

Tanja Karkkola, Marjo Lassheikki & Riikka Sorri

0 – 3 VUOTIAAN LAPSEN PSYYKKISEN KEHITYKSEN TUKEMINEN

Ryhmätuokioiden järjestäminen Koskelan hyvinvointineuvolan esikkoryhmässä

0 – 3 VUOTIAAN LAPSEN PSYKKISEN KEHITYKSEN TUKEMINEN

Ryhmätuokioiden järjestäminen Koskelan hyvinvointineuvolan esikoryhmässä

Tanja Karkkola, Marjo Lassheikki & Riikka Sorri

Opinnäytetyö

Kevät 2014

Hoitotyön koulutusohjelma

Oulun ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu
Hoitotyön koulutusohjelma

Tekijät: Tanja Karkkola, Marjo Lassheikki & Riikka Sorri

Opinnäytetyön nimi: 0 – 3 vuotiaan lapsen psyykkisen kehityksen tukeminen
- ryhmätuokioiden järjestäminen Koskelan hyvinvointineuvolan esikkoryhmässä

Työn ohjaaja: Terttu Koskela

Työn valmistumislukukausi ja – vuosi: Kevät 2014

Sivumäärä: 48 + 15 liitesivua

Pohja hyvälle mielenterveydelle luodaan jo varhaislapsuudessa. Tuolloin vanhemmilla on merkittävä rooli lasten elämässä ja omilla toiminnoillaan he voivat vaikuttaa lapsen psyykkiseen kehitykseen.

Opinnäytetyönämme järjestimme kolme toiminnallista ryhmätuokiota ensimmäisen lapsen saaneille vanhemmille Oulun kaupungin Koskelan hyvinvointineuvolan Esikko-ryhmässä. Tuokioiden aiheet liittyivät 0 – 3 vuotiaan lapsen psyykkiseen kehitykseen. Esikko-ryhmälle tekemämme kyselyn perusteella tuokioiden pääaiheiksi valikoituivat itsetunto, temperamentti ja uhmaikä.

Projektin laatukriteereinä olivat asiakaslähtöisyys, mielenkiintoisuus ja asiasisällön hyödynnettävyys. Lyhyen aikavälin tavoitteena oli välittää vanhemmille tietoa lapsen psyykkisestä kehityksestä. Tavoitteena oli myös että perhetyöntekijä voi hyödyntää aihetta työssään. Pitkän aikavälin tavoitteena oli ennaltaehkäistä tuokioihin osallistuneiden vanhempien lasten mielenterveysongelmia.

Kirjallisen palautteen perusteella tuokioiden sisältöihin ja toteutuksiin sekä vanhemmat että perhetyöntekijä olivat tyytyväisiä. Vanhemmat kokivat saaneensa uutta tietoa aiheisiin liittyen ja suosittelevat muitakin vanhempia osallistumaan vastaavanlaisiin tuokioihin. Perhetyöntekijä koki voivansa hyödyntää aiheiden asiasisältöjä työssään. Laatutavoitteemme ja lyhyen aikavälin tavoitteemme toteutuivat.

Jatkokehitysehdotuksemme on tuottaa hyvinvointineuvolan työntekijöiden tarpeisiin kirjallinen vertaisryhmämalli lapsen psyykkisen kehityksen tukemisesta, jotta psyykkisen kehityksen tuokioita pidettäisiin järjestelmällisesti useille ryhmille.

Asiasanat: mielenterveys, psyykinen kehitys, varhaislapsuus, vanhemmuus, varhainen vuorovaikutus

ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences
Degree programme in Nursing, option of Nursing

Authors: Tanja Karkkola, Marjo Lassheikki & Riikka Sorri

Title of thesis: Support of 0-3 year old child's mental health- group events in Koskela wellbeing mother-child clinic

Supervisor: Terttu Koskela

Term and year when the thesis was submitted: Spring 2014

Number of pages: 48+ 15 appendix pages

First three years of life form basis for child's mental health. Early interaction between parents and child has effects on child's self-esteem and the way how child manages with his/her own feelings for example during the negative age. Our idea for thesis was to prevent mental problems by telling parents how their upbringing influences on child's mental development.

The aim of the study was to plan and organise functional events for parents who have had their first child. These three events we planned and organised in Koskela wellbeing mother-child clinic. Themes for events, self-esteem, temperament and negative age, was chosen by the parents in Esikko-group.

Each event started with informative part of the theme. Then we discussed together about the things which appeared in informative part of the event. Every time we had a small activity part. For the first time it was to dance and play to the music, second time it was playing with temperament cards and third time we kept a little drama.

We got great feedback from parents and family worker. All parents were pleased with the execution and length of events and they also got some new information of how to support their child's mental development as parents. The family worker found that she can utilize themes of events on her job.

For further study we suggest to create a model for a parent group so that these kinds of groups would be organise more regularly for several groups of parents.

Keywords: mental health, mental development, early childhood, parenthood, early interaction

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ	3
ABSTRACT.....	4
1 PROJEKTIN TAUSTA JA TAVOITTEET	7
2 PROJEKTIN SUUNNITTELU JA LAATUKRITEERIT	10
2.1 Projektin suunnittelu	10
2.2 Projektioorganisaatio	10
2.3 Laatuksiteerit.....	11
3 0 – 3 – VUOTIAAN PSYKKISEN KEHITYKSEN TUKEMINEN	12
3.1 0 – 3 vuotiaan psyykinen kehitys	12
3.1.1 Varhaislapsuuden kehitystehtävät.....	12
3.1.2 Minän kehittyminen.....	13
3.1.3 Uhmaikä	14
3.2 Vanhemmat 0-3 vuotiaan psyykkisen kehityksen tukena.....	15
3.2.1 Varhainen vuorovaikutus ja kiintymyssuhde	15
3.2.2 Vanhempien asenteet ja kasvatusmenetelmät	17
4 TUOKIOIDEN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS.....	19
4.1 Aiheen ideointi ja projektin aikataulu.....	19
4.2 Ryhmänohjaus.....	22
4.3 0 – 3-vuotiaan itsetunnon tukeminen – 1. ryhmätuokio.....	24
4.3.1 Suunnittelu	24
4.3.2 Toteutus	28
4.4 Temperamentti – 2. ryhmätuokio	29
4.4.1 Tuokion suunnittelu	29
4.4.2 Tuokion toteutus.....	33
4.5 Uhmaikä – 3. ryhmätuokio	34
4.5.1 Suunnittelu	34
4.5.2 Toteutus	35
5 PROJEKTIN PÄÄTTÄMINEN JA ARVIOINTI.....	37
5.1 Laatuksiteerit ja laatuksitavoittees.....	37
5.2 Projektin riskit ja budjetti	38
5.3 Projektin rahoitus.....	39

6 POHDINTA	41
LÄHTEET	43
LIITTEET	49

1 PROJEKTIN TAUSTA JA TAVOITTEET

Mielenterveydestä ei ole olemassa yhtä ainoaa tai oikeaa määritelmää. Sen voidaan ajatella olevan mielenterveyden häiriöiden tai mielisairauksien puuttumista, mutta myös osa kansanterveyttä ja positiivinen voimavara, jolla on suuri merkitys yksilölliseen elämänlaatuun ja myös koko yhteiskunnan hyvinvointiin. (Friis, Eirola & Mannonen 2004, 31 – 32.) Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen (THL) määritelmän mukaan mielenterveys on ihmisen persoonallisen kasvun ja kehityksen myötä koko elämän ajan muuttuva hyvinvoinnin tila (2013, hakupäivä 1.7.2013).

Mielenterveysongelmien taustalla on todettu olevan geneettisiä eli perinnöllisiä tekijöitä, mutta myös yksilön kehityksellä ja ympäristötekijöillä on merkittävä ja useasti myös ratkaiseva vaikutus yksilön sairastumiseen, sairastumisajankohtaan, oirekuvaan ja häiriön ennusteeseen. (Lehtonen & Lönnqvist 2011, hakupäivä 14.7.2013). Mielenterveysongelmat vaikuttavat koko yhteiskuntaan ja näin ollen on loogista, että mielenterveyden edistäminen on koko yhteiskunnan vastuulla. (Soulander & Aronen 2011, hakupäivä 15.7.2013; Friis ym. 2004, 8). Erityisesti lasten turvallisen kasvun edistäminen on yhteiskuntapoliittisesti keskeistä ja kannattavaa, sillä heihin kohdistuvilla toiminnoilla voidaan vaikuttaa tulevaisuuteen ja heidän hyvinvoinnin lisääntyminen kohentaa myös muiden hyvinvointia (Friis ym. 2004, 13).

Lasten terveys eli **Late - tutkimuksen** mukaan suomalaislasten terveydentila on yleisesti ajateltuna hyvä ja lapset sekä lapsiperheet ovat pääasiassa hyvinvoivia (Hakulinen-Viitanen, Kaikkonen, Koponen, Laatikainen, Mäki, Ovaskainen, Sippola, & Virtanen. 2010, 6). Lapsiperheellä tarkoitetaan perhettä, jossa on vähintään yksi alle 18-vuotias lapsi (Tilastokeskus 2013, hakupäivä 3.2.2014). Late - tutkimuksessa tehdyissä terveystarkastuksissa noin 5 – 15 %:ssa terveydenhoitajalla oli herännyt vähintään lievä huoli lapsen hyvinvoinnista tai terveydentilasta. Puoli- ja yksivuotiaiden lasten ja heidän vanhempien välisen vuorovaikutuksen terveydenhoitajat arvioivat olevan pääasiallisesti hyvin toimivaa, mutta tälläkin osa-alueella 5 - 6 %:ssa tapauksista heillä oli herännyt jonkinasteinen huoli. (Hakulinen- Viitanen ym. 2010, 6 – 7, 49.)

Vanhemmukseen liittyy useita eri rooleja. Vanhemmat toimivat elämän opettajina, ihmissuhdeosaajina, rakkauden antajina, rajojen asettajina sekä huoltajina. (Varsinais-Suomen Lastensuojelukuntayhtymä 2013, hakupäivä 23.2.2014.) Rooleihin liittyy lain tuomia edellytyksiä, mutta myös lapsen kehitykseen ja arkielämän tarpeisiin liittyviä asioita. Lastensuojelulain mukaan vanhemmat tai muut huoltajat ovat ensisijaisesti vastuussa lapsen hyvinvoinnista ja heidän tulee turvata lap-

selle hyvinvoinnin lisäksi ja tasapainoinen kehitys. Laissa määritellään myös, että lasten ja perheiden kanssa toimivien viranomaisten täytyy tukea vanhempia ja huoltajia kasvatuksessa sekä pyrkiä tarjoamaan perheelle tukea mahdollisimman varhain, kun tuen tarve havaitaan. (Lastensuojelulaki 13.4.2007/417 1:2§.)

Hyvinvointineuvolat ovat erikoistuneet ennalta ehkäisevään lastensuojeluun. Niiden tehtävänä on tunnistaa ja ennaltaehkäistä jo äidin raskausaikana ja pikkulapsivaiheessa riskitekijöitä, jotka voivat uhata lapsen normaalia psykososiaalista kehitystä. (Sosiaaliportti 2013, hakupäivä 14.2.2013.) Hyvinvointineuvola toimii perheen hyvinvointia tukevasti ja ennaltaehkäisevästi perheen omia voimavaroja vahvistaen. Hyvinvointineuvolassa toimii moniammatillinen työryhmä. Perhe pääsee hyvinvointineuvolan palvelujen piiriin jos perhe itse kokee tuen tarvetta tai tarve tulee esille esimerkiksi keskusteluissa neuvolan terveydenhoitajan kanssa. (Ahlsten 2012, 32–33.)

Viranomaisverkostojen **vanhemmuuden tukeminen** on muodostunut yhä tärkeämmäksi viime vuosina, sillä vanhempien epätietoisuus, epävarmuus ja riittämättömyys kasvattajana toimimisessa ovat lisääntyneet ja vanhempien tukemattomuus voi vaarantaa lapsen psyykkisen kehityksen (Kuukasjärvi 2011, 22 – 23, hakupäivä 14.2.2013; Puustjärvi 2013, hakupäivä 14.2.2013). Vanhemmuuden tukemisella pyritään parantamaan sekä vanhempien tapoja olla yhteydessä lapsiin-sa että heidän omaa kykyä pitää huolta itsestään ja rajoistaan. Yksi keskeisimmistä tavoitteista vanhemmuuden tukemisessa on saada vanhemmat näkemään omat mahdollisuutensa vaikuttaa lastensa hyvinvointiin, tunnistamaan heidän tarpeensa ja vastaamaan niihin. Vanhempien on vaikeaa löytää toimivia selviytymiskeinoja ongelmatilanteissa ja näin ollen he kokevat tarvitsevansa tukea vanhemmuuteen. Neuvolassa toteutetusta tutkimuksesta käy ilmi, että vanhemmat itse toivovat, että heitä tuetaan antamalla tietoa, tunnetukea, käytännön apua ja vertaistukea. (Kuukasjärvi 2011, 22 – 24.)

Opinnäytetyönämme teimme tuotekehitysprojektin, jonka lopputuloksena toteutimme kolme toiminnallista ryhmätuokiota Oulun Koskelan hyvinvointineuvolan Esikko-ryhmässä, joka on tarkoitettu ensimmäisen lapsen saaneille vanhemmille ja heidän esikoisilleen. Tuokioihin valikoidut teemat olivat itsetunnon tukeminen, temperamentti ja uhmaikä.

Konkreettinen tulostavoitteemme oli suunnitella ja järjestää hyvinvointineuvolaan kolme vanhempainryhmätuokiota, joissa käsitellään 0 – 3-vuotiaan lapsen psyykkisen kehityksen osa-alueita ja keinoja, joilla vanhemmat voivat kasvattajana tukea lapsensa psyykkistä kehitystä. Jär-

jestämässämme kolmessa eri ryhmätuokiossa oli tarkoitus olla jokaisessa eri teema. **Laatutavoitteenamme** oli tehdä ryhmätuokiosta asiakaslähtöisiä, vuorovaikutuksellisia ja asiasisällöltään asiantuntevaa ja luotettavaa.

Lyhyen aikavälin tavoitteenamme oli, että Esikko-ryhmän vanhemmat osallistuvat tuokioihin ja saavat niissä tietoa 0 – 3 vuotiaan psyykkisestä kehityksestä sekä sen tukemisesta. Tavoitteenamme oli myös, että sekä vanhemmat että perhetyöntekijä ovat tyytyväisiä tuokioiden sisältöihin ja toteutukseen sekä pitävät tuokioita mielenkiintoisina, sopivan pituisina ja ajatuksia herättävinä. Tavoitteena oli myös, että vanhemmat ja hyvinvointineuvolan työntekijä osallistuvat keskusteluun ja pystymme antamaan vanhemmille keinoja 0 – 3 vuotiaan lapsen psyykkisen kehityksen tukemiseen. Hyvinvointineuvolan työntekijälle asettamamme tavoite oli, että hän kykenee hyödyntämään projektistamme saamaansa tietoa ja aihetta työssään.

Pitkän aikavälin tavoitteena projektistamme hyötyvät tuokioihin osallistuneiden vanhempien lapset siten, että hyvä varhaislapsuuden psyykinen kehitys luo heille mielenterveyttä suojaavan tekijän, josta on hyötyä läpi elämän.

Oppimistavoitteenamme oli lisätä kehittämisosaamistamme, saada kokemusta projektityöskentelystä ja ryhmän vetämisestä sekä kehittyä teorian tiedon omaksumisessa ja tiedon soveltamisessa. Lisäksi halusimme projektin tekemisen myötä kehittää yhteistyötaitojamme ja kyetä työskentelemään paineen alla. Tavoitteenamme oli myös luoda uusia työelämän kontakteja.

2 PROJEKTIN SUUNNITTELU JA LAATUKRITEERIT

2.1 Projektin suunnittelu

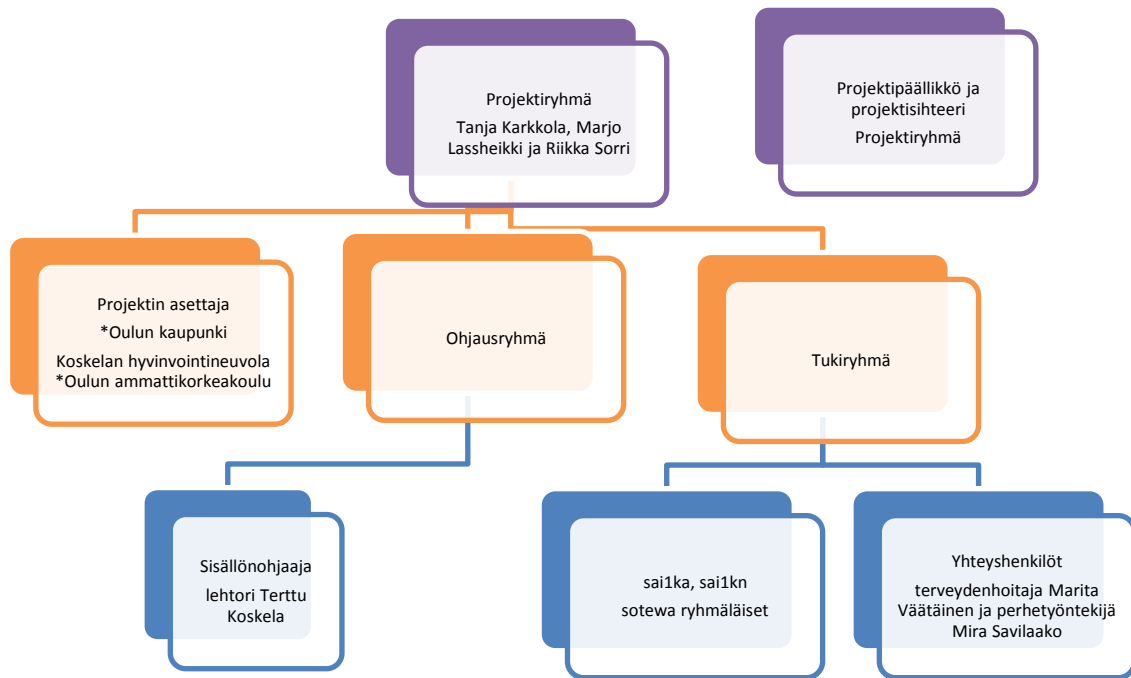
Projektin suunnittelussa on omat haasteensa, koska kohteena on työkokonaisuus, johon ei ole valmiita malliratkaisuja eikä lopputulos ole suunnitteluvaiheessa hahmottunut. Usein lopputuloksen sisällölliset ratkaisut täsmentyvät työn edetessä eikä niitä voi alkuvaiheessa tarkasti suunnitella. Projektisuunnitelman tarkoituksena on helpottaa projektin loppuun viemistä. Projektisuunnitelmassa kuvataan projektin läpivientiä ja sen on tarkoitus toimia seurannan ja valvonnan välineenä. Onnistunut projektisuunnitelma luo hyvän pohjan projektin onnistumiselle. (Ruuska 2006, 97–98.)

