



jamk

Varhaisen vuorovaikutussuhteen tukeminen lapsen tunnetaitoja vahvistaen

Sonja Grönroos

Jasmin Kantokorpi

Opinnäytetyö, AMK

Syyskuu 2022

Terveys- ja hyvinvointialat

Toimintaterapeutti

Grönroos Sonja & Kantokorpi Jasmin

Varhaisen vuorovaikutussuhteen tukeminen lapsen tunnetaitoja vahvistaen.

Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Syyskuu 2022, 59 sivua

Terveys- ja hyvinvointialat. Toimintaterapeutin tutkinto-ohjelma. Opinnäytetyö AMK.

Julkaisun kieli: suomi

Julkaisulupa avoimessa verkossa: kyllä

Tiivistelmä

Tunnetaitojen tärkeydestä on alettu viime vuosina puhumaan enemmän ja varhaiset vuorovaikutussuhteet ovat merkittävä tekijä lapsen tunnetaitojen kehityksessä. Huoltajan ja lapsen välisellä leikillä voidaan vaikuttaa lapsen sosioemotionaaliseen kehitykseen. Työelämästä nousi tarve helposti ymmärrettävälle sekä jaettavalle oppaalle, jossa käsitellään varhaisen vuorovaikutussuhteen tukemista lapsen tunnetaitojen vahvistamiseksi.

Opinnäytetyö toteutettiin kuvailevan kirjallisuuskatsauksen keinoin toimeksiantajalle Jämsän Terveydelle. Kirjallisuuskatsauksen pohjalta koottiin opas neuvolan käyttöön. Aineistonkeruussa käytettiin ProQuest, Google Scholar, Pubmed, sekä Cinahl tietokantoja. Käsiteltävä aineisto koostui sisäänotto- ja poissulkukriteerien mukaan kuudesta tutkimusartikkelista. Aineisto analysoitiin aineistolähtöisen sisällönanalyysin avulla. Tavoitteena oli perehtyä siihen, miten varhaisten vuorovaikutussuhteiden tukemisella voidaan vahvistaa lapsen tunnetaitojen kehittymistä. Opinnäytetyön taustateorianä toimii toimintaterapian teoreettinen Person-Environment-Occupation -malli.

Johtopäätöksinä voitiin todeta, että tutkimuksen tulokset vahvistavat jo tiedettyä. Lasten sosioemotionaalissa kehityksessä on aina keskeisesti mukana lapsen sosiaaliseen ympäristöön kuuluvat henkilöt, kuten huoltajat. Tulokset osoittavat myös, että varhaiset ihokontaktit edistävät lapsen sosioemotionaalista kasvua ja edistää merkittävästi huoltajan sekä vauvan välisen kiintymyssuhteen ja tunnesiteen vahvistumista. Myös erilaiset ääneen perustuvat vuorovaikutteiset keinot, kuten lorut, sadut ja musiikki nousi esille huoltajan ja lapsen välisen tunnesiteen vahvistajana. Tulokset tukivat, myös oppaan hyödyllisyyttä, koska tietoisuuden lisääntymisellä oli tutkimusten mukaan suuri merkitys huoltajan ja lapsen välisen vuorovaikutussuhteen vahvistajana.

Avainsanat (asiasanat)

Tunnetaidot, varhainen vuorovaikutus, kiintymyssuhde, perusturvallisuus, toimintaterapia, leikki, The Person-Environment-Occupation Model

Muut tiedot (salassa pidettävät liitteet)

Grönroos Sonja & Kantokorpi Jasmin

Supporting early interaction to strengthen the child's emotional skills

Jyväskylä: JAMK University of Applied Sciences, September 2022, 59 pages.

Social Services and Health Care. Degree Programme in Occupational Therapy. Bachelor's thesis

Permission for open access publication: Yes

Language of publication: Finnish

Abstract

The importance of emotional skills has in recent years become more widely discussed and early interactions are an important factor in the development of child's emotional skills. Play between a caregiver and a child can influence the child's socio-emotional development. The need for guidebook that is easy to understand, and share arose from working life. The guidebook deals how to support early interaction to strengthen the child's emotional skills.

The thesis implementation took place by means of a descriptive literature review for the client Jämsän Terveys. Based on the literature review, a guide was compiled for use in maternity clinic. ProQuest, Google Scholar, Pubmed, and Cinahl databases were used for data collection. According to the inclusion and exclusion criteria, six studies were selected for the data to be processed. Data were analyzed by using data driven content analysis. The aim was to orientate how to support early interaction to strengthen the child's emotional skills. The thesis was based on the theoretical model of occupational therapy, the Person-Environment-Occupation Model.

In conclusion, the results of the study confirm what is already known. The socio-emotional development of children is always influenced by the social environment of the child, including caregivers. The results also show that early skin-to-skin contact contributes to the child's socio-emotional growth and contributes significantly to the strengthening of the attachment and emotional bond between caregiver and infant. Various vocal interactional interventions such as nonsense poems, stories and music were also found to strengthen the emotional bond between caregiver and infant. The results also supported the usefulness of the guidebook, as awareness-raising was found to play an important role in strengthening the caregiver-child interaction.

Keywords/tags (subjects)

Emotional skills, early interaction, attachment, basic trust, occupational therapy, play, The Person-Environment-Occupation Model

Miscellaneous (Confidential information)

1	Johdanto	3
2	Tietoperusta	4
2.1	Varhainen vuorovaikutus	4
2.1.1	Kiintymyssuhde.....	5
2.1.2	Perusturvallisuus.....	7
2.2	Tunnetaidot.....	9
2.3	Leikki.....	10
2.4	The Person-Environment-Occupation Model (PEO)	12
3	Varhaisen vuorovaikutuksen keinoja kirjallisuudesta	13
3.1	Leikki varhaisen vuorovaikutussuhteen vahvistajana.....	14
3.2	Läheisyys ja myönteinen kosketus kiintymyssuhteen rakennusaineena	15
3.2.1	Imetys kiintymyssuhteen muodostumisen tukena	15
3.2.2	Vauvatuksella kokemuksia vauvan aloitteista vuorovaikutuksessa	16
3.2.3	Satuhieronta lapsen tunne-elämän kehityksen tukena	16
3.3	Lorut, laulut ja musiikki osana arkisia vuorovaikutushetkiä	16
3.4	Tarinat ja sadut vuorovaikutusta parhaimmillaan	17
3.5	Digioppimisympäristöt tunnetaitojen oppimisalustana	18
4	Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet	18
4.1	Työelämän yhteistyökumppani oppaan taustalla.....	18
4.2	Aiheen ajankohtaisuus	20
5	Toteutus	22
5.1	Menetelmä.....	22
5.2	Aineiston keruu	23
5.3	Aineiston esittely.....	25
5.4	Aineiston analyysi.....	26
6	Tulokset	27
6.1	Varhaisen vuorovaikutuksen keinoja lapsen tunnetaitojen kehittymiseen	27
7	Pohdinta	31
7.1	Pohdinta ja yhteenveto tuloksista	31
7.2	Tulosten arviointi ja hyödynnettävyys	32
7.3	Eettisyys ja luotettavuus	34
8	Johtopäätökset ja jatkotutkimusehdotukset	36
	Lähteet	38
	Liitteet	44
	Liite 1. Opas varhaisen vuorovaikutussuhteen tukemisesta lapsen tunnetaitoja vahvistaen.	44

Kuviot

Kuvio 1. Kuvion otsikko, ei lähdetietoja **Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.**

Taulukot

Taulukko 1. Taulukon otsikko, ei lähdetietoja **Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.**

Taulukko 2. Taulukon otsikko, ei lähdetietoja **Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.**

1 Johdanto

Varhaisen vuorovaikutussuhteen vaikutukset lapsen tunnetaitoihin on aina tärkeä ja ajankohtainen aihe. Tunnetaidoista on alettu viime vuosina puhumaan paljon ja esimerkiksi toimintaterapian saralla on kehitetty erilaisia työkaluja, kuten Zones Of Regulation -menetelmä. Aiheen ajankohtaisuutta tukee lisääntyneen ruutuajan mahdolliset vaikutukset lapsen tunnetaitojen kehittymiseen sekä lisääntynyt tarve ja tietoisuus vauvojen toimintaterapiasta ja sen ennaltaehkäisevistä vaikutuksista (Niiranen, Kiviruusu, Vornanen, Saarenpää-Heikkilä & Paavonen 2021, 2., TOImintaterapeutti 2021, 8–9). Opinnäytetyössä keskitytään varhaiseen vuorovaikutukseen eli syntymästä kolmanteen ikävuoteen. Mäntymaan ja Tammisen (1999) mukaan lapsen kehityksessä tapahtuu suurimmat muutokset kolmen ensimmäisen ikävuoden aikana. Näiden vuosien aikana lapsen biologisissa, kognitiivisissa ja vuorovaikutuksellisissa ominaisuuksissa sekä tunnetaidoissa tapahtuu huomattavia harppauksia. (Mäntymaa & Tamminen 1999.) Vuosien 2019–2022 välillä syntyneet lapset ovat syntyneet koronaepidemian aikana tai ovat olleet vauvoja sen alkaessa. Koronalla on ollut monia vaikutuksia perheiden hyvinvointiin, mitkä voivat näkyä perheissä muun muassa lähi-suhdeväkivaltana, ahdistuksena, taloudellisina vaikeuksina, yksinäisyytenä ja kuormittuneisuutena. (Suvisaari, Lundqvist, Appelqvist-Schmidlechner, Solin & Härkänen 2021, 22.)

Opinnäytetyön aihe sekä tarve aiheen tutkimiselle nousi työelämästä. Tarkoituksena oli kehittää Jämsän Terveiden perhepalvelukeskuksen neuvolaan lisämateriaalia lasten huoltajien neuvontaan ja ohjaukseen oppaan muodossa. Aihetta käsitellään toimintaterapian näkökulmasta niin, että se on hyödynnettävissä moniammatillisessa neuvolan tiimissä. Toimintaterapian näkökulman lisäämiseksi opinnäytetyössä tarkastellaan aihetta toiminnan näkökulmasta eli miten leikin kautta voidaan tukea varhaista vuorovaikutusta sekä tunnetaitojen kehitystä. Toimintaterapiassa leikkiä pidetään suurella arvossa ja sen avulla voidaan saavuttaa erilaisia kehityksellisiä tavoitteita (Building Play Skills for Healthy Children & Families 2011). Opinnäytetyö kirjoitettiin peilaten Mary Lawn toimintaterapian teoreettiseen PEO-malliin. Opinnäytetyö sekä oppaan kokoaminen toteutettiin kirjallisuuskatsauksena. Oppaan tarkoituksena on lisätä huoltajien tietoisuutta varhaisen vuorovaikutuksen merkityksestä lapsen tunnetaidoille sekä antaa toiminnallisia vinkkejä tunnetaitojen kehitystä tukevaan vuorovaikutukselliseen leikkiin. Hyötyä oppaasta saavat niin lapsen huoltajat, lapsi itse kuin lapsen kanssa työskentelevät erityisosaajat. Opinnäytetyö mahdollistaa aiheeseen perehtymisen neuvolan työntekijöille ja itse opas tukee asiakastyötä.

2 Tietoperusta

Tässä luvussa käsitellään opinnäytetyön keskeisiä käsitteitä, joita ovat ”varhainen vuorovaikutus”, ”tunnetaidot” ja ”leikki” sekä näihin sidonnaiset käsitteet ”kiintymyssuhde” ja ”perusturvallisuus”. Nämä käsitteet ovat tarkoituksenmukaisia, sillä ne ovat oleellisia lapsen kehityksen kannalta ja siten myös opinnäytetyön kannalta. Mäntymaan, Luoman, Puuran sekä Tammisen (2003) mukaan tunnekokemukset ovat lapsen syntymästä alkaen erittäin merkittäviä lapsen kehityksen kannalta. Lapsen aivot kypsyvät voimakkaimmin ensimmäisien elinvuosien aikana ja lapsen tunnekokemuksia ohjaa ja säätelee varhainen vuorovaikutus huoltajan kanssa. Varhainen vuorovaikutus ja jatkuvuus kiintymyssuhteissa tulisi huomioida kaikissa lapseen liittyvässä sosiaali- ja terveydenhuollon päätöksissä. (Mäntymaa, Luoma, Puura & Tamminen 2003, 465.) Näistä syistä opinnäytetyön pohjalta syntyvästä oppaasta on hyötyä neuvolatoiminnalle. Opinnäytetyö on kirjoitettu peilaten Mary Lawn toimintaterapian teoreettiseen PEO-malliin.

2.1 Varhainen vuorovaikutus

Kasvuympäristö, joka vastaa lapsen sosiaalisiin ja emotionaalisiin tarpeisiin tukee merkittävästi lapsen kehitystä. Vauvalla on synnynnäinen valmius vuorovaikutukseen. (Lastenneuvola lapsiperheiden tukena – opas työntekijöille 2004, 85.) Kannisen ja Sigfridsin (2012) mukaan vauvaa voidaan pitää sosiaalisesti riippuvaisena olentona. Ihmismieli kehkeytyy yhteydessä muiden miehiin, joten ensimmäisien vuosien aikainen varhainen vuorovaikutus on erityisen tärkeää, sillä kehontoiminnot ja erityisesti aivot ovat vielä muotoutumassa. Varhainen vuorovaikutus muovaa kehontoimintojamme, tunnekokemuksiamme ja toimintatapojamme. (Kanninen & Sigfrids 2012, 27.) Huoltajan ja vauvan välisellä syntymästä noin kahden vuoden ikään tapahtuvalla kommunikatiolla tarkoitetaan varhaista vuorovaikutusta (Pesonen 2010). Se on lapsen ja huoltajan välillä ensimmäisien vuosien aikana tapahtuvaa yhteistä arkista tekemistä, olemista ja kokemista (Lapsen ja vanhemman varhainen vuorovaikutus 2021). Huoltajan tapoja viestiä vauvalle ovat muun muassa puhe, eleet, ilmeet ja fyysinen läheisyys (Lastenneuvola lapsiperheiden tukena – opas työntekijöille 2004, 85).

Äidin vatsa raskausaikana on vauvan ensimmäinen tunneympäristö. Raskauden aikana äiti kokee tunteita ja kokemuksia, joita ei ole aiemmin tiedostanut ja äidin kyky lukea sikiön reaktioita ja vies-

tejä voimistuu raskauden edetessä. Äiti alkaa kiintymään vauvaan jo odotusaikana, mikä luo perustan hyvälle syntymän jälkeiselle varhaiselle vuorovaikutukselle ja kiintymyssuhteelle. (Mäkelä ym. 2010.) Varhainen vuorovaikutus alkaakin huoltajien ja vauvan välillä jo odotusaikana. Kohdun sisäinen aistimaailma muodostuu tavanomaisesti ja suotuisasti sujuneen raskauden aikana äidin kehon äänistä sekä sikiön oman kehon tuottamista ja kohdun ulkopuolisista ärsykkeistä. Sikiö tallentaa loppuraskauden aikana varhaisia muistikuvia, ja vauva pystyykin syntymän jälkeen tunnistamaan muun muassa perheenjäsenten äänet, tutut laulut sekä lorut. (Puura, Sannisto & Riihonen 2018, 1345–1350.)

Varhaisessa vuorovaikutuksessa on kyse huoltajan kyvyistä ja tahdosta mukauttaa oma toimintansa lapsen tarpeisiin, rytmeihin ja vuorovaikutuksellisiin kykyihin. Vuorovaikutuksen toimiessa huoltaja on emotionaalisesti saatavilla ja nauttii suhteesta lapseensa. Vuorovaikutuksen ollessa vastavuoroista ja ennustettavaa, lapsen luottamus ympäristöön kasvaa ja lapselle syntyy kokemus, että hänen tarpeensa ja tunteensa tulevat ymmärretyiksi ja hyväksytyiksi. Tällöin lapsi oppii, että tunteista viestiminen on hyväksyttävää ja se johtaa myönteiseen lopputulokseen, sekä omien tarpeiden ja tunnetilojen tunnistaminen helpottuu. Näillä asioilla voidaan vaikuttaa merkittävästi lapsen myönteisen itsetunnon rakentumiseen ja emotionaalisen itsesäätelyn kehittymiseen. (Lastenneuvola lapsiperheiden tukena – opas työntekijöille 2004, 85–86.) Varhainen vuorovaikutus on Äitiysneuvolaoppaan (2013) mukaan perusturvallisuuden, luottamuksen, itsetunnon, minäkuvan, empatiakyvyn sekä lapsen myöhempien vuorovaikutussuhteiden perusta. Se on edellytys turvallisen kiintymyssuhteen muodostumiselle ja se luo vahvan perustan lapsen mielenterveyden kehittymiselle. (Äitiysneuvolaopas 2013, 33.)

2.1.1 Kiintymyssuhde

Kiintymyssuhde on lapsen ja huoltajan välinen tunnesuhde, joka perustuu lapsen ja huoltajan väliin toistuviin vuorovaikutuskokemuksiin (Mäntymaa, Luoma, Puura & Tamminen 2003). Aihealueen tutkimuksissa teoreettisena viitekehyksenä pidetään usein kiintymyssuhdeteoriaa. Pesonen (2010) tuo esille, että Bowlbyn (1979) kiintymyssuhdeteorian mukaan turvallinen kiintymyssuhde kehittyy, kun vauvan tarpeet ja tunteet huomioidaan luotettavasti ensimmäisen elinvuoden ajan. (Pesonen 2010). Teorian mukaan huoltajan ja lapsen välille ensimmäisen ikävuoden aikana muotoutuva suhde on ratkaisevan tärkeä lapsen myöhemmälle psyykkiselle kehitykselle. Varhaisen vuorovaikutuksen tunnekokemukset ohjaavat lapsen aivojen toiminnallista kehitystä sekä luovat

pohjan ihmisen koko myöhemmälle kehitykselle. Vauvat ovat todella herkkiä huoltajan emotionaalisen vastavuoroisuuden laadulle. (Lastenneuvola lapsiperheiden tukena – opas työntekijöille 2004, 85.)

Kiintymyssuhteen muodostuminen on vauvan kehityksen kannalta keskeinen prosessi. Lapsi pyrkii syntymästään alkaen jäsentämään kokemuksiaan luomalla niistä ennakoitavia syiden ja seurauksien ketjuja taitomuistinsa ja aistihavaintojensa avulla. Reagoimalla vauvan vuorovaikutukseen asianmukaisella tavalla, syy ja seurausketjut pääsevät kehittymään lapsen mieleen. Voimakkaiden tunnetilojen sietokyky on vauvalla aluksi vähäinen ja huoltajan rooli tunnetilojen tynnyttäjänä on suuri. Auttamalla vauvaa selviytymään tunnekuohusta, vauva uskaltaa jatkossakin tuoda tunteensa vuorovaikutukseen. Jos vauva joutuu toistuvasti selviytymään yksin tunnekuohuistaan, hän oppii tukahduttamaan tunteidensa ilmaisemista. Lapsi suosii aikaisempien kokemusten perusteella käytöstä, jolla saa huoltajan luotettavimmin lähelleen, sekä välttää käytöstä, johon huoltaja ei vastaa. Tämän pohjalta lapselle syntyy käyttäytymistä ja toimintaa ohjaavia tiedostamattomia psyykkisiä rakenteita eli työskentelymalleja. Työskentelymallien keskeisiä piirteitä pienillä lapsilla ovat käsitukset siitä, miten heidän aloitteisiinsa reagoidaan ja miten hyväksyttävä hän on aikuisen silmissä. (Sinkkonen 2004.)

