

Behm Taru
Kolehmainen Taru
Vahvaselkä Salla


KUUNTELE MINUA
Herätevideo varhaisesta vuorovaikutuksesta
Mikkelin kaupungin perhevalmennukseen

Opinnäytetyö
Hoitotyön koulutusohjelma


Huhtikuu 2015



KUVAILULEHTI

	Opinnäytetyön päivämäärä 23.4.2015
Tekijä(t) Taru Behm, Taru Kolehmainen ja Salla Vahvaselkä	Koulutusohjelma ja suuntautuminen Hoitotyön koulutusohjelma
Nimeke Kuuntele minua -herätevideo varhaisesta vuorovaikutuksesta Mikkelin kaupungin perhevalmennukseen	
Tiivistelmä Toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa herätevideo varhaisesta vuorovaikutuksesta Mikkelin kaupungin perhevalmennuksen moniammatillisen työryhmän käyttöön. Video ei ole opetusmateriaalia vaan sen tavoitteena on herättää tulevien vanhempien ajatuksia uutta perheenjäsentä kohtaan. Videolla on kuvattu vanhemman ja vauvan välisen varhaisen vuorovaikutuksen kehittymistä neljän ensimmäisen elinkuukauden aikana. Video koostuu jokapäiväisistä arkisista tilanteista vanhemman ja vauvan välillä. Teoriaosuudessa olemme tarkastelleet varhaisen vuorovaikutuksen merkitystä lapsen kehityksen kannalta. Kiintymyssuhdeteorian ja - mallien avulla olemme havainnollistaneet varhaisen vuorovaikutuksen merkitystä lapsen kokonaisvaltaisen kehityksen kannalta. Lisäksi teoriaosuudessa avaamme myös asetuksella määritetyn perhevalmennuksen toimintaa ja asiasisältöä. Mikkelin perhevalmennuksen moniammatillisen työryhmän käytettävissä ei aiemmin ollut suomalaista varhaista vuorovaikutusta havainnollistavaa herätevideota. Tuottamassamme videossa olemme pyrkinneet vastaamaan perhetyöntekijöiden sekä psykologien esittämiin toiveisiin. Palaute herätevideosta kerättiin opinnäytetyöprojektimme välivaiheessa suullisesti, ja opinnäytetyöprojektin lopuksi kirjallisesti avoimen kyselylomakkeen avulla. Palautetta keräsimme Mikkelin kaupungin perhevalmennuksen moniammatillisen työryhmän jäseniltä. Herätevideosta saatu palaute oli kokonaisuudessaan hyvin positiivista, eikä kehittämisehdotuksia tullut. Jatkotutkimusaiheeksi esitämme kyselyn järjestämistä perhevalmennuksen kohderyhmälle, joka arvioisi herätevideon toimivuutta tunteiden herättelyyn nähden. Perhevalmennuksen moniammatillisesta työryhmästä ehdotettiin myös, että perhevalmennuksen muihin aihealueisiin tehtäisiin lyhyitä havainnollistavia videopätkiä, esimerkiksi liikuntaan, ravitsemukseen, isyyteen ja suuhygieniaan liittyen.	
Asiasanat (avainsanat) varhainen vuorovaikutus, kiintymyssuhde, sensitiivisyys, perhevalmennus, herätevideo	
Sivumäärä 31 s. + 3 liitettä	Kieli suomi
Huomautus (huomautukset liitteistä) sopimus videolla esiintyvän vauvan isän kanssa, sopimus työelämän kanssa, palautelomake	
Ohjaavan opettajan nimi Riitta - Liisa Jukarainen	Opinnäytetyön toimeksiantaja Mikkelin kaupungin perhevalmennus

DESCRIPTION

	Date of the bachelor's thesis 23 April 2015
Author(s) Taru Behm, Taru Kolehmainen and Salla Vahvaselkä	Degree programme and option Degree program in Nursing
Name of the bachelor's thesis Listen to me. Evocative video about early parent-infant interaction for family coaching in the city of Mikkeli	
Abstract <p>The aim of our thesis was to produce a video about early interaction between an infant and parents. The video is designed to be used in family coaching by a multi-professional working group. The video is not meant for educational purposes but to evoke the parents' feelings towards the new family member. In the video one can see how the interaction skills of a baby develop during the first four months. Furthermore, the video also shows how early interaction is realised in practice in everyday life.</p> <p>As for theoretical framework we examined the meaning of early interaction to a child's growth. Through the attachment theory and attachment models we have exemplified the importance of early interaction for the development of a child as a whole. In addition, the theoretical section includes an overview of the contents and operations of family coaching as defined by relevant law decrees.</p> <p>In the video our aim was to meet the needs of family councillors and psychologists, since there were no videos made in Finland to demonstrate early interaction. We collected oral feedback during our project and afterwards we collected written feedback in the form of a survey. The feedback was collected from the multi-specialist family coaching workgroup in Mikkeli. The feedback we received was in general positive and we received no suggestions for development.</p> <p>As for further research, we suggest conducting a survey for a specific target group in family coaching in which they would evaluate the effectiveness of this video regarding how well it succeeds to evoke feelings. Family coaching workgroup in Mikkeli also proposed for short demonstrative videos about other themes, for example about sport, nutrition, fatherhood and oral hygiene.</p>	
Subject headings, (keywords) early interaction, attachment, sensitivity, parent coaching, invoking video	
Pages 31 p. + appendices 3 p.	Language Finnish
Remarks, notes on appendices agreement with the father of the baby on the video, agreement with family coaching workgroup, the open form of a survey	
Tutor Riitta - Liisa Jukarainen	Bachelor's thesis assigned by Family coaching in the city of Mikkeli

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	1
2	HERÄTEVIDEON TAVOITTEET	2
3	LAPSEN KASVU JA KEHITYS NELJÄN ENSIMMÄISEN ELINKUUKAUDEN AIKANA	2
3.1	Vastasyntynyt	3
3.2	Kahden kuukauden ikäinen vauva	4
3.3	Neljän kuukauden ikäinen vauva.....	5
4	VARHAINEN VUOROVAIKUTUS LAPSEN KEHITYKSEN PERUSTANA ..	6
4.1	Varhaisen vuorovaikutuksen merkitys	6
4.2	Varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen.....	7
4.3	Sensitiivisyyden vaikutus vuorovaikutukseen ja kiintymyssuhteeseen.....	8
4.4	Uhkatekijät varhaisessa vuorovaikutuksessa.....	10
4.5	Riittävän hyvä vuorovaikutus	12
5	LAPSEN JA VANHEMMAN KIINTYMYSSUHTEET	13
5.1	Vanhempien kiintymyssuhteen kehittyminen.....	13
5.2	Lapsen kiintymyssuhteen kehittyminen	14
5.3	John Bowlbyn kiintymyssuhdeteoria.....	14
5.4	Mary S. Ainsworth, vierastilannemenetelmä ja kiintymyssuhdemallit	15
5.4.1	Turvallinen kiintymyssuhde.....	16
5.4.2	Turvaton kiintymyssuhde.....	16
5.4.3	Jäsentymätön kiintymyssuhde	17
5.5	Kiintymyssuhteen kuusi osatekijää.....	17
5.6	Margaret Mahlerin psykologisen syntymän teoria	18
5.6.1	Autismivaihe (0 - 2 kuukautta)	18
5.6.2	Symbioosivaihe (2 - 5 kuukautta)	19
5.6.3	Erillistymis- ja yksilöitymisvaihe (4 - 5 kuukautta – 3. vuotta)	19
5.7	Daniel Stern ja vaiheteoria.....	20
5.7.1	Tunne syntyvästä minästä 0 - 2 kuukautta	20
5.7.2	Tunne ydinminästä ja minä suhteessa muihin 2 - 6 kuukautta	20
5.7.3	Vaiheteorian viimeiset vaiheet.....	21
6	ASETUS PERHEVALMENNUKSEN JÄRJESTÄMISESTÄ KUNNISSA.....	21

6.1	Perhevalmennuksen toteutus	22
6.2	Mikkelissä järjestettävän perhevalmennuksen sisältö	23
7	HERÄTEVIDEO VARHAISESTA VUOROVAIKUTUKSESTA	24
7.1	Toiminnallinen opinnäytetyö.....	24
7.2	Herätevideo terveyden edistämisen menetelmänä.....	25
7.3	Videon suunnittelu.....	26
7.4	Videon toteutus	27
8	PROSESSIN ARVIOINTI JA POHDINTA	27
8.1	Herätevideon kuvausprosessi.....	28
8.2	Videon tuottamisen haasteet	28
8.3	Opinnäytetyömme eettisyys.....	29
8.4	Toiminnallinen opinnäytetyö oppimiskokemuksena.....	30
8.5	Videosta saatu palaute	31
8.6	Jatkotutkimusaiheet	32
	LÄHTEET	33

1 JOHDANTO

Varhainen vuorovaikutus on viestintää vanhemman ja vauvan väillä kahden ensimmäisen vuoden aikana (Pesonen 2010, 515). Varhaisen vuorovaikutuksen on tutkittu alkavan jo sikiön ollessa kohdussa, jolloin äidin ja sikiön vuorovaikutus on vastavuoroista ruumiillista dialogia (Haapio ym. 2009, 88). Vauvan syntymän jälkeen äidin ja vauvan vuorovaikutus muuttuu kielelliseksi ja emotionaaliseksi (Tamminen 2004, 47; Mäntymaa & Puura 2012, 22). Varhainen vuorovaikutus koostuu ilmeistä, eleistä, äänenpainoista ja -sävyistä ja katseista vanhemman ja vauvan välillä. Sanaton vuorovaikutus on vuorovaikutuksen perusta. (Tamminen 2004, 52.)

Varhaisella vuorovaikutuksella on moninaisia ja kauaskantoisia vaikutuksia lapsen kasvuun ja kehitykseen: sen laatu vaikuttaa aivojen toiminnalliseen kehitykseen, tunne-elämän, sosiaalisten taitojen ja varhaisen moraalin kehittymiseen sekä kiintymyssuhteen muodostumiseen (Räsänen 2009, 5; Puura & Mäntymaa 2010, 24). Varhainen vuorovaikutus vaikuttaa lapsen psyykkiseen kehitykseen, sillä varhaisten vuorovaikutussuhteiden kautta lapselle kehittyy käsitys omasta itsestä (Armanto & Koistinen 2007, 375).

Koska Mikkelin perhevalmennuksen käytössä ei aiemmin ollut suomalaista varhaista vuorovaikutusta havainnollistavaa videota, tuli siltä ajatus videon toteuttamisesta opinnäytetyönä. Olemme tuottaneet Kuuntele minua -herätevideon Mikkelin perhevalmennuksen moniammatillisen työryhmän käytettäväksi. Moniammatilliseen työryhmään kuuluu perhetyöntekijöitä ja psykologeja. Herätevideota he esittävät Meistä tulee perhe -perhevalmennuskerralla, jolloin keskitytään herättelemään vanhempia ajattelemaan tulevan perheenjäsenen tuomia muutoksia arkeen.

Kiinnostuimme varhaisesta vuorovaikutuksesta, sillä se on perusta vauvan myöhemmälle kehitykselle (Puura 2003, 475 - 476). Olimme käsitelleet aihetta jo aiemmissa opinnoissa, mutta halusimme syventää tietouttamme aiheesta. Ammatillinen osaaminen varhaisen vuorovaikutuksen tukemisessa on kehittynyt opinnäytetyötä tehdessä. Opinnäytetyön kautta olemme saaneet valmiuksia tarkastella varhaisen vuorovaikutuksen kehittymistä vanhemman ja lapsen välillä neljän ensimmäisen elinkuukauden aikana. Olemme perehtyneet eri

kiintymyssuhdemalleihin, jotka ohjaavat vuorovaikutussuhteen myöhempää kehittymistä lapsen ja vanhemman välillä. Myös varhaisen vuorovaikutuksen tukemisen keinot sekä riskitekijät ovat havainnollistuneet työtä tehdessä.

2 HERÄTEVIDEON TAVOITTEET

Opinnäytetyömme tarkoituksena on tuottaa herätevideo käytettäväksi Mikkelissä järjestettävään perhevalmennukseen. Video on tarkoitettu perhetyöntekijöiden ja psykologien käytettäväksi. Tarkoituksena ei ole tuottaa opetusmateriaalia vaan video, jossa havainnollistamme vauvan ja vanhemman välistä vastavuoroista vuorovaikutussuhdetta ikäkausina vastasyntynyt, kahden kuukauden ja neljän kuukauden ikäinen vauva. Herätevideo sisältää arkisia vuorovaikutustilanteita vauvan kanssa, kuten kylvetystä, ruokailua ja pukemista, jossa korostuvat erityisesti vauvan ilmeet, eleet ja äänet.

Herätevideon tavoitteet ovat seuraavat:

1. Vanhempien tieto varhaisesta vuorovaikutuksesta lisääntyy.
2. Vanhempien tunteet heräävät omaa tulevaa vauvaa kohtaan.
3. Video antaa valmiuksia kohdata perheen uusi tulokas ja sen mukana tuomat arjen muutokset.

Lisäksi opinnäytetyön ja videon tavoitteena on syventää omaa tietoa vauvan varhaisen vuorovaikutuksen kehittämisestä neljän ensimmäisen elinkuukauden aikana sekä perehtyä videon tuottamiseen.

