varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen. Teoksessa Armanto A. & Koistinen P. (toim.) Neuvolatyön käsikirja. Hämeenlinna: Karisto Oy.
- Boon S., Steele K. & Van Der Hart O. 2011. Traumaperäisen dissosiaatiohäiriön vakauttaminen. Taito-ohjelma potilaille ja terapeuteille. Oulu: Traumaterapiakeskus.
- Carter R. 2009. Aivot. Käännös: Marko Niemi. Readme.fi: Hung Hing, Kiina.
- Gerhardt S. 2004. Rakkaus ratkaisee. Varhaisen vuorovaikutuksen merkitys aivojen kehittymiselle. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Glaser D. 2001. Lasten pahoinpitelyn ja laiminlyönnin vaikutukset aivoihin - kirjallisuuskatsaus. Teoksessa Sinkkonen J. & Kalland M. (toim.) Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Porvoo: WSOY.
- Hautamäki A. 2001. Kiintymyssuhdeteoria - teoria yksilön kiin(nit)tymisestä tärkeisiin toisiin ihmisiin, kiintymyssuhteen katkoksista ja merkityksestä kehitykselle. Teoksessa Sinkkonen J. & Kalland M. (toim.) Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Porvoo: WSOY.
- Hautamäki A. 2011. Lapsen kiintymyssuhteet ja niiden vaarantuminen. Teoksessa Sinkkonen J. & Kalland M. (toim.) Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Helsinki: WSOY.
- Heikkinen H. L. T., Huttunen R. & Moilanen P. 1999. Siinä tutkija missä tekijä. Toimintatutkimuksen perusteita ja näköaloja. Juva: WSOY.
- Helsingin ensikodin toimintasuunnitelma 2010. Helsingin ensikoti ry.
- Helsingin ensikodin toimintakertomus 2012. Niina Planting-Pernu.
- Henttonen T. 2009. Vauvojen kaltoinkohtelu. Tunnistaminen ja puuttuminen ensikodeissa. Vaasa: Oy Fram Ab.
- Hietanen J.K. 2006. Kasvot ja katse sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Teoksessa Hämäläinen H., Laine M. Aaltonen O. & Revonsuo A. (toim.) Mieli ja Aivot. Kognitiivisen neurotieteen oppikirja. Turku: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Hirsjärvi S., Remes P. & Sajavaara P. 2008. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Huotilainen M. 2006. Hermoston kehitys ennen syntymää. Teoksessa Hämäläinen H., Laine M. Aaltonen O. & Revonsuo A. (toim.) Aivot ja Mieli. Kognitiivisen neurotieteen oppikirja. Turku: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Kalland M. 2001. Kiintymyssuhdeteorian kliininen merkitys: soveltaminen erityistilanteessa. Teoksessa Sinkkonen J. & Kalland M. (toim.) Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Porvoo: WSOY.

