

AISTIESTEETÖN PÄIVÄKOTIYMPÄRISTÖ

SAVONIA – AMMATTIKORKEAKOULU
KULTTUURIALA, MUOTOILUN KOULUTUSOHJELMA
SISUSTUSARKKITEHTUURI JA KALUSTEMUOTOILU
KATRI KANGASHARJU
OPINNÄYTETYÖ 2019

TIIVISTELMÄ

SAVONIA – AMMATTIKORKEAKOULU OPINNÄYTETYÖ

KOULUTUSALA:	KULTTUURIALA
KOULUTUSOHJELMA:	MUOTOILUN TUTKINTO-OHJELMA, SISUSTUSARKKITEHTUURI JA KALUSTEMUOTOILU
TYÖN TEKIJÄ:	KATRI KANGASHARJU
TYÖN NIMI:	AISTIESTEETÖN PÄIVÄKOTIYMPÄRISTÖ
PÄIVÄYS:	26.04.2019
SIVUMÄÄRÄ/LIITTEET	75/3
OHJAAJA:	JARMO RUOKONEN
AVAINSANAT:	<i>erityisherkkä, päiväkotij, aistiärsyke, tilakonsepti, aistiystävällinen</i>

Opinnäytetyössä tutkitaan keinoja minimoida päiväkodeissa esiintyviä aistiärsyksiä. Tutkimuksellisessa opinnäytetyössä selvitetään suurimmat aistiärsykkeiden lähteet ja etsitään sisustusarkkitehtuurin avulla ratkaisuja niiden poistamiseen. Tutkimuksessa otetaan huomioon aisteihin vaikuttavat tekijät ja tarkastellaan niitä akustiikan, valaistuksen, pinta- ja kalustemateriaalien sekä sisäilman kautta. Oikeilla sisustusratkaisuilla pyritään helpottamaan aistiherkkien käyttäjien olemista tilassa.

Kerätyn tiedon ja tutkimustulosten pohjalta suunnitellaan aistiesteetön tilakonsepti päiväkodin aulaan ja ryhmähuoneisiin. Tilojen suunnittelussa otetaan huomioon lasten mittakaava ja mahdollisuus itsenäiseen toimintaan. Näin luodaan aistiystävällinen tilakonsepti päiväkotiympäristöön, jossa eri mittakaavat on huomioitu ja aistiärsykkeet pyritty minimoimaan.

Opinnäytetyössä keskitytään aistiherkkyyteen, ihmiseen vaikuttaviin aistiärsyksiin ja päiväkotisuunnitteluun. Opinnäytetyö koostuu tutkimuksesta, sen tuloksista sekä niiden pohjalta tehdystä päiväkodin tilasuunnitelmasta. Tilasuunnitelma esitellään visualisointien ja kirjallisen osion avulla.

ABSTRACT

SAVONIA UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES THESIS

FIELD OF STUDY: CULTURE

DEGREE PROGRAMME: DEGREE PROGRAMME IN DESIGN,
INTERIOR ARCHITECTURE AND FURNITURE DESIGN

AUTHOR: KATRI KANGASHARJU

TITLE OF THESIS: SENSORY ACCESSIBILITY IN A DAY-CARE ENVIRONMENT

DATE: 26.04.2019

PAGES/APPENDICES: 75/3

SUPERVISOR: JARMO RUOKONEN

KEYWORDS: *highly sensitive person, day-care, sensory stimulus, interior concept, sense friendly*

The thesis investigates different ways to minimize sensory stimuli in day-care centers. The purpose of this thesis is to identify the biggest sensory stimuli and find solutions to remove them with interior architecture. The study takes into account the factors that affect the sensory system and investigate them through acoustics, lighting, (surface and furniture) materials and quality of indoor air. The right solutions in interior design make it easier for sensory sensitive persons to be in the environment / space.

A sensory accessibility interior concept for day-care lobby and group room is designed based on the background material and research findings. The design of the spaces takes into account the height of the children and the possibility of independent activities. This is the way to create a sense friendly space concept for a day-care environment, where different heights are considered and sensory stimuli are being minimized.

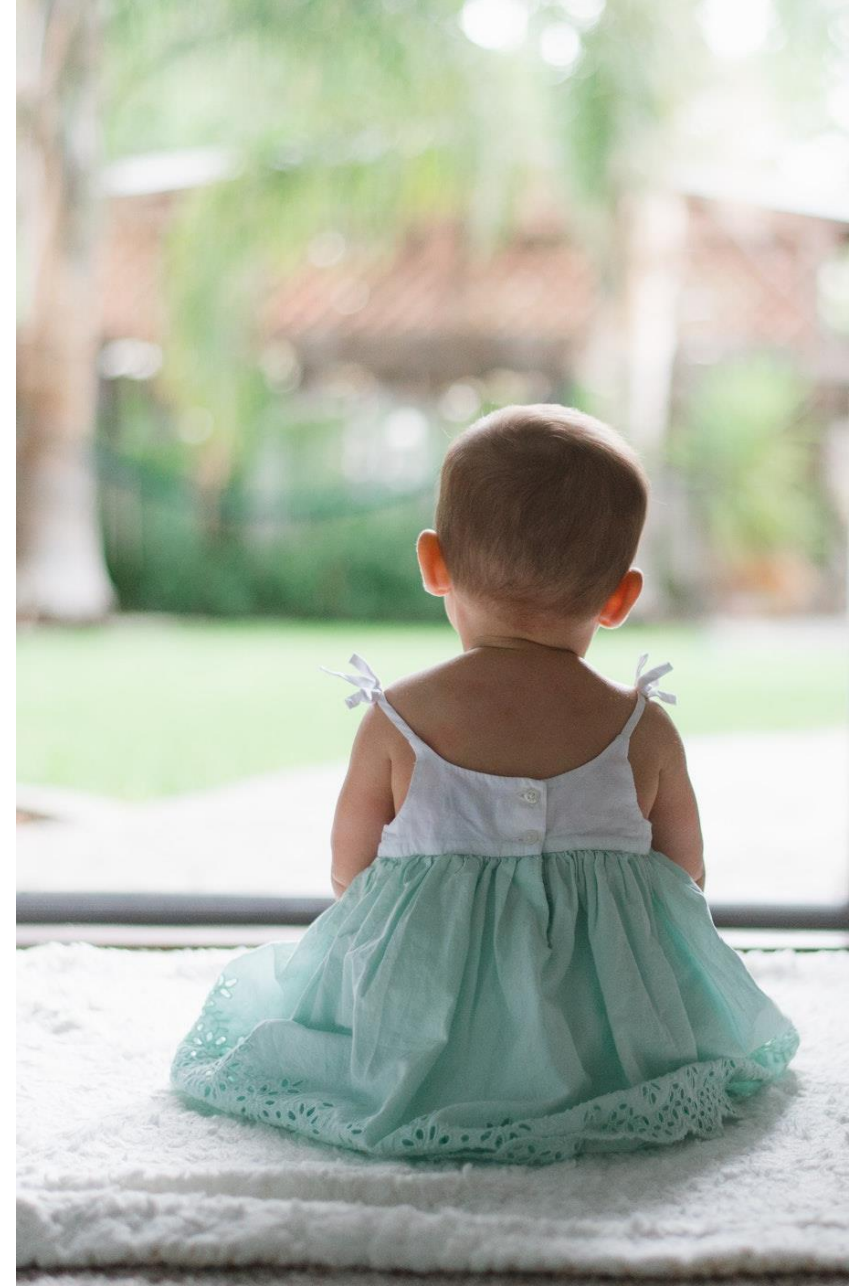
The thesis focuses on sensory sensitivity, sensory stimuli and space planning for a day-care center. The thesis consists of a research, its results and an interior concept of the day-care. The interior concept is presented with visualizations and a written explanation.

ESIPUHE

Ihmistä erityisherkkiä on noin 15 – 20 % eli noin viidesosa väestöstä. (Erityisherkkät ry.) Työelämässä erityisherkkien haasteita ovat kuormittuminen ja jaksaminen. Erityisherkkät ihmiset ovat työntekijöinä erittäin tunnollisia, ahkeria, pystyvät venymään tilanteissa sekä kestävät koviakin paineita. Miinuspuolena erityisherkkyyks pystyy altistamaan herkän ihmisen esimerkiksi runsaalle väsymykselle. (Ritaranta 2014.)

Erityisherkkien ärsykekuormasta palautuminen alkaa heti, kun erityisherkkä ihminen pääsee aistiystävällisempään tilaan, lepäämään tai vaikka luontoon kävelemään. Ärsykkeiden syntyä voidaan kuitenkin vähentää suunnittelemalla ympäristöstä aistiystävällisemmän. Tämän takia on tärkeää huomioida kaikki aistiärsykkeet, jotka luovat erityisherkkille ihmisille aistiärsytystä ja sen myötä esimerkiksi väsymystä. Aistiärsykeisiin puuttamalla voidaan luoda aistiesteettömiä ympäristöjä.

Lähes jokainen kokee melun häiritseväksi joskus kasvatus- ja opetuslalla, mutta jopa kaksi kolmasosaa kokee melun häiritseväksi joka päivä. Päiväkodeissa äänentaso voi nousta jopa yli 90 desibeliin, kun tyypillisesti keskimääräinen kahdeksan tunnin äänialtistustaso on 70 – 80 desibelin välillä. Kun äänentaso on liian korkea, voi se aiheuttaa muun muassa väsymystä, päänsärkyä, stressiä sekä heikentää unenlaatua ja vaikuttaa verenpaineeseen. Lisäksi oppiminen, keskittyminen ja muisti voivat heikentyä. (Kuuloliitto ry 2017.)



Kuva 1 . Vauva. Kuvituskuva.

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	7	6 PÄIVÄKOTIEN TILASUUNNITTELU	27
1.1 Opinnäytetyön aihe ja taustat	8	6.1 Eteistilojen suunnittelu	28
1.2 Työn rajausta ja tutkimusmenetelmät	9	6.2 Ryhmähuoneiden suunnittelu	29
1.2.1 Tutkimus	10	7 TUNNELMAN LUOMINEN	30
1.2.2 Konseptisuunnitelma	11	7.1 Värit	31
1.3 Käsitteet	12	7.2 Akustiikka	33
2 OPINNÄYTETYÖN TAVOITE JA MERKITYS	13	7.3 Valaistus	34
3 ERITYISHERKKYYS	16	7.4 Materiaalit	35
3.1 Aistiherkkyys	18	7.5 Kalusteet	36
3.2 Aistiärsykkeet	19	7.5.1 Irtokalusteet	37
3.2.1 Kuuloaisti	20	7.5.2 Kiintokalusteet	38
3.2.2 Näköaisti	21	8 OPINNÄYTETYÖN TUTKIMUS	39
3.2.3 Hajuaisti	22	8.1 Tutkimusmenetelmä	40
3.2.4 Tuntoaisti	23	8.2 Tutkimustulokset	41
4 YMPÄRISTÖPSYKOLOGIA JA LUONNON VAIKUTUS	24	9 SUUNNITTELUPROSESSI	47
5 AISTIESTEETÖN TILASUUNNITTELU	25	9.1 Tilan rakenne	48
		9.2 Aistiärsykkeiden minimointi	50
		9.3 Tunnelman luominen	51

10 VALMIS TILAKONSEPTI	53
10.1 Tilakonseptin esittely	54
10.2 Jatkokehittelymahdollisuudet	66
11 POHDINTA	67
LÄHTEET	68
KUVALÄHTEET	73
LIITTEET	76
LIITE 1: MITALLINEN POHJAPIIRROS	76
LIITE 2: SEINÄPROJEKTIOT	77
LIITE 3: KYSELYLOMAKE	82

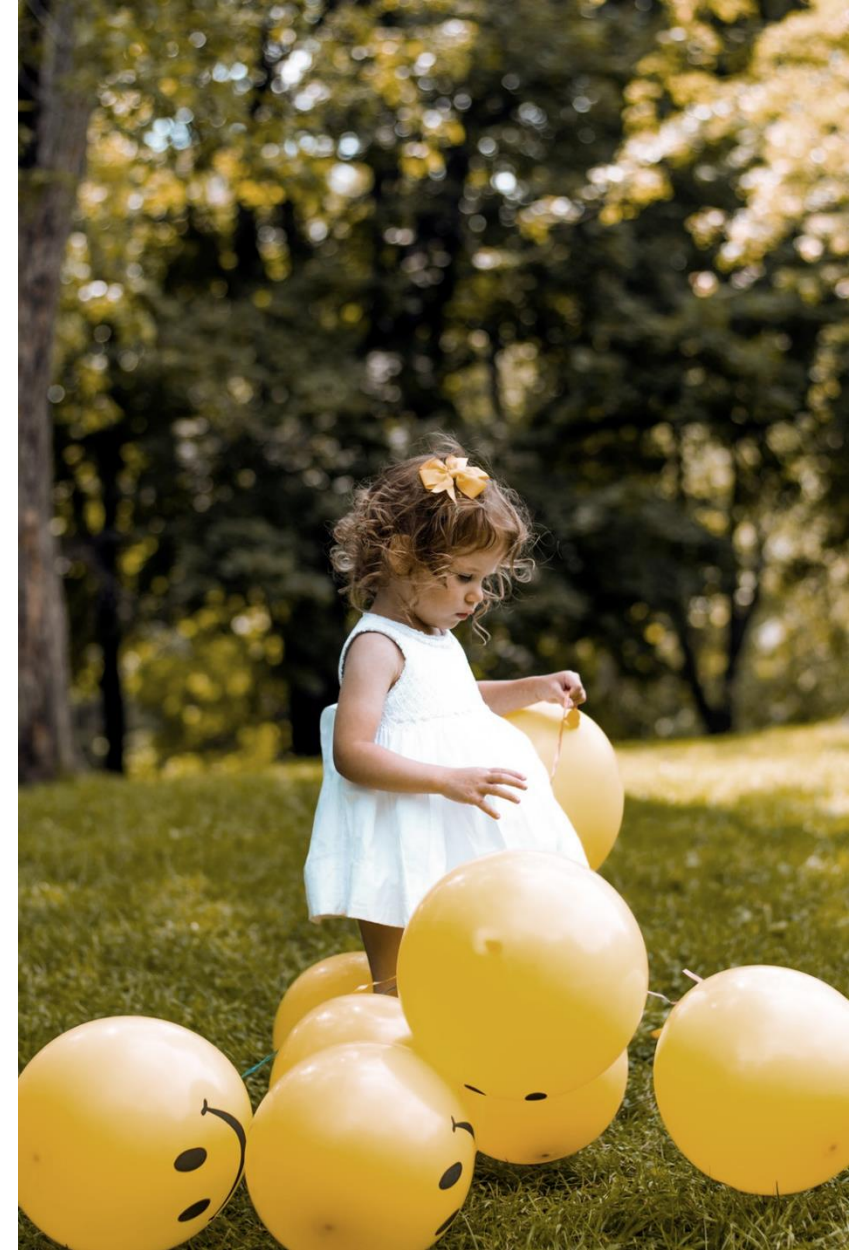


1 JOHDANTO

Opinnäytetyössä perehdytään erityisherkkiin ihmisiin sekä aistiärsykkeiden minimoimiseen ympäristöä muokkaamalla. Erityisherkkä ihminen tuntee ärsykkeet voimakkaammin ja työstää ne sisäisesti syvällisemmin. He huomioivat pienetkin asiat, joita muut ihmiset eivät edes tajua. (Kangasniemi 2017.)

Aistiärsykeitä esiintyy paljon myös päiväkodeissa. Päiväkodin ja muiden lasten luomat ärsykkeet muodostavat erityisherkälle lapselle muita nopeammin väsymystä ja ahdistusta. Lapsen ollessa ylivirittynyt ympärillä olevista ärsykeistä voi se vaikuttaa negatiivisesti esimerkiksi sosiaalisten ja fyysisten ominaisuuksien kehitykseen. (Tähtinen 2015, 25.)

Tässä opinnäytetyössä selvitetään päiväkodissa esiintyviä aistiärsykeitä, jotka vaikuttavat päiväkodin työntekijöihin sekä lapseen. Tutkimustulosten pohjalta suunnitellaan tilakonsepti, jossa aistiärsykkeet ollaan minimoitu ja tilalle suunniteltu ympäristö, joka on mahdollisimman aistiystävällinen käyttäjille.



Kuva 3 . Ilmapallot. Kuvituskuva.

1.1 Opinnäytetyön aihe ja taustat

Opinnäytetyöni aihe sai alkunsa syksyllä 2018, kun olin suorittamassa Helsingissä viimeistä työharjoitteluani. Keskustelin työharjoitteluvastaavani kanssa mahdollisista opinnäytetyöaiheesta ja olisiko heillä kiinnostusta tulla projektiin osaksi. Kiinnostusta löytyi ja aloimme keskustelemaan, kuinka aistiherkät tilankäyttäjät olisivat mielenkiintoinen aihe tutkittavaksi. Sovimme, että keskustelisin aiheesta lisää opettajani kanssa työharjoitteluni päätyttyä jouluna 2018. Joulun jälkeen työharjoittelupaikkani ilmoitti, etteivät he enää pystyisi olemaan mukana opinnäytetyössäni. Päätin kuitenkin jatkaa itsenäisesti samasta aiheesta.

Moni meistä viettää suuren osan päivästä päiväkodeissa, kouluissa tai työpaikoilla, joissa esiintyy usein aisteja kuormittavia tekijöitä: on visuaalisia ärsykeitä, valot voivat häikäistä, huonoja akustiikkaratkaisuja tai pohjaratkaisut ovat sekavia. Kaiken tämän vuoksi aivot ja aistit vaativat aikaa palautumiseen ja rauhoittumiseen. Kun aistit ovat ylikuormittuneet, esille tulee ei-toivottua käyttäytymistä, esimerkiksi kiukuttelemista. (Sankari 2018.)

Hälyisen työ-, koulu-, tai päiväkotipäivän jälkeen ihmiset haluavat usein koteihinsa rauhoittumaan. Aloin pohtimaan aihetta, kuinka esimerkiksi päiväkotiviikosta lapsesta sekä aikuisesta kaikki energian ja kotona aika kuluu vain seuraavaan päivään latautumiseen. Entä jos näin ei olisi? Voisivatko päiväkodit, koulut sekä työpaikat olla suunniteltu niin, että energiaa jää muuhunkin toimintaan? Ettei kotiin tultua oltaisi väsyneitä ja stressaantuneita? Lähestyn asiaa oman alan kannalta, eli sisustusarkkitehtuurin ja kalustemuotoilun. Voidaanko oikeilla sisustusratkaisuilla sekä materiaalivalinnoilla helpottaa työ-, koulu-, päiväkotiympäristössä syntyviä aistiärsykeitä ja luoda tilalle aistiesteetön ympäristö? Ratkaisuna toimii aistiesteetön sisustaminen.

Keskusteltuani opettajani kanssa, mihin julkitilaan olisi hyödyllisintä toteuttaa aistiesteetön tilasuunnittelu, esille nousivat päiväkodit ja koulut.

Henkilökohtaisesti päiväkodit tuntuivat mielenkiintoisemmalta aiheelta, joten valitsin tämän suunnitteluympäristöksi.

1.2 Työn rajausta ja tutkimusmenetelmät

Opinnäytetyö on tutkimuspohjainen opinnäytetyö, jossa perehdytään oman alan kehittämismahdollisuuksiin sekä ongelmien selvittämiseen. Opinnäytetyö koostuu suunnittelusta, tiedonhausta, tuloksista sekä lopullisesta raportista.

Aiheen rajausta keskittyy erityisherkkiin ihmisiin, jotka viettävät suuren osan päivästä päiväkotien tiloissa. Erityisherkkyyden piirteet jaetaan neljään pääryhmään, mutta tässä opinnäytetyössä perehdytään vain yhteen niistä: tarkka havainnointikyky osa-alueeseen. Tarkan havainnointikyvyn eli aistiherkkyyden omaava ihminen tekee ympäristöstään ja sisäisistä kokemuksistaan tarkempia havaintoja, kuin ei-erityisherkkä ihminen. Kyse on hermoston herkästä reagoinnista, joten aistit eivät ole paremmat kuin muilla ihmisillä (Erityisherkkät ry.) Tässä opinnäytetyössä keskitytään aisteihin, joilla havainnoimme ympäristöämme, eli näkö-, kuulo-, tunto- sekä hajuaistiin.

Opinnäytetyön tarkoitus on keskittyä päiväkodin ympäristöön ja sen aistiärsykkeisiin kuten akustiikkaan, materiaalivalintoihin sekä visuaalisiin ärsykkeisiin, esimerkiksi valaistukseen. Aistiesteettömistä tilaratkaisuista löytyy lähteitä, mutta olisi tärkeää saada tietoa ja mielipiteitä suoraan tilankäyttäjiltä mahdollisista aistiärsykkeistä. Tämän vuoksi laaditaan tutkimuskysely internetiin, joka on yksinkertainen tapa kerätä tietoa tilan käyttäjiltä. Tiedonhaun sekä tutkimuksen avulla laaditaan tilakonseptisuunnitelma, jossa pyritään luomaan mahdollisimman aistiesteetön ympäristö päiväkodeille.



Kuva 4. Pikkuauto. Kuvituskuva.

1.2.1 Tutkimus

Opinnäytetyöprosessi aloitetaan etsimällä mahdollisimman paljon tietoa aiheesta eri lähteistä, niin kirjallisuuden kuin verkkoartikkeleiden- ja tutkimusten avulla. Tiedonhaun tueksi luodaan internetkyselytutkimus päiväkotien työntekijöille, jonka avulla pyritään selvittämään suurimmat aistiärsykkeet päiväkotiympäristössä. Lähetettyäni sähköpostia Suomen lastenhoitoalan liiton toiminnanjohtajalle, ilmoitti hän voivansa lähettää kyselytutkimuksen kaikille liittoon kuuluville jäsenille. Kyselytutkimuksen avulla saadaan käyttäjälähtöinen lähestymistapa, joka auttaa pureutumaan todellisiin aistiärsykkeisiin ja minimoimaan niitä.

Kyselytutkimuksen pohjana toimii Satakunnan ammattikorkeakoulun (SAMK) OIVA-työkalu, joka on kehitetty esteettömyyden arviointiin ja raportointiin. (Oiva-työkalu 2016, 6). Oiva-työkalu on loistava tapa kartoittaa tilojen aistiesteettömyyttä, mutta opinnäytetyössä on laadittu oma päiväkodeille suunnattu kysely. Kysymykset ovat tarkennetumpia ja suunnattu suoraan päiväkodin työntekijöille.



Kuva 5 . Seikkailija. Kuvituskuva.

1.2.2 Konseptisuunnitelma

Opinnäytetyön tilakonseptisuunnitelman tarkoitus on auttaa päiväkoteja luomaan aistiesteettömämpiä tilaratkaisuja. Aistiesteetön ympäristö vaikuttaa positiivisesti tilan jokaiseen käyttäjään, mutta erityisesti aistiherkkiin käyttäjiin.

Konseptisuunnitelman tekeminen alkaa tutkimusmateriaalien purkamisella ja analysoinnilla. Tutkimuskyselyn avulla suurimmat aistiärsykkeet paikannettua, voidaan alkaa suunnittelemaan aistiesteetöntä päiväkotiympäristöä.

Konseptisuunnitelma koostuu kahdesta ryhmätilasta, niin leikkihuoneesta kuin lepohuoneesta sekä aulatilasta, sillä niissä vietetään eniten aikaa. Aulassa on aamuisin ja iltapäivisin paljon toimintaa, kun lapsia ensin tuodaan päiväkotiin, jonka jälkeen lapset haetaan usein iltapäivällä kiireellä kotiin. Tämän vuoksi tilassa tulee olla toimiva pohjaratkaisu.

Tilojen suunnittelussa tulee huomioida mitoitukset, sillä niillä on suuri merkitys. Lapsen mitoitus on pienempi aikuiseen verrattuna, jolloin pienetkin erot saavat mitoituksessa suuremman merkityksen. (RT 96-11003 2010, 9.)



Kuva 6. Lapsi. Kuvituskuva.

1.3 Käsitteet

Opinnäytetyössä esiintyy paljon keskeisiä käsitteitä, jotka tulisi ymmärtää ennen kuin aiheeseen perehtyy syvemmin.

ERITYISHERKKYYS

Ihmisen synnynnäinen ominaisuus, jonka vuoksi erityisherkkä ihminen reagoi herkemmin ulkoihin ja sisäisiin ärsykkeisiin.

AISTIHERKKYYS

Erityisherkkyyden fyysinen muoto. Aistiherkän ihmisen hermojärjestelmä reagoi herkemmin ja käsittelee aistiärsykeitä syvällisemmin.

AISTIÄRSYKE

Aisteja ärsyttävä fyysinen tekijä, joka aiheuttaa reaktion ihmisen hermojärjestelmässä.

AISTIESTEETTÖMYYS

Aistiärsykkeiden minimoimista ja virikkeiden lisäämistä, jolloin aistit saavat lepoa (Sankari 2018).