3 LAPSEN KASVU JA KEHITYS NELJÄN ENSIMMÄISEN ELINKUUKAUDEN AIKANA

Lapsen ensimmäistä ikävuotta kutsutaan imeväisiäksi, jonka aikana lapsen kehitys on vilkkainta ja hauras muutoksille. Ensimmäisen vuoden aikana lapsen pituus kasvaa keskimäärin noin 24 cm, pään ympäryys 12 cm ja syntymäpaino kolminkertaistuu. Kasvua seurattaessa täytyy kuitenkin huomioida lapsen yksilöllinen kehittyminen. Vastasyntyneeltä puuttuu vielä kyky hallita omaa kehoaan ja liikkeitään. Hän toimii synnynnäisten refleksien, kehitysheijasteiden ja havainnointien kautta syntyneiden

liikkeiden välityksellä. Vähitellen lapsen liikkeet alkavat lisääntyä lihaksiston, luuston ja hermoston kehittyessä eteenpäin. (Vilén ym. 2006, 135 - 145; Ahlqvist-Björkroth 2007, 128, 159; Ojanen ym. 2011, 98 - 99, 124, 216.) Ensimmäistä elinvuotta pidetään myös merkityksellisenä lapsen psykososiaalisen kehityksen kannalta, sillä tällöin luodaan perusta lapsen myöhemmälle kehitykselle. (Savinainen-Makkonen ym. 2007, 144; Mäntymaa & Puura 2011, 19, 24.) Seuraavissa luvuissa on tarkoitus tarkastella tarkemmin lapsen kehitystä neljän ensimmäisen elinkuukauden aikana.

3.1 Vastasyntynyt

Vastasyntyneen aistit, näkö, kuulo, tunto, maku ja haju, ovat hyvin kehittyneet jo sikiökaudella havainnoimaan, mitä hänen ympärillä tapahtuu. Vauvan kyky erottaa aistit toisistaan kuitenkin puuttuu ja hän kokee ne kokonaisvaltaisena yhdessä. (Tamminen 2004, 24; Ojanen ym. 2011, 99.) Syntymän jälkeen vauvan näköaisti pystyy erottamaan kirkkaat perusvärit toisistaan ja tarkentamaan katseen noin 30 cm. Kiinnostus ympärillä olevien ihmisten kasvojen piireistä ja ilmeistä alkaa nopeasti, sillä yleensä jo 2 - 3 viikon ikäisenä vauva ottaa ensimmäisen katsekontaktin hoitajaansa. Kyynelten muodostuminen alkaa noin kuuden viikon iässä, ja samoihin aikoihin vauvan kasvoilta voidaan erottaa ensimmäinen hymy. Vastasyntyneen kuuloaisti on aluksi heikko ja vaatii voimakkaan ärsytyksen, jotta vauva pystyy kuulemaan hoitajansa. Kahden viikon iässä vauvan kuuloaisti on kehittynyt jo niin hyvin, että hän pystyy erottamaan myös äänen eri korkeustasot ja sävyt. Tutut äänet sikiökaudelta saavat vauvan rauhoittumaan ja reagoimaan puheeseen. Vauvan tuntoaistin kehittyminen alkaa jo varhain sikiökaudella, ja sen koetaan olevan kehittynein aisti vastasyntyneellä. Fyysisellä hoidolla vanhempi stimuloi vauvan tuntoaistia, mikä vahvistaa tunnesiteen muodostumista heidän välilleen. Viikon iässä vastasyntynyt pystyy hajuaistin perusteella tunnistamaan vanhemman sylissä ollessaan. Haju- ja makuaistin kehittyessä vauva pystyy tunnistaman makean äidinmaidon hajun ja maun vieraasta. Makuaistin kautta vauva kykenee erottamaan happaman, makean, kitkerän ja suolaisen maun toisistaan. (Tamminen 2004, 24; Vilén ym. 2006, 136; Ojanen ym. 2011, 98 - 99.)

Vastasyntyneen vuorokausirytmissä ei ole havaittavissa selvää jaksottelua, vaan se muodostuu valveillaolon ja unirytmien vuorotteluista sekä niiden välimaastosta.

Vastasyntyneen valveillaolojaksot jäävät usein lyhyiksi hänen nukkuessaan suurimman osan päivästä. Valveillaolojaksot saattavat myös sijoittua vanhempien yöaikaan. (Ojanen ym. 2011, 216.)

Vastasyntyneellä on synnynnäinen tarve hakea vastavuoroisuutta läheltään, sillä vauva on ollut kohdusta asti symbioosissa äitinsä kanssa ja käynyt ruumiillista dialogia hänen kanssaan. Vuorovaikutustaitojen kehittyminen alkaa vastasyntyneen tunnistaessa ensimmäisenä hänelle tutut ihmiskasvot ja -äänet koetun hoivan myötä. Tutut äänet sikiökaudelta saavat vauvan rauhoittumaan myös syntymän jälkeen. Esimerkiksi vauva pystyy tunnistamaan äidin sykkeen ihon läpi. Kuuden viikon iässä vauvalla on jo valmiudet erottaa vanhempiansa äänen eri sävyt. Ja hän kykenee liittämään ne aiemmin koettuun hoivaan. Vastasyntyneellä ei ole vielä valmiuksia käsitellä koettuja tunteitaan, joten hän tarvitsee vanhemman soinnuttamaan ne hänelle. (Tamminen 2004, 23 - 25; Ojanen 2011, 169.) Vuorovaikutustilanteet vastasyntyneen ja vanhemman välillä ovat vauvasta lähtöisin olevia tarpeita ja liittyvät yleensä nälän, unen tai hoivan tarpeeseen kahden ensimmäisen elinkuukauden aikana. (Ahlqvist & Kanninen 2003, 346).

3.2 Kahden kuukauden ikäinen vauva

Kahden kuukauden iässä vauvan kiinnostus häntä hoitavista ihmisistä kasvaa ja hän alkaa seurata tarkemmin, mitä hänen ympärillään tapahtuu. Fyysisen vahvistumisen myötä vauva pyrkii nostamaan ylävartaloaan irti lattiasta käsiensä varaan. Samoihin aikoihin vauvan kiinnostus omiin käsiin kasvaa, ja kolmen kuukauden ikäisenä vauva pyrkii tarttumaan käsillään esineisiin, esimerkiksi huitaisemalla niitä käsillään. Kuuloaistin kehittyessä vauvan keskittyminen äänien kuuntelemiseen kasvaa ja hän yrittää vastavuoroisesti vastata niihin eleillään, ilmeillään ja äänitelemällään. Kahden kuukauden ikäisenä vauva alkaa ymmärtää oman hymyn merkityksen läheisiinsä sekä ääntely alkaa kuulostaa enemmän jokeltelulta. (Vilén ym. 2006, 138, 145, 158; Ojanen ym. 2011, 130, 135.) Vauvan taidot suunnata oma katse, ymmärtää hymyn merkitys ja alkaa jokellella luovat pohja vastavuoroisen vuorovaikutuksen syntymiseen vauvan ja vanhemman välillä (Ahlqvist & Kanninen 2003, 346).

Kahden ja kolmen kuukauden iässä vauvan psykososiaalisessa kehityksessä tapahtuu hyppäys ja hänen mielenmaailmansa järjestyy uudelleen. Tämän myötä hänen maailmansa alkaa avartua entisestään. Kahden kuukauden ikäisenä vauvan kyky tuntea eri tunteita - iloa, surua, hämmennystä, pelkoa, inhoa ja vihaa - puuttuu. Tällöin koetut tunteet syntyvät aistikokemuksen myötä ja katoavat pian tämän jälkeen. Tämä johtuu siitä, ettei vauvalla ole kykyä tallentaa koettuja tunteita muistiinsa vaan hän tarvitsee toistuvia ärsykeitä synnynnäisten tunteiden kehittymiseen. Ensimmäisten elinkuukausien aikana koetut varhaisen vuorovaikutuksen kokemukset tallentuvat hänen mieleensä muistikuvina ja auttavat häntä ymmärtämään eri tunnetilojen vaikutuksen häneen itseensä ja läheisiin. Esimerkiksi nälän syntyessä vauva rauhoittuu nähdessään äidin ottavan ravintoa esille. (Tamminen 2004, 26 - 29; Ojanen ym. 2011, 169.)

3.3 Neljän kuukauden ikäinen vauva

Neljän kuukauden iässä vauvan kiinnostus ympärillä oleviin ihmisiin kasvaa. Vauvalla on valmiudet muodostaa katsekontaktinsa hoitajaan. Motoristen taitojen kehittyessä vauva oppii kääntymään vatsalta selälleen sekä tarttumaan esineisiin käsillään ja viemään ne suuhunsa tutkittavaksi. Vauvan vuorokausirytmissä voidaan havaita selkeämmin uni- ja valveillaolojaksoja. Tällöin vauvalla on yleensä kaksi selkeämpää valveillaolojakso vuorokaudessa. (Vilén ym. 2006, 138, 145; Ojanen ym. 2011, 130, 216; Rova & Koskinen 2014a.) Kiinteän ruuan lisääminen vauvan ruokavalioon imetyksen tai maitokorvikkeiden lisänä voi alkaa yksilöllisesti 4 - 6 kuukauden iässä (Deufel & Montonen 2010, 493; Rova & Koskinen 2014b).

Neljän kuukauden iässä vauva tarvitsee edelleen aikuisen ihmisen soinnuttamaan koettuja tunnereaktioita. Vastavuoroisessa vuorovaikutustilanteessa vauva alkaa kokea enemmän iloa kuin hänen ollessaan yksin. Vauva alkaa tietoisesti hakeutua toisen ihmisen seuraan ja vastaamaan vastavuoroisesti vuorovaikutustilanteisiin. Neljän kuukauden ikäisenä vauva käy vastavuoroista vuorovaikutusta vanhemman välillä katseen, hymyn, ääntelyn ja ilmeiden kautta sekä viestii aiempien vuorovaikutustaitojen lisäksi myös onnenkiljahduksilla ja lisääntyvällä jokeltelullaan. Tällöin myös kiinnostus oman äänen eri sävyjen kokeilemiseen herää, ja toisinaan kiljahdukset voivat päätyä hyvinkin korkeiksi. Vauvan kiinnostus toisia lapsia kohtaan

alkaa yleensä neljän kuukauden iässä. (Tamminen 2004, 29; Vilén ym. 2006, 138, 145; Savinainen-Makkonen ym. 2007, 144; Ojanen ym. 2011, 130, 216.)

4 VARHAINEN VUOROVAIKUTUS LAPSEN KEHITYKSEN PERUSTANA

Neljän viimeisen vuosikymmenen aikana varhaisen vuorovaikutuksen empiirinen tutkiminen on mullistanut käsitykset lapsen varhaisesta kehityksestä. Aluksi varhaisen vuorovaikutuksen tutkimus oli keskitetty enemmän tarkastelemaan vanhempien toimintaa. Erityisesti äidistä pyrittiin löytämään piirteitä, joiden kautta lapsen suotuisaa kehitystä voitaisiin ymmärtää. 1980-luvulla videotekniikka mahdollisti vuorovaikutuksen tarkastelun mikrotasolla: jokainen pienen pienikin ele ja ilme vauvan ja vanhemman välisessä kanssakäymisessä voitiin analysoida. Näin tutkimuksen kohde siirtyi enemmän tarkastelemaan sitä, miten vauva ja vanhempi toimivat yhdessä. Tutkimuksien avulla on saatu arvokasta tietoa vauvan vuorovaikutustaidoista ja varhaisen vuorovaikutuksen merkityksestä lapsen kehitykselle. (Pesonen 2010, 515.)

4.1 Varhaisen vuorovaikutuksen merkitys

Nykyisin tiedetään, että vauva on syntymästään lähtien aktiivinen vuorovaikuttaja ja suuntautunut ympäristöönsä. Hän pyrkii tutkimaan ympäristöään ja olemaan vuorovaikutuksessa häntä hoitavien vanhempien kanssa. (Antikainen 2007, 375; Nurmi ym. 2014, 34.) Erityisesti ihmiskasvot ja ihmisääni kiinnostavat pientäkin vauvaa, ja vauva tunnistaa äitinsä äänen jo hyvin varhaisessa vaiheessa. Myös vanhemmat muuttavat vaistonvaraisesti käyttäytymistään ollessaan vuorovaikutuksessa vauvan kanssa. Vauvalle suunnattu puhe on yksinkertaista, hidasta ja sisältää runsaasti äänenpainon vaihteluja. Lisäksi puhetta korostetaan runsaasti eleillä ja ilmeillä. Tällaisen käyttäytymisen on todettu edesauttavan vauvan kommunikaatiotaitojen muodostumista ja kiintymyssuhteen kehittymistä. (Kaipiainen 2007, 20.)

Varhaisessa vuorovaikutuksessa vauvan ja vanhemman välinen vuorovaikutus on vastavuoroista ja samantahista. Vanhemmalla on oltava taito sovittaa oma toiminta lapsen tarpeisiin, rytmiin ja vuorovaikutustaitoihin. (Antikainen 2007, 376.) Myös

vuorovaikutuksen laadulla on merkitystä: pelkkä mekaaninen vuorovaikutus ei riitä, vaan vuorovaikutuksen on oltava sisällöltään runsaasti iloa ja mielihyvää sisältävää (Rusanen 2011, 37).

Varhaisella vuorovaikutuksella ja vuorovaikutussuhteilla on moninaisia ja kauaskantoisia vaikutuksia lapsen kasvuun ja kehitykseen. Varhainen vuorovaikutus ja sen laatu vaikuttavat mm. aivojen toiminnalliseen kehitykseen, tunne-elämän, sosiaalisten taitojen ja varhaisen moraalien kehittymiseen sekä kiintymyssuhteen muodostumiseen. (Räsänen 2009, 5; Puura & Mäntymaa 2010, 24; Mäntymaa 2006, 31.)

Varhaisella vuorovaikutuksella on myös vaikutusta lapsen psyykkiselle kehitykselle, sillä varhaisten vuorovaikutussuhteiden kautta lapselle kehittyy käsitys omasta itsestä ja omasta arvosta. Vuorovaikutus voi olla joko psyykkistä kehitystä vahvistavaa tai heikentävää. (Antikainen 2007, 375.) Toistuvien vuorovaikutustilanteiden kautta sekä vauvalle että vanhemmalle muodostuu käsitys heidän välisensä suhteen laadusta ja siitä, miten kumpikin toimii suhteessa toiseen. Näin vanhemman ja vauvan välille syntyy kiintymyssuhde. (Puura & Mäntymaa 2010, 24.)

