



Leikitään yhdessä - vuorovaikutusleikkihetket Annantien perhetuvassa

Niina Jokinen ja Satu Nybäck

2019 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

**Leikitään yhdessä -
vuorovaikutusleikkihetket
Annantien perhetuvassa.**

Niina Jokinen ja Satu Nybäck
Sosionomikoulutus
Opinnäytetyö
Elokuu 2019 2019

Niina Jokinen ja Satu Nybäck

Leikitään yhdessä -	vuorovaikutusleikkihetket	Annantien perhetuvassa
Vuosi	2019	Sivumäärä 40

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää avoimeen varhaiskasvatukseen sellainen toimintamuoto, jonka avulla on mahdollista auttaa vanhempia tukemaan lapsen kokaiväiseen varhaiskasvatukseen siirtymistä sekä siellä toimimista. Tarkoitus sekä suurin osa työn tavoitteista pohjautui viimeisimmässä valtakunnallisessa varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa kuvattujen varhaiskasvatuksen tehtävien ympärille. Kiinnitimme huomiota tavoitteita asettaessamme myös ryhmän ohjaamistaitoihin.

Yhteistyökumppanimme Vihdin kunta vaikutti myös tavoitteidemme asetteluun. Yhdeksi tavoitteeksi muotoutui tämän pohjalta sellaisen toimintamuodon kehittäminen avoimeen varhaiskasvatukseen, jolla voidaan huomioida lapsen kehitys sekä vanhempien tukeminen.

Teoriapohjan rakensimme kiintymyssuhteen, lapsen ja vanhemman välisen varhaisen vuorovaikutuksen ja itsesätelytaitojen kehittymisen pohjalta. Leikkiä, keskustelua sekä vertaistukea käytimme menetelminä toimintakerroilla.

Työmme tarkoituksen sekä tavoitteiden avulla suunnittelimme Leikitään yhdessä -vuorovaikutusleikkihetket, jotka toteutimme Annantien perhetuvassa Nummelassa. Toimintakerroilla pyrimme vaikuttamaan vanhempien valmiuksiin tukea lapsen sellaisten taitojen kehittymistä, joita lapsi tarvitsee varhaiskasvatuksessa toimiessaan. Keskeistä näiden taitojen kehityksessä on vanhempien ja lasten välinen vuorovaikutus, joten pyrimme vaikuttamaan myös sen rakenteeseen vahvasti. Vanhempien ja lasten vuorovaikutusta pyrimme tukemaan PACE-aseteen sekä mentalisaation avulla.

Toimintakertojen jälkeen keräsimme palautetta kaavakkeiden avulla. Palautteissa korostui vertaistuen merkitys ja selvisi myös, että pystyimme toimintakertojemme avulla vaikuttamaan vanhempien valmiuteen tukea lasta varhaiskasvatukseen siirtymisessä. Lisäksi pystyimme herättelemään vanhempia pohtimaan lapsen sisäistä maailmaa tehokkaammin. Vanhemmat myös alkoivat pohtia omaa toimintaansa sekä sen merkitystä lapsen toimintaan.

Voimme todeta opinnäytetyömme avulla, että avoimella varhaiskasvatuksella on erittäin hyvät mahdollisuudet vanhemmuuden tukemiseen. Etenkin saadun vertaistuen merkitys vaikuttaisi olevan todella suuri. Näkemyksemme mukaan tukea voisi tarjota myös laajemmin. Ehdottaisimmekin, että avoimen varhaiskasvatuksen kehittämisessä tulisi panostaa vertaistuen lisäksi myös vanhemmuuden tukemiseen sekä perheiden mahdollisten haasteiden varhaiseen tunnistamiseen ja henkilökunnan taitoon ohjata perheitä tarvittavien palveluiden piiriin riittävän ajoissa.

Asiasanat: mentalisaatio, kiintymyssuhde, PACE, itsesätelytaidot, avoin varhaiskasvatus

Niina Jokinen ja Satu Nybäck

Let´s play together - interactive playtime in Annantie family room

Year	2019	Pages	40
------	------	-------	----

The purpose of this functional thesis was to develop a new mode of operation for open early childhood education centre that can help parents to support their child´s transition to full-time early childhood education centre and the child´s coping in a new environment. The purpose and most of the goals of the thesis were based on the curriculum for early childhood education. The focus was on group guidance skills when the goals were set.

The co-operation partner Vihti municipality also influenced the goals set for the thesis. One of the goals was to develop an approach to open early childhood education centre that considers the child´s development and support for parents.

The theoretical basis of this thesis was built on attachment, child-parent interaction and self-regulation skills. The methods used during the playtimes were playing, discussion and peer support.

Based on the purpose and goals of the thesis Let´s play together interactive playtimes were planned and executed in Annantie early childhood education centre in Nummela. During the playtimes the aim was to influence the parents' abilities to support the development of skills that a child needs when entering early childhood education. A key element in the development of these skills is the interaction between parents and children, which was supported by the means of PACE approach and mentalisation.

After the playtimes feedback was collected through forms. The feedback highlighted the importance of peer support and also revealed that the playtimes were able to influence the parents' abilities to support their children during the transition to early childhood education. The parents were encouraged to think more effectively about the child´s inner world. The parents also began to reflect on their own actions and their significance to their children´s actions.

Based on this thesis it can be stated that open early childhood education has a very good chance of supporting parenting. Especially the peer support the parents receive seems to be significant. Support could also be given more extensively. In the development of open early childhood education investments should be made besides to peer support in supporting parents but also to the early identification of potential challenges in family life and educating the staff to guide families to the services they need.

Keywords: Mentalisation, attachment, PACE, self-regulation skills, open early childhood education

Sisällys

1	Johdanto	6
2	Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet.....	7
3	Yhteistyökumppani	8
4	Opinnäytetyön teoriapohja.....	9
4.1	Varhainen vuorovaikutus	10
4.2	Mentalisaatio	10
4.3	PACE-asenne.....	12
4.4	Kiintymyssuhde	14
4.5	Itsesäätelytaitojen kehittyminen	17
4.6	Leikki	18
4.7	Narratiivisuus.....	19
4.8	Ohjaajan toiminta	20
4.9	Vertaistuki	21
5	Toimintakertojen kuvaus	22
6	Yhteenvedo toimintakerroilla käydyistä keskusteluista	25
7	Koonti keräämistämme palautteista	27
8	Avoimen varhaiskasvatuksen kehittäminen	28
9	Projektin tavoitteiden saavuttaminen ja arviointi.....	29
	Lähteet	31
	Liitteet.....	35

1 Johdanto

Lasten ja heidän vanhempiensa välinen vuorovaikutus on todella merkittävässä asemassa lapsen kehityksessä. Varhaiskasvatuksen opettajina haluamme tukea vanhempia ja lapsia luomaan mahdollisimman monipuolisen vuorovaikutussuhteen toisiinsa, jonka avulla lapsen on hyvä kasvaa ja kehittyä. Koemme, että vanhemmat voivat vuorovaikutuksen avulla tukea lasta merkittävästi erilaisissa elämän siirtymissä, ja päädyimme toteuttamaan toiminnallisen tutkimuksen aiheeseen liittyen.

Varhaiskasvatussuunnitelman oppimiskäsityksen mukaan lapsi on aktiivinen toimija ja lapsi oppii vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa (Vasu 2018, 21). Tämän oppimiskäsityksen mukaisesti halusimme rakentaa toimintaamme voimakkaasti vuorovaikutuksen sekä sen vahvistamisen ympärille.

Suunnittelemamme toiminta painottui vanhemman ja lapsen välisiin vuorovaikutuksellisiin leikkihetkiin, jotka toteutettiin Annantien perhetuvassa Vihdin Nummelassa. Toimintamme tarkoituksena oli ohjata vanhempia panostamaan vuorovaikutukseen lapsen kanssa. Vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen panostamalla, voi myös auttaa lasta erilaisissa siirtymissä, kuten varhaiskasvatuksen aloittamisessa.

Ohjasimme toimintahetkellä esimerkiksi vanhempia sisäistämään lapsensa kanssa toimiessaan PACE-asenteen osatekijöitä. PACE -asenne tarkoittaa leikkisyyden (Playfulness), hyväksynnän (Acceptance), uteliaisuuden (Curiosity) ja empatian (Empathy) osoittamista vuorovaikutuksessa lapsen kanssa (Becker-Weidman 2012, 33). PACE -asenteen avulla vanhemmat voivat myös ymmärtää lapsen kokemusmaailmaa paremmin sekä tukea lapsensa kasvua ja kehitystä kokonaisvaltaisemmin. PACE-asenteen avulla lapsi tulee myös todennäköisemmin paremmin nähdyksi ja kuulluksi, mikä auttaa lasta muodostamaan positiivisen sekä arvokkaan kuvan itsestään.

Lapsen siirtyessä varhaiskasvatuksen piiriin, tarvitsee hän monenlaisia taitoja, kuten esimerkiksi vuorovaikutus- ja ryhmätaitoja. Ryhmässä toimiessa myös tunnetaidot sekä itsesäätelytaidot ovat tärkeässä asemassa. Vanhemman PACE-asenteen avulla lapsi oppii ymmärtämään paremmin itseään, mikä tukee myös mentalisaation kehitystä. Mentalisaatiokyvyn avulla lapsen on mahdollista oppia tunnistamaan sekä omia, että toisten mielen liikkeitä, mikä vaikuttaa merkittävästi myös tunne- ja itsesäätelytaitojen kehittymiseen.

2 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet

Toiminnallinen opinnäytetyömme on suunniteltu voimassaolevan varhaiskasvatussuunnitelman (Vasu) 2018 pohjalta. Työn tarkoitus ja suurin osa tavoitteista myös muotoutuivat varhaiskasvatussuunnitelman sisällön perusteella. Opinnäytetyömme tavoitteisiin vaikutti lisäksi myös yhteistyökumppanimme asettamat tavoitteet opinnäytetyöllemme sekä itsellemme asettamat tavoitteet ryhmän ohjaajina.

Varhaiskasvatussuunnitelmassa varhaiskasvatuksen tehtävänä kuvataan olevan esimerkiksi lapsen kehityksen kokonaisvaltainen tukeminen yhteistyössä vanhempien kanssa. Suunnitelmassa myös esitetään, että varhaiskasvatuksen tehtävänä on kehittää lapsen vuorovaikutus- sekä yhteistyötaitoja ja tukea lasta erilaisissa siirtymissä. (Vasu 2018, 14, 16.)

Valikoimme edellä mainitut varhaiskasvatuksen tehtävät opinnäytetyömme lähtökohdaksi. Opinnäytetyömme tarkoituksiksi muotoutui kehittää avoimeen varhaiskasvatukseen sellainen toimintamuoto, jonka avulla on mahdollista auttaa vanhempia tukemaan lapsen kokopäiväiseen varhaiskasvatukseen siirtymistä ja siellä toimimista.

Opinnäytetyön tavoitteet rakentuivat pääosin niiden taitojen kehittämisen ympärille, joista on lapselle hyötyä, kun hän siirtyy varhaiskasvatukseen ja toimii siellä. Otimme huomioon myös oppimisen alueet, ja sen, miten vanhemmat voivat tukea lastaan uuden oppimisessa.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa oppiminen on jaoteltu eri osa-alueisiin. Osa-alueet ovat: 1. kielten rikas maailma 2. ilmaisun monet muodot 3. minä ja meidän yhteisömmä 4. tutkin ja toimin ympäristössäni 5. kasvan, liikun ja kehityn. (Vasu 2018, 40.)

Tavoitteenamme oli, että kehittämämme toimintamuodon avulla voimme auttaa vanhempia ymmärtämään varhaisen vuorovaikutuksen, mentalisaation, kiintymyssuhteen, lapsen sisäisen maailman ymmärtämisen sekä itsesääätelytaitojen merkityksen lapsen elämässä. Tavoitteena oli myös lisätä tietoisuutta siitä, kuinka vanhempi pystyy tukemaan lastaan näiden taitojen kehittämisessä. Tavoitteenamme oli lisäksi myös vanhempia tukemalla helpottaa lapsen tulevaa siirtymistä varhaiskasvatukseen.

Otimme PACE-asenteen myös vahvasti huomioon tavoitteita asettaessamme. Sen osalta tavoitteenamme oli tutustuttaa vanhemmat niihin osatekijöihin, joista PACE-asenne koostuu ja niihin hyötyihin, joita PACE-asennetta käyttämällä voidaan saavuttaa. Halusimme myös keskustelemalla herätellä vanhempia ajattelemaan omaa vanhemmuuttaan ja tapojaan toimia lapsensa kanssa.

Omalle toiminnallemme asetimme ryhmän ohjaamiseen liittyviä tavoitteita. Tärkeimpänä tavoitteena pidimme jokaisen ryhmään osallistuneen henkilökohtaista huomioimista. Lisäksi pyrimme antamaan jokaiselle tilaa tuoda omia kokemuksiaan sekä ajatuksiaan mukaan

keskusteluun. Tavoitteenamme oli myös huomioida toimintaan osallistuvia vanhempia ja lapsia niin, että pystyimme muokkaamaan toiminnan vastaamaan heidän tarpeitaan.

Ryhmän koolle asetimme tavoitteeksi 5-10 vanhempaa lapsineen. Päädyimme tällaiseen lukuun, koska ajattelimme, että tämän kokoisen ryhmän kanssa syvällisistäkin asioista keskusteleminen olisi mahdollista. Ryhmä olisi riittävän pieni, jotta jokaisella olisi aikaa jakaa omia ajatuksiaan, mutta toisaalta taas riittävän suuri, jotta olisi mahdollista saada helpommin keskustelua aikaiseksi.