TILAKONSEPTI

Apuväline tilojen visuaalisen ilmeen sekä toiminnallisuuden luomiseen toivottuun malliin tai suuntaan (Juvonen 2017).

YMPÄRISTÖ

Sosiaalisen ympäristön, rakennetun ympäristön sekä luonnonympäristön muodostama kokonaisuus.

2 Opinnäytetyön tavoite ja merkitys

Opinnäytetyön tavoitteena on saada parempi käsitys aistiesteettömästä sisustustavasta sekä oppia sen käsitteitä. Tarkoituksena on huomioida aistiherkät ihmiset, jotta heidän olisi helpompi viettää aikaa päiväkotiympäristössä.

Opinnäytetyön tavoitteena on saada kyselyn avulla selville suurimpia aistihäiriötekijöitä, sekä selvittää, kuinka yleistä päiväkodeissa on aistiherkkyys. Kyselytutkimus pyrkii myös selvittämään, miten paljon aistiärsykkeet vaikuttavat päiväkodin työntekijöiden työntekoon. Opinnäytetyössä tutkitaan, millaisia ovat aistiesteettömät tilaratkaisut sekä oikeanlaiset materiaali- ja kalustevalinnat aistiherkät huomioiden.

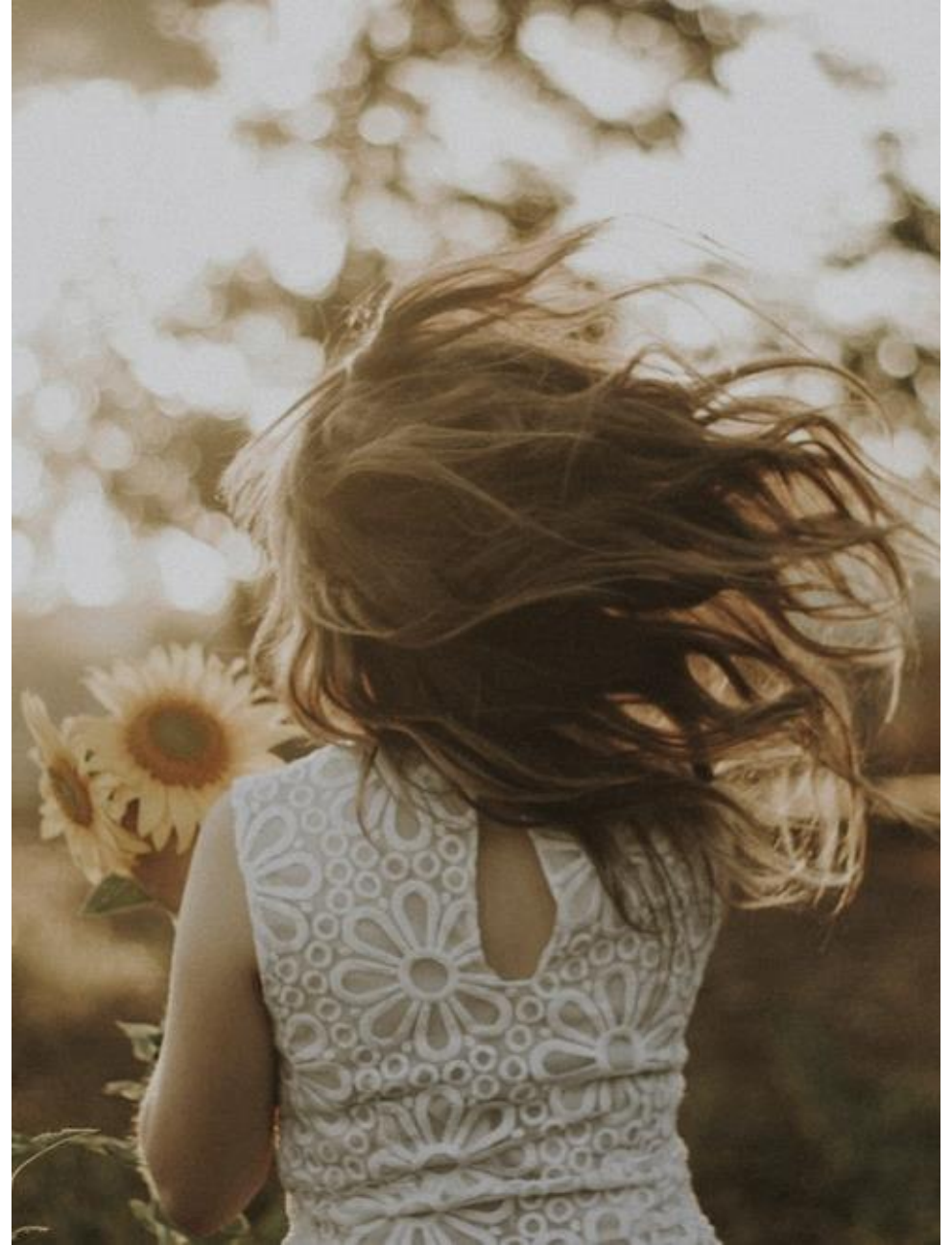
Kuva 7. Tavoite. Kuvituskuva.



Opinnäytetyön merkitys on henkilökohtaisesti merkityksellinen ja mielenkiintoinen, mutta myös laajemmalla mittakaavalla, sillä työssä paneudutaan todelliseen kehittämismahdollisuuteen. Opinnäytetyö antaa myös mahdollisuuden kehittyä sisustussuunnittelijana ammatillisesti paremmaksi sekä syventää taitojani kohti työelämää.

Opinnäytetyössä perehdytään sisustussuunnitteluun päiväkodeissa, mutta työhön tuodaan uutta perspektiiviä aistiherkillä käyttäjillä. Tutkimus auttaa ymmärtämään, kuinka yleistä aistiherkkyys voi olla ja mahdollistaa tilojen kehittämisen aisteille mielekkäämmiksi. Aistiesteettömän ympäristön vaikutus elämänlaatuun on positiivinen, kun aistimme pääsevät palautumaan rauhassa ja tämän myötä olemme rentoutuneempia (Sisustussuunnittelu decoFeast, 2019). Opinnäytetyötä voidaan jatkossa soveltaa myös muihin julkisiin tiloihin, esimerkiksi kouluihin ja työpaikkoihin.

Kuva 8. Lapsi ja kukat. Kuvituskuva.

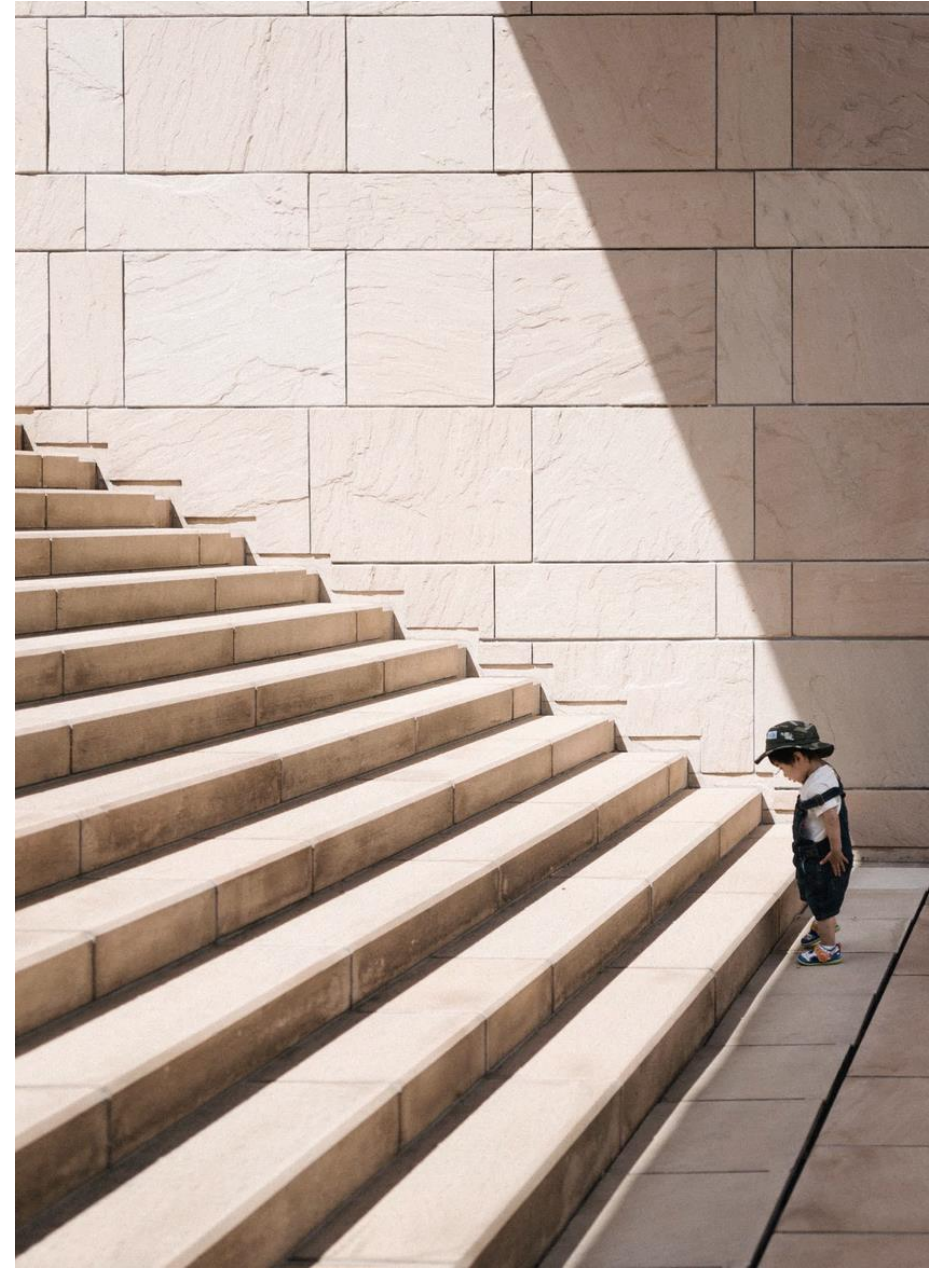


Suomessa Margit Sjöroos on kehittänyt konseptin, jonka ydin on aistiystävällinen suunnittelu. Uskon, että hänen konseptistaan on myös minulle apua opinnäytetyötä tehdessä, sillä aiheesta ei muuten löydy paljon Suomessa toteutettuja sisustussuunnitteluprojekteja.

Janniina Yli-Anttila on toteuttanut samaan aiheeseen liittyvän tutkimuksen opinnäytetyössään ”Porin seudun päiväkotien aistiympäristöjen kartoitus” vuonna 2015. Aineistossa selvitetään päiväkodeissa esiintyviä aistiärsykyksiä, joita tulen myös itse opinnäytetyössäni tutkimaan. Yli-Anttilan opinnäytetyö toimiikin hyvänä pohjana omalle opinnäytetyölleni. Erona opinnäytetöissämme on kuitenkin alakohtaisuus. Yli-Anttilan opinnäytetyö on tehty sosiaalialan näkökulmasta, kun itse toteutan opinnäytetyön kulttuurialan, tarkemmin sisustusarkkitehtuurin ja kalustemuotoilun näkökulmasta.

Opinnäytetyötä varten tulee etsiä paljon tietolähteitä, sillä aikaisempaa tietoa aiheesta ei ole. Henkilökohtaisesti minulla ei ole aiempaa tietotaustaa erityisherkeistä ihmisistä tai päiväkotien tilojen suunnittelusta. Lisäksi en itse käynyt lapsena päiväkodissa, joten mahdollisuus hakea apua vanhoista muistoista on myös pois suljettu.

Kuva 9. Ensiaskel. Kuvituskuva.



3 ERITYISHERKKYYS

Tässä opinnäytetyössä käsitellään aiheita erityisherkyys sekä sen yhtä ominaista piirrettä aistisherkyyttä, joten aluksi on välttämätöntä perehtyä aiheeseen syvemmin, jotta opinnäytetyöstä tulisi luotettavampi.

Elaine Aron on yhdysvaltalainen psykologian tohtori, joka on tutkinut erityisherkyyttä 1990-luvulta alkaen. (Erityisherkit Ry.) Aron on kehittänyt kirjainlyhenteen EVÄS, joka ilmentää hyvin erityisherkyiden eri puolia. E tarkoittaa emotiivisuutta eli tunnereaktioiden painottamista sekä vahvaa empatiakykyä. V merkitsee herkyyttä ympäristön vivahteille. Ä tarkoittaa ärsykkeiden liiallisuutta, jolloin erityisherkkä ihminen kokee helposti liikaa ärsykeitä ja väsähtää, jos kiinnittää kaikkeen huomiota. S on syvälinen käsittely. Erityisherkkä ihminen tarkkailee ja pohtii ennen kuin hän toimii. (Aron 2014, 10.)

Herkyys ei ole uusi piirre. Psykologiassa havainnoidaan nimenomaan herkyyttä, jota on kuitenkin hankalaa havainnoida ihmisten käytöksestä. Sen vuoksi psykologit ja muut ihmiset ovat keksineet herkyiden piirteelle nimityksiä kuten ujous tai sisäänpäin suuntautuneisuus. Nimitykset osuvat lähelle, mutta eivät kuitenkaan aivan oikeaan. (Aron 2014, 22.)

Erityisherkit ihmiset eivät helpota piirteen tarkkailua, koska he ovat niin herkkiä ympäristölle, että voivat tehdä kaikkensa, jotta sopisivat muiden joukkoon. Ilmeisintä ulkopuolisille ihmisille erityisherkyissä ihmisissä on kuitenkin ylireagointi – vahvemmat tunnereaktiot ja herkyys liiallisille ärsykeille. Tämä on luonut muille ihmisille kuin myös erityisherkyille ihmisille mielikuvan, että heissä olisi jotain vialla. (Aron 2014, 22.)

Ihmisen hermoston herkyys on normaali ja todennäköisesti perinnöllinen piirre. Erityisherkyyttä esiintyy väestöstä noin 15 - 20 %:lla. Erityisherkyys tarkoittaa käytännössä sitä, että ihminen havainnoi ympäristönsä vivahteita, josta on etua monissa erilaissa tilanteissa. Erityisherkyteen kuuluu myös hermostollisesti nopeampi uupuminen ympäristössä, jossa näkymät ja äänet ovat hukuttaneet hänet. (Aron 2014, 23.)

Ihmisen hermoston ollessa virittynyt, toimittaa hän minkä tahansa tehtävän parhaiten. Hermoston ollessa ylivirittynyt, aiheuttaa se ihmisessä hämmentyneisyyttä, kömpelyyttä ja levottomuutta. Liian vähäinen virittyneisyys puolestaan aiheuttaa tylsistymistä ja tehottomuutta. Ero erityisherkan ja ei-erityisherkan ihmisen virittyneisyyden välillä on erityisherkan kykeneminen havaitsemaan ärsykejä, joita muut ihmiset eivät havaitse. Näitä on esimerkiksi hienovaraiset äänet tai näyt. Tämä ei tarkoita, että erityisherkillä ihmisellä olisi terävämmät aistit kuin muilla, vaan hänen aistitietonsa käsittelevät tiedot huolellisemmin. Lisäksi erityisherkat ihmiset miettivät enemmän kaikkea ja jaottelevat asioita hienojakoisempiin osiin. Siinä missä muut ihmiset jaottelevat asiat kahteen tai kolmeen kategoriaan erityisherkat jaottelevat ne kymmeneen. (Aron 2014, 36.)

Voimakkaat ärsykkeet saavat piirteen huonon puolen esille. Kun jokin ärsyke aiheuttaa muille ihmisille kohtalaista virittyneisyyttä, erityisherkillä se aiheuttaa voimakasta virittyneisyyttä. Kun suurin osa ihmisistä kokee ärsykkeen, joka saa heidät hyvin virittyneeseen tilaan, saa se erityisherkan täysin uupumaan. (Aron 2014, 36-27.)

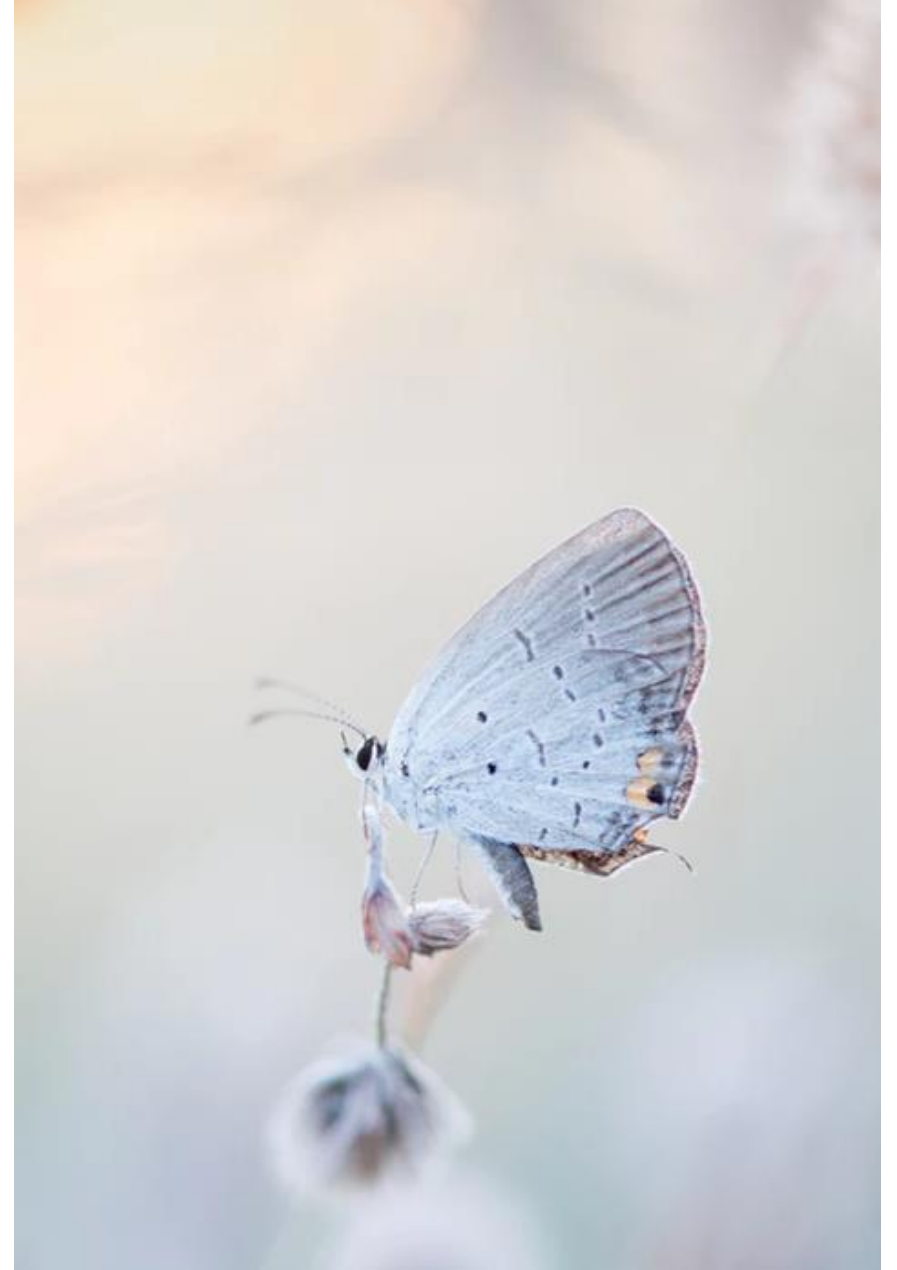
Erityisherkillä ihmisillä on myös hyvä intuitio, mikä ilmenee kykyä poimia tietoja ja käsitellä niitä tietoisesti tai täysin tiedostamattomasti. Lopputuloksena erityisherkkä ihminen ”vain tietää”, ymmärtämättä itsekään miten hän tietää. Syvällisemmän vivahteiden analysoinnin vuoksi erityisherkat ajattelevat tulevaisuutta ja menneisyyttä enemmän, jonka vuoksi he voivat ”vain tietää” miten ovat päätyneet pisteeseen, jossa ovat tai kuinka asiat voisivat olla tulevaisuudessa. Puhutaan kuudennesta aistista, mutta se voi erehtyä samalla tavalla kuin silmät tai korvatkin. Kuitenkin sen on tapana osua oikeaan usein, jonka vuoksi erityisherkillä on kyky työllistyä visionääreiksi, intuitiivisiksi taiteilijoiksi tai keksijöiksi. Ihmisinä erityisherkat ovat varovaisempia, mutta myös tunnollisempia ja viisaampia. (Aron 2014, 37.)

3.1 Aistiherkkyys

Erytisherkkyyteen kuuluu voimakkaasti erilaiset aistiherkkydet, eli kyky vaistota vivahteita. Aistiherkkydessä on kyse taipumuksesta reagoida voimakkaasti pieniin, jopa aivan tiedostamattomiin aistiärsykkeisiin. Aistiherkkyys on siis psykofyysinen ilmiö. Esimerkiksi erityisherkkä lapsi voi reagoida päiväkodissa esiintyvään meluun niin voimakkaasti, ettei tahdo enää mennä sinne. (Tähtinen 2015, 10.)

Aistiherkät ihmiset voivat pitää herkkyyttään lahjana, mutta myös kirouksena. Aistiherkkä voi häiriintyä esimerkiksi äänistä, joita muut eivät tiedosta, tai häntä saattaa kiusata värit, jotka eivät muita ihmisiä häiritse lainkaan. Elinympäristömme onkin suunniteltu keskivertoherkille ihmisille sopivaksi. Ihminen käyttää itseään mittapuuna luokitellessaan mikä on normaalia ja sopivaa. (Tähtinen 2015, 11.)

Erytisherkille ihmisille voi olla rajattomasti hyötyä tiedostaessaan ympäristön vivahteet. Kyse voi olla yksinkertaisesta elämänilosta tai siitä, miten erityisherkkä pystyy muodostamaan oman mielipiteensä etukäteen perustuen vihjeisiin, joita muut ihmiset huomaamattaan välittävät esimerkiksi mielialastaan tai luotettavuudestaan. Erytisherkällä ihmisellä voi jäädä kuitenkin uuvuksissa ollessaan ilmiselvätkin asiat huomaamatta, sillä ainoa asia mitä hän tiedostaa on levontarve. (Aron 2014, 18-19.)



Kuva 10. Perhonen. Kuvituskuva.

3.2 AISTIÄRSYKKEET

Jokaisella ihmisellä on aistit. Aistitiedon varassa ihminen luo kuvan ympäröivästä maailmastaan ja itsestään. Aistien avulla ihminen luo kokemuksia, kuten hyvän musiikin kuunteleminen tai viihdyttävän elokuvan katseleminen. (Papunet.)

Erityisherkin ihmisen reagointi aistiärsyksiin pystyy olemaan ulospäin erittäin olematonta, vaikka samanaikaisesti hän voi sisäisesti kokea voimakkaita tuntemuksia, esimerkiksi sisäistä tärinää tai pahoinvointia. (Ahde 2016.)

Erityisherkkä ihminen tarvitsee muita ihmisiä enemmän lepoa eri muodoissaan, yksinoloa ja vapaa-aikaa palautuakseen ärsykkeiden luomasta ärsykekuormasta. Levontarve on hyvin yksilöllistä, aivan kuten erityisherkkyyden ilmenemismuoto. Jotta sopiva tasapaino löytyy, täytyy erityisherkin harjoitella ja kokeilla itselle sopiva tapa rentoutua. (Heiskanen 2013.)



Kuva 11. Ärsyke. Kuvituskuva.

3.2.1 Kuuloaisti

Kuuloaistin avulla ihminen saa informaatiota ympäristöstään ja ympärillään tapahtuvista asioista. Kuuloaistin tehtäviä on esimerkiksi eritellä äänten voimakkuutta ja korkeutta sekä helpottaa ihmistä hahmottamaan mistä suunnasta ja lähteestä äänet kuuluvat.