4.2 Varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen

Vastavuoroisuus on vuorovaikutuksen perusedellytys. Jo kohtukodissa ollessaan vauva on vastavuoroisessa varhaisessa vuorovaikutuksessa äitinsä kanssa; äiti tuntee vauvan potkut kohdussaan ja se aiheuttaa hänessä reaktioita. (Tamminen 2004, 46 - 48.) Näin ollen äidin terveys ja hyvinvointi vaikuttavat myös vauvan hyvinvointiin kohtukodissa. Äitiysneuvolassa on tärkeää ottaa huomioon molempien vanhempien kokonaisvaltainen hyvinvointi keskustelujen ja erilaisten kartoitusten avulla. Tarvittaessa heille tarjottu apu auttaa myös vauvan hyvinvointia. (Puura & Mäntymaa 2010, 31.)

Haapion (2009, 150) mukaan vauvan ja vanhemman välistä vuorovaikutussuhdetta aletaan tukea jo perhevalmennuksessa, sillä on tärkeää että vanhempia autetaan luomaan syntyvästä vauvasta positiivinen mielikuva. Raskausaikana vauvasta muodostuneet mielikuvat ja ajatukset vaikuttavat siihen, millaiseksi varhainen

vuorovaikutus muodostuu vauvan synnyttyä (Puura & Mäntymaa 2010, 31). Synnytyksen jälkeen vierihoitoon sekä imetykseen kannustaminen ja tukeminen ovat oleellinen osa vuorovaikutussuhteen kehittymistä (Haapio ym. 2009, 150). Erityisesti vauvan ensimmäisten elinviikkojen aikana olisi tärkeää tukea äitiä imetyksessä oksitosiinin muodostumisen vuoksi, joka on kiintymyssuhdetta tukeva hormoni (Puura & Mäntymaa 2010, 32).

Tuoreita vanhempia autetaan ja ohjeistetaan vauvan hoidossa, vauvan myönteisten reaktioiden vahvistaessa vanhemman itsetuntoa hyvänä hoitajana (Haapio ym. 2009, 150). Vanhempia rohkaistaan viettämään paljon aikaa vauvan kanssa, koskettamaan vauvaa ja olemaan katsekontaktissa. Vauvan kasvaessa kannustetaan juttelemaan vauvalle enemmän ja leikkimään hänen kanssaan. Jos vanhemmat tuovat ilmi negatiivisia ajatuksia vauvaan liittyen, tai osoittavat uupumusta, on näihin asioihin suhtauduttava vakavasti. (Puura & Mäntymaa 2010, 32 - 33.)

Riittävän hyvää vuorovaikutusta voidaan äitiys- ja lapsineuvolassa selvittää ja tukea Varhaisen vuorovaikutuksen (VaVu) - haastattelulomakkeella. Kumpaankin haastatteluun, niin äitiys- kuin lapsineuvolaankin, on omat lomakkeensa, jotka täytetään vanhempien kanssa viimeisen kolmanneksen aikana ja vauvan ollessa muutaman kuukauden ikäinen. Haastattelun tavoitteena on ottaa puheeksi raskauteen, synnytykseen ja vauvaan liittyviä tunteita ja selvittää perheen mahdollinen tuen tarve. (Klemetti & Hakulinen-Viitanen 2013, 34; Hastrup & Puura 2014.)

4.3 Sensitiivisyyden vaikutus vuorovaikutukseen ja kiintymyssuhteeseen

Mary Ainsworth korostaa, että sensitiivinen vanhempi on kykeneväinen reagoimaan lapsen tunteisiin toisin kuin kiintymyssuhdeteoriassa, jossa korostetaan vanhemman ajoitusta ja kykyä reagoida pääsääntöisesti ainoastaan lapsen stressitilaan (Salo & Flykt 2014, 2). Myös äidin sensitiivisyyttä tulee tukea, sillä se on varhaisen vuorovaikutuksen onnistumisen perusedellytys (Kivijärvi 2003, 254, 258).

Sensitiivinen vanhempi ilmaisee itseään selkeästi, jopa leikkimielisesti. Hän on läsnäoleva, ristiriitatilanteissa ratkaisun löytäjä sekä auktoriteetti ja pystyy reagoimaan lapsen viesteihin nopeasti. Sensitiivisyys on myönteisten tunteiden ilmaisua lasta kohtaan sekä lapsen kenkiin astumista. Sensitiivinen vanhempi kykenee näkemään

asiat lapsensa näkökulmasta huomioiden lapsen ikätason. (Arola ym. 2009, 146; Salo & Flykt 2014, 2 - 3.) On tärkeää, että lapsen omia ajatuksia ja aloitteita kuunnellaan ja itsenäisyyteen kehittymistä kannustetaan (Salo & Flykt 2014, 7).

Sensitiivisyys on olennaisimpia tekijöitä emotionaalisessa lapsi-vanhempisuhteessa. Sensitiivisessä suhteessa vanhemmat osaavat ilmaista positiivisia tunteita lastaan kohtaan kommunikoinnin perustuessa lapsen olotilaan sekä tilannekohtaisuuteen. Vanhempi on valmis vastaamaan lapsen tarpeisiin aidosti. Mikäli vanhemman sensitiivisyys ei ole aitoa ja vilpittömää, lapsi havaitsee sen herkästi ja alkaa käyttäytyä välinpitämättömästi. (Salo & Flykt 2014, 2.)

Äidin ollessa sensitiivinen, vauva oppii olemaan vuorovaikutuksessa hänen kanssaan. Näin ollen lapsen kasvaessa tämä kykenee olemaan vuorovaikutuksessa myös muiden ihmisten kanssa. (Kivijärvi 2003, 254.) Äidin sensitiivisyyden on todettu olevan yhteydessä niin vauvan psyykkiseen kuin sosiaaliseen kehitykseen. Se vaikuttaa vauvan mielialaan sekä leikkeihin vauvan ensimmäisen elinvuoden aikana. Myös yksittäiset temperamenttiin liittyvät ominaisuudet ovat selitettävissä vauvan kokemalla sensitiivisyydellä, näitä ovat esimerkiksi vauvan sosiaalinen käyttäytyminen ja mieliala. (Kivijärvi 2003, 256 - 257.)

Salon ja Flyktin mukaan (2014, 5) äidin sensitiivisyydellä sekä emotionaalisella saatavillaololla on vaikutusta myös lapsen ruokailuun suhtautumiseen, esimerkiksi painon laskeminen ja syömishäiriöt voivat olla seurauksia lapsen ja äidin välisestä heikosta vuorovaikutuksesta.

Äidin varhaisella sensitiivisyydellä ja vastavuoroisilla vuorovaikutustilanteilla on merkitystä lapsen kielen kehitykselle sekä kognitiivisille taidoille (Arola ym. 2009, 146; Salo & Flykt 2014, 5). Jo 7 kuukauden ikäinen lapsi pystyy erottamaan sanoja hänelle suunnatusta hoivapuheesta, mutta sanojen erottaminen ei vielä onnistu aikuisille suunnatusta puheesta (Arola ym. 2009, 147). Myöhemmällä iällä myös lapsen sanavaraston on todettu olevan riippuvainen emotionaalisesta saatavillaolosta. Vauva-aikana myös vauvan kokema sensitiivisyys vaikuttaa oleellisesti tämän unirytmiiin ja nukkumiseen, sillä sensitiivistä hoitoa saava vauva kokee olonsa turvallisiksi myös yöaikaan; tämän myötä nukahtamisvaikeudet sekä yöheräily eivät

ole ongelma lapsen ollessa vanhempi, sillä kiintymyssuhde on turvallinen. (Salo & Flykt 2014, 5.)

4.4 Uhkatekijät varhaisessa vuorovaikutuksessa

Odotuksen aikana tulevien vanhempien tulisi muodostaa mielikuva tulevasta lapsesta, joka auttaa heitä kasvamaan vanhemmuuteen ja ensikohtaamiseen uuden vauvan kanssa. Mielikuva vahvistaa myös vanhempien ja vauvan välisen kiintymyssuhteen syntymistä myöhemmin. (Ojanen ym. 2011, 98.) Tammissen (2004, 81) mukaan vanhemman tulee pystyä suojelemaan tulevaa lastaan jo odotuksen aikana, koska laiminlyönnit jo sikiöaikana voivat olla vaaraksi sikiön kehitykselle.

Aivojen kehityksen vilkkain ajanjakso on kolmen ensimmäisen elinvuoden aikana, ja se voidaan jakaa rakenteelliseen sekä toiminnalliseen kehitykseen (Mäntymaa & Puura 2011, 24, 27). Aivojen rakenteellinen kehittyminen painottuu sikiökaudelle, ja sitä ohjaavat suurimmilta osin perintötekijät. Toiminnallinen kehittyminen jatkuu kuitenkin vielä syntymän jälkeenkin ja siihen vaikuttavat vauvan kokemukset saadusta hoivasta ja vuorovaikutuksesta toisten ihmisten kanssa. Kokemukset saadusta hoivasta ja vuorovaikutuksesta vaikuttavat myös vauvan mielen kehittymiseen. Tällöin varhaisessa vuorovaikutussuhteessa koetut laiminlyönnit lapsena voivat muuttaa aivojen rakenteellista kehitystä ja vaikuttaa myöhemmin tunteiden säätelyyn. (Mäntymaa & Puura, 2011, 17 - 19.)

Uhkatekijät vanhemman ja lapsen vuorovaikutussuhteelle voivat syntyä raskauden aikana tai sen jälkeen. Uhkatekijöitä voivat olla vanhemman psyykkiset, päihde- tai parisuhdeongelmat. (Antikainen 2007, 378.) Esimerkiksi ei-toivottu raskaus, liiallinen alkoholin käyttö ja yksinhuoltajuus voivat vaarantaa varhaisen vuorovaikutussuhteen syntymisen. Pitkään jatkuvien laiminlyöntien on tutkittu olevan haitallisempia lapsen kehityksen kannalta kuin lyhytkestoiset. Pitkään jatkuneiden laiminlyöntien aiheuttamat muutokset saattavat jäädä tällöin pysyviksi. (Mäntymaa & Puura 2011, 25.)

Vanhemman pelko lasta tai hänen hoitoaan kohtaan voi estää vanhempaa luomasta kiintymyssuhdetta lapseen. Siihen voi esimerkiksi vaikuttaa vauvan enneaikainen

syntyminen, jolloin äiti ei ole osannut valmistautua vauvan syntymään tai äiti on joutunut synnytyksen jälkeen erilleen vauvastaan, esimerkiksi vastasyntynyt on tarvinnut tehostettua erikoissairaanhoidoa heti synnyttyään. (Antikainen 2007, 378.) Vaarana vuorovaikutussuhteen rikkoutumiselle voi olla myös, että vauva ei vastaa vanhempien mielikuvaa tai se puuttuu heiltä kokonaan (Sarkkinen & Juutilainen 2007, 322).

Odotusaikana äidin hormonitaso on kohonnut ja synnytyksen jälkeen riski sairastua masennukseen on suurempi, kun hormonitaso laskee (Antikainen 2007, 378). Masentuneen äidin vuorovaikutus vauvaa kohtaan voi näyttäytyä passiivisena tai tunkeilevana, jolloin vauvan on vaikea tulkita vanhemmalta tulevia viestejä. Myöskään masentuneella äidillä ei välttämättä ole energiaa vastata vauvan viesteihin tai hän tulkitsee ne väärin. Se voi myös näkyä viiveenä tunteiden havainnoimisen ja vastaamisen välillä. Masentunut äiti ei jaksakaan ylläpitää hänen ja vauvan välistä vuorovaikutussuhdetta, jolloin vauvan hoito voi näyttäytyä mekaanisena tai vakavimmissa tapauksissa puuttua kokonaan. (Sarkkinen & Juutilainen 2007, 322 - 323.)

Äidin masennus voi tarttua myös vauvaan jolloin hän ei jaksakaan enää hakea kontaktia ympäriltään (Antikainen 2007, 379). Masentunut ja alakuloinen vauva väsyy hakemaan huomiota ja lohdutusta tunteilleen. Masennus vauvassa voi ilmetä ilottomuutena, vetäytymisellä ja katsekontaktin puuttumisena vuorovaikutustilanteissa. (Sarkkinen & Juutilainen, 2007, 324.) Vauvan ruokahaluttomuus ja pitkittyneet uniongelmat voivat kertoa myös vauvan masennuksesta tai hänen kokemastaan turvattomuuden tunteesta vuorovaikutussuhteessa (Salo & Flykt 2014, 5).

Lapsen kehityksen kannalta on myös tärkeää, kuinka hän kokee ensimmäisen erotilanteensa turvallisesta kiintymyssuhteestaan, sillä torjutuksi tullessaan lapsi saattaa alkaa myös aikuisena vältellä syvien ihmissuhteiden muodostamista peläten torjutuksi tuleamista. Voimakas eroahdistus voi saada lapsen myös tarrautumaan vanhempaan entistä tiukemmin, jolloin hänen kykynsä tehdä itsenäisiä päätöksiä heikkenee. (Ojanen ym. 2011, 150.)

4.5 Riittävän hyvä vuorovaikutus

Odotuksen aikana vanhemmille painotetaan riittävän hyvän vuorovaikutussuhteen syntymistä heidän ja tulevan vauvan välille. Tämä saattaa kuitenkin herättää tulevien vanhempien mielessä paljon kysymyksiä siitä, mikä on tarpeeksi hyvää vuorovaikutusta ja kuinka sitä mitataan. Vanhemmat saattavat myös epäillä omaa riittämättömyyttään tulevaa vauvaa kohtaan, jonka vuoksi vanhempia tulee rohkaista ja tukea vanhemmuuteen. Epävarmuuden ja omien myönteisten kokemusten kautta vanhempi muodostaa käsityksen itsestään vanhempana. Tätä kautta hän löytää tiensä vauvan kohtaamiseen. Vilén ym. (2006, 102) mukaan, jos oma kasvatus on ollut riittävän hyvää lapsuudessa, se antaa vahvan perustan myös oman vanhemmuuden kehittymiseen. Myös Bowlby (Rusanen 2011, 138) korostaa, että vauvalle on mahdotonta antaa liikaa hoivaa ensimmäisten elinvuosien aikana. Suurempi riski on, että vanhempi ei osaa tulkita vauvalta tulevia viestejä oikein tai hän ei huomaa niitä. Esimerkiksi vanhempi puristaa vauvaa liian tiukasti sylissään eikä huomaa hänen pahaa oloa.