Kiintymyssuhteet voidaan luokitella turvallisiin ja turvattomiin kiintymyssuhteisiin. Lapsen kehityksen kannalta optimaalisin ja toivottavin on turvallinen kiintymyssuhde. (Mäntymaa ym. 2003.) Se kehittyy lapselle, kun hän voi kiinnittyä turvallisesti hoitaviin aikuisiin ja luottaa siihen, että hänen tarpeisiinsa vastataan ja hänen tunteitaan kuunnellaan ja ymmärretään. Turvallisen kiintymyssuhteen omaava huoltaja sietää lapsensa tarvitsevuutta ja avuttomuutta. Hän kykenee asettumaan lapselleen läsnä olevaksi tunnetasolla sekä näkemään lapsensa itsestään erillisenä ja tavoitteellisenä henkilönä, jolla on oma mieli, tarpeet ja toiveet. (Kiintymyssuhdemallit 2020.)

Kiintymyssuhde voi kehittyä myös turvattomaksi eri tavoin (Kiintymyssuhdemallit 2020). Huomattava osa myös turvattomista kiintymyssuhteista on normaaleja, eikä niihin välttämättä liity psyykkisten häiriöiden riskin lisääntymistä (Mäntymaa ym. 2003). Ristiriitaisesti turvattomassa kiintymyssuhteessa huoltajan reaktiot ovat lapsen kannalta arvaamattomia ja yllättäviä sekä tunneilmapiiri ja tunneilmaisut epäjohdonmukaisia, jonka takia lapsi joutuu jatkuvasti olemaan varuillaan sekä jännittyneenä pyrkiessään ennakoimaan aikuisten tunnetiloja. Huoltaja saattaa välillä

menettää herkästi malttinsa, toisinaan joustaa liikaa tai jopa sietää lapseltaan haitallista käytöstä. (Kiintymyssuhdemallit 2020.)

Suomalaisen kulttuurin yleisin kiintymyssuhdemalli, välttelevä turvaton kiintymyssuhde, muodostuu tunneilmailsultaan köyhässä ilmapiirissä kasvaneelle lapselle, jossa kaikenlaisten tunteiden ilmaisua pyritään välttelemään. Huoltajan kyky ottaa vastaan lapsen tunneilmaisuja sekä tunnistaa niitä on ollut puutteellista. Usein taustalla on huoltajan masennus, jonka seurauksena lapsi saattaa vähitellen passivoitua sekä kokea, että hänen tarpeillaan ja tunneilmaisuillaan ei ole vaikutusta aikuisen käyttäytymiseen. (Kiintymyssuhdemallit 2020.) Harvinaisin kiintymyssuhteista eli kaottinen kiintymyssuhde ilmenee perheissä, joissa ilmapiiri on hyvin epäjohdonmukainen sekä vahingollinen lapselle. Perheessä voi esiintyä alkoholiongelmia, väkivaltaa tai erilaisia psyykkisiä ongelmia, jolloin huoltajat ovat epäluotettavia ja jopa vaarallisia lapselle. (Kiintymyssuhdemallit 2020.) Lapsen hoidon laiminlyönnistä ja pysyvän ihmissuhteen puuttumisesta voi seurata, että kiintymyssuhdetta ei synny lainkaan, joka on haitallista lapsen kehityksen kannalta. Kaottinen kiintymyssuhde voi altistaa psyykkisille häiriöille. (Mäntymaa ym. 2003.)

Huoltajan ja lapsen välinen kiintymyssuhde on lapsen tunteidensäätelyyn sekä käyttäytymiseen ja mielikuviin vaikuttava tekijä (Mäntymaa ym. 2003). Kiintymyssuhdemallien tunnistaminen omasta lapsuuden kasvuympäristöstä lisää ymmärrystä omiin toimintatapoihin huoltajana. Omien toimintatapojen reflektointi on tärkeää etenkin huomattaessaan toistavansa omassa lapsuudessaan vallinnutta haitallista vuorovaikutusmallia. Uutta näkökulmaa huoltajuuteen tuo jo se, että tiedostaa oman kiintymyssuhdemallin. (Kiintymyssuhdemallit 2020.) On myös hyvä tiedostaa, että aina kiintymys- ja vuorovaikutussuhteen luomisen ongelmat eivät ole huoltajasta kiinni ja ongelmille voi olla monia synnynnäisiäkin syitä, kuten lapsen neurologiset ongelmat. Myös lapsen erossaolo huoltajistaan vaikuttaa lapsen kiintymys- ja vuorovaikutussuhteen kehittymiseen. (Jernberg & Booth 2003, 46–47.) Kiintymyksen tarve on tärkein ja ensimmäinen tunnetaito, jonka lapsi oppii ja se on vahvasti yhteydessä perusturvallisuuden syntymiseen (Isokorpi 2004, 132).

2.1.2 Perusturvallisuus

Huoltajan ja lapsen välisessä suhteessa huoltaja asettaa rajat varmistaakseen lapsen turvallisuuden ja auttaakseen lasta hahmottamaan maailmaa. Huoltajan ylläpitäessä järjestystä lapsen ympä-

ristössä, lapsi pystyy kokemaan olonsa fyysisesti ja emotionaalisesti varmaksi ja pystyy tutustumaan turvallisesti ympäristöönsä. (Jernberg ym. 2003, 41.) Perusturvallisuus- ja luottamus luodaan vauvaiässä ja ne ovat psyykkisen kehityksen ja terveyden kulmakiviä. Perusturvallisuuden syntymisen mahdollistumiseen ratkaisevinta on se, että lapsi voi solmia pysyvän ja turvallisen kiintymyssuhteen muutamaa häntä hoitavaan aikuiseen. Kokemus perusturvallisuudesta ja luottamuksesta heijastuu myöhempään elämään ja ihmissuhteisiin, se kehittää vauvan empatiakykyä ja luo pohjaa hyvälle itsetunnolle. Se myös helpottaa myöhemmin eteen tulevien pettymysten ja vastoinkäymisten sietämistä. (Suomalainen 2016.)

Perusturvallisuuden puuttuessa lapsi ei opi luottamaan itseensä, muihin eikä ympäröivään maailmaan ja vallitsevaksi tunteeksi muodostuu epäluottamus. Toistuvat turvattomuuden kokemukset voivat näkyä lapsessa jo pienenä. Lapsi saattaa olla hyvin itkuinen tai toisessa ääripäässä hyvin hiljainen ja vetäytynyt omaan maailmaansa. Myöhemmin lapsi saattaa käyttäytyä aggressiivisesti itseään kohtaan. Turvattomuuden tunteet voivat näyttäytyä myös jatkuvana säntäilynä paikasta toiseen sekä syömis- ja nukkumishäiriöinä. (Suomalainen 2016.) Lapsi kykenee ympäristönsä valloittamiseen ja tutkimiseen, kuten leikkimään, luomaan ja oppimaan uusia asioita omatessaan riittävän perusturvan. Tällöin myös hoivan ja tuen hakemisen ja vastaanottamisen oppiminen mahdollistuu lapselle. Jos lapsen tarpeita laiminlyödään toistuvasti tai niihin vastataan hyvin epä johdonmukaisesti tai ennakoimattomasti, lapsen on vaikeaa oppia luottamaan itseensä ja muihin, jolloin perusturvallisuus ei pääse rakentumaan. (Lapsen ja vanhemman varhainen vuorovaikutus 2021.)

Tutkimuksissa on todettu, että turvallinen ja läheinen suhde vauvaiässä lisää suotuisan kehityskulun todennäköisyyttä. Tällainen suhde edistää lapsen ja huoltajan vuorovaikutusta leikki-iässä, myönteisiä sisarussuhteita ja lisää luottamusta lapsen ja huoltajan välillä lapsen saavuttaessa murrosiän. Lisäksi turvallinen suhde huoltajan ja lapsen välillä auttaa lasta sopeutumaan kodin ulkopuoliseen hoitoon ja edistää lapsen sosiaalisten suhteiden kehittymistä toverisuhteissa. (Silven 2010, 84.) Perusturvallisuuden muodostumisen kannalta kiintymyssuhteen laadulla on suuri merkitys ja se heijastuu lapsen myöhempään tunne-elämään, joko sitä tukien tai vaikeuttaen (Suomalainen 2016).

2.2 Tunnetaidot

Tunnetaidot tarkoittavat tunteiden säätelyn keinoja eli taitoja havaita, ilmaista ja säädellä omia tunteita sekä ymmärtää muiden tunteita. Hyvillä tunnetaidoilla tarkoitetaan kykyä tunnistaa ja ymmärtää erilaisiin tilanteisiin liittyviä tunteita ja toimimista niin, että tunteet tulevat huomioiduksi. (Lahtinen & Rantanen 2019, 26–27.) Tunnetaidot ovat ihmisen kykyä hyväksyä ja ymmärtää tunnekokemuksia sekä säädellä tunteiden ilmaisua ja niistä aiheutuvia toimintoja siten, että toiminta on tavoitteiden mukaista sekä sosiaalisesti suotavaa. Tunnetaidot mahdollistavat toimivan vuorovaikutuksen muiden ihmisten ja ympäristön kanssa. (Aro & Laakso 2011, 11.) Tunteet ohjaavat ihmisten välistä vuorovaikutusta, mutta ovat samalla myös vuorovaikutuksen ohjaamia. Tunteiden avulla kykenemme ymmärtämään toisten ihmisten mieliä sekä kokemaan ymmärretyksi tulemista ja yhteenkuuluvuutta. Ihmisen täytyy voida jakaa omia tunnetilojaan, jotta pystyy ymmärtämään muita ja tulla itse ymmärretyksi. (Mäntymaa ym. 2003.)

Tunteilla on huomattava merkitys varhaisessa vuorovaikutuksessa lapsen syntymästä alkaen (Mäntymaa ym. 2003). Lapsen tunnetaitoja rakentavat luottamukselliset hetket huoltajien kanssa (Kärkkäinen 2017, 45). Vauva kommunikoi tunteillaan tai viestii tunnetiloja jakamalla huoltajalle tarpeistaan. Huoltajan tunneilmaisujen laadulla on suuri merkitys vauvalle. Vauvat ovat todella herkkiä tunneilmaisuille ja huoltajan ja vauvan vuorovaikutuksessa tapahtuu jatkuvasti tunteiden yhteensovittamista ja soinnuttamista. Aluksi vauvan tunteiden säätely tapahtuu vuorovaikutuksessa lapsen ja huoltajan välillä, vaikka vauvalla on omiakin keinoja tunnetilojensa säätelyyn. Vauvan omat keinot ovat kuitenkin aina riittämättömiä ja hän tarvitsee huoltajan apua tunnetilojensa säätelyyn. Kehittyessään lapsi sisäistää ja oppii säätelymallit, joita hän on toistuvasti huoltajansa kanssa kokenut, ja vähitellen lapsen omien tunteiden itsenäisempi säätely lisääntyy. (Mäntymaa ym. 2003.)

Läheiset vuorovaikutussuhteet muodostavat lapselle perustan, jossa lapsi oppii huomaamattaankin tunteidensa kanssa elämistä. Turvallisissa ja lämpimissä ihmissuhteissa kasvava lapsi harjaantuu tunnetaitoisuuteen eli oppii tunnistamaan ja nimeämään tunteita itsessään ja muissa sekä valitsee rakentavia toimintatapoja tämän pohjalta. (Kärkkäinen 2017, 21–45.) Hyvät tunnetaidot omaava lapsi kykenee esimerkiksi asettumaan toisen asemaan ja toimimaan sen pohjalta sopivalla tavalla (Kanninen ym. 2012, 75). Lapset ottavat muilta mallia tunteisiin suhtautumisesta, joten käyttäytymismallien tarjoamisen lisäksi lasta on hyvä ohjata tietoisesti tunnetaitojen kanssa luovi-

miseen. Lähisuhteiden opit voivat olla lapselle myös rajoittavia tai vaikeuttavia myöhemmin elämässä, jos lapsi on kasvanut esimerkiksi turvattomassa kiintymyssuhteessa ja ollut etäinen huoltajiensa kanssa. Perheissä, joissa tunteita ei näytetä tai ne ovat kiellettyjä, on lapsen vaikea oppia ilmaisemaan tunteita, mikä saattaa aiheuttaa haasteita myöhemmin elämässä. (Kärkkäinen 2017, 21–45.)

Läheisen suhteen ja vahvan tunneyhteyden luominen lapsen kanssa on hyvin tärkeää, sillä se auttaa huoltajaa tunnistamaan lapsen tarpeet, mikä mahdollistaa niihin vastaamisen. Tämä luo lapselle tuntuman siitä, että hänen tarpeensa ovat tärkeitä ja tavoitteet saavutettavia. Se myös auttaa lasta organisoimaan kokemuksiaan mielekkäiksi ja ymmärrettäviksi samalla voimistaen myönteisiä tunnetiloja sekä tyyntä kielteisiä. Lämpimän katseen ja läheisyyden lisäksi on tärkeää sanoittaa lapselle tunteita niin positiivisia kuin negatiivisiakin. Tutkimusten mukaan tunteiden tukahduttaminen latistaa myös myönteisiä tunteita, joten niiden sanoittaminen on hyvin tärkeää. Huoltajan sanoittaessa omia tai lapsen tunteita, myös lapsen tunnesanasto kasvaa. Lämpimät ja vastaanottavaiset huoltajat kasvattavat runsaammin myönteisiä tunteita kokevia lapsia, joilla on monipuoliset tunteiden säätelykeinot. (Kärkkäinen 2017, 21–45.)

Tunteiden kokeminen on yksilöllistä, jokainen kokee ilon ja surun omalla ainutlaatuisella tavallaan. Eroavaisuuksia tunne-elämässä selittää vuorovaikutukseen ja psykososiaaliseen ympäristöön liittyvät erilaiset emotionaaliset kokemukset, yksilölliset taitomme ja sisäistämme tunteiden säätelyn mallit. Eroavaisuuksiin vaikuttaa myös ympäröivän yhteisön tavat sekä säännöt, jotka määrittävät muun muassa, millainen tunteiden ilmaisu on sopivaa tai sopimatonta erilaisissa tilanteissa ja milaista iänmukaista käyttäytymistä tai tunteiden ilmaisua odotetaan. (Mäntymaa ym. 2003.) Perheillä on yksilölliset tavat ilmaista tunteita, eikä niiden ilmaisuun ole oikeaa tai väärää tapaa. Lapsi oppii huomaamattaankin tunteiden kanssa elämistä läheisten vuorovaikutussuhteiden kautta (Kärkkäinen 2017, 21–45). Varhaisessa vuorovaikutuksessa tunteiden ilmaisulla on suuri merkitys lapsien tunnetaitojen kehityksen kannalta.

2.3 Leikki

Varhaisen vuorovaikutussuhteen vahvistamista huoltajan ja lapsen välillä voidaan tukea leikin avulla (Lynch & Moore 2016). Leikillä voidaan tarkoittaa mitä vain spontaania tai organisoitua toimintaa tai ajanvietettä, joka tuottaa mielihyvää, nautintoa ja iloa (Building Play Skills for Healthy

Children & Families 2011). Leikki on emotionaalisesti eheyttävä ja positiivinen kokemus sekä yksi lapsen tärkeimmistä toiminnoista ja tavoista, jolla viettää vapaa-aikaa ja oppia. Ihmiset oppivat kaikkein parhaiten silloin, kun he ovat iloisia ja mieliala on hyvä. Leikki onkin yksi parhaimmista oppimistilanteista, koska se tuottaa iloa. Leikki on kasvun ja kehityksen perusedellytys lapsen kokonaisvaltaisen kehityksen kannalta. (Tamminen 2016.)

Leikki edistää lapsen positiivista kehitystä ja kasvua liikkumisen ja tutkimisen kautta. Leikin avulla edistetään niin fyysistä, sosiaalista ja emotionaalista hyvinvointia sekä myönteistä mielenterveyttä. (Building Play Skills for Healthy Children & Families 2011.) Leikki on kognitiivisen ja sosiaalisen kehityksen, sekä tunne-elämän kypsymisen kannalta hyvin tärkeää (Tamminen 2016). Leikin avulla lapsi oppii tuntemaan omaa kehoaan sekä toimintansa vaikutuksia ympärillä olevaan maailmaan. (Building Play Skills for Healthy Children & Families 2011.) Lapsen kehitys ei etene, jos lapsi ei kykene leikkimään. Leikki on aivojen ja mielen kypsymisen kannalta välttämätöntä. Leikki kehittää todellisuuden ymmärtämistä, mielikuvituksen syntymistä, ongelmaratkaisutaitoja sekä puheen ja loogisen ajattelun oppimista. Se tuottaa iloa ja mielihyvää sekä on kaiken luovuuden perusta. Luovuus, tasapainoinen sekä hyvinvoiva kehitys pohjautuu nykypäivän tieteen perusteella lapsen kykyyn leikkiä oman mielikuvituksen tuottamaa leikkiä sekä toisten mielikuvituksen luomaan tilaan ja leikkiin mukaan menemiseen. (Tamminen 2016.)

Kaikista eniten iloa tuottaa leikki, jonka voi jakaa toisen kanssa (Tamminen 2016). Lapsen ensimmäisinä leikkikavereina toimii perheenjäsenet (Building Play Skills for Healthy Children & Families 2011). Aikuisen ja lapsen välinen leikki on helppo ja miellyttävä tapa lapselle kehittyä. Tutkimusten perusteella jaettu yhteinen ilo on lapsen kehitystä suojaava tekijä. Leikki synnyttää eniten jaettua yhteistä iloa huoltajan ja lapsen välille. Leikki harjoittaa lapsen tunteiden ja käytöksen hallintaa, toiminnan tehokkuutta sekä sopeutumiskykyä. Leikin kautta aikuinen voi auttaa lasta löytämään ja vahvistamaan lapsen omia vahvuuksia. Mitä pienemmästä lapsesta on kyse, sitä enemmän lapsi tarvitsee kehitystä tukevaa leikkiä ja aikuista mukaan leikkimään. (Tamminen 2016.)