Yhteistyökumppanimme Vihdin kunta toivoi, että opinnäytetyömme avulla voisimme kehittää heidän avointa varhaiskasvatustoimintaansa. Vihdin kunnan varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2017, 16) määritellään toiminnan tavoitteet, joita ovat esimerkiksi lapsen kehityksen sekä vanhemmuuden tukeminen. Näin tavoitteeksemme muodostui myös sellaisen uuden toimintamuodon kehittäminen avoimeen varhaiskasvatukseen, jonka avulla huomioitaisiin tehokkaammin lapsen kehitys sekä vanhempien tukeminen.

3 Yhteistyökumppani

Opinnäytetyötä suunnitellessamme yhteistyökumppaniksemme valikoitui Vihdin kunnan avoin varhaiskasvatustoiminta. Vihdissä avoin varhaiskasvatustoiminta on keskitetty toimimaan Nummelassa Annantien perhetuvassa elokuusta 2017 alkaen. Toimintakauden 2018-2019 aikana kävijämäärä viikossa on ollut noin 88,9 kävijää ja tällä hetkellä avoin päiväkotitoiminta maanantaista perjantaihin klo 9-16.00. Avoin päiväkotitoiminta on matalankynnyksen kohtaamispaikka perheille, joilla on alle kouluikäisiä lapsia.

Toimintaa avoimessa päiväkodissa järjestetään niin vanhemmille ja lapsille yhteisesti kuin lapsille yksinäänkin. Avoimen päiväkodin toimintaan sisältyy esimerkiksi varhaiskasvatusryhmiä, joissa lapsen käyvät ilman vanhempaa. Kerran viikossa toteutettavat ryhmätreffit puolestaan ovat tarkoitettu samassa elämäntilanteissa oleville vanhemmille vertaistukiryhmiksi. Tämän kauden aikana toimii kolme erilaista treffiryhmää, jotka ovat: Vauvatreffit, Vauva2treffit sekä Taaperotreffit. Uusimpana ryhmämuotona oli ruotsinkielisten lasten sekä vanhempien kieliryhmä, joka oli kehitetty kuntalaisten toiveiden sekä tarpeiden pohjalta.

Kolmen toimintakerran kokonaisuuden päädyimme järjestämään Vauva2treffit -ryhmälle. Ryhmään kuului sellaisia kotona olevia vanhempia vauvoineen, joilla oli lapsia enemmän kuin yksi. Ryhmä kokoontui kerran viikossa, samaan aikaan, kun perheessä oleva vanhempi lapsi osallistui Annantien perhetuvassa järjestettävään vain lapsille tarkoitettuun varhaiskasvatusryhmään. Vauva2treffit-ryhmässä vauvat olivat iältään 6-18 kk.

Kävimme tutustumassa ryhmän toimintaan ja samalla veimme mainoksen (Liite 4) sekä kerroimme, mitä Leikitään yhdessä -toimintahetket tulevat pitämään sisällään. Kerroimme myös, että toimintaan osallistuminen on vanhemmille sekä lapsille täysin vapaaehtoista.

4 Opinnäytetyön teoriapohja

Teoriapohjan olemme koonneet opinnäytetyön tarkoituksen näkökulmasta mahdollisimman kattavaksi. Kootessamme teoriapohjaa opinnäytetyöllemme, jouduimme rajaamaan aineistoa, koska emme olisi ehtineet käsittelemään kaikkia haluamiamme näkökulmia vanhempien kanssa. Toimintakertojen teoriaosuus pidettiin tiiviinä, koska halusimme vanhempien mielenkiinnon pysyvän yllä mahdollisimman hyvin.

Teoriapohja rakentui vanhemman ja lapsen välisen varhaisen vuorovaikutuksen ympärille, koska se toimii lapsen kehityksen, oppimisen ja toiminnan lähtökohtana. Mentalisaatio auttaa vanhempaa ymmärtämään lapsensa sisäistä maailmaa sekä kokemuksia, joten näimme tärkeäksi ottaa mentalisaation osaksi työtämme. Kiintymyssuhteen koimme myös erittäin merkitykselliseksi, koska se muodostuu juuri varhaisen vuorovaikutuksen myötä ja sen avulla lapsi alkaa muodostamaan kuvaa niin itsestään kuin ympäröivästä maailmastakin.

Tutkiessamme kiintymyssuhteen vaurioita, tutustuimme samalla myös PACE-asenteeseen. PACE-asenne vaikutti olevat erittäin hyödyllinen kiintymyssuhteessa vaurioituneen lapsen kohtaamisessa. Halusimme ottaa sen myös osaksi omaa toimintaamme, koska mielestämme se tukee kokonaisvaltaisesti kaikkien lasten kasvua ja kehitystä.

Lapsen ryhmässä toimimisen kannalta on tärkeää, että lapsi oppii muun muassa itsesäätelytaitoja. Koimme, että itsesäätelytaitojen kehittyminen nivoutuu varhaisen vuorovaikutuksen, mentalisaatiokyvyn sekä kiintymyssuhteen kanssa niin tiiviisti yhteen, että halusimme ottaa näiden taitojen kehittymisen myös osaksi teoriapohjaamme. Halusimme auttaa vanhempia näkemään myös tämän näkökulman lapsensa kanssa toimiessaan.

Leikki on lapselle luontainen tapa toimia. Leikin avulla lapsi myös oppii uusia asioita, joten valitsimme sen välineeksi käsitellä valitsemiamme asioita toimintakerroilla. Leikkien avulla koimme, että saimme toiminnasta mielekästä niin lasten kuin vanhempienkin mielestä. Leikki myös auttoi rennon ja hyväksyvän ilmapiirin luomisessa.

Narratiivisuuden huomioiminen tuki myös opinnäytetyömme tarkoitusta, koska narratiivisuus kuuluu mielestämme saumattomasti lapsen ja vanhemman väliseen vuorovaikutukseen. Tarinoiden avulla lapsi pystyy hahmottamaan niin itseään, menneisyyttään, kuin ympäröivää maailmaakin.

Toimintakertoja suunnitellessamme päätimme kiinnittää huomiota myös omaan toimintaamme ohjaajina, koska ohjaajan rooli ryhmän toiminnan kannalta on suuri. Ryhmän toimintaa käsittelevässä teoriassa vertaistuki osoittautui erittäin merkitykselliseksi, joten otimme sen näkökulman myös vahvasti huomioon toimintakertoja suunnitellessamme.

4.1 Varhainen vuorovaikutus

Syntyessään vauva on sosiaalisesti riippuvainen olento. Vauva tuo mukanaan oman ainutlaatuisen geeniperimänsä, mutta geenit antavat vauvalle kuitenkin vain rakennusmateriaalit. (Kanninen & Sigfrids 2012, 27-28.) Sikiökaudella tapahtuvan aivojen rakenteellisen kehityksen lisäksi tarvitaan myös syntymän jälkeen tapahtuvaa toiminnallista kehitystä. Tässä toiminnallisessa kehityksessä synapsien syntyminen sekä kehittyminen toiminnallisiksi on keskeisessä asemassa ja ympäristöstä saadut kokemukset ohjaavat tätä kehitystä. (Mäntymaa & Puura 2011, 18.) Näin varhainen vuorovaikutus on erittäin merkityksellisessä asemassa lapsen aivojen kehityksessä.

Vuorovaikutuksen merkitystä ja syvyyttä ei voida kokonaan edes tutkia, koska se on niin kokonaisvaltaisesti yhteydessä lapsen kehitykseen. Lapsen aivot kasvavat todella nopeasti koko lapsuuden, joten jokainen vuorovaikutustilanne on merkityksellinen ja kehittää lapsen aivoja. (Kanninen & Sigfrids 2012, 27-28.) Vauvan ja vanhemman väliseen vuorovaikutukseen tulee kiinnittää paljon huomiota, jotta vauvan on mahdollista saada runsaasti kehityksensä kannalta tärkeitä vuorovaikutustilanteita.

Vanhempi toimii tiiviissä vuorovaikutussuhteessa vauvan kanssa jo heti syntymän jälkeen, koska vauva tarvitsee paljon hoivaa ja huolenpitoa. Vauva osaa jo kahden kuukauden iässä aloittaa vuorovaikutustilanteen vanhemman kanssa ja lopettaa sen katseiden ja ääntelyn avulla. Temperamentti vaikuttaa lapsen olemukseen kokonaisuudessaan, kuinka hän ärsyyntyy tietyistä asioista ja kuinka hän pystyy luonnollisesti tynnyttää tunteensa. Temperamentti vaikuttaa siihen, kuinka intensiivisesti lapsi osallistuu vuorovaikutukseen. Vanhemman tulisi ymmärtää lapsensa temperamenttiset piirteet, jotta lapsen vuorovaikutustaitoja voisi tukea parhaalla mahdollisella tavalla. (Laakso 2011, 61-62.) Lisäksi vanhemman tulisi tiedostaa myös oma temperamenttinsa, jotta hän voisi ymmärtää omaa käytöstään ja reagoititapojaan paremmin sekä kehittää niitä vastaamaan lapsen tarpeita. Tiedostamalla omaa käytöstään ja sen vaikutusta ympärillä oleviin ihmisiin, pystyy vanhempi myös paremmin mentalisoimaan eli tavoittelemaan lapsen mieltä ja ymmärtämään lapsen toiminnan taustalla vaikuttavia tekijöitä.

4.2 Mentalisaatio

Mentalisaatiokyvyllä tarkoitetaan taitoa pohtia lapsen kokemuksia, ajatuksia ja tunteita sekä sitä, miten ne ovat yhteydessä omiin kokemuksiin vuorovaikutussuhteissa (Kalland 2014, 30). Mentalisaatio toimii hyvien ihmissuhteiden pohjalla. Mentalisointia on myös ymmärrys siitä, että jokaisella yksilöllä on oma ainutlaatuinen mielensä ja, että mieli ohjaa käyttäytymistä (Mattila & Rantala 2019, 20-21).

Kukaan toinen ei voi koskaan täysin tietää sitä, mitä toinen ajattelee, mutta mentalisoinnin myötä muodostuvan prosessin avulla on mahdollista lisätä ymmärrystä toisen

ajatusmaailmasta. Ihmettelemällä ja arvuuttelemalla voidaan ylläpitää kunnioitusta toisen ajatuksia ja näkökulmia kohtaan (Mattila & Rantala 2019, 26). Joskus lasten toiminnan intentioita voi olla aikuisen vaikea ymmärtää ja tunnistaa. Lapsen mielenkiinnonkohteita jakamalla ja lapsen toimintaa havainnoimalla, on vanhemman mahdollista päästä lapsen toiminnan taustalla vaikuttavien intentioiden jäljille (Sajaniemi, Suhonen, Nislin & Mäkelä 2015, 125). Mentalisaation avulla aikuinen esimerkiksi pystyy myötätuntoisesti kohtaamaan lapsen tunteet silloin kun lapsi haluaisi pukea talvella kesävaatteet päälleen. Aikuinen voi myös ymmärtää, että lapsen näkemys asiasta on lapselle tärkeä ja todellinen.

Lapselle on tärkeää kokemus siitä, että aikuinen kykenee pitämään hänet mielessään, vaikka he eivät olisikaan aktiivisessa vuorovaikutuksessa keskenään. Kokemus mielessä pitämisestä muodostaa lapselle turvallisen sekä ennustettavan kasvuympäristön, jossa lapsi pystyy luottamaan aikuisen mahdollisuuksiin huolehtia hänen tarpeistaan, vaikka lapsi ei itse toisikaan niitä esille. Mielessä pitäminen on aikuisen eläytymistä lapsen maailmaan ilmeitä, eleitä ja koskettamista oikea-aikaisesti vuorotellen (Mattila & Rantala 2019, 27-29). Vuorovaikutustilanteissa vanhempi reagoi omalla käyttäytymisellään lapsen tunnetiloihin ja ottaa esimerkiksi hermostuneen lapsen syliinsä rauhoittaakseen lasta.

Mentalisaation edellytyksenä on vanhemman sopiva tunneviireyden tila (Mattila & Rantala 2019, 32-34). Usein sopivan tunneviireyden tilan edellytyksenä on olo siitä, että on levännyt, stressitön sekä rauhallinen. Kyky tarkastella niin omaa kuin toistenkin toimintaa heikkenee kuitenkin paineen alla. Kokonaisuus on silti ratkaisevassa asemassa, koska tilapäiset mentalisaation katkokset eivät ole niin tärkeitä, kuin sen korjaaminen ja palauttaminen (Mattila & Rantala 2019, 32-34). Mentalisoiminen onnistuu myös jälkikäteen ja aikuinen voi lapsen kanssa pitkänkin ajan päästä ihmetellen pohdiskella jotain tapahtumaa, katsoa sitä uudestaan ja löytää uusia näkemyksiä asiasta.

Vanhemman ja lapsen välinen suhde on erityinen ja herättää runsaasti erilaisia tunteita. Voimakkaiden tunteiden vallassa ajattelu vaikeutuu ja esimerkiksi rajojen asettamisessa saattaa tulla ylilyöntejä. (Mattila & Rantala 2019, 31-32). Mentalisaatio vaatii välillä paljon ponnisteluja ja oman toiminnan reflektointia (Viinikka 2016, 6). Omien tunnetilojen säätelyä voi helpottaa, jos esimerkiksi ennen reagoimistaan pystyy tarkastelemaan toisen näkökulmaa asiasta.