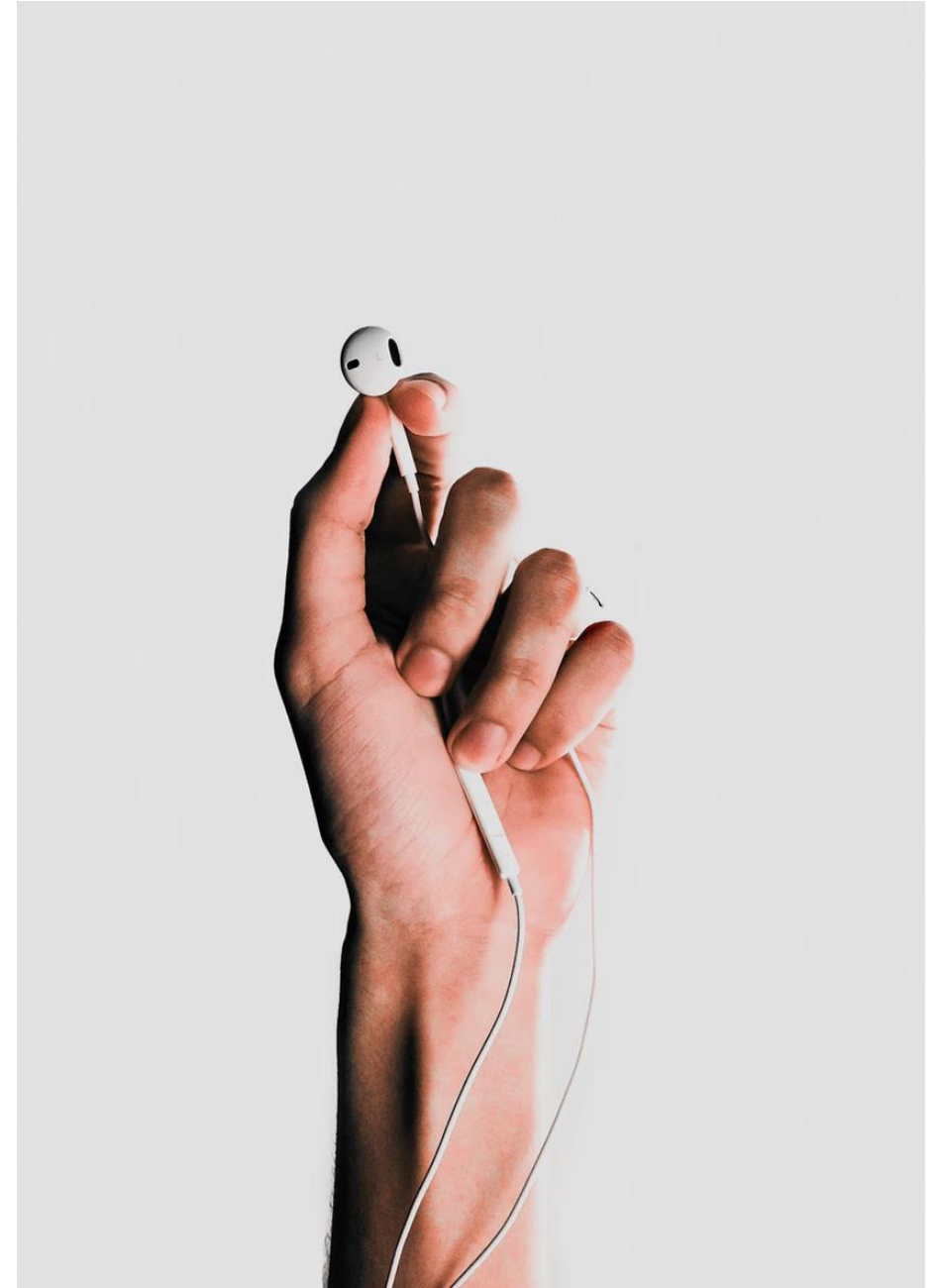
(Papunet.)

Desibeli-asteikolla mitataan äänen voimakkuutta. Ihmiskorva ei kuule 0 desibelin ääniä, mutta äänien ylittäessä 85 desibelin voivat äänet vaurioittaa ihmisen kuuloa. (SIT 05-610038 2006, 2.)

Päiväkodeissa äänentaso nousee usein korkealle, lapsien lähdössä ulkoilemaan ja palatessaan takaisin sisälle sekä leikkiessään sisätiloissa. Toiminnan reaktioina aiheutuu melun lisääntyminen, jolloin päiväkodin työntekijöiden on vaikeampi ylläpitää järjestystä. (RT 96-11003, 22.)

Vähäinenkin taustamelu voi aiheuttaa ihmisessä päänsärkyä ja jännittyneisyyttä. Kaikua voidaan kuitenkin vähentää akustiikkalevyillä, tekstiileillä ja matoilla. (Uusilehto 2017.)

Kuva 12. Kuuloke. Kuvituskuva.



3.2.2 Näköaisti

Näköaistia pidetään ihmisen aisteista erikoistuneimpana ja toiminnaltaan monimutkaisimpana. Yli 80 % kaikista aistiedon käsittelystä menee näön saamaan informaation käsittelyyn. Näön avulla ihminen kykenee esimerkiksi havaitsemaan erilaisia värejä sekä näkemään eri etäisyyksiä tai erikokoisia asioita. (Papunet.)

Valaistus vaikuttaa huomattavasti ihmisen viireyteen. Valaistuksen ollessa liian vähäinen, sinertävä, tai suoraan kohdistettu voi se saada ihmisen tuntemaan olon väsyneeksi tai aiheuttaa hänelle päänsärkyä. Visuaalisena ärsykkeenä toimii myös epäjärjestys. Epäjärjestys synnyttää stressiä ja jos tavarat ovat aina hukassa energiaa menee tavaroiden löytämiseen. Sisustuksessa olisi myös hyvä välttää voimakkaita värejä isoina pintoina, sillä ne rasittavat mieltä. (Uusilehto 2017.)



Kuva 13. Kissa. Kuvituskuva.

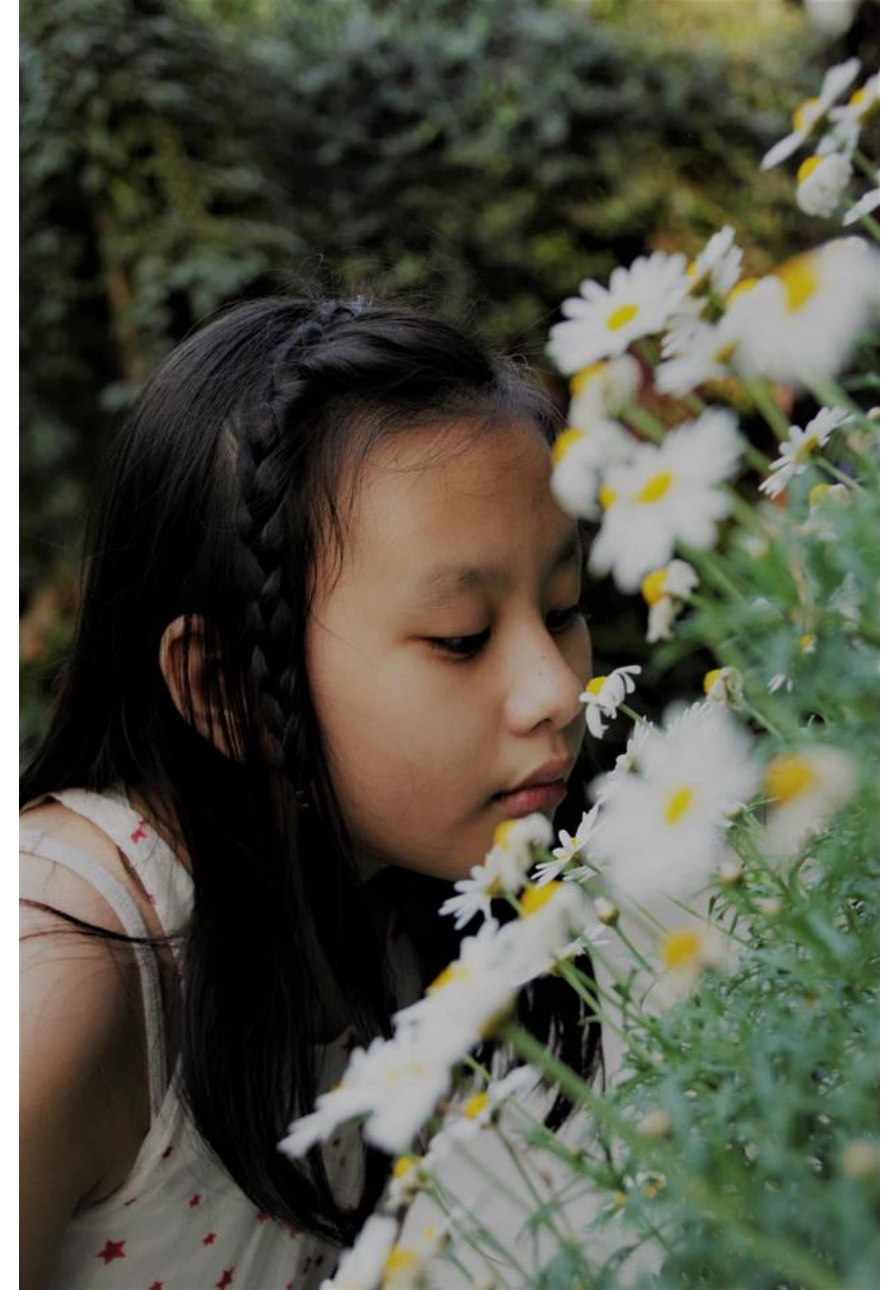
3.2.3 Hajuaisti

Ihmisen hajuaisti pystyy välittämään tietoa esimerkiksi hengitysilman laadusta.

Kehittymisen ja kokemuksen myötä ihminen kykenee erottelamaan erilasia hajuja ja tuoksuja sekä paikallistamaan mistä haju tulee. Jokainen ihminen aistii hajuja ja tuoksuja eri tavoin ja ne voivatkin herättää miellyttäviä tai epämiellyttäviä muistoja ja tunnereaktioita aiemmista kokemuksista. (Papunet.)

Tilojen sisäilma on vaikuttava tekijä ihmisen terveyteen, tuottavuuteen ja viihtyvyyteen. Sisäilma pystyy aiheuttamaan erilaisia terveysvaikutuksia, esimerkiksi erilaisia oireiluja, kuten väsymys, päänsärkyä ja pahoinvointia. Myös erilaiset sairaudet ovat mahdollisia, kuten hengitystieinfektioita, allerginen nuha tai astma. (Sisäilmayhdistys ry.)

Laatukriteeri hyvälle sisäilmalle on, ettei ympäristön käyttäjä saa oireita tilasta. Sisäilman epäpuhtauksille herkistyminen on kuitenkin yksilöllistä. (Sisäilmayhdistys ry.)



Kuva 14. Kukkien tuoksu. Kuvituskuva.



Kuva 15. Kädet. Kuvituskuva.

3.2.4 Tuntoaisti

Iho on ihmisen suurin elin, jossa tuntoaisti pääosin sijaitsee. Tuntoaisti auttaa ihmistä tiedostamaan omaa kehoa sekä esineitä ja niiden ominaisuuksia. Tuntoaisti täydentää muita aisteja hahmottamaan ympäristöä kosketuksen sekä tunnustelemisen avulla. Ihminen aistii kipua, painetta, lämmintä, kylmää ja värinää tuntoaistin reseptorien avulla. (Papunet 2018.)

Erityisherkkiä ihmisiä ajatellen olisi hyvä välttää teräviä muotoja kalusteissa ja esineissä. Sen lisäksi, että pyöreät muodot mukailevat silmän luontaista liikettä, ne muodostavat ympäristöstä turvallisen tunteisen. Huonekalujen ollessa puisia, tekevät ne olosta miellyttävän, mutta myös rauhoittavat mieltä. (Uusilehto 2017.)

4 YMPÄRISTÖPSYKOLOGIA JA LUONNON VAIKUTUS

Ympäristöpsykologiassa tutkitaan ihmisen ja sosiaalisen sekä aineellisen ympäristön välistä vuorovaikutusta. Ympäristöpsykologia on saanut vaikutteita psykologiasta, mutta myös käyttäytymistieteistä, sosiologiasta, antropologiasta, ekologiasta ja maantieteestä. Usein ympäristöpsykologiassa selvitetään ihmisen ja ympäristön keskinäistä vuorovaikutusta yksilö-, pienryhmä-, tai pienyhteisötasolla. (Horelli 1982, 28.)

Ympäristöpsykologia tuo suunnittelutyöhön tavoitteeksi edistää ihmisen ympäristösuhteen säätelyä. Toisin sanoen suunnittelun tavoite ei ole enää pelkästään pelkkä rakennus, vaan rakennuksen käyttäjien suhde tilaan tai mahdollisuus sen säätelyyn. Ympäristöpsykologia pyrkii auttamaan suunnittelua sen ohjelmointivaiheessa, helpottaa ennakoimaan mahdollisia sivuvaikutuksia suunnitelmissa ja valmiita kohteita arvioidessa toimii viitekehyksenä. (Horelli 1982, 29.)

Ihmisten hyvinvointiin vaikuttaa huomattavasti elinympäristömme. On tutkittu, että luonnon läheisyys ihmisen elinympäristössä lisää onnellisuutta ja vähentää ihmisten sairastavuutta. Tutkimuksen mukaan luonto lisää ihmisten hyvinvointia monin eri tavoin. Luonnosta tulevat positiiviset vaikutuksen hyvinvointiin saa nopeasti ja ne pysyvät ihmisessä pitkään. (Mielenterveystalo.)

Ihminen saa terveyshyötyjä luonnosta, vaikka hän ei erityisesti pitäisikään luonnosta. Terveyshyötyjä saadaan kuitenkin jo pelkän luontokuvan katselemisella. Myös huonekasvit voivat suurina määrinä tuottaa ihmisille terveysvaikutuksia. Tila koetaan miellyttävämmäksi, mitä enemmän siellä on luonnosta otettuja elementtejä. (Hellsten 2018.)

Erityisherkillä yhteys luontoon on poikkeuksellisen tärkeä. Luonnossa erityisherkillä ihmiset pääsevät pois arjen kiireistä hetkeksi, syke alkaa laskea ja energiatasot nousevat. (Bowellan 2016.)



Kuva 16. Kasvi. Kuvituskuva.

5 AISTIESTEETÖN TILASUUNNITTELU

Aistiesteettömyys tuo uutta näkökulmaa perinteiseen esteettömyyteen, jonka moni mieltää fyysiseksi esteettömyydeksi, kuten esimerkiksi pyörähdysympyröiksi. Tilojen aistiesteettömyyttä voidaan tarkastella kuulo-, näkö-, tunto-, ja hajuaistin kannalta. Oikeilla valinnoilla pystytään suunnittelemaan rentouttavia tiloja, joissa aistit eivät kuormitu. (Sikla 2018.)

Aistiesteettömyydessä on kyse luoda aivoille rentoutumisen ja virikkeiden tasapainoa. Harmoninen ympäristö hyvällä valaistuksella ja akustiikalla sekä maanläheiset värit ja tilojen selkeys auttavat luomaan aistiesteettömän ympäristön. (Sankari 2018.)

Aistiesteettömässä ympäristössä tärkeää on tilojen selkeys ja niiden hahmottaminen. Aistiesteettömiä tiloja suunniteltaessa, tulee ottaa huomioon myös mahdollisuus päästä rauhassa purkamaan energiaa tai lepäämään halutessaan. Usein ihminen haluaa kuitenkin olla samassa tilassa muiden kanssa, jolloin on hyvä käyttää tila-tilassa suunnittelua. Tila-tilassa voi olla esimerkiksi rauhallinen sohvanurkkaus hieman syrjässä tai puolapuut energian purkamiseen. (Vihinen 2018.)

Aistiherkät ihmiset kuormittuvat tilojen aistiärsykkeistä normaalia herkemmin kuin ei-aistiherkät ihmiset. Aistiesteetön ympäristö palvelee kaikkia tilan käyttäjiä, mutta joillekin se on välttämätöntä toimivan arjen varmistamiseksi. Energiaa alkaa vapautumaan muuhun, kun ympäristö on suunniteltu aistiesteettömäksi. (Sankari 2018.)

Stress Free Area -konsepti

Stress Free Area[®] on suomalaisen Margit Sjöroosin kehittämä hyvinvointi-innovaatio, jota on kehitetty vuodesta 1996 lähtien. Konseptin apuna on hyödynnetty aivo- ja aistitutkimuksia. Konseptissa huomioidaan ympäristön välisiä merkityksiä ihmisen hyvinvoinnille, niin mentaalisen fyysisen ja digitaalisen ympäristön kautta. Sjöroos kertoo aistiystävällisen suunnittelun syntyneen erityisherkkyydestä. (Vallila 2016.)

Konseptissa keskitytään minimoimaan erilaisia aistiärsykeitä. Huomioitavia asioita on esimerkiksi näkökentän suojaamiseen, valaistukseen, vireystilaan, värisävyihin, sommitteluun ja ilmanlaatuun. Keskeisiä asioita konseptissa on moniaistinen ergonomia ja aistiystävällinen suunnittelu. Konsepti on rekisteröity tavaramerkiksi niin Suomessa, Venäjällä, Yhdysvalloissa, Kiinassa kuin myös EU:n alueella. (Vallila 2016.)

Stress Free Area – konseptia voidaan soveltaa erilaisiin kohteisiin, kuten esimerkiksi rakennussuunnitteluun ja rakennettuihin kaupunkiympäristöihin, erilaisiin julkitilakohteisiin kuten työ-, ja oppimisympäristöihin, hammashoitoloihin ja hotelleihin kuin myös huippu-urheiluun. Esimerkiksi MM-kisojen taisteluistelukenttien eri tiloissa ollaan käytetty aistiystävällistä tilasuunnittelua. (Vallila 2016.)

Brändin rakentamisen kannalta huomioitavia asioita ovat myös toiminnalliset ja kulttuuriset tarpeet. Tavoitteena konseptilla on tila, jossa negatiiviset stressitekijät ollaan pois suljettu. Tavoitetta ei aina täysin saavuteta mutta se on tavoittelemisen arvoinen asia. Negatiivinen stressi pitkällä ajalla aiheuttaa monia sairauksia sekä vähentää viihtyvyyttä ja tuottavuutta. (Vallila 2016.)

6 PÄIVÄKOTIEN TILASUUNNITTELU

Päiväkoti on lapselle kuin toinen koti, sillä valveillaoloajastaan lapsi viettää suuremman osan päiväkodissa kuin kotonaan. Keskeinen lähtökohta päiväkodin tiloja suunniteltaessa onkin ottaa huomioon lapsen tapa kokea ympäristönsä ja tuntea itsensä olevan osa sitä. Päiväkoti mielletään kodikkaaksi ja miellyttäväksi ympäristöksi, jossa ollaan joko osa päivää tai välillä jopa öitä ja viikonloppuja. Päiväkoteja verrattuna muihin julkisiin palvelulaitoksiin, suunnitteluprosessiin tuo haastetta omat vaatimukset ja tasonsa, huomioiden lapsen mittakaava ja kodikkuuden tunne. Tilan värit, valot, materiaalit ja tila luovat kokonaisuutena viihtyisyyttä yhdessä muunneltavuuden kanssa. Muunneltavuuden tukena tulee olla tarpeeksi pysyvyyttä ja kiinteitä elementtejä. Suunnittelun avulla voidaan muodostaa toimivia tiloja, joka auttaa muodostamaan luontevia pienryhmiä. Lapsen kokemuksen kannalta on keskeistä, että hän kokee olevansa osa yhteisöä. (RT 96-11003 2010, 8.)

Lähtökohtana tilojen suunnittelulle toimii toiminnan tavoitteet sekä henkilökunnan ja lasten määrä. Suuremmissa päiväkodeissa voidaan luoda jokaiselle kotialueelle oma persoonallinen olemus sekä jakaa liikennetiloja niin sanotusti poluiksi ja aukioiksi. Tilojen ryhmittely helpottaa lasta löytämään oman paikkansa ja liikkumista ympäristössä. (RT 96-11003 2010, 9.)

Lapsen mittakaava ja silmän korkeus on eri kuin aikuisella, mikä pitää ottaa huomioon mitoituksessa. Huomioitavaa on myös lapsen tapa kokea ja havaita ympäristöään kaikilla aisteillaan. Suunnittelussa yhdistelemällä eri aistihavaintoja ja kontrasteja tilaan tulee elävyyttä. (RT 96-11003 2010, 9.)

Päiväkotien tilajako muodostuu yleisesti ryhmätiloista tai kotialueista, joista pääsee suoraan piha-alueelle. Kun kotialueet ovat suunniteltu jokaiselle ikäryhmälle sopivaksi, pystyy kutakin kotialuetta käyttämään yksi lapsiryhmä, eteistilojen usein ollessa kuitenkin yhteisiä tiloja. Kotialueella tarkoitetaan kokonaisuutta, jossa jokaisella päiväkodin lapsiryhmällä on käytössään omat eteis-, pesu ja wc-tilat ja lisäksi ryhmätilat leikkiin, lepoon ja ruokailuun. Kotialueita voidaan suunnitella joustavamminkin, jolloin tiloja keskitetään lapsiryhmien yhteisiksi toimintatiloiksi. Tällöin lapsiryhmän omassa käytössä on suppeimmillaan yksi ryhmätila, jota kutsutaan kotipesäksi ja sen lisäksi eteis- ja wc-tilat. Tällöin yhteisiksi tiloiksi lapsiryhmien välillä jää muut toimintatilat, esimerkiksi ruokailutilat sekä kuraeteinen sisäänkäynteineen. (RT 96-11003 2010, 9.)

6.1 Eteistilojen suunnittelu

Päiväkodin eteistilassa tapahtuu päivän mittaan paljon toimintaa. Eteistilassa lapset pukeutuvat päivän aikana useasti sekä vanhemmat tapaavat päiväkodin työntekijöitä. Tämän vuoksi eteistila olisi hyvä suunnitella mahdollisimman viihtyisäksi ja kutsuvaksi. (RT 96-11003 2010, 14.)

Eteistilasta tulee päästä helposti muihin tiloihin, joita lapsiryhmä käyttää päivän aikana. Näihin tiloihin kuuluu esimerkiksi wc-tilat, ryhmähuoneet sekä yhteistilat. Eteistilaan sijoitetaan pääsääntöisesti ulkovaatteiden pukeminen ja riisuminen sekä vaatteiden säilytys. Eteistilaan voi koosta riippuen sijoittaa myös leikkipaikan, pienen näyttelytilan tai seurustelunurkkauksen. (RT 96-11003 2010, 14.)

Tilaa varataan yhtä tilapaikkaa kohden 0,7 ...0,9 m². Vaatenaulakoita suunniteltaessa tulee varata tarpeeksi säilytystilaa varavaatteille ja sisä-/ulkokengille sekä huomioida käyttäjien mittakaava. Myös aikuisille tulee olla vaatesäilytystilaa. (RT 96-11003 2010, 14-15.)



Kuva 17. Henkarit. Kuvituskuva.

6.2 Ryhmähuoneiden suunnittelu

Päiväkodeissa on yleensä useampi ryhmähuone joiden käyttötarkoitus voi vaihdella. Ryhmähuone voi toimia päiväkodin monitoimitilana, jossa leikitään, pelataan sekä ruokaillaan. Vaihtoehtoisesti ryhmähuone voi toimia erityisesti lasten rentoutumista ja lepoa varten, mutta tila on myös suunniteltu muun toiminnan kannalta toimivaksi. (RT 96-11003 2010, 16-17.)

Ryhmähuoneiden suunnittelun tavoitteena on suunnitella ryhmätilat sopivaksi kaikenlaiseen toimintaan sekä jokaiselle ikäryhmälle toimivaksi. Huonealaa varataan noin 3,3 m² henkilöä kohden. Ryhmähuoneessa tarvitaan erilaisia huonekaluja eri aktiviteetteja varten. Huonekalujen tulisi olla huomioitu niin aikuisten kuin lastenkin kokoon sopivaksi. Huonekalut voivat olla myös korkeussäädettäviä. Tilassa tulee olla erilaisia säilytysratkaisuja leikkikaluille ja toimintavälineille sekä ripustusjärjestelmiä ja erilaisia kiinnityspintoja seinillä. Ryhmähuoneeseen kuuluu myös yleensä vesipiste. (RT 96-11003 2010, 16.)

Lepoon ja rentoutumiseen tarkoitetussa ryhmähuoneessa akustiikka on tärkeää, jotta päiväunille menevät lapset eivät häiriintyisi ulkopuolelta tulevasta melusta. Tilassa tulisi olla säädettävä valaistus himmentämällä. (RT 96-11003 2010, 16-17.)