Voidaan sanoa, että leikki on terapiaa, joka parantaa ja korjaa (Tamminen 2016). Toimintaterapiassa leikkiä pidetään keskeisenä painopisteenä työskennellessä lasten ja heidän läheistensä kanssa. Leikillä on suuria vaikutuksia lapsen kehitykselle, terveydelle ja hyvinvoinnille erityisesti syntymästä kahdeksanvuotiaaksi asti. Tämän vuoksi toimintaterapiassa käytetään leikkiä keinona

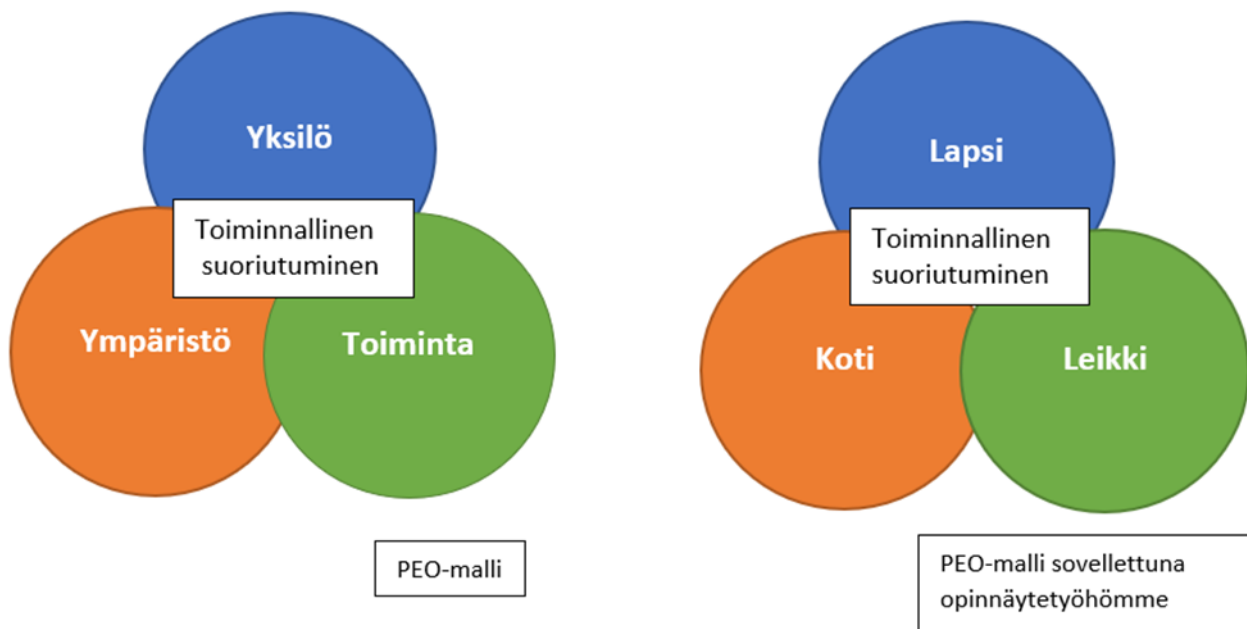
lapsen kehityksellisten tavoitteiden saavuttamiseksi. Toimintaterapiassa leikkitaitojen harjoittelamisen tai leikkimisen sijaan tärkeämpää on leikin mahdollistaminen lapselle. (Lynch ym. 2016.) Toimintaterapiassa leikki on tapa työskennellä lapsen kanssa pyrkiessä kohti muita tavoitteita (Lynch, Prellwitz, Schulze & Moore 2018).

2.4 The Person-Environment-Occupation Model (PEO)

Toimintaterapian käytännön työtä ohjaavat erilaiset teoreettiset mallit. Tämän opinnäytetyön taustalla vaikuttavassa The Person-Environment Occupation-mallissa (PEO- malli) nähdään yksilön, ympäristön ja toiminnan olevan kiinteässä vuorovaikutuksessa keskenään. Malli kuvaa näiden kolmen tekijän välistä dynaamista suhdetta ja sitä, kuinka herkästi muutokset yhdelläkin alueella vaikuttavat toiminnalliseen suoriutumiseen ja toisaalta, mitä korkeampi yhteneväisyyden taso on, sitä parempaa ihmisen toiminnallinen suoriutuminen on. (Person-Environment-Occupation (PEO) model n.d.)

PEO-mallissa määritellään yksilö ainutlaatuisena olentona, joka omaksuu samanaikaisesti useita eri rooleja. Tässä opinnäytetyössä yksilö nähdään lapsena, jolla on yksilölliset luonteenpiirteet, kulttuurinen tausta, käsitys itsestään sekä erilaisia valmiuksia ja taitoja. Yksilön roolit ovat dynaamisia ja vaihtelevat ajassa ja kontekstissa niiden tärkeyden, keston ja merkityksen osalta. Ympäristön määritelmä on laaja ja se sisältää kulttuurisen, sosioekonomisen, institutionaalisen, fyysisen ja sosiaalisen ympäristön. Lisäksi mallissa käsitellään kutakin näistä ympäristön osa-alueista yksilön, kotitalouden, naapuruston ja yhteisön näkökulmasta. Tässä opinnäytetyössä lapsen erilaisia ympäristöjä ovat esimerkiksi koti, perhe ja päiväkotit. Toiminnalla tarkoitetaan tarkoituksenmukaisia toiminnallisia tehtäviä ja aktiviteetteja, joihin yksilö osallistuu elämänsä aikana. Opinnäytetyössä lapsen toiminnalla tarkoitetaan esimerkiksi leikkiä ja muuta toimintaa huoltajan kanssa. (Law, Cooper, Strong, Stewart, Rigby & Letts 1996, 15–16.) Lapsuuden aikana huoltaja on suurelta osin vastuussa yksilön, toiminnan ja ympäristön osa-alueista lapsen elämässä (Hinojosa, Kramer & Brasic Royeen 2017, 146). Sen avulla voidaan ymmärtää ja analysoida asiakkaiden toiminnalliseen suoriutumiseen vaikuttavia haasteita, sekä parantaa asiakkaiden toiminnallista suoriutumista parantamalla näiden kolmen osa-alueen yhteneväisyyttä. (Person-Environment-Occupation (PEO) model n.d.)

Toimintaterapeutit voivat käyttää PEO-mallia monenlaisissa ympäristöissä ja erilaisten asiakasryhmien kanssa. Opinnäytetyössä PEO-malli toimii teoreettisena kehyksenä sekä lisää työhön toimintaterapian näkökulmaa. PEO-malli tarjoaa teoreettisen pohjan, jolla perustella lapsen, ympäristön ja toiminnan dynaamista suhdetta. Se tarjoaa keinon analysoida, miten yksilön eli lapsen, ympäristön ja toiminnan dynaaminen suhde ja sen muutokset tai puutokset vaikuttavat lapsen toiminnalliseen suoriutumiseen ja kehitykseen. (Strong, Rigby, Stewart, Law, Letts & Cooper 1999, 125.) Opinnäytetyössä käsitellään tätä dynaamista suhdetta lapsen (yksilö), huoltajan sekä kodin (ympäristö) ja vuorovaikutuksen ja leikin (toiminta) näkökulmasta. PEO-mallissa huomioidaan myös kehittyminen ja muuttuminen kaikilla osa-alueilla, joten se soveltuu hyvin lasten toimintaterapiaan, koska siinä voidaan huomioida myös lapsen kehittyminen.



Kuvio 1. PEO-malli

3 Varhaisen vuorovaikutuksen keinoja kirjallisuudesta

Vauvan ensimmäisien elinkuukausien aikana vuorovaikutuksessa ei juurikaan ole vastavuoroisuutta ja huoltajasta voi tuntua, ettei vauvaan saa mitään kontaktia. Tänä aikana kuitenkin varhaisella vuorovaikutuksella on todella suuri merkitys lapsen tulevalle kehitykselle. (Mäkelä, Pajulo & Sourander 2010.) Vauvan ja huoltajan välistä vuorovaikutusta voidaan pitää jatkuvana syklinä,

jossa aloitteen voi tehdä niin vauva kuin huoltajakin. Katselemalla, tarkkailemalla ja vuorovaikutteisudella huoltaja oppii, mistä vauva pitää, mikä helpottaa lapsen kanssa vuorovaikutusta. Vuorovaikutus vauvan kanssa voi alussa tuntua vaikealta, koska vauvan keinot vastavuoroiseen vuorovaikutukseen ovat vähäisiä. Arjessa olisi hyvä järjestää aikaa vauvan kanssa leikkimiselle.

Leikkihetket voidaan ottaa osaksi päivittäisiä rutiineja kuten vaipanvaihtoa tai kylpyhetkiä. Leikkitalanteissa huoltajan tulisi olla läsnä ja kaikki häiriötekijät esimerkiksi puhelin tai televisio minimissä. (Bidmead, Lee & Christensen 2004, 472.)

3.1 Leikki varhaisen vuorovaikutussuhteen vahvistajana

Varhaisen vuorovaikutussuhteen vahvistamista huoltajan ja lapsen välillä voidaan tukea leikin avulla (Lynch ym. 2016). Hassuttelemalla voidaan keventää arkea ja kokea yhteenkuuluvuutta. Varhaisen vuorovaikutuksen vahvistamiseksi lapsi kaipaa vuorovaikutuksellista leikkiä aikuisen kanssa. Vuorovaikutusleikit ovat kontaktileikkejä, joissa vältetään mielikuvien ja symbolien käyttöä. (Kanninen ym. 2012, 97.) Niissä keskiössä on läheisyys sekä vuorovaikutus ja tarkoituksena on nauttia ja iloita yhdessäolosta. Vuorovaikutusleikeissä korostuu tunnetasolla kohtaaminen, joka vaikuttaa lapsen aivojen kehittyviin rakenteisiin. Niiden kautta koetaan lämmintä tunneyhteyttä, jota ei luoda sanoilla vaan tekemällä ja toimimalla. Leikeissä tärkeimpänä osana on sanaton vuorovaikutus eli katsekontakti, kosketus, liike, ilmeet sekä eleet. (Korhonen 2022.)

Leikkiessä vain mielikuvitus on rajana, joten leikkiä voidaan lisätä kaikkiin arkisiin tilanteisiin. Syömistilanteista voidaan saada sujuvampia sekä hauskoja vuorovaikutteisia hetkiä lisäämällä niihin leikkiä. Syöttäessä lusikka voi olla esimerkiksi auto tai vene, joka huristelee lapsen suuhun tai pukemistilanteessa voidaan leikkiä, että kenkä on upea purjelaiva maton kokeisella valtamerellä (Tamminen 2016). Aidoilla kohtaamisilla on todella suuri vaikutus lapsen käsitykseen itsestään sekä muista ihmisistä. Korhosen (N.d.) mukaan jo muutama minuutti intensiivistä vuorovaikutusleikkiä päivässä on merkityksellistä lapsen kehitykselle. Lyhyetkin jakamattoman huomion hetket arjessa luovat lapselle kokemuksen omasta ainutlaatuisesta merkityksestä huoltajalle. (Korhonen n.d., 3–4.)

Pelkkä leikkivälineiden saatavilla oleminen ei riitä vaan pieni lapsi tarvitsee aikuisen tukea ja epäsuoraa ohjausta leikkien rakentumiseen (Lahin, Ruohonen, Segersvärd, Koponen & Tilles n.d.). Yksi leikin aikana tapahtuvista keskeisistä äidin ja lapsen vuorovaikutuksen piirteistä on turvallisuuden

tunne, jonka äiti antaa lapselleen läsnäolollaan. Heidän välilleen syntyvän emotionaalisen turvallisuuden tunteen myötä lapsi alkaa hiljalleen leikkimään ja tutkimaan ympäristöä yksin. (Waldman-Levi, Grinion & Olson 2019.) Lapselle on tärkeää saada olla mukana päätöksenteossa. Mahdollistamalla lapselle omien valintojen tekemistä leikkiessä, voidaan tukea lapsen tunteiden säätelykykyä sekä kokea emotionaalisen turvallisuuden sekä yhteenkuuluvuuden tunnetta. Samalla voidaan parantaa lapsen itsetuntoa ja luottamusta omiin kykyihinsä säädellä tunteita sekä oppia vastuun ottamista. (Lahin ym. n.d.) Vaikka lapsen omat toiveet eivät aina mene läpi, hänelle syntyy silti kokemus kuulluksi ja arvostetuksi tulemisesta. Lapsen kuuleminen ja osallistaminen tukee lapsen luottamusta omiin taitoihinsa, edistää myönteisiä vuorovaikutussuhteita, sekä vahvistaa yhteenkuuluvuuden tunnetta. (Valkama & Ala-Luhtala 2014, 28.) Leikkisuhteesta hyötyy sekä huoltaja että lapsi, koska se vahvistaa heidän välillään olevaa tunnesidettä (Bidmead ym. 2004, 473).

3.2 Läheisyys ja myönteinen kosketus kiintymyssuhteen rakennusaineena

Kosketuksella on monia myönteisiä vaikutuksia lapsen hyvinvoinnille ja kehitykselle. Kosketus on tärkeä rauhaa luova tekijä ja sen lisäksi kosketuksella voidaan vaikuttaa jopa lapsen kasvuun. (Uvnäs Moberg 2007, 117, 138.) Läheisyyden ja kosketuksen avulla voidaan tukea kokonaisvaltaisesti lapsen hyvinvointia, itsetuntoa, perusturvallisuutta ja kiintymyssuhteita. Ylivoimaisesti tärkein keino lapsen perusturvallisuuden vahvistumiseen on läheiset ihmissuhteet. Perusturvallisuuden perusta muotoutuu aikuisen läsnäolosta, turvallisesta kosketuksesta sekä hyväksyvistä katseista. Ne luovat vahvan perustan, joiden päälle lapsen muu kasvu sekä kehitys voivat turvallisesti rakentua. (Mitä Satuhieronta on? n.d.)

3.2.1 Imetys kiintymyssuhteen muodostumisen tukena

Toistuvat imetystilanteet tukevat vauvan ja äidin välistä kiintymyssuhdetta. Imetyksen aikana äidin aivolisäkkeestä erittyy oksitosiinia, mikä saa aikaan maidon herumisen lisäksi myös hyvinolontunnetta ja halua seurustella vauvan kanssa. Imettäessä myös vauvan aivolisäkkeestä erittyy hyvinolontunnetta ja kiintymystä lisäävää oksitosiinia. Oksitosiinin eritystä voidaan lisätä myös vauvan riittävällä sylissä pitämisellä, silittelyllä ja ihokontaktilla. Oksitosiinin erityks käynnistyy myös kaikissa muissa vauvan kokemissa myönteisissä vuorovaikutustilanteissa. Vuorovaikutus on tärkeää myös muiden kuin äidin kanssa, joten vauvan syöttötilanteet voi hoitaa myös joku muu kuin äiti. (Mäkelä ym. 2010.)

3.2.2 Vauvatuksella kokemuksia vauvan aloitteista vuorovaikutuksessa

Vauvatus tarkoittaa vuorovaikutusmenetelmää vauvan ja häntä hoivaavan aikuisen välillä (Vauvatus 2012). Toimintaterapeutti Susan Laineen mukaan vauvattaminen on hyvin tavanomaista vuorovaikutuksen tukemista. Sillä tuetaan vuorovaikutusta toteuttamalla ohjeiden mukaisia liikesarjoja vauvan kanssa. (Väestöliitto 2018.) Vauva hahmottaa kokemuksiaan sekä ymmärtää ja ajattelee toiminnallisesti liikesarjojen kautta ja voidaankin sanoa, että vauva ajattelee liikkeillään. Ennakoiminen opittuihin liikesarjoihin on vauvan ajattelua. Vauva oppii vähitellen tunnistamaan ja ennakoimaan liikkeiden kulun toistojen kautta. Vauvatuksen myötä aikuinen oppii ”puhumaan vauvaa” eli aikuisen ja vauvan välille syntyy vuoropuhelu. Vauvatus-hetkien myötä vauva tulee kuulluksi ja ymmärretyksi ja puolestaan huoltaja saa palkitsevan kokemuksen vauvan aloitteesta vuorovaikutuksessa. Vauvatuksen aloittaminen olisi ihanteellisinta kahden kuukauden iässä, jolloin vauva hakee aktiivisesti vuorovaikutusta aikuiseen (Vauvatus 2012).

3.2.3 Satuhieronta lapsen tunne-elämän kehityksen tukena

Lapsille suunnatulla satuhieronnalla tarkoitetaan myönteisen kosketuksen yhdistämistä loruihin, satuihin sekä tarinoihin. Se on lapsilähtöinen menetelmä ja helposti arkeen sovellettavissa. (Mitä Satuhieronta on? n.d.) Satuhierojana voi toimia lapsen läheiset tai lapsi itse. Lapsi oppii monenlaisia sosiaalisia taitoja ollessaan sekä hieroja että hierottava. Satuhieronta voi olla arjen keskellä yhteinen pysähtymishetki tai rauhoittumiskeino ennen nukkumaanmenoa. (Tuovinen 2014, 15–19.) Satuhieronnalla voidaan tukea yksikertaisesti ja tehokkaasti lapsen kokonaisvaltaista hyvinvointia, itsetuntoa, perusturvallisuutta ja kiintymyssuhteita. Satuhieronta on hyvä keino lapsen perusturvallisuuden vahvistamiseen, koska siinä yhdistyy läheisen aikuisen läsnäolo sekä turvallinen kosketus. Tämä tukee satuhieronnan vaikuttavuutta lapsen tunne-elämän kehityksen kannalta. (Mitä Satuhieronta on? n.d.) Pienelle lapselle rakastava yhteys aikuiseen myönteisten kosketusten, äänten sekä lempeiden katseiden kautta on erittäin tärkeää. Myönteinen kosketus tukee lapsen ja aikuisen kiintymyssuhteen rakentumista. (Tuovinen 2014, 41–42.)

3.3 Lorut, laulut ja musiikki osana arkisia vuorovaikutushetkiä

Varhaista vuorovaikutusta voidaan edistää kaikissa arkisissa tilanteissa kuten vaipanvaihdoissa ja kylvelytyksessä (Gustafsson & Ihalainen 2013, 4). Musiikin avulla voidaan rohkaista lasta vuorovaikutukseen, itseilmaisuuksiin ja mielikuvituksen käyttöön. Lapsi voi kokonaisvaltaisella ilmaisulla kuten

kehollisella ilmaisulla kertoa musiikin herättämistä tunteista ja ajatuksista. (Ruokonen 2011.) Myös perinteiset vuorovaikutusleikit tarjoavat vauvalle yllätyksiä ja jaetun ilon kokemuksia (Mäkelä ym. 2010). Arkisista tilanteista voidaan tehdä mieluisia ja opettavaisia ottamalla lorut sekä leikit mukaan (Gustafsson & Ihalainen 2013, 4). Lorut tuottavat nautintoa ja kehittävät lapsen leikkimielisyyttä (Smeed n.d., 5). Loru- ja lauluhetkiä voi toteuttaa milloin vain ja missä tahansa. Loru- ja lauluhetket mahdollistavat tärkeitä vuorovaikutushetkiä lapsen ja huoltajien, tai vaikka sisarusten kesken. Samalla tulee huomaamatta harjoiteltua lapsen kanssa katsekontaktin, vuorottelun ja jaetun tarkkaavaisuuden taitoja. Lorut ja laulut tarjoavat helpon keinon tutustua esimerkiksi tunteisiin, opetella syy-seuraussuhteita tai hassuttelua huumorin avulla. (Naamanka 2016.)