Mentalisaatiokyvyn omaavat lapset kykenevät paremmin säätelämään omia tunteitaan ja pärjäävät näin myös paremmin sosiaalisissa tilanteissa. Mentalisaation avulla lapsi kykenee kiinnittämään enemmän huomiota myös toisten mielen liikkeisiin, mikä tukee lasta ryhmässä toimimisessa. Lapsi pystyy ymmärtämään, että toinen lapsi ei välttämättä tiedä samaa asiaa, kuin hän itse. Mentalisaatiokyky on myös yhteydessä stressittömän oppimistavan

omaksumiseen ja joustavampaan tapaan suhtautua vastoinkäymisiin. (Mattila & Rantala 2019, 36-37, 43, 58.) Mentalisaatio toimii näin myös mielenterveyttä suojaavana tekijänä.

Yleensä aikuisen mentalisointi tapahtuu tiedostamatta. Aikuinen pystyy yleensä tavoittelemaan lapsen mieltä tilanteeseen sopivalla tavalla, mutta välillä tapahtuu myös lapsen väärin tulkitsemista, esimerkiksi jos aikuinen kuuntelee lapsen tarinaa ja tekee samalla jotain muuta. Stressi, uupuminen sekä voimakkaat tunnetilat estävät mentalisaation. (Mattila & Rantala 2019, 62-63, 67, 86.) Jos esimerkiksi aikuinen hermostuu, ei hän pysty tavoittelemaan lapsen mieltä samanaikaisesti.

Peilaaminen on erityisen tärkeää lapsen kehityksessä, koska sen avulla lapsen oman sisäisen maailman ymmärtäminen alkaa kehittyä (Mattila & Rantala 2019, 30-31). Peilaamisen avulla ei toisteta lapsen tunnetilaa, vaan ilmaistaan ymmärrys lapsen tunnetilaa kohtaan. Peilaaminen on kannattelevaa, myötäelävää ja rauhallista suhtautumista, joka edistää lapsen mentalisaation kehittymistä kaikissa ikävaiheissa.

Mentalisaation kehitys tapahtuu vanhemman ja lapsen välisessä vuorovaikutuksessa. Kun vanhempi on läsnä ja kiinnostunut lapsen asioista, luo hän pohjan mentalisaation kehittymiselle. On todella tärkeää, että aikuinen aidosti kuuntelee ja kunnioittaa lasta, koska vähättelevällä suhtautumisella aikuinen mitätöi lapsen tunnekokemuksen. Lapsi oppii vanhempansa kanssa yhdessä tunnistamaan tunnetilat ja rauhoittamaan itsensä. Rauhallinen aikuinen näyttää tietä lapselle, kuinka tunteista pääsee yli. (Kalland 2014, 33.) Näin lapsi oppii hallitsemaan tunteitaan luomalla turvallisen sekä ennustettavan mielikuvan vanhemmasta.

Aikuisen mentalisoimisen avulla, muodostuu hänen ja lapsen välille psykologisesti kannatteleva suhde. Lapsi tarvitsee aluksi aikuisen jatkuvaa kannattelua, mutta kehityksen edetessä kannattelun tarve pienenee. Jokainen lapsi on tässä kohtaa ainutlaatuinen ja aikuisen tulisi jaksaa tavoitella lapsen mieltä sekä tarjota syliä, silytystä ja suojaa, kun lapsi sitä tarvitsee, huolimatta lapsen iästä. Lapsen toiminnan motiivien arvailu ei pelkästään ole riittävää, vaan tarvitaan myös toimia sen tueksi. (Mattila & Rantala 2019, 35-37, 39.) Oikea-aikainen reagointi lapsen viesteihin tukee lapsen käsitystä itsestään merkityksellisenä yksilönä.

Merkittävä saavutus mentalisaation kehittymisessä on, kun lapsi alkaa ymmärtää oman sisäisen maailmansa olevan erillinen ulkoisen maailman kanssa (Pajulo & Pyykkönen 2011, 74). Esimerkiksi monet pienten lasten kokemat pelot kertovat siitä, että sisäinen maailma ei ole eriytynyt ulkoisen maailman kanssa. Lapsi saattaa pelätä mielikuvituksensa kehittämää mörköä, koska ei pysty vielä irrottamaan kuvitelmaansa todellisuudesta.

4.3 PACE-asenne

PACE on asenne, jonka avulla aikuisella on mahdollisuus pysyä emotionaalisesti yhteydessä lapseen sekä olemaan hänen saatavilla. PACE-asenne auttaa vanhempaa virittäytymään lapsen

sisäiseen maailmaan ja näin myös lapsi voi kokea helpommin yhteyttä aikuiseen. (Golding 2014, 244.) PACE-asenteen myötä pystyy luomaan sellaisen ilmapiirin, jossa kunnioitetaan sekä tuetaan lapsen kasvua ja kehitystä kokonaisvaltaisesti.

PACE-asenteen käyttäminen vaatii aktiivista vuorovaikutusta, jossa käsitellään lapsen tunnekokemusta. Lapsi kokee, että hänen sisäinen maailmansa on huomioitu ja, että se on tärkeä sekä ymmärrettävä. PACE-asette pitää sisällään myös yllätyksellisyyden suhteessa. (Golding 2014, 245.) Lapsi voi esimerkiksi odottaa, että aikuinen suhtautuu torjuvasti johonkin lapsen ei-toivottuun käytökseen, mutta hyväksyvän suhtautumisen myötä lapsi mahdollisesti yllättyy ja pääsee helpommin oman tunnekuohunsa yli.

PACE-asette on erityisen tärkeä turvan sekä turvallisen kiintymyssuhteen rakentamisessa, vanhempi ikään kuin luo turvapaikan, jossa lapsi pystyy avoimesti tuntemaan ja kokemaan erilaisia asioita ja lisäksi se tukee myös esimerkiksi emotionaalisten tunnetilojen säätelystä. PACE-asenteen ominaispiirteet tulevat hyvin esille vanhemman ja pienen vauvan välisessä suhteessa, jossa vanhempi hyväksyy vauvan tekemisen ja vastaa tähän ilmaisuun. Vanhempi pyrkii yhdessä vauvan kanssa selvittämään, mitä vauva yrittää viestiä. (Hughes 2011, 87-88, 93.) Lapsi kokee turvalliseksi ilmaista erilaisia tunteitaan, kun vanhempi toimii PACE-asenteen mukaisesti.

Leikkisyyden (playfulness) luoman positiivisuuden ja optimismin avulla voidaan löytää ihmisen vahvuuksia ja kiinnittää niihin huomiota. Leikkisyydellä voidaan myös luoda yhteishenkeä sekä kehittää ihmisten välisen suhteen myönteisiä puolia. (Hughes 2011, 95, 98.) Leikkisyys voi joissain tilanteissa myös toimia avaimena yhteyden luomiseen. Leikkisyyden avulla pystyy osoittamaan positiivista ja syvää kiinnostusta toista ja yhdessä oloa kohtaan. (Golding 2014, 245.) Leikkisyys on yleensä luonteva osa vanhemman ja pienen lapsen välistä vuorovaikutusta, mutta lapsen kasvaessa sen eteen on tehtävä enemmän töitä. Leikkisyyden avulla pystyy luomaan perheeseen sellaisen ilmapiirin, jossa kaiken ei tarvitse olla niin vakavaa. Asioihin voi myös suhtautua huumorilla, mikä auttaa myös vakavampien asioiden käsittelemisessä.

Hyväksynnän (acceptance) tarkoituksena on puolestaan mahdollistaa se, että ihminen voi viestiä mahdollisimman avoimesti sisäisestä maailmastaan. Hyväksynnässä on tärkeää, ettei toisen sisäistä maailmaa arvostella, vaan pyritään aidosti ymmärtämään toiminnan taustalla vaikuttavia tekijöitä. (Hughes 2011, 95, 98.) Hyväksynnässä ei ole kysymys kaiken sallimisesta tai sietämisestä, vaan lapsen sisäisen maailman hyväksymisestä sekä siitä, että lapsi yrittää ilmaista sitä (Golding 2014, 246). Hyväksynnällä osoitetaan, että aikuinen ymmärtää ne syyt, joiden vuoksi lapsi käyttäytyy tai kokee asiat tietyllä tavalla.

Uteliaisuuden (curiosity) avulla voidaan osoittaa, että toinen on kiinnostunut kuulemaan lisää siitä sisäisestä maailmasta, jota toinen on keskustelussa avannut. Uteliaisuudella tarkoitetaan syvällistä halua tietää lisää toisen kokemuksista ja tapahtumista. (Hughes 2011, 105, 109-

110.) Lapsi ei ole vielä kykeneväinen itse ymmärtämään käyttäytymistään, joten uteliaisuuden avulla vanhempi ja lapsi pyrkivät yhdessä löytämään selityksiä käytökselle (Golding 2014, 245). Aikuinen esittää omia arvauksiaan ja lapsella on mahdollisuus sanoa, osuiko arvaus oikeaan vai ei. Arvailujen esittäminen edellyttää aikuiselta avoimuutta sekä taitoa havainnoida lasta, koska tällöin on mahdollista löytää niitä todellisia käytöksen taustalla vaikuttavia tekijöitä. Pieni vauva ei pysty kertomaan osuiko vanhempi oikeaan arvailuidensa kanssa, mutta vauvan kanssa on silti tärkeää osoittaa kiinnostusta käytöksen syiden selvittämiseen.

Empatian (empathy) avulla osoitetaan myötätuntoa toista kohtaan (Hughes 2011, 105). Empatian tarkoitus on löytää lapsesta voimavaroja ja hyvyttä (Hughes 2015, 93). Empatian avulla voidaan osoittaa hyväksyntää lapsen käytöstä kohtaan. Empatian osoittaminen on yleensä helpompaa positiivisten, kuin negatiivisten tunteiden kohdalla. Vanhemman osallistuessa lapsen tunteeseen, sen hallitseminen myös helpottuu. Empatian avulla vanhemmalla on mahdollisuus osallistua lapsen kokemukseen ja jakaa se lapsen kanssa (Golding 2014, 109). Vanhemman osoittaman empatian avulla myös lapsen on helpompi suhtautua empaattisesti itseään kohtaan. Kun vanhempi osoittaa esimerkiksi luottamusta lapsen kykyyn selviytyä tilanteesta tai tunteesta, muodostuu tämä luottamus lapsen itseluottamukseksi (Hughes 2011, 115). Empatia välittyy sekä sanallisen että sanattoman viestinnän avulla kuten kasvon ilmeillä, eleillä ja sanoittamalla erilaisia tilanteita sekä vanhemman tekemiä havaintoja.

Ristiriitatilanteissa olisi tärkeää, että vanhempi pyrkii ensi luomaan yhteyden lapsen kanssa ja vasta sitten antamaan lapselle ohjeita tai korjaamaan käytöstä. Kurinpidossa pitää ensisijaisesti aloittaa empatian sekä lämmön osoittamisella lasta kohtaan (Golding 2014, 246). Jos vanhempi kiinnittää vuorovaikutuksessa enemmän huomiota omaan PACE-asenteeseensa, tarvitaan vähemmän ongelmanratkaisua, sääntöjä sekä seuraamuksia (Hughes 2011, 89). Ongelmanratkaisusta tulee PACE-asenteen avulla tilanne, jossa ei ole vaarana vuorovaikutussuhteen katkeaminen. Jos yhteys kuitenkin pääsee katkeamaan, PACE auttaa rakentamaan sen uudelleen, jolloin vanhempi ja lapsi sitoutuvat jälleen emotionaalisesti toisiinsa.

4.4 Kiintymyssuhde

Kiintymysdoteoria on lähtöisin psykiatrin sekä psykoanalyttikon John Bowlbyn ajatuksesta, kuinka eläinlapsilla sekä ihmislapsilla on luontainen tapa kiintyä heitä suojaavaan aikuiseen. Lapsella ja eläimellä on luontainen vaisto pysyä hengissä ja tämä turvallinen henkilö voi auttaa heitä tässä tehtävässä. Kiintymyssuhteen tarkoituksena on auttaa vauvaa selviytymään tuntemistaan tunteista, koska vauva ei osaa vielä hahmottaa, että ikävä tunne vatsassa tarkoittaa nälkää. Vauva tarvitsee hoivaa, ja kiintymyssuhteen kautta vauvan tarpeet tulevat tyydytetyiksi. (Sinkkonen 2004, 1.) Vauva kiintyy ihmiseen, joka häntä eniten hoivaa, vaikka hoiva ei olisikaan täydellistä.

Kiintymyssuhteesta voi tulla myös vääränlainen, jos hoivaava aikuinen ei tyydytä vauvan tarpeita riittävästi. Kiintymyssuhdehäiriöt voivat vaurioittaa lapsen kehitystä monin tavoin. Varhaiset traumat ja pitkäkestoinen stressi voivat vahingoittaa vauvan keskushermostoa jopa pysyvästi, mikä altistaa vauvan kehityshäiriöille. (Sinkkonen 2004, 1.) Tämän takia varhainen vuorovaikutus ja hoiva ovat lapselle tärkeimpiä asioita elämässä ensimmäisinä vuosina. Kiintymyssuhde luo lapselle turvallisen pohjan, jolla rakentaa itseään.