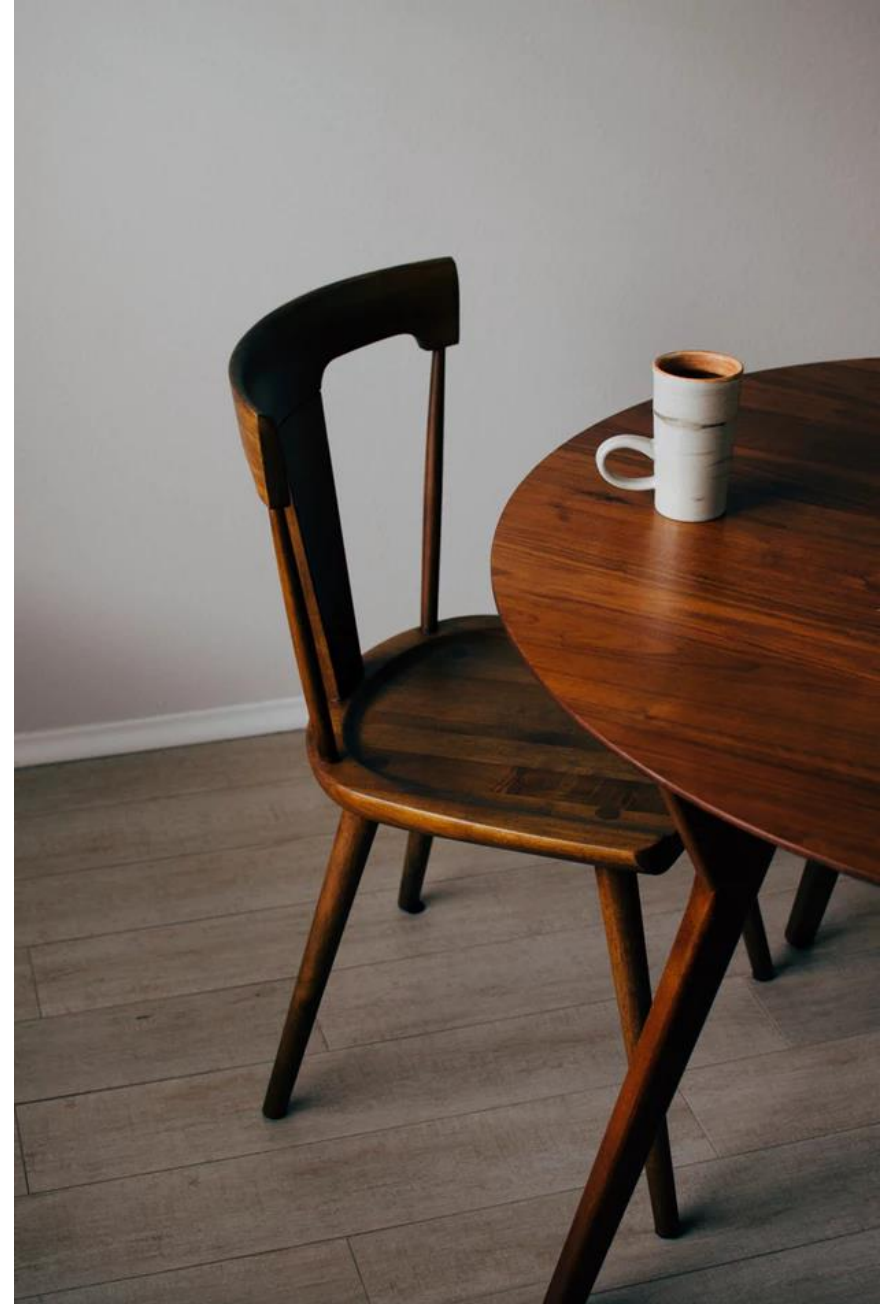
Kuva 18. Rakennuspalikat. Kuvituskuva.

7 TUNNELMAN LUOMINEN

Päiväkodin sisustuksen tulisi olla monikäyttöinen, käytännöllinen ja viihtyisä.

Suunnitteluvaiheessa huonekaluja ja tekstiilejä valittaessa tavoitteena tulisi olla muuntojoustava ja kodikas päiväkotitila. Suunnittelun on tarkoitus luoda taustaa lasten päivittäisille toiminnoille. Päiväkodin ympäristössä tulisi olla myös neutraaleja seinäpintoja ja tarpeeksi tilaa lapsien piirustuksille ja muulle omalle toiminnalle, mikä luo lapsille kokemuksen hänen voivansa vaikuttaa ympäristöönsä. (RT 96-11003 2010, 21.)

Päiväkodin ympäristöä tulisi suunnitella siten, että tilojen käyttötarkoitus on selkeästi hahmotettavissa tilanteiden mukaan. Tiloissa tulisi olla mahdollista toimia ryhmässä, mutta tarjota tilaisuutta myös yksinoloon. (RT 96-11003 2010, 21.)



Kuva 19. Kahvikuppi. Kuvituskuva.

7.1 Värit

Törmäämme päivittäin useisiin eri väreihin, jotka vaikuttavat käyttäytymiseen, mielialaan ja päätöksiin joita teemme. Mutta miksi toiset värit luovat rauhallisuuden tunteen, kun toiset värit muodostavat meissä ärsyyntyneen tai surullisuuden tunteen? Schlossin ja Palmerin ”Ekologinen valenssi – teoria” selittää miksi olemme mieltyneet tiettyihin väreihin. Schloss ja Palmer ehdotuksen mukaan yhdistämme värit menneisyytemme merkittäviin esineisiin ja visuaalisiin kokemuksiin. Luonnollisesti yhdistämme ne väreihin, jotka herättävät meissä myönteisiä tunteita ja pyrimme välttelemään värejä, jotka muistuttavat negatiivisista kokemuksista. (Deakin 2016.)

Savanni-teorian mukaan ihmiset yleensä etsivät värisävyjä, jotka voi löytää kukoistavasta luonnosta. Esimerkiksi sinistä väriä ajatellamme yhdistämme sen puhtaaseen veteen tai kirkkaaseen taivaaseen, jotka molemmat ovat rentouttavia ja rauhoittavia kokemuksia. Elinvoimaisen ja rauhallisuuden tunteen saa aikaan vihreä väri, jonka sävyjä vertaamme yleensä terveisiin puihin ja kasveihin. Keltainen, oranssi ja valkoinen herättävät meissä onnen ja lämmön tunteita, sillä ne muistuttavat meitä auringonpaisteesta olemisesta. Punainen väri yhdistetään yleensä tuoreisiin ja kypsiin hedelmiin tai marjoihin, jotka muodostavat jännitystä ja energiaa. Kaikki värit esiintyvät positiivisissa kokemuksissa luonnossa ja kaikilla on myönteinen vaikutus käyttäytymiseemme ja mielialaamme. (Deakin 2016.)

Nykypäivänä suurin osa ihmisistä asuu ja työskentelee kaupungeissa. Sisällyttämällä luonnon värejä elinympäristöömme lujitamme yhteyttämme luontoon, mutta luomme samalla positiivisia tunteita, jotka vaikuttavat myös hyvinvointiimme. Hyvä hyvinvointimme seurauksena voimme olla motivoituneempia, luovempia sekä tuottavampia suorittaessamme jokapäiväisiä tehtäviämme. (Deakin 2016.)

Ympäristöjen värivalintaan vaikuttaa aina se, mikä pinta on kyseessä. Peruspilarina voidaankin pitää ajatusta, että ympäristön tummin väri on alhaalla lattiassa ja vaalein ylhäällä katossa. Vaaleat värit heijastavat kuitenkin enemmän valoa verrattuna tummiin, jonka vuoksi joskus on hyvä tarkoituksenmukaisesti poiketa ohjeesta. Koko tilassa tulisikin olla yhden sävyn hallitseva ja loppujen niin sanotusti mausteena. (Rihlama 1999, 66.)

Vaaleilla väreillä on laajentava vaikutus tilassa, kun taas tummilla väreillä supistava vaikutus. Tieteellisesti on todettu, kuinka värit vaikuttavat ihmisen terveyteen joko välillisesti tai välittömästi. Turvallisuusvärejä tulisi käyttää enemmän huomioiden, että turvallisuusvärin tulee näkyä eikä sulautua ympäristöönsä. (Rihlama 1999, 50.)

Päiväkodeissa voidaan värien avulla luoda mielenkiintoisia näkymiä, jotka kehittävät lasten mielikuvitusta. Lasten kannalta voidaan myös käyttää kirjavampaa väriasteikkoa verrattuna aikuisen tarkempaan työympäristöön. Huomioitavaa on, että päiväkodin henkilökunta muodostuu aikuisista, jolle työympäristön täytyy olla myös terveellinen tila työskennellä. Rihlana (1999, 84) suosittelee ratkaisuksi seinän jaottelua vaakasuoriin vyöhykkeisiin, joissa värit alkavat vaaleita lattiasta kattoa kohden. Ratkaisu mahdollistaa aikuisten katselualueen pysyvän rauhallisempana kuin lasten. Tosin ei ole suositeltavaa kyllästyä lastenkaan värimaailmaa, sillä se saattaa olla liian aktivoivaa lapsille. Vaihtoehtona toimisivat rauhalliset seinäpinnat, jolloin lasten leikkivälineet voisivat olla värikkäitä. Huolella suunniteltu muotojen, värien ja valojen sijoittelulla, mahdollistetaan ratkaisuja, joista hyötyy lasten lisäksi hoitohenkilökunta. (Rihlana 1999, 84.)

Pienimmillä lapsilla värimaailman tulisi rajoittua pastellisävyjen käyttöön ja näkökyvyn kehittyessä voisivat he liittyä iäkkäämpien lasten ympäristöön. Varttuneempien lasten ympäristöstä tulisi löytyä luonnonväristä puuta, sillä sen elävä pinta kehittää lasten mielikuvitusta. (Rihlana 1999, 84.)

Aistiesteettömässä ympäristössä suositaan myös ratkaisua, jossa värytys alkaa vaalentua lattiasta kattoa kohden. Ratkaisu helpottaa tilojen hahmotettavuutta. Aistiherkkien ihmisten on haastavampaa hahmottaa yksipuolisesti väritettyjä tiloja, kuten kokovalkoista sisustusta. Tämän vuoksi aistiesteettömässä sisustuksessa suositaan pastellisia, maanläheisiä sekä niin sanotusti sammutettuja värejä. Värimaailma tulisi pysyä harmonisena ja rauhallisena, mutta harkittuja väriläiskiä voidaan ottaa piristykseksi. (Sankari 2018.)



Kuva 20. Värikynät. Kuvituskuva.

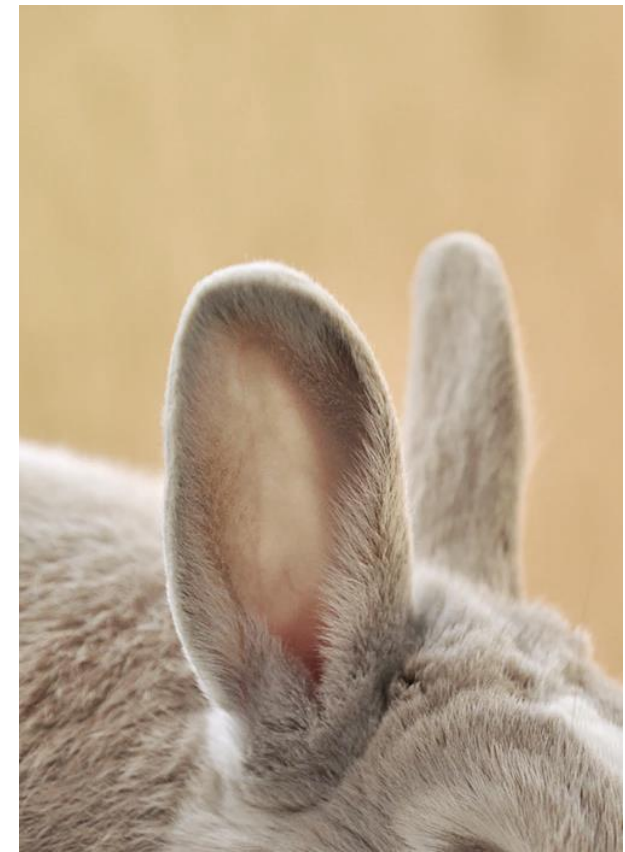
7.2 Akustiikka

Akustiikan kannalta kaikki pinnat absorboivat, eli imevät ääniä, jonka seurauksena äänet vähitellen vaimenevat (SIT 05-610038 2006, 2). Hyvä akustiikka suunnittelu koostuu ääntä heijastavien, hajottavien ja absorboivien pintojen yhdistämisestä, sekä näiden pintojen sijoittamisesta oikeaan kohtaan tilassa. (RT 07-10881 2006, 3.) Tällöin ääniympäristössä häiritsevät äänet vaimenevat, toivotut korostuvat sekä ulkopuolelta tulevat äänet eivät kantaudu tilaan. (RT 96-11003 2010, 22.)

Hyvä ääniympäristö ei ole kuitenkaan pelkästään meluton. Ääniympäristön ollessa hyvin suunniteltu, tilan esteettömyys, esteettisyys sekä monikäyttöisyys lisääntyvät. Hyvä ääniympäristö pystyy myös edistämään ihmisten hyvinvointia ja terveyttä. (Saarinen 2018.)

Päiväkotien akustiikkaa suunniteltaessa, tulee ottaa huomioon erityiset vaatimukset, jotka on asetettu päiväkotien akustiselle suunnittelulle. Unentarve vaihtelee ryhmien välillä sekä samassa ryhmässä olevien lasten kesken. Akustiikan tulee mahdollistaa muiden lasten nukkumisen samaan aikaan kun muut lapset oleskelee ja leppää tilassa. Suunnittelussa tulee huomioida myös ryhmähuoneiden välinen ääneneristys. Erityisesti tulee huomioida tilat, joissa lepo huone ja ryhmähuone ovat yhdistettävissä liukuovien avulla keskenään. (RT 96-11003 2010, 22.)

Päiväkodin tiloissa äänentaso saa olla enintään 35 desibeliä oleskelu- ja työskentelytiloissa, pois sulkien keittiö-tilat. Äänentasoon on huomioitu ympäristömelu sekä rakennuksen tekniset laitteet, esimerkiksi ilmanvaihtolaitteet, joista aiheutuu jatkuva samanarvoinen äänitaso. Päiväkodin jälkikaiunta-ajan toimintatiloissa tulee olla alle 0,6 sekuntia. (RT 96-11003 2010, 22.)



Kuva 21. Pupun korvat. Kuvituskuva.

7.3 Valaistus

Päiväkotien valaistuksen suunnittelussa pyritään hyödyntämään päivänvaloa mahdollisimman paljon. Päivänvalon hyödyntämiseen vaikuttavat tilojen suuntaus, aukotus ja pimennettävyyys. Työ- ja oleskelutiloja suunniteltaessa, huonealasta tulee olla 10 % vähintään varattuna ikkunan valoaukolle.

Luonnonvaloa täydennetään huonevalaistuksen avulla. Valaistussuunnitelmia tehdessä, valolähteissä tulee huomioida monipuolisuus ja tarkoituksenmukaisuus. Lisäksi valolähteiden taloudellisuus ja energian säästöominaisuudet tulee ottaa huomioon. Valolähteet tulee olla helppo huoltaa ja huomiota tulee ottaa myös värintoistoon. Huomioitavaa on myös valaistuksen tavoitteet verrattuna ympäristön luonteeseen. (RT 96-11003 2010, 23.)

Oikealla määrällä keinovaloa ja luonnonvaloa sekoittamalla saadaan korostettua tilan luonnetta sekä ympäristön viihtyvyys lisääntyy. Valoa tulee fokusoida tarpeeksi alueisiin, joissa tehdään tarkkuutta vaativia tehtäviä. Yleisvalaistusta, kohdevaloja sekä himmentimiä hyödyntäen saadaan aikaan sopiva valon määrä käyttötilanteiden mukaan. (RT 96-11003 2010, 23.)

12 ikävuoteen asti lapsen visuaalinen havaintokyky kehittyy, jolloin myös kehittyvät hienomotoriset kyvyt. Lasten kannalta tärkeää, että tilassa on eniten suoraa valoa, joka parantaa lasten syvyysnäköä. Suora valo luo esineille muotoja ja varjoja, jotka helpottavat muodostamaan syvyysvaikutelmaa. (Glamox.)

Eri toiminta-alueilla tilassa tarvitaan eri valaistuksia. Tämän vuoksi valon hallintajärjestelmät ovat hyödyllisiä, kun valoja voidaan esimerkiksi himmentää tai niiden väriä vaihtaa huoneen eri osissa. Lasten ylivilkkautta ja keskittymiskykyä voidaan todistetusti vähentää varilämpötilaa säädettävillä valkoisilla valaisimilla. Vaadittu vähimmäisvoimakkuus päiväkodin valaistuksessa on 300 luksia. (Glamox.)

Aistiesteettömässä sisustamisessa suositetaan säädettävää ja epäsuoraa valaistusta. Yleisvalaistusta suunniteltaessa suositetaan suurempia valaisimia, sillä ne tuottavat tasaisempaa valoa. Pienemmät valaisimet tekevät herkemmin pistemäistä valoa sekä luovat visuaalisesti hämääviä varjoja ympäristöön. Nukkumatiloissa on hyvä huomioida tilojen mahdollisuus pimennettävyyteen. (Sankari 2018.)

7.4 Materiaalit

Päiväkodissa materiaalien valinnoilla ja erilaisilla struktuureilla on suuri merkitys. Lapsille asioiden koskettaminen on merkityksellistä ja lapset voivat myös tutkia asioita maistamalla. Materiaalivalinnoissa tulee huomioida turvallisuus, huoltoon liittyvät asiat sekä tapa, jolla lapset tutkivat ja kokevat ympäristöään käyttäen kaikkia aistejaan. Eteistilojen pinnat täytyy suunnitella niin, että ulkoa kantautuvan kuran ja hiekan määrä tulisi olemaan mahdollisimman vähäinen. (RT 96-11003 2010, 27.)

Päiväkodeissa tekstiilien täytyy olla vähintään kulutuskestoltaan 50 000 Martindale-yksikköä. Paloturvallisuus ja vesipestävyys tekstiileissä ovat välttämätöntä. Suositeltavaa olisi, että verhoiluissa kalusteissa tekstiilit olisivat pestäviä, vaihdettavia ja irrotettavia. Verhoilukankaissa tulee käyttää pintastruktuureiltaan ja kuoseiltaan helposti puhdistettavia ja likaahylkiviä tekstiilejä. (RT 96-11003 2010, 22.)

Aistiesteettömässä sisustuksessa suositaan tekstiileissä luonnonmateriaaleja, kuten pellavaa ja puuta sekä erilaisia tekstiilejä: karheaa, sileää ja pehmeää. Pyöreät muodot ovat silmälle ystävällisempiä sekä silmän liikkeelle mukailevampia, jonka vuoksi pyöreitä ja ovaaleita muotoja suositaan aistiesteettömässä ympäristössä. (Sankari 2018.)

Aistiesteettömässä sisustamisessa puupinnat lattioissa ja seinissä mielletään rauhoittaviksi sekä iholle miellyttävämmäksi. Tämän vuoksi myös kalusteissa suositaan puuta ja vältetään kylmää metallia sekä teräviä kulmia. Kiiltävät pinnat kuormittavat aisteja enemmän sekä luovat enemmän heijastuksia, jonka vuoksi aistiesteettömämpänä ratkaisuna toimivat mattapinnat (Sankari 2018).

7.5 Kalusteet

Päiväkodeissa on tärkeää huomioida lasten mittakaava sisätilojen kalusteissa. Huonekalujen mitoitukseen vaikuttaa, onko lapsen toiminta omaehtoiseen toimintaan rohkaisevaa vai onko toiminta aikuisten ohjattua. Lapsen omaehtoisessa toiminnassa kalusteet ovat lapsen mittakaavalla ja toiminnassa, johon aikuisen osallistuminen on tärkeää, kalusteiden mittakaavat ovat aikuiselle sopivia. Lasta kannustetaan aktiiviseen, itsenäiseen ja omaehtoiseen toimintaan kalusteiden ollessa oikean kokoiset. Huomioitavaa kuitenkin on henkilökunnan ergonominen ja toimiva työympäristö, jonka vuoksi suurin osa kalusteista on aikuisten mittakaavassa. Tällöin lapsien toiminta huomioidaan hankkimalla esimerkiksi korotettuja tuoleja. Molempia mittakaavoja soveltamalla voidaan kuitenkin käyttää esimerkiksi normaalikokoisia pöytiä, johon on yhdistetty lapsille sopivia korkeussäädettäviä tuoleja. (RT 96-11003 2010, 21.)



Kuva 22. Sohva. Kuvituskuva.

7.5.1 Kiintokalusteet

Kiintokalusteiden valinnassa tärkeimmät ominaisuudet ovat kulutuksenkestävyys ja käytettävyys. Päiväkodissa suurimmat kiintokalusteyksiköt ovat säilytyskalusteet, märkätilakalusteet sekä mahdolliset kaappisängyt. Kosteudenkestävyys on tärkeää märkätilojen kalusteissa sekä naulakoissa, joissa säilytetään kosteita ulkovaatteita. Naulakko- ja kaappirakenteiden täytyy olla lapsen mittakaavaan sovitettuja, sillä ulkovaatteiden käyttäminen on toistuvaa ja aikaa vievä rutiini. Suunnittelussa pitää eteis- ja märkätiloihin tilankäyttöä ajatellen luoda tehokkaat tilat, joissa lasten ja aikuisten yhteistyö on sujuvaa. (RT 96-11003 2010, 21.)

Ryhmä- ja pientiloissa yleisimmät kiintokalusteet ovat säilytyskalusteet ja vesipiste, joihin on mahdollista toteuttaa aikuisten ja lasten mittamaailmat. Lasten toimintaa voidaan helpottaa esimerkiksi korkeussäädettävillä työtasoilla ja ulosvedettävillä korokkeilla, jotka ovat suunniteltu lasten käyttöön. Säilytyskalusteet tulee olla mittakaavaltaan aikuisille sopivia, mutta myös lasten on pystyttävä käyttämään osaa niistä omaehtoisessa toiminnassa. Ainakin yläkaappien tulisi olla lukittavissa. (RT 96-11003 2010, 21.)

7.5.2 Irtokalusteet

Päiväkotiin irtokalusteita valittaessa tärkeimmät ominaisuudet ovat monikäyttöisyys, kulutuksenkestävyys ja ergonomia. Kalusteiden tulisi olla helposti siirrettäviä sekä tiloissa, joissa on paljon erilaista toimintaa myös helposti pinottavia ja säilytettäviä. Erikokoiset kalusteet, joita joudutaan siirtelemään tiloista toiseen luovat suunnittelutyölle myös esteettisiä erikoisvaatimuksia, sillä päiväkodin kalusteiden kuuluu sopia muotokieleltään ja materiaaleitaan keskenään yhteen. Leikkitiloissa olevat pöydät ja tuolit suunnitellaan lasten mittakaavaan, mutta pöydät, joiden äärellä toimii ruokailu, suunnitellaan normaalikorkuisiksi. Syöttötuolien sopivuutta lisää niiden monikäyttöisyys ja muunneltavuus lapsen mittakaavaa huomioiden. Irtokalusteiden täytyy olla turvallisia käyttää eli niissä täytyy olla pyöreät kulmat sekä niiden tulee pysyä pystyssä turvallisesti kaatumatta helposti. (RT 96-11003 2010, 21-22.)



Kuva 23. Tuoli. Kuvituskuva.



8 OPINNÄYTETYÖN TUTKIMUS

Opinnäytetyössä luotiin päiväkodin työntekijöille kyselytutkimus, johon pystyi käydä vastaamassa internetissä. Tutkimuskyselyn avulla pyrittiin saamaan käsitystä päiväkotien aistiärsykkeistä sekä niiden vaikutuksesta työntekoon. Tavoitteena oli saada mahdollisimman paljon vastauksia, jotta tutkimuksesta tulisi luotettava sekä saataisiin enemmän näkökulmia asiaan.

8.1 Tutkimusmenetelmä

Kyselytutkimusta suunnitellessani halusin aluksi tietää alan ammattilaisilta olisiko kysely heidän mielestään tarpeellinen. Otin yhteyttä Suomen lastenhoitoalan liiton toiminnanjohtajaan, jolta tiedustelin sähköpostitse asian tärkeyttä. Hänen mielestään kysely olisi tarpeellinen ja hän ehdotti myös voivansa levittää kyselyä liiton jäsenille. Hän myös ehdotti, että tuloksista tulisi kirjoittamaan artikkeli heidän liiton Slalli-lehteen. Ajatus oli hyvä ja olin erittäin kiitollinen hänen avustaan jakaa kyselyä, sillä hänen kauttaan kysely meni suoraan kohderyhmälle.

Kyselytutkimuksen alussa kerroin hieman itsestäni sekä alkutietoa kyselystä, jotta kysely vaikuttaa turvalliselta ja luotettavalta. Alkutiedoissa kerroin kyselyn olevan vastaajalle täysin anonyymi ja ettei heidän vastauksia tulla julkaisemaan missään sellaisenaan. Lopuksi kerroin vielä tuloksista tulevan Slalli-lehteen artikkeli, jonka toivottiin yhdessä Suomen lastenhoitoalan toiminnanjohtajan kanssa tuovan enemmän halukkuutta vastata kyselyyn.

Kyselyn pohjana toimi Satakunnan ammattikorkeakoulun tekemä OIVA – työkalu, jolla pystytään kartoittamaan tilojen esteettömyyttä. Halusin omasta kyselystäni tarkennetumman päiväkodeille, joten päätin luoda täysin oman kyselyn sen sijaan, että olisin käyttänyt OIVA-työkalua. Samaa asiaa tutkiessa ja tuloksia kerätessä samantyyllisiä kysymyksiä tuli pakosti.