3.4 Tarinat ja sadut vuorovaikutusta parhaimmillaan

Kirjojen lukeminen ja tutkiminen yhdessä lapsen kanssa on vuorovaikutusta parhaimmillaan. Lapsen tulee saada vauvasta alkaen keskustelujen, tarinoinnin ja yhdessä lukemisen kokemuksia, sillä ne tukevat vahvasti lapsen tunne-elämän kehittymistä sekä kielellistä kehitystä. Kirjojen kuvia tutkimalla ajatukset ja mielikuvitus saavat lentää ja lapsi saa kokemuksia kuulluksi tulemisesta. Läheisyyden ja kuulluksi tulemisen kokemukset ovat arvokkaita lapsen identiteetin kehittymiselle. Prosessissa on olennaista, että lapsi kokee olevansa tärkeä ja että hänen ajatuksensa otetaan huomioon. (Heinimaa 2001, 161.)

Satujen ja tarinoiden kautta voidaan harjoitella lapsen kanssa tunteiden käsittelyä. Sadut ja tarinat herättävät meissä erilaisia tunteita ja niiden avulla voidaan käsitellä vaikeita asioita tarinan kautta, mikä Elisse Heinimaan (2011) mukaan edistää lapsen kehitystä ja kasvua. Tarinat antavat lapselle mahdollisuuden samaistua tarinan hahmoihin tai juoneen sekä herättää esimerkiksi rakastumisen tunteita kauniiseen prinsessaan tai pelkoa pahaan hirviöön. (Heinimaa 2001, 152.) Tunteiden käsittelyn lisäksi Luotojen (2001) mukaan sadut kehittävät lasten tunteiden hallitsemista kuten valmiutta kohdata vaikeita ja ahdistavia asioita, empatiakykyä sekä ongelmatilanteista selviytymistä. Sadut kehittävät myös muun muassa lapsen rohkeutta ilmaista itseään ja uskallusta tuoda esiin omaa sisäistä maailmaansa. (Luoto & Luoto 2001, 199.) Varhaisen vuorovaikutuksen kannalta lapselle lukeminen on merkityksellistä, sillä huoltaja voi lukiessaan synnyttää läheisyyttä ja yhteenkuuluvuutta lapsen kanssa (Heinonen 2001, 202).

3.5 Digioppimisympäristöt tunnetaitojen oppimisalustana

Digitaaliset oppimisympäristöt ja pelit ovat nykypäivänä olennainen osa lasten elämää, ja niillä on monia positiivisia vaikutuksia lapsen kehitykseen. Lapsi pääsee harjoittelemaan eri medioiden avulla muun muassa tunnetaitoja. Pelien avulla lapsi kohtaa monenlaisia tunteita, joita ei ole ehkä vielä kokenut elämässään, esimerkiksi kateutta tai muita hankalia tunteita. Pelit tarjoavat myös turvallisen alustan harjoitella pettymysten sietoa. Pelit mahdollistavat lapselle onnistumisen kokemuksen myötä myös paljon positiivisia tunteita. Tunnetaitojen harjoitteluksi on tärkeää auttaa lasta nimeämään digiympäristöjen herättämiä tunteita ja keskustella niistä lapsen kanssa. Huoltajan tehtävänä on olla lapsen rinnalla säätelemässä tunteita sekä auttaa niiden käsittelyssä. Digiympäristöt ja pelit tukevat sekä laajentavat oppimisen ja leikin kenttää, mutta niiden ei ole tarkoitus korvata kaikkea muuta tekemistä. Digiympäristöjä ja pelejä voidaan tarkastella ja pelaila lapsen kanssa yhdessä ja niiden pohjalta rikastuttaa muita leikkejä siirtämällä hahmoja ja elementtejä myös muihin yhteisiin leikkeihin. Näissäkin leikeissä aikuisen tuki, läsnäolo ja yhdessä leikkiminen on tärkeää. (Lahin ym. n.d.)

4 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet

4.1 Työelämän yhteistyökumppani oppaan taustalla

Opinnäytetyön aihe sekä tarve aiheen tutkimiselle nousi työelämästä. Tarkoituksena oli kehittää Jämsän Terveyden perhepalvelukeskuksen neuvolaan lisämateriaalia lasten huoltajien neuvontaan ja ohjaukseen oppaan muodossa. Jämsän Terveys (n.d.) on Pihlajalinnan ja Jämsän kaupungin yhteisyritys, joka tuottaa Jämsän kaupungin sotepalvelut. Jämsän Terveyden perhepalvelukeskus tukee lapsiperheitä erilaisissa elämäntilanteissa antamalla tukea ajoissa ja joustavasti. Perhepalvelukeskuksessa työskentelee lasten ja lapsiperheiden parissa työtä tekeviä eri alojen erityisosaajia. Moniammatillinen saumaton yhteistyö mahdollistaa ongelmien varhaisen havaitsemisen, viiveettömän ja nopean hoidon sekä tarvittaessa kuntoutuksen. Toiminnan tavoitteena on erityisesti ongelmien ennaltaehkäisy, sekä perheiden ohjaus löytämään itse omia voimavarojaan, sekä tapoja selvitä arjen haasteista. (Jämsän Terveys n.d.)

Perusterveydenhuollon palvelut kuten neuvolatoiminta on ennaltaehkäisevää ja toiminnan vaikutavuus saattaa näkyä vasta vuosikymmenienkin kuluttua (Terveydenhuollon laatuopas 2019, 13.) Neuvolakäyntien tarkoituksena on tukea vanhemmuutta sekä seurata lapsen kehitystä ja antaa

työkaluja lapsiperheen arkeen. Tietoisuutta lisäämällä pyritään ennaltaehkäisemään epäjohtomukaisen varhaisen vuorovaikutuksen mahdollisia seuraamuksia lapsen tunnetaitojen kehittymiseen ja mahdollisen kuntoutuksen tai erityisopetuksen tarpeeseen myöhemmin.

Valtioneuvoston neuvolatoimintaa ohjaavan asetuksen (338/2011) mukaan neuvolatoiminnan on tuettava vanhemmaksi kasvamista ja parisuhdetta, äidin voimavaroja imettää sekä lapsen ja huoltajan välistä varhaista vuorovaikutusta (Puura, Sannisto & Riihonen 2018, 1345–1350). Sosiaali- ja terveysministeriön suosituksen mukaan neuvolassa tulisi tukea aktiivisesti vauvan ja huoltajan varhaista vuorovaikutusta. Jokaisen neuvolan työntekijän pitäisi perehtyä varhaisen vuorovaikutuksen tukemiseen ja siihen liittyvään teoriataustaan. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 86.) Tämä kirjallisuuskatsaus mahdollistaa taustateoriaan perehtymisen työntekijöille ja itse opas auttaa asiakastyötä.

Opas sisältää tietoa vuorovaikutuksesta ja tunnetaidoista sekä siitä, mitä ne ovat ja miksi ne ovat tärkeitä. Opas sisältää myös käytännön vinkkejä leikkiin painottuen, kuinka tukea lapsen ja huoltajan vuorovaikutussuhdetta ja mitä hyötyä siitä on lapsen tunnetaitojen kehittymiselle. Oppaan avulla huoltajat voivat tutustua aiheeseen ajan kanssa ja sisäistää lukemansa. Opas mahdollistaa huoltajille aiheeseen palaamisen ja asioiden siirtämisen omaan arkeen. Hyötyä saavat niin lapsen huoltajat, lapsi itse kuin lapsen kanssa työskentelevät erityisosaajat. Tämä lisää neuvolatyön vaikuttavuutta lisäämällä keskustelua ja tietoisuutta aiheesta.

Toimeksiantajan toiveiden pohjalta opinnäytetyön keskeisimmiksi kysymyksiksi muodostui seuraavat kysymykset.

”Millaisilla varhaisen vuorovaikutuksen keinoilla voidaan tukea lapsen tunnetaitojen kehittymistä?”

”Miten toimintaterapian kautta voidaan tukea varhaisen vuorovaikutussuhteen kehittymistä?”

4.2 Aiheen ajankohtaisuus

Huoltajan sekä lapsen lisääntyneellä ruutuajalla voi olla vaikutuksia lapsen vuorovaikutustaitojen ja tunnetaitojen kehitykseen. Suomalaistutkimuksesta käy ilmi, että keskimääräistä pidempi päivittäinen ruutu-aika lisää riskiä lasten keskittymisvaikeuksiin, ylivilkkauteen, impulsiivisuuteen sekä tunnesäätelyn ongelmiin. Maailman terveysjärjestö WHO:n mukaan 2–4-vuotiaiden lasten ruutuajan suositus on enintään yksi tunti päivässä. (Niiranen ym. 2021, 2.) Tätä pienemmät lapset eivät tarvitse älylaitteita tai televisiota kehityksensä tueksi (1–2-vuotias ja median käyttö 2021). Niirasen ym. (2021) tutkimuksen mukaan huoltajat eivät ehkä ole tietoisia suurten ruutu-aikojen mahdollisista riskeistä lasten psykososiaaliselle hyvinvoinnille. Huoltajien on jopa huomattu käyttävän teknologisia laitteita välineenä lastensa rauhoittamiseen. Suosituksia suurempi ruutu-aika aiheuttaa useita merkittäviä riskejä lasten psykososiaaliselle hyvinvoinnille pitkällä aikavälillä, ja ne ovat yhteydessä lasten sosioemotionaalisen kehityksen ongelmiin myöhemmin. Yksi selittävä tekijä tuloksille, voisi olla, että ruutujen parissa vietetty aika vähentää aikaa kehittävien toimintojen parista kuten vuorovaikutteisista tilanteista perheen kanssa. (Niiranen ym. 2021, 2.)

Pienen lapsen sosioemotionaalinen kehitys tapahtuu dynaamisessa vuorovaikutuksessa sosiaalisen oppimisen ja ympäristötekijöiden välillä. Jos ympäristö ei tarjoa riittävästi keinoja lapsen normaalille kehitykselle, se saattaa vaikuttaa lapsen psykososiaaliseen hyvinvointiin. Terveystieteiden ammattilaisilla on siis keskeinen rooli ajankohtaisten tutkimustulosten tiedottajana huoltajille pienten lasten turvallisesta teknologisten laitteiden käytöstä lasten normaalin kehityksen turvaamiseksi. (Niiranen ym. 2021, 2.) Kirjallisuuskatsauksen pohjalta syntyvän oppaan avulla voidaan lisätä tietoisuutta aiheesta ja sen vaikutuksista lapsen kehitykselle. Yhtä lailla myös huoltajan liiallinen älylaitteiden käyttö vie aikaa vuorovaikutuksesta lapsen kanssa, joten huoltajien ohjaaminen on tärkeää.

Huoltajien ohjaaminen ja perhekeskeisyys nähdään lasten toimintaterapiassa edellytyksenä onnistuneelle terapialle. Huoltajat tuntevat lapsensa parhaiten ja tarjoavat elinikäistä tukea lapselle ja tämän kehitykselle. (Rodger & Kennedy-Behr 2017, 50.) Suomessa toimintaterapeuttiliitto valitsi vuoden 2021 toimintaterapeutiksi Annukka Moilasen, joka on keskittynyt työssään vauvojen toimintaterapiaan. Käytännössä vauvojen toimintaterapia on huoltajien ohjaamista ja tukemista erilaisissa tilanteissa. Kyse on pienistä asioista, mutta vaikutukset perheen arkeen ovat suuria. Kokonaisvaltaisuus ja perhelähtöisyys ovat toimintaterapian ydintä. Vauvojen toimintaterapialla on

ennaltaehkäiseviä vaikutuksia leikki-ikäisten pidempien terapiajaksojen sekä päiväkodin ja koulun tukitoimien tarpeeseen. Lasten mielenterveysongelmat sekä keskittymisvaikeudet lisääntyvät jatkuvasti ja niitä voitaisiin ennaltaehkäistä, jos vauvojen toimintaterapialle annettaisiin enemmän resursseja. Tämä olisi kustannustehokasta, inhimillistä sekä varhaista puuttumista parhaimmillaan. Tämä tukee tämän opinnäytetyön ajankohtaisuutta, sillä Moilanen nostaa esille, että kysyntää vauvaikäisten toimintaterapialle olisi valtavasti. Vauvaikäisten toimintaterapiaa esiintyy jo maailmalla, mutta Suomessa se on vielä melko tuntematonta. (TOImintaterapeutti 2021, 8–9.)

Terveysten ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) mukaan COVID-19 koronaepidemian seurauksena kotiin eristäytyminen on lisääntynyt ja sosiaalisten kontaktien määrä vähentynyt merkittävästi (Humphreys, Myint & Zeanah 2020., Lähteenmäki, Kuitunen, Lohiniva, Sivelä, Hammer & Dub 2021, 28). Ihmisten kokema yksinäisyys on lisääntynyt sekä yhteydenpito ystäviin ja sukulaisiin vähentynyt (Parikka, Haario, Ikonen, Koskela, Härkänen & Lundqvist 2021, 32). Rajoitustoimilla ja vähentyneillä sosiaalisilla suhteilla on ollut vaikutuksia väestön mielialaan. Tutkimuksen mukaan noin kolmasosalla aikuisista psyykinen kuormittuneisuus ja koettu stressi on lisääntynyt. (Suvisaari ym. 2021, 22.)

Tutkijat ovat huolissaan eristäytymisen vaikutuksista erityisesti lapsiin ja haavoittuvaisiin perheisiin. Huoltajien ahdistus ja stressi voivat purkautua pahimmassa tapauksessa sanallisenä tai fyysisenä kaltoinkohteluna. (Humphreys ym. 2020.) Väkivallan onkin havaittu lisääntyneen tai pahentuneen koronaepidemian aikana perheissä. Havaintoja on tehty erityisesti kontrolloivasta väkivallasta, kuten sosiaalisten suhteiden kontrolloimisesta ja tekemisten valvomisesta. Perheissä on koettu lisääntyntä kuormitusta perheen kokonaistilanteesta sekä lasten hoidosta palveluiden saatavuuden rajoittuneisuuden myötä. Koronaepidemian aikana perheiden vaikeudet ja lastensuojelun tuen tarve ovat lisääntyneet ja samalla sosiaali- ja terveystalvelujen saatavuus heikentynyt. Perheiden hyvinvointiongelmien kasvaessa ja perustalvelujen saatavuuden rajoittuessa, kasvaa myös väkivallan riski perheissä. (Hietämäki, Nipuli, October, Haapakangas & Peltonen 2021, 54–55.) Toimintaterapian teoreettisen PEO-mallin mukaan toiminta, ympäristö ja yksilö ovat dynaamisessa suhteessa ja puutokset yhdelläkin osa-alueella vaikuttavat suoraan toisiinsa (Person-Environment-Occupation (PEO) model n.d). Lapsen kasvuympäristö sekä puutteet toiminnassa voivat siis heijastua suoraan lapsen kehitykseen.

Opinnäytetyössä käsitellään 0–3-vuotiaiden lasten varhaista vuorovaikutusta. Tämän ikäiset lapset ovat syntyneet koronaepidemian aikana tai ovat olleet vauvoja sen alkaessa. Eristäytyminen kotiin on vähentänyt merkittävästi sosiaalista kanssakäymistä muiden ihmisten kanssa. Tämän seurauksena lapsen varhaisten vuorovaikutussuhteiden määrä voi olla hyvinkin pieni. Vähentyneiden vuorovaikutussuhteiden lisäksi korona-aika on tehnyt ihmisistä ilmeettömiä maskien takia, joka voi vaikeuttaa lasten tunnetaitojen kehittymistä. Varhaiskasvatuksen professori Mirjam Kallandin (2021) mukaan, vauvat etsivät katsekontaktia ja tutkivat ihmisten ilmeitä saadakseen tietää, kuinka ihminen suhtautuu heihin. Vauvat kehittävät tunne-elämän ymmärrystä imitoimalla ilmeitä. Ensin vauva oppii yhdistämään ilmeet tunteisiin ja myöhemmin yhdistämään siihen sanat. (Sari Vähäsarja 2021.) Kun vauva ei näe kasvojen ilmeitä, hän ei pysty imitoimaan ilmeitä ja tällöin ei myöskään ymmärrä tulevaa tunneviestiä (Holodynski & Seeger 2019, 1814–1815).

Tunnetaidoista on alettu viimevuosina puhumaan paljon ja erilaisia tunnemateriaaleja on kehitetty paljon, joita hyödynnetään monipuolisesti lasten kasvatuksessa. Toimintaterapian saralla on kehitetty erilaisia työkaluja, kuten Zones Of Regulation. Zones of Regulation on amerikkalaisen toimintaterapeutin Leah Kuybersin kehittänyt strukturoitu, systemaattinen ja kognitiivisbehavioraalinen lähestymistapa. Menetelmän tavoitteena on opettaa lapsille, kuinka säädellä tunnetiloja sekä viireystasoa. (The Zones of Regulation n.d.) Tunnetaitojen harjoittelu aloittaa lapsen kehityksen varhaisessa vaiheessa, jolloin huoltajan rooli on suuri. Apuna voidaan käyttää erilaisia valmiita materiaaleja. Kirjallisuuskatsauksen pohjalta syntyvän oppaan avulla jaetaan näyttöön perustuvaa tietoa huoltajille tunnekasvatuksen tueksi.

5 Toteutus

5.1 Menetelmä

Opinnäytetyö kirjoitetaan kirjallisuuskatsauksen keinoin. Kirjallisuuskatsauksissa tarkoituksena on osoittaa, mistä näkökulmasta ja miten aihetta on tutkittu aiemmin. Tarkoituksena on syventää tietoja asioista, joista on jo valmista tutkimustietoa ja tuloksia. Se on toiseen asteen tutkimusta eli tutkimustiedon tutkimista. (Tuomi & Sarajärvi 2012, 123.) Tarkoituksena on arvioida olemassa olevaa tietoa ja tehdä yhteenveto aikaisemmista tutkimuksista (Turun yliopisto 2016, 107). Kirjallisuuskatsauksen keinoista opinnäytetyön menetelmäksi valikoitui kuvaileva kirjallisuuskatsaus, koska se voidaan toteuttaa ilman tiukkoja ja tarkkoja sääntöjä. Menetelmässä käytetyt aineistot

ovat laajoja, tutkimuskysymykset väljiä, mutta tutkittavaa ilmiötä pystytään kuitenkin kuvaamaan laaja-alaisesti. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen alalajeista käytämme narratiivista lähestymistapaa, joka on helppolukuinen sekä metodisesti kevyin kirjallisuuskatsauksen muoto. (Salminen 2011, 6–7.)

Tässä kirjallisuuskatsauksessa on edetty kuvailevan kirjallisuuskatsauksen neljän vaiheen mukaisesti, jotka ovat 1) tutkimuskysymyksen muodostaminen, 2) aineiston valitseminen, 3) kuvailun rakentaminen ja 4) tuotetun tuloksen tarkasteleminen (Kangasniemi, Utriainen, Ahonen, Pietilä, Jääskeläinen & Liikanen 2013). Kuvaileva kirjallisuuskatsaus perustuu aina tutkimuskysymykseen, jonka perusteella valitusta aineistosta luodaan kuvaileva ja laadullinen vastaus kysymykseen (Salminen 2011, 6–7). Kirjallisuuskatsauksessa käydään analyttisesti ja arvioiden läpi tutkimuskysymyksiin liittyvää aiempaa tutkimusta ja tieteellistä kirjallisuutta. Aiemmat tutkimukset käsitteistöineen, tutkimusongelmineen, metodi- ja lähdevalintoineen toimivat opinnäytetyön tienviittana. Kirjallisuuskatsauksessa on käytetty laajaa tutkimusaineistoa, jonka avulla on luotu vanhasta aineistosta jotain uutta ja mahdollistettu aineistojen puhuminen keskenään. (Kirjallisuuskatsaus 2020.)