Turvallinen kiintymyssuhde rakentuu lapsen ja vanhemman välille hoivan ja turvan tunteen kautta. Vanhempi vastaa lapsen tarpeisiin sekä peilaa lapsen tunteita. Näin lapselle rakentuu turvallinen ja ennakoitavissa oleva kuva maailmasta, jossa hänen ei tarvitse selviytyä yksin. (Pojjula 2016, 87-91.) Kiintymyssuhteen rakentumiselle on tärkeää myös, että lapsen tarpeisiin vastataan riittävän ajoissa sekä asianmukaisesti (Välivaara 2010, 2-3). Näin lapsi oppii myös hallitsemaan omia tunteitaan, mikä on erityisen tärkeää sosiaalisissa tilanteissa.

Kiintymyssuhde on merkittävä asia vauvan kehityksessä, koska se vaikuttaa suuresti myös aivojen kehittymiseen. Turvallinen kiintymyssuhde tukee lisäksi vauvan stressinsietokyvyn sekä itseluottamuksen kasvamista. (Korhonen & Sukula 2000, 18.) Kiintymyssuhteen muodostuminen alkaa jo ennen vauvan syntymää, koska vauva aistii asioita jo kohdussa ollessaan, esimerkiksi äidin ääni ja sydämensyke ovat vauvalle jo tuttuja. Yleensä vauva luokii kiintymyssuhteen ensimmäisenä äitiin, koska äiti on myös usein ensisijainen hoitaja. Kiintymyksen kohteen ei välttämättä kuitenkaan tarvitse olla äiti, vaan vauva kiintyy häntä eniten hoitavaan henkilöön.

Turvallisesti kiintynyt lapsi uskaltaa kokeilla, tutkia, oppia sekä näyttää heikkoutensa ja olla haavoittuvainen. Hän pystyy näyttämään monipuolisesti kaikkia tunteitaan, sekä saamaan niihin lohdutusta. Lapsi tuntee olonsa rakastetuksi ja alkaa näin luottamaan ympäröivään maailmaan sekä luomaan sosiaalisia suhteita muihin ihmisiin. Turvallisesti kiintynyt lapsi pystyy myös aikuisena ottamaan ja antamaan rakkautta muille ihmisille. (Tapio, Seppänen, Hyppönen, Janhunen, Prusila, Salo, Toivanen & Vilén 2010, 102-104.) Lapsi pystyy antamaan sitä hoivaa, jota on itse saanut, joten kiintymyssuhdemalli siirtyy yleensä sukupolvien yli.

Kiintymyssuhdehäiriön muotoja on yleisesti ottaen kolme: välttelevä-, ristiriitainen- sekä jäsentymätön kiintymyssuhde. Välttelevä kiintymyssuhde kehittyy vauvalle, jonka tarpeisiin ei ole vastattu riittävästi. Lapsi on yrittänyt viestiä ja pyytää apua, mutta aikuinen ei ole vastannut hänen pyyntöihinsä, mikä aiheuttaa sen, että lapsi sulkee tunteet sisäänsä. Lapsen kasvaessa tämä ilmenee siten, että lapsi yrittää olla näkymätön ja kova lapsi. Lapsi saattaa ajatella: ”Minä en tarvitse muita”. (Välivaara 2010, 2-3.) Lapsi voi olla todella helppo lapsi aikuisen mielestä, koska hän välttelee vuorovaikutustilanteita ja yrittää pärjätä yksin.

Välttelevässä kiintymyssuhteessa vanhempi voi olla huomiomatta tai sivuuttaa lapsen vuorovaikutusyhteyksensä. Vanhempi voi jopa ajatella, että hän ei halua kasvattaa hemmoteltua

lasta ja torjuu lapsen aloitteet vuorovaikutukseen. Toisaalta vanhempi voi yrittää kontrolloida lapsen tunteita ja puuttua lapsen tunteiden tuntemiseen esimerkiksi kieltämällä tai vähätlemällä tunteita. Näiden kokemusten pohjalta lapsi ymmärtää, että hänen tunteillaan ei ole väliä ja sulkee tunteen sisäänsä. Lapsen toimintaa alkaa määrittämään syy-seuraus-suhde. Lapsi yrittää olla todella hiljaa, jotta vanhempi ei ärsyynny tai hän yrittää miellyttää vanhempaa hyvällä käyttäytymisellä. Toisen tunteiden lukeminen ja miellyttäminen on todella väsyttävää, joten ajan myöten lapsen ahdistus purkautuu kiukkukohtauksina sekä arvovallan vastustamisena. Vanhempana välttelevästi kiintyneen henkilön on vaikea laskea suojakilpeä ja antaa toisen rakastaa. Hänellä on mielikuvia rakkaudesta, mutta toiseen luottaminen on todella vaikeata. (Tapio ym. 2010, 105-106.) Vanhempana välttelevästi kiintyneellä henkilöllä on ongelmia tunteiden tunnistamisessa ja näyttämässä, joten vuorovaikutustilanteet tuottavat paljon haasteita.

Ristiriitainen kiintymyssuhde muodostuu, kun vauvan tarpeisiin vastataan joskus ja joskus ei. Ristiriitainen kiintymyssuhdemalli syntyy myös, jos vanhempi vastaa lapsen tarpeisiin vaihtelevin keinoin. Aikuisen ristiriitaisen toiminnan tuloksena vauva kehittää omat keinosensa vaatia hoitoa itselleen. Vauva voi esimerkiksi itkeä niin lujaa, että aikuinen huomaa hänet. Toisaalta vauva taas voi yrittää pysyä hiljaa saadakseen aikuisen huomion. Vauva oppii lukemaan aikuisen tunnetiloja, ja pyrkii käyttäytymään parhaansa mukaan niin, että saisi yhteyden aikuiseseen. Lapsen kehittyessä lapsi käyttäytyy muita aikuisia kohtaan niin, että hän hakee huomiota aikuisilta. Hän yrittää miellyttää aikuisia sekä kokee itse pärjäämättömyyttä tässä maailmassa. (Välivaara 2010, 2-3.) Ristiriitaisesti kiinnittynyttä lasta on vaikea huomata, koska hän voi yrittää miellyttää aikuisia sekä muita. Hän voi olla jopa todella suosittu henkilö. Tunne elämä kuitenkin on alikehittynyt ja sen huomaa, jos havainnoi riittävästi lapsen käyttäytymistä.

Vanhemman antaman hoivan ristiriitaisuus ja epäjohtonmukaisuus voi johtua esimerkiksi päihteistä, mielenterveysongelmista, kasvatustietämättömyydestä tai monista muista syistä. Vanhemmalla voi olla ongelmia lapsen kasvatuksen kanssa. Esimerkiksi lapsi voi olla uhmakas ja vanhempi yrittää ensimmäiseksi olla huomioimatta, seuraavaksi huutaa ja kolmannella kerralla antaa herkkua. Vanhempi ei tiedä, mikä asia on toimiva tapa kasvattaa, joten hän kokeilee kaikkea. Vaikka vanhempi tarkoittaisi hyvää, ei se lapsesta näytä selkeältä toiminnalta. Ristiriitaisesti kiintynyt lapsi näyttää tunteensa voimakkaasti. Hän voi huutaa, vaatia ja uhkailla, jotta vanhempi käyttäytyisi hänen haluamallaan tavalla. Lapsen näkökulmasta maailma on turvaton ja hänen pitää saada siihen järjestystä asioita vaatimalla. Vanhempana ristiriitaisesti kiinnittyneen henkilön on vaikea solmia parisuhdetta pysyvästi. Hän on oppinut tavan liioitella tunteitaan ja vaatia muita tekemään asioita hänen tavallaan. Usein tämänlaisilla henkilöillä voi olla parisuhteissa väkivaltaa, hyväksikäyttöä ja narsismia. (Tapio ym. 2010, 106-107.) Ristiriitaisesti kiinnittynyt ihminen voi hakea hyväksyntää keneltä tahansa.

Jäsentymätön kiintymyssuhde tarkoittaa, että lapsen tunteisiin ei ole ollenkaan vastattu. Näin hänen maailmansa näyttää kaaokselta. Hän yrittää kiintyä keneen tahansa ja vauvan käytös voi olla todella arvaamatonta. Lapsen kehittyessä käytösmallit voivat muodostua minkälaisiksi tahansa. (Välivaara 2010, 2-3.) Tämänlainen lapsi voi käyttäytyä arvaamattomasti ja erikoisesti koko ajan. Hänellä ei ole muodostunut turvan tunnetta, joten hän hakee vuorovaikutusta millä keinolla hyvänsä.

Jos varhaisen tuen ja hoidon saanti estyy, jäsentymättömästi kiintynyt henkilö ei pysty kasvaamaan itseään tai tosia rakastavaksi aikuiseksi. Jäsentymätön kiintymyssuhdemalli vaikuttaa aivojen kehittymiseen todella paljon. Usein näissä perheissä on kriisitilanne päällä, ja vuorovaikutus muiden ihmisten kanssa voi olla todella aggressiivista. Pitkäaikainen stressi, arvaamattomuus ja pelko vahingoittavat myös lapsen kehitystä. (Tapio ym. 2010, 109-110.) Kaikki kiintymyssuhdehäiriöt vaikuttavat aivojen kehitykseen, mutta jäsentymättömän kiintymyssuhteen merkitys on suurin. Näiden häiriöiden korjaaminen vaatii paljon aikaa. Lapsen on kuitenkin mahdollista saada korjaavia kokemuksia myös myöhemmin elämässään.

4.5 Itsesäätelytaitojen kehittyminen

Vanhemman ja lapsen oma mentaalisäätelykyky luovat pohjan myös lapsen itsesäätelytaitojen kehittymiselle. Itsesäätelytaitojen kehitystä tukemalla lapsesta kasvaa tunnerikas ja tunteita hyvin säätelevä henkilö. Itsesäätely on todella tärkeää vuorovaikutussuhteen luomisessa sekä ylläpitämisessä toisten kanssa.

Itsesäätelyllä tarkoitetaan kykyä hallita tunteita ja haluja sekä säädellä motivaatiota, tarkkaavaisuutta ja ajatuksia (Aro 2011a, 10). Kaikkia näitä asioita ihminen tarvitsee toimiessaan vuorovaikutussuhteessa ja oppiakseen uusia asioita. Ensisijaisesti lapsi oppii säätelemään tunteitaan aikuisen antaman esimerkin kautta (Aro 2011a, 14). Vauva lukee vanhemman ja muiden aikuisten reagoitintapoja ja mallintaa niitä omaan käytökseensä. Vauva seuraa vanhempiensa kasvoja ja mallintaa tunteitaan vanhempien kasvoista. Vauva saa hallinnan tunteen jo aivan pienenä. Hän huomaa saavansa enemmän huomiota, kun hymyilee tai itkee. Tämä hallinnan tunne kasvaa, kun vauva kasvaa ja alkaa liikkumaan sekä tekemään asioita itse. Hallinnan tunne kuitenkin romahtaa, kun lasta aletaan rajoittamaan ja epäonnistumiset raivostuttavat lasta sekä saavat aikaan negatiivisia tunteita. (Aro 2011b, 21, 24.) On kuitenkin tärkeää mahdollistaa niin positiivisten kuin negatiivistenkin tunteiden syntyminen lapsen arjessa, jotta lapsi saa monipuolisesti kokemuksia erilaisista tunteista. Lasta tulee tukea näiden tunteiden syntyessä niin sanallisesti kuin sanattomastikin läheisyyden avulla, jotta voidaan tukea lapsen itsesäätelytaitojen kehitystä.

Vanhempi voi tukea itsesäätelytaitoja nimeämällä tunteita ja kuvailemalla lapselle asioita. Lapsen pitää antaa myös itse tutkia ja haastaa itseään, koska näin taidot kehittyvät parhaiten. Lapselle tärkeintä on turvan tunne ja sitä myötä itseluottamuksen kasvaminen. Raivon ja

aggression hallinnassa lapsi tarvitsee tukea vanhemmiltaan ja vanhempien täytyy asettaa säännöt sellaiselle toiminnalle, joka on vahingollista hänelle itselleen tai muille. Tällaisissa tilanteissa lapselle on tärkeintä, että vanhempi itse pystyy hillitsemään omat tunteensa ja yläpitämään hyväksyvän sekä empaattisen vuorovaikutuksen lapseensa. (Aro 2011b, 26.) Lapsen pitää tuntea niin positiivisia, kuin negatiivisia tunteita elämässään, koska tämän avulla hän oppii hallitsemaan niitä paremmin.

4.6 Leikki

Leikki on lapselle luontainen tapa toimia. Tutkimusten mukaan aikuisen ja lapsen yhteinen leikki tukee lapsen kasvua ja kehitystä monipuolisesti. Lapsi oppii hahmottamaan maailman leikin kautta. Leikkiessä voidaan lisäksi tutkia ja havainnoida ihmisten käyttäytymisiä, asioita ja esineitä. Hyvässä leikissä kaksi ihmismieltä kohtaavat ja näin leikin merkitys syvenee. Aikuinen tuo yhteiseen leikkiin todellisuuden näkökulman, joten näin lapsi oppii hahmottamaan pikkuhiljaa, mikä on todellista ja mikä ei. Mielikuvituksen avulla leikeissä lapselle tarjoutuu myös mahdollisuus empatian harjoitteluun ja toisen tunnemaailmaan tutustumiseen. (Kalland & Salo 2014, 49.) Leikki tarjoaa kokonaisuudessaan monipuolisen alustan lapsen kehitykselle. Leikkiessä lapsen on turvallista kokeilla uusia tai orastavia taitoja yhdessä toisten lasten tai aikuisen kanssa. Leikkiessä lapsi voi oppia toisen läsnäolon avulla myös sellaisia taitoja, joita hän ei yksin voisi oppia.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2018, 38-39) todetaan, että leikki on lapselle luontaisin tapa oppia. Leikkiessä lapsi on aktiivisen oppijan osassa sekä vaikuttamassa asioihin. Tämä tuo lapselle iloa ja mielihyvää. Lapsi oppii leikkiessään jäsentämään maailmaa, luomaan sosiaalisia kontakteja muihin sekä muodostamaan merkityksiä eri asioihin. Leikki on myös turvallinen tapa kokeilla, yrittää ja erehtyä. Aikuisen liittyessä leikkiin, voi hän opettaa lapselle vuorovaikutustaitojen kautta kielellistä ja matemaattista ajattelua. Aikuisen ja lapsen yhteinen leikki vahvistaa lisäksi myönteistä tunneilmapiiriä. (Vasu 2018, 38-39.) Näiden syiden takia varhaiskasvatuksessa pidetään leikkiä yhtenä tärkeimpänä oppimisen välineenä. Leikin avulla oppimista lähestytään lapsen tavoin ja näin ollen lapsen on helpompi oppia käsiteltäviä asioita.