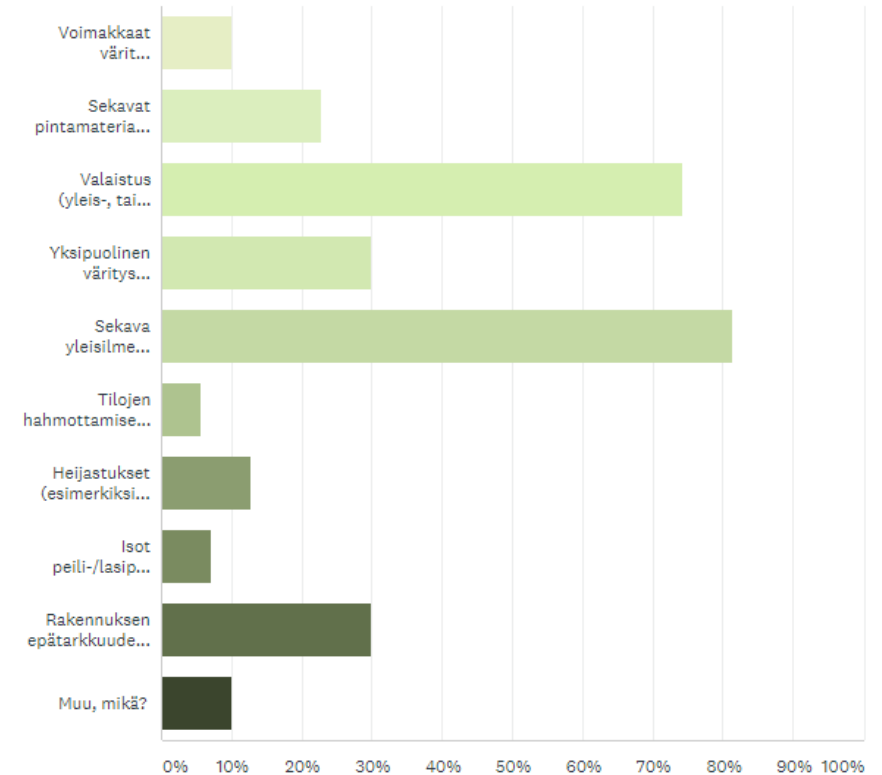
Kysymyksien tuli olla selkeitä ja niihin piti olla helppo vastata. Myös kysymysten järjestyksellä oli merkitystä. Kyselyn alussa oli monivalintakysymyksiä ja lopussa tarkennetumpia avoimia kysymyksiä aistiärsykeistä ja niiden vaikutuksista. Monivalintakysymykset osoittautui tehokkaaksi tavaksi kerätä tietoa, sillä niihin oli helppo vastata. Avoimet kysymykset puolestaan tukivat hyvin monivalintakysymyksiä, joiden avulla tieto oli yksityiskohtaisempaa.

Kysely luotiin internetissä olevalla sivustolla, josta sai suoran linkin kyselyn jakamiseen. Ennen kyselyn jakamista testasin kyselyn toimivaksi sekä korjasin mahdolliset kirjoitusvirheet. Lopuksi lähetin sähköpostitse linkin kyselyyn Suomen lastenhoitoalan liiton toiminnanjohtajalle. Linkki lähetettiin kaikille liittoon kuuluville jäsenille sekä julkaistiin liiton facebook-sivuilla.

8.2 Tutkimustulokset

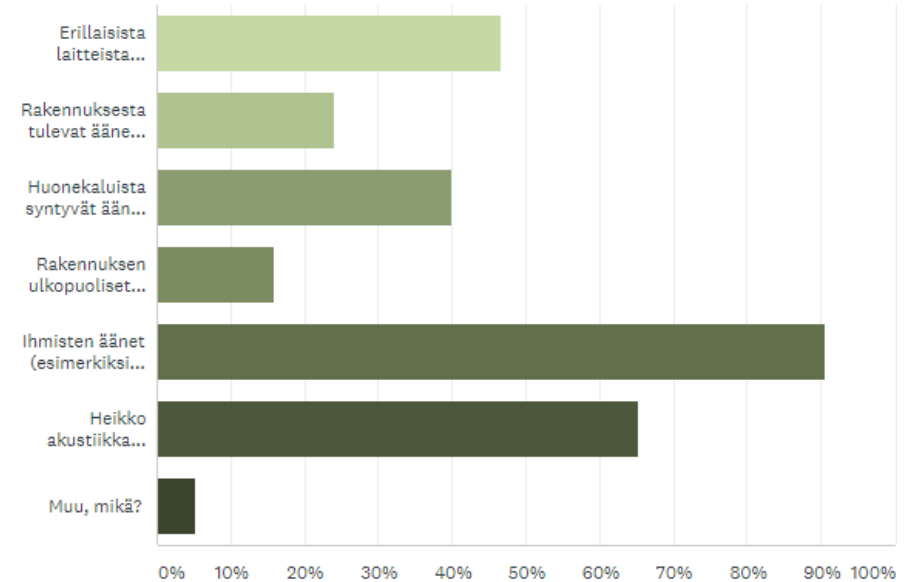
Kyselyyn oli aikaa vastata kolme viikkoa. Toiveeni oli saada kyselyyn ainakin 100 vastausta, sillä mitä enemmän vastauksia sen luotettavampia tulokset ovat. Kyselyyn vastasi 75 ihmistä, joka on kuitenkin mielestäni hyvä määrä opinnäytetyön kyselyyn nähden.

Ensimmäisenä kyselyssä tutkittiin, mikä aistiärsyke aiheuttaa eniten ärsytystä kussakin tutkittavassa aistissa. Mielestäni oli tärkeää selvittää yksityiskohtaisesti mikä luo aistissa eniten aistiärsytystä, jotta oikeita ongelmakohtia osataan alkamaan selvittämään ja helpottamaan aistikohtaisesti. Visuaalisissa ärsykkeissä, eli näköaistissa vastaajista 81,43 % kokee sekavan yleisilmeen aiheuttavan eniten aistiärsytystä. Sekava yleisilme voi aistiherkissä ihmisissä aiheuttaa vaikeuden hahmottaa tiloja oikein. Myös valaistus koettiin isoksi tekijäksi aistiärsyksen kannalta. 74,29 % vastaajista kokee valaistuksen luovan päiväkodin tiloihin aistiärsyksiä. Valaistuksessa voi aistiärsytystä luoda heikko tai liian kirkas valaistus, yksittäinen tai yleisvalaistus, vilkkuva tai särisevä valaistus tai valaistuksen väri. Vastaukset todistavat visuaalisten aistiärsykkeiden olevan läsnä päiväkodin arjessa.



Kuvio 1. Näköaisti: koetko päiväkodin tiloissa häiritseväksi..

90,67 % vastaajista kokee puheensorinan, lapsien kovien äänien sekä muiden ihmisten äänien luovan eniten aistiärsytystä kuuloaistin kannalta. Toiseksi eniten kannatusta onkin saanut heikko akustiikka, jolloin äänet joko hukkuvat tilaan tai tila koetaan kaikuvaksi. Tämä ilmenee myös ”muu, mikä?” vastausvaihtoehdossa, jonne on kuvattu esimerkiksi lasten nukkumatilaan kantautuvan ohikulkijoiden askelten äänet. Jokainen vastausvaihtoehto sai kannatusta, mikä osoittaa kuulon kautta tulevan laajasti aistiärsyksiä päiväkodeissa.



Kuvio 2. Kuuloaisti: koetko päiväkodin tiloissa häiritseväksi..

”Meteli aiheuttaa paljon levottomuutta ja muita reaktioita niin lapsissa kuin aikuisissakin. Toiset reagoivat levottomuudella tai raivareilla ja toiset vetäytymisellä (esim kädet korville laittaen)”

”Jos melutaso nousee lasten keskittyminen häiriintyy. Joillakin lapsilla se lisää myös agressiivisuutta”

”Melu ja kaikuminen aiheuttaa levottomuutta ja lisää äänen kohoamista”

”Nukkariin kuuluu askelten töminä, kun henkilökunta kulkee ohi”

”Äänieristys huoneiden välillä”

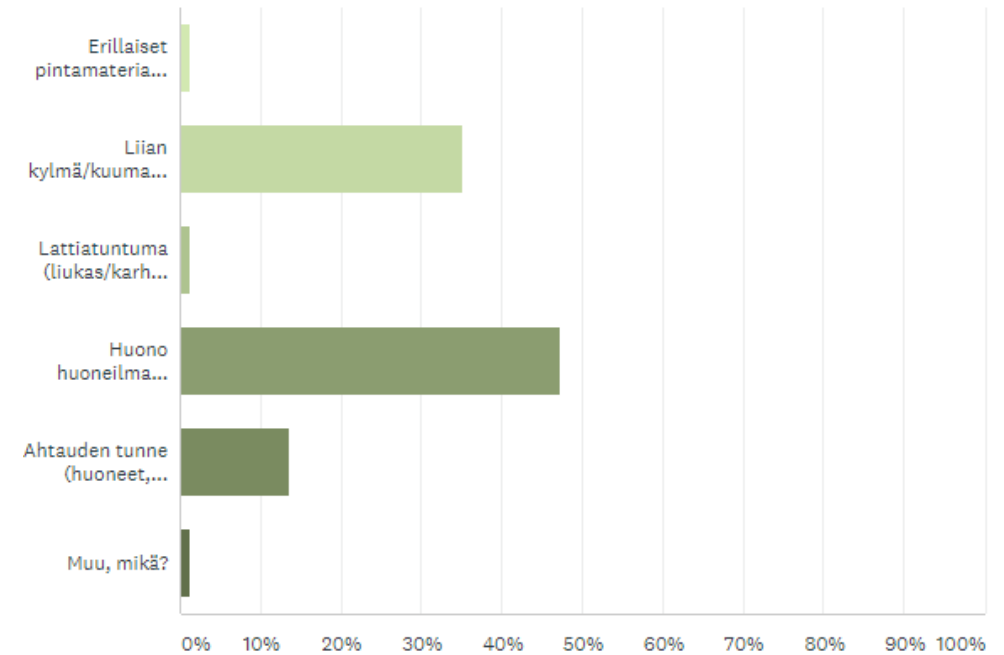
”Akustiikkaan tulisi kiinnittää erittäin paljon huomiota sekä sisäilman riittävyteen!”

Vastaajista tuntoaistin kannalta aistiärsytyistä eniten koetaan huonon huoneilman kannalta. Huoneilman ollessa huono, koetaan se joko liian kosteaksi tai kuivaksi. Huoneilma tulee erittäin vahvasti esille myös hajuaistin ärsykkeissä, sillä 89,39 % kokee huoneilman hajut häiritseväksi. Huoneilman hajuissa häiritseviä tekijöitä ovat esimerkiksi tunkkainen huoneilma tai esimerkiksi viemärin haju voidaan kokea hajuaistin kannalta aistiärsykeeksi. Hajuärsykeitä koetaan paljon myös ihmisten hajusteista tai kun vaatteet on pesty vahvasti tuoksuvalla pesuaineella. Tämä käy ilmi niin ”muu, mikä?” vastausvaihtoehdossa, mutta myös lopussa olevassa avoimessa kysymyksessä, missä vastaajilla oli mahdollisuus kertoa omia ajatuksiaan aistiärsykeistä.

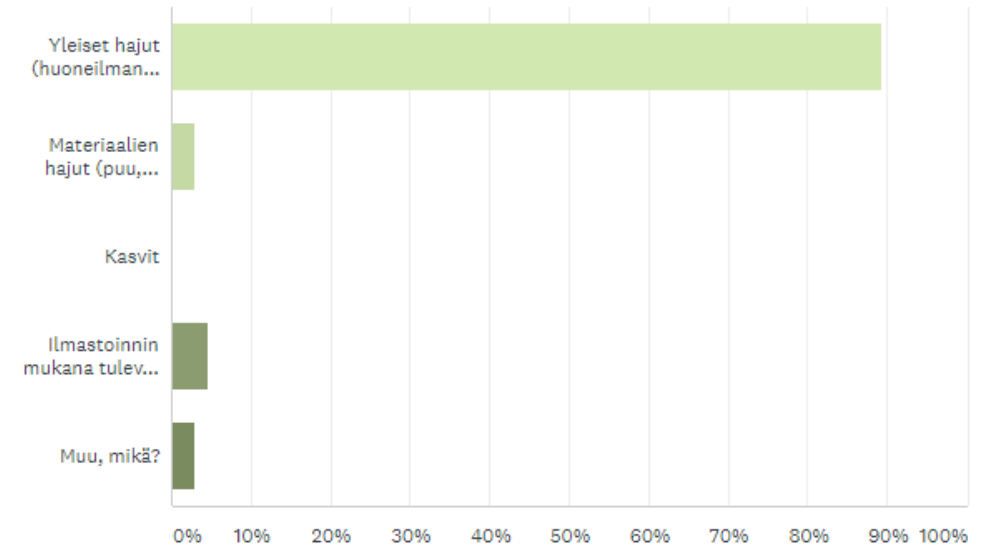
”Hajut, huono sisäilma”

”Vanhempien kotona suihkuttamat tuoksut tarttuvat lapsiin ja ärsyttävät hajusteherkkiä”

”Huono sisäilma väsyttää, oudot äänet pelottaa”

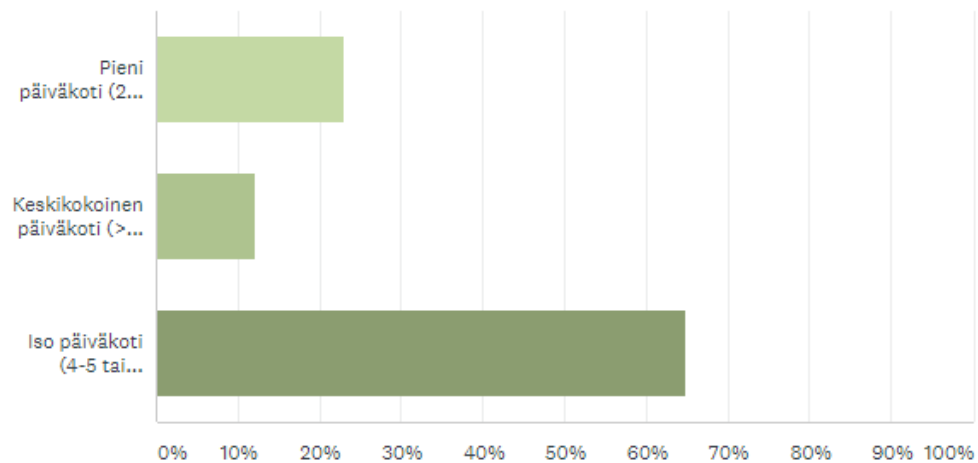


Kuvio 3. Tuntoaisti: koetko päiväkodin tiloissa häiritseväksi..



Kuvio 4. Hajuaisti: koetko päiväkodin tiloissa häiritseväksi..

Suurin osa kyselyyn vastaajista työskentelee suuressa päiväkodissa, missä on 4 - 5 lapsiryhmää tai enemmän. Tästä voidaan päätellä, että mitä suurempi päiväkotiympäristö on, sitä enemmän siellä esiintyy aistiärsyksiä. Tämä käy ilmi myös avoimessa kysymyksessä, johon oli mahdollista kertoa huomioitaan lasten reaktioista aistiärsyksiin. Moni kertoo lapsien reagoivan aistiärsyksiin, mikä alkaa luomaan lapsissa erityisesti levottomuutta sekä keskittymisen vaikeutumista. Erityisesti melun todetaan aiheuttavan lapsissa kyseisiä oireita. Lapsien kerrotaan myös itse huomioivan korkean melun tason, mainitsemalla asiasta, laittamalla kädet korville tai pyytämällä kuulokkeita. Kun äänentaso on ennestään jo korkea, lisää se vielä enemmän melua lasten pyrkiessä saamaan omaa ääntään kuuluviin. Melun lisäksi aistiärsyksiä luovat lapsissa valaistus sekä hajut. Usea vastaaja mainitsee lapsien huomioivan tarkasti viemärin hajun, joka voi vaikuttaa siihen, ettei lapsi suostu käyttämään ollenkaan haisevaa vessaa. Valaistus voi käydä aistiherkille lapsille myös voimille, sillä vastauksissa kerrotaan lapsien välillä pyytävän sulkemaan tilan valot pois päältä. Aistiärsykkeiden käydessä liian voimakkaaksi, levottomuuden lisäksi lapset voivat haluta tilasta pois hiljaisempaan tilaan, tai vetäytymällä yksinäisyyteen rauhoittumaan. Lapset voivat saada myös raivokohtauksia tai käyttäytyä muutoin huonosti aistiärsykkeiden käydessä ylivoimaisiksi. Aistiherkille tyypillinen väsymys näkyy myös lapsissa, kun aistit ovat ylikuormittuneet.



Kuvio 5. Minkä kokoisessa päiväkodissa työskentelet.

”Keskittymiskyky häiriintyy ja lapsilla sekä aikuisilla väsymystä”

”Lapset joskus mainitsevat kovasta hälystä itsekin”

”Laittavat kädet korville, pyytävät sammuttaa valoja, mainitsevat lattian kylmyydestä”

”lapsilla kädet korville, pyytävät kuulokkeita ettei äänet kuuluisi, eivät pysty keskittymään esim. ruokailuun kun meteliä ympärillä, haluavat mennä yksikseen johonkin huoneeseen ilman kavereita”

”Tilanteeseen sopiva valaistus, kohtuullinen äänitaso, sopiva lämpötila, raikas ilma”

”Akustiikka (äänet "imeytyvät" eivätkä kaiu). Riittävä (mutta ei liian voimakas) epäsuora valaistus. Puhtaus. Selkeys (ei liikaa kirjavuutta/näköaistin ärsykeitä)”

”Hiljainen äänimaailma. Tilojen selkeä, tarkoituksenmukainen ja toimiva jäsentely. Lempä, himmennettävä valaistus. Esillepantaville kädentöille yms. oma paikka”

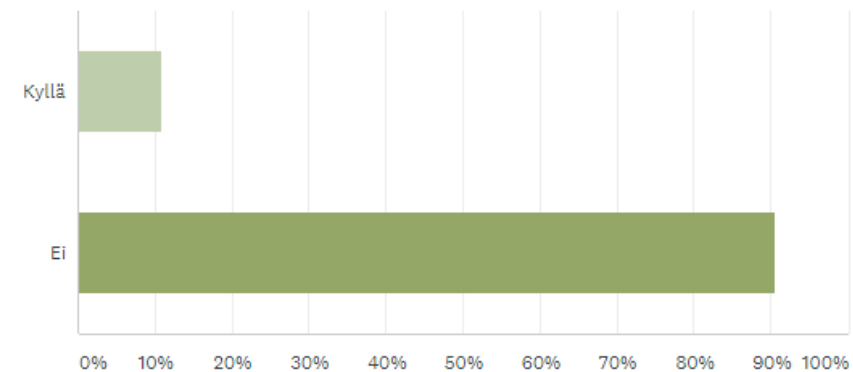
”Harmoninen, lempeät sävyt, hyvä äänieristys, erilaiset pinnat materiaaleissa ja tekstiileissä”

”Selkeä järjestys, ei liikaa tavaraa, sekä jonkinlainen yhdenmukaisuus sisustuksessa. Kodinomainen tila, ei liian iso tai kaikuva”

Kyselytutkimuksessa tiedusteltiin avoimella kysymyksellä päiväkodin työntekijöiden mielipiteitä miellyttävään päiväkotiympäristöön aistitekkijöiden kannalta. Eniten esille nousi hyvä akustiikka ja puhdas huoneilma, jotka olivat odotettavissa. Myös valaistus nousi vahvasti esille, jossa olisi hyvä olla mahdollisuus valon kirkkauden säädettävyyteen. Tavaroille toivottiin omia paikkoja, jotta paikat pysyisivät järjestyksessä ja yleinen siisteys todettiin myös tärkeäksi tekijäksi. Kyselyyn vastaajista moni nosti esille myös miellyttäväksi tekijäksi harmoniset ja rauhalliset värisävyt niin pintamateriaaleissa kuin myös huonekaluissa ja tekstiileissä. Lisäksi useampi vastaaja totesi tilan jakamisen pienempiin leikkitiloihin tai useamman pienemmän leikkihuoneen tuovan miellyttävyyttä tilaan ja aistiympäristöön. Päiväkotiympäristöön toivottiin myös enemmän kodinomaisuutta laitospaisuuden sijaan.

Lopuksi kyselyssä tiedusteltiin kuinka paljon aistiärsykkeet vaikuttavat työntekoon asteikolla 1-5, yhden kuvatessa ei ollenkaan ja viiden erittäin paljon. Vastausten keskiarvo on 3,4, joten selkeästi yli puolet kokevat aistiärsykkeiden vaikuttavan työn tekoon. 90,54 % vastaajista on myös sitä mieltä, ettei aistiherkkiä käyttäjiä huomioida päiväkodin tiloissa, esimerkiksi pyrkimällä minimoida aistiärsykeitä tai erillisellä huoneella rauhoittumista varten.

Kyselytutkimuksen tulosten yhteenvetona käy ilmi opinnäytetyön tärkeys ja merkittävyys. Päiväkodeissa tulisi enemmän kiinnittää huomiota aistiärsyksiin, sillä ne vaikuttavat jokaiseen tilassa olijaan. Aistiärsykkeet minimoitua tilassa on miellyttävämpää viettää jokaisen aikaa, aistiherkkien sekä ei-aistiherkkien. Päiväkodeissa selkeästi on kehittämistä aistiystävällisempään suuntaan.



Kuvio 6. Onko päiväkodin tiloissa mielestäsi huomioitu aistiherkät käyttäjät.

9 SUUNNITTELUPROSESSI

Suunnitteluprosessin tarkoitus on saada yhteen sovitettua aiheesta keräämä tieto sekä kyselytutkimuksen tulokset. Lähtökohtia tilakonseptiin tuo päiväkodin työntekijät kyselyvastauksillaan, jo olemassa olevat tiedot ja määräykset sekä aistiherkkien käyttäjien huomioiminen tilojen suunnittelussa. Tilakonseptissa pyritään minimoimaan aistiärsykkeet ja luomaan toimivat päiväkodin tilat ammatillisesti sisustusarkkitehtuurin avulla. Mielikuvat tiloista on opinnäytetyön teon aikana pyörinyt mielessä ja ne ovat jatkuvasti kehittyneet parempaan suuntaan, mitä pidemmälle työssä on päästy.



Kuva 25. Suunnitelma. Kuvituskuva.

9.1 Tilan rakenne

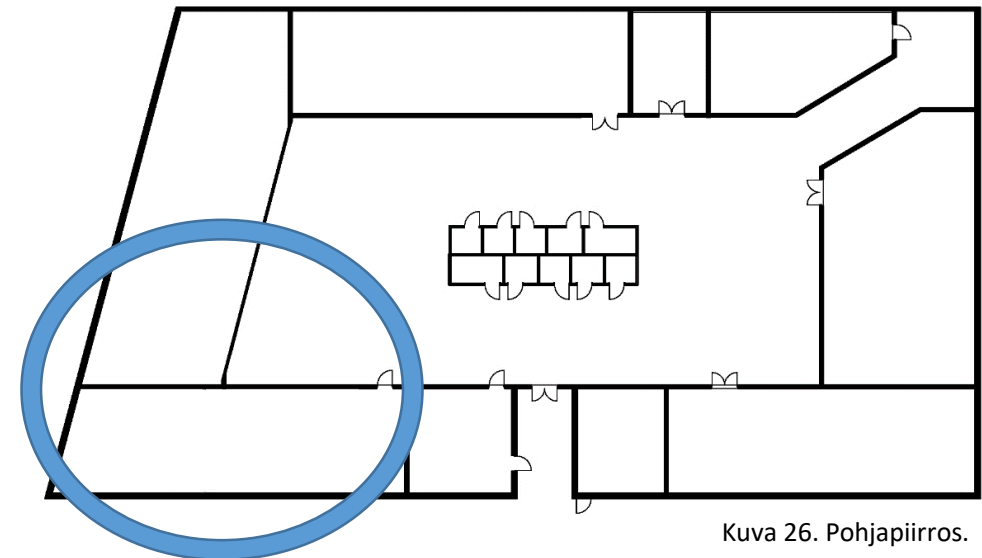
Tilakonseptin suunnitteleminen on fiksiunta aloittaa rakenteiden ja pohjapiirroksen suunnittelulla. Suunnittelussa otettiin erityisesti huomioon kyselytutkimuksessa esille tulleet mielipiteet tilojen selkeydestä ja järjestelmällisyydestä.