5.2 Aineiston keruu

Tutkimuskysymysten avulla haettiin tietoa sekä vastauksia opinnäytetyöhön eri tietokannoista. Kirjallisuuskatsauksen aineiston hankinnassa käytettiin neljää tietokantaa: ProQuest, Google Scholar, Pubmed sekä Cinahl. Tiedonhaku toteutettiin englannin ja suomen kielillä ja hakulausekkeet olivat väljiä sekä vaihtelivat tietokantojen hakutoimintojen mukaan. Hakulausekkeet ovat kuvattuna taulukossa 1. Hakulausekkeiden perusteella ProQuest Centralista valittiin kuusi tutkimusartikkelia, joita tarkasteltiin perusteellisesti sen määrittämiseksi, täyttivätkö raportit kaikki sisäänotto- ja poissulkukriteerit. Tarkastelun jälkeen kahden tutkimuksen todettiin täyttävän kaikki sisäänotto- ja poissulkukriteerit. Sisäänotto- ja poissulkukriteerit ovat kuvattuna taulukossa 2. Google Scholarista valittiin tarkempaan tarkasteluun 13 tutkimusartikkelia, joista valikoitui kolme lopulliseen aineistoon. PubMed-tietokannasta taas löytyi kuusi tutkimusta tarkempaan tarkasteluun, joista vain yksi valikoitui aineistoon. CINAHL-tietokannasta haettiin samoilla hakulausekkeilla, mutta yhtäkään sisäänottokriteereihin soveltuvaa tutkimusta ei löytynyt lopulliseen aineistoon.

Taulukko 1. Käytetyt tietokannat ja hakulausekkeet

Tietokanta Hakulausekkeet

ProQuest Central	“Early interaction” AND “emotional skills”, “infant” AND “occupational therapy” AND “emotional skills”, “emotional skills” AND “early childhood”, “emotional development” AND “infant” AND “occupational therapy”
Google Scholar	“infant” AND “occupational therapy” AND “emotional skills”, “emotional skills” AND “early childhood”, “emotional development” AND “infant” AND “occupational therapy”
CINAHL	“Occupational therapy OR occupational therapist OR OT” AND “emotional skills OR emotional competences or emotional intelligence” AND “infants OR toddlers OR early childhood”
PubMed	“Occupational therapy” AND “Emotional skills” AND “Infant”, “Occupational therapy” OR “Occupational therapist” AND “Emotional skills” OR “Emotions” OR “Emotional development” AND “Infant” OR “Early childhood” OR “Toddler”

Aihe-alueen ympäriltä löytyi niukasti tietoa, jonka vuoksi haku suoritettiin laajalla aikahaarukalla. Vanhimmaksi aineistoksi valikoitui aineisto vuodelta 2004 ja tuorein vuodelta 2020. Aiheen kannalta relevantteja aineistoja karsiutui pois myös siksi, etteivät ne ollut saatavilla kokonaisuudessaan tai ne olivat maksullisia. Lopullisesta aineistosta karsiutui pois vielä analyysivaiheessakin useampi tutkimus, sillä ne eivät antaneet tarpeeksi tietoa suoraan tutkimuskysymykseen. Lopullinen aineisto valittiin taulukossa 2. esitettyjen sisäänotto- ja poissulkukriteerien pohjalta.

Taulukko 2. Aineiston sisäänotto- ja poissulkukriteerit

Sisäänottokriteerit	Poissulkukriteerit
1. Julkaistu vuosien 2004–2022 välillä	1. Julkaistu ennen vuotta 2004
2. Koko teksti saatavilla ilmaiseksi	2. Koko tekstiä ei ole saatavilla ilmaiseksi
3. Julkaisukieli on suomi tai englanti	3. Julkaisukieli kieli ei ole suomi tai englanti
4. Vastaa tutkimuskysymykseen	4. Ei vastaa tutkimuskysymykseen
5. Käsittelee 0–3-vuotiaita lapsia tai on sovellettavissa tämän ikäisille	5. Ei käsittele 0–3-vuotiaita lapsia tai ei ole sovellettavissa tämän ikäisille

5.3 Aineiston esittely

Tiedonhaun jälkeen opinnäytetyöhön valikoitui kuusi tutkimusartikkelia, jotka muodostivat kirjallisuuskatsauksen aineiston. Aineistoissa käsiteltiin pienten lasten kanssa tapahtuvaan vuorovaikutukseen ja tunnekasvatukseen liittyviä kysymyksiä. Opinnäytetyön aineistot sekä niiden keskeisimmät tulokset ovat esiteltynä taulukossa 3.

Taulukko 3. Aineiston esittely

Tutkimuksen tekijät, vuosi	Otsikko	Tutkimuksen tarkoitus	Keskeiset tulokset
Bidmead, C., Lee, M. & Christensen, J. (2004)	Enhancing early parent-infant interaction. Part three: early play	Vanhemman ja vauvan välisen vuorovaikutussuhteen tutkiminen.	Vanhempien tietoisuuden lisääntyminen vauvan taidoista ja mieltymyksistä vahvistaa turvallisen kiintymyssuhteen syntymistä.
Case-Smith, J. (2013)	Systematic Review of Interventions to Promote Social-Emotional Development in Young Children With or at Risk for Disability	Kerätä systemaattisen katsauksen keinoin tutkimustietoa interventioista, joita toimintaterapeutit käyttävät pienten lasten sosioemotionaalisen kehityksen edistämiseen.	Toimintaterapeuttien käyttämät sosioemotionaalisia taitoja edistävät interventiot osoittautuivat tehokkaiksi. Interventiot vaihtelevat lapsen iän mukaan kohdennetuista strategioista, kokonaisvaltaisiin luokkahuonekohtaisiin interventioihin.
<u>Healy Marini, G. (2016)</u>	The secret ingredient for improving infant/child mental health: Teaching parents to play	Tutkia sosioemotionaaliseen kehitykseen liittyviä kysymyksiä vanhempien ja lasten välisessä vuorovaikutuksessa leikin avulla.	Vanhemman ja lapsen välisen leikin kautta voidaan kehittää lapsen sosioemotionaalisia taitoja, toiminnallista suoriutumista sekä vahvistaa vanhemman ja lapsen välistä kiintymyssuhdetta.

Marjanen, K. (2009)	The belly-button chord: connections of pre- and postnatal music education with early mother-child interaction	Tutkia millä tavoin synnytystä edeltävät ja synnytyksen jälkeiset musiikkikokemukset ovat yhteydessä varhaiseen äidin ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen.	Prenataalit musiikkikokemukset heijastuivat selvästi äidin ja vauvan kiintymyssuhteen lujittumisena. Se näkyi heidän välisensä emotionaalisen viestinnän laadussa, määrässä sekä vauvan vuorovaikutustaidoissa.
Nandy, A., Nixon, E. & Quigley, J. (2020)	Parental toy play and toddlers' socio-emotional development: The moderating role of coparenting dynamics	Tutkia huoltajien ja lapsen välistä esineleikkiä ja kannustavaa rinnakkaishuoltajuutta suhteessa pikkulasten sosioemotionaaliseen kehitykseen	Äidin ja lapsen välinen esineleikki edistää lapsen sosioemotionaalista kehitystä erityisesti kannustavassa yhteishuoltajuus kontekstissa. Isien ja lapsien välillä ei havaittu merkittäviä muutoksia.
Potgieterl, K.L. & Adams, F. (2019)	The influence of mother-infant skin-to-skin contact on bonding and touch	Tutkia varhaisen ihokontaktin vaikutusta äidin ja vauvan väliseen kiintymykseen sekä kosketukseen päivittäisissä rutiineissa ja kosketukselliseen vuorovaikutukseen heidän välillään.	Varhainen ihokosketus vaikutti myönteisesti äidin ja vauvan väliseen kiintymyssuhteeseen, hellävaraiseen kosketukseen päivittäisissä rutiineissa sekä äitien ja vauvojen väliseen kosketukselliseen vuorovaikutukseen.

5.4 Aineiston analyysi

Opinnäytetyössä on käytetty aineiston käsittelemisen ja järjestämisen apuvälineenä aineistolähtöistä sisällönanalyysia. Aineistolähtöisen sisällönanalyysin avulla on koottu sekä tiivistetty tutkimuskysymykseen vastaavia tuloksia kirjallisuudesta sekä tutkimuksista. Kirjallisuuskatsauksen sisällönanalyysissa on hyödynnetty Timo Laineen laadullisen tutkimuksen analyysin runkoa.

Laadullisen tutkimuksen analyysin rungon mukaisesti ensimmäiseksi aineistoista valittiin tutkimuskysymyksen kannalta oleelliset aiheet. Tämän jälkeen aineisto käytiin läpi kriittisesti arvioiden sekä erotettiin ja merkittiin tutkimuskysymykseen vastaavat asiat sisäänotto- ja poissulkukriteerien mukaisesti (Taulukko 2). Kaikki muu jätettiin tutkimuksen ulkopuolelle. Tutkimuskysymykseen vastaavat kohdat koottiin erilleen muusta aineistosta, jonka jälkeen ne pelkistettiin ja teemoitettiin aineiston käsittelemisen helpottamiseksi. Tämän jälkeen kirjoitettiin yhteenveto kootuista teksteistä. (Tuomi & Sarajarvi 2012, 92.)

6 Tulokset

6.1 Varhaisen vuorovaikutuksen keinoja lapsen tunnetaitojen kehittymiseen

Huoltajille annetuilla varhaista vuorovaikutusta tukevilla käytännön vinkeillä ja keinoilla, on todettu Case-Smithin (2013) tutkimuksessa olevan myönteisiä vaikutuksia lapsen kehitykseen. Pienten lasten sosioemotionaalisen kasvun edistämiseen tähtäävät interventiot ovat monitahoisia ja niiden toteuttamiseen osallistuvat aina lapsen huoltajat, ikätoverit sekä lapsen kehitystä tukevat tahot kuten neuvola, päiväkotitai koulu. Pienten lasten interventiot kohdistuvatkin aina lapseen itseensä sekä ihmisiin, joiden kanssa lapsi on vuorovaikutuksessa ensimmäisten elinvuosien aikana. Huoltajan ja lapsen välisillä vuorovaikutuksellisilla interventioilla voi olla suuri vaikutus heidän välisensä kiintymyssuhteen pysyvyyteen. Vuorovaikutukseen keskittyvillä interventioilla voidaan parantaa huoltajien reagoitokykyä, herkkyyttä ja joustavuutta, mikä puolestaan voi vaikuttaa myönteisesti lapsen kehitykseen ja sosioemotionaaliseen käyttäytymiseen. Huoltajien täyspainoinen sitoutuminen toimintaan näyttää olevan ensisijaisen tärkeää vaikutusten saavuttamiseksi. (Case-Smith 2013.)

Potgieterlin ja Adamsin (2019) tutkimuksen mukaan toimintaterapeuttiselle tuelle ja ohjaukselle olisi tarvetta osana synnytyksen jälkeistä hoitoa esimerkiksi imetyksen ja varhaisen vuorovaikutuksen tukijana (Potgieterl & Adams 2019). Case-Smithin (2013) mukaan toimintaterapeuttisen ohjauksen avulla voidaan edistää lapsen ja huoltajan välistä myönteistä kiintymyssuhdetta ja vuorovaikutusta ohjaamalla huoltajia käyttämään kosketukseen perustuvia interventioita ja lisäämään jaetun huomion hetkiä. Vauvan sosioemotionaalista kasvua edistäessä, keskitytään huoltajien ja lapsen vuorovaikutuksen tukemiseen. Lapsen ensimmäisiä tapoja olla vuorovaikutuksessa ovat katsekontakti ja halailu huoltajien ja muiden perheenjäsenten kanssa. Kosketukseen, hierontaan ja syväntuntoaistimukseen perustuvilla interventioilla voidaan toimintaterapiaan pohjautuvan tutkimuksen mukaan edistää myös tehokkaasti huoltajan ja vauvan välisen siteen vahvistumista ja vauvan rauhoittumista sekä emotionaalista vakautta. Vuorovaikutteisuus kosketuksen ja sylissä pitämisen kautta näyttää olevan olennaista vauvan sosioemotionaalisen kasvun kannalta. Huoltajan ja vauvan välisen varhaisen vuorovaikutuksen tukemisella voi olla moninaisia ja pysyviä hyötyjä vauvan kehitykselle. (Case-Smith 2013.)

Varhaisilla ihokontakteilla voidaan edistää vauvan sosioemotionaalista kehitystä edistäviä siteitä ja vanhemmuuden taitoja. (Case-Smith 2013.) Potgieterlin ja Adamsin (2019) tutkimus osoittaa, että ihokosketus on yhteydessä äidin ja lapsen väliseen kiintymyssuhteeseen ja tunnesiteeseen. Varhainen ihokontakti on vastasyntyneiden biologinen tarve, joka vaikuttaa äidin ja vauvan väliseen suhteeseen. Tämä suhde muodostaa perustan vauvan sosioemotionaalille kehitykselle. Ihokosketus tukee vauvojen aivojen optimaalista kehitystä ja sosioemotionaalista älykkyyttä. Tutkimuksessa havaittiin, että paljon ihokontaktia saaneet vauvat, osoittivat muutoksia tunnekäyttäytymisessä ja lisääntyneitä vuorovaikutusyriytyksiä huomattavasti aikaisemmin kuin vauvat, jotka eivät saaneet paljon ihokontaktia. Tutkimuksessa todettiin, että ihokontaktissa oleminen edisti vauvan aktiivisuutta vuorovaikutuksessa äitinsä kanssa. Ihokontaktilla voidaan edistää kiintymyssuhteen syntymistä sekä vauvan sosioemotionaalista kehitystä, koska ihokosketus stimuloi oksitosiinin vapautumista äideissä ja vauvoissa. Oksitosiinin vapautuminen lisää sosiaalisuutta ja luottamusta sekä vähentää pelkoa ja ahdistusta, jonka seurauksena kiintymyssuhteen syntyminen helpottuu. Äidin kosketus on keskeistä vauvan päivittäisissä hoitorutiineissa ja se auttaa vauvan luottamuksen tunteen kehittymistä sekä edistää vauvan sosiaalista ja kognitiivista kehitystä. (Potgieterl & Adams 2019)

Potgieterlin ja Adamsin (2019) tutkimus tukee ihokontaktin käyttöä interventiona vauvojen sosiaalisen ja emotionaalisen toiminnan edistämiseen. Ihokosketus vaikuttaa suoraan äidin ja vauvan väliseen suhteeseen, sillä se vapauttaa hormoneja, jotka vaikuttavat myönteisesti äidin mielialaan ja käyttäytymiseen. Äidin tuntemien tunteiden vahvistuminen vauvaa kohtaan auttaa vahvistamaan heidän välistänsä sidettä. Äidin ja vauvan välinen yhteys ja kosketus ovat keskeisiä vauvan sosioemotionaalisen kehityksen kannalta. Ensimmäisinä elinkuukausina vauvan sosioemotionaalista kehitystä voidaan tarkastella vain ihmissuhteiden kautta. Vauvat eivät kehitä sosioemotionaalisia taitojaan erillään vaan pikemminkin vastavuoroisessa suhteessa hoitajiinsa. Sosioemotionaalinen kehitys on tärkeää, koska se luo perustan vauvan kognitiiviselle ja kielelliselle kehitykselle sekä sopeutumiskykyisille elämäntaidoille. (Potgieterl & Adams 2019)

Bidmead, Lee & Christensen (2004) kertovat tutkimuksessaan, että ensimmäisten viikkojen aikana vauvat ovat erityisen kiinnostuneita ihmisen kasvoista ja lelut ovat tässä vaiheessa enimmäkseen tarpeettomia. Vauva tuijottaa tiiviisti huoltajan kasvoja ja matkii suun liikkeitä äänettömästi, mutta

suurella keskittymisellä ja vaivalla. Huoltajien tiedostaessa vauvansa pyrkimykset kommunikointiin, heitä voidaan rohkaista vuorovaikutukseen vauvan kanssa. Kun vanhempi pysähtyy odottamaan vauvan vastausta, vauva saa kokemuksen siitä, että häntä kuunnellaan, mikä kasvattaa vauvan itsetuntoa. Vauvalle on tärkeää kuulla myös erilaisia ääniä etenkin ensimmäisten kuuden kuukauden aikana, sillä tämä on aivojen kuuloa käsittelevien osien aktiivisinta aikaa. Erityisesti äidin ääni on oleellisen tärkeää raskauden aikana ja syntymän jälkeen, koska sen avulla voidaan vahvistaa äidin ja lapsen välistä tunnesidettä. (Bidmead ym. 2004.)

Toistuvien tuttujen äänien kuten huoltajien äänien kuuleminen muun muassa puheen, laulun ja lukemisen kautta on tärkeää vauvalle. Huoltajia tulisi siis kannustaa laulamaan lasten lauluja ja loruja sekä lukemaan lapselleen toistuvasti. Lastenlorut jäävät helposti sekä huoltajan että vauvan mieleen. Ne ovat hyvä keino vauvan rauhoittamiseen etenkin, kun ne yhdistetään keinuttamiseen. Niiden avulla voidaan luoda vuorovaikutusta, joka on täynnä tunteita ja toimintaa. Kosketuksella ja yllätyksellisyydellä voidaan lisätä lorujen viihdyttävyyttä. (Bidmead ym. 2004.) Marjasen (2009) tutkimuksessa tutkittiin musiikin vaikutuksia vuorovaikutukselliseen kiintymyssuhdekäyttäytymiseen äiti-vauva-ryhmissä. Tutkimuksessa todettiin, että musiikkikasvatuksella on selkeä yhteys äidin ja vauvan vuorovaikutukselliseen kiintymyssuhdekäyttäytymiseen. Musiikki vuorovaikutuksen keinona paransi läsnäoloa kommunikointitilanteissa sekä lisäsi kuuntelutaitojen, reagoitiherkkyden, sekä itsensä ja omien tunteidensa ilmaisemista. Musiikin avulla on mahdollista ylläpitää tiivistä huoltajan ja lapsen välistä suhdetta, erityisesti kun musiikkia täydennetään äänellä, kehon liikkeillä ja tunteilla. (Marjanen 2009.)