Lapsen leikki on arvokasta ja sitä pitää vaalia. Lapsen vapaus leikkiessä ei sulje pois aikuisen osallistumista siihen. Osallistumalla leikkiin myös aikuinen voi rikastuttaa leikkiä omalla toiminnallaan. Leikin kautta aikuinen pääsee lisäksi lapsen ajatusmaailmaan paremmin käsiksi ja ymmärrys lapsesta kasvaa. Etenkin lapsen vuorovaikutustaidot näkyvät leikissä todella hyvin. (Lehtinen & Koivula 2017, 180-181.) Aikuisen kyky leikkiä, ei ole itsestäänselvyys. Aikuiset voivat pitää leikkiin osallistumista vaikeana, koska heidän on vaikea lähteä pois kontrollidusta maailmasta. (Lehtinen & Koivula 2017, 182.) Heittäytymällä lapsen leikkiin aikuinen rakentaa suhdetta heidän välilleen intensiivisemmin. Tämän avulla myös vanhempi voi saada

lapsen puhumaan enemmän omista asioistaan. Leikin avulla vanhempi voi myös keskustella lapsen kanssa sekä kertoa tälle vaikeita asioita.

Leikkiessään vanhemman kanssa lapsi voi laajentaa huomiokykyään sekä keskittymistään, koska vanhemman huomio sekä keskittyminen auttavat lasta pysymään mukana toiminnassa. Hauskojen, naurunsävyttämien leikkihetkien kautta lapsi alkaa hahmottamaan positiivisten piirteiden olemassaolon niin itsessään kuin vanhemmassakin. Leikkien avulla on mahdollista myös kokea erilaisia tunteita turvallisessa ympäristössä vanhemman kanssa kuten iloa, uteliaisuutta, hauskuutta sekä jännitystä. (Hughes, 2011, 90-91.) Kun aikuinen osallistuu erilaisten tunteiden jakamiseen lapsen kanssa, lapsi ymmärtää, että vanhempi pystyy ottamaan vastaan lapsessa heränneet, vaikeatkin tunteet, eikä mitään tarvitse piilotella.

4.7 Narratiivisuus

Tarinallisuus eli narratiivisuus on alusta asti läsnä lapsen elämässä, ensin kehollisena, sitten kielellisenä. Varhaisimmat tarinat rakentuvat vuorovaikutuksellisissa hetkissä kosketuksen avulla kehon liikkeinä, joiden säännöllisyyden myötä myös muisti alkaa askeleittain kehittyä (Hakkarainen & Brédikyté 2013, 94, 96).

Tarinoiden avulla voidaan järjestää muistissa olevia kokemuksia sekä tapahtumia (Hakkarainen & Brédikyté 2013, 94). Tarinoiden avulla kokemuksista ja tapahtumista on mahdollista rakentaa mielekkäitä kokonaisuuksia. Voidaan ajatella, että tarina muodostaa kuin langan, jonka avulla yksittäiset tapahtumat kudotaan yhtenäiseksi tarinaksi (Morgan 2008, 13).

Asioille antamamme merkitykset ohjaavat hallitsevien tarinoiden syntymistä (Morgan 2008, 14). Emme pysty muistamaan kaikkia ympärillämme tapahtuneita asioita, joten valikoimme muistiimme ja tarinaamme asioita sen mukaisesti, mitkä koemme sopiviksi kulloiseenkin teemaan. Jos esimerkiksi lapselle on muodostunut positiivinen kuva itsestänsä, valitsee hän hallitsevaan tarinaansa sellaisia asioita, jotka vahvistavat tätä mielikuvaa, eivätkä esimerkiksi hetkittäiset äidin tai isä huomion katkokset vaikuta asiaan.

Hallitsevat tarinat ovat merkityksellisiä elämässämme monin tavoin, koska ne vaikuttavat esimerkiksi päätöksiin ja havaintoihin, joita teemme. Hallitsevat tarinat eivät välttämättä ole pysyviä, koska puntaroimme niiden ja ympäristömme välistä suhdetta jatkuvasti. (Morgan 2008, 16.) Yksittäiset tarinasta poikkeavat tapahtumat eivät vaikuta hallitsevaan tarinaan, mutta jatkuva ristiriitainen ympäristöstä tuleva palaute voi saada hallitsevan tarinan muuttumaan. Esimerkiksi jos lapselle on muodostunut negatiivinen kuva omista taidoista toimia kaaverisuhteissa, voivat useat onnistumiset sekä positiivinen palaute saada tämän kuvan pikkuhiljaa muuttumaan.

Tarinoita on käytetty monipuolisesti historiassamme, niin opettamiseen ja viestintään, kuin suhteiden rakentamiseenkin. Tarinoiden avulla on mahdollista myös auttaa lasta rakentamaan

syvämpi ymmärrys omista kokemuksistaan. Tarinat voivat olla muistelmatyyppisiä tai vertauskuvallisia. (Golding 2014, 246). Sensitiivinen vanhempi pystyy valitsemaan lapselleen tilanteeseen sopivan tarinan ja kehittämään sitä lapsen tunnereaktioiden pohjalta.

Yhteisen tarinan jakaminen on yhteen liittävä kokemus. Varsinkin ne lapset, joilla on ongelmia kiintymyksen kanssa, hyötyvät tarinoista, joista välittyy perheeseen kuulumisen ja rakkaus lasta kohtaan. Lapsen kokemia traumoja voi myös käsitellä tarinoiden kautta, koska ne auttavat lasta ymmärtämään tapahtuneita asioita ja niitä tunteita, joita ne ovat herättäneet. Lisäksi tarinoiden avulla on mahdollista antaa lapselle korvaavia kokemuksia sellaisista tilanteista, joita he eivät mahdollisesti varhaislapsuudessa ole kokeneet. (Golding 2014, 246-247.) Esimerkiksi huostaan otettujen lasten on mahdollisuus saada kokea korvaavia hoivan ja huolenpidon kokemuksia sijaishuollossa.

4.8 Ohjaajan toiminta

Dialogisuus tarkoittaa yhteisen ymmärtämisen löytymistä. Dialogisessa keskustelussa asiakasta kuunnellaan tasa-arvoisena henkilönä. Ohjaaja vie hetkeä eteenpäin, mutta asiakkaalle annetaan aikaa prosessoida käsiteltyjä asioita. (Mökkönen 2007, 86-87.) Dialogisuuden avulla pystyy muodostamaan hyvän sekä luottamuksellisen ilmapiirin, jolloin osallistujien on helpompaa laskea suojamuurinsa ja keskustelu on avoimempaa. Avoimen keskustelun myötä myös vertaistuen saaminen helpottuu sekä monipuolistuu.

Ryhmän ohjaajalla on vastuu siitä, että kaikki ryhmäläiset tulevat kuulluksi tasapuolisesti. Ohjaajan tulee luoda ryhmään sellainen ilmapiiri, jossa on tilaa ryhmäläisten vuoropuhelulle sekä kaikenlaisten ajatusten jakamiselle. Hyvä ilmapiiri myös mahdollistaa sen, että ryhmäläiset tuntevat olonsa turvalliseksi sekä hyväksytyksi. (Ståhlberg 2019, 33.) Aktiivinen kuunteleminen kuuluu keskeisenä osana hyvän, toisia kunnioittavan ilmapiirin luomiseen.

Aktiiviseen kuuntelemiseen liittyy muutakin kuin kuuleminen, se tarkoittaa sitä, että kuuntelija pyrkii ymmärtämään toisen näkökulman asiasta. Aidosti kiinnostunut kuuntelija on läsnä ja tekee tarkentavia kysymyksiä. Aktiivinen kuunteleminen edellyttää reflektiota sekä jatkuvaa tietoista työstämistä. Ohjaaja pystyy omalla aktiivisella kuuntelemisella myös toimimaan esimerkkinä muille ja näin vaikuttamaan aktiivisen toimintakulttuurin muodostumiseen. Aktiivisen kuuntelemisen avulla voidaan luoda turvallinen, arvostava ja kuulluksi tuleminen ilmapiiri, jolla voi olla jo itsessään voimaannuttava vaikutus. (Ståhlberg 2019, 36.) Aktiivinen kuuntelu luo pohjaa myös vertaistuelle. Aktiivisen kuuntelemisen avulla pystyy myös osoittamaan empatiaa toista kohtaan.

Ohjaajan aitous ja avoimuus luovat pohjaa ryhmäläisten luottamukselle ohjaajaansa kohtaan. Ohjaajan oma avoimuus lisää myös ryhmäläisten rohkeutta olla itse avoimia. Ohjaajan tulee osata havainnoida aktiivisesti sekä monipuolisesti ryhmää, jotta hän pystyisi huomioimaan

ryhmäläisiä ja olemaan tietoinen ryhmässä tapahtuvista asioista. Tämä mahdollistaa erilaisten ryhmäläisten ominaispiirteiden huomioimisen ja ohjaaja pystyy sovittamaan toimintansa kulloiseenkin ryhmään sopivaksi. Ohjaajan vastuulla on ohjata ryhmää tavoitteiden mukaiseen suuntaan, joten ohjaajan on välillä otettava aktiivisempi rooli, jos hän huomaa, ettei ryhmä etene. (Ståhlberg 2019, 41-44.) Hyvä ohjaaja osaa myös olla passiivinen, jos huomaa ryhmän etenevän itsenäisesti.

Ohjaajan tulee saada ryhmäläiset oman toimintansa avulla vakuuttuneeksi siitä, että ryhmään osallistuminen tuottaa tuloksia, joista on ryhmäläisille hyötyä. Tärkeää on myös saada kaikki ryhmäläiset osallistumaan, jotta kukaan ei koe jääneensä ulkopuoliseksi. Alkuvaihe on merkityksellinen myös ryhmän kokemalle kiinteydelle ja ryhmäidentiteetille. (Ståhlberg 2019, 71.) Ryhmäläisten tunne omasta sekä ryhmän vaikuttavuudesta auttaa heitä jakamaan suurempia asioita ryhmälle sekä näin myös saamaan enemmän vertaistukea. Ryhmäidentiteetin rakentuminen luo luottamusta ja näin ollen myös keskustelut syvenevät.

Hyvin suunniteltu toiminta näkyy varmuutena ohjaajan toiminnassa. Suunnittelu myös selkeyttää tapaamiskertojen rakennetta. Suunnitteluvaiheessa ohjaajan on perehdyttävä ryhmän tarkoitukseen ja niihin tavoitteisiin, joita ryhmän toiminnalle on asetettu. Hyvä on myös tietää, kenelle ryhmä on suunniteltu, jotta suunnitteluvaiheessa voi huomioida ryhmän toimintaan vaikuttavia tekijöitä mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Suunnitteluvaiheeseen kuuluu myös käytettävien menetelmien valikoimista sekä aikatauluttamista. Kaikkia asioita ei pysty huomiomaan etukäteen, joten on tärkeää osata myös elää hetkessä ja pystyä joustamaan sekä muokkaamaan toimintaa ryhmäkertojen edetessä. (Ståhlberg 2019, 53-54.) Ryhmäkerroista tulisi tiedottaa ajoissa. Tiedotteeseen tulisi laittaa, onko ryhmä suljettu vain avoin kaikille. Sekin jo rakentaa asiakkaille tietyn mielikuvan ryhmästä. Suljettu ryhmä ja teemoitetut ryhmäkerrat tukevat vanhempia hakemaan vertaistukea ja jakamaan omia ajatuksiaan luottamuksella. Ennen ryhmän vetämistä tulisi ajatella nämä kaikki asiat, jotta saa luotua ryhmälle jo ennen ryhmän aloitusta hyvät puitteen toimia halutulla tavalla.

4.9 Vertaistuki

Samanlaiset elämäntilanteet sekä kokemukset saavat aikaan vertaisuutta (Mikkonen & Saarinen 2018, 20). Monet kokevat vertaisilta saadun tuen yhdeksi vaikuttavimmista tukikeinoista eri elämäntilanteissa. Vertaisuuden voi määritellä keskinäiseksi asiantuntijuudeksi, voimavaraksi, tasa-arvoksi sekä yhdenvertaisuudeksi (Mikkonen & Saarinen 2018, 20).