Osa asiantuntijoista on kritisoinut varhaisen vuorovaikutuksen käsitettä, koska se luo liian juhlallisen kuvan asiasta. Varhaisessa vuorovaikutuksessa on kyse aivan tavallisesta yhdessäolosta vanhemman ja vauvan välillä, joka muodostuu arkipäiväisistä tilanteista heidän välillään. Esimerkiksi vanhemman hoivatessa lastaan fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti. Vuorovaikutus nähdään onnistuneena, kun vauva oppii vastavuoroisesti kommunikoimaan vanhemman kanssa. (Hermanson 2012, 124.) Tämän vuoksi asiantuntijat ovat sanoneet, että riittävän hyvä varhainen vuorovaikutus pystytään usein aistimaan vanhemman ja lapsen väliltä (Hastrup & Puura 2014).

Riittävän hyvä vuorovaikutus edellyttää, että vanhempi osaa havainnoida ja tulkita vauvan tarpeita. Häneltä vaaditaan kykyä vastata vauvan tarpeisiin oikea-aikaisesti: katseella, kosketuksella, eleillä ja puheella. Yksittäiset väärinymmärrykset vanhemman ja vauvan välillä eivät ole vaarallisia vauvan kehitykselle vaan pakottavat vauvaa luomaan uusia keinoja tunteidensa viestintään. Riittävän hyvä vuorovaikutussuhde on suurimmilta osin myönteistä heidän välillään, ja vanhemman suhde vauvaan on rakastava sekä hänen tarpeensa huomioonottava. (Hastrup & Puura 2014.)

Riittävän hyvää vuorovaikutussuhdetta voidaan tarkastella vauvan kannalta, että hän tulee ymmärretyksi ja saa hoivaa fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti eikä väsy odottamaan vanhempien vastausta tunneviesteilleen. Onnistuneen vuorovaikutuksen myötä vauva oppii vastavuoroisesti säätelemään omia tunteitaan eleillä, ääntelyllä, liikehdinnällä ja katsekontaktilla. Vauva käsittelee koetut tunteensa vanhemman soinnituksen kautta, jolloin hän pystyy esimerkiksi rauhoittumaan vanhemman lohduttaessa häntä ja ilahtumaan vanhemman läsnäolosta. (Hastrup & Puura 2014.)

5 LAPSEN JA VANHEMMAN KIINTYMYSSUHTEET

Ihmislapsella on luonnostaan synnynnäinen tarve hakeutua toista ihmistä kohti. Ensin lapsi kiinnittyy häntä hoitavaan vanhempaan turvatakseen oman eloonjäämisensä: vanhemmalta lapsi saa sekä ruokaa että turvaa ja suojaa vaaran uhatessa. Jos vanhempi vastaa lapsen tarpeisiin riittävän pitkään, lapsi kiintyy vanhempaan myös tunnetasolla. (Hautamäki 2011, 30; Nurmi ym. 2014, 35.) Kiintymyksellä tarkoitetaan nimenomaan tunnesidettä, joka muodostuu ajan kuluessa lapsen ja häntä hoitavan vanhemman välille (Rusanen 2011, 27). Tässä luvussa käsittelemme kiintymyssuhteiden muodostumista niin vanhempien kuin lapsenkin näkökulmasta. Lisäksi tarkastelemme John Bowlbyn kiintymyssuhdeteoriaa, Mary Ainsworthin kehittämää vierastilannetutkimusta ja sen pohjalta syntyneitä kiintymyssuhdemalleja sekä Margaret Mahlerin kehittämää teoriaa psykologisesta syntymisestä.

5.1 Vanhempien kiintymyssuhteen kehittyminen

Vanhempien kiintymyssuhde lapseen alkaa kehittyä jo raskausaikana. Sitä kutsutaan prenataaliseksi kiintymykseksi (Brodén 2006, 47). Kiintymyssuhde syntyy, kun vanhemmat pikkuhiljaa tutustuvat vauvaan raskauden edetessä ja luovat vauvasta mielikuvia. Mielikuvien luominen auttaa suojelemaan vauvaa, ja etenkin äidin kommunikaatio vauvan kanssa vahvistuu. Mielikuvien rakentaminen, niiden luonne ja sisältö ennustavat suhteen laatua äidin ja lapsen välillä. Toisin kuin äideillä, isillä irralliset ja jäsentymättömät mielikuvat lapsesta eivät välttämättä johda kielteiseen isä-lapsisuhteeseen. Isien eriytymättömät mielikuvat heijastavat mahdollisesti psyykkistä työskentelyä isyyden rakentumisessa. Äidillä mielikuvien puuttuminen sen sijaan merkitsee vaikeuksia varhaisessa vuorovaikutuksessa ja tunnesiteen luomisessa lapseen tämän synnyttyä. (Punamäki 2011, 99 - 100.)

5.2 Lapsen kiintymyssuhteen kehittyminen

Jotta kiintymyssuhde kehittyisi turvalliseksi ja lapsen kehityksen kannalta suotuisaksi, on lapsen opittava luottamaan siihen, että vanhempi on jatkuvasti vastaamassa lapsen tarpeisiin. Tärkein lapsen turvallisuutta edistävä tekijä on äidin tunneperäinen läsnäolo (maternal sensitivity) eli sensitiivisyys. Se tarkoittaa äidin herkkyyttä tunnistaa lapsen tarpeita, vastata niihin asiaankuuluvalla tavalla ja oikeaan aikaan. (Brodén 2006, 32 - 33.) Vauvalla itsellään on heti syntymästään lähtien kyky viestiä läheisyyden ja suojan tarpeestaan. Tätä kutsutaan kiintymyskäyttäytymiseksi, ja siihen lukeutuvat itku, katsekontakti, imeminen, hymy, jokeltelu, tarttuminen ja syliin pyrkiminen. Näillä keinoilla vauva pystyy ylläpitämään sekä fyysistä että psyykkistä yhteyttä vanhempaan. (Brodén 2006, 33; Ahlqvist-Björkroth 2007, 128 - 129; Hautamäki 2011, 30.)

Herkin aika kiintymyssuhteen luomiselle on noin kuudesta kuukaudesta kolmeen ikävuoteen saakka. Kolmevuotiaalle lapselle on jo muodostunut käsitys hänen omista kiintymyskohteistaan. Kiintymyssuhteet ovat suhdespesifejä eli lapsi muodostaa oman, yksilöllisen kiintymyssuhteen kunkin aikuisen kanssa. (Antikainen 2007, 376.)

Koska kiintymyskäyttäytyminen on biologinen vaistotoiminta, vain äärimmäisen poikkeuksellisissa olosuhteissa se voi jäädä tapahtumatta. Lapsi sopeutuu monenlaiseen hoivaan, mutta turvattomat kiintymyssuhteet ovat riski mm. myöhemmille mielenterveysongelmille. Lapsi tarvitsee hyvään kasvuun ennakoitavan ympäristön sekä vähintään yhden, mutta mielellään useamman riittävän hyvän kiintymyssuhteen. (Sinkkonen 2004, 1867 - 1871.)

5.3 John Bowlbyn kiintymyssuhdeteoria

Brittiläinen psykiatri ja psykoanalyytikko John Bowlby (1907 - 1990) oli yksi 1900-luvun keskeisimpiä teoreetikkoja. Bowlby kehitti teorian kiintymyssuhteista ja niihin vaikuttavista tekijöistä, joiden kautta hän pyrki selittämään, kuinka kestäviä kiintymyssuhteita luodaan sekä niiden katkeamisesta ja siitä aiheutuvasta tuskasta

lapselle. Teoriassaan Bowlby korosti kiintymyssuhteiden ja elinympäristön merkitystä lapsen kehitykselle. (Hautamäki 2002, 14 - 19; Rusanen 2011, 27.)

Bowlbyn mukaan lapsen suotuisan kehityksen kannalta tärkeää on, että lasta hoitavat aikuiset eivät vaihdu vaan pysyvät läsnä hänen arkipäiväisessä elämässään. Lapsi kiintyy häntä hoitavaan aikuiseen, johon hän kokee pystyvänsä turvautumaan. (Hautamäki 2002, 14 - 19; Rusanen 2011, 27.) Kiintymyssuhteilla on myös todettu olevan merkittävä vaikutus lapsen myöhemmän kehityksen kannalta; läpi elämän jatkuvien ihmissuhteiden perusta luodaan jo varhaisen vuorovaikutuksen aikana. Bowlby vertasi teoriassaan äidinrakkauden olevan lapselle yhtä tärkeää kuin vitamiinit, jolloin äidinrakkauden puuttuminen olisi uhka lapsen kehitykselle ja psyykkiselle tasapainolle. Bowlbyn mukaan ”Rakkaudeton vauva ei kasva eikä kehity, mutta tämä on huomattavissa vasta konkreettisesti silloin kun vauva on jo jäänyt ilman rakkautta.” (Ojanen ym. 2011, 156; Tamminen 2004, 62 - 63.)

Bowlbyn mukaan lapsi alkaa vasta kolmen vuoden iässä kestää erotilanteita turvallisesta vanhemmastaan, sillä lapsi pystyy luottamaan, että vanhempi palaa pian takaisin. Bowlby korostaa kuitenkin, että lapsen kehitys on edelleen kesken ja turvallisuuden tunne on hauras muutoksille viiteen ikävuoteen saakka. Tämän vuoksi lapsen kokema hoiva voi lisätä tai vähentää hänen turvallisuuden tunnettaan vielä leikki-iässäkin. (Rusanen 2011, 28.)

5.4 Mary S. Ainsworth, vierastilannemenetelmä ja kiintymyssuhdemallit

Mary. S. Ainsworth oli John Bowlbyn oppilas ja kollega. Hän kehitti vierastilannemenetelmän (Strange Situation Procedure, SSP), jonka avulla on mahdollista tutkia pienten lasten kiintymyssuhdetta ja kiintymyssuhteiden eroja. Menetelmä on tarkoitettu 12 - 20 kuukauden ikäisille lapsille, se suoritetaan muutaman minuutin jaksoissa, ja ideana siinä on lisätä lapsen stressiä asteittain ja havainnoida, kuinka lapsi käyttää äitiään turvana stressin lisääntyessä. (Hautamäki 2011, 34.)

Tämän menetelmän pohjalta syntyivät kiintymyssuhdemallit: turvallinen kiintymys, turvaton kiintymys, välttelevä kiintymys, ristiriitainen kiintymys ja jäsentymätön

kiintymys (Sinkkonen 2004, 1867; Brodén 2006, 33; Hautamäki 2011, 34; Mäntymaa 2006, 32).

5.4.1 Turvallinen kiintymyssuhde

Turvallisesti kiintynyt lapsi on elänyt ympäristössä, jossa asiat ovat tapahtuneet johdonmukaisesti. Lapsi on oppinut, että äiti on aina saatavilla ja vastaamassa asianmukaisesti lapsen tarpeisiin. Lapsi on kiinnostunut ympäristönsä tutkimisesta ja vieraassa, pelottavassa tilanteessa hän käyttää äitiä turvapesänään. (Sinkkonen 2004, 1867; Hakamaa & Palovaara 2013, 26.) Lapsen vanhemmat ovat läsnäolevia ja sensitiivisiä lapsen viesteille (Brodén 2006, 33).

5.4.2 Turvaton kiintymyssuhde

Turvaton kiintymismalli on seurausta siitä, ettei vanhempi vastaa lapsen tarpeisiin ja hätään tai tapa reagoida on epäjohdonmukainen. Tällöin lapsen on keksittävä jokin uusi tapa, joka saa vanhemman hoivaamaan häntä edes vähän. (Rusanen 2011, 65.)

Turvattoman kiintymismallin yksi muoto on välttelevä kiintymismalli, jossa lapsella on vaikeuksia ilmaista kielteisiä tunteitaan. Stressaavassa tilanteessa lapsi ei hakeudu äidin läheisyyteen, ei ota katsekontaktia eikä pyri syliin. Tällainen käytös auttaa lasta vaimentamaan äitiin suuntautuvaa tarvetta. (Hautamäki 2011, 35.) Lapsi on oppinut, että äiti ei siedä lapsen kielteisten tunteiden ja läheisyyden tarpeen ilmauksia (Brodén 2006, 33).

Turvattoman kiintymismallin toinen muoto on ristiriitainen kiintymismalli. Ristiriitainen kiintymys syntyy, kun lapsen hätään suhtaudutaan ja vastataan ristiriitaisesti – joskus äiti rauhoittaa lastaan, joskus taas ei. Lapsi on siis oppinut, että vanhemman käytös on ennakoimatonta ja vuorovaikutus tapahtuu vanhemman ehdoilla. Saadessaan vanhemman huomion lapsi samaan aikaan hakee ja vastustaa läheisyyttä ja kontaktia. Ristiriitaisesti kiintyneet lapset ovat usein varovaisia kohdatessaan uusia tilanteita ja ihmisiä. (Brodén 2006, 33; Hautamäki 2011, 35 - 36; Rusanen 2011, 67 - 68.)

5.4.3 Jäsentymätön kiintymyssuhde

Jäsentymättömässä kiintymysmallissa lapsi ei ole löytänyt mitään toimivaa kiintymysstrategiaa kasvuympäristön kaoottisuuden takia (Sinkkonen 2004, 1867). Lapsi on voinut kokea vanhempien suurta vihamielisyyttä tai vetäytyvyyttä (Rusanen 2011, 68). Lapsen kiintymyksen kohde siis herättää lapsessa pelkoa, ja mitä enemmän turvallisuuden tarve lisääntyy, sitä enemmän pelkokin lisääntyy. Lapsi ei osaa käsitellä ristiriitaista vuorovaikutusta eikä luoda mitään jäsentynyttä käyttäytymistapaa. (Brodén 2006, 34.) Tämä kiintymysmalli on selvästi suuri riski sairastua myöhemmin psyykkisesti (Sinkkonen 2004, 1867).