2.2 Projektioorganisaatio

Kuviossa 1 kuvataan projektioorganisaatiomme. Projektiryhmään kuuluivat Oulun seudun ammattikorkeakoulun sairaanhoitajaopiskelijat Tanja Karkkola, Marjo Lassheikki ja Riikka Sorri. Projektipäällikkönä sekä projektisihteerinä toimi projektiryhmä. Projektipäällikön asemaan emme valinneet yhtä tiettyä henkilöä vaan päätimme yhdessä työryhmänä jakaa projektipäällikön sekä projektisihteerin tehtävät. Olimme siis yhteisvastuullisia projektin onnistumisesta, projektisuunnitelman laatimisesta, työskentelystä, yhteyshenkilönä toimimisesta, projektin loppuun saattamisesta ja koko kokonaisuudesta.

Projektimme asettajana oli Oulun kaupungin Koskelan hyvinvointineuvola, jonka henkilökunnasta terveydenhoitaja Marita Väätäinen ja perhetyöntekijä Mira Savilaakso olivat mukana projektissa. He toimivat tukiryhmän roolissa neuvonantajina sekä yhteyshenkilöinä. Tukiryhmään kuuluivat myös opiskelijaryhmät Sai1ka ja Sai1kn sekä Sotewa 1 ja 2 - tukea opinnäytetyöhön ryhmät.

Ohjausryhmään kuului lastenhoitotyön lehtori Terttu Koskela, joka toimi opinnäytetyömme sisälönohjaajana. Lisäksi projektin alkuvaiheessa ohjausryhmään kuului lasten, nuorten ja perheiden kehittämisohjelman koordinaattori yliopettaja Hilka Honkanen, joka auttoi meitä järjestämään projektillämme yhteistyökumppanin.



KUVIO 1. Projektioorganisaatio

2.3 Laatuksiteerit

Laatukriteerit (liite 1) projektillämme olivat asiakaslähtöisyys, asiasisällön hyödynnettävyys ja vanhemmuuden tukeminen. Asiakaslähtöisyyteen panostimme sopimalla ennakkoon tuokioiden kohderyhmän ja ottamalla tuokioiden aiheita valitessamme huomioon kohderyhmän toiveet kysymällä niistä ennakkoon suunnitellulla kirjallisella kyselylomakkeella (liite 2). Asiakaslähtöisyyden huomioimme lisäksi niin, että huolehdimme että esitys oli mielenkiintoinen ja keskustelua herättävä.

Toisena laatukriteerinä halusimme, että asiasisältö on hyödynnettävissä. Hyvinvointineuvolan työntekijä osallistuu ryhmätuokioihin. Näin hän voi hyödyntää ryhmätuokioissa saamaansa tietoa työssään.

Kolmannen laatukriteerimme vanhemmuuden tukemisen huomioimme siten, että välitimme asiantuntevaa ja ajankohtaista tietoa vanhemmille lapsen itsetunnon tukemisesta, temperamentin vaikutuksesta ja uhmaikästä. Tarkoituksenamme oli antaa tietoa vanhemmille heidän oman toiminnan vaikutuksista lapsen psyykkiseen kehitykseen ja antaa tietoa siitä minkälaista on psyykkistä kasvua tukeva vuorovaikutus. Yksi osa vanhemmuuden tukemisesta on välittää faktatietoa hyvin-

vointineuvolan työntekijälle ja vanhempainryhmään osallistuville vanhemmille lasten psyykkisen kehityksen vaikutuksesta mielenterveysongelmiin.

3 0 – 3 – VUOTIAAN PSYKKISEN KEHITYKSEN TUKEMINEN

3.1 0 – 3 vuotiaan psyykinen kehitys

Pikkuvauvatutkimuksen mukaan pohja hyvälle myöhemmälle kasvulle ja kehitykselle luodaan jo varhaislapsuudessa eli lapsen ensimmäisten ikävuosien aikana (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2014, hakupäivä 24.2.2014). Varhaiset elinvuodet ovat aivojen kiihkeintä kasvuaikaa ja 0 – 3 – vuotiaan psyykkisessä kehityksessä onkin pohjimmiltaan kyse aivojen toiminnan kehittymisestä (Hermanson 2012, hakupäivä 15.7.2013). Etenkin varhaisilla vuorovaikutuskokemuksilla on todettu olevan suuri merkitys aivojen kehitykselle (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2013, 15.7.2013). Jäädessään toistuvasti liian pitkäksi aikaa negatiivisten tunteiden valtaan vauvan kypsyttämättömien aivojen biokemiaan tulee muutoksia ja aivoihin voidaan aiheuttaa jopa pysyviä vaurioita (Sinkkonen 2006, 68 – 69).

3.1.1 Varhaislapsuuden kehitystehtävät

Psykologi ja psykoanalytikko Erik H. Eriksonin (1902–1994) kehitysteorian mukaan ensimmäisen ikävuoden aikana lapsen kehitystehtävänä on saavuttaa luottamus vanhempiinsa ja hoitajiinsa. (Aaltonen, Ojanen, Sivén, Vihunen & Vilén 2003, 145). Mikäli lapsi saavuttaa luottamuksen, rakentuu hänelle perusturvallisuuden ja -luottamuksen tunne, joiden ansiosta hän tulevaisuudessaakin kykenee luottamaan muihin ihmisiin. Perusluottamuksen saavuttaminen on myös pohja hyvän itsetunnon ja empatiakyvyn kehittymiselle. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2013, 15.7.2013.) Mikäli perusluottamus jää saavuttamatta, vaikuttaa se Eriksonin mukaan lapsen tulevaisuuteen siten, että hänellä on vaikeuksia luottaa itseensä, muihin ihmisiin ja tulevaisuuteensa eikä hän kykene ratkaisemaan seuraavaakaan kehitystehtävää (Vilkko - Riihelä 1999, 254; Aaltonen ym. 2003,145). Varhaislapsuuden toinen kehitystehtävä liittyy itsenäistymiseen ja sen ratkaiseminen ajoittuu samaan vaiheeseen kuin uhmaikä. Mikäli lapsi epäonnistuu itsenäistymisessä, alkaa hän epäillä omia kykyjään ja tuntee häpeää. Kehitystehtävän ratkaisuun vaikuttavat vanhempien kasvatusmenetelmät. (Aaltonen ym. 2003, 146.)

3.1.2 Minän kehittyminen

Psykoanalytikko ja psykiatri Daniel Sternin mukaan lapsella on aistimuksia omasta minuudesta jo paljon ennen varsinaista minätietoisuutta. Saavuttaakseen minuuden lapsen täytyy kuitenkin käydä läpi erilaisia vaiheita kolmen ensimmäisen ikävuoden aikana. (Aaltonen ym. 2003, 152.) Psykkisen kehityksen kannalta minän kehittyminen on merkittävää, sillä prosessin aikana lapsi alkaa harjoitella psyykkisiä säätelykeinoja, kuten itsensä rajoittamista, rauhoittamista ja kannustamista. Näiden keinojen omaksuminen toimii pohjana muun muassa omantunnon kehittymiselle. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2013, hakupäivä 21.11.2013.)

Minuuden kehittyminen alkaa äidistä eriytymällä ja kehonkaavan muodostumisella ensimmäisen ikävuoden aikana. Vaiheen lopussa lapsi erottaa läheiset ihmiset muista ja näyttää sen hymyilemällä heille ja vierastamalla tuntemattomia. Tämän jälkeen lapsi alkaa harjoitella olemaan psyykkisesti erillään hoitajastaan. Merkittävintä tässä vaiheessa on ryömimään oppiminen, sillä se tarjoaa lapselle ensimmäistä kertaa mahdollisuuden tutustua ympäristöönsä itsenäisesti uudesta näkökulmasta. (Alfvén & Hofsten 2012, 39.) Tässä vaiheessa lapsi ei ole vielä täysin eriytynyt hoitajastaan ja näin ollen hän kuvittelee, että hoitaja voi pelastaa hänet mistä tilanteesta tahansa. Vielä olemassa oleva riippuvuus hoitajaan näkyy niin sanottuna turvallisuuden tankkaamisena. Lapsi liikkuu itsenäisesti ympäristössään, mutta käy välillä hakemassa hoitajaltansa turvaa ja hellyyttä. (Aaltonen ym. 2003, 148 – 149.)

Pikkuhiljaa lapsi kuitenkin oivaltaa entistä paremmin olevansa erillinen olento hoitajansa kanssa. Hän alkaa pelätä hoitajansa menettämistä kokien eroahdistusta, mikä ilmenee outojen ihmisten entistä voimakkaampana vierastamisena ja hoitajansa alituisena seuraamisena. Lapsi haluaa, että hoitaja on paikalla aina kun tapahtuu jotain uutta. Tämän lähestymiskriisin vuoksi lapsi pystyy kokeilemaan erilaisia tuntemuksiaan ja voi oppia ratkaisemaan eroahdistuksen aiheuttamia tunteita. Mikäli eroahdistus on kuitenkin liian voimakasta voi se johtaa riippuvuuteen tai eristäytymiseen suhteessa muihin ihmisiin. (Aaltonen ym. 2003, 149 – 150.)

Prosessin loppuvaiheessa lapsi ymmärtää, että tunnekohte on pysyvä vaikka hän ei ole välttämättä fyysisesti läsnä. Hän oppii myös hyväksymään, että samaan ihmiseen, esimerkiksi häneen itseensä tai hänen hoitajaansa, voi liittyä sekä hyviä että huonoja puolia. Myös kieltojen ja torujen vastaanottaminen on tässä vaiheessa mahdollista. Prosessin lopputulos on, että lapsi hyväksyy ensisijaisen hoitajansa itsestään erilliseksi yksilöksi ja näin ollen hänelle muodostuu itsestään

suhteellisen pysyvä minäkuva, joka kuitenkin jatkaa muokkautumistaan läpi koko hänen elämänsä. (Aaltonen ym. 2003, 149 – 150.)

3.1.3 Uhmaikä

Minän kehittymisen ohella lapsi kohtaa myös toisen tärkeän kehityksellisen haasteen, uhmaiän. Uhmaikää voidaan kutsua myös nimillä itsenäistymisikä, itsenäistymisvaihe ja oman tahdon opetelemisen ikä. Kutsuttiinpa sitä miksi tahansa, on se välttämätön ja hyvä asia lapsen kehityksessä, sillä sen tarkoituksena on vastata hänen tarpeisiin itsenäistyä ja hallita omaa erillisyyttään. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2013, hakupäivä 21.11.2013.) Itsenäistymisen lisäksi lapsi harjoittelee uhmaikässä myös rakkauden ilmaisemista (Alfvén & Hofsten 2012, 37–38).

Itsenäisyyttään ja itsensä hallintaa lapsi harjoittelee osoittamalla tottelemattomuutta ja käyttämällä ei-sanaa. Voimakkainta itsenäistyminen on kaikkein lähimmästä ihmissuhteesta, mikä näkyy lapsen käyttäytymisessä niin, että hän kiukuttelee eniten sille ihmiselle, jonka hän kokee kaikkein turvallisimmaksi. Siihen kuinka voimakkaasti lapsi ilmaisee suuttumisen ja pettymisen tunteita, vaikuttaa lapsen temperamentti. Jollakin lapsilla uhma voi myös mennä huomaamattomasti ohi, kun taas toisella voi olla kiukkukohtauksia päivittäin. Joillakin uhma voi purkautua muutaman kerran, mutta rajusti ja toisilla uhmavaihe voi laantua yltyen taas uudelleen. Mikäli lapsi ei koettele rajojaan ja uhmaa vanhempiaan lainkaan, voi tähän olla syynä liian jyrkkä kasvatus. Lapsi yrittää miellyttää vanhempiaan olemalla kiltti saadakseen heidän hyväksynnän ja rakkauden. Lapsen itsetunnon kehittymisen kannalta tilanne on lapselle haitallinen. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2013, hakupäivä 21.11.2013.)

Minän kehittymisen tavoin lapsen uhma kehittyy vaiheittain. Ennen jokaista kehitysvaihetta lapsen käyttäytyminen muuttuu ja lapsesta tulee tavallista vaativampi. Tätä kutsutaan valmistautumisvaiheeksi. Valmistautumisvaihetta seuraa kehitysvaihe, jonka jälkeen on päätösvaihe, jolloin lapsi on iloisempi ja rauhallisempi. (Alfvén & Hofsten 2012, 15, 23–25.)

3.2 Vanhemmat 0-3 vuotiaan psyykkisen kehityksen tukena

Perhe on lapsen kehityksen kannalta tärkein hänen myöhempään elämään vaikuttava tekijä, sillä varhaislapsuudessa lapsen lähin kehitysympäristö on yleensä koti ja lapsen ensisijainen hoitaja toinen vanhemmista (Friis ym. 2004, 17). Varhaislapsuuden aikaiset psyykkistä kehitystä tukevat ja myös vaarantavat tekijät voivat liittyä lapsen lisäksi vanhempaan tai heidän väliseen vuorovaikutussuhteeseen. Vanhemmuuteen liittyviä vaarantavia tekijöitä ovat muun muassa huonot vanhemmuuden kyvyt sekä vanhempien epäselvät ja ristiriitaiset kasvatusten menetelmät. (Savonlahti 2014, hakupäivä 20.2.2014; Aronen & Sourander 2011, 17.2.2014.) Haitallisimpia riskitekijöitä ovat kuitenkin vuorovaikutukseen liittyvät traumat, sillä ne aiheuttavat enemmän psyykkisiä häiriöitä kuin mikään muu psykologinen tai sosiaalinen tekijä lukuun ottamatta suoraa aivovammaa. Pahimmillaan negatiiviset kokemukset voivat aiheuttaa lapselle jopa pysyvän keskushermostovaurion. (Sinkkonen 2011, 75 – 76.)

3.2.1 Varhainen vuorovaikutus ja kiintymyssuhde

Varhaislapsuudessa, mielenterveyden kehityksen alkuvaiheessa, lapsen perustarpeisiin vastaamisen ja arkipäiväisten toistojen jatkuvuuden toteutuminen riittävän hyvässä vuorovaikutussuhteessa ovat välttämättömiä mielenterveydelle ja muokkaavat mielenterveyden ydintä (Lehtonen & Lönnqvist 2011, hakupäivä 14.7.2013). Ensimmäisen, pysyvän ja pitkäkestoisen vuorovaikutussuhteen lapsi yleensä muodostaa häntä ensisijaisesti hoitavaan aikuiseen, joka tavallisesti on jompikumpi vanhemmista. Tätä suhdetta kutsutaan *kiintymyssuhteeksi* ja sillä tarkoitetaan tunnesidettä, joka vahvistuu ja muotoutuu vanhemman ja lapsen yhteisissä arjen touhuissa saavuttaen pysyvän muotonsa kolmeen ikävuoteen mennessä. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2013, hakupäivä 15.7.2013; Aaltonen ym. 2003, 157.) Tunnetun kiintymyssuhdeteorian kehittäjän psykoanalytikko ja psykiatri John Bolwbyn (1907 – 1990) mukaan kiintymyssuhde muodostuu, koska lapsella on synnynnäinen kiintymys häntä hoivaaviin ihmisiin ja myös biologinen tarve kiintymyssuhteen kehittymiselle (Vilkko - Riihelä 1999,200; Saastamoinen 2010, 34).

Käytännössä Bolwbyn kehittelemä kiintymyssuhdeteoria on teoria varhaisen vuorovaikutuksen vaikutuksesta lapsen myöhempään elämänvaiheisiin (Saastamoinen 2010, 33). Varhaisella vuorovaikutuksella tarkoitetaan kaikkea lapsen ja vanhempien tai ensisijaisten huoltajien välistä yhdessä tekemistä, kokemista ja olemista lapsen syntymän jälkeisinä ensivuosina. Hyvään varhaiseen

vuorovaikutukseen kuuluvat lapsen kannalta pysyvät ihmissuhteet, toistuvat arkirutiinit, perustarpeiden tyydyttäminen, turvalliset rajat sekä rakkauden ja hyväksynnän osoittaminen. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2013, hakupäivä 15.7.2013.)

Varhaisen vuorovaikutuksen laadusta riippuen varhaislapsuuden kiintymyssuhde voi kehittyä laadultaan joko turvalliseksi tai turvattomaksi (Sinkkonen 2004, hakupäivä 9.7.2013; Rusanen 2011, 57). Lapsen kehityksen kannalta edullisinta on, että kiintymyssuhde muodostuu turvalliseksi ja näin käy silloin, kun varhainen vuorovaikutus on riittävän hyvää. Riittävän hyvässä vuorovaikutuksessa äiti oppii tulkitsemaan lapsensa viestejä, olemaan niille herkkä ja vastaamaan niihin oikein, myötätuntoisesti ja johdonmukaisesti. (Sinkkonen 2004, hakupäivä 9.7.2013; Mannerheimin lastensuojeluliitto 2013, hakupäivä 15.7.2013.) Tarpeisiin vastattaessa lasta tulee kuitenkin hoitaa vasta silloin kun hän itse ilmaisee hoidon tarvetta, sillä tällöin vauvalle kehittyy tunne, että hän hallitsee itseensä liittyviä asioita ja tämä edes auttaa itseluottamukseen liittyvän elämänhallinnan tunteen kehittymistä (Keltikangas – Järvinen, 2010, 127).

Turvallisessa kiintymyssuhteessa lapselle muodostuu perusta perusturvallisuuden ja – luottamuksen kokemukselle sekä mielikuva, että hän on hyvä, hänen tarpeensa ovat tärkeitä ja maailma on hyvä paikka (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2013, hakupäivä 15.7.2013). Näin ollen mielenrenteyttä suojaavan hyvän itsetunnon kehittyminenkin on riippuvainen varhaisen vuorovaikutuksen laadusta (Keltikangas – Järvinen 2010, 124).

Varhaislapsuudessa lapsen muisti on vasta kehitysvaiheessa, mutta siitä huolimatta silloin koetut asiat säilyvät selittämättöminä tunnelatauksina, jotka voivat aktivoitua myös tulevaisuudessa kehitysvaiheissa. Tämän vuoksi lapsi tarvitsee ensimmäisten elinvuosiensa aikana ensisijaista huoltajaa myös oppiakseen hallitsemaan voimakkaita tunnetilojaan (Sinkkonen 2006, 67.) Aikaisemmin todettiin, että voimakkaat tunnekokemukset liittyvät minän kehittymisen ja itsenäistymisen vaiheisiin, mutta psykoanalytikko ja psykiatri Daniel Sternin mukaan jo vauvaikäisen ensimmäiset kokemukset maailmasta ovat hyvin tunnepitoisia. Jotkut ärsykkeet saavat hänet itkemään tai pelkäämään, mutta muun muassa äidin kosketuksen ja läsnäolon vauva aistii turvallisuuden tunteena, mikä lievittää hänen stressiä (Walker 2004, 9). Vuodenikäisenä lapsi osaa jo tulkita toisten ilmeitä ja aistia heidän tunnetilojaan, joilla myös on vaikutusta hänen omaan tunnetilaansa. (Aaltonen ym. 2003, 148, 153.)