Nandyn, Nixonin & Quigleyn (2020) tutkimuksessa kerrotaan, että taaperon sosioemotionaalinen kehitys riippuu ratkaisevasti varhaisesta vuorovaikutuksesta huoltajan kanssa. Leikki on yksi varhaisen vuorovaikutuksen keinoista ja samalla lapsen ensisijainen toiminta. Leikkimieliset vuorovaikutustilanteet luovat pohjan kehittyvän lapsen sosiaalisuudelle. Tutkimuksessa todetaan, että huoltajien osallistuminen leikkiin on ratkaisevan tärkeää lapsen sosioemotionaalisen kehityksen kannalta. Huoltajat mallintavat heidän välisensä vuorovaikutuksen avulla lapselle, lapsen kehitykseen sopivaa sosiaalista ja emotionaalista käyttäytymistä. Tätä mallia tarkkailemalla lapsi oppii kuinka toimia. Huoltajat opettavat lapselle omalla esimerkillään tapoja leikkiä ja sen kautta pystytään edistämään lasten sosioemotionaalisia taitoja. Osoittamalla yhteistyöhaluista ja lämmintä rinnakkaiskasvatuskäyttäytymistä, huoltajat luovat perustan ja mallin lapselle, jotta lapsi voi toistaa

tällaista myönteistä käyttäytymistä myös muissa monimutkaisemmissa sosiaalisissa tilanteissa. Huoltajien leikkikäyttäytyminen on yhteydessä lasten sosioemotionaalisten osaamisen kehittymiseen. (Nandy ym. 2020.)

Nandyn, Nixonin & Quigleyn (2020) tutkimuksessa tutkittiin myös esineleikin vaikutuksia sosioemotionaalisten taitojen kehitykseen. Esineleikillä todettiin olevan useita sosiaalisia ja emotionaalisia tehtäviä, kuten tarjota tilaisuus tunteiden jakamiselle. Leikin kautta voidaan tuntea monenlaisia tunnetiloja, kuten iloa ja turhautumista. Tutkimuksessa todettiin, että erityisesti äidin ja lapsen välinen esineleikki on ratkaisevan tärkeää lasten kehittyvien sosioemotionaalisten taitojen kannalta. Leikin ollessa osa turvallista, luotettavaa ja kannustavaa perhe ympäristöä, lapsilla saattaa olla paremmat mahdollisuudet havaita ja oppia mukautuvia sosioemotionaalisia taitoja. Tämän tutkimuksen tulokset korostavat, että perhedynamiikka on tärkeää ottaa huomioon, kun tutkitaan huoltajien leikkikäyttäytymisen ja lasten sosioemotionaalisten taitojen välisiä suhteita. (Nandy ym. 2020.)

Healy Marinin (2016) tutkimuksessa tutkittiin toimintaterapian näkökulmasta leikkiä salaisena ainesosana vauvojen mielenterveyden parantamiseen. Tutkimuksessa mielenterveys toimii synonyymina lapsen sosioemotionaalisille taidolle eli sosiaalisille- ja tunnetaidoille. Tutkimuksen tarkoituksena oli ”opettaa” vanhemmille leikkiä eli jakaa tietoa sen merkityksestä sekä keinoja leikkimiseen. Tutkimuksen tulokset osoittivat, että lisääntyneen leikin kautta lapsen sosioemotionaalisen kehityksen ydintaidot paranivat, toiminnallinen suoriutuminen koheni, lapsen ja huoltajan välinen vuorovaikutus parani sekä huoltajien luottamuksen ja pätevyyden tunteet lisääntyivät. Kehitystä koettiin tapahtuneen lapsen tunteidensäätelyssä ja -ilmaisemisessä. Huoltajat kokivat myös kommunikaation parantuneen leikin myötä, jolloin myös lapsen ja huoltajan välinen kiintymyssuhde vahvistui.

Healy Marinin (2016) tutkimuksesta käy ilmi, että lapsen ja huoltajan välinen vuorovaikutus paranee, kun huoltajalla on tietoa lapsen kehityksestä ja siihen vaikuttavista tekijöistä. Tämä lisää heidän varmuuttaan huoltajan roolissa. Tietoisuuden ja luottamuksen lisääntymisen kautta huoltaja ymmärtää paremmin pienen lapsen verbaalisia ja nonverbaalisia vihjeitä, joka auttaa ymmärtämään paremmin lasta ja tämän toimintaa. Lapsen sosioemotionaalista kehitystä voidaankin tukea

tukemalla huoltajuutta ja jakamalla tietoa sekä käytännön vinkkejä lapsiperheen arkeen. (Healy Marini 2016.)

7 Pohdinta

7.1 Pohdinta ja yhteenveto tuloksista

Case-Smithin (2013), Nandyn ym. (2020) ja Healy Marinin (2016) tutkimusten tulokset korostavat perhekeskeisyyttä ja huoltajien roolia lapsen kehityksessä ja interventioiden välittäjinä. Case-Smith (2013) nostaa tutkimuksessaan esille, että pienten lasten sosioemotionaalisessa kehityksessä on aina keskeisesti mukana lapsen sosiaaliseen ympäristöön kuuluvat henkilöt (huoltajat) sekä fyysinen ympäristö (neuvola, koti, päiväkot). Tämä vahvistaa PEO-mallin hyödynnettävyyttä tässä opinäytetyössä, koska PEO-malli korostaa ympäristön eri elementtien tärkeyttä lapsen kehityksessä. PEO-mallissa korostetaan ympäristön eli sosiaalisten suhteiden ja fyysisen ympäristön merkitystä yksilöön ja toimintaan. Lapsen kohdalla ympäristön elementti korostuu, koska huoltaja on suuressa vastuussa yksilön toiminnasta ja ympäristön osa-alueista lapsen elämässä. Perhedynamiikka on siis PEO-mallinkin mukaan tärkeä ottaa huomioon lapsen kehitystä tarkasteltaessa.

PEO-mallissa kolmantena elementtinä oleva toiminta eli lapsen kohdalla leikki esiintyy myös vahvasti aineistossa. Leikki on lapsen ensisijaista, mielekästä ja kehitystä tukevaa toimintaa, kuten Healy Marini (2016) ja Nandy ym. (2020) nostavat esille tutkimuksissaan. Huoltajan rooli korostuu suuresti pienten lasten leikin ohjaamisessa. Huoltaja on lapsen ensimmäinen leikkikaveri ja huoltajan toiminta on yhteydessä lapsen toimintaan ja kehitykseen. Nandy ym. (2020) tutkimuksessa todetaankin, että huoltajien osallistuminen leikkiin on ratkaisevan tärkeää lapsen sosioemotionaalisen kehityksen kannalta (Nandy ym. 2020). Turvallinen, kannustava ympäristö ja lapsen ikätasolle sopiva toiminta ovat lapsen kehityksen kannalta merkittäviä tekijöitä. Healy Marinin (2016) ja Nandyn ym. (2020) tutkimusten tulokset osoittivat, että leikki on ratkaisevassa asemassa lapsen sosioemotionaalisten taitojen kehittämisessä.

Healy Marinin (2016), Potgieterlin ja Adamsin (2019) sekä Case-Smithin (2013) tutkimukset tukevat toimintaterapeuttisen tuen ja ohjauksen tärkeyttä varhaisen vuorovaikutuksen tukemiseksi. Tiedon jakamisella ja tietoisuuden lisääntymisellä on tutkimusten mukaan todella suuri merkitys

huoltajan ja lapsen vuorovaikutussuhteen vahvistamiseksi. Case-Smithin (2013) mukaan toimintaterapeuttisen ohjaamisen avulla voidaan edistää lapsen ja huoltajan välistä myönteistä kiintymyssuhdetta ja vuorovaikutusta ohjaamalla huoltajia käyttämään kosketukseen perustuvia interventiota ja lisäämään jaetun huomion hetkiä (Case-Smith 2013). Nämä tulokset tukevat toimintaterapian näkökulmasta kirjoitetun oppaan merkityksellisyyttä, sillä jakamalla tietoa sekä käytännön vinkkejä lapsiperheen arkeen voidaan tukea huoltajia, varhaista vuorovaikutusta sekä lapsen sosioemotionaalista kehitystä.

Myös Case-Smithin (2013) sekä Potgieterlin ja Adamsin (2019) tutkimusten tulokset tukevat toisiinsa. Heidän mukaansa varhaisilla ihokontakteilla sekä vuorovaikutteisuudella kosketuksen kautta voidaan edistää vauvan sosioemotionaalista kasvua ja edistää tehokkaasti huoltajan ja vauvan välisen kiintymyssuhteen ja tunnesiteen vahvistumista. Tunnesidettä voidaan vahvistaa myös ääneen perustuvalla vuorovaikutteisuudella. Bidmead ym. (2004) ja Marjanen (2009) tuovat tutkimuksissaan esille, että etenkin äidin äänen kuuleminen on erityisen tärkeää vauvalle esimerkiksi laulun, lorujen ja lukemisen kautta. Marjasen (2009) mukaan musiikkikasvatuksella on selkeä yhteys äidin ja vauvan vuorovaikutukselliseen kiintymyssuhdekäyttäytymiseen.

7.2 Tulosten arviointi ja hyödynnettävyys

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää kirjallisuuskatsauksen keinoin, millaisia vaikutuksia varhaisella vuorovaikutussuhteella on lapsen tunnetaitojen kehittymiselle ja tulosten pohjalta luoda opas neuvolaan. Varhaisesta vuorovaikutuksesta on kirjoitettu toinenkin opas, joka sisällöltään muistuttaa paljonkin tämän kirjallisuuskatsauksen pohjalta syntyneitä opasta. Korhosen (2022) oppaassa esitellään vuorovaikutusleikkejä, mutta kyseinen opas on maksullinen ja käyttö on siten rajoitettua. Kirjallisuuskatsauksen pohjalta syntyvä opas on maksuton ja räätälöity juuri toimeksiantajan toiveiden ja tarpeiden mukaiseksi. Opas on myös kirjoitettu pohjautuen toimintaterapian teoreettiseen malliin sekä tutkimuksiin. Oppaassa on myös laajemmin teoriatietoa leikkien taustalta.

Kirjallisuuskatsauksen tutkimuskysymyksiin löytyi vastauksia ja opinnäytetyön tavoite saavutettiin, mutta jatkotutkimuksia aiheesta ja esitellyistä keinoista sekä niiden luotettavuudesta tarvitaan. Tuoretta kansainvälistä tutkimustietoa varhaisen vuorovaikutussuhteen vaikutuksista ja keinoista

lapsen tunnetaitojen kehitykselle ja tukemiselle löytyi niukasti. Kirjallisuuden puolelta löytyi laajemmin tietoa ja varhaisen vuorovaikutuksen keinoja ja niitä on esitelty teoriaosassa. Kirjallisuuskatsauksen avulla on pyritty syventymään aiheeseen siitä tehtyjen tutkimusten kautta. Kaikki teoriaosassa esitellyt keinot ovat näyttöön perustuvia. Keinoja ei eritellä suoranaisesti tutkimuksissa, mutta tutkimuksissa puhutaan muun muassa ihokontaktista ja teoriaosuuden keinot perustuvat ihokontaktiin. Aineiston tutkimustieto ja kirjallisuudesta löytyneet keinot tukevat siis vahvasti toisiaan. Tutkimuksissa ja kirjallisuudessa esiintyvät termit kuitenkin vaihtelivat. Kirjallisuudessa puhuttiin tunnetaidoista ja kaikissa tutkimuksissa laajemmin sosioemotionaalisisista taidoista. Sosioemotionaalinen kehitys pitää sisällään sekä tunne- että sosiaaliset taidot. Tutkimuksien tulokset eivät siis vastaa suoraan pelkästään tunnetaitojen kehittymiseen vaan huomioi myös sosiaalisen ulottuvuuden.

Aihealueen tutkimuksia ei ole tehty vielä paljoa toimintaterapian näkökulmasta ja tutkimustietoa löytyy melko vähän. Aiheen tutkiminen kirjallisuuskatsauksen keinoin osoittaa, että aihetta on tarpeen tutkia lisää. Potgieterlin & Adamsin (2019) tutkimuksen tulokset tukevat vauvojen toimintaterapian tarvetta ja ihokontaktin käyttöä interventiona vauvojen sosiaalisen ja emotionaalisen toiminnan edistämiseen. Tutkimustietoa aiheesta toimintaterapian saralla ei kuitenkaan ole paljoa ja nämä tutkimukset osoittavat, että lisätutkimuksille olisi tarvetta. Myös American Occupational Therapy Association on nostanut ihokontaktin ensisijaiseksi tutkimusalueeksi kosketukseen perustuvana interventiona, jota käytetään sosiaalisen ja emotionaalisen toiminnan edistämiseen. Toimintaterapeuttiselle tuelle ja ohjaukselle moniammatillisesti olisi tarvetta osana synnytyksen jälkeistä hoitoa esimerkiksi imetyksen ja varhaisen vuorovaikutuksen tukijana. (Potgieterl & Adams 2019)

Myös Case-Smithin (2013) tutkimuksessa tuodaan esille, että huoltajien toteuttamien sosioemotionaalista kehitystä edistävien interventioiden tutkiminen on vasta alkutekijöissä. Tutkimuksia on tehty tähän asti lähinnä lapsen ja äidin välillä ja tutkimuksia tulisi laajentaa. Tutkimuksien avulla saataisiin lisää tietoa sosioemotionaalista kasvua edistävien interventioiden hyödyistä ja siitä, miten ne tulisi porrastaa ensimmäisten elinvuosien aikana. Toimintaterapian tutkijat tarvitsevat lisätutkimuksia sosioemotionaalisen kehityksen edistämiseen tähtäävistä kokonaisvaltaisista interventiosta. (Case-Smith 2013.)

Healy Marin (2016) nostaa esille tutkimuksessaan, että tutkimustietoa kiintymyssuhdeteorian ja toimintaterapia käytäntöjen yhdistämisestä on hyvin vähän. Laajat tutkimukset kuitenkin muilta ammattialoilta tukevat kiintymyssuhdeteorian käyttöä interventioiden perustana (Healy Marini 2016.) Tutkimuksen tulokset tukevat oppaan hyödyllisyyttä, sillä toimintaterapia tutkimuksiin pohjautuvaa tietoa ja kiintymyssuhdeteorianta pohjautuvia interventioita voidaan jakaa oppaan muodossa neuvoloiden välityksellä. Etenkin Suomessa toimintaterapian näkökulma näkyy vielä heikosti vauvaperheissä, koska toimintaterapiaa ei ole vielä juurikaan saatavilla vauvaperheille. Tutkimuksen tulokset tukevat toimintaterapeuttisen ohjauksen tarvetta lasten ensimmäisten elinvuosien aikana. Oppaan avulla lisätään toimintaterapian näkökulmasta tietoisuutta leikin ja muun varhaisen vuorovaikutuksen merkityksestä lapsen sosioemotionaaliseen kehitykselle.

Mäntymaan ym. (2003) mukaan neuvolapalveluilla mahdollistetaan varhainen puuttuminen mahdollisiin ongelmiin ja tarjotaan tukea ja ratkaisuja niihin. Lapsiperheiden kanssa työskentelevien terveydenhuollon ammattilaisten tärkeänä tehtävänä on lapsen hädän varhainen huomaaminen ja siihen puuttuminen. Saumaton yhteistyö eri alojen erityisosaajien kanssa perhepalvelukeskuksessa mahdollistaa avun, tuen ja hoidon tarjoamisen tarpeen mukaan. (Mäntymaa ym. 2003.) Oppaan avulla pyritään lisäämään tietoisuutta varhaisesta vuorovaikutuksesta, jolloin huoltajat saavat lisää ymmärrystä sen merkityksestä ja vaikutuksista. Tietoisuuden lisääntymisellä voi olla elämänmittaisia vaikutuksia lapsen tunnekokemuksiin ja sitä kautta aivojen ja mielen kehitykseen (Mäntymaa ym. 2003).

7.3 Eettisyys ja luotettavuus

Kirjallisuuskatsauksen eettisyyden, luotettavuuden ja uskottavuuden kannalta tulee noudattaa hyviä tieteellisiä menettelytapoja. Eettisesti hyvä tutkimus edellyttää tieteellisiä tietoja, taitoja ja hyviä toimintatapoja tutkimuksen teossa. (Kuula 2015.) Eettisyyden ja luotettavuuden lisäämiseksi kirjallisuuskatsauksessa on käytetty Jyväskylän ammattikorkeakoulun raportointiohjeita. Lähteet on merkitty asianmukaisesti sekä tekstiviitteinä että lähdeluetteloon. Lisäksi toimeksiantajan kanssa solmittiin opinnäytetyösopimus, mikä sisälsi sopimusehdot muun muassa vastuut ja oikeudet. Toimeksiantaja osallistui myös pitkän kirjoittamisprosessin kirjallisuuskatsauksen laadunarvioitiin yhteisten palaverien välityksellä.

Eettisyys ja luotettavuus ovat kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa vahvasti yhteyksissä toisiinsa ja etenemällä läpinäkyvästi ja johdonmukaisesti, niitä voidaan parantaa tutkimuskysymysten määrittämisestä johtopäätöksiin saakka. Tutkimuskysymyksen selkeä esittely ja teoreettisen perustelun erittely on luotettavuuden kannalta keskeistä. (Kangasniemi ym. 2013.) Opinnäytetyössä on esitelty tutkimuskysymykset selkeästi ja ne ovat ohjanneet prosessin kulkua. Kirjallisuuskatsauksessa edettiin tehdyn suunnitelman mukaisesti noudattaen kirjallisuuskatsauksen vaiheita sekä laadullisen tutkimuksen analyysin runkoa. Kangasniemen ym. (2013) mukaan aineiston perusteiden kuvaus on keskeinen tekijä luotettavuuden arvioinnissa (Kangasniemi ym. 2013). Opinnäytetyössä on esitelty aineistot taulukossa ja niitä on analysoitu kriittisesti tulokset-osiossa. Aineistoja arvioitiin kriittisesti kirjoittajien, julkaisuajankohdan ja -paikan, sekä tutkimusten toteutusten mukaan.

Aineistojen valinnassa arvioitiin lähteiden luotettavuutta ja soveltuvuutta kirjallisuuskatsaukseen. Luotettavuuden lisäämiseksi aineistojen valinnassa on käytetty sisäänotto- sekä poissulkukriteereitä (Taulukko 2). Sisäänotto- sekä poissulkukriteereistä oli jätettävä aineiston keruuvaiheessa vertaisarviointi pois, sillä vain ProQuest-tietokannassa oli merkintä asiasta. ProQuestin aineistot olivat vertaisarvioituja ja muissa ei ollut mainintaa. Tällä voi olla vaikutusta kirjallisuuskatsauksen luotettavuuteen. Myös tutkimusaineiston aikahaarukka on laaja, jolla voi olla myös vaikutuksia kirjallisuuskatsauksen luotettavuuteen. Kuitenkin valittujen aineistojen sekä tietoperustan teoriatiedon tulokset tukevat vahvasti toisiaan.

Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa tutkimuskysymyksen laajuus määrää aineiston riittävyden (Kangasniemi ym. 2013). Tutkimuskysymysten asettaminen toimintaterapian näkökulmasta oli aluksi haastavaa, koska toimintaterapiaa esiintyy vielä vähän 0–3-vuotiaiden lasten parissa. Toimintaterapian näkökulman lisäämiseksi tutkimuskysymyksiin tahdottiin leikin näkökulmaa ja siksi kysymyksiä muodostui kaksi. Tutkimuskysymyksiä muodostaessa tiedostettiin niiden laajuus ja aiheen rajaaminen tuntui ajoittain haasteelliselta. Lisäksi opinnäytetyönkirjoittajilla ei ole aiempaa kokemusta kirjallisuuskatsauksen teosta. Luotettavuuteen on voinut vaikuttaa myös kielimuuri, koska aineistot olivat englanninkielisiä ja asioita on voitu tulkita väärin. Kuitenkin opinnäytetyöntekijöitä oli kaksi ja tulkintoja on tehty yhdessä sanakirjoja hyödyntäen.

Eettisyyden lisäämiseksi kirjallisuuskatsausta kirjoittaessa pohdittiin siinä käytettäviä sanavalintoja. Kirjallisuuskatsauksessa päädyttiin käyttämään neutraaleja ja kaiken kattavia sanavalintoja.

Vanhempien sijaan puhutaan huoltajista, koska lapsen kasvattajana voi toimia myös esimerkiksi joku muu, kun biologinen vanhempi. Myös äiti sanaa on pyritty välttämään kasvattajien tasa-arvoisuuden lisäämiseksi. Tärkeä tekijä eettisyyden kannalta on myös se, että neuvolapalvelut ovat saatavilla ilmaiseksi kaikille raskaana oleville, sekä lapsiperheille kulttuurista, sukupuolesta, uskonnosta, iästä ynnä muusta huolimatta. Opas on siis kaikille saatavilla ilmaiseksi taustasta riippumatta.

8 Johtopäätökset ja jatkotutkimusehdotukset

Aineiston pohjalta voidaan todeta, että varhaisella vuorovaikutuksella on todella suuri merkitys lapsen tunnetaitojen kehitykselle. Huoltajat kehittävät lapsensa tunnetaitoja huomaamattaan leikkiessään ja oleilemalla lapsensa kanssa. Turvallinen, kannustava ympäristö ja lapsen ikätasolle sopeva toiminta ovat lapsen kehityksen kannalta merkittävää. Läsnäololla huoltajat vahvistavat kiintymyssuhdettaan lapseensa. Pienen vauvan kanssa vastavuoroinen vuorovaikuttaminen voi tuntua haastavalta. Johtopäätöksenä voidaan kuitenkin todeta, että erilaisten vuorovaikutteisten menetelmien, kuten varhaisten ihokontaktien sekä kosketuksen avulla voidaan edistää vauvan sosioemotionaalista kasvua sekä vahvistaa huoltajan ja lapsen välisen tunnesiteen vahvistumista, vaikka vuorovaikutus ei tuntuisikaan aina vastavuoroiselta (Potgieterl & Adams 2019). Tunnesidettä pystytään vahvistamaan myös ääneen perustuvilla keinoilla, kuten laulujen, lorujen ja lukemisen kautta (Marjanen 2009., Bidmead ym. 2004). Sosioemotionaalisen kehityksen kannalta myös leikillä todettiin Nandyn ym. (2020) sekä Healy Marinin (2016) tutkimuksissa olevan suuri merkitys.

Aineiston sekä kirjallisuuden pohjalta voidaan todeta, että varhaista vuorovaikutusta vahvistamalla pystytään tukemaan lapsen tunnetaitojen kehittymistä. Varhaista vuorovaikutusta pystytään tukemaan monin eri tavoin ja näillä tavoilla voidaan vaikuttaa positiivisesti lapsen kehitykseen ja mahdollisesti ennaltaehkäisemään ongelmia lapsen kasvaessa ja kehittyessä. Tiedon jakamisella ja huoltajien tietoisuuden lisääntymisellä todettiin olevan suuri merkitys huoltajan ja lapsen välisen vuorovaikutussuhteen vahvistajana (Healy Marini 2016). Toimintaterapeuttisella ohjauksella ja tuella todettiin olevan positiivisia vaikutuksia huoltajan ja lapsen väliseen kiintymyssuhteeseen (Case-Smith 2013).

Varhaisen vuorovaikutuksen yksittäisistä interventioista ei löytynyt tutkimuksia toimintaterapian saralta. Tutkimustietoa löytyi kuitenkin muun muassa yleisesti ihokontaktista, läheisyydestä ja leikkistä, joita voidaan soveltaa ja yhdistää kirjallisuudesta löytyneisiin keinoihin. Satuhieronta, vauvatus ja erilaiset laulu ja loruleikit ovat menetelmiä, jotka pohjautuvat ihokontaktiin, läheisyyteen ja leikkiin. Kuitenkin yksittäisistä menetelmistä toimintaterapiaan pohjautuen olisi hyvä saada lisää näyttöä. Lisätutkimusta tarvitaan yksittäisistä interventioista, niiden hyödyistä ja porrastamisesta lapsen ensimmäisten elinvuosien ajalle sekä kiintymyssuhdeteorian yhdistämisestä toimintaterapiaan. Myös yleisesti vauvojen toimintaterapia tarpeesta ja sen mahdollisista hyödyistä Suomessa olisi hyvä saada tutkimusta, jotta sitä saataisiin lisättyä palvelutarjontaan.

Lähteet

About the Zones of Regulation. N.d. The Zones of Regulation. Kuvaus The Zones of Regulation kotisivustolla. Viitattu 12.2.2022. <https://zonesofregulation.com/index.html>.

Ala-Luhtala, R. & Valkama, S. 2014. Tunne- ja turvataidot osaamiseksi. Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Aro, T. & Laakso, M.-L. 2011. Taaperosta taitavaksi toimijaksi - itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Jyväskylä: Niilo Mäki Instituutti.

Bidmead, C., Lee, M. & Christensen, J. 2004. Enhancing early parent-infant interaction. Part three: early play. Community Practitioner. Viitattu 10.4.2022. <https://janet.finna.fi/>, ProQuest Central.

Building Play Skills for Healthy Children & Families. 2011. The American Occupational Therapy Association (AOTA). Viitattu 21.1.2022. <https://www.aota.org/~media/Corporate/Files/AboutOT/consumers/Youth/Play/Building%20Play%20Skills%20Tip%20Sheet%20Final.pdf>.

Case-Smith, J. 2013. Systematic Review of Interventions to Promote Social-Emotional Development in Young Children With or at Risk for Disability. The American Journal of Occupational Therapy. Viitattu 7.6.2022. <https://janet.finna.fi/>, ProQuest Central.

Gustafsson, G. & Ihalainen, E. 2013. Vauva pieni tähden nappaa. Kemi-Tornion ammattikorkeakoulu. Viitattu 14.3.2022. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/59529/Vauva%20pieni%20tahden%20nappaa.pdf?sequence=2&isAllowed=y>.

Healy Marini, G. 2016. The secret ingredient for improving infant/child mental health: Teaching parents to play. Viitattu 9.6.2022. https://web.archive.org/web/20180413090105id_/https://encompass.eku.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1017&context=otdcapstones.

Heinimaa, E. 2001. Kuvakirjat lapsen ja aikuisen maailmassa. Avaa lastenkirja! - johdatus lastenkirjallisuuden lajeihin ja käyttöön. Lasten keskus. Helsinki.

Heinonen, S-L. 2001. Sanataide oppimisen ja leikin innoittajana. Avaa lastenkirja! - johdatus lastenkirjallisuuden lajeihin ja käyttöön. Lasten keskus. Helsinki.

Hietämäki, J., Nipuli, S., October, M., Haapakangas, K. & Peltonen, J. 2021. COVID-19-epidemian vaikutukset hyvinvointiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen. Asiantuntija-arvio, kevät 2021. Terveystieteiden tutkimuskeskus. Viitattu 3.2.2022. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/142536/THL_Rap3_2021-Covid-seuranta%20kev%20c3%a4t%202021_f_web.pdf?sequence=4&isAllowed=y.

Hinojosa, J., Kramer, P. & Brasic Royeen, C. 2017. Perspectives on Human Occupation – Theories underlying practice. Philadelphia: F.A. Davis Company. Viitattu 18.3.2022. https://books.google.fi/books?hl=fi&lr=&id=Sfm_DgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA137&dq=person+environment+occupation+model+children&ots=SjVjMP0cmP&sig=zYGSY4i2PXtoEa2LNqJiQsXhj6E&redir_esc=y#v=onepage&q=person%20environment%20occupation%20model%20children&f=false.

Holodyski, M. & Seeger, D. 2019. Expressions as Signs and Their Significance for Emotional Development. American Psychological Association. Viitattu 4.2.2022. https://www.researchgate.net/publication/335531085_Expressions_as_signs_and_their_significance_for_emotional_development.

Humphreys, K. L., Myint, M. T. & Zeanah, C. H. 2020. Increased risk for family violence during the COVID-19 pandemic. American Academy of Pediatrics. Viitattu 03.02.2022. <https://publications.aap.org/pediatrics/article/146/1/e20200982/37027/Increased-Risk-for-Family-Violence-During-the>.

Isokorpi, T. 2004. Tunneoppia parempaan vuorovaikutukseen. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Jernberg, A. M. & Booth, P. B. 2003. Theraplay- Vuorovaikutusterapian käsikirja. Helsinki: Psykologien Kustannus.

Kangasniemi, M., Utriainen, K., Ahonen, S-M., Pietilä, A-M., Jääskeläinen, P. & Liikanen, E. 2013. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus: eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsenettyyn tietoon/Narrative literature review: From a research question to structured knowledge. *Hoitotiede*, 25, 4, 291–301. Viitattu 3.12.2021. <https://janet.finna.fi>, ProQuest.

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

Kiintymyssuhdemallit. 2020. Odottavan äidin käsikirja. Duodecim. Viitattu 19.1.2022. <https://www.terveyskirjasto.fi/odk00026>.

Kirjallisuuskatsaus. 2020. Jyväskylän Yliopisto. Viitattu 23.1.2022. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/kirjasto/kirjastotuutori/aihehaku-tutkimusprosessissa/aihe-avainkasitteiksi/kirjallisuuskatsaus>.

Korhonen, S. 2022. Vuorovaikutusleikkiopas vanhemmille: Iloa vanhemmuuteen -opassarja. BoD - Books on Demand. Viitattu 11.4.2022. https://books.google.fi/books?id=1Yd-fEAAAQBAJ&pg=PP1&lpg=PP1&dq=vuorovaikutusleikkiopas&source=bl&ots=9kwRCuQ2wf&sig=ACfU3U1mvvkXD92m-SFXiHhd_0NHhxptqQ&hl=fi&sa=X&ved=2ahUKEwjnl8DjoYz3AhVI-SoKHcK-iAs4Q6AF6BAGSEAM#v=onepage&q=vuorovaikutusleikkiopas&f=false.

Kuula, A. 2015. Tutkimusetiikka: aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Osuuskunta Vastapaino. Viitattu 23.2.2022. <https://janet.finna.fi/>, Ellibs Library.

Kärkkäinen, K. 2017. Vahvista lasta. Tallinna: Kustannus Duodecim.

Lahin, L., Ruohonen, A., Segersvärd, R., Koponen, L. & Tilles, R. N.d. Internetin syövereihin ja lämpimään halaukseen - lapsuuden moninaiset oppimisympäristöt. Playful Learning Center. Kasvatustieteellinen tiedekunta. Helsingin yliopisto. Viitattu 18.2.2022. <https://leikkipaiva.fi/wp-content/uploads/Lapsuuden-moninaiset-oppimisymparistot.pdf>.

Lahtinen, A. & Rantanen, J. 2019. Tunnetaidot opetustyössä – opas haastaviin tilanteisiin. Keuruu: PS- kustannus.

Lapsen ja vanhemman varhainen vuorovaikutus. 2021. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Viitattu 13.1.2022. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemmuus-ja-kasvatus/lapsen-ja-vanhemman-varhainen-vuorovaikutus/>.

Lastenneuvola lapsiperheiden tukena – opas työntekijöille. 2004. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus. Helsinki: Edita Prima. Viitattu 18.1.2022. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74223/Opp200414.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Law, M., Cooper, B. A., Strong, S., Stewart, D., Rigby, P., & Letts, L. 1996. The person-environment-occupation model: A transactive approach to occupational performance. *Canadian Journal of Occupational Therapy*. Viitattu 22.1.2022. https://www.researchgate.net/publication/273200360_The_Person-Environment-Occupation_Model_A_Transactive_Approach_to_Occupational_Performance#fullTextFileContent.

Luoto, L. & Luoto, S. 2001. Satu ja tarina elää päiväkodissa. Avaa lastenkirja! - johdatus lastenkirjallisuuden lajeihin ja käyttöön. Lasten keskus. Helsinki.

Lynch, H. & Moore, A. H. 2016. Play as an Occupational in a Occupational Therapy. *British Journal of Occupational Therapy*. Viitattu 16.2.2022. https://www.researchgate.net/publication/308180779_Play_as_an_occupation_in_occupational_therapy/references.

Lynch, H., Prellwitz, M., Schulze, C. & Moore, A. H. 2018. The state of play in children's Occupational Therapy: A comparison between Ireland, Sweden and Switzerland. *British Journal of Occupational Therapy*. Viitattu 16.2.2022. <https://janet.finna.fi/>, Sage Journals Premier 2022.

Lähteenmäki, M., Kuitunen, M., Lohiniva, A-L., Sivelä, J., Hammer, C. & Dub, T. 2021. COVID-19-epidemian vaikutukset hyvinvointiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen. Asiantuntija-arvio, kevät 2021. Terveystieteiden tutkimuskeskus. Viitattu 3.2.2022. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/142536/THL_Rap3_2021-Covid-seuranta%20kev%3a4t%202021_f_web.pdf?sequence=4&isAllowed=y.

Marjanen, K. 2009. The belly-button chord: connections of pre- and postnatal music education with early mother-child interaction. University Of Jyväskylä. Viitattu 14.3.2022. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/22602/9789513937690.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Mitä Satuhieronta on?. N.d. Satuhieronta-internetsivut. Viitattu 14.3.2022. <https://satuhieronta.fi/mita-satuhieronta-on/>.

Mäkelä, S., Pajulo, M. & Sourander, A. 2010. Raskausajan psyykinen oireilu ja lapsen kehitys. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. Viitattu 22.2.2022. <https://www.duodecimlehti.fi/duo98783>.

Mäntymaa, M. & Tamminen, T. 1999. Varhainen vuorovaikutus ja lapsen psyykinen kehitys. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. Viitattu 17.12.2021. <https://www.duodecimlehti.fi/duo91150>.

Mäntymaa, M., Luoma, I., Puura, K. & Tamminen, T. 2003. Tunteet, varhainen vuorovaikutus ja aivojen toiminnallinen kehitys. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. Viitattu 22.1.2022. <https://www.duodecimlehti.fi/xmedia/duo/duo93467.pdf>.

Naamanka, J. 2016. Kuka saa, kuka saa lorupussiin kurkistaa?. Viitattu 15.3.2022. <https://puhettaterapeutista.fi/2016/10/kuka-saa-kuka-saa-lorupussiin-kurkistaa/>.

- Nandy, A., Nixon, E. & Quigley, J. 2020. Parental toy play and toddlers' socio-emotional development: The moderating role of coparenting dynamics. Viitattu 8.6.2022. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S016363832030093X>.
- Niiranen, J., Kiviruusu, O., Vornanen, R., Saarenpää-Heikkilä, O. & Paavonen, J. 2021. High-dose electronic media use in five-year-olds and its association with their psychosocial symptoms: a cohort study. *BMJ-Open*. Viitattu 20.12.2021. <https://bmjopen.bmj.com/content/bmjopen/11/3/e040848.full.pdf>.
- Parikka, S., Haario, P., Ikonen, J., Koskela, T., Härkänen, T. & Lundqvist, A. 2021. COVID-19-epidemian vaikutukset hyvinvointiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen. Asiantuntija-arvio, kevät 2021. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 3.2.2022. https://www.iul-kari.fi/bitstream/handle/10024/142536/THL_Rap3_2021-Covid-seuranta%20kev%20c3%a4t%202021_f_web.pdf?sequence=4&isAllowed=y.
- Perhepalvelukeskus. N.d. Jämsän Terveys Pihlajalinna. Kuvaus Jämsän Terveiden kotisivustolla. Viitattu 17.12.2021. <https://www.jamsanterveys.fi/hyvinvointipalvelut/perhepalvelukeskus>.
- Person-Environment-Occupation (PEO) model. N.d. Ottheory. Viitattu 22.1.2022. <https://otttheory.com/therapy-model/person-environment-occupation-peo-model>.
- Pesonen, A-K. 2010. Varhainen vuorovaikutus on suotuisan psyykkisen kehityksen edellytys. Viitattu 13.1.2022. <https://www.duodecimlehti.fi/duo98656>.
- Potgieterl, K.L. & Adams, F. 2019. The influence of mother-infant skin-to-skin contact on bonding and touch. *South African Journal of Occupational Therapy*. Viitattu 7.6.2022. <http://www.scielo.org.za/pdf/sajot/v49n2/03.pdf>.
- Puura, K., Sannisto, T. & Riihonen, R. 2018. Mitä vauva haluaa? Varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen neuvolassa. Katsausartikkeli. *Lääkärilehti*. Viitattu 22.2.2022. <https://www.laakari-lehti.fi/tieteessa/katsausartikkeli/mita-vauva-haluaa-varhaisen-vuorovaikutuksen-tukeminen-neuvolassa/?public=651c21f2876587a7b15d1deb4b0bdc52#reference-1>.
- Rodger, S. & Kennedy-Behr, A. 2017. *Occupation Centered Practice with Children. A practical guide for Occupational therapists*. Toinen painos. John Wiley & Sons, Incorporated. Viitattu 3.2.2022. <https://janet.finna.fi/>, EBook Central.
- Ruokonen, I. 2011. *Lapsen musiikillinen maailma*. Teoksessa E. Hujala, L. Turja (toim.). *Varhaiskasvatuksen käsikirja*. Jyväskylä: PS-Kustannus. Ellibs Library. <https://www.ellibslibrary.com/reader/9789523700758>.
- Salminen, A. 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyypeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasan yliopiston julkaisu. *Opetusjulkaisu* 62. *Julkisjohtaminen* 4. Viitattu 27.10.2021. https://www.uwasa.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf.
- Silven, M. 2010. *Varhaiset ihmissuhteet- Polku lapsen suotuisaan kehitykseen*. Helsinki: Minerva Kustannus.

Sinkkonen, J. 2004. Kiintymyssuhdeteoria; tutkimuslöydöksistä käytännön sovelluksiin. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. Viitattu 22.1.2022. <https://www.duodecimlehti.fi/duo94437>.

Smeed, J. N.d. Nonsense and Early Childhood. He Kupu - The World. Viitattu 9.3.2022. <https://www.hekupu.nztertiarycollege.ac.nz/sites/default/files/2017-11/Nonsense-and-Early-Childhood.pdf>.

Strong, S., Rigby, P., Stewart, D., Law, M., Letts, L. & Cooper, B. 1999. Application of the Person-Environment-Occupation Model: A practical tool. Canadian Journal of Occupational Therapy. Viitattu 22.1.2022. https://www.researchgate.net/publication/12836855_Application_of_the_Person-Environment-Occupation_Model_A_practical_Tool.