- Kalland M. 2007. Lapsen tunne-elämän kehitys. Teoksessa Schulman M., Kalland M., Leiman A-M. & Siltala P. (toim.) Lastenpsykoterapia ja sen vuorovaikutukselliset ulottuvuudet. Therapie-säätiö: Helsinki.
- Kanninen K. 2007. Artikkelikirjassa Lindeman M., Hokkanen L. & Punamäki R-L. (toim.) Hermosto, mielenterveys ja psykoterapia. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino.
- Katajamäki M. & Gylden O. (toim.) 2009. Suomalainen vauvakirja. Keuruu: Otava.
- Keltikangas-Järvinen L. 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Juva: WSOY.
- Kuosmanen S. 2009. Vauvan ääntä etsimässä. Ensi- ja turvakotien liiton raportti. Helsinki: Nykypaino.
- Kuula A. 1999. Toimintatutkimus. Kenttätyötä ja muutospyrkimyksiä. Tampere: Vastapaino.
- Launonen, K. 2007. Vuorovaikutus - kehitys, riskit ja tukeminen kuntoutuksen keinoin. Jyväskylä: Kehitysvammaliitto.
- Mankinen K. 2007. Lapsen psyykkisestä sairastamisesta. Teoksessa Schulman M., Kalland M., Leiman A-M. & Siltala P. (toim.) Lastenpsykoterapia ja sen vuorovaikutukselliset ulottuvuudet. Helsinki: Therapie-säätiö.
- McKinsey Crittenden P. 2001. Vaarallinen käyttäytyminen ja vaaralliset ympäristöt. Teoksessa Kalland M. & Sinkkonen J. (toim.) Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Porvoo: WSOY.
- Mäntymaa M. & Tamminen T. 1999. Varhainen vuorovaikutus ja lapsen psyykinen kehitys. Viitattu 20.1.2012. www.duodecimlehti.fi.
- Mäntymaa, M., Luoma, I., Puura K. & Tamminen, T. 2003. Tunteet, varhainen vuorovaikutus ja aivojen toiminnallinen kehitys. Duodecim 6, 459-465.
- Mäntymaa M. 2006. Early mother-infant interaction: Determinants and Predictivity. Väitöskirja. Tampere: Tampere University Press.
- Mäntymaa M. 2007. Lapsen mieli, aivot ja vuorovaikutus. Teoksessa Schulman M., Kalland M., Leiman A-M. & Siltala P. (toim.) Lastenpsykoterapia ja sen vuorovaikutukselliset ulottuvuudet. Therapie-säätiö:Helsinki.
- Mäntymaa M. & Puura K. 2011. Varhainen vuorovaikutus ja aivojen kehitys. Teoksessa Sinkkonen J. & Kalland M. (toim.) Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. WSOY:Helsinki.
- Pesonen, A-K. 2010. Varhainen vuorovaikutus on suotuisan psyykkisen kehityksen edellytys. Duodecim 5, 515-520.
- Punamäki R-L. 2001. Kiintymyssuhteen ja traumaattisen kokemuksen yhteys. Teoksessa Sinkkonen J. & Kalland M. (toim.) Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Porvoo: WSOY.
- Punamäki R-L. 2010. Kun trauma astuu perheeseen: lasten kehitys sekä selviytymis- ja hoitokeinojen tehokkuus. Teoksessa Silven M. (toim.) Varhaiset ihmissuhteet. Polku lapsen suotuisaan kehitykseen. Minerva:Helsinki.
- Punamäki R-L. 2011. Vanhemmuuteen siirtyminen: raskausajan ja ensimmäisen vuoden kiintymyssuhteet. Teoksessa Sinkkonen J. & Kalland M. (toim.) Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Helsinki: WSOY.

- Raatikainen L. 2008. Asiakas, tuote ja markkinat. Helsinki: Edita Publishing Oy.
- Robson C. 2000. Käytännön arvioinnin perusteet. Opas evaluaation tekijöille ja tilaajille. Tampere: Tammer-Paino
- Salo S. & Tuomi K. 2008. Hoivaa ja leiki. Vauvan ja vanhemman vuorovaikutus. Psykologien kustannus Oy
- Schulman M. 2007. Lasten psykoanalyttisen yksilöterapien syntyhistoria. Haasteet ja kehittyvä työnkuva muuttuvassa kentässä. Teoksessa Schulman M., Kalland M., Leiman A-M. & Siltala P. (toim.) Lastenpsykoterapia ja sen vuorovaikutukselliset ulottuvuudet. Therapie-säätiö: Helsinki.
- Schön R. 2010. Läheisen fyysisen hoivan merkitys vauvan hoidossa. Teoksessa Silven M. (toim.) Varhaiset ihmissuhteet. Polku lapsen suotuisaan kehitykseen. Helsinki: Minerva Kustannus Oy.
- Sears W. & Sears M. 2008. Kiintymysvanhemmuuden kirja, Onnellisen vauvan hoito-opas. Suomentanut Jussi Hirvi. Helsinki: Hakapaino Oy.
- Siltala P. 2003. Varhainen vuorovaikutus kokemuksen ja tutkimuksen valossa. Teoksessa Niemelä P., Siltala P. & Tamminen T. (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Juva: WS Bookwell Oy.
- Silven M. 2010. Varhainen vuorovaikutus, kognitio ja kielen kehitys: hermostoa kaikki tyynni. Teoksessa Silven M. (toim.) Varhaiset ihmissuhteet. Polku lapsen suotuisaan kehitykseen. Helsinki: Minerva.
- Silven M. & Kouvo A. 2010. Vuorovaikutus, varhainen kiintymyssuhde ja psyykinen hyvinvointi. Teoksessa Silven M. (toim.) Varhaiset ihmissuhteet. Polku lapsen suotuisaan kehitykseen. Helsinki: Minerva.
- Silven M. & Kouvo A. 2006. Varhainen vuorovaikutus psyykkisen kehityksen perustana. Teoksessa Hämäläinen H., Laine M. Aaltonen O. & Revonsuo A. (toim.) Mieli ja Aivot. Kognitiivisen neurotieteen oppikirja. Turku: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Silfverberg P. 1996. Ideasta projektiksi. Helsinki: Edita.
- Sinkkonen J. & Kalland M. 2001. Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Porvoo: WSOY.
- Sinkkonen J. 2003. Lapsen puolesta. Helsinki: WSOY.
- Sinkkonen J. 2008. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. Juva: WSOY.
- Stern D. 1982. Ensimmäinen ihmissuhde. Jyväskylä: Gummerus.
- Stern D. 1997. Maailma lapsen silmin. Mitä lapsi näkee, kokee ja tuntee. Juva: WSOY.
- Toikko T. & Rantanen T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. 3. painos. Tampere: Tampereen Yliopistopaino.
- Winnicott D.W. 1981. Lapsi, perhe ja ympäristö. Espoo: Weilin+Göös kirjapaino.
- Williams C. 2009. Viisi ikää, viidet aivot. Näyttämö rakentuu kohdussa. Tiede-lehti 2009/12, 17-19.