Vertaiset ovat samalla tasolla keskenään, eikä kukaan pyri asettumaan toisen yläpuolelle. Luottamus on yksi keskeisimmistä asioista vertaisryhmän toiminnassa. Luottamuksellisen ilmapiiirin avulla henkilökohtaisten asioiden jakaminen, tunteiden ilmaiseminen sekä käsitteleminen, selviytymiskeinojen löytyminen ja toisten kokemuksista oppiminen on mahdollista. (Mikkonen & Saarinen 2018, 20-21.) Luottamuksesta sekä sen merkityksestä on hyvä keskustella

avoimesti vertaisryhmässä, koska sen avulla on mahdollista lisätä sekä lujittaa luottamuksen tunnetta ryhmän toimintaan.

Empatian avulla on mahdollista muodostaa ymmärrys toisen tilanteesta (Ståhlberg 2019, 47). Vertaistuen avulla voidaan ymmärtää toisen samankaltaiset tarpeet. Vertaistuen avulla on myös mahdollista muun muassa herättää toivoa, saada tietoa sopivina annoksina sekä oppia sosiaalisia taitoja. (Mikkonen & Saarinen 2018, 21.) Vertaistukiryhmässä toimiessa osallistujien on lisäksi mahdollista oppia ilmaisemaan itseään, kuuntelemaan toista sekä ottamaan vastuuta omasta toiminnastaan. Vertaistukiryhmässä näitä taitoja voi myös testata turvallisessa sekä hyväksyvässä ilmapiirissä.

Ryhmätoiminnassa osallistujien tukeminen sekä kannustaminen on erityisen tärkeää (Ståhlberg 2019, 44). Ryhmästä saatu tuki voi lisätä elämänhallinnan tunnetta ja nähdäksi sekä kuulluksi tulemisen kautta yksilö voi kokea korjaavia kokemuksia (Mikkonen & Saarinen 2018, 23). Vertaistukiryhmät ovat todella käytetty ja tehokas tuen muoto. Haastavissa elämäntilanteissa tarve tulla kuulluksi sekä ymmärretyksi korostuu (Mikkonen & Saarinen 2018, 135). Ihmiset ovat kuitenkin tarpeiltaan erilaisia ja osa hyötyy vertaistukiryhmään osallistumisesta enemmän kuin toiset.

5 Toimintakertojen kuvaus

Toukokuussa 2019 vedimme Annantien perhetuvassa kolme toiminnallista vuorovaikutusleikkihetkeä, joille annoimme nimeksi Leikitään yhdessä. Toimintakerrat olivat kestoltaan kaksi tuntia ja ne alkoivat klo 9:30. Osallistujamäärä vaihteli jonkin verran toimintakerroilla. Vanhempia oli vauvoineen paikalla kuudesta seitsemään, kerrasta riippuen.

Toimintakertojen aikataulun sekä osan leikeistä pidimme jokaisella kerralla samoina, jotta toimintakertojen rakenne olisi selkeä ja helpommin ennustettavissa. Alkuun annoimme vanhempien rauhassa saapua paikalle ja keskustelimme vapaasti kuulumisista ensimmäisen puolen tunnin aikana. Klo 10.00 kokoontuimme yhteen ja kävimme läpi lyhyesti, mitä tulisimme tekemään ja mistä tulisimme keskustelemaan.

Aloitimme tämän jälkeen varsinaisen toimintakerran leikkimällä kahteen kertaan Pullan leivonta -lorun (Liite 2). Lorun tarkoituksena oli herätellä vanhemmat vuorovaikutukseen lapsensa kanssa. Toistamalla samaa lorua jokaisella kerralla saimme selkeän aloituksen ja näin myös lorun opetteleminen oli helpompaa. Halusimme myös helpottaa mahdollista jännitystä tutun lorun avulla.

Alkulorun jälkeen leikimme kullekin toimintakerralle valitsemamme leikit. Toimintakertojen leikit tukivat sillä kerralla käsittelemiämme aiheita. Leikit olivat pääsääntöisesti sellaisia, joissa vanhemmat ja lapset keskittyivät vuorovaikutukseen toistensa kanssa. Leikeissä käytimme lisänä erilaisia välineitä, koska toivoimme näin antavamme vanhemmille uusia ideoita

leikkeihin lapsen kanssa. Lopetuksena käytimme jokaisella kerralla samaa loppulaulua (Liite 2), jotta se osoittaisi, että leikkihetki on ohi.

Leikkien jälkeen lapset saivat touhuilla tilassa vapaammin ja vanhempien kanssa keskustelimme sen kerran aiheesta. Keskustelun aikana tarjosimme vanhemmille kahvia sekä pientä syötävää. Pidimme keskusteluhetken irrallisena leikeistä, koska halusimme vanhempien keskittyvän leikkien aikana täysipainoisesti vuorovaikutukseen lapsensa kanssa.

Ensimmäisen toimintakerran aiheeksi olimme valinneet vanhemman ja lapsen välisen vuorovaikutuksen sekä PACE-asenteeseen tutustumisen. Tämän kerran leikit (Liite 3) keskittyivät koskettamiseen ja ilon tuntemiseen yhdessä. Välineinä näissä leikeissä käytimme huiveja sekä erilaisia hierontapalloja.



Kuvio 1: Huivit ja pallot

Toisella toimintakerralla syvennyimme PACE-asenteen leikkisyyteen ja hyväksyntään. Leikit (Liite 3) oli valikoitu niin, että ne tarjosivat lapselle monipuolisia aistiärsyksiä ja näin leikit myös herättivät monenlaisia tunteita lapsessa. Hernepusileikin avulla esimerkiksi lapsella oli mahdollisuus kokea iloa sekä riemua ja mahalaudan sekä lakanan avulla jännitystä. Aikuisten



Kuvio 2: Lakana ja mahalauta

tehtävänä oli tukea lasta näiden tunteiden kanssa ja rauhoittaa lasta tarvittaessa esimerkiksi, jos lasta jännitti mahalaudalla meneminen.

Kolmas toimintakerta painottui uteliaisuuteen ja empatiaan. Valitsemamme leikit (Liite 4) olivat musiikkipainotteisia ja leikkien aikana vanhemmat pystyivät jakamaan uteliaisuutta lapsensa kanssa ja osoittamaan empatiaa lapsessa heränneitä tunteita kohtaan. Kokosimme viimeisellä kerralla myös yhteenvedon käsittelemistämme asioista.



Kuvio 3: Marakasit

Jokaiselle kerralle toimme erilaisia kirjoja aiheeseen liittyen, jotta vanhemmat saivat halutessaan tutustua aiheeseen vielä tarkemmin. Vanhemmat silmäilivät kirjoja ja ne toimivat myös keskustelun aiheena vanhempien kesken.



Kuvio 4: Kirjallisuutta toimintahetkillä

Vanhempien osallisuus ja rohkeus kasvoivat kerta toisensa jälkeen. Huomasimme esimerkiksi, kuinka toisella toimintakerralla kaikki vanhemmat jo osallistuivat lapsineen alkuruuun aktiivisemmin. Lisäksi lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus leikin aikana vahvistui jokaisella toimintakerralla. Osalle vanhemmista lapsen ”leipominen” patjalla oli uusi tapa lähestyä lasta. Annoimme kaikille osallistujille aikaa tutustua leikkiin ja tehdä leikin vaiheet omalla tavallaan. Ensimmäisellä kerralla osa lapsista istui vanhemman sylissä ja selvästi vanhemmat varovaisesti tutustuivat uuteen leikkiin. Viimeisellä kerralla kaikki lapset makasivat rennosti patjalla ja vanhemmat leipoivat aktiivisesti lapsia. Lapset nauroivat ja vanhemmat

osallistuivat rohkeasti leikkiin. Tämä todisti sen, että toistamalla vähän vaikeampiakin juttuja voivat vanhemmat ja lapset rohkaistua kokeilemaan jotakin uutta.

6 Yhteenveto toimintakerroilla käydyistä keskusteluista

Äidit olivat toimintakerroilla hyvin aktiivisia sekä vastaanottavaisia. Ensimmäisellä kerralla keskustelu oli varovaista, mutta ilmapiiri vapautui huomattavasti, kun toimimme esille esimerkkejä myös omista onnistuneista sekä epäonnistuneista vuorovaikutustilanteista lastemme kanssa. Vaikutti siltä, että äidit kokivat näiden esimerkkien avulla keskusteluilmapiirin riittävän turvalliseksi ja hyväksyväksi pystyäkseen tuomaan omia kokemuksiaan avoimesti esille. Mahdollisesti nämä esimerkit toivat meidät helposti lähestyttävämmiksi, koska osoitimme olevamme myös vertaisia äitien kanssa.

Keskustellessamme lapsen sisäisestä maailmasta, äideistä huomasimme heidän esille tuomiensa ajatusten avulla, että he olivat pohtineet asiaa aikaisemminkin. Asiaan paneutuminen näkyi esimerkiksi siinä, että äidit kertoivat omia oivalluksiaan, miten olivat voineet edistää lapsen sisäisen maailman ymmärtämistä. Yksi äideistä kertoi oivaltaneensa esimerkiksi, että jos lapsi ihailee lelulehden leluja, on hedelmällisempää ihailla tavaroita lapsen kanssa, kuin torjua toiveet kertomalla, ettei kaikkea voi saada. Tämä esimerkki muodostui oikeastaan eräänlaiseksi ankkuriksi, johon palasimme kaikilla kerroilla. Huomasimme yhteisesti, että se toimii hyvänä ajattelumallina monessa eri tilanteessa. Pohdimme muun muassa tämän esimerkin avulla, minkälaisia tunteita toiveen jakaminen tai sen lyttäminen meissä voisi herättää. Esimerkki oli hyvin konkreettinen ja ehkäpä juuri siitä syystä niin monikäyttöinen sekä helposti sovellettavissa.

Keskustelimme PACE-asenteesta ja äideillä tuntui olevan käytössään jo monia PACE-asenteen elementtejä vanhemmuudessaan, vaikka itse PACE olikin kaikille uusi ja vieras käsite. Olimme varautuneet keskustelemaan aiheesta enemmänkin, mutta emme nähneet sitä tarpeelliseksi äideillä jo käytössä olevien keinojen myötä ja päädyimme ainoastaan tuomaan PACE:n elementtejä ja näkökulmaa esille sopivissa kohdissa.

Lasten kanssa toimiessa, vanhemman vireystila vaikuttaa suuresti vuorovaikutuksen rakentamiseen. Keskustelimme kerroilla myös siitä, miten välillä vanhemman on vaikeaa säilyttää yhteys lapseen ja tällöin lapsen mielen tavoittaminen ei onnistu. Äidit potivat huonoa omatuntoa tällaisissa tilanteissa, mutta pyrimme tuomaan esille tietoa siitä, että tärkeintä ei ole yhteyden katkeaminen, vaan sen jälleenrakentaminen. Yritimme vakuuttaa teoriatietoon pohjautuen, että yhteyden katkokset ovat luonnollisia vuorovaikutuksessa ja tärkeämpää on keskittyä jälleenrakentamiseen, kuin katkosten välttämiseen.

Tunnetaidoista virisi myös paljon keskustelua ja siitä, miten tärkeässä asemassa ne ovat ryhmässä toimiessa. Äidit vaikuttivat olevan hyvin aktiivisia tunteiden sanoittamisessa ja

pyrimme kannustamaan heitä jatkamaan tunteista keskustelemista. Yritimme vahvistaa ymmärrystä tunteiden käsittelemisen tärkeydestä lapsen kehityksessä. Toimimme myös erilaisia esimerkkejä esille, miksi tunteista keskusteleminen on tärkeää varhaiskasvatuksen näkökulmasta.

Luottamus on aihepiiri, josta keskustelimme myös jonkin verran, lähinnä turvallisen kiintymyssuhteen näkökulmasta. Keskustelimme esimerkiksi siitä, miten turvallinen kiintymyssuhde näyttäytyy lapsen kehityksessä sekä vaikuttaa siihen. Äidit tuntuivat tiedostavan hyvin turvallisen kiintymyssuhteen merkityksen ja keskustelimme siitä, miten turvallisuuden tunnetta on mahdollista lisätä erilaisissa tilanteissa. Pohdimme myös, minkälaisia turvan merkkejä vanhemmat voivat lapselleen antaa esimerkiksi juuri päivähoiton aloittamisessa. Esille tulivat esimerkiksi vanhemman rauhallisuus, tilanteiden ennakoitavuus sekä asioiden sanoittaminen lapsen kehitystason mukaisella tavalla.

Suunnittelimme kokoontumiskerroille keskustelurungon, mutta jätimme tilaa myös avoimelle keskustelulle ja äideiltä tuleville keskustelunaiheille. Pyrimme tarttumaan asioihin, joita äidit toivat esille. Äidit esimerkiksi toivat aktiivisesti esille omia ennakkokäsityksiään varhaiskasvatuksesta ja käsitelimme näitä avoimesti yhdessä. Kannustimme äitejä ottamaan puheeksi omia ennakkoluuloja sekä myös mahdollisia pelkoja varhaiskasvatuksen henkilökunnan kanssa, koska näin vuorovaikutus vanhempien ja varhaiskasvatuksen henkilökunnan välillä pystyy muodostumaan mahdollisimman avoimeksi. Keskustelimme myös siitä, mistä mahdolliset pelot olivat voineet syntyä ja selvisi, että ne olivat suurimmaksi osaksi muodostuneet sen myötä, minkälaisia kokemuksia äideillä itsellään oli omasta päivähoitoajastaan ja minkälaisia kertomuksia he olivat tuttaviltaan kuulleet.