5.5 Kiintymyssuhteen kuusi osatekijää

Kiintymyssuhdeteorian keskeisimmät luojat John Bowlby ja Mary Ainsworth ovat luoneet kuusi kiintymyssuhteen osatekijää. Näistä ensimmäiset viisi koskevat yleisesti läheisiä siteitä, ja kuudes on välttämätön kiintymyssuhteen syntymiselle (Hughes 2009, 19):

1. *suhde on pysyvä tai jatkuva, ei ohimenevä*
2. *kohteena on tietty henkilö*
3. *suhde on emotionaalisesti tärkeä*
4. *tavoitteena on yhteyden ylläpitäminen toiseen ihmiseen*
5. *vastentahtoinen erossa olo aiheuttaa ahdistumista*
6. *tyypillistä on turvan, hyvänolon ja lohdun etsiminen.*

Kiintymyssuhteeseen liitetään monia erilaisia tunteita, kuten rakkautta, vihaa, iloa ja surua, mutta myös keskinäistä jakamista ja kateutta. Kiintymyssuhteen myötä on emotionaalisten kykyjen helpompi kehittyä, sekä laajentua että syventyä. Kun kiintymyssuhteen kehittymisen myötä tunteita voidaan ilmaista kaikilla mahdollisilla keinoilla, muuttuu itse kiintymyssuhdekin syvällisemmäksi ja turvallisemmaksi. Kiintymyssuhteen ollessa lapselle turvallinen sisältyy siihen vahva emotionaalinen ja tunteisiin vaikuttava puoli. (Hughes 2009, 148.)

5.6 Margaret Mahlerin psykologisen syntymän teoria

Unkarilainen lapsipsykologi Margaret Mahler (1897 - 1985) loi teorian lapsen psykologisesta syntymästä vuonna 1975. Mahlerin mukaan vastasyntynyt saavuttaa oman minuutensa erilaisten vaiheiden kautta ja yksilöityy viimeistään kolmanteen ikävuoteen mennessä. Psykologisen syntymän edellytyksenä on, että lapsen ja häntä rakastan aikuisen välille syntyy vahva tunneside. Prosessin tärkein haaste on, että lapsi oppii erottamaan itsensä ja hyväksyy olevansa erillinen persoona häntä hoitavasta vanhemmasta. Samaan aikaan lapsen mieli kehittyy ja hän ymmärtää, että hänellä on myös oma tahto. (Vilén ym. 2006, 14; Ojanen ym. 2011, 148; Rusanen 2011, 25 - 26.)

Mahlerin mukaan prosessi on pitkä ja tapahtuu lapsen älyllisen kehittymisen myötä. Se, että lapsi ymmärtää olevansa erillinen hoitajastaan, ei tarkoita, että hän heti hyväksyisi tämän. Tämän vuoksi on tärkeää, että vastuun ottanut aikuinen ei jätä lasta heti toiselle hoidettavaksi vaan vasta, kun lapsi kokee itse olevansa siihen valmis. Liian varhaiset ja pitkät erot turvallisesta hoitajasta ovat haitallisia lapsen myöhemmälle kehitykselle. Mahlerin teorian mukaan lapsi alkaa kestää eroja turvallisesta aikuisesta vasta kolmen ikävuoden jälkeen. (Ojanen ym. 2011, 148; Rusanen 2011, 25 - 26.)

Lapsen suotuisan kehityksen vuoksi lapsen tulee saada hoitajaltaan turvaa ja huomiota. Mahler korostaa teoriassaan, että lapselle on tärkeää saada olla häntä hoitavan aikuisen elämän keskipiste. Suotuisan kehityksen kannalta on hyvä, että lapsi kokee olevansa yhtä häntä hoitavan aikuisen kanssa ja lapsi ajattelee aikuisen toimivan hänen toiveittensa mukaan. Mahlerin luoma teoria lapsen psykologisesta syntymästä pohjautuu lapsen ja häntä hoitavan aikuisen välisen vuorovaikutuksen tarkkailuun, joka voidaan jakaa eri kehitysvaiheiden mukaan. (Ojanen ym. 2011, 148; Rusanen 2011, 26.)

5.6.1 Autismivaihe (0 - 2 kuukautta)

Psykologinen syntyminen alkaa autismivaiheesta, jolloin vastasyntynyt elää omassa maailmassaan ja havahtuu välillä syömään. Vastasyntyneeltä puuttuu vielä taidot kommunikoida toisten henkilöiden kanssa, sillä hänelle ei ole kehittynyt kuvaa omasta

minästä. Myöhemmin tätä vaihetta Mahlerin teoriasta on kritisoitu. (Ojanen ym. 2011, 148.)

5.6.2 Symbioosivaihe (2 - 5 kuukautta)

Seuraavaa vaihetta Mahler kuvaa vauvan ja vanhemman väliseksi symbioosisuhteeksi. Symbioosisuhteessa vauvalla ei ole kykyä erottaa itseään erilliseksi osaksi häntä hoitavasta henkilöstä, vaan hän luulee olevansa yhtenäinen hänen kanssaan. Suhteen tuoma turvallisuuden tunne saa vauvan hiljalleen kiinnostumaan myös ympäröivästä maailmasta. (Vilén ym. 2006, 149; Ojanen ym. 2011, 148; Rusanen 2011, 132 - 133.)

5.6.3 Erillistymis- ja yksilöitymisvaihe (4 - 5 kuukautta – 3. vuotta)

Erillistymis-yksilöitymisprosessi tapahtuu neljän eri välivaiheen kautta, joiden aikana vauva irrottautuu häntä hoitavasta hoitajasta ja luo itsestään oman kuvan, joka auttaa häntä itsenäistymään (Ojanen ym. 2011, 149). Ensimmäistä vaihetta prosessissa kutsutaan *eriytymiseksi*, joka alkaa vauvan ollessa noin viiden kuukauden ikäinen. Vauvan eriytyminen symbioosisuhteesta ei tapahdu hetkessä vaan hiljalleen. Koetun hoivan myötä vauvalle alkaa rakentua mielikuva omasta kehosta ja sen rajoista. Samalla vauvalle alkaa muodostua muistikuvia läheisemmistä ihmisistä. (Ojanen ym. 2011, 129, 149; Rusanen 2011, 136 - 137.)

Eriytymisvaiheen jälkeen seuraa *harjoitteluvaihe* vauvan ollessa 10 - 15 kuukauden ikäinen. Vauvan motoriset taidot ja itseluottamus alkavat kehittymään, jolloin fyysinen ero symbioosisuhteesta alkaa rakoilla entisestään. Mahlerin mukaan suurin edistyminen tapahtuu, kun vauva oppii kävelemään ja hänen elinympäristönsä muuttuu suuremmaksi. Itsenäistymisen myötä vanhemmasta muodostuu vauvan elämälle turvapiste, josta hän hakee hoivaa ja rakkautta. (Ojanen ym. 2011, 149; Rusanen 2011, 142 - 143.)

15 kuukauden ja 2 - 3 vuoden aikana lapsi ymmärtää olevansa selvemmin erillinen yksilö häntä hoitavasta vanhemmasta. Vaihetta kutsutaan *lähentymisvaiheeksi*, jolloin lapsen pelko eroon joutumisesta kasvaa ja hän alkaa vierastaa enemmän. Tällöin

turvallisen vanhemman merkitys lapsen elämässä korostuu, ja lapsen tarve tulla hoivatuksi kasvaa. (Ojanen ym. 2011, 150; Rusanen 2011, 144 - 145.)

Lähentymisvaiheen jälkeen palataan taas *yksilöitymiseen*, jonka myötä lapsen oma identiteetti ja minäkuva vahvistuvat. Mahlerin mukaan kolmevuotias pystyy lohduttautumaan erotilanteissa vanhemmista luotujen muistikuvien kautta. Eroahdistuksen ei myöskään pitäisi enää vahingoittaa lapsen myönteisiä muistoja vanhemmasta. Yksilöitymisvaiheen myötä lapsi oppii ymmärtämään oikean ja väärän sekä ottamaan vastaan myös kieltoja loukkaantumatta. (Ojanen ym. 2011, 151; Rusanen 2011, 150 - 152.)

5.7 Daniel Stern ja vaiheteoria

Daniel Sternin mukaan lapsi on aktiivinen vuorovaikuttaja syntymästään alkaen. Ennen varsinaista tietoisuutta itsestään, on hänellä jo aistimuksia omasta itsestään. Sternin mukaan vauvan on tärkeää oppia tulkitsemaan myös tunteita, ilmeitä ja eleitä ennen kuin oppii itse kieltä. (Vilén ym. 2006, 152.) Sternin mukaan muutaman kuukauden ikäiselle vauvalle puhuttaessa on tärkeämpää huomioida puhetyyli, jolla vauvalle puhuu, sen sijaan, että huomio kiinnittyisi itse asiisisältöön (Stern 1982, 24).

5.7.1 Tunne syntyvästä minästä 0 - 2 kuukautta

Sternin mukaan vauvalla on syntymästään alkaen maailman tulkitsemisen valmiuksia, joiden myötä hän kykenee erottelemaan asioita. Vauva erottaa jo raskausaikana tutuiksi tulleet äänet sekä tuoksut ja havainnoi ympäristöään sekä itseään, esimerkiksi nälkänsä. Tunne syntyvästä minästä -vaiheessa vauvan itseilmaisuuksia tapahtuu useimmiten itkuna tai hymyilemisinä, joiden myötä vanhempien kyky oppia tulkitsemaan vauvan viestejä kasvaa tämän taas vahvistaessa vauvan turvallisuuden tunnetta. (Vilén ym. 2006, 152 - 153.)

5.7.2 Tunne ydinminästä ja minä suhteessa muihin 2 - 6 kuukautta

Sternin mukaan aikuisen ihmisen toiminta saa vauvan tuntemaan esimerkiksi iloa, innostusta tai jopa kipua. Vauva alkaa muodostaa syy-seuraussuhteita; hän tulee

kylläiseksi, kun saa ruokaa. Vauva alkaa havainnoida asioita, joihin hän itse voi vaikuttaa. Hän pystyy itse tietoisesti liikuttamaan kättään ja voi halutessaan jotakin tehdä myös jotain asian eteen. Vauvaa alkaa kiinnostamaan toisen ihmisen katse, ja hän alkaa myös itse katsoa toisia ihmisiä silmiin. Tässä vaiheessa vauvan tunne-elämä voimistuu, hän tuntee iloa, jopa stressiä. Sternin mukaan 2 - 6 kuukauden ikäinen vauva pystyy jo tuntemaan myös stressiä. (Vilén ym. 2006, 153.)

5.7.3 Vaiheteorian viimeiset vaiheet

Sternin vaiheteorian kolme viimeistä osa-aluetta ovat tunne subjektiivisesta minästä (7 - 15 kuukautta), tunne kielellisestä minästä (16 - 18 kuukautta) sekä kertovan minän vaihe (3 - 4 vuotta) (Vilén ym. 2006, 153 - 155).

Näissä vaiheissa vauva aluksi oppii tuomaan ilmi enemmän omia tunteitaan mutta myös havainnoimaan toisen ihmisen tunne-elämää. Vauva alkaa vierastaa ja on kiintynyt vanhempiinsa. Kielellisen kehityksen myötä itseilmaisus sekä kommunikointi helpottuvat, ja jo kolmen vuoden iässä lapsi kykenee kertoen ilmaisemaan itseään. (Vilén ym. 2006, 153 - 155.)

6 ASETUS PERHEVALMENNUKSEN JÄRJESTÄMISESTÄ KUNNISSA

Terveydenhuoltolain (1326/2010) 23. §:n viitaten valtioneuvosto pyrkii neuvola-, koulu- ja opiskeluterveydenhuollon sekä lasten ja nuorten ehkäisevän suun terveydenhuollon (388/2011) asetuksessaan yhtenäistämään palveluiden sisältöä ja tarjontaa Suomessa. Asetuksen (338/2011) 3. luvun 15. §:n mukaan ensimmäistä lasta odottaville vanhemmille tulee tarjota moniammatillista perhevalmennusta, johon kuuluu myös vanhempainryhmätoimintaa ja synnytysvalmennusta (Asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta 338/2011). Päävastuu sen järjestämisessä on neuvolalla, ja valmentajina toimivat vastaavat terveydenhoitajat tai kättilöt, joiden kanssa yhteistyössä työskentelevät myös psykologi, fysioterapeutti, perhetyöntekijä sekä suuhygienisti. Myös seurakunnan työntekijät, ravitsemusterapeutti, lastenvalvoja sekä seksuaali- ja perheterapeutti ovat yhteistyössä perhevalmennuksen kanssa. (Haapio ym. 2009, 9 - 12.) Valmennuksessa tulee huomioida vanhempien mahdolliset

aistirajoitteet ja sitä tulee tarvittaessa järjestää myös toisella kotimaisella kielellä (Klemetti & Hakulinen-Viitanen 2013, 78).

6.1 Perhevalmennuksen toteutus

Suositellaan, että perhevalmennus alkaa raskauden puolivälissä ja valmennuskertoja on neljästä kuuteen. Valmennus pyritään toteuttamaan pienryhmätoimintana, jossa vertaistuki korostuu. (Haapio ym. 2009, 9 - 12.) Perhevalmennuksen tarkoituksena on antaa vanhemmille tietoa raskauden kulusta ja siihen liittyvistä riskeistä, tulevasta synnytyksestä, lapsen hoidosta ja mahdollisista mielenterveyden ongelmista raskauden aikana ja sen jälkeen. Neuvonnalla tuetaan vanhemman ja lapsen välistä varhaista vuorovaikutussuhdetta sekä äidin asennetta imettämistä kohtaan. (Asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta 338/2011.)

Perhevalmennus koostuu eri teemoista, jotka keskittyvät raskauden, synnytyksen ja lapsivuodeajan vaiheisiin. Raskautta käsitellään fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen näkökulman kautta painottaen vanhemmuutta ja vauvanhoitoa. Perhevalmennukseen kuuluu myös synnytyssairaalan järjestämä synnytysvalmennus, jossa käydään läpi synnytyksen eri vaiheet. (Haapio ym. 2009, 9 – 12.) Perhevalmennuksesta poisjäävien perheiden tuen tarve tulee selvittää ja heille tulee tarjota yksilöllistä terveysneuvontaa neuvolassa (Klemetti & Hakulinen-Viitanen 2013, 82).