Ryhmähuoneet tuli jakaa niin, että niiden toiminnan tarkoitus tulee selkeästi esille. Tilan pöydät, joilla lapset ruokailevat tuli olla lähellä sisääntuloa ruokailutilanteen helpottamiseksi. Rajasin tilaan yleisen leikkitilan missä voidaan leikkiä isommalla ryhmällä sekä sen viereen pienemmät leikkitilat. Aistiherkkien kannalta tilassa tuli olla pienempiä tiloja, joissa on muiden ihmisten hälinä ei pääse nousemaan korkealle. Pienimpiin huoneisiin on myös mahdollista mennä yksin hetkeksi rauhoittumaan aistiärsykkeiden käydessä ylivoimaisiksi. Myös kyselytutkimuksessa nousi esille tarve pienimmille leikkitiloille, joissa lapset voivat esimerkiksi pareittain tai kolmestaan leikkiä. Suunnitelmissa pyöritin monenlaisia mahdollisuuksia rajata tilaa järkevästi pienempiin osiin, mutta lopulta muutama pienempi huone osoittautui järkevimmäksi ratkaisuksi niin akustiikan kuin tilan selkeyden kannalta. Lepohuone on aivan perimmäinen tila, jolloin se on helppo sulkea pois muusta tilasta päiväunien ajaksi. Leikkihetkinä ovet voidaan kuitenkin jättää auki, mikä tuo lisätilaa leikeille.

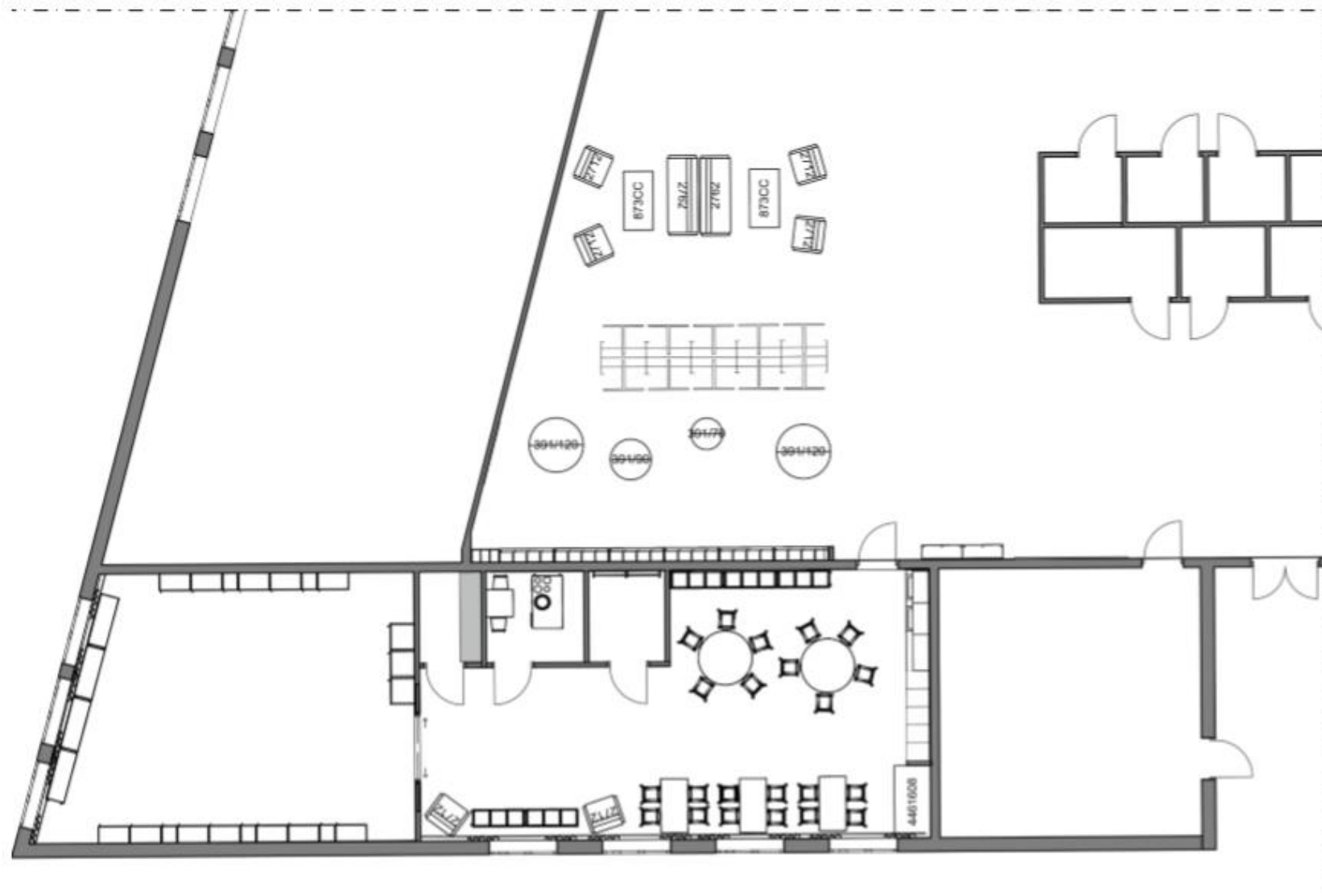
Säilytystila on myös tärkeä osa tiloja. Kyselyssä kävi esille eteistiloissa ahtaus, jonka vuoksi tiloissa esiintyy turhaa tönimistä, joista syntyy aistiärsytyksiä.

Eteisestä oli tärkeää suunnitella tarpeeksi tilava, jotta jokaisella lapsella on mahdollisuus pukeutua omassa rauhassa. Eteinen on myös päiväkotien käyntikortti vanhemmille, jonka vuoksi tilan tulee olla kutsuva ja miellyttävä.

Sain ohjaavalta opettajaltani jo olemassa olevan pohjapiirroksen, jota pystyi soveltamaan päiväkodiksi. Valitsin tilasta osan, johon suunnittelin yhden kotialueen ryhmätilat ja eteisen. Kokonaisuudessa eteistila on laaja, joten suunnittelin siihen vain sen nurkkauksen, joka on ryhmähuoneiden kanssa samassa käytössä. Pohjapiirros on kokonaisuudeltaan suuri, joten tilaan mahtuisi useampi ryhmäalue.



Kuva 26. Pohjapiirros.



Kuva 27. Kalustettu pohjapiirros.

9.2 Aistiärsykkeiden minimointi

Kyselytutkimus todisti, että päiväkodin tiloissa esiintyy paljon aistiärsykeitä. Yksi suurin häiriötekijä oli selkeästi melu. Kovat äänet muodostuvat herkästi aistiherkälle ihmiselle suureksi aistiärsykkeeksi, joka voi aiheuttaa väsymystä, ahdistusta tai huonoa käytöstä. Melutason alentamiseksi tiloissa tulee keskittyä hyvään akustiikkaan, joka saadaan luotua seinä- ja kattopintoihin kiinnittämällä akustoivia elementtejä ja materiaaleja, lattiamatoilla, huonekalujen verhoilumateriaaleilla sekä kasvillisuudella.

Huoneilma nousi toiseksi suureksi aistiärsykkeeksi tutkimustuloksissa.

Päiväkodeissa on paljon ihmisiä samassa tilassa yhtä aikaa, jolloin huoneilma käy nopeasti tunkkaiseksi. Sisustuselementeillä ei juurikaan voida huoneilman laatua parantaa paitsi huonekasveilla. Huoneilma on materiaalitonta ja näkymätöntä ainetta, joten ainoa keino huoneilman parantamiseen on kunnollinen ilmastointijärjestelmä. Ilmastoinnin myötä ilma kiertää tilassa eikä ilman tunkkaisuus pääse syntymään niin herkästi. Päiväkodeissa on hyvä olla myös mahdollisuus ”pika tuuletukseen”, joten ikkunoiden tulee olla osittain avattavia.

Tutkimuksen mukaan myös valaistus koettiin aisteja ärsyttäväksi tekijäksi. Useissa päiväkodeissa saattaa löytyä loisteputket, joiden valo voi ajan myötä alkaa värisemään, vilkkumaan tai päästämään tasaista ärsyttävää ääntä. Ratkaisuna tilaan asennetaan säädettävät LED-valaisimet, jotka ovat huomaamattomat ja energiatehokkaat. LED-valaisimien tueksi tuodaan epäsuora valaistus, joka on aistiystävällisempää silmille.

Pintamateriaaleissa vältetään kiiltäviä ja räikeitä pintamateriaaleja, jotka aiheuttavat negatiivisia ärsykeitä. Niiden sijaan tilaan tuodaan positiivisia ärsykeitä erilaisilla pintamateriaaleilla ja elementeillä, joita pystytään tunnustelemaan. Aistiherkät tarvitsevat erilaisia hyviä virikkeitä, jotta vireystaso pysyy hyvänä.

9.3 Tunnelman luominen

Päiväkodin tiloihin suunniteltaessa tunnelmaa, ensisijaisen tärkeää oli saada siitä kodintuntuinen paikka, eikä liian laitospaistista. Kyselyn vastauksissa moni koki miellyttäväksi kodikkaan tuntuksen päiväkodin, joten tämä vahvistaa aiheesta löytyneitä lähteitä. Kodikkuuden tuntua tuotiin puun avulla pintoihin ja huonekaluihin. Puu on myös aistiystävällisempi materiaali kuin metalli. Kovapuulattiaan voidaan lisätä myös säädettävä lattialämmitys, mikä tuo lattiatuntumaan mukavuutta aistiherkille. Verhot ja matot tuovat myös oman osan kodikkuuden tunnelman luomiseen.

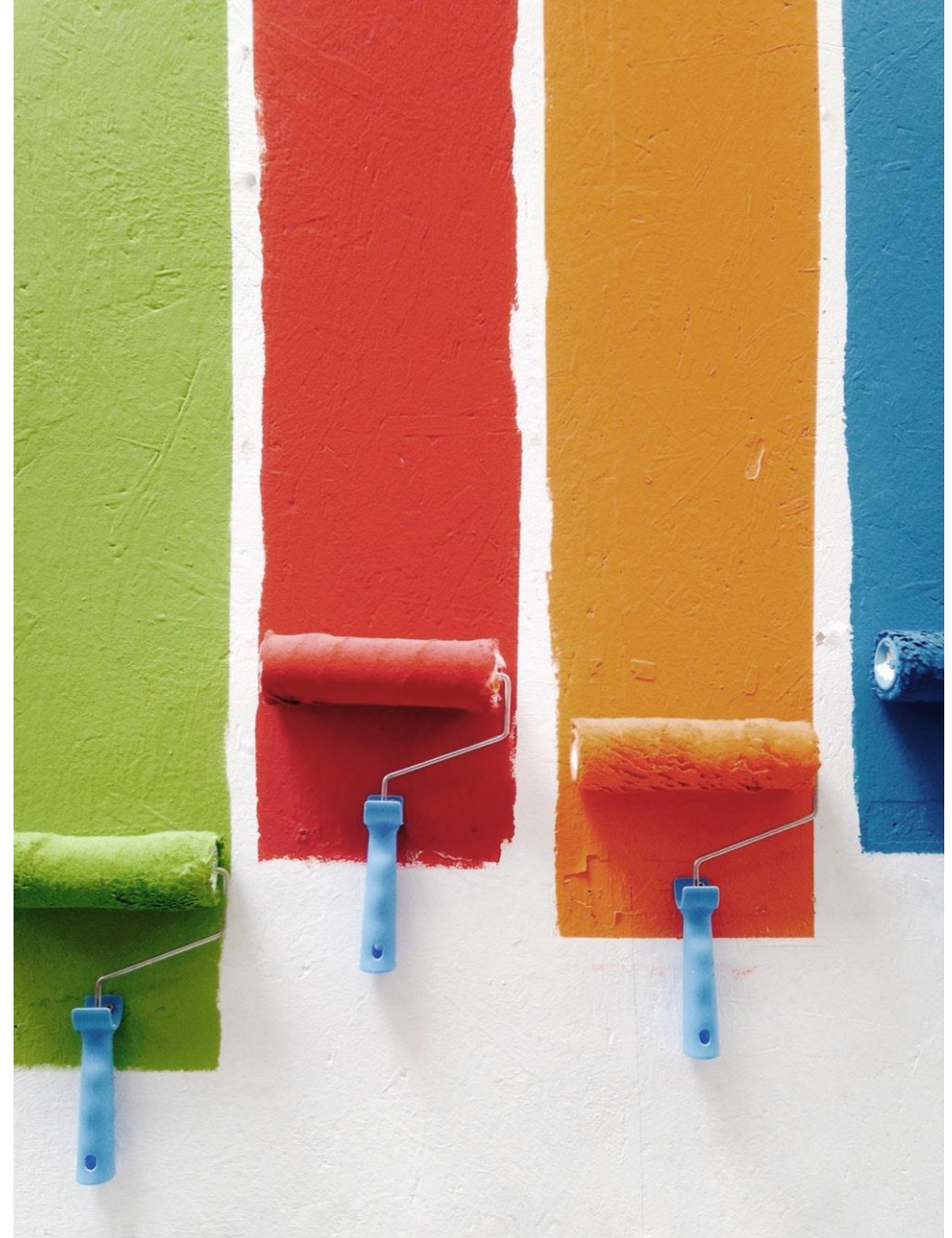
Halusin tuoda tilaan vaikutteita luonnosta, koska sillä on tutkitusti positiivinen vaikutus ihmisiin. Erityisherkille luonto on erityisen tärkeä kaiken kiireen ja ärsykkeiden keskellä, joten tuntui tärkeältä ottaa tilaan vaikutteita luonnosta. Luontoa tilassa näyttelee vihreät värisävyt sekä huonekasvit. Myös edellä mainittu puu tuo luonnon ominaisuuksia tilaan.

Erilaiset tekstuurit olivat myös tärkeä osa tilaa suunniteltaessa. Niiden avulla saadaan luotua erilaisia myönteisiä virikkeitä aistiherkille. Päätin tuoda tilaan sormipaneelia seinään tuomaan lisää tekstuuria, jonka lisäksi se toimii hyvin akustoivana materiaalina.

Lähes kaikki huonekalut valitsin Kuopion Woodin valikoimasta. Woodi Oy valmistaa ja myy korkeatasoisia huonekaluja julkisiin sekä yksityisiin tiloihin. Päiväkodin kalusteiden valmistajana he ovat luotettava yhteistyökumppani, joten oli mielestäni turvallista valita heidän valikoimastaan tuotteita tietäen, että tuotteet ovat valmistettu säännösten mukaan. Myös kotimaisuus on aina positiivinen tekijä huonekalujen valinnassa. Woodin huonekaluissa oli paljon valikoimaa ja niitä pystyi muokkaamaan mieleisekseen useiden väri vaihtoehtojen avulla sekä huonekalun jalkavalinnoilla. Valitsin mataliin säilytysjärjestelmiin renkaat, koska niiden avulla huonekaluja on helppo liikuttaa ja niillä voidaan tehdä myös tilanjakoja tarvittaessa. Lasten tuolit ovat korotettuja, joka tuo työntekijöiden työhön lisää työergonomiaa. Lapsien on myös itse helppo päästä tuoliin istumaan jalkatuen avulla, jota voidaan säätää kolmeen eri korkeuteen. Pienimmille lapsille tuoliin saadaan myös kiinnitettyä irrotettavat käsinojat ja turvakaari. Sängyiksi valikoitui kaappisängyt, jotka ovat helppo ja nopea laskea alas päiväunien ajaksi. Eteisestä löytyy yhdeltä seinältä seinään upotetut vaatteiden säilytysjärjestelmät, joka avartaa tilaa. Lapsi pystyy ottamaan vaatteet ja joko pukea ne omalla paikallaan tai siirtyä kaappien edessä oleville penkeille pukeutumaan yhdessä hoitajan kanssa.

Eteiseen suunniteltiin sohva-alue, jossa vanhemmat voivat keskustella yhdessä päiväkodin työntekijöiden kanssa. Sohvat tuovat tunnelmaan lisää kodikkuutta ja miellyttävyyttä.

Valaistuksen toivottiin kyselyn mukaan olevan säädettävä, joka sopii myös hyvin aistiystävälliseen sisustussuunnitteluun. Valoa säädettävien valaisimien tueksi toin tilaan epäsuoran valaistuksen, joka on silmille ystävällisempi ratkaisu. Valaistuksen tuli kuitenkin olla tarpeeksi tehokas, lasten tarkkuutta vaativien töiden vuoksi. Valaisimet ovat kattoon kiinnitettäviä, sillä lasten leikkiessä pallot saattavat lennellä tilassa, joka voi olla turmiollista roikkuville valaisimille. Luonnonvalo on myös oleellinen osa, sillä se tuo mukaan edellä mainittua kodikkuuden tuntua.



Kuva 28. Maalit. Kuvituskuva.

10 VALMIS TILAKONSEPTI

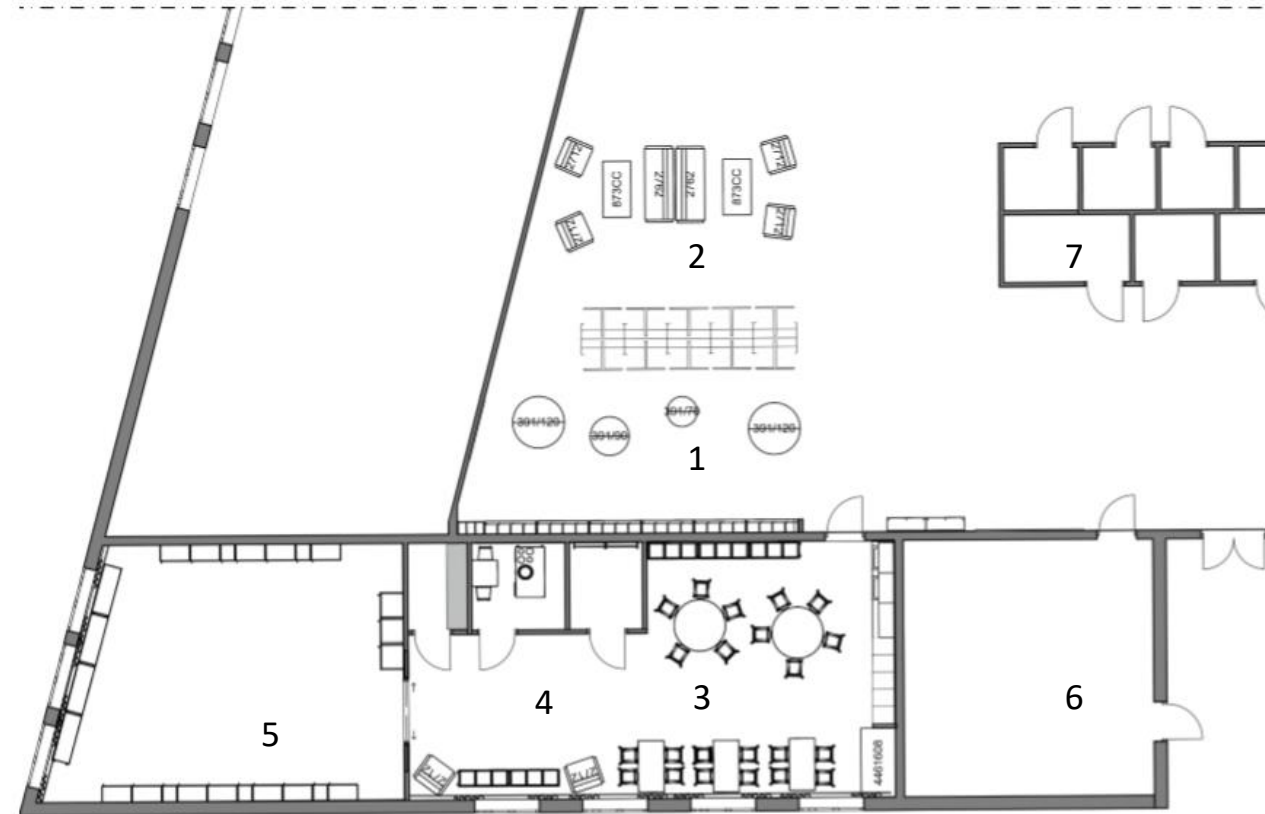
Opinnäytetyössä tavoitteena oli luoda aistiesteetön päiväkotiympäristö yhden kotialueen eteistiloihin sekä lepo- ja leikkihuoneeseen. Tilakonsepti muodostui kirjallisuuden ja muiden lähteiden avulla kootusta taustatiedoista sekä tutkimuskyselyn havainnoista. Tilakonseptissa huomioitiin ärsykkeiden minimointi, kodikkaan tunnelman luominen, erilaiset struktuurit ja työergonomia.

Kuva 29. Auringonsäde. Kuvituskuva.



10.1 Tilakonseptin esittely

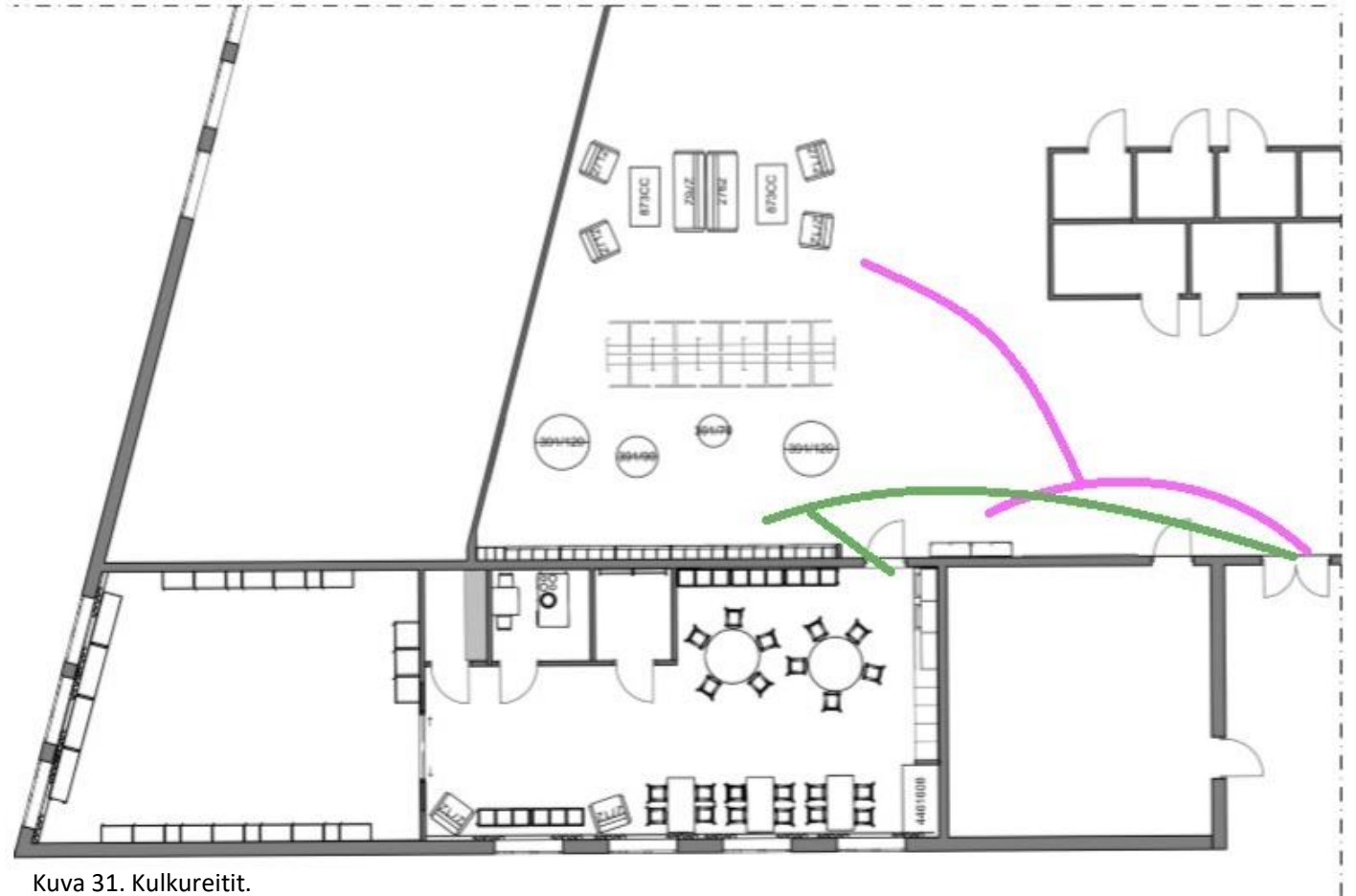
Päiväkodin tiloihin astuessa ensimmäisenä tulee ilmoitustaulu ja vieraiden sekä vanhempien naulakot. Lasten ja työntekijöiden naulakot löytyy katto madalluksen alta, joka samalla rajaa tilaa. Naulakoiden vieressä tilaa rajaa viherseinä, jonka toiselta puolelta löytyy sohvaryhmät. Sohvaryhmillä on helppo tavata vanhempien ja vieraiden päiväkodin työntekijöitä. Naulakoiden vieressä on ovi lasten ryhmätilaan, jossa ensimmäisenä vastaan tulevat pöydät. Pöydät oven läheisyydessä mahdollistavat ruokailutilanteessa ruuan helpon tarjoilun. Leikki-tila on aivan pöytien vieressä, jossa on isompi yhteinen leikki-tila sekä kolme pienempää leikkihuonetta. Pienempiin tiloihin olevissa ovissa on ikkunat, joista työntekijöiden helppo myös seurata pienemmissä tiloissa olevia lapsia. Aistiherkkien on mahdollista mennä rauhoittumaan tai purkamaan energiaa pienempiin huoneisiin, sillä yhdestä huoneesta löytyy rauhallinen istuinsyvennys ja toisesta puolapuut energian purkamiseen. Leikkejä voi jatkaa viereisessä lepo-tilassa, joka on leikki-tilan vieressä liukuovien toisella puolella. Liukuovet on helppo sulkea päiväunien ajaksi, kun lapset tarvitsevat rauhaa unilleen. Tilajaosta on pyritty tekemään mahdollisimman selkeä, jossa tilan käyttötarkoitus tulee selkeästi esille.