Lapsen päivähoiton aloittaminen selvästi pohditutti äitejä. Keskusteluissa panostimme siihen, miten vanhemmat voisivat tukea lasta tässä muutoksessa. Yhtenä näkökulmana toimimme esille myös narratiivisuuden, jonka avulla on mahdollista luoda lapselle tarinaa päiväkotiin menemisestä sekä siellä olemisesta. Tarinan avulla pystyy esimerkiksi lisäämään lapsen turvallisuuden tunnetta sekä lisäämään tilanteiden ennakoitavuutta.

Keskustelimme myös siitä, miten lapsi saattaa reagoida vanhemman tullessa hakemaan. Lapsen ja vanhemman tunnetilat eivät välttämättä kohtaa ja se voi tuntua vanhemmasta kuormittavalta. Keskustelimme, miten vanhemman on hyvä käsitellä asioita sekä siihen liittyviä tunteita ensin itse, jotta pystyy olemaan lapsen tukena muutoksessa mahdollisimman hyvin. Esimerkiksi vanhempien ennakkoluulot voivat vaikeuttaa lapsen sopeutumista, joten niiden käsitteleminen ennakkoon helpottaa niin lapsen kuin aikuisen sopeutumista uuteen tilanteeseen.

Päiväkotiin meneminen puhututti sen verran runsaasti, että katsoimme tärkeäksi ottaa keskusteluun mukaan myös varhaiskasvatussuunnitelman. Varhaiskasvatussuunnitelmaa kävimme

läpi niiltä osin, kuin koimme tärkeäksi ryhmämme toiminnan sekä tavoitteidemme kannalta. Keskustelimme esimerkiksi siitä, minkälaiset tavoitteet varhaiskasvatuksen toiminnan taustalla Vihdin kunnassa vaikuttavat. Äidit eivät olleet aikaisemmin juurikaan tutustuneet varhaiskasvatussuunnitelmaan, joten se koettiin kiinnostavana.

Häpeän tunteminen oli myös yksi äideiltä noussut aihe. Keskustelu alkoi yhden äidin tuoman esimerkin avulla. Äiti kertoi, että oli huomannut, miten hän pystyy omalla reagoimisellaan vaikuttamaan lapsensa häpeän tuntemiseen. Keskustelimme siitä, miten lapselle saattaa nousta ikään kuin kilpi häpeää vastaan, jos lapsi ei kestä häpeän tunteen tuottamaa ahdistusta. Toimme keskusteluun mukaan myös PACE-asenteen ja sen, miten juuri uteliaisuuden avulla pystyy esimerkiksi tällaisissa tilanteissa selvittämään asioiden todellisen taustan. Lapsi saattaa esimerkiksi satuttaa toista vahingossa, ja on lapsen kannalta paljon hyödyllisempää huomata vahingon osallisuus, kuin että lasta syytettäisiin jostain, mitä hän ei ole tarkoituksella tehnyt.

7 Koonti keräämistämme palautteista

Viimeisellä kerralla ryhmään osallistui 6 äitiä. Jaoimme palautekyselyn (Liite 2) kaikille ja saimme takaisin viisi lomaketta. Saatujen palautteiden mukaan suurin osa äideistä kertoi saaneensa tukea lapsensa varhaiskasvatuksen aloittamiseen. Palautteiden mukaan vinkkejä oli tullut itse aloittamiseen, mutta myös hyvän vuorovaikutussuhteen luomiseen henkilökunnan kanssa. Vertaistuen positiivinen merkitys varhaiskasvatuksen aloituksesta keskustelemisessä nostettiin myös esille kahdessa vastauksessa.

Äidit myös kokivat saaneensa lisävinkkejä vuorovaikutukseen lapsen kanssa. Suurin osa piti käsittelemämme asioita jo entuudestaan tuttuina, mutta tuntui tarpeelliselta kerrata asioita. Yhdessä palautteessa mainittiin myös, että tuttuihin asioihin sai uusia näkökulmia.

Palautteiden mukaan tämänkaltaiset ryhmäkerrat ovat tarpeellisia erityisesti niistä saadun vertaistuen ansiosta. Lisätieto aiheesta koettiin myös tärkeänä.

Palautekyselyssä kartoitimme ryhmäkertojen hyödyllisyyttä lapsen sisäisen maailman ymmärtämisessä ja suurimmassa osassa vastauksista äidit kokivat käsittelemämme asiat hyödyllisinä. PACE-asenteesta esille nostettiin empatia sekä uteliaisuus, joiden avulla erityisesti on ollut mahdollista kartoittaa lapsen sisäistä maailmaa paremmin.

Äidit kokivat valitsemamme leikit, laulut sekä lorut soveltuviksi tämänkaltaiseen toimintaan. Palautteissa positiivisena mainittiin myös se, että olimme jakaneet myös omia kokemuksiamme niin äiteinä kuin varhaiskasvatuksen ammattilaisinakin.

Ryhmään osallistuneen varhaiskasvatuksen opettajan antamassa palautteessa toteuttamamme toiminta koettiin hyödylliseksi avoimessa varhaiskasvatuksessa. Opettajan mielestä ryhmän

antama vertaistuki on erityisen tärkeää sekä se, että vanhemmat voivat saada lisävinkkejä vuorovaikutukseen lapsensa kanssa. Opettaja piti myös tärkeänä, että varhaiskasvatuksen aloittamisesta sekä siihen liittyvistä asioista puhuttiin avoimesti, koska hänen mukaansa näin oli mahdollista lievittää siihen liittyvää jännitystä.

8 Avoimen varhaiskasvatuksen kehittäminen

Yksi tavoitteemme oli avoimen varhaiskasvatuksen kehittäminen. Toimitamme opinnäytetyömme yhteistyökumppanillemme, jotta he voivat käyttää sitä pohjana toiminnan suunnittelussa.

Lähdimme miettimään opinnäytetyötä tehdessämme avoimen varhaiskasvatuksen kehittämistä myös laajemmin. Koimme opinnäytetyötä tehdessämme ja avoimessa päiväkodissa toimiesamme, että avoin varhaiskasvatustoiminta voi toimia nivelkohtana monille erilaisille palveluille. Avoimella varhaiskasvatuksella on mielestämme mahdollisuus toimia porttina esimerkiksi perhetyöhön, koska avoin varhaiskasvatus on matalan kynnyksen kohtaamispaikka, jonne perheiden on helppo tulla. Avoimen varhaiskasvatuksen ilmapiiri on kokemuksemme mukaan hyväksyvä, henkilökunta on helposti lähestyttävää ja he pyrkivät kohtaamaan jokaisen perheen yksilöllisesti.

Avoimen varhaiskasvatuksen tulisi mielestämme panostaa perheen kohtaamiseen ja tukemiseen vielä kokonaisvaltaisemmin. Tähän kuuluisi tiivis yhteistyö esimerkiksi perhetyön ja neuvolatoiminnan kanssa. Muutamissa kunnissa yhteistyötä on jo aloitettu, mutta mielestämme sen pitäisi olla suunnitelmallisempaa sekä tavoitteellisempaa, jotta sen avulla pystyttäisiin tukemaan perheitä erilaisten haasteiden kanssa. Perhetyön kanssa tehtävän yhteistyön avulla voisi mielestämme ehkäistä ongelmien kasautumista sekä etenemistä. Esimerkiksi lisäämällä henkilökunnan tietoisuutta erilaisista palvelupoluista, voisi asiakkaita helpottaa avun piiriin hakeutumisessa. Lisäksi jos perhetyön työntekijä kävisi säännöllisesti avoimessa varhaiskasvatuksessa, voisi ongelmien esille tulemistä sekä avun perille saamista mahdollisesti nopeuttaa. Vanhempi voisi saada vanhemmuuteensa tukea avoimessa varhaiskasvatuksessa paremmin, jos yhteistyö perhetyön kanssa olisi suunniteltua sekä säännöllistä.

Koemme saavamme tukea kehitysideallemme varhaiskasvatuslaista, jonka mukaan esimerkiksi sosionomi tulee jatkossa toimimaan varhaiskasvatuksessa nimikkeellä varhaiskasvatuksen sosionomi. Nimikkeen muutoksella nostetaan mielestämme esille sosionomin ammattitaidon tärkeyttä. Sosionomilla on laajaa tietämystä erilaisista perheiden tukimuodoista, ja avoimessa varhaiskasvatuksessa tämän osaamisen hyödyntäminen mahdollistaisi perheiden kokonaisvaltaisemman tukemisen.

Avointa varhaiskasvatustoimintaa on tutkittu vielä melko vähän. Tukea ajatuksellemme löytyi kuitenkin esimerkiksi Vanhemmuutta tukemassa -hankkeesta sekä Hitsalan (2008) tekemästä pro gradu tutkielmasta.

Vanhemmuutta tukemassa -hankkeessa (Lammi-Taskula & Varis 2001) haastateltiin neuvolan ja varhaiskasvatuksen työntekijöitä. Tutkimustulos oli se, että vanhempainryhmiä tulisi toteuttaa enemmän molemmissa paikoissa, koska vanhemmille tarkoitetut ryhmät koettiin parhaana tukimuotona perheille. (Kekkonen 2004, 15.) Tutkimustulos oli täysin samansuuntainen saamiemme palautteiden kanssa, jossa myös vertaistuki nousi merkittävään asemaan.

Hitsala (2008) haastatteli tutkielmassaan avoimen päiväkodin kävijöitä. Etenkin vertaisryhmien kävijät kertoivat, että ryhmä tuo heille voimaantumisen kokemuksia. (Hitsala 2008.) Näin ollen Hitsalan tutkielma oli myös samassa linjassa päätelmiemme kanssa.

Vertaistuki nousee merkitykselliseksi voimavaraksi vanhemmuudessa. Vertaistuen voimaannuttava vaikutus auttaa vanhempia jaksamaan, mikä vaikuttaa suorasti myös lapsen tasapainoiseen kasvuun sekä kehitykseen. Avoimella varhaiskasvatuksella olisi mahdollisuus tehostaa juuri vertaistuen saamista ja näin tukea vanhempia arjen haasteissa.

Monia perhetyön kehittämishankkeita varhaiskasvatuksessa on tehty 2000-luvun alkupuolella. Silloin on jo huomattu, kuinka perhetyön tuki varhaiskasvatuksessa on todella tärkeitä. Näiden tutkimusten pohjalta alettiin myös tekemään uutta varhaiskasvatustakia, joka lopulta tuli vuonna 2018. Sosiaali- ja terveysministeriö yhdessä SOCCA:n kanssa tekivät selvityksen vuonna 2007 avoimen varhaiskasvatuksen kehittämisestä (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008).

9 Projektin tavoitteiden saavuttaminen ja arviointi

Mielestämme pystyimme rakentamaan sellaisen toimintamuodon, jonka avulla on mahdollista auttaa vanhempia tukemaan lastensa siirtymistä varhaiskasvatukseen sekä tukea siellä toimimista. Nostamalla esille teoretietoa sekä käytännön esimerkkejä, oli mahdollista herätellä vanhemmat ajattelemaan lapsen varhaiskasvatuksessa toimimista monipuolisemmin. Vanhemmilta saatu palaute tukee myös tätä ajatusta, koska he kertoivat saaneensa vinkkejä varhaiskasvatuksen aloitukseen sekä henkilökunnan kanssa toimimiseen.

Tavoitteiden saavuttaminen oli mielestämme mahdollista suunnitelmallisen toiminnan sekä dialogisen kohtaamisen avulla muodostetun keskusteluilmapiiirin avulla. Lisäksi toimintakertojen leikit tukivat tavoitteisiin pääsemistä, koska niiden avulla teoretietoa oli mahdollista kokeilla käytännössä. Teimme myös näkyväksi teoriaa tukevia, vanhempien ja lasten välisessä vuorovaikutuksessa huomaamiamme asioita. Pyrimme myös antamaan vanhemmille positiivista palautetta heidän hyviä toimintamallejaan kohtaan.

Vanhempien aktiivisuus myös vaikutti tavoitteisiin pääsemiseen, koska aktiivisen keskustelemisen avulla pystyimme käsittelemään asioita monipuolisemmin. Vanhempien aktiivisuuteen varmasti vaikutti myös se, että he olivat tuttuja jo entuudestaan. Vauva2treffit-ryhmä oli koontunut jo useamman kuukauden ajan, joten vanhemmat olivat ehtineet tutustumaan toisiinsa ja näin vaikeista tai henkilökohtaisista asioistakin keskusteleminen oli mahdollista. Jos vanhemmat eivät olisi olleet tuttuja keskenään, emme mahdollisesti olisi päässeet näillä kolmella kerralla käsittelemään näin syvällisesti asioita.

PACE -asenteen osalta emme toimineet kokonaan suunnitelmamme mukaisesti. Vaikka käsite oli uusi, vanhemmilla tuntui olevan jo paljon käytännön osaamista asian tiimoilta ja päätimme, ettemme käsittele asiaa niin syvällisesti, kuin alun perin olimme suunnitelleet. Pystyimme mielestämme kuitenkin herättelemään vanhemmat ajattelemaan omaa vanhemmuuttaan ja näin lisäämään PACE-asenteen elementtejä arjen tilanteisiin.

Itseämme koskevat tavoitteet pystyimme täyttämään, koska toimimme yhdessä. Yksin olisi ollut mahdotonta huomioida vanhempia niin paljoa, mitä nyt pystyimme. Vastuualueiden jakaminen myös helpotti sekä selkeytti toimintaa. Mielestämme myös aktiivinen oman toiminnan reflektointi auttoi tavoitteisiin pääsemisessä. Arvioimme omaa toimintaamme jokaisen kerran jälkeen ja pyrimme kehittämään sitä niin, että se vastaisi ryhmän tarpeita parhaalla mahdollisella tavalla.