Perhevalmennuksen on tarkoitus tukea tulevia vanhempia luottamaan omaan itseensä. Sieltä saamansa tuen avulla vanhemmat pystyvät sopeutumaan vanhemmuuteen paremmin. Isän myönteisen suhtautumisen tulevaa perheenjäsentä kohtaan sekä osallistumisen perhevalmennukseen yhdessä äidin kanssa koetaan tukevan naisen äidiksi kasvamista. Isä-lapsisuhde koetaan myönteisenä voimavarana lapsen kehityksen kannalta sekä ajatellaan sen vähentävän lapsen psyykkisiä ongelmia myöhemmin. Ravitsemusneuvonnalla pyritään tukemaan vanhempien imetysmyönteisyyttä ja pidentämään imetyksen kestoa. Ravitsemusneuvonta on koettu hyödyllisimmäksi vähiten koulutusta saaneiden perheiden keskuudessa. (Klemetti & Hakulinen-Viitanen 2013, 80.)

Tulevat isät ovat olleet halukkaita osallistumaan perhevalmennukseen, jos se on järjestetty virka-ajan ulkopuolella (Klemetti & Hakulinen-Viitanen, 78).

Vastasynnyttäneet äidit ovat kokeneet hyötyvänsä eniten raskaus- ja lapsivuodeaikaa käsittelevistä tapaamiskerroista. He olisivat toivoneet, että perhevalmennuksessa olisi lisäksi kerrottu mahdollisista ongelmista raskausaikana ja siitä, kuinka synnytyksen jälkeen palaudutaan. Naisia jäi myös mietityttämään, kuinka esimerkiksi sairas lapsi kohdataan synnytyksen jälkeen. (Klemetti & Hakulinen-Viitanen 2013, 80.)

Perhevalmennuksesta saatu tutkimusnäyttö ei ole vielä tarpeeksi riittävää, minkä vuoksi sen vaikutuksia on vaikea arvioida laajemmin. Esimerkiksi vielä ei tiedetä, kuinka paljon ryhmämuotoisen perhevalmennuksen hyödyt eroavat yksilökeskeisemmästä valmennuksesta. (Klemetti & Hakulinen-Viitanen 2013, 78.) Valmennuksen on kuitenkin koettu vaikuttavan myönteisesti perheen sosiaalisiin suhteisiin ja vertaistuen mahdollisuuteen. Lasten riski joutua kaltoinkohdeksi pienenee perheissä, joiden vanhemmat ovat osallistuneet perhevalmennukseen ja vanhempainryhmätoimintaan. (Klemetti & Hakulinen-Viitanen 2013, 80.)

6.2 Mikkelissä järjestettävän perhevalmennuksen sisältö

Mikkelissä perhevalmennusta järjestetään ryhmätoimintana ja tapaamiskertoja on viisi. Kukin kerta on nimetty erikseen sillä kertaa käsiteltävien aiheiden mukaan (Mikkelin seudun sosiaali- ja terveystoimi 2014):

- *Meillä voidaan hyvin:* Käydään läpi raskaus- ja imetysajan ravitsemukseen liittyviä asioita. Ohjaamassa on ravitsemusterapeutti. Samalla kertaa annetaan ohjausta myös suun terveydenhoitoon koko perheelle. Suun ja hampaiden hoidon asioista on puhumassa suuhygienisti.
- *Meillä liikutaan yhdessä:* Fysioterapeutin johdolla käsitellään raskauden aiheuttamia fyysisiä muutoksia kehossa sekä liikunnan merkitystä hyvinvoinnille.
- *Meistä tulee perhe:* Vanhempia herätellään ajattelemaan, kuinka vauvan tulo muuttaa perheen elämää ja millainen itse on vanhempana. Tätä kertaa ovat ohjaamassa psykologit Lastenkehityksen tukiyksiköstä sekä perhetyöntekijät.
- *Minusta tulee isä:* Kerta on tarkoitettu isille ja silloin pohditaan isyyteen ja kumppanina oloon liittyviä asioita. Mukana on työntekijä Miestenasemalta.

- *Meidän uusi arki*: Neuvolan terveydenhoitaja sekä seksuaalineuvoja ohjaavat imetykseen, vauvan tarpeisiin, parisuhteeseen ja seksuaalisuuteen liittyvissä asioissa.

7 HERÄTEVIDEO VARHAISESTA VUOROVAIKUTUKSESTA

Nykyään tiedetään paljon varhaisen vuorovaikutuksen merkityksestä vauvan ja vanhemman välillä. Vauvan viestien ymmärtäminen vaatii, että vanhemmissa herää tunteita vauvaa kohtaan. Vauvojen oleellinen kehitys tapahtuu heidän ja vanhempien välisessä vuorovaikutuksessa. Vauva kokee kiintymistarpeensa ensisijaisesti omalla kehollaan ja tarvitsee vanhemman soinnuttamaan koettuja tunteita. (Ojanen ym. 2011, 149; Pentikäinen 2014.)

7.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena on yleensä valmistaa jokin tuote tai tuotos, joka voi olla esimerkiksi opaskirja, DVD, tietopaketti tai tapahtuma. Toiminnallinen opinnäytetyö on siis yleensä aina työelämälähtöinen ja perustuu toimeksiantajan tarpeisiin. (Airaksinen & Vilkka 2003, 9, 51 - 53.) Opinnäytetyömme muoto määräytyi toiminnalliseksi opinnäytetyöksi jo Mikkelin perhevalmennukselta tullessa tilauksessa, sillä se toivoi herätevideota varhaisesta vuorovaikutuksesta. Videota he tulevat käyttämään perhevalmennuksessa vanhempien tunteiden herättelyyn tulevaa vauvaa kohtaan.

Toiminnallisena opinnäytetyönä tehty yksilöllinen ja asiasisällöltään kohderyhmän tarpeita vastaava tuotos on aina suunniteltu ja kohdistettu tietyn kohderyhmän käyttöön (Airaksinen & Vilkka 2003, 9, 51 - 53). Opinnäytetyömme kohderyhmänä ovat perhevalmennuksessa käyvät vanhemmuuteen valmistautuvat raskaana olevat sekä heidän puolisonsa (Pentikäinen 2014). Pääpaino toiminnallisessa opinnäytetyössä on itse tuotteella, teoreettista osuutta ja raportointia kuitenkin unohtamatta. Raportissa keskitytään kertomaan opinnäytetyön tekoprosessista sekä työn vaiheista. Raportin keskeisimpiä teemoja ovat se, mitä on tehty, miten on tehty ja miksi on tehty. Lisäksi raportissa arvioidaan omaa oppimista sekä ammatillista kehitystä, kasvua ja opinnäytetyössä onnistumista. (Airaksinen & Vilkka 2003, 65.)

7.2 Herätevideo terveyden edistämisen menetelmänä

Terveyden edistämisen menetelmänä on tarkoitus tuottaa herätevideo varhaisesta vuorovaikutuksesta perhevalmennuksen käytettäväksi Mikkelissä. Video on tuotettu yhteistyössä perhetyöntekijöiden ja Lastenkehityksen tukiyksikön psykologien kanssa vastaamaan heidän ja kohderyhmän tarpeita. Herätevideo toimii vauvaa odottavien vanhempien ajatusten ja tunteiden herättelijänä Meistä tulee perhe – kokoontumiskerralla. Tätä kertaa ohjaamassa ovat psykologit ja perhetyöntekijät. Videolla herätellään tulevien vanhempien ajatuksia tulevasta vauvasta ja vauvan mukanaan tuomista muutoksista perheen arkielämään. Meistä tulee perhe kerralla mietitään myös vanhemmaksi kasvamista ja tulevaa vanhemmuutta äitinä ja isänä. (Mikkelin seudun sosiaali- ja terveystoimi 2014; Pentikäinen 2014.)

Terveyden edistämisen näkökulmasta herätevideolla tuetaan varhaisen vuorovaikutuksen kehittymistä vanhemman ja lapsen välille. Vauvan kokemalla varhaisella vuorovaikutuksella on todettu olevan suuri merkitys hänen myöhemmän kehityksensä kannalta. Koetut laiminlyönnit varhaislapsuudessa voivat aiheuttaa muutoksia lapsen kehittyvässä tunne-elämässä sekä sosiaalisessa ja tiedollisessa kehityksessä. Vanhempien ajatusten herättelyä tulevaa lasta kohtaan pidetään tärkeänä jo ennen lapsen syntymää. Vanhemmuuteen kasvamista pidetään prosessina, joka alkaa jo raskauden aikana. Vanhemmuus tuo muutoksia myös vanhempien omaan minäkuvaan ja parisuhteeseen. (Puura 2003, 475 - 476.)

Terveyden edistämisen näkökulmasta videolla viritellään tulevien vanhempien ajatuksia vauvasta ja tuodaan malleja suotuisan vuorovaikutuksen muodostumisesta heidän ja lapsen välille syntymän jälkeen. Videon on tarkoitus havainnollistaa vanhemmille vauvan viestintätaitojen kehittymistä neljän ensimmäisen elinkuukauden aikana. Videolla on kuvattu arkipäiväisistä vuorovaikutustilanteista vanhemman ja vauvan välillä, kuten esimerkiksi sitä kuinka, vauvan itkuun vastataan ja kylvetystä. (Pentikäinen 2014.)

Terveydenhuollon ammattihenkilökunnan on tärkeää osata tukea varhaisen vuorovaikutuksen kehittymistä jo aikaisessa vaiheessa ja pyrkiä ennaltaehkäisemään

mahdolliset riskitekijät. Videon on tarkoitus olla perhetyöntekijöille ja psykologeille apuväline, jolla he pääsevät herättelemään tulevien vanhempien tunteita syntyvästä lapsesta perhevalmennuksessa. Videolla viritellään vanhempien ajatuksia vastavuoroisen vuorovaikutuksen toteutumisessa vanhemman ja lapsen välillä. Sitä on tarkoitus käyttää myös keskustelun avaajana Meistä tulee perhe -kokoontumiskerralla. Videon toivotaan tukevan varhaisen vuorovaikutuksen puolesta tehtävää työtä perhevalmennuksessa ja lisäävän vanhempien luottamusta omiin vuorovaikutustaitoihinsa syntyvän vauvan kanssa sekä rohkeutta käyttää niitä. Usein puhutaan riittävän hyvästä vuorovaikutuksesta, mutta tärkeintä on kuitenkin, että vuorovaikutusta löytyy heidän väliltään. Videon toivotaan vähentävän lasten kokemia laiminlyöntejä varhaisessa vuorovaikutuksessa tulevaisuudessa. (Pentikäinen 2014.)

7.3 Videon suunnittelu

Saimme opinnäytetyömme aiheen huhtikuun 2014 alussa Mikkelin perhevalmennuksen perhetyöntekijä Eini Pentikäiseltä. Ensimmäinen tapaaminen työelämänohjaajan kanssa ajoittui huhtikuun puoliväliin. Tapaamisessa tutustuimme aluksi perhevalmennukseen ja saimme paljon uutta tietoa sen toiminnasta ja sisällöstä. Moniammatillinen työryhmä oli jo miettinyt ennalta toiveitaan videon suhteen, lisäksi katsoimme heillä aiemmin käytössä olleen amerikkalaisen videon. Toiveissa korostuivat erityisesti vauvan eleet, ilmeet sekä ääni. Lisäksi he toivoivat, että videolta tulisi ilmi kuinka vauvan vuorovaikutustaidot kehittyvät neljän ensimmäisen elinkuukauden aikana. Vauvan toivottiin olevan pääosassa videossa, luonnollisesti omana itsenään.

Tapaamisen jälkeen aloimme työstää ideapaperia. Ohjaavan opettajan sekä ideapaperin hyväksyminen tapahtui kesäkuussa. Tällöin myös oli ensimmäinen tapaaminen ohjaavan opettajan kanssa, jolloin keskusteltiin opinnäytetyön rungosta, aineiston keruusta ja videon kuvaamisesta. Videon päättähti oli alusta asti selvillä, sillä sairaanhoitajaopiskelija Taru Kolehmainen odotti esikoistaan. Vauva syntyi elokuun loppupuolella ja videoiden kuvaaminen oli mahdollista aloittaa heti synnytyksen jälkeen vauvan isän toimesta. Vauvan isältä kysyttiin suostumus videoiden kuvaamiseen sekä kuvamateriaalin käyttöön (LIITE 1).

7.4 Videon toteutus

Opinnäytetyömme työstäminen jatkui syyskuussa, jolloin kävimme tutustumassa perhevalmennukseen Meistä tulee perhe -kokoontumiskerralla. Kyseisellä kerralla puhutaan vanhempien ajatuksista tulevaa vauvaa kohtaan, ja videon on tarkoitus toimia keskustelun avaajana ja ajatusten herättelijänä. Perhevalmennuskerran jälkeen pidimme palaverin työryhmän kanssa, jossa kartoitimme tilannetta ja ajatuksia. Haimme säännöllisin väliajoin ohjausta opinnäytetyön kirjoittamiseen ohjaavalta opettajaltamme. Opinnäytetyön suunnitelman pääsimme esittämään marraskuun alussa. Vauvan kuvaaminen jatkui pitkin syksyä tammikuuhun asti. Kuitenkin ennen joulua tapasimme moniammatillisen työryhmän ja kävimme läpi jo kuvattua materiaalia. Samalla saimme heiltä suullista palautetta ja vinkkejä viimeisiin kuvaustilanteisiin.

Videon editointi aloitettiin tammikuussa. Editoinnissa meitä auttoi medianomiopiskelija Essi Pöyhönen, jonka kanssa olimme olleet yhteydessä jo aiemmin syksyllä. Hän auttoi meitä videon editoinnissa ja suunnittelussa useammalla tapaamiskerralla. Video on tuotettu omakustanteena.