Kosketuksella on merkittävä osuus lapsen psyykkisessä kehityksessä myös siksi, että se edesauttaa lapsen kehonkaavan ja minän kehittymistä. Lapsi ei automaattisesti hahmota oman kehonsa rajoja vaan tarvitsee siihen koskettelua ja hyväilyä. Minän kehittymistä kosketus tukee siten, että se edesauttaa vanhempaa ja lasta muodostamaan kiintymyssuhteen, jonka tuoman turvallisuuden avulla lapsi uskaltaa pikku hiljaa tutustua uuteen, vieraaseen maailmaan sekä omaan minäänsä. (Aaltonen ym. 2003, 147 – 148; Walker 2004, 8 – 9.)

Lapsen ja vanhemman väliseen vuorovaikutussuhteeseen vaikuttavat monenlaiset tekijät, kuten vanhemman persoonallisuus, aiemmat elämän kokemukset, nykyinen elämäntilanne, muiden sisarusten tarpeet sekä oma ja vauvan terveydentila. Haasteen hyvän varhaisen vuorovaikutuksen toteutumiselle voivat asettaa myös vauvan ja äidin temperamentit. Tällöin molemminpuolinen tutustuminen voi viedä aikaa. Tämä ei kuitenkaan ole vaarallista, sillä suuresta painoarvosta huolimatta varhaisvuosien kokemukset eivät välttämättä leimaa loppuikään vaan asioiden tiedostamisella ja työstämisellä voidaan vaikuttaa kehittymiseen ja kasvuun läpi elämän. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2013, hakupäivä 15.7.2013.)

3.2.2 Vanhempien asenteet ja kasvatustapa

Varhaislapsuudessa vanhempien lapsiin kohdistuvat asenteet ja kasvatustapa vaikuttavat muun muassa mielenterveyttä suojaavan itsetunnon kehittymiseen (Lehtonen & Lönnqvist 2011, hakupäivä 14.7.2013). Vanhempien asenteiden merkitys ei kuitenkaan sinänsä ole suoranainen vaan asenteet ovat tekijöitä, jotka vaikuttavat kasvatukseen taustalla. Asenteiden lisäksi perheilmapiirillä on vaikutusta lapsen itsetuntoon. Ideaalinen perheilmapiiri lapselle on sellainen, jossa lapsen ja vanhemman välillä on kiinteät siteet ja jossa vanhemmat osoittavat aitoa kiinnostusta kaikissa lapseen liittyvissä asioissa. (Keltikangas – Järvinen 2010, 162 – 163, 167.)

Konkreettisten rajojen asettaminen kasvatuksessa luo lapselle turvaa ja auttaa lasta elämään ja toimimaan yhteistyössä muiden kanssa myös kodin ulkopuolella. Rajojen asettamisen tarkoitus on suojella lasta ja varmistaa hänen kokonaisvaltainen hyvinvointi. Rajoja tarvitaan myös, jotta lapsi voisi kasvaa itsenäiseksi ja tulla tietoiseksi omista ja muiden tarpeista. Rajojen asettamisen myötä lapsi pystyy muodostamaan totuudenmukaisen kuvan itsestään ja siitä mikä on hyväksyttävää. (Alfvén & Hofsten 2012, 49; Mannerheimin lastensuojeluliitto 2013, hakupäivä

21.11.2013.) Pikkulasten rajojen asettamisesta vastuu kuuluu kokonaan vanhemmille (Keltikangas – Järvinen 2010, 149).

Turvallisten rajojen lisäksi lasta tulee kohdella yksilöllisesti ja hänen tulee saada enemmän kiitosta arvostelun sijaan. Kiitosta lapsen tulisi saada mahdollisimman paljon. Kiittämisessä tulee kuitenkin kiinnittää huomiota siihen, että kehuaan ja kiitetään itse lasta eikä suoritusta. Kiittämisen lisäksi kasvatustieteiden pääpaino tulee olla rangaistuksien sijaan palkitsemisessa. (Keltikangas – Järvinen 2010, 132 – 134, 165, 168.)

Suhteessaan vanhempaan lapsi ”peilaa” itseään ja omaa osaamistaan seuraamalla vanhempien reaktioita. Vanhemmiltaan saamasta palautteesta eli niin sanotun peilisuhteen pohjalta lapselle rakentuu käsitys omasta itsestä, osaamisestaan ja hyvydestään. Tämän vuoksi vanhempien on syytä kiinnittää huomiota siihen, mitä he lapsistaan sanovat heidän kuullen, sillä lapsi myös käyttäytyy sen mukaan, millaisena muut häntä pitävät eikä sellaisena millaisena hän itse pitää itseään. (Keltikangas - Järvinen 2010, 153 – 155.)

4 TUOKIOIDEN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS

4.1 Aiheen ideointi ja projektin aikataulu

Opinnäytetyömme idea syntyi keväällä 2012, kun aloimme kehityspsykologian tunnilla keskustella mistä kukakin haluaisi tehdä opinnäytetyönsä. Keskustellessamme kävi ilmi, että meitä kaikkia kiinnosti mielenterveyden tukeminen mielenterveysongelmia ennaltaehkäisemällä ja kaikki halusivat ehdottomasti tehdä opinnäytetyönään projektin. Koska mielenterveyden kannalta ihmisen kolme ensimmäistä elinvuotta ovat todella tärkeitä, ajattelimme että perehdymme 0 – 3 -vuotiaan lapsen psyykkisen kehityksen tukemiseen ja valmistamme aiheesta oppaan. Idea alkoi tuntua entistä paremmalta, sillä myös lapset olivat lähellä meidän kaikkien sydäntä ja näin voimme edistää lasten hyvinvointia.

Opintojen kiireellisyydestä johtuen palasimme aiheeseen tammikuussa 2013, jolloin alkoi opinnäytetyön tietoperusta kurssi. Kurssin yhteydessä järjestetyssä ideointityöpajassa esitimme ideamme Koskelan hyvinvointineuvolan terveydenhoitaja Marita Väätäiselle, joka kiinnostui aiheestamme, mutta esitti toiveen, että pitäisimme aiheesta ryhmätuokiot hyvinvointineuvolassa. Halusimme työllämme ehdottomasti vastata työelämän tarpeisiin, joten suostuimme Maritan ehdotukseen ja sovimme hänen kanssaan tapaamisen sopiaksemme tarkemmin projektiimme liittyvistä yksityiskohdista ja aikataulusta. Tapaamisessa sovimme, että pidämme ryhmätuokiot Koskelan hyvinvointineuvolan Esikko-ryhmässä.

Ennen tuokioiden tarkempaa suunnittelua lähetimme Esikko-ryhmälle kyselyn (liite 2), jossa vanhemmat saivat seitsemästä eri psyykkiseen kehitykseen liittyvästä vaihtoehdosta valita kolme mieluisinta. Kysymällä heidän mielipidettään aiheista halusimme varmistaa, että suunnittelemamme tuokioiden sisällöt vastaavat tarvetta ja ovat mielenkiintoisia. Eniten kannatusta vaihtoehdoista saivat itsetunto, temperamentti ja uhmaikä, joten valitsimme ne tuokioiden aiheiksi.

Saatuamme kyselyn tulokset, sisällönohjaajamme Terttu Koskela auttoi meidät alkuun tietoperustan kokoamisessa. Tietoperustan kokoamisen toteutimme niin, että jokainen projektiryhmän jäsen haki tietoa tietystä aiheesta. Teoriatietoa etsimme kirjastosta ja internetistä. Aiheen rajaamista jouduimme miettimään hyvin tarkkaan ja myös rajaamiseen saimme apua sisällönohjaajaltamme. Kun tuokioihin liittyvä teoriatieto oli kerätty ja tiivistetty kokosimme tietoperustan yhteen. Tietoperustan kokoamisen yhteydessä keväällä 2013 kävimme Tutkimus- ja kehittämissovelluksien kurs-

sin, jonka aikana saimme myös projektisuunnitelmamme valmiiksi. Esitimme sekä tietoperustan että projektisuunnitelman samalla kertaa Sotewa 1 työpajassa 9.12.2013.

Tietoperustan kokoamisen aikana Esikko-ryhmän vetäjä oli vaihtunut ja näin ollen perhetyöntekijä Mira Savilaaksosta tuli uusi yhteyshenkilömme hyvinvointineuvolassa. Suunnitteluvaiheessa olimme säännöllisin väliajoin yhteydessä sähköpostilla Miraan ja näin varmistimme, että hän pysyy ajan tasalla projektimme edistymisestä. Syksyllä 2013 sovimme Miran kanssa tapaamisen, jossa kerroimme hänelle tuokioiden sisällöistä, päätimme tuokioiden ajankohdat sekä sovimme käytännön järjestelyistä. Tapaamisen aikana meille selvisi myös, että Esikko-ryhmään osallistuvat äidit lapsineen olivat vaihtuneet, mutta tästä huolimatta päätimme pitää entisten jäsenten valitsemat aiheet, sillä olimme jo niin hyvin perehtyneet niihin. Yhteistyösopimuksen (liite 3) Koskelan hyvinvointineuvolan kanssa kirjoitimme 17.12.2013 ja sovimme ryhmätuokioiden toteutus ajankohdaksi tammi-helmikuun.

Ryhmätuokioiden toteutuksen suunnittelun aloitimme joulukuussa 2013. Suunnittelu oli helppo toteuttaa, sillä olimme alusta asti melko varmoja ja yksimielisiä tuokioiden sisällöstä ja siitä, että haluamme tuokioiden olevan rentoja ja vuorovaikutteisia. Vuorovaikutteisuuden tukemiseksi päätimme esittää jokaisessa tuokiossa ennalta suunniteltuja aiheeseen liittyviä kysymyksiä ja tuokioiden miellyttävyyden takaamiseksi suunnitimme ottavamme jokaiseen tuokioon mukaan jonkinlaisen toiminnallisen osuuden. Visuaaliseksi havainnollistamiskeinoksi valitsimme joka tuokioon erikseen suunniteltavan Powerpoint-esityksen, johon kokosimme tärkeimmät asiat aiheisiin liittyen ikään kuin muistilistaksi itsellemme ja havainnollistaaksemme osallistujille aiheitamme myös näköhavainnon kautta.

Koska tuokioita oli kolme ja projektiryhmämme jäseniä sama määrä, sovimme että jokainen ottaa päävastuun yhdestä tuokion suunnittelusta ja toteutuksesta. Tuokiosta vastaavan jäsenen tehtävänä oli perehtyä aiheeseen muita syvemmin, valita teoriatiedon pohjalta olennaisimmat asiat ja valmistella sen pohjalta tuokion aiheeseen liittyvä Powerpoint-esitys. Tuokion aikana vastuhenkilön tehtävänä oli toimia aiheen asiantuntijana ja ohjata tuokion etenemistä ja sen aikana käytävää keskustelua. Tuokioihin liittyvät ohjaussuunnitelmat (liitteet 4, 5, 6), jotka sisältävät suunnitelmat tuokioiden sisällöistä ja etenemisestä, teimme yhdessä ideoiden ja toisiamme konsultoiden. Ohjaussuunnitelmien laatiminen sujui jouhevasti hyvässä yhteisymmärryksessä.

Ohjaussuunnitelmien lisäksi laadimme Esikko- ryhmän vanhemmille esitteen (liite 7), jossa oli informaatiota tuokioiden ajankohdasta ja toteutuksesta. Jokaista tuokiota varten teimme myös erilliset palautelomakkeet (liitteet 8, 9, 10, 11), vanhemmille omat ja perhetyöntekijälle oman, sillä halusimme saada palautetta sekä kuulijan että ammattilaisen näkökulmasta. Vanhemmille suunnitellussa palautelomakkeessa kysyimme kuinka mielenkiintoisena ja hyödyllisenä he tuokiota pitivät, minkälainen tuokion pituus oli heidän mielestään, minkä verran he kokivat saaneensa tietoa tuokion aiheesta, mikä oli heille uutta tietoa, kokivatko he että voivat hyödyntää tuokiosta saamaa tietoa kasvatuksessa ja suosittelisivatko he muita vanhempia osallistumaan vastaavanlaiseen tuokioon. Perhetyöntekijälle suunnitellussa palautelomakkeessa kysyimme mitä mieltä hän oli tuokion toteutuksesta ja asiasisällöstä, kokeeko hän voivansa hyödyntää tuokion aihetta työssään ja jos, niin miten ja miten hän kehittäisi tuokion toteutusta. Palautelomakkeisiin vastaamisen suunnittelimme tapahtuvan nimettömänä, yksityisyyden suojan ja rehellisen palautteen saamisen vuoksi.

Tammi- ja helmikuussa 2014 toteutimme sovitusti tuokiot Koskelan hyvinvointineuvolassa, jonka jälkeen aloitimme loppuraportin laatimisen. Loppuraporttimme saimme valmiiksi maaliskuussa ja esitämme sen 9.4.2014 Hyvinvointia yhdessä – päivässä.

TAULUKKO 1. Projektin aikataulu

Kuukausi ja vuosi	Tehtävä
Kevät 2012	Ideointi
Tammikuu 2013	Ideointi
Helmikuu 2013	Ideointi
Maaliskuu 2013	Ideointi Projektisuunnitelma Tuotesuunnittelu
Toukokuu 2013	Tietoperustan laatiminen
Kesäkuu 2013	Tietoperustan laatiminen
Elokuu 2013	Tuotesuunnittelu
Syyskuu 2013	Tietoperustan laatiminen Tuotesuunnittelu
Lokakuu 2013	Tietoperustan laatiminen Tuotesuunnittelu
Marraskuu 2013	Tietoperustan laatiminen Tuokioiden suunnittelu
Joulukuu 2013	Tietoperustan ja projektisuunnitelman esittely Tuokioiden suunnittelu
Tammikuu 2014	Tuokioiden toteuttaminen
Helmikuu 2014	Tuokioiden toteuttaminen Loppuraportin laatiminen
Maaliskuu 2014	Loppuraportin laatiminen
Huhtikuu 2014	Loppuraportin esitys

4.2 Ryhmänohjaus

Ohjaus on yksinkertaisimmillaan opastuksen antamista ja ohjauksen alaisena toimimista. Sosiaali- ja terveysalalla ohjaamista määrittelevät lainsäädäntö ja suositukset, joita ovat esimerkiksi terveys- ja hyvinvointiohjelmat, Käypä hoito- ja laatusuosituksset, yleiset periaatteet ja hyväksi koetut tavat. Ohjaamisen perusajatuksena on ohjaajan ja ohjattavan yhteinen tavoite, joka tähtää oppi-

miseen, elämäntilanteen paranemiseen sekä päätösten tekemiseen. Ohjauksen elementteihin kuuluu tiedon antaminen, oppiminen, neuvonta, terapia ja konsultaatio. (Vänskä, Laitinen-Väänänen, Kettunen, Mäkelä 2011, 16–17,19.)

Ryhmäohjauksessa korostuu ohjaajan kyky vaikuttaa tunneilmastoon. Hyvään ryhmäohjaukseen liittyy positiivisen tunnelman luominen ja jokaisen läsnäolijan hyvän ja turvallisen olon luominen. Ilman näitä ryhmä ei kykene toimimaan tehokkaasti ja ryhmään kuulumisen ei lisää osanottajien hyvinvointia eikä ryhmän sitoutumista. Vanhemmat odottavat ryhmäohjaajalta lämminhenkisyyttä ja läsnäolokykyä. Ohjaaja on kuuntelija, auttaja, rohkaisija ja vaikuttaja. Ryhmäohjaajat ovat asemassa, jossa tehdään päätöksiä ryhmän sisältöihin ja prosesseihin. Ryhmäohjaajien toimintatavat vaikuttavat suoraan siihen, miten osallistujat kokevat saadun tiedon. (Vänskä ym. 2011, 93, 98; Haaranen 2012, 17–18,53.)

Alle kouluikäisten lasten vanhemmille suunnattujen ryhmien tavoitteena on vanhemmuuden tukeminen, vanhempien voimavarojen tunnistaminen, perheiden ohjaaminen, vuorovaikutuksen parantaminen, sosiaalisen tuen tarjoaminen sekä tiedon lisääminen. Kaikenlaiset perheet hyötyvät vanhemmille suunnatuista ryhmistä. Ryhmissä tulisi käsitellä perheiden elämäntilanteeseen sopiviin aihealueita ja erityiskysymyksiä. (Haaranen 2012, 17.) Sosiaali- ja terveysministeriön suosituksen mukaan vanhemmille suunnatuissa ryhmissä tulee käsitellä perheen arkeen, lasten hoitoon ja kasvatukseen liittyviä kysymyksiä, mutta myös ihmissuhteiden sekä lapsen kasvun ja kehityksen osa-alueita (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, hakupäivä 23.2.2014.)

Vanhempainryhmien vertaistuki muun muassa kehittää sosiaalisia taitoja, vahvistaa vanhemmuuden tuntoa ja itsearvostusta. Vanhemmat saavat ryhmistä ohjeita, neuvoja ja malleja miten selviytyä vanhemmuudesta ja siihen liittyvistä tehtävistä. Lisäksi vanhemmat kokevat vertaisiltaan saadun tiedon avaavan uusia näkökulmia sekä helpottavan käytännön elämän järjestämisestä. (Haaranen 2012, 20; Viljamaa 2003, 50.)

4.3 0 – 3-vuotiaan itsetunnon tukeminen – 1. ryhmätuokio

4.3.1 Suunnittelu

Ensimmäisen ryhmätuokion aiheeksi valitsimme 0 – 3 -vuotiaan hyvän itsetunnon kehittymisen tukemisen ja tuokion ajankohdaksi sovimme tiistain 14.1.2014 klo: 13.30 – 15.00. Tuokioon liittyvän ohjaussuunnitelman (liite 3) teimme joulukuussa 2013 ja tuokion vastuuhenkilöksi nimesimme Marjo Lassheikin. Riikka Sorrin tehtäväksi sovimme suunnitella ja toteuttaa tuokion toiminnallisena osuutena toteutettava leikkihetki. Tuokion tavoitteeksi asetimme, että Esikko-ryhmän vanhemmat tietävät mitä on hyvä itsetunto, mitä hyötyä siitä on, miten vanhempina he voivat tukea lapsensa hyvän itsetunnon kehittymistä ja miten leikkiä voi hyödyntää hyvän itsetunnon kehittymisen tukemisessa.

Koska itsetunto ei ole konkreettinen asia on hyvä määritellä mitä se ja siihen liittyvät käsitteet tarkoittavat. Itsetunnolla tarkoitetaan ihmisen käsitystä ja tunnetta omasta itsestään. Itsetuntoa voidaan tarkastella myös osa-alueittain. Julkisella itsetunnolla tarkoitetaan sitä kuvaa, jonka yksilö haluaa omasta itsevarmuudestaan ja itseluottamuksestaan antaa muille. Yksityinen itsetunto puolestaan on se, mitä ihminen omassa mielessään itsestään ja omasta hyvyydestään todella ajattelee. (Keltikangas – Järvinen 2010, 24.) Yksityinen itsetunto on käytännössä sama kuin perusitsetunto, joka muodostuu varhaislapsuuden kehityksen tuloksena ja pysyy suhteellisen muuttumattomana läpi elämän, kuten myös minäkuva, jolla tarkoitetaan käsitystä omasta itsestä ja omista ominaisuuksista. Suoritusitsetunto puolestaan liittyy ihmisen käsitykseen omasta kyvykkyydestä ja se voi vaihdella tilannekohtaisesti onnistumisten ja epäonnistumisten myötä. Sosiaalisen itsetunnon laatu taas vaikuttaa ihmisen vuorovaikutus ja ihmissuhteisiin. (Suomen mielenterveysseura 2013, 21.8.2013.)