Mielestämme pystyimme saavuttamaan myös yhteistyökumppanimme asettaman tavoitteen, koska toimintamme keskittyi voimakkaasti vanhempien tukemiseen sekä lapsen kehityksen huomioimiseen. Koemme, että tällä toimintamuodolla olisi mahdollista myös huomioida vanhemmuuden haasteita sekä auttaa arjessa jaksamista.

Lähteet

Painetut

Aro, T. 2011a. Miten ymmärrämme itsesäätelyn. Teoksessa Aro, T. Laakso, M-L. (toim.). Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Porvoo: Bookwell, 10-19.

Aro, T. 2011b. Itsesäätelytaitojen kehitys ja biologinen perusta. Teoksessa Aro, T. Laakso, M-L. (toim.). Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Porvoo: Bookwell, 20-41.

Becker-Weidman, A. 2013. DDP aapinen. Hara, A. & Ritanen, L. Tampere: PT-kustannus.

Golding, K. 2014. Hoitava kiintymys. Lätti, E. Tampere: PT-kustannus.

Hakkarainen, P. & Brédikyté, M. 2013. Kehittävän leikkipedagogiikan perusteet. Majavesi: Kogni.

Hitsala, M. 2008. Avoin päiväkotikiintymys vanhemmuuden kontekstina. Lapin yliopisto. Pro gradu.

Hughes, D. 2011. Kiintymyskeskeinen vanhemmuus. Ritanen, L. Tampere: PT-kustannus.

Hughes, D. 2015. Kiintymyskeskeinen perheterapia. Palmgren, N. & Ritanen, L. Tampere: PT-kustannus.

Kalland, M. 2014. Vanhemman mentalisaatiokyky. Teoksessa Viinikka, A. (toim.). Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Tampere: Mannerheimin lastensuojeluliitto, 26-38.

Kalland, M. & Salo, S. 2014. Lapsen mentalisaatiokyky. Teoksessa Viinikka, A. (toim.). Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Tampere: Mannerheimin lastensuojeluliitto, 39-54.

Kanninen, K. & Sigfrids, A. 2012. Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin. Jyväskylä: PS-kustannus.

Kekkonen, M. 2004. Vanhemmuutta etsimässä ja tukemassa. Lapsi perheiden peruspalveluiden kehittäminen. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino.

Korhonen, A. & Sukula, S. 2000. Vauva-perhetyö. Jyväskylä: PS-kustannus.

Laakso, M-L. 2011. Vanhemman ja lapsen vuorovaikutuksen merkitys lapsen itsesäätelyn kehityksessä. Teoksessa Aro, T. Laakso, M-L. (toim.). Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Porvoo: Bookwell, 60-79.

Lehtinen, E. & Koivula, M. Leikki yhdistää lapsia ja aikuisia. 2017. Teoksessa Koivula, M. Siipainen, A. Errola-Pennanen, P. (toim.). Valloittava varhaiskasvatus, oppimista, osallisuutta ja hyvinvointia. Tampere: Vastapaino, 177-194.

Mattila, L. & Rantala, J. 2019. Mitä ihmettä? Opi ymmärtämään lapsesi mieltä. Helsinki: Gummerus.

Mikkonen, I. & Saarinen, A. 2018. Vertaistuki sosiaali- ja terveysalalla. Tallinna: Printon.

Morgan, A. 2008. Johdatus narratiiviseen terapiaan. Malinen, T. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino.

Mönkkönen, K. 2007. Vuorovaikutus. Helsinki: Edita.

Mäntymaa, M. & Puura, K. 2011. Varhainen vuorovaikutus ja aivojen kehitys. Teoksessa Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.). Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Helsinki: WSOY-pro, 17-28.

Pajulo, M. & Pyykkönen, N. 2011. Mentalisaatiokyky varhaisessa vanhemmuudessa. Teoksessa Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.). Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Helsinki: WSOY-pro, 71-94.

Pojjula, S. 2016. Lapsi ja kriisi. Helsinki: Kirjapaja.

Sajaniemi, N., Suhonen, E., Nislin, M. & Mäkelä, J. 2015. Stressin säätely. Jyväskylä: PS-kustannus.

Ståhlberg, L. 2019. Pienryhmäohjaajan opas. Jyväskylä: PS-kustannus.

Tapio, N., Seppänen, P., Hyppönen, T., Janhunen, T., Prusila, L., Salo, S., Toivanen, R. & Vilén, M. 2010. Parisuhde ja vanhemmuus. Teoksessa Vilén, M., Seppänen, P., Tapio, N. & Toivanen, R. (toim.). Kohtaamisia lapsiperheissä. Menetelmiä perhetyöhön. Helsinki: Kirjapaja, 101-168.

Varhaiskasvatuslaki 540/2018

Sähköiset

Sinkkonen, J. 2004. Kiintymyssuhdeteoria - tutkimuslöydöksistä käytännön sovellutuksiin. Pe-lastakaa lapset Ry. Luettu 6.3.2019. <https://www.terveyskirjasto.fi/xmedia/duo/duo94437.pdf>

Sosiaali ja terveystieteiden ministeriö. 2008. Leikkitoiminnasta avoimeen varhaiskasvatukseen. Luettu 12.8.2019. http://www.sosiaalitalous.fi/ep/tiedostot/Avoimet_varhaiskasvatuspalvelut_raportti.pdf

Varhaiskasvatussuunnitelma. 2019. Opetushallitus. Luettu 9.4.2019. https://www.oph.fi/download/179349_varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2016.pdf

Viinikka, A. 2016. Mitä vauva mieltii? Vanhempien mentaalisaatiokyvyn vahvistaminen. MLL. Luettu 6.3.2019. https://s3-eu-west-1.amazonaws.com/mlfi/prod/2017/08/04173656/Mit%C3%A4-vauva-mieltii_PDF.pdf

Välivaara, C. 2010. Ihmeet tapahtuvat arjessa. Pesäpuu. Luettu 6.3.2019. http://sijoitettu-lapsikoulussa.fi/wp-content/uploads/2014/04/traumatisoitunut_lapsi_varhaiskasvatuksessa.pdf

Kuviot

Kuvio 1: Huivit ja pallot.....	23
Kuvio 2: Lakana ja mahalauta.....	23
Kuvio 3: Marakasit.....	24
Kuvio 4: Kirjallisuutta toimintahetkillä.....	24

Liitteet

Liite 1: Työntekijän palautekysely	36
Liite 2: Vanhempien palautekysely	37
Liite 3: Toiminta kerroilla käytetyt leikit	38
Liite 4: Leikitään yhdessä - mainos.....	40

Liite 1: Työntekijän palautekysely

Työntekijän palautekysely

Kyselyyn vastaaminen on vapaaehtoista. Arvostaisimme kuitenkin kovasti, jos saisimme palautetta toiminnastamme. Pystyisimme hyödyntämään palautetta opinnäytetyömme arvioimisessa. Kysymyksiin voit vastata kyllä/ei ja mielellämme ottaisimme vastaan myös perustelut vastauksille.

1. Onko tämänkaltaiset vuorovaikutusleikkikerhot hyvä toimintamuoto avoimessa päiväkodissa?
2. Koitko, että ohjaamamme leikit ja keskustelut tukivat **vanhemmuutta**, kuten Vihdin varhaiskasvatus suunnitelmassa (2017) on laadittu?
3. Tukivatko mielestäsi vanhempien kanssa käydyt keskustelut **lapsen siirtymistä** kokopäiväiseen varhaiskasvatukseen?
4. Sopivatko valitut leikit mielestäsi vuorovaikutustaitojen kehityksen tukemiseen?
5. Oliko pitämässämme kerhossa jotain uutta, mitä ei ole aikaisemmin tarjottu avoimessa päiväkodissa?

Liite 2: Vanhempien palautekysely

Palautekysely vanhemmille

Kyselyyn vastaaminen on vapaaehtoista. Arvostaisimme kuitenkin kovasti, jos saisimme palautetta toiminnastamme. Pystyisimme hyödyntämään palautetta opinnäytetyömme arvioimisessa. Kysymyksiin voit vastata kyllä/ei ja mielellämme ottaisimme vastaan myös perustelut vastauksille.

1. Koetko saaneesi ryhmäkerroilta tukea lapsesi varhaiskasvatuksen aloitukseen? (Jos vastasit kyllä, niin minkälaista tukea koit saaneesi.)

2. Saitko lisävinkkejä vuorovaikutukseen lapsesi kanssa? (Jos vastasit kyllä, niin minkälaisia lisävinkkejä koit saaneesi.)

3. Onko mielestäsi tämänkaltaiset ryhmäkerrat tarpeellisia? (Jos vastasit kyllä, niin miksi koet nämä tarpeellisiksi)

4. Auttoivatko ryhmäkertojen keskustelut sinua ymmärtämään lapsesi sisäistä maailmaa paremmin? (Jos vastasit kyllä, niin miksi koet nämä tarpeellisiksi)

5. Tässä voit antaa palautetta opiskelijoiden toiminnasta, käsitellyistä aiheista, valituista leikeistä tms.

Liite 3: Toiminta kerroilla käytetyt leikit

Aloitus loru; Pulla lapsi - loru

Leivon leivon pulla lasta, (Lapsi makaa patjalla selällään ja vanhempi hieroo lapsen vatsaa.)

pulla lapsi on taikinasta.

Silmät sillä on rusinasta. (Kosketetaan varovasti lapsen silmiä.)

Korvat korpunkoppurasta. (Kosketetaan lapsen korvia.)

Nyt sen käännän, hui hai! (Käännetään lapsi mahalleen varovasti.)

Lopetus laulu; Suljen ihanan soittorasian - laulu

Suljen ihanan soittorasian, kierän lauluni kippuraan.

Muiston mukavan, taskuun taputan.

Siihen saakka, kun tavataan.

Kiitän, kumarran, niian, vilkutan.

Pian taas yhdessä lauletaan. Lallal lalala x3.

Ensimmäisen toimintakerran leikit:

Ensimmäisessä leikissä välineenä oli palloa. Aluksi äiti ja lapsi tutustuivat palloon vierittelemällä sitä toisilleen ja sitten äiti hieroi lasta pallon avulla.

Toisessa leikissä kosketimme ja nimesimme kehonosia. Vanhempi nimesi ensimmäiseksi omat kasvon piirteensä ja sen jälkeen lapsen. Aloitimme kehon osien nimeämisen kasvoista, koska ne ovat tutummat lapselle ja helpot nähdä.

Kolmas leikki tehtiin huiveilla. Vanhempi laittoi aluksi omat kasvonsa piiloon huivin alle ja lapsi sai ottaa huivin pois. Tämän jälkeen myös lapsi sai mennä piiloon huivin alle halutesaan. Näin tehtiin niin monta kertaa, kun lapset halusivat ja innostus pysyi yllä.

Toisen toimintakerran leikit:

Ensimmäinen leikki oli hernepussin pudotusta lapsen pään päältä. Vanhempi laittoi hernepussin lapsen pään tai mahan päälle ja lapsi yritti pudottaa sen. Leikki jatkui niin kauan kuin lapset olivat innostuneita.

Toisen leikin toteutimme mahalaudalla ja lakanalla kahdessa eri toimintapisteessä. Mahalaudalla lapsi laitettiin laudan päälle joko vatsalleen tai istumaan ja vanhempi liikutti lautaa. Lakanalla leikittäessä lapsi laitettiin lakanalle joko istumaan tai makaamaan ja lasta keinutettiin.

Kolmannen toimintakerran leikit:

Ensimmäisessä leikissä tanssimme vauvan kanssa. Aloitimme leikin patjalta niin, että lapsi oli selällään. Vanhempi auttoi lasta liikuttamaan itseään musiikin tahdissa. Laulun edetessä noustiin seisomaan, keinutettiin ja hyppytettiin lasta sylissä. Eteneminen tapahtui lapsen ehdoilla sen mukaan, mikä lapsesta tuntui mukavalta.

Seuraavaksi lapsi sai itse tutkia soittimia ja vanhempi oli lapsen tukena sekä apuna kokeilemassa ja tutkimassa. Lasten kokeillessa soittimia, lauloimme toivelauluja sekä tutumpia lastenlauluja yhdessä.

Liite 4: Leikitään yhdessä - mainos



40 (4

Leikitään yhdessä - vuorovaikutusleikkihetket

Tervetuloa Vauva2treffiläiset!
10.5, 17.5 ja 24.5
klo 9.30-11.30

Hetkillä leikimme yhdessä lapsen kanssa sellaisia vuorovaikutusleikkejä, joissa lapsi ja vanhempi pääsevät nauttimaan yhteisestä ajasta leikkien.

Esittelemme teille myös PACE-asenteen, jonka avulla lapsen kohtaaminen haastavissakin tilanteissa on helpompaa. PACE-asenne auttaa jo nyt monia kasvatuksen ammattilaisia ymmärtämään lapsia ja lapsen tunteita paremmin, joten sen avulla on mahdollista saada myös vanhemmille lisää keinoja lapsen ja erilaisten tilanteiden kohtaamiseen.

Olemme sosionomiopiskelijoita ja suoritamme opinnäytetyömme näiden toiminnallisten hetkien avulla. Jokaisella kerralla osallistujien on mahdollista vastata pieneen kyselyymme vuorovaikutusleikkihetkien onnistumisesta.

Tervetuloa nauttimaan hyvästä seurasta, vertaistuesta ja leikeistä kanssamme!

Aurinkoisin terveisin opiskelijat: Niina Jokinen ja Satu Nybäck

Nähdään!