Kuva 30. Tilanjako.

1. Naulakot
2. Sohvaryhmät tapaamisiin
3. Pöytäryhmät
4. Leikki-tila + pienet leikkihuoneet/rauhottumishuoneet
5. Lepo-/leikkihuone
6. Kuraeteinen
7. WC-tilat

Kotialueet on helppo tunnistaa toisistaan värien avulla. Suunnittelemallani kotialueella pääväri seinäpintamateriaaleissa on vihreä, joka voi tulla esille lapsiryhmien nimissä. Esimerkkinä suunnittelemassani alueella voisi olla lapsiryhmä nimeltään viherpeipot, jolloin olisi helppo yhdistää kotialueiden värit nimeen. Lattiaan on myös mahdollista merkitä esimerkiksi vihreitä tipun jalan jälkiä, joita lasten olisi helppo seurata. Vieraiden ja vanhempien naulakko on aivan ryhmähuoneen oven vieressä, jolloin takki on helppo jättää oman lapsen tavaroiden lähetyville eikä jää liian kauas muualle.



Kuva 31. Kulkureitit.



Päiväkotiin tuleva lapsi



Vieraileva aikuinen tai muu vieras

Ilmoitustaulu on sijoitettu naulakoiden viereen, joka mahdollistaa ilmoitusten helpon havaitsemisen. Työntekijöiden ja lasten naulakot löytyvät kattomadalluksen alta, joka rajaa kotialuetta sekä vähentää tilan kaikumista. Tilasta löytyy myös katosta akustiikkapaneelit. Lasten naulakoihin saadaan myös lapsen oma nimi tai muu tunnistettava merkki, jonka avulla lapset tunnistavat oman naulakon. Tilan värisävyt vaalenevat kattoa kohden, joka helpottaa aistiherkkiä hahmottamaan tilan. Värisävyt ovat harmonisia ja kovapuulattia tuo tilaan kodinomaisuutta. Pintamateriaalit ovat selkeitä, mikä tuo tilaan rauhallisuutta. Tilassa on silmille ystävällinen epäsuora valaistus sekä säädettävät LED-valaisimet.

Huonekorkeus on 4 metriä ja kattomadalluksen kohdalla 3 metriä.



Kuva 32. Naulakot.

Viherseinämä erottaa sohvaryhmät naulakoista. Yhdessä puulattian ja rauhallisten värisävyjen kanssa viherseinä tuo tilaan luonnonläheistä ensivaikutelmaa. Takaseinä on alhaalta ylöspäin liukumaalattu, joka sopii hyvin aistiherkille ihmisille. Huonekalut ovat puusta valmistettuja, joka on aistiystävällisempi ratkaisu.



Kuva 33. Eteinen.

Ryhmähuoneeseen astuessa ensimmäisenä oven läheisyydessä tilasta löytyy pöytäryhmät, jotka helpottaa ruokailutilanteissa ruuan vaivattoman tarjoilun. Oven läheisyydessä on myös vesipisteet lasten sekä aikuisten mittakaavalla sekä niiden vieressä säilytyskaapistot. Ovelliset säilytyskaapistot pitävät huolen tavaroiden järjestyksessä pysymisen, jolloin tilasta ei tule sotuisen näköistä. Pöytien alla on antistaattinen, likaa hylkivä ja hajuton matto, joka tuo kodinomaisuutta tilaan. Takaseinältä löytyvät lasten mittakaavaan huomioidut kaapistot, joista löytyy jokaiselle lapselle oma laatikko piirustuksille ja muille säilytystä vaativille tavaroille. Laatikostojen yläpuolelta löytyy ilmoitustaulu, johon saa kiinnitettyä esimerkiksi lasten piirustuksia. Tilan värit jatkuvat eteistilasta yhtenäisenä ryhmätilaan. Lasten tuolit ovat korotettuja, joihin lapsien on itse helppo päästä, mutta ne takaavat myös työntekijöiden ergonomisen työskentelyn. Tilassa on epäsuora valaistus, sekä säädettävät LED-valaisimet. Katosta löytyy akustiikka-paneelit, jotka vähentävät tilan meluisuutta.

Molemmat ryhmähuoneet ovat yhteensä noin 90 m² jonne mahtuu maksimissaan 21 lasta. Huonekorkeus 2,7 metriä.



Pöytäryhmät jatkuvat ikkunaseinän vierustalla. Huonekalut ovat valmistettu koivusta. Puiset huonekalut ovat eritysherkille ihmisille miellyttävämmän tuntuiset. Tilasta löytyy vihertävät paloturvalliset verhot, jotka tuovat tilaan lisää kodinomaisuutta. Pohjaratkaisu ja tilojen jako on selkeä, mikä helpottaa tilojen hahmottavuutta. Tila jatkuu yhtenäisenä leikkutilaan.



Kuva 35. Pöytäryhmät.

Tilan värisävyt ovat harmoniset ja lämpimät, mutta harkittuina väriläiskinä tilasta löytyvät keltaiset nojatuolit. Nojatuolien lisäksi tilaan värikkyyttä tuo lasten leikkikalut. Keltaiset nojatuolit toimivat erityisherkillä positiivisena virikkeenä, jonka lisäksi struktuuria tilaan tuo sormipaneeli, joka toimii myös akustoivana materiaalina. Nojatuolien edestä löytyy kolme pienempää leikkitilaa, joissa lapset voivat leikkiä pienemmissä ryhmissä. Huoneiden ovista löytyvät ikkunat, jotka mahdollistavat myös pienemmissä huoneissa olevien lapsien vahtimisen. Pienemmät leikkitilat vähentävät tilan melua, kun lapsilla on mahdollista leikkiä pienimissä tiloissa keskenään. Myös isompaa leikkitilaa on mahdollista jakaa pienempiin osiin matalilla säilytysjärjestelmillä, joita on helppo liikutella renkaisen ansioista. Lasten on helppo saada itsenäisesti leikkikaluja leikkeihin säilytysjärjestelmien ollessa huomioitu lasten pituuteen.



Kuva 36. Leikkitila.

Ensimmäisestä pienemmästä leikkihuoneesta löytyy puolapuut, joissa erityisherät pystyvät purkamaan energiaa, jos aistiärsykkeet käyvät voimille. Toisesta huoneesta löytyvät lasten keittiöleikkeihin soveltuvat tuolit ja pöytä sekä pienet keittiökalusteet.



Kuva 37. Pienet leikkihuoneet.

Viimeisestä pienemmästä huoneesta löytyy rauhallinen istuin syvennys, johon erityisherkkä voi mennä rauhoittumaan ja olemaan yksin tarvittaessa. Tilaa voidaan käyttää myös leikkeihin.



Kuva 38. Istuinsyvennys.

Lepohuoneessa lattiamateriaali jatkuu samana kuin eteisessä ja ensimmäisessä ryhmätilassa. Tilan värisävyt vaalenevat kattoa kohden, värisävyinä toimiessa rauhallinen sininen. Tilasta löytyy myös kodinomainen matto sekä tilan pimentävät verhot. Valkoiset pilvet katossa ovat akustiikkapaneeleita, jotka vähentävät melua. Tilan seinustalla löytyvät kaappisängyt, jotka ovat helppo laskea alas päiväuniajaksi.

Tila toimii myös leikkutilana aina, kun päiväuniaika ei ole menossa. Tilasta löytyy liikuteltavat penkit, joissa löytyvät myös mahdollisuus tavaroiden säilytykseen. Tilassa on mahdollista esimerkiksi viettää yhteisiä musiikkihetkiä.



Kuva 39. Lepohuone.

Kaappisängyt ovat järjestetty niin, että jokaisen sängyn luo on helppo päästä, jos lapselle tulee esimerkiksi paniikki. Kapeat lakanakaapit välissä jakavat kaappisängyt pareittain. Kaappisänkyjen ovet muodostavat niin sanotusti väliseinät sänkyjen väliin, jotka toimivat näköesteinä muihin lapsiin ja mahdollistavat lapsen rauhassa nukkumisen.



Kuva 40. Kaappisängyt.



Kuva 41. Kalustetaulu.

10.2 Jatkokehittelymahdollisuudet

Jatkokehitysmahdollisuuksia olisi paljon. Opinnäytetyön lopputuloksen voisi esitellä oikealle päiväkodille, jonka avulla voitaisiin saada lisää kehitysmahdollisuuksia päiväkotien näkökulmasta.

Tiedonhankintaa voitaisiin jatkokehittää virtuaalitodellisuuden avulla. Tilakonsepti voitaisiin toteuttaa myöhemmin oikeaan päiväkotiin, jossa voitaisiin havainnoida hyödyt sekä kehitysmahdollisuudet. Esimerkiksi jos pienemmät leikkihuoneet suuren leikkutilan yhteydessä osoittautuu toimivaksi ratkaisuksi voisi pienempiä leikkihuoneita olla useampia. Tilakonseptia olisi mahdollista myös laajentaa muihin tiloihin, esimerkiksi päiväkotien mahdollisiin ruokasaleihin ja pienryhmätiloihin.

Aistiesteetöntä sisustamista voitaisiin myös laajentaa enemmän kouluihin ja työpaikkoihin, sillä yhtäläillä erityisherkkiä ihmisiä löytyy sieltäkin. Aistiystavallinen tilasuunnittelu on hyödyksi jokaiselle ihmiselle.



Kuva 42. Idealamppu. Kuvituskuva.

11 POHDINTA

Opinnäytetyön aloittaminen tuntui haasteelliselta, sillä aiempaa tietotaustaa ei ollut erityisherkkyydestä tai päiväkotien tilojen suunnittelemisesta. Aihe tuntui kuitenkin erittäin mielenkiintoiselta, joten oli mielekästä ryhtyä tutkimaan aihetta syvemmin. Opinnäytetyö valmistui ajallaan ja lopputulos oli hyvä. Työn eri vaiheet tiedonhausta kyselytutkimukseen sekä lopulliseen tilasuunnitelmaan etenivät sulavasti eteenpäin. Hyötyä oli vaiheiden eteneminen rinnakkain. Kyselytutkimuksen ollessa käynnissä aikaa kului hyvin tiedonhakuun sekä teoreettisen osion kirjoittamiseen raporttiin, kyselytutkimuksen kuitenkin edetessä omalla painollaan eteenpäin.

Kyselytutkimuksen tulokset loivat selkeitä ääriäviivoja työlle, joiden avulla työn lopputuloksesta saatiin onnistunut kokonaisuus.

Opinnäytetyön tavoitteena oli suunnitella aistiherkille päiväkodin tiloihin ympäristö, jossa aistiärsykekuormitus ei pääse kasvamaan ylivoimaisen raskaaksi. Työssä saatiin tilasuunnittelun avulla minimoitua aistiärsykkeet todella hyvin pois, mihin olen erittäin tyytyväinen. Lopullisessa tilasuunnitelmassa on huomioitu erityishervät ihmiset sisustussuunnittelun avulla erityisen hyvin. Tilasta löytyy myös pienempiä rauhoittumishuoneita, mikäli aistiärsykkeet pääsevät käymään ylivoimaisiksi. Kokonaisuutena olen todella tyytyväinen opinnäytetyön lopputulokseen, sillä se onnistui mielestäni jopa odotettua paremmin. Koen myös itse kehittyneeni sisustussuunnittelijana paremmaksi opinnäytetyötä tehdessä.

Myös pienet mutkat kuuluivat työvaiheisiin, joita esiintyi esimerkiksi tutkimuskyselyn levittämisessä. Aluksi näytti siltä, ettei kysely löydä itsellensä luotettavaa polkua levitykseen. En kuitenkaan halunnut itse levittää kyselytutkimusta mihin sattuu, vaan halusin sille luotettavan väylän levitykseen luotettavien vastauksien vuoksi. Ahkeran etsinnän lopputuloksena lopulta löysin Suomen lastenhoitoalan liiton, josta en ollut aiemmin ikinä kuulutkaan. Onnekseni kyselytutkimukseni pääsi heidän kauttaan suoraan kohderyhmän ulottuville, josta olen erittäin kiitollinen. Kyselytutkimus keräsi paljon vastauksia alan ammattilaisilta, joten uskon saaneeni luotettavia tuloksia keräämieni jo olemassa olevien tietojen tueksi.

Suunnittelukohteena päiväkodit ovat erittäin haasteellinen ympäristö suunnitella. Huomiota tulee ottaa erittäin moneen asiaan niin lastenmitoitukseen, oikean tunnelman löytymiseen sekä työntekijöiden työergonomiaan ja toimivan työympäristön luomiseen. Lisähaasteena opinnäytetyössä oli aistiystävällisyys. Onnistuin kuitenkin mielestäni sovittamaan nämä kaksi näkökulmaa toimivaksi kokonaisuudeksi yhteen. Toin työhön eri näkökulmia ja tarkastelin niitä opinnäytetyön aiheen vaatimalla tavalla, jonka lopputuloksena opinnäytetyöni saavutti sille asettamani tavoitteet.

Aistiesteetön sisustaminen on selkeästi oma tapansa luoda harmonisia ja toimivia tilasuunnitelmia, joka tulee varmasti tulevaisuudessa nousemaan enemmän pinnalle.

LÄHTEET

ARON, E. 2014. Erityisherkkä ihminen. 4 painos. Helsinki: Nemo.

ASLAN, A. 2018. Aistiesteetön asuntomessukohde talo haltiatar: aistiesteettömät ratkaisut. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.

BOWELLAN, S. 2016. Erityisherkan 10 huippuominaisuutta. Hidasta elämää. Blogi. [viitattu 2019-4-26].

Saatavissa: <https://hidastaelamaa.fi/2016/05/erityisherkan-10-huippuominaisuutta/>

DEAKIN, E. 2016. A natural selection. Oliver Heath design. Internet julkaisu. [viitattu 2019-3-06].

Saatavissa: <https://www.oliverheath.com/ecological-valence-theory-design-with-flying-colours/>

ERITYISHERKÄT RY. Tutkimustaustaa. Internet julkaisu. [viitattu 2019-1-25].

Saatavissa: <https://www.erityisherkat.fi/erityisherkkyyss/tutkimustaustaa/>

GLAMOX. Päiväkodit ja leikkihuoneet. Glamox.com. Internet julkaisu. [viitattu 2019-4-22].

Saatavissa: <https://glamox.com/fi/solutions/primary-schools>

HELLSTEN, H K. 2018. Luonto lääkkeenä. Suomen luonnonsuojeluliitto. [viitattu 2019-3-06].

Saatavissa: <https://www.sll.fi/2018/05/21/luonto-laakkeena/>

HEISKANEN, H. 2013. Herkkyytesi voima: kuinka ymmärtää ja tukea herkkää lasta? Verkkosivu. Artikkel. [viitattu 2019-4-01].

Saatavissa: <https://heliheiskanen.fi/herkkyytesi-voima-kuinka-ymmartaa-ja-tukea-herkkaa-last/>

HORELLI, L. 1982. Ympäristöpsykologia. Espoo: Weilin+Göös.

INBERG, N, KARINHARJU, K, TUPALA, R. 2016. Oiva-työkalu esteettömyyden arviointiin ja raportointiin. Raportti. [viitattu 2019-2-25].

Saatavissa: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/116190/2016_B_6_SAMK_OIVA_tyokalu_esteettomyden_arviointiin_ja_raportointiin.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Juvonen, R. 2017. Miten suunnitellaan hyvä tilakonsepti. Tilassa.fi. Blogi. [viitattu 2019-2-06].

Saatavissa: <http://tilassa.fi/blogi/tilakonsepti/>

KANGASNIEMI, J. 2017. Tunnetko kaiken tuplana? Olet ehkä erityisherkkä. Hyväterveys.fi. Artikkel. [viitattu 2019-4-25].

Saatavissa: <https://www.hyvaterveys.fi/artikkeli/mieli/tunnetko-kaiken-tuplana-olet-ehka-erityisherkkä>

KUULOLIITTO RY. 2017. Päiväkodeissa ja kouluissa melusta kärsivät lähes kaikki – erityisesti melu häiritsee, kun henkilöllä on kuulonalenema. Artikkel. [viitattu 2019-1-31].

Saatavissa: <https://www.kuuloliitto.fi/2017/11/02/paivakodeissa-ja-kouluissa-melusta-karsivat-lahes-kaikki-erityisesti-melu-hairitsee-kun-henkilolla-on-kuulonalenema/>

MIELENTERVEYSTALO.FI. Luonnon vaikutus hyvinvointiin. Mielenterveystalo.fi. [viitattu 2019-3-06].

Saatavissa: https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/oppaat/tietoa_luonnon_hyvinvointivaikutuksista/Pages/luonnon_vaikutus_hyvinvointiin.aspx#mieliala

MIETTUNEN, E. GROUND COMMUNICATIONS. 2018. Tilaratkaisuilla tukea ja hyvinvointia ikääntyneiden arkeen. Akustiikkaestetiikka.fi. Artikkel.

PAPUNET. Aistit vuorovaikutuksessa. Internet julkaisu. [viitattu 2019-3-3].

Saatavissa: <http://papunet.net/tietoa/aistit-vuorovaikutuksessa>

PAPUNET. Tuntoaisti vuorovaikutuksessa. Papunet.net. Internet julkaisu. [viitattu 2019-3-3].

Saatavissa: <http://papunet.net/tietoa/tuntoaisti-vuorovaikutuksessa>

PAPUNET. Kuuloaisti vuorovaikutuksessa. Papunet.net. Internet julkaisu. [viitattu 2019-3-3].

Saatavissa: <http://papunet.net/tietoa/kuuloaisti-vuorovaikutuksessa>

PAPUNET. Näköaisti vuorovaikutuksessa. Papunet.net. Internet julkaisu. [viitattu 2019-3-3].

Saatavissa: <http://papunet.net/tietoa/nakoaisti-vuorovaikutuksessa>

PAPUNET. Haju- ja makuaisti vuorovaikutuksessa. Papunet.net. Internet julkaisu. [viitattu 2019-3-3].

Saatavissa: <http://papunet.net/tietoa/haju-ja-makuaisti-vuorovaikutuksessa>

RIHLAMA, S. Valaistus ja värit sisustussuunnittelussa. Helsinki: Rakennustieto Oy.

RITARANTA, S. 2014. Erityisherkkyyks ei ole heikkoutta. Työterveyslaitos. Internet julkaisu. [viitattu 2019-4-26].

Saatavissa: <https://www.ttl.fi/tyopiste/erityisherkkyyks-ei-ole-heikkoutta/>

RT 07-10881. 2006. Huoneakustiikka. Rakennustieto. Rakennustietosäätiö RTS.

RT 96-11003. 2010. Päiväkotien suunnittelu. Rakennustieto. Rakennustietosäätiö RTS.

SANKARI, A. 2018. Mitä on aistiesteettömyys? Esimerkkinä asuntomessutalo. Samk. Artikkel. [viitattu 2019-2- 6].

Saatavissa: <https://www.samk.fi/uutiset/mita-on-aistiesteettomyys-esimerkkina-asuntomessutalo/>

SAINT GOBAIN ECOPHON. Hyvä ääniympäristö opetustiloissa. Internet julkaisu.

SISUSTUSSUUNNITTELU DECOFEAST. 2019. Aistiesteetön sisustaminen. Blogi. [viitattu 2019-2-15].

Saatavissa: <https://decofeast.fi/aistiesteeton-sisustaminen/>

SISÄILMAYHDISTYS RY. Sisäilmaoireet. Sisäilmayhdistys.fi. [viitattu 2019-4-6].

Saatavissa: <https://www.sisailmayhdistys.fi/Terveelliset-tilat/Terveysvaikutukset/Sisailmaoireet>

SIT 05-610038. 2006. Huoneakustiikka. Rakennustieto Oy. Rakennustietosäätiö RTS.

SIKLA. 2018. Aistiesteettömyys tärkeää nykypäivän palvelutalorakentamisessa. Stadinraksat.fi Internet julkaisu. [viitattu 2019-3-9].

Saatavissa: <https://www.stadinraksat.fi/aistiesteettomyys-tarkeaa-nykypaivan-palvelukotirakentamisessa/>

THE HIGHLY SENSITIVE PERSON. Hsperson.com. Internet julkaisu

TÄHTINEN, M. 2015. Erytisherkkä lapsi päiväkodissa. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. [viitattu 2019-4-6]. Saatavissa:

https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/94152/tahtinen_anna-matilda.pdf?sequence=1&isAllowed=y

UUSILEHTO, J. 2017. 10 vinkkiä stressittömään kotiin. Kotona. Artikkel. [viitattu 2019-4- 6].

Saatavissa: <http://www.kotona.fi/meidan-talossa/10-vinkkia-stressittomaan-kotiin>

VALLILA, 2016. Stress Free Area: kohti moniaistista ergonomiaa. Vallilainterior.fi. Blogi. [viitattu 2019-4-22].

Saatavissa: <https://www.vallilainterior.fi/blogs/design-news/stress-free-area-kohti-moniaistista-ergonomiaa>

YLI-ANTTILA, J. 2015. Porin seudun päiväkotien aistiympäristöjen kartoitus. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.

KUVALÄHTEET

KUVA 1. Vauva. Kuvituskuva. Unsplash. <https://unsplash.com/photos/Uzu-Xx8cE1w>

KUVA 2. Kaverit. Kuvituskuva. Unsplash. <https://unsplash.com/photos/VNjNtdu0yCw>

KUVA 3. Ilmapallot. Kuvituskuva. Unsplash. <https://unsplash.com/photos/GCI8dqi4uWM>

KUVA 4. Pikkuauto. Kuvituskuva. Unsplash. <https://unsplash.com/photos/Riz1qAplMQk>

KUVA 5. Seikkailija. Kuvituskuva. Unsplash. https://unsplash.com/photos/JZ51o_UOY8

KUVA 6. Lapsi. Kuvituskuva. Unsplash. <https://unsplash.com/photos/e6lWMBIlgNso>

KUVA 7. Tavoite. Kuvituskuva. Unsplash. https://unsplash.com/photos/rk_Zz3b7G2Y

KUVA 8. Lapsi ja kukat. Kuvituskuva. Unsplash. <https://unsplash.com/photos/n0yND3VH72E>

KUVA 9. Ensiaskel. Kuvituskuva. Unsplash. https://unsplash.com/photos/bJhT_8nbUA0

KUVA 10. Perhonen. Kuvituskuva. Unsplash. <https://unsplash.com/photos/qZzJoiKHqmo>

KUVA 11. Ärsyke. Kuvituskuva. Unsplash. https://unsplash.com/photos/VZILDYoqn_U

KUVA 12. Kuuloke. Kuvituskuva. Unsplash. <https://unsplash.com/photos/S4KVecxgCDo>

KUVA 13. Kissa. Kuvituskuva. Unsplash. <https://unsplash.com/photos/Qmox1MkYDnY>

KUVA 14. Kukkien tuoksu. Kuvituskuva. Unsplash. <https://unsplash.com/photos/BU8VGYRxPRs>

KUVA 15. Kädet. Kuvituskuva. Unsplash. https://unsplash.com/photos/-jgjCU_Asbs

KUVA 16. Kasvi. Kuvituskuva. Unsplash. <https://unsplash.com/photos/lWBZ01XRRoI>

KUVA 17. Henkarit. Kuvituskuva. Unsplash. <https://unsplash.com/photos/Yy4sN6QzboU>

KUVA 18. Rakennuspalikat. Kuvituskuva. Unsplash. https://unsplash.com/photos/OO89_95aUCO

KUVA 19. Kahvikuppi. Kuvituskuva. Unsplash. <https://unsplash.com/photos/9v7UJS92HYc>

KUVA 20. Värikynät. Kuvituskuva. Unsplash. <https://unsplash.com/photos/2LJ4rqK2qfU>

KUVA 21. Pupun korvat. Kuvituskuva. Unsplash. <https://unsplash.com/photos/PwXlsh7Qpsl>

KUVA 22. Sohva. Kuvituskuva. Unsplash. <https://unsplash.com/photos/-xOHLRUW4k8>

KUVA 23. Tuoli. Kuvituskuva. Unsplash. <https://unsplash.com/photos/nptLmg6jqDo>

KUVA 24. Tutkimus. Kuvituskuva. Unsplash. <https://unsplash.com/photos/RYyr-k3Ysqg>

KUVA 25. Suunnitelma. Kuvituskuva. Unsplash. <https://unsplash.com/photos/-837JygbCJo>

KUVA 26. Kangasharju, Katri. Pohjapiirros. Sijainti: Tekijän sähköiset arkistot.