Ihmisellä on hyvä itsetunto silloin, kun hän kykenee liittämään itseensä enemmän positiivisia kuin negatiivisia ominaisuuksia. Itsetunnoltaan hyvä ihminen tiedostaa myös omat heikkoutensa ja kykenee myöntämään ne ilman, että siitä aiheutuu hänelle sellaista ahdistusta, jota hänen on jatkuvasti tasapainotettava jollain tavalla. Hän myös luottaa itseensä ja arvostaa itseään eikä anna loukata itseään. Hän uskalttaa pitää kiinni oikeuksistaan ja oikeiksi katsomistaan päämääristä vastarinnasta huolimatta. Itseluottamuksen ansiosta itsetunnoltaan hyvä ihminen tuntee itse hallitsevansa elämäänsä ja uskaltaa ottaa vastaan haasteita sekä tehdä itsenäisiä päätöksiä välittämättä

yleisistä tai muiden mielipiteistä. Tällaisella rohkeudella hänellä ei kuitenkaan ole tarkoitus loukata toisia, vaan näyttää että hän kykenee tekemään omat, hänelle itselleen sopivat ratkaisut ja elämään niin kuin itse haluaa. Päätökset tehtyään itsetunniltaan hyvä ihminen ei jää miettimään tai katumaan ratkaisujaan. Hyvään itsetuntoon kuuluu myös, että ihminen näkee itsensä ja oman elämänsä ainutkertaisena ja tärkeänä huolimatta muiden mielipiteistä ja yhteiskunnallisesta menestyksestään. Hänen ei siis tarvitse pohtia koko ajan mitä muut hänestä ajattelevat tai olla huolissaan saako hän muiden ihmisten hyväksyntää. Hyvän itsetunnon merkki on myös kyky sietää pettymyksiä ja epäonnistumisia ilman, että niiden kokeminen vaurioittaisi joka kerta itsetuntoa. Jos tekee jotain huonosti, ei tarkoita että on huono ihminen. (Keltikangas – Järvinen 2010, 17 – 18, 20, 22.)

Professori Liisa Keltikangas – Järvisen mukaan itsetunnosta puhuttaessa on hyvä puhua myös siitä mitä hyvä itsetunto ei ole, sillä siitä puhuminen auttaa ymmärtämään paremmin mitä hyvä itsetunto todella on. Hyvään itsetuntoon usein liitetään itsevarma käytös, mutta huomattavan itsevarma käytös voi olla kuitenkin myös yksilön yritystä kätkeä vähäistä itseluottamusta tai epävarmuutta. Hyvää itsetuntoa ei myöskään ole ainainen itsensä ihasteleminen tai itsensä toteuttaminen toisten oikeuksia polkemalla. Sosiaalinen rohkeuskaan ei välttämättä ole merkki itsetunnon vahvuudesta, sillä itsetunniltaan heikko ihminen voi olla riippuvainen toisten ihmisten seurasta. Korostamme, että sosiaalisuutta on vasta se, että ihminen osoittaa aitoa kiinnostusta toisiin, tulee toimeen heidän kanssaan ja osaa ottaa heidät huomioon. Toisien sanoen ihmisen käyttäytymisestä ei voi päätellä onko hänellä hyvä vai huono itsetunto, sillä tätä arvioidakseen tulisi tietää ihmisen käyttäytymisen psykologinen mieli. (Keltikangas – Järvinen 2010, 75 – 79.)

Itsetunnon kehittyminen alkaa jo lapsuudessa ja näin ollen varhainen hoitosuhde on tärkeä itsetunnon rakentaja. Pääasiassa hyvä itsetunto varhaisessa vuorovaikutuksessa rakentuu samoista asioista kuin perusluottamuskin. Kun lapsi saa riittävän paljon hoivaa erityisesti ensimmäisen ikävuoden aikana, kehittyy hänelle tunne siitä, että hän on tärkeä ja arvokas. Lapsen itsetunnon kehittymiseen vaikuttaa myös se, miten muut suhtautuvat lapsen osaamiseen ja suoriutumiseen, sillä pieni lapsi määrittelee hyvytensä oman osaamisensa perusteella. (Keltikangas – Järvinen 2010, 123, 125, 132.)

Kasvatusmenetelmistä oikeanlainen kiittäminen ja rangaistusten sijaan käytettävä palkitseminen ja turvallisten rajojen asettaminen vahvistavat lapsen itsetuntoa. Sen lisäksi, että suorituksen sijasta tulee kiittää itse lasta, tulee myös huomioida että lasta kiitetään vaikka hänen suorituksensa tulos ei olekaan mainio. Ylenpalttista kiittämistä kuitenkin tulee välttää, sillä silloin vanhemmat

eivät kehu itse lasta tai sitä suoritusta, jonka lapsi on itselleen omasta halusta valinnut. Tällöin kiittämiseen sisältyy myös suoritusvaatimus ja lapsi oppii, että kiitoksen ja hyväksynnän saaminen edellyttävät aina suoritusta. Lasta rangaistaessa häntä ei missään nimessä tule rangaista fyysisellä väkivallalla tai emotionaalisella hylkäämisellä eikä jättää häntä yrittämään asioita yksin, sillä näin toimittaessa lapsen itsetunto heikkenee ja hänen aggressiivisuutensa voi lisääntyä. Johdonmukaisen rajoittamisen myötä lapsen hallinnan tunne lisääntyy ja hän oppii näkemään mitä mistäkin hänen toiminnasta seuraa. Hallinnan tunteen myötä myös hänen itsevarmuutensa ja -luottamuksensa sekä kyky ennakoida odottamattomienkin tilanteiden lopputuloksia lisääntyvät. Rajojen asettamisen tavoitteena ei siis tule olla lapsen oppiminen tottelemaan määräyksiä vaan oppimaan hallitsemaan itseään ja etsimään vapaaehtoisesti rajat sellaiseen käyttäytymiseen, joka ei loukkaa muita ja johon hän on itse mahdollisimman tyytyväinen. (Keltikangas – Järvinen 2010, 133 – 135, 148 – 149, 168.)

Perheeseen liittyviä tekijöitä, jotka tukevat hyvän itsetunnon kehitystä ovat hyvä perheilmapiiri ja vanhempien positiiviset asenteet lasta kohtaan. Kiinteiden perhesiteiden ja vanhempien kiinnostuksen lisäksi hyvään perheilmapiiriin kuuluu lasten oikeudenmukainen kohtelu, kuuntelu ja kunnioitus sekä vanhempien kyky keskustella lastensa kanssa tasavertaisesti asioita pohtien ja mielipiteitä vaihtaen. Elämäkokemuksen vuoksi päätösvalta ja vastuu ovat kuitenkin viime kädessä aikuisella, jonka tulee uskaltaa tarvittaessa sanoa lapselle myös ”ei”. Vanhempien asenteet eivät suoranaisesti vaikuta lapsen itsetuntoon vaan ne ovat tekijä, joka vaikuttaa vanhempien kasvatustapoihin. Hyvä itsetunto lapsella on, jos vanhemmat ajattelevat yleisesti lasten olevan yhteistyöhaluisia, sopeutuiva ja innokkaita oppijoita. Hyvää itsetuntoa on myös todettu tukevan asenne, jonka mukaan vanhemmat ajattelevat lasten sopeutuvan sääntöihin omasta halustaan tiukan kurin ja järjestyksen vaatimisen sijaan. (Keltikangas – Järvinen 2010, 162 – 163, 166 – 169.)

Lapsen itsetuntoon vaikuttavat myös ikä, ikäjärjestys ja sukupuoli, sillä odotuksia yleensä kohdistuu eniten esikoiseen, mutta toisaalta hän saa myös jakamattoman huomion. Vaikein tilanne on perheen keskimmaisella lapsella, sillä ellei hän ole erityisen voimakasluonteinen tai lahjakas, jää hän helposti esikoisen ja nuorimman varjoon. Jos keskimäinen lapsi sattuukin olemaan eri sukupuolta kuin muut lapset, on hän Keltikangas – Järvisen mukaan paljon paremmassa asemassa. Jokainen lapsi on myös ainutlaatuinen yksilö, johon tulee suhtautua yksilöllisesti. Vanhemmat voivat kuitenkin kohdella lapsiaan jopa ratkaisevasti eritavoin ilman sitä tiedostamatta. Tämä ei

sinänsä ole väärin, kunhan lapsella itsellä säilyy tunne siitä, että heille ollaan oikeudenmukaisia. (Keltikangas – Järvinen 2010, 165 – 166, 172.)

Minäkuva lapselle rakentuu omien havaintojensa lisäksi muilta, erityisesti vanhemmiltaan saamastaan palautteesta. Lapsi siis ikään kuin ”peilaa” itseään muista ihmisistä. Käsitys itseensä liittyvistä ominaisuuksista lapselle muodostuu siitä kun hänelle kerrotaan, minkälainen hän on, mutta itsetunto puolestaan syntyy siitä, kun hänelle kerrotaan onko se, minkälainen hän on hyvää vai huonoa. Peilaamisen vuoksi onkin tärkeää, että vanhemmat kiinnittävät huomiota siihen, mitä lapsesta puhuvat hänen kuullen, sillä toisin kuin aikuinen, lapsi alkaa käyttäytyä sen mukaan, millainen hänen sanotaan olevan. Lapsen itsetuntoa vahvistettaessa peilaamista voidaan käyttää hyväksi myös tietoisesti siten, että kerrotaan lapselle ensisijaisesti vain positiivisia asioita, sillä peilin ensisijainen tarkoitus ei ole olla rehellinen niin, että lapselle kerrotaan jokainen negatiivinenkin asia hänestä. (Keltikangas – Järvinen 2010, 153 – 155.)

Hyvästä itsetunnosta on hyötyä muun muassa psyykkisen terveyden ylläpitämisessä, sillä hyvä itsetunto luokitellaan mielenterveysongelmilta suojaavaksi tekijäksi. (Lehtonen & Lönnqvist 2011, hakupäivä 14.7.2013). Vahva itsetunto on myös hyvä pohja sosiaalisille taidoille ja empatialle, sillä itsetunoltaan vahva ihminen kykenee aidosti ihaillemaan ja arvostamaan myös muita ihmisiä ja heidän mielipiteitään. Hän näkee toisten ihmisten osaamisen ja kykenee antamaan heille tunnustusta siitä. Itsetunoltaan hyvä ihminen kykenee asettamaan auktoriteetteja itselleen, mutta ilman, että on niistä riippuvainen tai tuntee niiden olemassa olon uhkana itselleen. Näin ollen itsetunoltaan vahvan ihmisen seurassa asiat sujuvat helpommin kuin ihmisen, joka jatkuvasti painiskelee itsetunto-ongelmien kanssa. Hyvä itsetunto ei kuitenkaan automaattisesti tarkoita sitä, että ihmisellä on hyvät sosiaaliset taidot, sillä sosiaalisten taitojen opettelu vaatii ohjausta. Näin ollen siis itsetunoltaan vahvastakin lapsesta voi kasvaa epäsosiaalinen. (Keltikangas – Järvinen 2010, 19, 37; Suomen mielenterveysseura 2013, hakupäivä 21.8.2013.)

Leikki lähtee aina jollain tavoin lapsen sisäisestä halusta. Leikkiessä lapselle kehittyvät muun muassa ongelmanratkaisutaidot, syy-seuraus ajattelu sekä kyky erottaa ulkoinen todellisuus leikkistä. Lisäksi leikkiessään lapsi oppii yhteistoimintaa, sääntöjä ja tunteiden säätelyä. Hänen luottamuksensa itsen ja omiin kykyihin paranee ja hän oppii ymmärtämään sosiaalista vuorovaikutusta, moraalia ja arvoja ja vastaanottamaan empatiaa toisilta leikkijöiltä. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2013, hakupäivä 20.8.2013.) Leikki on tarpeellista lapsen kokonaisvaltaisen kehityksen kannalta ja sen avulla voidaan tukea lapsen psyykkistä hyvinvointia ja terveyttä. (Sinkkonen

2001, 11.) Leikin maailmassa lapsi on mahdollista kohdata aidoimmin ja syvimmin ja vanhempien tehtävänä on tukea lasta leikin alkuun sekä arvostaa ja ymmärtää lapsen omaa leikkiä. (Soininen 2001, 17–20.)

4.3.2 Toteutus

Ensimmäisen tuokion toteutimme sovittuna ajankohtana. Tuokioon olimme valmistautuneet niin, että Riikka oli suunnitellut leikkituokion ja Marjo oli perehtynyt aiheeseen sekä tehnyt Powerpoint-esityksen tuokiossa käytävän keskustelun ja havainnollistamisen tueksi. Powerpoint-esitys sisälsi keskustelua tukevia kysymyksiä, tärkeimpiä aiheeseen liittyviä käsitteitä ja tuokiossa hyödynnetäviä kuvia. Tuokioon projektiryhmämme lisäksi osallistuivat kaksi Esikko-ryhmään kuuluvaa äitiä esikoislastensa kanssa ja hyvinvointineuvolan perhetyöntekijä Mira Savilaakso.

Koska kyseessä oli ensimmäinen tapaaminen äitien kanssa, esittelimme itsemme, opinnäyte-työmme aiheen ja perustelut aiheen valinnalle tuokion alussa. Tämän jälkeen kävimme läpi kaikkien tuokioiden aiheet ja ajankohdat sekä kerroimme lyhyesti alkavan tuokion sisällöstä ja kuluista. Pyysimme myös vanhempia kertomaan jotain itsestään ja vauvastaan, jotta saisimme avattua vuorovaikutteisen keskusteluyhteyden heidän kanssaan ja tuokion aikana keskusteleminen olisi vaivattomampaa. Lisäksi huomautimme, että äidit saavat tuokion aikana esittää mieleen tulevia kysymyksiä ja ajatuksia missä vaiheessa tahansa.

Aiheen käsittelyn aloitimme kertomalla mitä itsetunto on ja mitä siihen liittyvät alakäsitteet tarkoittavat. Tämän jälkeen keskustelimme siitä, minkälainen on ihminen, jolla on hyvä itsetunto ja mitä hän ajattelee itsestään ja muista ja miten hän käyttäytyy. Määritelläksemme paremmin hyvää itsetuntoa, keskustelimme myös siitä mitä hyvä itsetunto ei ole.

Kerroimme vanhemmille myös, että itsetunnon kehittyminen alkaa varhaislapsuudessa ja siihen vaikuttavat varhainen vuorovaikutus, kasvatusmenetelmät, vanhempien asenteet, perheilmapiiri, lasten ikä, ikäjärjestys ja sukupuoli ja vanhemmilta saatu palaute. Kerroimme myös miten nämä tekijät vaikuttavat itsetunnon kehittymiseen.

Seuraavaksi esitimme äideille ja perhetyöntekijälle kaksi kuvaa Powerpoint-esityksen kautta. Ensimmäisessä kuvassa oli noin 1,5 – vuotias tyttö, joka haravoi omalla pienellä haravallaan ja toi-

sessä noin 4 -vuotias poika, joka oli oma-aloitteisesti mennyt käsien pesualtaaseen pesemään itseään, koska häntä oli kielletty menemään oikeaan suihkuun. Näihin kuviin liittyen pohdimme yhdessä äitien ja perhetyöntekijän kanssa, miten ensimmäisen kuvan tytön suoritusitsetuntoa ja toisen kuvan pojan minäkuvaa voidaan vahvistaa.

Tämän jälkeen pohdimme yhdessä äitien ja perhetyöntekijän kanssa, mitä hyötyä hyvästä itsetunnosta on, jonka jälkeen Riikka ohjasi äideille suunnittelemansa leikkihetken. Tuokion lopuksi kysyimme oliko äideillä tai perhetyöntekijällä vielä jotain kysyttävää aiheeseen liittyen. Koska kysyttävää ei ollut, pyysimme äitejä täyttämään kirjalliset palautelomakkeet ja päätimme tuokion kiittämällä heitä osallistumisesta.

4.4 Temperamentti – 2. ryhmätuokio

4.4.1 Tuokion suunnittelu

Toisen tuokion aiheeksi valitsimme temperamentin ja tuokion ajankohdaksi sovimme tiistain 21.1.2014 klo 13:30–15. Tuokioon liittyvän ohjaussuunnitelman (liite 4) teimme tammikuussa 2014 ja tuokion vastuuhenkilöksi nimesimme Riikka Sorrin. Toiminnalliseksi osuudeksi päätimme ottaa jotain, mikä edes auttaisi vanhempia tunnistamaan heidän oma ja lapsensa temperamenttityyppi. Toiminnallisen osuuden tarkemmasta suunnitelmasta ja toteutuksesta tulisi vastaamaan Tanja Karkkola. Tuokion tavoitteeksi asetimme, että Esikko-ryhmän vanhemmat tietävät mitä tarkoittaa temperamentti, oppivat tunnistamaan erilaisia temperamenttityyppejä ja tiedostavat erilaisen temperamenttityyppien vaikutuksen lapsen kehitykseen.

Temperamentilla tarkoitetaan ihmiselle tyypillisiä käyttäytymispiirteitä, jotka tuovat esiin hänen yksilöllisyytensä. Kullakin ihmisellä on tyypillinen ja synnynnäinen tapa toimia ja käyttäytyä. Kuvaaillessamme ihmisen tyypillisiä ominaisuuksia, käytämme usein temperamenttipiirteitä. Saatamme kuvailla ihmistä esimerkiksi rauhalliseksi, seuralliseksi, ujoksi tai äkkipikaiseksi. Usein sanoja temperamenttinen ja temperamentti käytetään arkikielessä kertomaan, kuinka joku ilmaisee itseään voimakkaasti. Temperamentti ei kuitenkaan ole aina ihmisen räiskyvyyttä, vaan myös rauhallisuus ja pidättyvyys ovat temperamenttipiirteitä. Temperamenttipiirteet ovat tilanteista ja iästä riippumattomia sekä suhteellisen pysyviä. Jos lapsi on rauhallinen ja huonosti uusiin asioihin innostuva, ei ole odotettavissa, että tämä kääntyisi aikuisena päinvastaiseksi. (Keltikangas - Järvinen 2004, 39 – 40, 43; Mannerheimin lastensuojeluliitto 2013, hakupäivä 26.3.2013.)