www.mll.fi Viitattu 1.9.2011

(www.formin.finland.fi.) Viitattu 20.1.2010

Liitteet
Liite 1

Tuotoksena lomakkeet kuntoutusprosessista ja sen arvioinnista junapohjan käyttöön



2012/05/03

Liite 2

Tuotoksena syntyneet kansiot



Liite 3

TUTKIMUSLUPAHAKEMUS

Työn tekijä: Sini Backman

Koulutusohjelma: Sosiaali- ja rikosseuraamusalan ylempi ammattikorkeakoulututkinto

Toimipiste: Laurea-Ammattikorkeakoulu, Tikkurila

Opinnäytetyön ohjaaja: Ari Heikkinen

Opinnäytetyön nimi : Ensikodin kehittämishanke; Hoidon rakenteen kehittäminen

Aikataulu: suunnittelu syksy 2010, aineiston keruu kevät 2011, toteutus kevät-syksy 2011, aineiston analysointi syksy 2011, lopullinen raportointi tammikuu 2012.

Haen tutkimuslupaa opinnäytetyöhön, joka toteutetaan Helsingin ensikodissa, Vallilan toimipisteessä. Tarkoituksena on projektinomaisesti kehittää hoidon rakennetta ja luoda tuotos asiakastyöhön. Aineistona ja tutkimusmenetelminä opinnäytetyössä käytetään vaikuttavuuden arviointeja, haastatteluja ja kyselyitä. Kaikki aineistot analysoidaan nimettöminä ja rekisteriä tiedoista ei luoda. Tietoja kerätään hoidon rakenteen ja tuotoksen toimivuudesta sekä työntekijöiltä että asiakkailta ja vaikuttavuuden arvioinneista tehdään yhteenvetoa.

Kirsi-Maria Manninen

Toiminnanjohtaja Helsingin ensikoti ry

Helsingin ensikoti ry

Päätös tutkimusluvasta

Myönnän tutkimusluvan opiskelija Sini Backmanille. Tutkimuksen / kehittämishankkeen nimi on Hoidon rakenne työvälineenä ensikotityössä. Kyseessä on opinnäytetyö Laurea-ammattikorkeakoulun sosiaalian YAMK-koulutusohjelmaan.

Helsingissä 2.3.2011



Kirsi-Maria Manninen

toiminnanjohtaja

Helsingin ensikoti ry

p. (09) 7742 4613 ja 050 5266 592

Liite 4

PERHEKUNTOUTUSRAKENTEEN KEHITTÄMISHANKE



Kehittämishanke selkiyttää rakenteita ja tukee työn tekemistä

Projektin tuotos sopii yksikköni käytettäväksi

Työntekijät saavat osallistua kehittämiseen riittävästi

Asiakkaille ja yhteistyökumppaneille saadaan näkyvämmäksi kuntoutuksen kulkua

Asiakkaat hyötyvät projektista

Ajatuksia ja kehittämisideoita projektista

Liite 5

Junapohjan malli