KUVA 27. Kangasharju, Katri. Kalustettu pohjapiirros. Sijainti: Tekijän sähköiset arkistot.

KUVA 28. Maalit. Kuvituskuva. Unsplash. <https://unsplash.com/photos/46juD4zY1XA>

KUVA 29 . Auringonsäde. Kuvituskuva. Unsplash. <https://unsplash.com/photos/8n00CqwnqO8>

KUVA 30. Kangasharju, Katri. Tilanjako. Sijainti: Tekijän sähköiset arkistot.

KUVA 31. Kangasharju, Katri. Kulkureitit. Sijainti: Tekijän sähköiset arkistot.

KUVA 32. Kangasharju, Katri. Naulakot, mallinnuskuva. Sijainti: Tekijän sähköiset arkistot.

KUVA 33. Kangasharju, Katri. Eteinen, mallinnuskuva. Sijainti: Tekijän sähköiset arkistot.

KUVA 34. Kangasharju, Katri. Ryhmähuone, mallinnuskuva. Sijainti: Tekijän sähköiset arkistot.

KUVA 35. Kangasharju, Katri. Pöytäryhmät, mallinnuskuva. Sijainti: Tekijän sähköiset arkistot.

KUVA 36. Kangasharju, Katri. Leikkitila, mallinnuskuva. Sijainti: Tekijän sähköiset arkistot.

KUVA 37. Kangasharju, Katri. Pienet leikkihuoneet, mallinnuskuva. Sijainti: Tekijän sähköiset arkistot.

KUVA 38. Kangasharju, Katri. Istuinsyvennys, mallinnuskuva. Sijainti: Tekijän sähköiset arkistot.

KUVA 39. Kangasharju, Katri. Lepohuone, mallinnuskuva. Sijainti: Tekijän sähköiset arkistot.

KUVA 40. Kangasharju, Katri. Kaappisängyt, mallinnuskuva. Sijainti: Tekijän sähköiset arkistot.

KUVA 41. Kangasharju, Katri. Kalustetaulu. Sijainti: Tekijän sähköiset arkistot.

KUVA 42. Idealamppu. Kuvituskuva. Unsplash. <https://unsplash.com/photos/7e2pe9wjL9M>

KUVIO 1. Näköaisti: koetko päiväkodin tiloissa häiritseväksi.. Kyselytutkimuksen yhteenveto. Surveymonkey.com.

KUVIO 2. Kuuloaisti: koetko päiväkodin tiloissa häiritseväksi.. Kyselytutkimuksen yhteenveto. Surveymonkey.com.

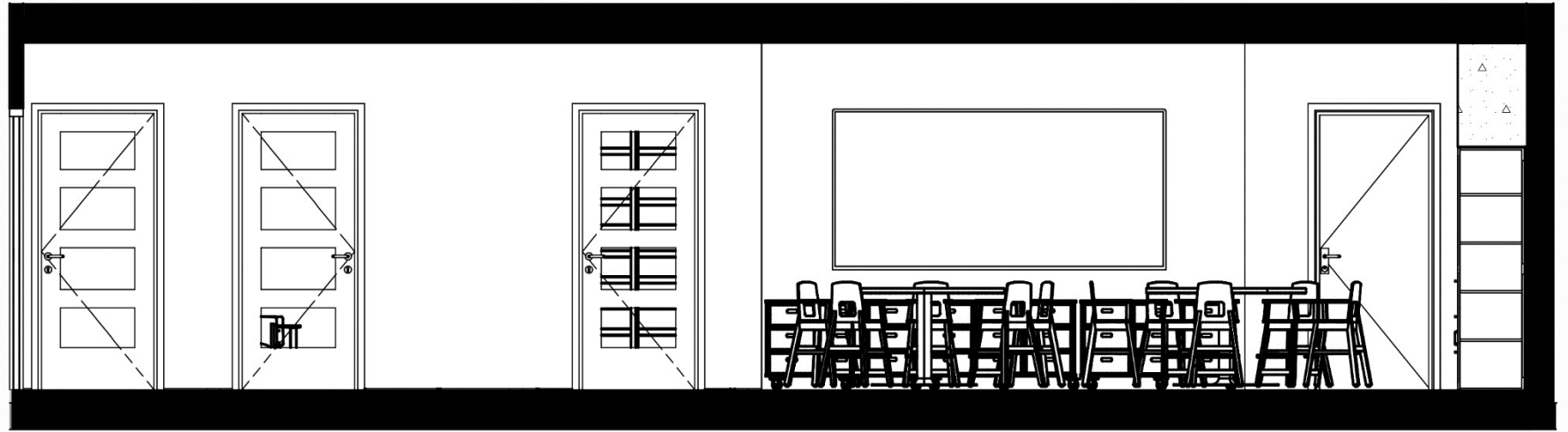
KUVIO 3. Tuntoaisti: koetko päiväkodin tiloissa häiritseväksi.. Kyselytutkimuksen yhteenveto. Surveymonkey.com.

KUVIO 4. Hajuaisti: koetko päiväkodin tiloissa häiritseväksi.. Kyselytutkimuksen yhteenveto. Surveymonkey.com.

KUVIO 5. Minkä kokoisessa päiväkodissa työskentelet. Kyselytutkimuksen yhteenveto. Surveymonkey.com.

KUVIO 6. Onko päiväkodin tiloissa mielestäsi huomioitu aistiherkät käyttäjät. Kyselytutkimuksen yhteenveto. Surveymonkey.com

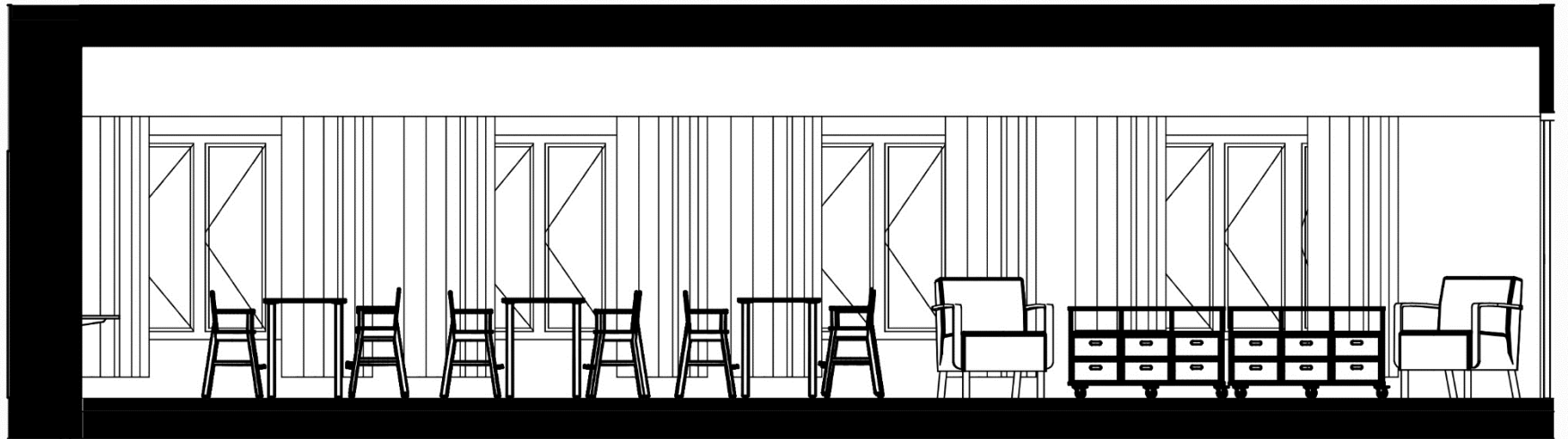
LIITE 2: SEINÄPROJEKTIOT



A-01

Leikkaus

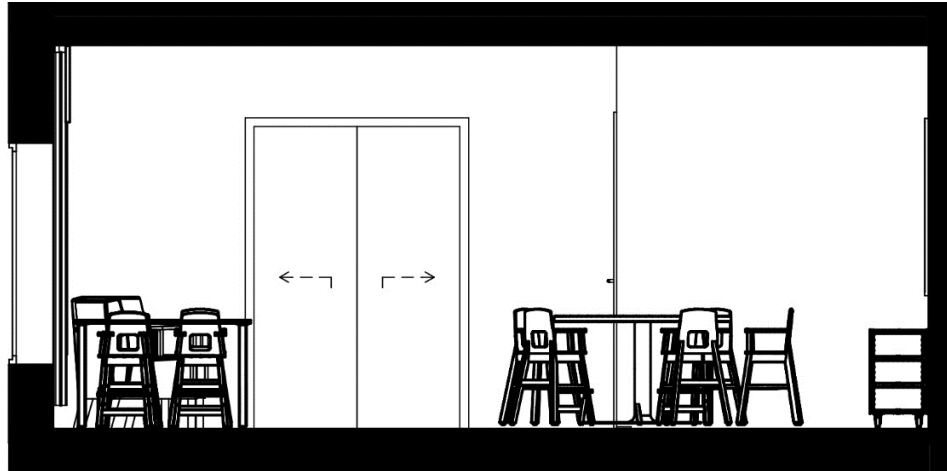
1:50



A-02

Leikkaus

1:50



A-03

Leikkaus

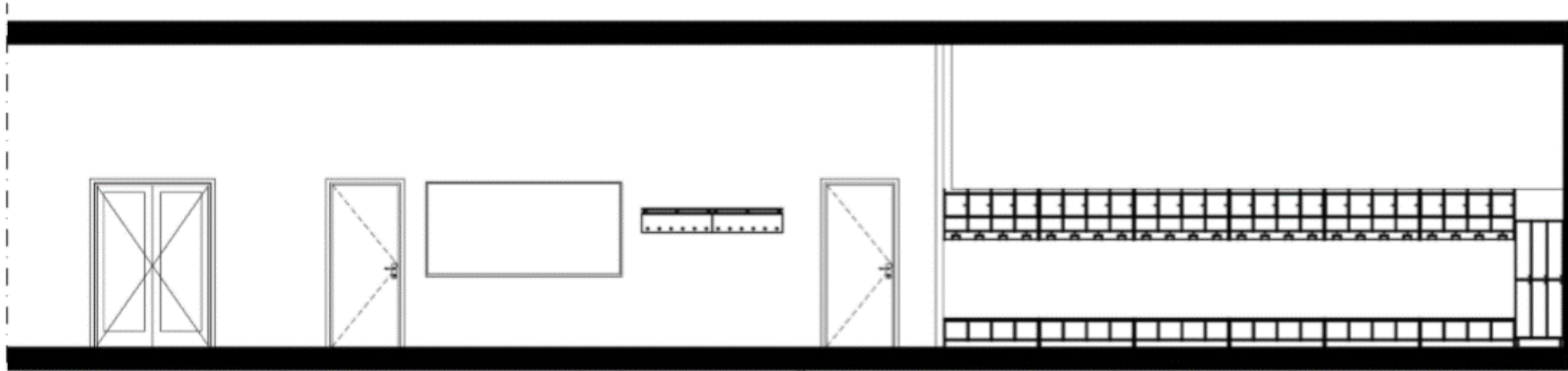
1:50



A-04

Leikkaus

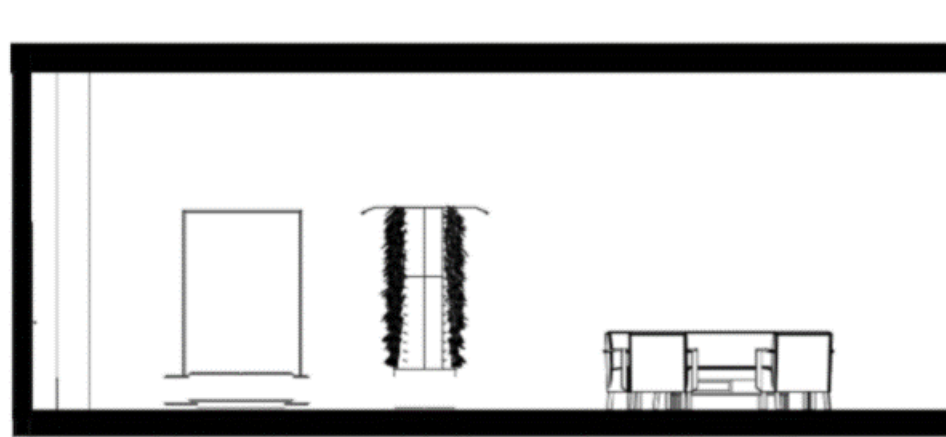
1:50



A2

Leikkaus

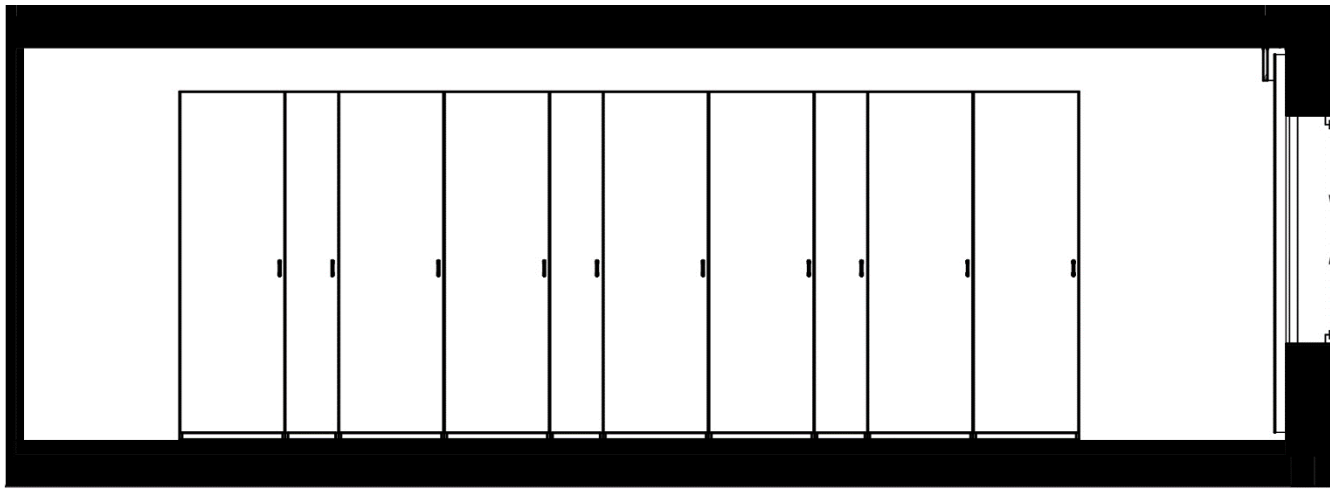
1:50



A3

Leikkaus

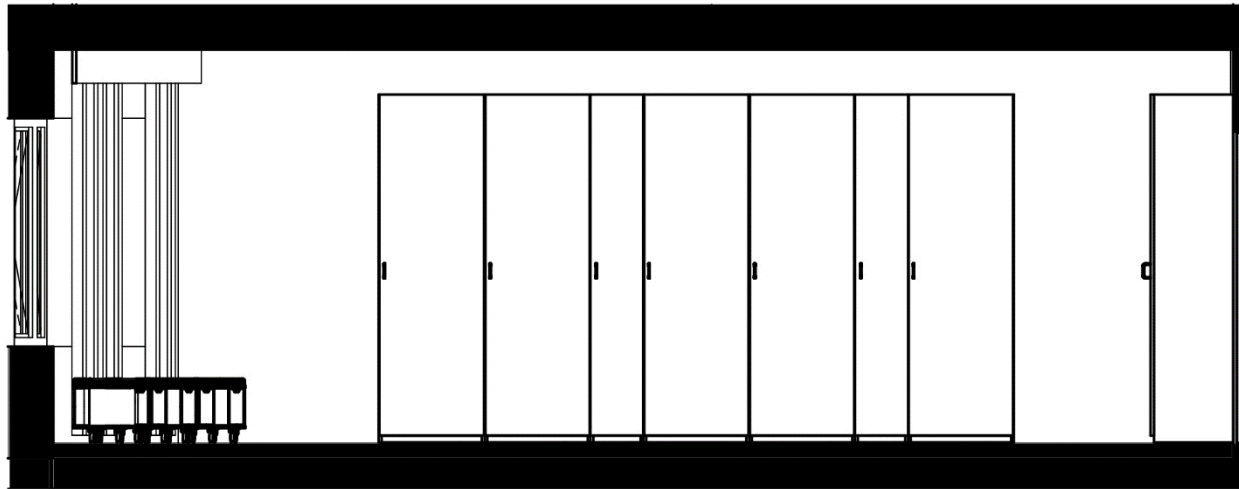
1:50



A4

Leikkaus

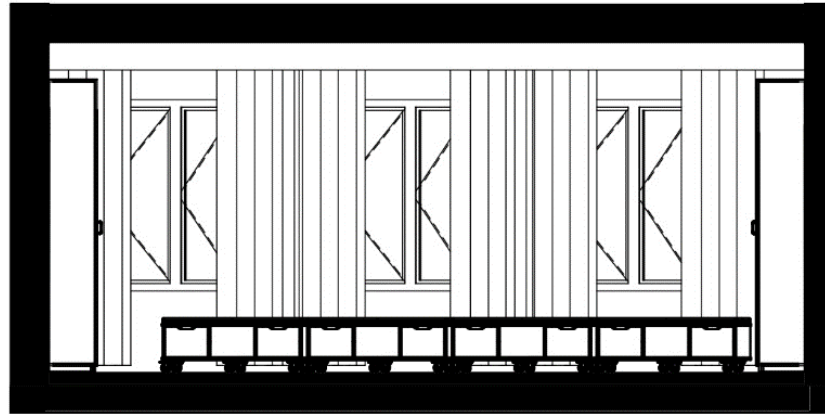
1:50



A5

Leikkaus

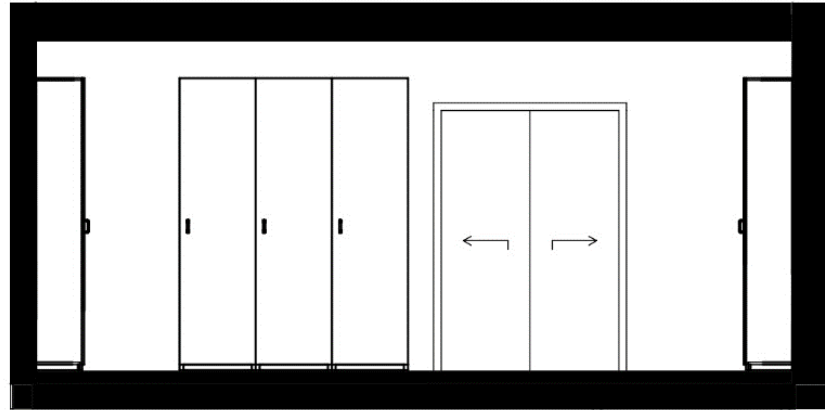
1:50



A6

Leikkaus

1:50



A7

Leikkaus

1:50

Aistiesteetön päiväkotiympäristö

Opinnäytetyön tutkimus
Savonia-ammattikorkeakoulu, kulttuuriala, muotoilu
Katri Kangasharju

Tämä tutkimuskysely tehdään osana sisustusarkkitehtuurin ja kalustemuotoilun opinnäytetyötä. Kyselyn tarkoitus on kartoittaa päiväkodissa esiintyviä aistiärsyksiä sekä selvittää kuinka paljon ne vaikuttavat työntekoon.

Kysely tehdään täysin anonymisti, joten kyselyyn vastaavan ei tarvitse kirjoittaa henkilötietojaan kyselylomakkeeseen. Kyselyn tuloksia ja vastauksia ei julkaista missään sellaisenaan, mutta ne tulevat esiintymään opinnäytetyössä havaintoina ja yhteenvedoina. Lisäksi tuloksista tullaan kirjoittamaan artikkeli Slalli-lehteen.

Kiitos ajastanne ja vastauksistanne!

1. Rastita, jos koet päiväkodin tiloissa väittämän mukaisia aistiärsyksiä

Näköaisti: Koetko päiväkodin tiloissa häiritseväksi..

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Voimakkaat värit (tapeteissa, huonekaluissa, vastavärien käyttö) | <input type="checkbox"/> Tilojen hahmottamisen vaikeus (esimerkiksi rappusissa) |
| <input type="checkbox"/> Sekavat pintamateriaalit (graafiset kuviot tekstiileissä tai pinnoissa, esimerkiksi lattia-laatoissa) | <input type="checkbox"/> Heijastukset (esimerkiksi ikkunoissa tai muissa lasipinnoissa) |
| <input type="checkbox"/> Valaistus (yleis-, tai yksittäinen valaistus, heikko valaistus, liian kirkkaat valot, vilkkuva tai särisevä valaistus, valon väri häiritsee) | <input type="checkbox"/> Isot peili-/lasipinnat (esimerkiksi tilan hahmottaminen vaikeutuu, jos peili alkaa aivan lattian rajasta) |
| <input type="checkbox"/> Yksipuolinen väritys (esimerkiksi kokovalkoinen tila luo hahmottamisvaikeuksia) | <input type="checkbox"/> Rakennuksen epätarkkuudet (esimerkiksi peitelistat, jotka repsottavat) |
| <input type="checkbox"/> Sekava yleisilme (esimerkiksi tavaran paljous vaikeuttaa hahmottamista) | |
| <input type="checkbox"/> Muu, mikä? | |

2. Rastita, jos koet päiväkodin tiloissa väittämän mukaisia aistiärsyksiä
Kuuloaisti: Koetko päiväkodin tiloissa häiritseväksi..

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Erilaisista laitteista syntyvät äänet (ilmastointi, tietokoneet, televisiot) | <input type="checkbox"/> Rakennuksen ulkopuoliset äänet (esimerkiksi liikenne) |
| <input type="checkbox"/> Rakennuksesta tulevat äänet (esimerkiksi putkisto, lattian/ovien nariseminen, patterit) | <input type="checkbox"/> Ihmisten äänet (esimerkiksi lasten kovat äänet, puheensorina) |
| <input type="checkbox"/> Huonekaluista syntyvät äänet (esimerkiksi, kun huonekaluja siirretään, verhoja vedellään) | <input type="checkbox"/> Heikko akustiikka (Äänet hukkuu meluun/tilaan, kaikuminen) |
| <input type="checkbox"/> Muu, mikä? | |

3. Rastita, jos koet päiväkodin tiloissa väittämän mukaisia aistiärsyksiä
Tuntoaisti: Koetko päiväkodin tiloissa häiritseväksi..

- | | |
|--|---|
| <input type="radio"/> Erillaiset pintamateriaalit (esimerkiksi metallin kylmyys, pöytien kovat reunat) | <input type="radio"/> Huono huoneilma (esimerkiksi kuiva/koste huoneilma) |
| <input type="radio"/> Liian kylmä/kuuma sisälämpötila | <input type="radio"/> Ahtauden tunne (huoneet, käytävät) |
| <input type="radio"/> Lattiatuntuma (liukas/karhea lattia, lattialämmitys) | |
| <input type="radio"/> Muu, mikä? | |

4. Rastita, jos koet päiväkodin tiloissa väittämän mukaisia aistiärsyksiä
Hajuaisti: Koetko päiväkodin tiloissa häiritseväksi..

- Yleiset hajut (huoneilman tunkkaisuus, viemärin haju)
- Materiaalien hajut (puu, muovi, rakenteet)
- Kasvit
- Ilmastoinnin mukana tulevat hajut (esimerkiksi tupakan haju)
- Muu, mikä?

5. Minkä kokoisessa päiväkodissa työskentelet?

- Pieni päiväkotiki (2-3 lapsiryhmää)
- Keskikokoinen päiväkotiki (>3 lapsiryhmää)
- Iso päiväkotiki (4-5 tai enemmän lapsiryhmiä)

6. Oletko huomannut työpäivän aikana lapsien reagoivan aistiärsykkeisiin, miten?

7. Mitkä aistitekijät tekevät päiväkodintiloista miellyttävän?

8. Jos koet töissä aistiärsyksiä, miten paljon koet niiden vaikuttavan työntekooisi?
(1 = Ei lainkaan, 5 = Erittäin paljon)

1 3 5

9. Onko päiväkodin tiloissa mielestäsi huomioitu aistiherkät käyttäjät (esimerkiksi aistiärsyksiä minimoitu, huone rauhoittumiseen)

- Kyllä
- Ei

10. Jos sinulla on muita ajatuksia aistiärsykkeistä, kirjoita lyhyesti alle