Temperamenttityypit jaetaan usein kolmeen pääluokkaan: helppo, hitaasti lämpenevä ja vaikea temperamentti. Mikään tyyppi ei ole toistaan parempi tai huonompi, sillä jokaisessa on omat haasteensa ja vahvuutensa. Niin sanotusti haastava lapsi ei käyttäydy aina hankalasti, eikä helppo lapsi ole aina helppo kaikissa tilanteissa. Lapsen temperamentin tunnistamisesta on apua sekä vanhemmalle että lapselle, sillä temperamenttityypin tunnistaminen auttaa vanhempaa ymmärtämään ja kunnioittamaan lapsen yksilöllisyyttä sekä tukemaan lasta kasvussa ja kehityksessä parhaalla mahdollisella tavalla. Lisäksi temperamentin tunteminen auttaa ymmärtämään vanhemman omia tunteita lasta kohtaan. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2013, hakupäivä 26.3.2013.)

Helppoa temperamenttityyppiä luonnehtivat biologisten toimintojen, kuten unirytmien ja nälän säännöllisyys ja positiivinen suhtautuminen kaikkeen uuteen. Lisäksi helppoa temperamenttityyppiä kuvaa halu tutustua uusiin ihmisiin, positiivinen mieliala, kyky sopeutua muutoksiin ja korkea ärsytyskynnys. Tämän temperamenttityypin lapset omaksuvat jo varhain säännölliset ruoka- ja nukkumisajat. He hyväksyvät vaivatta uudet ruoat, hymyilevät vastaan tulijoille ja hurmaavat ihmiset. He sopeutuvat uusiin tilanteisiin ilman vaikeuksia. Lisäksi he hyväksyvät pettymykset ilman suuria tunnemyrskyjä. Helpon temperamentin omaava lapsi sopeutuu vaivatta leikkimään muiden lasten kanssa, hyväksyy uusien leikkien säännöt ja mukautuu aikuisten vaatimuksiin. (Keltikangas - Järvinen 2004, 62–63.)

Hitaasti lämpenevää temperamenttia kuvaa hyvin kaksi piirrettä, joita ovat kohtalaisen vaisu, mutta negatiivinen suhtautuminen uuteen ja hidas sopeutuminen. Tällaisten lasten positiiviset että negatiiviset reaktiot eivät ole voimakkaita, heidän tunteensa eivät myrskyä ja heidän biologinen rytmensä on säännöllinen. Kaikki uusi aiheuttaa vastustusta hitaasti lämpenevälle temperamenttityypille. Lievät, mutta selvästi negatiiviset suhtautumiset kaikkeen uuteen voidaan esimerkiksi havaita tilanteissa, joissa lapsi tapaa vieraita ihmisiä, menee päiväkotiin tai aloittaa koulun. Mitään yllättävää ei saisi tapahtua, sillä pienetkin muutokset ovat vaikeita. On tärkeää, että hitaasti lämpenevä temperamenttityyppi saa aikaa tutustua uuteen, sillä näin hän alkaa asteittain osoittaa mielenkiintoa, positiivista suhtautumista ja mukautuu siihen. (Keltikangas - Järvinen 2004, 63-64.)

Vaikeaan temperamenttiin kuuluu biologisten toimintojen epäsäännöllisyys. Vauva esimerkiksi saattaa tulla nälkäiseksi tunnin kuluttua edellisestä ruokinnasta ja toisaalta hän saattaa olla tyyty-

väinen useita tunteja. Totuttelemisen uusiin ruokiin on vaikeaa ja unirytmitys on epäsäännöllinen. Välillä vauva saattaa nukkua monen tunnin päiväunet ja välillä ottaa pieniä torkkuja läpi päivän. Epäsäännöllisyys ei pysähdy vauvaikään vaan jatkuu aikuisenakin. Vaikeaan temperamenttiin kuuluu myös se, että lapsen kaikki sopeutuminen vie aikaa ja reaktio kaikkeen uuteen, kuten uusiin ihmisiin, on vetäytyminen, tilanteiden välttäminen ja varautuneisuus. Asioiden pitäisi sujua totutulla rutiinilla. Lapsi suhtautuu negatiivisesti kaikkeen, mikä ei ole ennestä tuttua. Vaikean temperamenttityypin omaavan lapsen reaktiot ja protestit ovat voimakkaita. Lapsi itkee herkästi ja turhautuessaan hän saattaa käyttäytyä temperamenttisesti ja heitellä tavaroita ja paiskoa ovien. Lapsi on usein ärtyisä ja huonolla tuulella. Vaikea temperamentti ei kuitenkaan tarkoita vaikeaa lasta. Vaikea temperamentti on samoin neutraali kuin muutkin temperamenttityypit, ei hyvä eikä huono eikä vaikea tai helppo. Lapsen temperamentti määräytyy vaikeaksi sen mukaan, miten paljon se aiheuttaa työtä vanhemmille ja kasvattajille. Lapselle se ei ole sen vaikeampi kuin mikään toinenkaan temperamenttityyppi. (Keltikangas - Järvinen 2004, 65–67.)

Kaikkia lapsia ei kuitenkaan voi sijoittaa näihin temperamenttiluokkiin vaan he voivat kuulua jonkin näiden määritelmien välimaastoon ja tällöin heitä on helpompi kuvata yksittäisten piirteiden avulla. Esimerkkinä jotkut helpon temperamentin omaavat ovat äärimmäisen helppoja tietyissä tilanteissa, mutta saattavat joissakin toisissa tilanteissa olla kovinkin joustamattomia. Vaikean temperamentin lapsetkaan eivät ole vaikeita kaikissa tilanteissa. Joillekin vaikean temperamentin omaaville on tyypillistä muutamia tämän temperamentin piirteitä, joiden ilmitulo vaatii tietyt, temperamentin kannalta haitalliset olosuhteet. (Keltikangas - Järvinen 2004, 67–68.)

Lapsen temperamentti vaikuttaa muun muassa vanhempien kasvatuskäytäntöihin ja siihen, miten isä ja äiti kokevat itsensä vanhempina. Tämän vuoksi on tärkeää, että lapsen temperamentti sopisi vanhempien omiin temperamenttipiirteisiin sekä perheen tapaan elää. Joskus kuitenkin lapsi voi niin sanotusti syntyä väärään perheeseen ja muun muassa rauhallisessa perheessä räiskyvä ja yliaktiivinen lapsi tuntee olevansa väärään aikaan väärässä paikassa. Äänekäs lapsi saattaa vanhemmissa herättää jopa passiivista torjuntaa, mutta toisaalta joustavasti asioihin suhtautuvassa perheessä voi olla temperamenttipiirteiden ääripäitä ilman, että se aiheuttaa mitään ongelmia. (Keltikangas - Järvinen 2004, 144, 154–155.)

Vanhempien on helpompi ymmärtää lapsia, joilla on samanlainen temperamentti kuin heillä itsellään, mutta temperamenttien samanlaisuus ei takaa hyvää yhteensopivuutta. Vanhemmat saattavat samanlaisen temperamentin vuoksi ymmärtää lasta helposti, mutta se ei välttämättä helpota hyväksymään kyseistä piirrettä. Esimerkiksi äiti, joka on ujo, saattaa ärsyntyä havaitessaan lap-

nessaan samanlaisen piirteen, josta hän katsoo itse kärsineensä. Jotkut vanhemmat saattavat olla ihastuneita lapsesta, jolla on aivan erilainen temperamentti kuin heillä itsellään. (Keltikangas - Järvinen 2004, 144–145.)

Vanhempien toive on temperamentiltaan helppo lapsi, sillä helppo lapsi vaikuttaa suotuisasti kaikkeen perhe-elämään. Vanhemmat saattavat kuitenkin virheellisesti pitää lapsen piirteitä täysin omana saavutuksenaan. He katsovat onnistuneensa kasvattamaan lapsen, joka luottaa muihin ihmisiin. Vanhempien merkitystä ei kuitenkaan täydellisesti voida kiistää, sillä pelkkä helppo temperamentti ei automaattisesti johda säännölliseen rytmiin vaan vanhempien tulee olla mukana asettamassa rajoja. Helppo temperamentti ei myöskään ohjaa lasta sosiaaliseksi, elleivät vanhemmat ohjaa lapsen positiivista kehitystä. Helpon temperamentin omaavan lapsen kanssa vanhemmat pääsevät kuitenkin päämääräänsä vaivatta ja saavat onnistumisen tunteita. Täysin ilman haasteita helpon temperamentin lapsen kasvattaminen ei kuitenkaan suju. Mikäli lapselle annetaan aina kaikki mitä hän tahtoo vain siksi, koska hän on niin mukava ja harvoin vaatii jotain, voi lapsesta pikkuhiljaa tulla vaativa. Saadessaan aina harvoin tahtoessaan sen mitä haluaa, lapsi oppii, että tahtominen aina johtaa toivottuun lopputulokseen. (Keltikangas - Järvinen 2004, 154–156.)

Lapsen vaikea temperamentti vaikuttaa eniten vanhempien suhtautumiseen lapseensa. Vaikea temperamentti vaatii vanhemmilta kärsivällisyyttä ja mahdollisuutta käyttää aikaa. Jos vauvalta puuttuu biologinen rytmi vanhempien yrityksistä huolimatta, vanhempien energia menee siihen, että arjen rutiinit saataisiin sujumaan. Tällöin itse vauvasta ei jää aikaa nauttia. Temperamentin kokeminen vaikeana, riippuu muun muassa ympäristön odotuksista ja arvostuksista ja siitä, liitetäänkö tämä lapsen käytös äidin kykyyn hoitaa lasta. (Keltikangas - Järvinen 2004, 157–158.)

Hitaasti lämpenevä temperamentti tulkitaan helposti väärin samalla tavoin kuin vaikea temperamenttikin. Lapsen varovaisuus, vetäytyminen ja hiljaisuus sekä hidas sopeutuminen katsotaan usein johtuvan psyykkisestä häiriöstä tai itsetunnon tai perusuottamuksen puutteesta. Vanhemmat reagoivat tähän temperamenttityyppiin kahdella eri tavalla. Vanhemmat, jotka arvostavat sosiaalista kanssakäymistä, yrittävät painostaa lasta sopeutumaan liian nopeaa uusiin sosiaalisiin tilanteisiin. Tämä johtaa ainoastaan pelokkuuden ja varautuneisuuden lisääntymiseen. Painostus voi johtaa jopa sosiaaliseen vetäytymiseen, josta voi kehittyä myöhemmin muun muassa sopeutumishäiriöitä. Lapsen kiirehtiminen vastoin hänen omaa valmiutta lisää sosiaalista epävarmuutta ja ahdistusta. Tästä voi lapselle seurata tunne elämän hallinnan puuttumisesta. Vanhemmat voi-

vat myös reagoida hitaasti lämpenevään temperamenttiin lapsen ylisuojelemisella. Vanhemmat huomaavat lapsen varautuneisuuden ja he yrittävät suojella lasta sosiaalisilta vaatimuksilta. Tämä vie lapselta mahdollisuuden oppia hallitsemaan sosiaalisia tilanteita. Samalla lapsen on vaikea osoittaa, että jos hänelle annetaan aikaa, hän sopeutuu uusiin tilanteisiin aivan niin kuin muutkin lapset. Rauhassa tutustuen lapsi saa kokemuksia, joiden avulla hän oppii sosiaalisten tilanteiden hallintaa. Hallinnan tunne antaa lapselle mahdollisuuden positiivisen minäkuvan rakentamiseen. Kaikki vanhemmat eivät toimi näiden kahden edellä mainitun mallin mukaan, vaan hyväksyvät lapsen hitaan lämpenemisen. Tämä vaatii vanhemmilta itseluottamusta, sillä sosiaalinen paine hitaasti lämpeneviä lapsia ja näiden vanhempia kohtaan on ankara. (Keltikangas - Järvinen 2004, 165–166.)

4.4.2 Tuokion toteutus

Tuokion aloitimme toivottamalla kaikki osallistujat tervetulleiksi. Tarkemmin emme esitelleet itseämme, koska äidit olivat meille viime kerrasta jo tuttuja. Seuraavaksi esittelimme päivän tuokion aiheen ja suunnitelman lyhyesti. Lisäksi muistimme jälleen, että äidit saavat tuokion aikana esittää mieleen tulevia kysymyksiä ja ajatuksia missä vaiheessa tahansa.

Aiheen käsittelyn aloitimme yhdessä keskustelemalla mitä sanalla *temperamentti* tarkoitetaan. Seuraavaksi kävimme Powerpoint – esityksen avulla läpi erilaisia temperamenttityyppejä. Tästä oli luontevaa siirtyä toteuttamaan Tanjan suunnittelemaa toiminnallista osuutta, jossa vanhemmat saivat valita Tanjan Tony Dunderfeltin Tunnistat temperamentit –väriä elämään ja itsetuntemukseen kirjan pohjalta suunnittelemista temperamenttikorteista sekä itseään että lastaan kuvaavien piirteiden. Tuokiota varten Tanja oli tehnyt kahdet eri kortit, joista toiset kuvasivat lapsen ja toiset vanhemman piirteitä. Vanhemman temperamenttityyppi määräytyi sen mukaan minkä värisiä kortteja vanhempi oli valinnut eniten kuvaamaan itseään ja samalla periaatteella määräytyi myös lapsen temperamenttityyppi.

Viimeisenä asiana kävimme läpi lapsen ja vanhemman temperamentin suhdetta toisiinsa ja keskustelimme siitä miten vanhemman ja lapsen temperamenttien samanlaisuus tai erilaisuus voi vaikuttaa kasvatukseen. Tuokion lopuksi kysyimme oliko äideillä vielä jotain kysyttävää aiheeseen liittyen. Koska kysyttävää ei ollut, pyysimme äitejä täyttämään kirjalliset palautelomakkeet ja päätimme tuokion kiittämällä heitä osallistumisesta.

4.5 Uhmaikä – 3. ryhmätuokio

4.5.1 Suunnittelu

Viimeisen tuokion aiheeksi valitsimme uhmaiän ja tuokion ajankohdaksi sovimme tiistain 4.2.2014 klo: 13.30 – 15.00. Tuokioon liittyvän ohjaussuunnitelman (liite 5) teimme tammikuussa 2014. Tuokion vastuuhenkilöksi nimesimme Tanja Karkkolan. Marjo Lassheikin ja Riikka Sorrin tehtäväksi jäi avustaa tuokion toiminnallisessa osuudessa, jossa päätimme toteuttaa kaksi erillistä lyhytnäytelmää, koska näytelmien avulla voidaan reflektoida esitettyjä asioita ja näin ollen saada syvempää ymmärrystä esitettyihin asioihin (Heikkinen 2004, 127–128). Näytelmien aiheiksi sovimme ruokailu- ja pukemistilanteet, jotka ovat tavallisia konfliktien aiheuttajia lapsen uhmaikässä. Tuokion tavoitteena oli esittää vanhemmille uhmaiän tarkoitus, uhmaiän ilmenemisen muodot 0 – 3 -vuotiailla lapsilla sekä vanhempien rooli uhmaikäisen lapsen kasvatuksessa.

Vanhemmille lapsen uhmaikä näyttäytyy usein siten, että lapsi kiukuttelee tai on tottelematon vanhemmilleen. Kyse ei ole huonosta kasvatuksesta vaan lapsen kypsyyskaudesta ja askeleesta kohti autonomiaa. Uhmakausi edistää lapsen sosiaalista ja psyykkistä kehitystä ja valmistaa lasta toimimaan yhteistyössä muiden kanssa. Lapsi oppii uhmattessaan, että hänen oman tahdon lisäksi on myös muiden tahto ja tämä opettaa lasta kohtaamaan konflikteja. (Alfvén & Hofsten 2012, 14–16, 49.) Lapselle päättämisen ja tahtomisen harjoittelu on tärkeää, jotta hänelle kehittyy valmiuksia päättää omista asioista myöhemmin ja hän tuntee, että hänen ajatuksensa ovat merkityksellisiä (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2013, hakupäivä 21.11.2013).

Halusimme tuokiossa tuoda esille uhmat eri ikäkausina ja vanhempien roolin uhmaikäisen lapsen kasvatuksessa. 0-3 vuotiaan lapsen uhma ilmenee monin eri tavoin. Alussa lapsen uhmat liittyvät uusien motoristen taitojen opetteluun, jotka aiheuttavat lapsessa levottomuutta. Noin kuuden kuukauden iässä lapsi alkaa nähdä itsensä suhteessa muihin. Hän huomaa olevansa pieni suhteessa ympäröivään maailmaan. Lasta saattaa pelottaa äidin ja isän meneminen toiseen huoneeseen. Tässä vaiheessa lapselle tulee osoittaa, että häntä ei olla hylkäämässä. (Alfvén & Hofsten 2012, 23–28.)

Noin yhdeksän kuukauden iässä lapsen kehityksessä on yhtäkkiä tapahtunut valtavasti muutosta. Lapsi osaa liikkua itsenäisemmin. Se, että pääsee itse haluamansa leikkikalun luokse mullistaa lapsen elämän. Samalla kun lapsi itsenäistyy, vanhemmat alkavat vaatia lapselta enemmän.

Vanhemmat alkavat varoitella lasta sen sijaan että nostavat lapsen pois vaaran ääreltä. Yhdeksän kuukauden iässä lapsi harjoittelee myös rakkauden ilmaisemista. Lapsi voi olla kiihkeän rakastunut vanhempiansa, etenkin siihen joka huolehtii enemmän lapsen päivittäisestä hyvinvoinnista. Lapsi voi suorastaan takertua vanhempaan eikä kukaan muu kelpaa. (Alfvén & Hofsten 2012, 33 – 34, 37–38.)

Kahden - kolmen vuoden iässä lapsen tahto koettelee vanhemman ja lapsen välejä. Konfliktintäyteinen aika johtuu siitä, että lapsen ymmärrys laajenee. Hän ymmärtää, että on olemassa erilaisia tahtoja hänen omansa lisäksi. Lisäksi lapsen taidot ovat kehittyneet samoin kuin itseluottamus ja itsevarmuus. Lapsi uskoo osaavansa kaiken ja selviävänsä kaikesta. Konflikteja syntyy, kun vanhemmat yrittävät asettaa lapselle rajoja. Lapsi tuntee olonsa loukatuksi ja se johtaa tunteenpurkauksiin. Osaamisen tunteen lisäksi kaksi- kolme vuotiaan uhmaan liittyy vallan ja päätäväisyyden osoittaminen sanalla ”ei”. Joskus vanhemmista voi tuntua, että uhmaamiselle ei löydy mitään loogista syytä, mutta lapsella on aina syynsä. Lapsi alkaa saada uusia oivalluksia ja nähdä asioita uudesta näkökulmasta. (Alfvén & Hofsten 2012, 43–45, 51)

4.5.2 Toteutus

Viimeisen tuokion toteutimme sovittuna ajankohtana. Tuokioon olimme valmistautuneet tekemällä valmiit käsikirjoitukset lyhyt näytelmiin ja lisäksi Tanja oli perehtynyt aiheeseen sekä tehnyt Powerpoint-esityksen tuokiossa käytävän keskustelun ja havainnollistamisen tueksi. Powerpoint – esitys sisälsi keskustelua ja toiminnallista osuutta tukevia kysymyksiä sekä tärkeimpiä aiheeseen liittyviä käsitteitä. Projektiryhmän lisäksi tuokioon osallistui perhetyöntekijä Mira Savilaakso ja kuusi Esikko- ryhmään kuuluvaa äitiä esikoislapsineen.