Opinnäytetyön varsinaisen teoriaosuuden kirjoittaminen alkoi marraskuun puolivälissä. Jouduimme pysähtymään ja rajaamaan opinnäytetyön aiheen tiiviimmin ja samalla pohtimaan, mitä haluamme työhön sisällyttää ja mitä pidämme itse tärkeänä. Kirjoitusprosessi alkoi olla loppusuoralla maaliskuun alussa.

8 PROSESSIN ARVIOINTI JA POHDINTA

Prosessina opinnäytetyö on ollut haastava ja laadultaan monipuolinen. Toiminnallisessa opinnäytetyössä tulee huomioida kirjallisen osuuden lisäksi myös tuote. Aineiston hakeminen oli aluksi vaativaa johtuen tietokantojen käyttökokemuksen puutteesta ja tiukasta rajauksesta. Alkuperäisiä tutkimuksia oli vaikeasti saatavilla, ja osa tutkimuksista oli liian vanhoja työssämme käytettäväksi. Tiedonhaussa meitä ohjasi kirjaston informaattikko.

Tieteellisen tekstin kirjoittaminen oli osalle aluksi haasteellista, sillä aiempaa kokemusta opinnäytetyön kirjoittamisesta ei ollut. Lisähaastetta toi liiallinen itsekriittisyys tuotettua tekstiä kohtaan. Osa puolestaan koki tekstin tuottamisen helppona ja miellyttävänä. Opinnäytetyömme tekstin osa-alueet jaettiin tasapuolisesti, ja niitä kukin työsti itsenäisesti. Toimintatapa koettiin meille parhaimmaksi elämäntilanteemme huomioiden.

8.1 Herätevideon kuvausprosessi

Kuvauspaikkana toimi perheen koti ja kuvauskalusto oli perheen oma. Videon kuvaaminen osoittautui odotettua haasteellisemmaksi, sillä aiempaa kokemusta asiasta ei ollut. Ajoitimme videomateriaalin kuvaamisen eri ikäkausiin. Koimme vastasyntyneen kuvaamisen helpoimmaksi, sillä vauva ei kiinnittänyt huomiota kuvaajiin. Keskityimmekin tällöin kuvaamaan vauvan ilmeitä sekä yhdessäoloa äidin kanssa. Kahden kuukauden iässä vauvan huomio kiinnittyi kameraan, sillä kiinnostus ympärillä olevaan elämään kasvoi. Jouduimme miettimään kuvaamista uudella tavalla, jotta luonnollinen vuorovaikutus välittyisi videolla. Vauvan ollessa kahden kuukauden ikäinen kuvasimme vauvan ja vanhemman vuorovaikutussuhdetta esimerkiksi juttutuokion yhteydessä.

Neljän kuukauden iässä vauvan kuvaaminen monipuolistui vauvan motoristen taitojen kehittyessä. Vauvan kiinnostus elinympäristöön ja leluihin kasvoi entisestään, loruleikit kiinnostivat, ja vuorovaikutus oli vastavuoroisempaa vanhemman kanssa. Tällöin vauvan kuvaaminen oli mieluisaa ja antoisaa, koska hänen oma persoonansa alkoi näkyä uudella tavalla.

8.2 Videon tuottamisen haasteet

Haastetta kuvaamiselle toi vauvan ehdoilla eteneminen, sillä päivärytmi ei ollut aina ennustettavissa ja vauvalla oli myös huonompia päiviä. Kameran kanssa sai olla kuvaamisvalmiudessa sopivaa tilannetta varten, sillä vauvaa ei voinut etukäteen ohjata. Videomateriaalia oli alun perin arviomme mukaan noin viisi tuntia ja kuvaamiskertoja lukuisia kunkin ikäkauden aikana. Kävimme kuvatun materiaalin läpi useamman kerran, jotta saimme rajattua halutun materiaalin videollemme. Saimme

tähän apua myös työelämänohjaajilta, jotka antoivat välipalautetta videoista esikatselun jälkeen.

Pyysimme apua Mikkelin ammattikorkeakoulun informaatioteknologian yksiköstä videon editoimiseen, mutta heiltä ei löytynyt resursseja siihen. Otimme yhteyttä suositusten mukaan Karelia ammattikorkeakoulun medianomiopiskelijaan, joka editoi videon yhteistyössä kanssamme. Meillä oli visio tulevasta videosta, jonka editoija toteutti useammalla tapaamiskerralla.

Videon tuottamisen jälkeen havaitsimme, että olisimme voineet tehdä joitain asioita toisella tavalla. Mikrofonin käyttö olisi parantanut vauvan ja vanhemman äänien kuuluvuutta videolla. Kuvatessa olisimme voineet kiinnittää enemmän huomiota taustaan, esimerkiksi ylimääräisiin tavaroihin taustalla. Jouduimme myös poistamaan videomateriaalia, joissa näkyi tuttipullo, sillä se olisi ollut ristiriidassa Maailman terveysjärjestön kansainvälisen äidinmaitokoodin kanssa.

Yritimme aluksi itse perehtyä videoiden tallentamiseen DVD:lle kotikoneella, mutta meiltä puuttui ohjelma, jolla videot saataisiin näkymään myös DVD-soittimella. Videoiden tallentamiseen ja kansien graafiseen suunnitteluun sekä tekemiseen löysimme apua koulumme suunnittelijalta. Suunnittelija antoi ajatuksen DVD:n kuvailulehdestä, josta katsoja saa kokonaiskuvan videon sisällöstä ja tarkoituksesta katsomatta sitä. DVD:n kannet ja levyn päällystarrat kävimme teettämässä paikallisessa painopisteessä, jotta niistä tulisi tarpeeksi laadukkaat. Löydettyämme oikein ihmisen auttamaan meiltä onnistui tuotteen tekeminen helposti.

8.3 Opinnäytetyömme eettisyys

Opinnäytetyötä tehdessä törmätään moniin erilaisiin eettisiin kysymyksiin. Eettisyys kertoo oikeasta ja väärästä, ja eettisyyttä tarkastellaan monella eri tapaa opinnäytetyötä tehdessä. Tiedonhankintaprosessissa on tärkeää painottaa lähteinä käytettävien tutkimusten eettisyyttä. Eettisesti on tärkeää kunnioittaa tutkijoiden tutkimuksia ja antaa heidän työlleen arvostusta sekä pitää asiasisältö samana. Eettisesti on tärkeää huomioida, että tutkimukseen osallistuvat tietävät jo alussa

tutkimukseen liittyvistä asioista, esimerkiksi sen tarkoituksesta ja kestosta. (Hirsjärvi ym. 2013, 23 - 25.)

Tarkasteltaessa opinnäytetyötä eettiseltä näkökannalta pidimme tärkeänä, että saimme suostumuksen vauvan kuvaamiseen hänen isältään (liite 1). Videon kuvaamisessa olemme huomioineet lapsen ja hänen perheensä edun sekä hyvinvoinnin. Olemme keskustelleet vauvan äidin kanssa etukäteen kuvaustilanteista ja sopivista ajankohdista ajatellen vauvan omaa päivärytmiä. Pyrimme pitämään yllä perheen intimiteettiä ja kunnioittamaan heidän kotirauhaansa. Lisäksi koimme myös tärkeänä, että videon eettisyys säilyy sairaalassa kuvatuissa video-osuuksissa. Esimerkiksi sairaalan henkilökuntaa ei ole kuvattu eikä heidän ääntään kuulu videolla. Keskustelimme videon tekemiseen liittyvistä eettisistä kysymyksistä yhdessä editoijan kanssa. Huomiota kiinnitimme esimerkiksi videon taustamusiikin tekijänoikeuksiin.

8.4 Toiminnallinen opinnäytetyö oppimiskokemuksena

Toiminnallisen opinnäytetyön työelämälähtöisyyden kautta pääsimme konkreettisesti ideoimaan ja luomaan tuotteen, joka palvelee kohderyhmää ja vastaa toimeksiantajan toiveisiin. Opinnäytetyön toiminnallisessa osuudessa kuvasimme vanhemman ja vauvan varhaista vuorovaikutusta neljän ensimmäisen elinkuukauden aikana. Video ei ole tarkoitettu opetusmateriaaliksi.

Olemme tyytyväisiä videon lopputulokseen, mutta vielä parempaan lopputulokseen olisimme päässeet, jos meillä olisi ollut kuvaustilanteissa käytössä mikrofoni sekä kuvausjalusta. Mielestämme onnistuimme kuitenkin kuvaamaan vanhemman ja vauvan välisiä varhaisen vuorovaikutuksen tilanteita havainnollistavasti ja monipuolisesti. Videolla välittyi varhaisen vuorovaikutuksen luonnollisuus ja toivomme videon herättävän kohderyhmän positiivisia ajatuksia tulevaa vauvaa kohtaan. Videolla haluamme korostaa arkipäiväisiä hetkiä vanhemman ja lapsen välillä, joihin katsojat pystyvät samaistumaan. Haluamme saada katsojat huomaamaan, että varhainen vuorovaikutus syntyy luonnostaan ja vauvan perustarpeisiin vastattaessa.

Opinnäytetyötä tehdessä tietomme ovat kasvaneet varhaisen vuorovaikutuksen merkityksestä lapsen kokonaisvaltaisen kasvun kannalta. Olemme oppineet keinoja tarkastella ja tukea lapsen ja vanhemman välistä varhaista vuorovaikutusta. Työ on avannut varhaisen vuorovaikutuksen merkityksen lapsen kasvussa. Ihminen on psyko-fyysis-sosiaalinen kokonaisuus, jonka suotuisalle kehitykselle on elintärkeää olla vuorovaikutuksessa ja kiintymyssuhteessa toisten ihmisten kanssa.

Opinnäytetyöprosessi on vienyt huomattavasti enemmän aikaa kun mitä olimme ajatelleet. Lisähaastetta on tuonut aikataulujen sovittaminen työelämänohjaajien kanssa, yhteydenpito on toiminut välillä yksipuolisesti. Tapaamiset ovat onnistuneet hyvin ja jättäneet meille positiivisen kuvan.

8.5 Videosta saatu palaute

Keräsimme loppupalautteen perhetyöntekijöiltä ja psykologeilta avoimen kyselylomakkeen (liite 3) avulla. Palaute ($n=2$) oli kokonaisuudessaan positiivista, eikä toivottuja kehittämisideoita löytynyt. Työntekijät kokivat, että videota voidaan hyödyntää muuallakin kuin perhevalmennuksessa ja se toimii hyvänä keskustelun avaajana ja tunteiden herättäjänä. Videolla voidaan havainnollistaa myönteistä varhaista vuorovaikutusta vanhemman ja lapsen välillä. Palautteesta ilmeni, että videolla on onnistuttu tuomaan hyvin esille vauvan ilmeiden, eleitä ja ääniä. Kuvauksellisesti video on onnistunut ja vauva on saatu sen keskiöön. Äänien ja musiikin editoimisessa oli myös onnistuttu tuomaan positiivisuutta videoon.

”On hyvä, että vauvan itku kuuluu nauhalla, koska samalla voi huomata, miten se herättää erilaisia tunteita katsojassa.”

Kiitosta saimme videolla eri ikäkausien erottelusta ja vauvan kehityksen havainnollistamisesta. Videolla esimerkiksi nähdään, että jo vastasyntyneellä on valmiudet vastavuoroiseen vuorovaikutukseen. Koettiin, että videota voidaan käyttää myös tilannekohtaiseen tarkasteluun nauhaa pysäyttämällä.

”Luonnollinen vuorovaikutus näkyy ja kuuluu videossa ja tämän avulla voidaan sanoittaa, mitä paljon puhuttu varhainen vuorovaikutus mm. on: lapsen itkuun

reagoimista, lohduttamista, vastavuoroista juttelua, hoivaamista ja kylvettämistä, leikkiä jne. Ts ei mitään tähtitieteellisen vaikeaa! Videota voisi hyödyntää muissakin ryhmätilanteissa kuin perhevalmennuksessa”

8.6 Jatkotutkimusaiheet

Jatkotutkimusaiheita miettiessämme tarkastelimme aihetta sen tärkeyden kannalta. Jatkotutkimuksena ehdotamme perhevalmennuksen kohderyhmälle järjestettävää kyselylomaketta, joka arvioisi tuotteen vastaavuutta videon tavoitteisiin nähden. Kysely edistäisi perhevalmennuksen sisällön kehittämistä Mikkelissä. Perhevalmennuksesta tuli myös jatkotutkimusidea, että heidän muille yhteisille kokoontumiskerroille voitaisiin toteuttaa lyhyitä havainnollistavia videopätkiä, esimerkiksi liikuntaan, ravitsemukseen, isyyteen ja suuhygieniaan liittyen.

LÄHTEET

Ahlqvist-Björkroth, Sari 2007. Psykkisen hyvinvoinnin perusta – tunne-elämän ja ajattelun rakentuminen 0 - 7-vuotiaana. Teoksessa Armanto, Annukka, Koistinen, Paula (toim.) Neuvolatyön käsikirja. Helsinki: Tammi.

Ahlqvist, Sari & Kanninen, Katri 2003. Varhaisen vuorovaikutuksen arviointi. Teoksessa Niemelä, Pirkko, Siltala, Pirkko & Tamminen, Tuula (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Juva: WSOY.

Airaksinen, Tiina & Vilkka, Hanna 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä: Tammi.

Antikainen, Ingrid 2007. Varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen. Teoksessa Armanto, Annukka & Koistinen, Paula (toim.) Neuvolatyön käsikirja. Helsinki: Tammi.

Arola, Liisa, Paavola, Leila & Körkkö, Pentti 2009. Äidin sensitiivisyys ja hoivapuheen perustaajuuden vaihtelu – yhteydet lapsen varhaisen kielen ja puheen kehitykseen. Humanistinen tiedekunta/logopedia. Oulun yliopisto.

Asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta 338/2011. WWW-dokumentti. <http://www.finlex.fi>. Ei päivytystietoa. Luettu 6.3.2015.

Brodén, Margareta 2006. Raskausajan mahdollisuudet. Helsinki: Therapie-säätiö.