Tuokion aloitimme esittäytymisellä ja pyysimme myös äitejä esittäytymään ja kertomaan lapsesta iän ja nimen, sillä paikalla oli neljä uutta äitiä lapsineen. Tuokiossa ensikertaa tapaamillemme äideille kerroimme lyhyesti myös opinnäytetyöstämme ja jo järjestämistämme tuokioista. Lisäksi kävimme lyhyesti läpi alkavan tuokion sisällön ja kulun.

Tuokion aloitimme kertomalla mitä uhmaillla tarkoitetaan ja mikä on sen tarkoitus suhteessa lapsen psyykkiseen kehitykseen. Tämän jälkeen siirryimme toiminnalliseen osuuteen eli lyhyt näytelmien esittämiseen. Näytelmässä meillä oli mukana käsinuket esittämässä roolihenkilöitä, jotta tuokiossa mukana olevat pienet lapset eivät säikähtäisi nopeita liikkeitä ja kuvittelisi esitettyjä

tilanteita aidoiksi. Toteuttamiemme näytelmien pohjalta keskustelimme äitien kanssa ajatuksista, mitä näytelmät herättivät. Pohdimme yhdessä muun muassa sitä minkälainen ratkaisu esitetyissä tilanteissa olisi sopiva. Keskustelua syntyi myös äitien omakohtaisista kokemuksista.

Tämän jälkeen kävimme läpi 0 – 3 -vuotiaan lapsen uhman ilmenemismuotoja ja -vaiheita sekä vanhempien roolia uhmaikäisen lapsen kasvatuksessa. Osion tarkoituksena oli auttaa äitejä omaksumaan tietoja joilla voi tukea uhmaiässä olevaa lasta. Lopuksi kysyimme vanhemmilta järkeä heillä mitään kysyttävää uhmaiästä tai jostain edellisiin aiheisiin liittyvästä. Koska kysyttävää ei ollut, pyysimme äitejä täyttämään kirjalliset palautelomakkeet ja päätimme tuokion kiittämällä heitä osallistumisesta.

5 PROJEKTIN PÄÄTTÄMINEN JA ARVIOINTI

Aloitimme loppuraportin kirjoittamisen helmikuussa 2014, kun olimme pitäneet viimeisen ryhmätuokion. Loppuraporttia teimme sekä yhdessä että erikseen. Jokaisen vastuulla oli raportoida omasta tuokiostaan itse. Tämä järjestely oli hyvä, sillä yhteistä aikaa oli loppuvaiheessa hankalaa sopia työ- ja koulukiireiden vuoksi. Loppuraporttimme koostui tietoperustasta, projektisuunnitelmasta ja tuotteesta eli ryhmätuokioista hyvinvointineuvolaan. Eri vaiheita teimme osittain samaan aikaan ja loppuraporttiin tiivistimme ja karsimme tekstiä.

Projektimme oli mielestämme onnistunut ja sitä oli mielekästä tehdä. Meille oli alusta asti hyvin selvää minkälaiset tuokiot haluamme pitää ja ne toteutuivat suunnitelmamme mukaan. Mielestämme saimme aikaan vuorovaikutteiset ja rennot tuokiot, jossa käsitelimme sopivasti teoriaa ja mahdollistimme myös asioiden yhdessä pohtimisen. Esikkoryhmästä oli ennen meidän tuokioiden pitämistä ehtinyt irtaantua muutamia äitejä lapsineen, joten kahdella ensimmäisellä kerralla tuokioon osallistui kaksi äitiä lapsineen. Viimeisellä kerralla äitejä lapsineen oli kuusi, josta olimme positiivisesti yllättyneitä. Mielestämme tämä määrä on kuitenkin maksimi vastaavanlaiseen tilaan, koska tila oli melko pieni ja meteli välillä kohosi melko suureksi, joka vaikeutti vanhempien keskittymistä tuokioon. Tuokioon osallistuvat lapset olivat alle yhden vuoden ikäisiä, joten ymmärrettävää on, että ääntä tuokioiden aikana riitti.

5.1 Laatumerit ja laatuavoitteet

Asiakaslähtöisyys toteutui hyvin, sillä järjestimme tuokiot ennalta sovitulle kohderyhmälle ennalta sovittuna ajankohtana. Asiakaslähtöisyyttä heikensi kuitenkin se, että tuokioiden aiheiden kartoitukseen liittyvä kysely (liite 2) tehtiin eri ihmisille, mitä tuokioiden toteutus. Vanhemmilta ja perhetyöntekijältä saamamme palautteen perusteella tuokiot olivat kuitenkin mielenkiintoisia tai osittain mielenkiintoisia. Itsetunto- ja temperamenttituokioita toinen äideistä piti mielenkiintoisena ja toinen osittain mielenkiintoisena. Uhmaikäituokiota viisi äitiä piti mielenkiintoisena ja yksi osittain mielenkiintoisena. Vuorovaikutuksellista keskustelua tuokioissa syntyi mielestämme kohtalaisen hyvin muun muassa äitien, meidän ja perhetyöntekijän omista kokemuksista. Vähiten keskustelua syntyi itsetunnon tukemiseen liittyvässä tuokiossa. Edellä mainitun lisäksi äidit pitivät tuokioita pääasiassa sopivan mittaisina. Ainoastaan yksi äiti piti itsetuntotuokiota liian pitkänä. Vastaavanlaisiin tuokioihin osallistumista kaikki äidit suosittelisivat myös muille vanhemmille.

Saamamme kirjallisen palautteen perusteella äidit ja perhetyöntekijä pääosin kokivat voivansa hyödyntää saamaansa tietoa lastensa kasvatuksessa. Itsetunto- ja uhmaikätuokioon osallistuneista äideistä kaikki kokivat voivansa hyödyntää saamaansa tietoa lapsensa kasvatuksessa kun taas temperamentituokiosta saatua tietoa molemmat äidit kokivat voivansa hyödyntää jonkin verran. Perhetyöntekijä koki voivansa hyödyntää sekä itsetunto- että uhmaikätuokion aihetta työssään. Temperamenttituokion asiasisällön hyödynnettävyyttä hän ei arvioinut lainkaan.

Saamamme palautteen ja oman mielipiteemme perusteella tuokiomme olivat vanhemmuutta tukevia. Tuokioissa välittämämme tieto liittyi 0 – 3 vuotiaan psyykkiseen kehitykseen ja tieto perustui asiantuntijoiden tutkimuksiin ja johtopäätöksiin. Tuokioissa kerroimme kuinka vanhemmat voivat omalla toiminnallaan vaikuttaa lapsen psyykkisen kehityksen tukemiseen. Itsetuntotuokion yhteydessä kerroimme muun muassa mitä tarkoittaa varhainen vuorovaikutus ja miten se, sekä kasvatusmenetelmät vaikuttavat lapsen mielenterveyteen.

Jokaisesta tuokiosta jokainen äiti koki saaneensa uutta tietoa psyykkistä kehitystä tukevista aiheista jonkin verran. Itsetunnosta yksi äiti kirjoitti saaneensa uutena tietona sen, että itsetuntoon vaikuttavat niin monet asiat, jotka sinänsä ovat tuttuja, mutta hän ei ole tullut ajatelleeksi niiden suoranaisesti vaikuttavan itsetuntoon. Temperamenttiin liittyen yhdelle äidille oli uutta mitä kuuluu mihinkin temperamenttiluokkaan. Uhmaikään liittyen yhdelle äidille oli uutta se, että uhmakausia esiintyy niin paljon ja toiselle että uhmaikäkausia on jo ennen ensimmäistä ikävuotta.

5.2 Projektin riskit ja budjetti

Projektin riskialttiuteen vaikuttavat muun muassa projektin kesto ja koko, lopputuloksen laajuus, projektiryhmän projektityökokemus sekä projektin sidosryhmien lukumäärä. Tekemällä riskianalyysi voidaan tunnistaa ne tekijät, jotka voivat vaikeuttaa tavoitteiden saavuttamista. Riskien vaikutuksia voidaan tarkastella suhteessa aikatauluun, kustannuksiin tai lopputulokseen. (Ruuska 2006, 85, 88.) Projektimme riskitekijät liittyivät projektiin sitoutumiseen, aikatauluun, tietotekniikkaan, viestintään projektiryhmän ja yhteistyökumppanin välillä sekä vanhempainryhmän osanottajien määrään.

Projektin onnistumisen kannalta oli tärkeää, että kaikki projektin osapuolet olivat sitoutuneita projektiin. Yhteistyökumppanimme pysyi projektissa mukana loppuun asti. Projektiryhmämme oli si-

toutunut viemään projektin loppuun asti. Yhteistyö projektiryhmän sisällä oli sujuvaa ja jokainen antoi oman panoksensa tasapuolisesti työhön.

Viestintä projektiryhmän ja yhteistyökumppanin välillä oli luontevaa ja sujuvaa. Yhteyttä pidettiin pääasiassa sähköpostitse. Sovittujen tapaamisten aikataulut pitivät ja ryhmätuokiot pidimme suunniteltuna aikana. Viestintä projektiryhmän kesken oli aktiivista ja jokainen oli tietoinen projektimme vaiheista. Käytimme viestintään sosiaalista mediaa, sähköpostia ja puhelimia. Tietotekniset riskit onnistuimme välttämään tallentamalla työmme useaan paikkaan.

Aikataulutus on hyvä suunnitella ja sopia projektissa etukäteen, koska aikataulutusongelmat voivat olla todellinen riski projektille. Aikataulutus ei yleensä petä kerralla, vaan lipsumista tapahtuu huomaamatta, jos esimerkiksi joku projektiryhmän jäsenestä sairastuu. (Ruuska 2006, 130). Projektin alkuvaiheessa aikataulu oli väljä ja se antoi meille mielikuvan, että meillä oli aikaa riittävästi toteuttaa projekti. Kuitenkin projektin loppuvaiheessa haasteeksi muodostui aikataulun pitävyys, sillä projektiryhmämme jäsenille tuli työ- ja koulukiireitä, jotka viivästyttivät projektin eteenpäin viemistä.

Projektissamme oli riskinä, että suunnittelemaamme vanhempainryhmään ei tule tarpeeksi osanottajia. Osanottajien määrä ryhmätuokioissa oli pieni, mutta tuokiot koettiin silti hyödyllisiksi palautteen perusteella. Ryhmätuokioiden pitäminen suurelle osanottajajoukolle olisi ollut haastavaa, koska tila oli melko pieni ja melu olisi haitannut toteutusta.

5.3 Projektin rahoitus

Projektin kustannukset (*taulukko 2*) olivat pääasiassa näennäisiä, koska ne koostuivat enimmäkseen henkilökustannuksista. Henkilökustannukset laskettiin tehtyjen tuntien perusteella. Projektin todelliset kustannukset koostuivat matkakustannuksista, yhteydenpitokustannuksista sekä muista kustannuksista. Muut kustannukset koostuivat tuokioiden kahvitarjoilusta sekä tulostusmateriaalista. Projektin todelliset kustannukset olivat 30 €

TAULUKKO 2. Projektin kustannukset

Kustannukset	Euroa
Opiskelija 3x10 e/h	12 150 e
Opettaja 20e /h	800 e
Matkakustannukset	10 e
Yhteydenpitokustannukset	5 e
Muut kustannukset	15 e
Yhteensä	12 880 e

6 POHDINTA

Opinnäytetyöprojektimme 0-3 vuotiaan lapsen psyykkisen kehityksen tukemiseksi oli mielestämme ajankohtainen aihe, sillä lasten erilaiset mielenterveysongelmat ovat lisääntyneet. Halusimme lähteä tukemaan lapsen tervettä kehitystä aivan vauvasta asti, sillä perusta hyvälle mielenterveydelle luodaan jo lapsen ensivuosien aikana. Perustarpeiden tyydyttäminen ja hyvä varhainen vuorovaikutus ovat varhaislapsuudessa merkittäviä asioita, kun puhutaan 0-3 vuotiaan lapsen psyykkisen kehityksen tukemisesta. Näin halusimmekin tukea vanhempia tässä tehtävässä järjestämällä ryhmätuokioita Esikko-ryhmään.

Opinnäytetyötä tehdessämme pääsimme tutustumaan syvemmin alle kolmivuotiaan lapsen psyykkisen kehitykseen ja sen tukemiseen. Tästä on meille hyötyä tulevaisuudessa, koska näin voimme tunnistaa pienten lasten psyykkisiä ongelmia, psyykkistä kehitystä vaarantavia ja tukevia tekijöitä, vaikuttaa osaltamme lasten hyvinvointiin ja tukea perheitä lastensa hoidossa.

Opinnäytetyöprojektimme on vaatinut aikaa ja kärsivällisyyttä, koska olemme suorittaneet samalla muita opintoja ja työharjoitteluja. Myös kolmen opiskelijan mukana olo projektissa on tuonut omat haasteensa. Aikaa kuitenkin olemme saaneet järjestettyä opinnäytetyöprojektin eteenpäin viemiseksi ja kukin vuorollaan on joutanut tarpeen mukaan. Jokainen meistä on saanut ilmaista mielenkiintonsa ja ajatuksensa koko projektin aikana. Mielenkiintomme omaa projektiamme kohtaan on säilynyt koko projektin ajan, mikä on auttanut suunnattomasti koko prosessissa.

Tulostavoitteemme oli järjestää vanhempainryhmätuokiot, joissa käsitellään 0-3 vuotiaan lapsen psyykkisen kehityksen osa-alueita ja keinoja, joilla vanhemmat voivat tukea lapsensa psyykkistä kehitystä. Tähän tavoitteeseen pääsimme, sillä järjestimme suunnitellusti kolme ryhmätuokiota, joissa oli teemoina temperamentti, itsetunnon tukeminen sekä uhmaikä.

Lyhyen aikavälin tavoitteenamme ollut vanhempien osallistuminen ryhmätuokioihin toteutui suunnitellusti. Tiesimme ennen ryhmätuokioiden järjestämistä, että Esikko-ryhmästä oli poistunut äitejä joten ryhmän koko jäi pieneksi. Tämä ei vaikuttanut suunnitelmiimme toteuttaa ryhmätuokioita. Lyhyen aikavälin tavoitteenamme oli myös, että vanhemmat ja perhetyöntekijä pitävät tuokioita mielenkiintoisina, sopivan pituisina sekä ajatuksia herättävinä. Tavoitetta tarkasteltiin palautelomakkeiden pohjalta. Aivan täysin emme tavoitteeseen päässeet, koska osa äideistä koki tuokioi-

den olevan osittain mielenkiintoisia ja osittain hyödyllisiä. Lisäksi yksi ryhmätuokio oli osallistuneen äidin mielestä liian pitkä. Tavoitteenamme oli myös, että vanhemmat ja perhetyöntekijä osallistuvat keskusteluun ryhmätuokioiden aikana. Tavoite toteutui melko hyvin. Toiset äideistä olivat keskustelussa aktiivisempia kuin toiset. Perhetyöntekijä osallistui keskusteluun aktiivisesti. Tavoitteenamme ollutta projektista saatua hyötyä perhetyöntekijälle oli hankala arvioida, koska perhetyöntekijä ei ollut palautelomakkeeseen eritellyt millä tavalla hän voi ryhmätuokioiden sisältöä työssään hyödyntää.

Pitkän aikavälin tavoitetta oli hankala arvioida. Tavoitteenamme oli tuokioihin osallistuneiden vanhempien lasten suotuisa varhaislapsuuden psyykinen kehitys, joka luo heille mielenterveyttä suojaavan tekijän. Tavoitetta ei pysty arvioimaan millään menetelmällä, koska tuokioihin osallistuneista ei kerätty henkilötietoja.

Oppimistavoitteenamme oli saada kokemusta projektityöskentelystä ja ryhmävetämisestä. Koemme, että hallitsemme projektityöskentelyn perusteet. Ryhmänohjaustaitomme kehittyivät ja tästä meille on hyötyä tulevassa ammatissamme, koska sairaanhoitajat ovat usein tiiminvetäjiä. Lisäksi tavoittemme oli kehittyä teorian tiedon omaksumisessa, tiedon soveltamisessa, yhteistyötaitoissa ja paineen alla työskentelyssä. Opimme hakemaan tietoa eri lähteistä ja suhtautumaan kriittisesti lähdeaineistoon. Projektin aikana yhteistyötaitomme kehittyivät, kun saimme tehdä yhteistyötä meille uusien ihmisten kanssa ja luoda uusia työelämäkontakteja. Lisäksi yhteistyötaidot kehittyivät projektiryhmämme sisällä. Tämä auttoi meitä huomioimaan jokaisen vahvuuksia.

Jälkikäteen pohdittuna olisimme voineet suunnitella aikataulua paremmin, jotta loppuraportin valmistumisen kanssa ei olisi tullut niin kiire. Aiheen rajaus oli todella haastavaa, siihen olisi alussa voinut kiinnittää huomiota. Olemme tehneet tietoperustan kasaamisessa paljon turhaa työtä, joka on vienyt aikaamme. Itsetuntotuokion suunnittelussa olisi voinut kiinnittää huomiota tuokion pituuteen. Seuraavissa tuokioissa osasimme kiinnittää huomiota tuokioiden pituuteen ja karsia ylimääräiset asiat pois esityksestä. Muuten tuokiot olivat mielestämme onnistuneita ja hyvin suunniteltuja.

Jatkokehittämisehdotuksemme on kirjallisen vertaisryhmämallin luominen 0-3 vuotiaan lapsen psyykkisen kehityksen tukemisesta. Vertaisryhmämallin avulla ohjattuja psyykkisen kehityksen tuokioita pidettäisiin järjestelmällisemmin useille ryhmille. Järjestäjinä voivat olla alan opiskelijat tai neuvolan henkilökunta.

LÄHTEET

Aaltonen, M., Ojanen, T., Sivén, T., Vihunen, R. & Vilen, M. 2003. Lapsen aika. 6. – 7. painos. Porvoo: WS Bookwell oy.

Ahlsten, L. 2012. Hyvinvointineuvola perheen tukena. Terveys ja talous. 4/2012. 32–33.

Alfvén, M. & Hofsten, K. 2012. Uhmakirja. Suom. E. Uotila. Helsinki: Tammi

Aronen, E. & Sourander, A. 2011a. Mitä lastenpsykiatria on?. Psykiatria. Sisäinen lähde. Hakupäivä 17.2.2014.http://www.terveysportti.fi/dtk/oppi/koti?p_artikkeli=inf04497&p_selaus=16597.

Aronen, E. & Sourander, A. 2011b. Lastenpsykiatria – johdanto. Psykiatria. Sisäinen lähde. Hakupäivä 15.7.2013.
http://www.terveysportti.fi/dtk/oppi/koti?p_artikkeli=inf04497&p_selaus=16597.

Eronen, S., Kalakoski, V., Kanninen, K., Katainen, S., Kauppinen, L., Laarni, J., Lähdesmäki, M., Oksala, E., Paavilainen, P., Penttilä, M. 2003. Persoona Kehityopsykologia. Helsinki: Edita.

Friis, L., Eirola, R & Mannonen, M. 2004. Lasten ja nuorten mielenterveystyö. Helsinki: WSOY

Haaranen, A. 2012. Realistinen arviointi lapsiperheiden vanhempainryhmistä. Muutokset perheen terveydessä ja vaikuttavuutta edistävät toiminnot. Itä-Suomen yliopisto. Hoitotieteen laitos. Terveystieteiden tiedekunta. Väitöskirja.

Hakulinen-Viitanen, T., Kaikkonen, R., Koponen, P., Laatikainen, T., Mäki, P., Ovaskainen, M-L, Sippola, R. & Virtanen, S. 2010. Lasten terveys LATE-tutkimuksen perustulokset lasten kasvusta, kehityksestä, terveydestä, terveystottumuksista ja kasvuympäristöstä. Hakupäivä 27.11.2013. <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80056/3ebde5ad-1be7-4268-9167-df23095fca33.pdf?sequence=1>.

Hakulinen-Viitanen, T., Kaikkonen, R., Laatikainen, T., Markkula, J., Mäki, P., Ovaskainen, M-L, Virtanen, S. & Wikström, K. 2012. Lasten ja lapsiperheiden terveys- ja hyvinvointierot. Hakupäivä

27.11.2013 <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80049/b79b33f7-e767-4a74-ab5d-40e9b60a1fe8.pdf?sequence=1>

Hermanson, E. 2012. Varhainen vuorovaikutus ja itsetunnon kehitys. Hakupäivä 15.7.2013
http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=kot00302.

Keltikangas – Järvinen, L. 2010. Hyvä itsetunto. Porvoo: WSOY.

Keltikangas- Järvinen, L. 2004. Temperamentti – Ihmisen yksilöllisyys. Juva: WSOY.

Kuukasjärvi, M. 2011. Vanhemmuuden tukeminen. Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. Hakupäivä 14.2.2013
http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/35670/Kuukasjarvi_Merja.pdf?sequence=1.

Lastensuojelulaki 13.4.2007/417.

Lehtonen, J & Lönnqvist, J. 2011a. Mielenterveys kansakunnan voimavarana. Teoksessa M. Henriksson, J. Lönnqvist & M. Marttunen Psykiatria. Helsinki: Otavan kirjapaino. Sisäinen lähde. Hakupäivä. 14.7.2013
http://www.terveysportti.fi/dtk/oppi/koti?p_artikkeli=inf04497&p_selaus=16597

Lehtonen, J & Lönnqvist, J. 2011b. Mielenterveyden edistäminen. Teoksessa M. Henriksson, J. Lönnqvist & M. Marttunen Psykiatria. Helsinki: Otavan kirjapaino. Sisäinen lähde Hakupäivä 14.7.2013
http://www.terveysportti.fi/dtk/oppi/koti?p_artikkeli=inf04497&p_selaus=16597.

Lehtonen, J & Lönnqvist, J. 2011c. Mikä on ajankohtaista mielenterveyden alueella? Teoksessa M. Henriksson, J. Lönnqvist & M. Marttunen Psykiatria. Helsinki: Otavan kirjapaino. Sisäinen lähde. Hakupäivä 14.7.2013
http://www.terveysportti.fi/dtk/oppi/koti?p_artikkeli=inf04497&p_selaus=16597.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2013a. Lapsen ja nuoren temperamentti ja persoonallisuus. Hakupäivä 26.3.2013. http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/lapsen-temperamentti/.

Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2013b. Vahvuutta vanhemmuuteen— perheryhmät. Hakupäivä 26.3.2013. <http://www.mll.fi/perheille/vahvuuttavanhemmuuteen/>.

Mannerheimin lastensuojeluliitto 2013c. Lapsen ja vanhemman kiintymyssuhde. Hakupäivä 15.7.2013

http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemmuus_ja_kasvatus/lapsen_ja_vanhemman_varhainen_vu/kiintymista/

Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2013d. Lapsen ja vanhemman varhainen vuorovaikutus. Hakupäivä 15.7.2013

http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemmuus_ja_kasvatus/lapsen_ja_vanhemman_varhainen_vu/.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2013e. Leikin merkitys lapselle. Hakupäivä 20.8.2013

http://www.mll.fi/vanhempainnetti/lasten_leikit/leikin_merkitys_lapselle/.

Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2013f. Projektit. Voimaperhe-hanke: kumppanuudella vahvistetaan lasten ja perheiden hyvinvointia. Hakupäivä 13.11.2013. <http://pohjois-pohjanmaa.mll.fi/projektit/>.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2013g. Lapsi on uhmaiässä. Hakupäivä 21.11.2013.

http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tukivinkit/lapsi_on_uhmaiassa/.

Mannerheimin lastensuojeluliitto 2013h. Lapsen itsetunnon tukeminen. Hakupäivä 20.12.2014.

http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemmuus_ja_kasvatus/lapsen_itsetunnon_tukeminen/

Mannerheimien lastensuojeluliitto.2014a. Lapsen kasvu ja kehitys. Hakupäivä 21.2.2014.

http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/.

Mannerheimin lastensuojeluliitto 2014b. Kehittymistä vuorovaikutuksessa vanhemman kanssa.

Hakupäivä 24.2.2014. http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/0_1-vuotias/vuorovaikutus/

Mannerheimin lastensuojeluliitto 2014c. Lapsi uhmaiässä. Hakupäivä 24.2.2014
http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tukivinkit/lapsi_on_uhmaiassa/

Mannerheimin lastensuojeluliitto 2014d. Vauvan keho kasvaa. Hakupäivä 24.2.2014.
http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/0_1-vuotias/fyysinen_kehitys/

Nyyti ry. 2011. Itsetunto – mitä se on ja kuinka sitä voi kehittää? Hakupäivä 21.8.2013.
<https://www.nyyti.fi/tietoa/itsetunto/>.

Puustjärvi, A. 2013. Lasten psykiatrin ylilääkäri, ESSHP, Mikkeli. Lapsen tasapainoisen kehityksen tukeminen. PowerPoint-esitys. Hakupäivä 14.2.2013.
<http://www.sooli.fi/kevat2011/lapsentasapainoisenkehityksentukeminen.pdf>.

Rusanen, E. 2011. Hoiva, kiintymys ja lapsen kehitys. Porvoo: Bookwell oy

Ruuska, K. 2006. Terveystuonon projektinhallinta mallit, työkalut, ihmiset. Helsinki: Talentum Media Oy.

Saastamoinen, E. 2010. Tapaajavanhemman näkemyksiä vanhemmuudestaan, suhteestaan lapseen ja lapsen edusta valvotuissa tapaamisissa Kuopion Ensikotiyhdistyksen tapaamispaikassa. Tampereen ammattikorkeakoulu. Sosiaali alan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.

Savonlahti, E. 2014. Alle 3-vuotiaan psyykkiset ja vuorovaikutussuhdehäiriöt. Hakupäivä 20.2.2014 http://www.therapiafennica.fi/wiki/index.php?title=alle_3-vuotiaan_psyykkiset_ja_vuorovaikutussuhde%a4iri%b6t

Sinkkonen, J. 2011. Lapsen puolesta. Helsinki: WSOY

Sinkkonen, J. 2001. Leikin alkulähteillä. Kauhava: Kauhavan kirjapaino

Sinkkonen, J. & Kalland, M. 2005. Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Helsinki: Werner Söderström osakeyhtiö.

Sinkkonen, J. 2004. Kiintymyssuhdeteoria – tutkimuslöydöksistä käytännön sovelluksiin. Hakupäivä 9.7.2013. <http://www.terveyskirjasto.fi/xmedia/duo/duo94437.pdf>.

Soininen, P. 2001. Leikki on totta. Teoksessa M. Kahri & Pienperheyhdistys ry Lapsen arki on leikkiä. Kauhava: Kauhavan kirjapaino, 17 - 20.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2004. Lastenneuvola lapsiperheiden tukena - opas työntekijöille. Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita 2004:14. Hakupäivä 23.2.2014. http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE3578.pdf&title=Lastenneuvola_lapsiperheiden_tukena_fi.pdf.

Sosiaaliportti. 2013. Hyvinvointineuvola. Hakupäivä 14.2.2013. <http://www.sosiaaliportti.fi/Page/e8c7869b-b013-4b2d-9133-e97d88848606.aspx>

Suomen mielenterveysseura. 2013. Itsetunto koostuu useasta alueesta. Hakupäivä 21.8.2013. <http://www.vahvistamo.fi/vahvistamo/mina/itsetunto>.

THL. 2013. Mielen hyvinvointi. Hakupäivä 1.7.2013. http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/aiheet/tietopakettit/amis/mielen_hyvinvointi.

Tilastokeskus. 2013a. Isojen lapsiperheiden määrä pysynyt vakaana. Hakupäivä 3.2.2014. http://www.stat.fi/til/perh/2012/perh_2012_2013-05-24_tie_001_fi.html.

Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä. 2013. Vanhemmuuden roolikartta®. Hakupäivä 23.2.2014. <http://www.vslk.fi/index.php?id=19>

Viljamaa, M-L. 2003. Neuvola tänään ja huomenna: Vanhemmuuden tukeminen, perhekeskeisyys ja vertaistuki. Jyväskylän yliopisto. Väitöskirja

Vilkko-Riihelä A. 1999. Psykye - psykologian käsikirja. Porvoo: WSOY-kirjapainoyksikkö.

Vänskä, K., Laitinen-Väänänen, S., Kettunen, T., Mäkelä, J. 2011. Onnistuuko ohjaus? Sosiaali- ja terveysalan ohjaustyössä kehittyminen. Helsinki: Edita Prima.

Walker. P. 2004. Käytännön vauvahieronta. Suom. Harjanne, G. Helsinki: Perhemediat.

LIITTEET

LAATUKRITEERIT

LIITE 1

Laatukriteerit	Rakenne	Prosessi	Tuloskriteerit
Asiakaslähtöisyys	Kohderyhmä ennalta sovitettu	Esikoistaan odottavat vanhemmat	Oliko tapahtuma suunniteltu mielestäsi juuri sinulle?
	Sopiva ajankohta	Sovitaan yhteistyökumppanin kanssa sopiva aika ja paikka	Oliko aikaa tarpeeksi?
	Sopivasti informaatiota asiakkaille	Asiasisällöistä ennakkokysely esikoryhmän vanhemmille	Oliko asiasisältö hyvä?
	Esitys on mielenkiintoinen ja ajatuksia herättävä	Esityksestä valmistetaan vuorovaikutuksellinen ja keskustelua herättävä	Oliko esitys mielenkiintoinen?
Asiasisällön hyödynnettävyys	Hyvinvointineuvolan työntekijä voi hyödyntää ryhmätuokiossa saamaansa tietoa työssään	Hyvinvointineuvolan työntekijä osallistuu ryhmätuokioihin	Kokiko työntekijä saamansa tiedon hyödylliseksi?
	Ryhmätuokioihin osallistuvat äidit voivat hyödyntää tuokiossa saamaansa tietoa lapsensa kasvatuksessa	Vanhemmat osallistuvat ryhmätuokioihin	Kokivatko vanhemmat voivansa hyödyntää ryhmätuokiossa saamaansa tietoa lastensa kasvatuksessa

Vanhemmuuden tukeminen	Välitetään tietoa vanhemmille heidän oman toiminnan vaikutuksista lapsen psyykkiseen kehitykseen	0 – 3 – vuotiaan lapsen psyykkisen kehityksen tukeminen	Saivatko vanhemmat tapahtumassa tietoa siitä, miten vanhemman toiminta vaikuttaa 0 – 3 - vuotiaan lapsen psyykkiseen kehitykseen?
	Välitetään tietoa siitä minkälaista on psyykkistä kasvua tukeva vuorovaikutus	Vuorovaikutuksen tukeminen	Saivatko vanhemmat tietoa siitä, millaista vuorovaikutuksen tulisi olla lapsen kanssa, jotta se tukisi psyykkistä kehitystä?
	Välitetään faktatietoa hyvinvointineuvolan työntekijälle ja vanhempainryhmään osallistuville vanhemmille lasten psyykkisestä kehityksen vaikutuksesta mielenterveysongelmiin	Psyykkisen kehityksen yhteys mielenterveysongelmiin	Saivatko vanhemmat/työntekijä tietoa lasten psyykkisen kehityksen vaikutuksesta mielenterveysongelmiin

Hei!

Olemme kolmannen vuoden sairaanhoitajaopiskelijoita Oulun seudun ammattikorkeakoulusta ja teemme opinnäytetyötä 0-3 vuotiaiden lasten psyykkisen kehityksen tukemisesta. Yhteistyökumppanimme on Oulun kaupungin hyvinvointineuvola.

Olemme tulossa syksyllä 2013 Esikkoryhmään vetämään kolme ryhmäkertaa aiheena 0-3 vuotiaiden lasten psyykkisen kehityksen tukeminen. Jotta ryhmäkerrat olisivat mielenkiintoisia ja hyödyllisiä Teille vanhemmille, haluaisimme kuulla mielipiteenne siitä mitkä aiheet olisivat mielestänne tärkeitä käsitellä.

Ehdotuksiamme ryhmäkertojen teemoiksi ovat;

Uhmaikä <i>Lapsen kiukku ja siihen suhtautuminen</i>		Rastita kolme mielenkiintoisinta vaihtoehtoa!
Lapsen temperamentti <i>Lapselle tyypillinen tapa toimia ja käyttäytyä</i>		
Leikki <i>Leikin merkitys lapsen psyykkiselle kehitykselle</i>		
Erilaiset kehitysteoriat <i>Lapsen psykologinen kehityksellisiä teorioita olemassa</i>		
Kiintymyssuhde <i>Turvallisen kiintymyssuhteen merkitys</i>		
Varhainen vuorovaikutus <i>Varhaisen vuorovaikutuksen merkitys lapsen psyykkiselle kehitykselle</i>		
Hyvän itsetunnon kehittymisen tukeminen <i>Miten voi vanhempana tukea itsetunnon kehittymistä</i>		

Muu aihe, mikä? _____

Mielipiteenne on meille tärkeä, joten kiitos kyselyyn osallistumisesta!

terveisin Tanja Karkkola, Marjo Lassheikki ja Riikka Sorri



OPINNÄYTETYÖN YHTEISTYÖSOPIMUS

Toimijat		
Tekijä I (Opiskelija)	Etunimi	Sukunimi
	OSOITE	Sähköpostiosoite
	Puhelinnumero	Koulutusohjelma
Tekijä II (Opiskelija)	Etunimi	Sukunimi
	OSOITE	Sähköpostiosoite
	Puhelinnumero	Koulutusohjelma
Tekijä III (Opiskelija)	Etunimi	Sukunimi
	OSOITE	Sähköpostiosoite
	Puhelinnumero	Koulutusohjelma
Toimeksi- antaja I	Organisaation nimi	
	Työn ohjaaja/yhteyshenkilö	Osoite
	Puhelin	Sähköposti
Toimeksi- antaja II	Organisaation nimi	
	Työn ohjaaja/yhteyshenkilö	Osoite
	Puhelin	Sähköposti



Toimeksi- antaja III	Organisaation nimi	
	Työn ohjaaja/lyhteyshenkilö	Osoite
	Puhelin	Sähköposti
Oulun seudun ammatti- korkeakoulu I	Yksikön nimi SDSIAALI - JA TERVEYSALA	
	Ohjaava opettaja TERO KOSKELA	Osoite KIVIHARJUNLENKKI 1 B, 90220 OULU
	Puhelin	Sähköposti
Oulun seudun ammatti- korkeakoulu II	Yksikön nimi	
	Ohjaava opettaja	Osoite
	Puhelin	Sähköposti
Oulun seudun ammattikorke- koulu III	Yksikön nimi	
	Ohjaava opettaja	Osoite
	Puhelin	Sähköposti
Opinnäytetyön ohjaus ja vastuu	Vastuu opinnäytetyön tekemisestä ja tuloksista on Tekijällä. Ammattikorkeakoulun vastuu rajoittuu opinnäytetyön tavanomaiseen ohjaukseen. Toimeksiantaja sitoutuu antamaan Tekijän käyttöön kaikki opinnäytetyön tekemisessä tarvittavat julkiset tiedot ja aineistot sekä ohjaamaan opinnäytetyötä toimeksiantajaorganisaation näkökulmasta. Jos opinnäytetyön tekeminen edellyttää salassa pidettävien tietojen tarkastelemista, laaditaan siitä tarvittaessa erillinen salassapitosopimus.	
Tulosten julkistaminen ja luottamuk- sellisuus	Opinnäytetyö on kokonaisuudessaan julkinen. Mikäli opinnäytetyö sisältää liikesalaisuuksia tai muita julkisuuslaissa salassa pidettäväksi määrättyjä tietoja, on opinnäytetyön raportti laadittava niin, että tietojen luottamuksellisuus säilyy. Tarvittaessa salassa pidettävät tiedot on jätettävä työn tausta-aineistoon. Opinnäytetyö raportoidaan ammattikorkeakoulujen verkkokirjasto Theseukseen (http://www.theseus.fi) tai Oulun seudun ammattikorkeakoulun Intraan. Opinnäytetyötoimijat päättävät raportointitavan opinnäytetyön valmistuttua. Tekijä, Toimeksiantaja ja Ohjaava opettaja sitoutuvat pitämään salassa kaikki opinnäytetyön tekemisessä ja sitä edeltävissä tai sen jälkeisissä neuvotteluissa esiin tulevat luottamukselliset tiedot ja asiakirjat sekä pidättäytymään käyttämästä hyväkseen toisen osapuolen ilmaisevia luottamuksellisia tietoja ilman erillistä lupaa.	
II Suunnitelma		
Opinnäytetyö	Aihe/työnimi 0-3 VUOTIAAN LAPSEN PSYKKISEN KEHTYKSEN TUKEMINEN - PÄIHÄTUBEROIDEN JÄRJESTÄMISEN KOSKELAN HUVINVOINTINEUVOLAN VANHEMPAINRYHMÄSSÄ Kehittämisen/Autkimustehtävän tavoite ja tulos MIELENTERVEYDEN TUKEMINEN, VANHEMMUUDEN TUKEMINEN; MIELENTERVEYSONGELMIEN ENNALTAEHTÄJYYS TULOS: VERTAISRYHMÄMALLI	