Flykt, Marjo & Salo, Saara 2013. Lapsen ja vanhemman välisen emotionaalisen saatavillaolon merkitys lapsen kehityksessä ja hyvinvoinnissa. Psykologia -lehti. Verkkolehti. <http://www.psykologia.fi/uusin-numero/otteita-lehdesta/70-tieteelliset-artikkelit/358-lapsen-ja-vanhemman-valisen-emotionaalisen-saatavillaolon-merkitys-lapsen-kehityksessa-ja-hyvinvoinnissa>. Päivitetty 5.1.2014. Luettu 4.10.2014.

Haapio, Sari, Koski, Kirsti, Koski, Pirjo & Paavilainen, Riitta 2009. Perhevalmennus. Porvoo: Edita.

Hakamaa, Annika & Palovaara, Minna 2013. Sensitiivisyyttä, hoivaa ja rajoja – opas lapsen kiintymyssuhteen tukemiseen ja kiintymyssuhdevaurion korjaamiseen lastensuojelun ammattilaisille. Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Sosiaali-alan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.

Hakulinen-Viitanen, Tuovi & Klemetti, Reija 2013. Äitiysneuvolaopas. Suosituksia äitiysneuvolatoimintaan. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. PDFdokumentti. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110521/THL_OPA2013_029_verkko.pdf?sequence=1. Ei päivytystietoja. Luettu 8.1.2015.

Hastrup, Arja & Puura, Kaija 2014. Varhainen vuorovaikutus (VaVu). Neuvolakäsikirja. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Wwww-dokumentti.

<http://www.thl.fi/fi/web/lastenneuvolakasikirja/ohjeet-ja-tukimateriaali/menetelmat/psykososiaalinen-kehitys/vavu>. Päivitetty 28.11.2014. Luettu 24.1.2015.

Hautamäki, Airi 2002. Kiintymyssuhdeteoria: Attachment theory. Teoksessa Kalland, Mirjam & Sinkkonen, Jari (toim.) Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Helsinki: WSOY.

Hautamäki, Airi 2011. Lapsen kiintymyssuhteet ja niiden häiriintyminen. Teoksessa Kalland, Mirjam & Sinkkonen, Jari (toim.) Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Helsinki: WSOYpro Oy.

Hermanson, Elina 2012. Kotineuvola – terveys syntymästä kouluikään. Porvoo: Bookwell Oy.

Hermanson, Elina 2013. Varhainen vuorovaikutus ja itsetunnon kehitys. Terveyskirjasto Duodecim. WWW-dokumentti. http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=kot00302. Päivitetty 1.7.2012. Luettu 24.1.2015.

Hirsjärvi, Sirkka, Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2013. Tutki ja kirjoita. Porvoo: Bookwell Oy.

Hughes, Daniel A. 2009. Kiintymyskeskeinen vanhemmuus. Toimivuutta kasvotusten. Tampere: PT-kustannus.

Huttunen, Jouko 2010. Isyyteen sitoutuminen ja sen merkitys miehelle. Suomen Lääkärilehti 3, 175 - 181.

Jaakkola, Titta 2014. Deski viestintätoimisto. Www-sivut. <http://www.viestintatoimistodeski.fi/millainen-hyva-video-sisaltomarkkinoinnissa/>. Päivitetty 09.10.2014. Luettu 09.10.2014.

Kaipainen, Marjo 2007. Varhaisiän musiikkikasvatuksen potentiaalit äidin ja vauvan varhaisessa vuorovaikutuksessa. Jyväskylän yliopisto. Musiikkikasvatus. Pro gradu-tutkielma.

Kansallinen äitiyshuollon toimintaryhmä 2013. Äitiysneuvolaopas. Suosituksia äitiysneuvolatoimintaan. Hakulinen-Viitanen, Tuovi & Klemetti, Reija (toim.) Tampere: Juvenes Print –Suomen yliopistopaino Oy.

Kivijärvi, Marja 2003. Äidin sensitiivisyys varhaisessa vuorovaikutuksessa. Teoksessa Niemelä, Pirkko, Siltala, Pirkko & Tamminen, Tuula (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Juva: WSOY.

Lehtinen, Tiina 2014. Äidin kaksosilleen suuntaama puhe arkisissa vuorovaikutustilanteissa. Tampereen yliopisto. Logopedian pro gradu –tutkielma.

Mikkelin seudun sosiaali- ja terveystoimi 2014. Kutsu perhevalmennukseen - esite.

Mäntymaa, Mirjami, Luoma, Ilona, Puura, Kaija & Tamminen, Tuula 2003. Tunteet, varhainen vuorovaikutus ja aivojen toiminnallinen kehitys. Duodecim 119 (6). Verkkolehti. <http://www.terveysportti.fi/xmedia/duo/duo93467.pdf>. Ei päivitystietoja. Luettu 24.09.2014.

Mäntymaa, Mirjami 2006. Early Mother-Infant Interaction. Tampere: Tampere University Press, TUP.

Mäntymaa, Mirjami & Puura, Kaija 2011. Varhainen vuorovaikutus ja aivojen kehitys. Teoksessa Kalland, Mirjam & Sinkkonen, Jari (toim.) Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Nurmi, Jari-Erik, Ahonen, Timo, Lyytinen, Heikki, Lyytinen, Paula, Pulkkinen, Lea & Ruoppila, Isto 2014. Ihmisen psykologinen kehitys. Juva: PS-kustannus.

Ojanen, Tuija, Ritvala, Marjo, Sivén, Tuula, Vihunen, Riitta & Vilén, Marika 2011. Lapsen aika. Helsinki: WSOY.

Pentikäinen, Eini 2014. Haastattelut. Perhetyöntekijä- terveydenhoitaja. Mikkelin sosiaali- ja terveystoimi. 14.4.2014 & 2.9.2014.

Pesonen, Anu-Katriina 2010. Varhainen vuorovaikutus on suotuisan psyykkisen kehityksen edellytys. Duodecim 126(5):515 - 520.

Punamäki, Raija-Leena 2011. Vanhemmuuteen siirtyminen: raskausajan ja ensimmäisen vuoden kiintymyssuhteet. Teoksessa Kalland, Mirjam & Sinkkonen, Jari (toim.) Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Puura, Kaija & Mäntymaa, Mirjami 2010. Vanhemman ja vauvan vuorovaikutus. Teoksessa Deufel, Maila & Montonen, Elisabeth (toim.) Onnistunut imetys. Tampere: Kustannus Oy Duodecim.

Puura, Kaija 2003. Terveystoimittaja varhaisen vuorovaikutuksen tukijana. Teoksessa Niemelä, Pirkko, Siltala, Pirkko & Tamminen, Tuula (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Juva: WSOY.

Rova, Meri & Koskinen, Katja 2014a. 3 – 4 kk. Terveystoimittaja ja hyvinvoinnin laitos. Www-sivut. <http://www.thl.fi/fi/web/lastenneuvolakasikirja/ohjeet-ja-tukimateriaali/terveysneuvonta/imetysohjaus/3-4kk>. Luettu 16.1.2014.

Rova, Meri & Koskinen, Katja 2014b. Lisäruokien aloittaminen. Terveystoimittaja ja hyvinvoinnin laitos. Www-sivut. <http://www.thl.fi/fi/web/lastenneuvolakasikirja/tietopaketti/imetys/lisaruoalien-aloittaminen>. Päivitetty 27.11.2014. Luettu 16.1.2014.

Rusanen, Erja 2011. Hoiva, kiintymys ja lapsen kehitys. Porvoo: Finn Lectura.

Räsänen, Anniina 2009. Tunteiden viestintäkanavat ja musiikki varhaisessa vuorovaikutuksessa. Jyväskylän yliopisto. Musiikkikasvatuksen kandidaatintutkielma.

Sarkkinen, Mirja & Juutilainen, Kirsi 2007. Vauvaperheen masentunut äiti neuvolassa. Teoksessa Armanto, Annukka, Koistinen, Paula (toim.) Neuvolatyön käsikirja. Helsinki: Tammi.

Savinainen-Makkonen, Tuula, Kunnari, Sari, Kaarlonen, Meri & Kulovesi, Tuula 2007. Lapsen puheen, kielen ja kommunikoinnin kehitys ja häiriöt. Teoksessa Armanto, Annukka, Koistinen, Paula (toim.) Neuvolatyön käsikirja. Helsinki: Tammi.

Sinkkonen, Jari 2004. Kiintymyssuhdeteoria – tutkimuslöydöksistä käytännön sovelluksiin. *Duodecim* 120(15):1866 - 1873.

Stern, Daniel 1982. Ensimmäinen ihmissuhde. Jyväskylä: Gummerus.

Suomisanakirja 2014. Heräte. Www-sivut. <http://www.suomisanakirja.fi/heräte>. Ei päivitystietoja. Luettu 26.10.2014.

Tamminen, Tuula 2004. Olipa kerran lapsuus. Juva: WSOY

Vilén, Marika, Vihunen, Riitta, Vartiainen, Jari, Sivén, Tuula, Neuvonen, Sohvi & Kurvinen, Auli 2006. Lapsuus - Erityinen elämänvaihe. Helsinki: WSOY.



SOPIMUS OPINNÄYTETYÖN TEKEMISESTÄ

Sopijaosapuolet:

Opinnäytetyön tilaaja: Eini Pentikäinen Mikkelin kaupungin
perhevalmennus

ja Mikkelin ammattikorkeakoulun terveydenhyvinvointilaitoksen
hoitotyön koulutusohjelman opiskelija(t) Taru Behm,
Taru Kolehmainen ja Salla Vahvaselkä

Opinnäytetyön aihe: Herätevideo varhaisesta vuorovaikutuksesta
Mikkelin kaupungin perhevalmennukseen

Opinnäytetyön ohjaajat:

Ohjaava opettaja: Jukarainen Riitta-Liisa

Työelämäohjaaja: Pentikäinen Eini

Opinnäytetyön arvioitu valmistumisaika: Kevät 2015

Opinnäytetyön TK-tavoitteet:

Opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa herätevideo jolla
kuvatetaan vanhemman ja vauvan vuorovaikutusta ensimmäisten
elintuokausien aikana. Tuote on tarkoitettu Mikkelin kaupungin

TK-TAVOITTEET: Tutkimus- ja kehittämistoiminnalla (t&k) tarkoitetaan systemaattista toimintaa tiedon lisäämiseksi ja tiedon perhevalmen-
käyttämistä uusien sovellusten löytämiseksi. Kriteerinä on, että toiminnan tavoitteena on jotain oleellisesti uutta. Tutkimus- ja nuksen käy-
kehittämistoimintaa sisällytetään perustutkimus, soveltava tutkimus sekä kehittämistyö. Soveltavalla tutkimuksella tarkoitetaan sellaista tettäväksi
toimintaa uuden tiedon saavuttamiseksi, joka ensisijaisesti tähtää tiettyyn käytännön sovellutukseen. Soveltavaa tutkimusta on esim.
sovellusten etsiminen perustutkimuksen tuloksille tai uusien menetelmien ja keinojen luominen tietyn ongelman ratkaisemiseksi.
Tuote- ja prosessikehityksellä (kehittämistyöllä) tarkoitetaan systemaattista toimintaa tutkimuksen tuloksena ja/tai käytännön
kokemuksen kautta saadun tiedon käyttämiseksi uusien aineiden, tuotteiden, tuotantoprosessien, menetelmien ja järjestelmien
aikaansaamiseen tai olemassa olevien olennaiseen parantamiseen. (Tilastokeskus)

Mikkelin ammattikorkeakoulussa tehdyt opinnäytetyöt julkaistaan pdf-muotoisena kokotekstinä tiedostoina
ammattikorkeakoulujen yhteisessä julkaisuarkistossa Theseuksessa (<http://www.theseus.fi>). Opinnäytetyöt ovat pääsääntöisesti julkisia
asiakirjoja. Theseuksen käyttöehtosopimuksen hyväksyminen on samalla lupa työn julkaisemiseen internetin laajuisena näkyvyytenä.
Vaihtoehtoisesti opinnäytetyö voidaan julkaista myös tekijöiden harkinnan mukaan tai opinnäytetyön ohjaajan tai toimeksiantajan
suosituksesta MAMKin sisäisessä verkossa. MAMKin sisäisessä verkossa julkaistettu työ ei näy julkisena internetissä, mutta on
käytävissä MAMKin sisäisessä verkossa.

Muut sopimusehdot: _____

Aika ja paikka 2.9.2014 Mikkelissä
Taru Behm, Salla Vahvaselkä, Taru Kolehmainen Eini Pentikäinen

Opiskelijan allekirjoitus

Toimeksiantajan allekirjoitus

/opiskelijoiden allekirjoitukset

SUOSTUMUSLOMAKE

Annan luvan lapseni osallistua varhaisen vuorovaikutuksen tukemiseen tehtävään herätevideon Mikkelin perhevalmennukseen sekä luovutan samalla kuvaamani materiaalin heidän käyttöönsä. Allekirjoittamalla tämän sopimuksen hyväksyn aiemmin mainitut ehdot pysyviksi.

Päiväys ja vanhemman allekirjoitus

1.9.2014 *Taru Kolehmainen*

Tuotantoryhmän allekirjoitukset

1.9.2014 *Taru Behmo* *Mikkelissä*

1.9.2014 *Salla Uusitalo*

1.9.2014 *Taru Kolehmainen*

PALAUTELOMAKE KUUNTELE MINUA-HERÄTEVIDEOSTA

Herätevideon tarkoituksena on herätellä tulevien vanhempien ajatuksia tulevasta perheenjäsenestä. Sen tarkoituksena ei ole sisältää opetusmateriaalia vaan perustua vanhemman ja vauvan vuorovaikutustilanteisiin neljän ensimmäisen elinkuukaudenaikana. Videolla halutaan korostaa vauvan ilmeitä, eleitä ja ääntelyä.

1. Minkälaisia ajatuksia video herätti?

2. Kertokaa mikä herätevideossa on hyvää ja millä tavalla voitte hyödyntää sitä työssänne?

3. Millä muulla tavalla videon olisi voinut toteuttaa? Kehittämisehdotuksia.

Kiitos palautteestanne!

Taru Behm, Taru Kolehmainen & Salla Vahvaselkä