0-3-vuotiaan

	Keskeiset menetelmät VANHENPAINRUKHÄÄTUOKIOT, JOIDEN TEEMAT PSYKKISEN KEHTYKSEN ESI-OSA-ALUEILTA ALTIIVA KESKUSTELU PIENIMUOTOINEN TOIMINTA (ESIM. LEIKIT)						
	Toimeksiantaja maksaa opiskelijalle tai ammattikorkeakoululle työn tekemisestä <table style="float: right;"> <tr><td><input type="checkbox"/> Kyllä</td></tr> <tr><td><input checked="" type="checkbox"/> Ei</td></tr> </table>	<input type="checkbox"/> Kyllä	<input checked="" type="checkbox"/> Ei				
<input type="checkbox"/> Kyllä							
<input checked="" type="checkbox"/> Ei							
	Opinnäytetyölle on nimetty ohjaajaksi työelämän edustaja <table style="float: right;"> <tr><td><input type="checkbox"/> Kyllä</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/> Ei</td></tr> </table>	<input type="checkbox"/> Kyllä	<input type="checkbox"/> Ei				
<input type="checkbox"/> Kyllä							
<input type="checkbox"/> Ei							
	Toimeksiantaja hyödyntää opinnäytetyön tuloksia toiminnassaan <table style="float: right;"> <tr><td><input type="checkbox"/> Kyllä</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/> Ei</td></tr> </table>	<input type="checkbox"/> Kyllä	<input type="checkbox"/> Ei				
<input type="checkbox"/> Kyllä							
<input type="checkbox"/> Ei							
	Tarkempi selvitys opinnäytetyösuunnitelmassa _____ 20____						
Allekirjoitus	Hyväksyn opinnäytetyön toteutuksen ja ohjauksen Toimijat ja Suunnitelma -kohdissa esitetyllä tavalla.						
	<table style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%;">Päivämäärä <u>16.12.2013</u></td> <td style="width: 50%;">Ohjaavarympäristön I allekirjoitus <i>[Signature]</i></td> </tr> <tr> <td>Päivämäärä <u>9.12.2013</u></td> <td>Ohjaavarympäristön II allekirjoitus (Sivona) <i>[Signature]</i></td> </tr> <tr> <td>Päivämäärä _____ 20____</td> <td>Ohjaavarympäristön III allekirjoitus</td> </tr> </table>	Päivämäärä <u>16.12.2013</u>	Ohjaavarympäristön I allekirjoitus <i>[Signature]</i>	Päivämäärä <u>9.12.2013</u>	Ohjaavarympäristön II allekirjoitus (Sivona) <i>[Signature]</i>	Päivämäärä _____ 20____	Ohjaavarympäristön III allekirjoitus
Päivämäärä <u>16.12.2013</u>	Ohjaavarympäristön I allekirjoitus <i>[Signature]</i>						
Päivämäärä <u>9.12.2013</u>	Ohjaavarympäristön II allekirjoitus (Sivona) <i>[Signature]</i>						
Päivämäärä _____ 20____	Ohjaavarympäristön III allekirjoitus						
III Sopimusehdot							
Oikeudet tuloksiin ja muuhun opinnäytetyöhön liittyvään aineistoon, laitteisiin ja sovelluksiin	Valitaan A, B, C tai D. A <input type="checkbox"/> Käyttöoikeuden luovutus (ei muunteluoikeutta) Tekijänoikeus opinnäytetyön tuloksiin kuuluu opinnäytetyön Tekijälle (Opiskelijalle). Tekijä myöntää Toimeksiantajalle rinnakkaisen käyttöoikeuden opinnäytetyöhön ja siihen liittyvään aineistoon. Toimeksiantaja saa valmistaa opinnäytetyöstä kopioita, esittää ja näyttää aineistoa ja levittää opinnäytetyöstä tehtyjä kappaleita. Toimeksiantajalla ei ole oikeutta muuttaa opinnäytetyötä ilman Tekijän lupaa. Muusta käytöstä on sovittava erikseen kirjallisesti. Toimeksiantaja ei voi siirtää tämän sopimuksen mukaista käyttöoikeutta kolmannelle osapuolelle. Käyttöoikeus on voimassa _____ 20____ saakka. Tekijä luovuttaa Oamkille rinnakkaisen käyttöoikeuden opinnäytetyöhön ja siihen liittyvään materiaaliin ilman erillistä korvausta. Käyttöoikeus sisältää oikeuden säilyttää opinnäytetyö ja siihen liittyvä materiaali sekä käyttää sitä opetus- ja tutkimustoiminnassa, kirjastopalveluissa, toimintansa esittelyssä ja markkinoinnissa ja muussa tavanomaisessa toiminnassaan. B <input checked="" type="checkbox"/> Käyttöoikeuden luovutus (sisältää muunteluoikeuden) Tekijänoikeus opinnäytetyön tuloksiin kuuluu opinnäytetyön Tekijälle (Opiskelijalle). Tekijä myöntää Toimeksiantajalle rinnakkaisen käyttöoikeuden opinnäytetyöhön ja siihen liittyvään aineistoon. Toimeksiantaja saa valmistaa opinnäytetyöstä kopioita, esittää ja näyttää aineistoa ja levittää opinnäytetyöstä tehtyjä kappaleita sekä tehdä siihen levittämisen ja yleisön saataville saattamisen kannalta tarpeelliset muutokset. Muusta käytöstä on sovittava erikseen kirjallisesti. Toimeksiantaja ei voi siirtää tämän sopimuksen mukaista käyttöoikeutta kolmannelle osapuolelle. Käyttöoikeus on voimassa _____ 20____ saakka. Tekijä luovuttaa Oamkille rinnakkaisen käyttöoikeuden opinnäytetyöhön ja siihen liittyvään materiaaliin ilman erillistä korvausta. Käyttöoikeus sisältää oikeuden säilyttää opinnäytetyö ja siihen liittyvä materiaali sekä käyttää sitä opetus- ja tutkimustoiminnassa, kirjastopalveluissa, toimintansa esittelyssä ja markkinoinnissa ja muussa tavanomaisessa toiminnassaan. C <input type="checkbox"/> Taloudelliset tekijänoikeudet luovutetaan kokonaan toimeksiantajalle Tekijä (Opiskelijalle) luovuttaa Toimeksiantajalle kaikki opinnäytetyöhön ja sen tuloksiin liittyvät taloudelliset tekijänoikeudet. Toimeksiantajalla on oikeus luovuttaa tämän sopimuksen mukaiset oikeudet edelleen kolmannelle osapuolelle Tekijää kuulematta ja tehdä levittämisen ja yleisön saataville saattamisen kannalta tarpeelliset muutokset. Oikeus siirtoon sisältyy, mutta ei rajoitu, kaikki oikeudet muuntaa, välittää, esittää julkisesti ja levittää tallennettuna, siirtää se toiselle medialle ja valmistaa kopioita (myös otteita) esittämistä, myyntiä, vuokraamista tai muuta levittämistä varten hyödyntämällä sähköistä, analogista- tai digitaalkäyttötekniikkaa, cd- ja dvd-formaatteja, multimedialla, printtimedialla, tietoverkkoja ja videovuokrausjärjestelmiä ja muita vastaavia teknologisia ratkaisuja jakelutavasta riippumatta. Tekijä vakuuttaa, että hänellä on oikeus luovuttaa kaikki edellä mainitut oikeudet, ja että kyseiset oikeudet eivät Tekijän parhaan tiedon mukaan loukkaa kolmannen osapuolen oikeuksia. Toimeksiantaja luovuttaa Oamkille rinnakkaisen käyttöoikeuden opinnäytetyöhön ja siihen liittyvään materiaaliin ilman erillistä korvausta. Käyttöoikeus sisältää oikeuden säilyttää opinnäytetyö ja siihen liittyvä materiaali sekä käyttää sitä opetus- ja tutkimustoiminnassa, kirjastopalveluissa, toimintansa esittelyssä ja markkinoinnissa ja muussa tavanomaisessa toiminnassaan. D <input type="checkbox"/> Tekijänoikeuksista sovitaan erikseen Tekijä ja Toimeksiantaja ovat sopineet opinnäytetyön ja sen tulosten tekijänoikeuksista luovuttamisesta seuraavaa:						



Korvaukset	Valitaan E, F tai G.	
	<input type="checkbox"/> E Korvauksena tehdystä työstä jätetään tekijänoikeuksien luovuttamisesta Toimeksiantaja maksaa Tekijälle _____ € korvauksen _____,20 _____ mennessä. <input type="checkbox"/> F Korvauksesta on sovittu erikseen. <input type="checkbox"/> G Tekijälle ei makseta korvauksia tehdystä työstä eikä tekijänoikeuksien luovuttamisesta.	
Opinnäytetyön kustannukset	Työsuhde Mahdollisesta työsuhdesta Toimeksiantaja ja Tekijä sopivat erikseen. Opinnäytetyötä tekevät opiskelijat ovat Oulun seudun koulutus kuntayhtymän/Oulun seudun ammattikorkeakoulun tapaturmavakuuksen piirissä, mikäli heillä ei ole työsuhdetta opinnäytetyön Toimeksiantajaan.	
Allekirjoitukset	Olemme sopineet opinnäytetyön toteutuksesta ja ohjauksesta tässä sopimuksessa sovitulla tavalla. Opinnäytetyön arvioitu valmistumisaika on _____,20 _____.	
	Päivämäärä 17.12.2013	Tekijän I (Opiskelijan) allekirjoitus <i>Taru</i>
	Päivämäärä 17.12.2013	Tekijän II (Opiskelijan) allekirjoitus <i>Matti</i>
	Päivämäärä 17.12.2013	Tekijän III (Opiskelijan) allekirjoitus <i>Antti</i>
	Päivämäärä 17.12.2013	Toimeksiantajan I allekirjoitus <i>Antti Silta</i>
	Päivämäärä _____,20 _____	Toimeksiantajan II allekirjoitus
	Päivämäärä _____,20 _____	Toimeksiantajan III allekirjoitus

1. RYHMÄTUOKIO 0 – 3 – VUOTIAAN LAPSEN ITSETUNNON TUKEMINEN

Sisältö	Opetus- / ohjausmenetelmä	Havainnollistaminen/ oppimateriaali	Ryhmän tavoitteet	Arviointi
Esittäytyminen ja tuokion sisällön läpi käyminen	Sanallinen ilmaisu		Vanhemmat tietävät ketä olemme ja mitä tuokio pitää sisälleen.	Esittäydymmekö? Käytiinkö tuokion sisältö läpi?
Mitä on hyvä itsetunto, mitä hyötyä siitä on, miten vanhemmat vaikuttavat 0-3- vuotiaan itsetunnon kehittymiseen ja miten leikin avulla voi tukea lapsen itsetuntoa.	Sanallinen ja kuvallinen ilmaisu	PowerPoint- esitys	Vanhemmat tietävät mitä on hyvä itsetunto, mitä hyötyä siitä on, miten leikin avulla voidaan tukea lapsen itsetuntoa ja miten he itse voivat vaikuttaa 0-3- vuotiaan itsetunnon kehittymiseen.	Arvioidaan palautelomakkeen pohjalta
Aktivoivia kysymyksiä ryhmälle	Sanallinen ilmaisu		Vanhemmat vastaavat kysymyksiin	Vastasivatko vanhemmat kysymyksiin?
Itsetuntoa vahvistavien leikkien ohjaaminen vanhemmille	Toiminnallinen ilmaisu	Pehmolelut ja musiikki	Vanhemmat osallistuvat toimintaan yhdessä lastensa kanssa	Osallistuivatko vanhemmat toimintaan lastensa kanssa?
Vanhempien kirjallinen palaute		Palautelomake	Vanhemmat antavat kirjallista palautetta	Täyttivätkö vanhemmat palautelomakkeen?

2. RYHMÄTUOKIO 0 – 3 – VUOTIAAN LAPSEN TEMPERAMENTTI

Sisältö	Opetus- / ohjausmenetelmä	Havainnollistaminen/ oppimateriaali	Ryhmän tavoitteet	Arviointi
Esittäytyminen ja tuokion sisällön läpi käyminen	Sanallinen ilmaisu		Vanhemmat tietävät ketä olemme ja mitä tuokio pitää sisällään.	Esittäydymmekö? Käytiinkö tuokion sisältö läpi?
Herättelevä kysymys: mitä tulee mieleen sanasta temperamentti?	Sanallinen ja kuvallinen ilmaisu	Power Point -esitys	Ryhmä osallistuu keskusteluun	Arvioidaan palautelomakkeen pohjalta
Erialaisten temperamenttityyppien läpikäynti	Sanallinen ja kuvallinen ilmaisu	Power Point-esitys	Vanhemmat oppivat tunnistamaan erilaisia temperamenttityyppejä.	
Temperamenttitehtävä	Toiminnallinen ilmaisu	Pahvikortit	Vanhemmat osallistuvat toimintaan	Osallistuivatko vanhemmat toimintaan?
Lapsen ja vanhemman temperamentti: vaikutus	Sanallinen ja kuvallinen ilmaisu	Power Point-esitys	Vanhemmat tiedostavat erilaisten temperamenttityyppien vaikutuksen lapsen kehitykseen. Vanhemmat huomioivat, että lapsella voi olla erilainen temperamentti kuin itsellä.	
Vanhempien kirjallinen palaute		Palautelomake	Vanhemmat antavat kirjallista palautetta	Täyttivätkö vanhemmat palautelomakkeen?

3. RYHMÄTUOKIO 0 – 3 – VUOTIAAN LAPSEN UHMAIKÄ

Sisältö	Opetus- / ohjausmenetelmä	Havainnollistaminen/ oppimateriaali	Ryhmän tavoitteet	Arviointi
Esittäytyminen ja tuokion sisällön läpi käyminen	Sanallinen ilmaisu	Power Point -esitys	Vanhemmat tietävät ketä olemme ja mitä tuokio pitää sisällään.	Esittäydymmekö? Käytiinkö tuokion sisältö läpi?
Näytelmä liittyen uhmaikään	Toiminnallinen ilmaisu	Käsinuket +rekvisiitta	Vanhemmat aktivoituvat tuokion aiheeseen. Pohdintaa miltä lapsesta tuntuu.	Arvioidaan palautelomakkeen pohjalta
Mikä on uhmaiän tarkoitus? Vanhemman rooli uhmaikäisen lapsen kasvatuksessa	Sanallinen/kuvallinen ilmaisu	Power Point -esitys	Vanhemmat ymmärtävät uhmaiän merkityksen Vanhemmat omaksuvat tietoja, joilla he voivat tukea uhmaiässä olevaa lasta	
Vanhempien kirjallinen palaute		Palautelomake	Vanhemmat antavat kirjallista palautetta	Täyttivätkö vanhemmat palautelomakkeen?

Ryhmätuokit esikkoryhmälle

tiistai 14.1.2014 Klo: 13:30–15:00 Itsetunnon tukeminen

tiistai 21.1.2014 Klo: 13:30–15:00 Temperamentti

tiistai 4.2.2014 Klo: 13:30–15:00 Uhmaikä

Olemme sairaanhoitajaopiskelijoita Oulun ammattikorkeakoulusta. Opinnäytetyömme aiheena on 0-3 vuotiaan lapsen psyykkisen kehityksen tukeminen. Tämän myötä järjestämme kolme tuokiota esikkoryhmään. Tuokioiden aiheina ovat itsetunnon tukeminen, temperamentti ja uhmaikä.

Jokaisessa tuokion aluksi pidämme alustuksen päivän aiheesta, jonka pohjalta keskustellemme yhdessä aiheesta.

Tuokioiden päätteeksi keräämme palautetta opinnäytetyötämme varten.

Tervetuloa!

Marjo Lassheikki, Tanja Karkkola & Riikka Sorri



Kiitos vastauksistasi!

Ympyröi kohdat, jotka mielestäsi kuvaavat parhaiten tuokion toteutusta ja sisältöä. Voit ympyröidä useamman vaihtoehdon.

1. Mitä mieltä olet tuokion toteutuksesta?

- a) Mielenkiintoinen b) Osittain mielenkiintoinen c) Ei lainkaan mielenkiintoinen
d) Hyödyllinen e) Osittain hyödyllinen f) Ei lainkaan hyödyllinen

2. Oliko tuokion pituus mielestäsi

- a) sopiva b) liian lyhyt c) liian pitkä

3. Minkä verran sait uutta tietoa lapsen itsetunnosta?

- a) Paljon b) Jonkin verran c) Vähän d) En lainkaan

4. Kirjoita vapaasti, mikä oli sinulle uutta tietoa

5. Koetko, että voit hyödyntää tuokiosta saamaasi tietoa lapsen kasvatuksessa?

- a) Kyllä b) En c) Ehkä

6. Suositteletko muita vanhempia osallistumaan vastaavanlaiseen tuokioon?

- a) Kyllä b) En

Kiitos vastauksistasi!

Ympyröi kohdat, jotka mielestäsi kuvaavat parhaiten tuokion toteutusta ja sisältöä. Voit ympyröidä useamman vaihtoehdon.

1. Mitä mieltä olet tuokion toteutuksesta?

- a) Mielenkiintoinen b) Osittain mielenkiintoinen c) Ei lainkaan mielenkiintoinen
d) Hyödyllinen e) Osittain hyödyllinen f) Ei lainkaan hyödyllinen

2. Oliko tuokion pituus mielestäsi

- a) sopiva b) liian lyhyt c) liian pitkä

3. Minkä verran sait uutta tietoa lapsen temperamentista?

- a) Paljon b) Jonkin verran c) Vähän d) En lainkaan

7. Kirjoita vapaasti, mikä oli sinulle uutta tietoa

8. Koetko, että voit hyödyntää tuokiosta saamaasi tietoa lapsen kasvatuksessa?

- b) Kyllä b) En c) Ehkä

9. Suositteletko muita vanhempia osallistumaan vastaavanlaiseen tuokioon?

- b) Kyllä b) En

Kiitos vastauksistasi!

**Ympyröi kohdat, jotka mielestäsi kuvaavat parhaiten tuokion toteutusta ja sisältöä.
Voit ympyröidä useamman vaihtoehdon.**

1. Mitä mieltä olet tuokion toteutuksesta?

- a) Mielenkiintoinen b) Osittain mielenkiintoinen c) Ei lainkaan mielenkiintoinen
d) Hyödyllinen e) Osittain hyödyllinen f) Ei lainkaan hyödyllinen

2. Oliko tuokion pituus mielestäsi

- a) sopiva b) liian lyhyt c) liian pitkä

3. Minkä verran sait uutta tietoa lapsen uhmaikästä?

- a) Paljon b) Jonkin verran c) Vähän d) En lainkaan

10. Kirjoita vapaasti, mikä oli sinulle uutta tietoa

11. Koetko, että voit hyödyntää tuokiosta saamaasi tietoa lapsen kasvatuksessa?

- c) Kyllä b) En c) Ehkä

12. Suositteletko muita vanhempia osallistumaan vastaavanlaiseen tuokioon?

- c) Kyllä b) En

Kiitos vastauksistasi!

Ympyröi kohdat, jotka mielestäsi kuvaavat parhaiten tuokion toteutusta ja sisältöä. Voit ympyröidä useamman vaihtoehdon.

1. Mitä mieltä olet tuokion asiasisällöstä?
a) Hyvä b) Kattava c) Liian laaja d) Puutteellinen

2. Mitä mieltä olet tuokion toteutuksesta?
a) Erittäin hyvä b) Hyvä c) Vaatii kehittämistä
d) Vaatii paljon kehittämistä

3. Koetko voivasi hyödyntää ryhmätuokiosta saamaasi tietoa/aihetta työssäsi?
a) Kyllä b) Osittain c) En

Jos vastasit edelliseen vastaukseen kyllä/osittain, niin vastaa myös seuraavaan kysymykseen.

4. Tuleeko mieleesi käytännön esimerkkejä miten voit hyödyntää materiaalia/aihetta työssäsi?

5. Miten kehittäisit tuokion toteutusta ja asiasisältöä?