Suomalainen, T. 2016. Vauvaiässä syntyvät luottamus ja turva. Julkaistu TEHY-lehdessä 2011. Viitattu 19.1.2022. <https://www.tehylehti.fi/fi/terveys/vauvaiassa-syntyvat-luottamus-ja-turva>.

Suvisaari, J., Lundqvist, A-M., Appelqvist-Schmidlechner, K., Solin, P. & Härkänen, T. 2021. COVID-19-epidemian vaikutukset hyvinvointiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen. Asiantuntija-arkio, kevät 2021. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 3.2.2022. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/142536/THL_Rap3_2021-Covid-seuranta%20kev%c3%a4t%202021_f_web.pdf?sequence=4&isAllowed=y.

Tamminen, T. 2016. Koko Suomi leikkii -seminaari 13.10.2016, Tuula Tamminen (koko puhe). Mannerheimin lastensuojeluliitto. Video. YouTube-videopalvelu. Julkaistu 27.10.2016. Viitattu 17.2.2022. <https://www.youtube.com/watch?v=J3-tpmzeRgw>.

Terveystieteiden tutkimuskeskus. 2019. Suomen Kuntaliitto. Viitattu 1.4.2022. <https://www.kuntaliitto.fi/julkaisut/2019/1996-terveydenhuollon-laatuopas>.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2012. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Tuovinen, S. 2014. Satuhieronta-Läsnäolevan kosketuksen ja sadun taikaa.

Turun yliopisto. 2016. Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. Toim. Stolt, M., Axelin, A. & Suhonen, R.

Uvnäs. Moberg, K. 2007. Rauhoittava kosketus – Oksitosiinin parantava vaikutus kehossa. Helsinki: Edita Publishing.

Vauvatus. 2021. Vantaan kaupunki - Sosiaali- ja terveystoimi. Viitattu 7.3.2022. http://new-www-vantaa.fi-a.innofactor.com/instancedata/prime_product_julkaisu/vantaa/embeds/vantaaw-wwstructure/109830_90113_vauvatus_esite_net.pdf.

Vauvojen toimintaterapian uranuurtajasta Vuoden 2021 toimintaterapeutti. 2021. Suomen toimintaterapeuttiliitto ry:n jäsenlehti. TOimintaterapeutti.

Väestöliitto. 2018. Mitä on vauvattaminen?. Video. YouTube-videopalvelu. Julkaistu 3.9.2018. Viitattu 7.3.2022. <https://www.youtube.com/watch?v=KvPRZORjdWg&t=278s>.

Vähäsarja, S. 2021. 1-vuotias Kerttu on koko elämänsä nähnyt vieraita vain kaukaa, ja hymytkin jäävät maskien taakse – erikoisella ajalla voi olla hänen kehitykselleen suuri merkitys. YLE-artikkeli. Viitattu 4.2.2022. <https://yle.fi/uutiset/3-11815844>.

Waldman-Levi, A. Grinion, S. & Olson, L. 2019. Effects of Maternal Views and Support on Childhood Development Through Joint Play. Viitattu 7.6.2022. <https://janet.finna.fi/>, ProQuest Central.

Äitiysneuvolaopas. 2013. Suosituksia äitiysneuvolatoimintaan. Toim. Klemetti, R. & Hakulinen-Viitanen, T. Kansallinen Äitiyshuollon Asiantuntijaryhmä. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos THL. Viitattu 23.2.2022. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110521/THL_OPA2013_029_verkko.pdf?sequence=3&isAllowed=y.

1–2-vuotias ja median käyttö. 2021. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Viitattu 28.7.2022. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/1-2-v/1-2-vuotias-ja-median-kaytto/>.

Liitteet

Liite 1. Opas varhaisen vuorovaikutussuhteen tukemisesta lapsen tunnetaitoja vahvistaen



Käsitteet



Varhainen vuorovaikutus:

Lapsen ja huoltajan välillä ensimmäisien vuosien aikana tapahtuvaa viestintää yhteisen arkisen tekemisen, olemisen ja kokemisen kautta. Huoltajan tapoja viestiä vauvalle ovat muun muassa puhe, eleet, ilmeet ja fyysinen läheisyys.

Vastavuoroisen ja ennustettavan varhaisen vuorovaikutuksen kautta lapsi oppii luottamaan ympäristöön ja saa kokemuksen, että hänen tarpeensa ja tunteensa tulevat ymmärretyiksi ja hyväksytyiksi. Lapsi oppii, että tunteista ja kokemuksista viestiminen muille on sallittua sekä oppii tunnistamaan omia tarpeitaan ja tunnetilojaan. Tällä on suuri merkitys lapsen myönteisen itsetunnon rakentumisen sekä tunteiden säätelyn kannalta.

Varhainen vuorovaikutus perusturvallisuuden, luottamuksen, itsetunnon, minäkuvan, empatiakyvyn sekä lapsen myöhempien vuorovaikutussuhteiden perusta. Se on edellytys turvallisen kiintymyssuhteen muodostumiselle ja se luo vahvan perustan lapsen mielenterveyden kehittymiselle.

Kiintymyssuhde: Lapsen ja huoltajan välinen tunnesuhde, joka perustuu heidän väliinsä toistuviin vuorovaikutuskokemuksiin. Turvallinen kiintymyssuhde kehittyy, kun lapsen tarpeisiin ja tunteisiin vastataan luotettavasti ensimmäisen elinvuoden ajan. Kiintymyssuhde on ratkaisevan tärkeä lapsen myöhemmälle psyykkiselle kehitykselle. Kiintymyksen tarve on tärkein ja ensimmäinen tunnetaito, jonka lapsi oppii ja se on vahvasti yhteydessä perusturvallisuuden syntymiseen.

Perusturvallisuus: Huoltaja luo lapselle turvallisen ja ennustettavan ympäristön, jossa lapsi voi luottaa siihen, että hänestä pidetään huolta. Lapsi pystyy kokemaan olonsa fyysisesti ja emotionaalisesti varmaksi sekä pystyy tutustumaan turvallisesti ympäristöönsä. Ratkaisevinta sen muodostumiselle on, että lapsi voi solmia pysyvän ja turvallisen kiintymyssuhteen muutamaa häntä hoitavaan aikuiseen. Kokemus perusturvallisuudesta ja luottamuksesta heijastuu lapsen myöhempään elämään ja ihmissuhteisiin kehittämällä empatiakykyä ja luomalla pohjan hyvälle itsetunnolle ja tunnetaidoille.

Tunnetaidot:

Tunnetaidot tarkoittavat tunteiden säätelyn keinoja eli taitoja havaita, ilmaista ja säädellä omia tunteita sekä ymmärtää muiden tunteita. Hyvillä tunnetaidoilla tarkoitetaan kykyä tunnistaa ja ymmärtää erilaisiin tilanteisiin liittyviä tunteita ja toimimista niin, että tunteet tulevat huomioiduksi. Tunnetaidot ovat ihmisen kykyä hyväksyä ja ymmärtää tunnekokemuksia sekä säädellä tunteiden ilmaisua ja niistä aiheutuvia toimintoja siten, että toiminta on tavoitteiden mukaista sekä sosiaalisesti suotavaa. Tunnetaidot mahdollistavat toimivan vuorovaikutuksen muiden ihmisten ja ympäristön kanssa.

Lapsen tunnetaitoja rakentavat luottamukselliset vuorovaikutukselliset hetket huoltajien kanssa. Lapselle on tärkeää tunteiden näyttämisen lisäksi sanoittaa tunteita niin positiivisia kuin negatiivisiakin. Pienen lapsen tunteiden säätely tapahtuu vuorovaikutuksessa lapsen ja huoltajan välillä. Lapsi tarvitsee huoltajan apua tunnetilojensa säätelyyn, koska lapsen omat keinot ovat vielä riittämättömiä. Pieni lapsi kommunikoi tunteillaan tai viestii tunnetiloja jakamalla huoltajalle tarpeistaan.

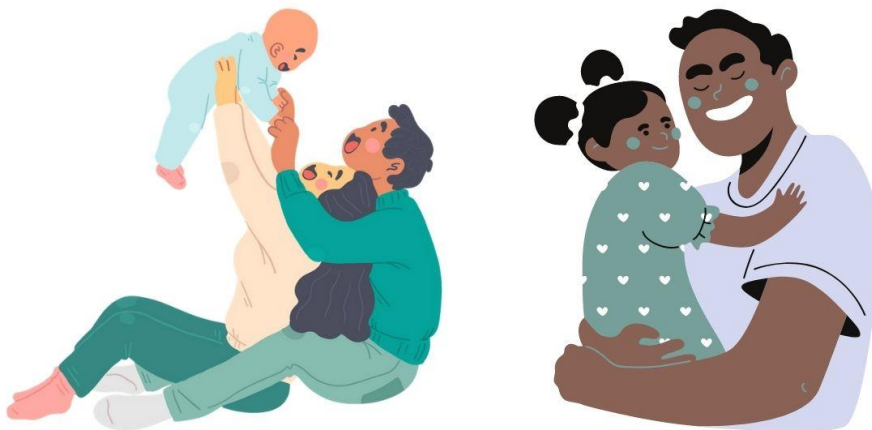
Varhaisen vuorovaikutussuhteen vaikutukset lapsen tunnetaitoihin

Tämän oppaan tarkoituksena on lisätä tietoisuutta varhaisen vuorovaikutuksen merkityksestä lapsen tunnetaidoille sekä antaa toiminnallisia vinkkejä tunnetaitojen kehitystä tukevaan vuorovaikutukselliseen leikkiin.

Lapsen kehityksen suurimmat muutokset tapahtuvat kolmen ensimmäisen ikävuoden aikana. Lapsen ensimmäiset vuodet ovat aivojen kiihkeimmän kypsymisen aikaa, jolloin varhainen vuorovaikutus ohjaa ja säätelee lapsen tunnekokemuksia. Tunnekokemukset ovat syntymästä alkaen oleellisen tärkeitä lapsen kehitykselle.

Lapsen optimaalinen kehitys on riippuvainen ympäristöstä, joka vastaa hänen sosiaalisiin ja emotionaalisiin tarpeisiinsa. Ihmismieli kehkeytyy yhteydessä muiden mieliin, joten ensimmäisien vuosien aikainen varhainen vuorovaikutus on erityisen tärkeää, sillä kehontoiminnot ja erityisesti aivot ovat vielä muotoutumassa.

Vuorovaikutus vauvan kanssa voi alussa tuntua vaikealta, koska vauvan keinot vastavuoroiseen vuorovaikutukseen ovat vähäisiä. Varhainen vuorovaikutus on kuitenkin hyvin merkityksellistä ja vauvan kehityksen kannalta tärkeitä leikkihetkiä tulisi ottaa osaksi päivittäisiä rutiineja kuten vaipanvaihtoa tai kylpyhetkiä. Leikkitilanteissa aikuisen tulee olla läsnä ja kaikki häiriötekijät esimerkiksi puhelin tai televisio minimissä.



Leikki varhaisen vuorovaikutussuhteen vahvistajana

Varhaista vuorovaikutussuhdetta voidaan vahvistaa leikin avulla.

Lapsi kaipaa vuorovaikutuksellista leikkiä aikuisen kanssa, jossa keskiössä on läheisyys sekä vuorovaikutus. Tarkoituksena on nauttia ja iloita yhdessäolosta. Leikeissä tärkeimpänä osana on sanaton vuorovaikutus eli katsekontakti, kosketus, liike, ilmeet sekä eleet.

Leikkiessä vain mielikuvitus on rajana, joten leikkiä voidaan lisätä kaikkiin arkisiin tilanteisiin. Syömistilanteista voidaan saada sujuvampia sekä hauskoja vuorovaikutteisia hetkiä lisäämällä niihin leikkiä. Syöttäessä lusikka voi olla esimerkiksi auto tai vene, joka huristelee lapsen suuhun tai pukemistilanteessa voidaan leikkiä, että kenkä on upea purjelaiva maton kokeisella valtamerellä.

Jo muutaman minuutin vuorovaikutteisilla leikkihetkillä on vaikutusta lapsen kehitykseen. Lyhyetkin jakamattoman huomion hetket arjessa luovat lapselle kokemuksen omasta ainutlaatuisesta merkityksestään. Leikin kautta syntyvän emotionaalisen turvallisuuden tunteen myötä lapsi alkaa hiljalleen leikkimään ja tutkimaan ympäristöä myös yksin.

Läheisen ja turvallisen aikuisen kanssa leikkiminen on lapsen tunnetaitojen ja sosiaalisten taitojen kehityksen kannalta ratkaisevan tärkeää. Lapsi oppii tarkkailemalla ja mallintamalla. Lämpimällä läsnäololla ja yhteystyöhaluisella kasvatuksella luodaan perusta ja malli lapselle tunteidenkäsittelyyn sekä annetaan toimintamalleja erilaisiin sosiaalisiin tilanteisiin.

Leikillä voidaan parantaa huoltajan ja lapsen välistä kommunikaatiota ja sen myötä vahvistaa kiintymyssuhdetta. Huoltaja on lapsen ensimmäinen leikkikaveri ja huoltajan toiminta on yhteydessä lapsen toimintaan ja kehitykseen. Turvallinen, kannustava ympäristö ja lapsen ikätasolle sopiva toiminta ovat lapsen kehityksen kannalta merkittäviä tekijöitä.





Myönteinen kosketus



Kosketuksella on monia myönteisiä vaikutuksia lapsen hyvinvoinnille ja kehitykselle. Kosketus on tärkeä rauhaa luova tekijä ja sen lisäksi kosketuksella voidaan vaikuttaa jopa lapsen kasvuun. Vuorovaikutteisuus kosketuksen ja sylissä pitämisen kautta on olennaista vauvan tunnetaitojen ja sosiaalisten taitojen kehittymisen kannalta. Läheisyyden ja kosketuksen avulla voidaan tukea kokonaisvaltaisesti lapsen hyvinvointia, itsetuntoa, perusturvallisuutta ja kiintymyssuhteita.

Ylivoimaisesti tärkein keino lapsen perusturvallisuuden vahvistumiseen on läheiset ihmissuhteet. Perusturvallisuuden perusta muotoutuu aikuisen läsnäolosta, turvallisesta kosketuksesta sekä hyväksyvistä katseista. Ne luovat vahvan perustan, joiden päälle lapsen muu kasvu sekä kehitys voivat turvallisesti rakentua.

Ihokontaktit ja imetys kiintymyssuhteen muodostumisen tukena



Toistuvat imetystilanteet tukevat vauvan ja äidin välistä kiintymyssuhdetta. Imetyksen aikana sekä äidin että vauvan aivolisäkkeestä erittyy hyvinolontunnetta luovaa hormonia eli oksitosiinia.

Oksitosiinin eritystä voidaan lisätä myös vauvan riittävällä sylissä pitämisellä, silittelyllä ja ihokontaktilla. Ihokontaktilla voidaan edistää kiintymyssuhteen syntymistä sekä vauvan tunnetaitojen sekä sosiaalisten taitojen kehitystä. Oksitosiinin erityks käynnistyy myös kaikissa muissa vauvan kokemissa myönteisissä vuorovaikutustilanteissa



Vuorovaikutuksellisia leikkejä



ABC

Lapsi makaa selällään ja aikuisen sormet "kävelevät" lapsen varpaista kainaloihin kutitellen ja samalla hokien "A, B, C, kissa kävelee, tikapuita pitkin taivaaseen."

Etana

"Etana, etana näytä sarves, onko huomenna pouta."
Käsi on nyrkissä polvella etanana, jolle runoa lausutaan. Etana ennustaa poutaa, kun etu- ja keskisormi nousevat pystyyn. Sateella käsi jää nyrkkiin.



1

Yks, kaks, kolme

2

"Yks' kaks' kolme, istu isän polveen. Äiti sanoi älä istu, isä sanoi istu vaan. Näin sitä istutaan."

3

Kävellään piirissä kädet ristissä ja hoetaan lorua. Lopussa hiivitään ja mennään nopeasti kyykkyy, kun sanotaan lorun viimeinen sana.



Kevyt kosketus

Aikuinen koskettaa lasta kädellä, höyhenellä, pumpulilla tai muulla kevyellä esineellä. Lapsi yrittää arvata katsomatta minne kosketettiin.

Leyhyttely

Lapsi makaa selällään. Aikuinen leyhyttelee huivilla tai peitolla lasta. Jutellaan yhdessä miltä tuntuu.



Kehopiirros

Piirretään paperille käden, jalan tai koko kehon ääriviivat. Lapsi voi itse täydentää tai värittää piirrosta.





Vauvatuksella kokemuksia vauvan aloitteista vuorovaikutuksessa

Vauvatuksella tarkoitetaan vuorovaikutusmenetelmää, jonka avulla voidaan tukea vuorovaikutusta toteuttamalla ohjeiden mukaisia liikesarjoja vauvan kanssa. Toistojen kautta vauva oppii vähitellen tunnistamaan ja ennakoimaan liikkeiden kulkua. Ennakoiminen opittuihin liikesarjoihin on vauvan ajattelua. Vauvatuksen myötä aikuinen oppii ”puhumaan vauvaa” eli aikuisen ja vauvan välille syntyy vuoropuhelu. Vauvatus-hetkien myötä vauva tulee kuulluksi ja ymmärretyksi ja puolestaan huoltaja saa palkitsevan kokemuksen vauvan aloitteesta vuorovaikutuksessa. Vauvatuksen aloittaminen olisi ihanteellisintä kahden kuukauden iässä, jolloin vauva hakee aktiivisesti vuorovaikutusta aikuiseen. Vauvatuksella voidaan myös tukea vauvan motorista kehitystä.



Vauvatuksen resepti



- Laita vauva selinmakuulle, ole itse lähellä.
- Houkuttele vauva katsekontaktiin.
- Keskustele vauvalle lempeällä äänellä ja selosta mitä tapahtuu. Anna tilaa vauvan vastaukselle ja kuuntele sitä.
- Anna merkki aloituksesta tarjoamalla peukalosi vauvan kämmeniin.

1. Halaus: Vie vauvan kädet ristiin rinnalle ja auki sivuille hitaasti.
2. Nyrkkeily: Peukalot kämmenissä nosta vauvan käsiä ylös ja alas vuorotellen.
3. Perhonen: Vie vauvan kädet sivukautta ylös korviin asti alustaa pitkin ja tuo alas vartalon viereen.
4. Poljenta: Tartu lapsen nilkoista kiinni ja vie jalkoja koukkuun vuorotellen.


- Toista jokainen liike hitaasti 5-7 kertaa aina samassa järjestyksessä.
- Vauvata lastasi 2-3 kertaa päivässä noin viiden minuutin ajan.



Satuhieronta lapsen tunne-elämän kehityksen tukena


Satuhieronnalla tarkoitetaan myönteisen kosketuksen yhdistämistä loruihin, satuihin sekä tarinoihin. Satuhieronta voi olla arjen keskellä yhteinen pysähtymishetki tai rauhoittumiskeino ennen nukkumaanmenoa. Satuhieronnalla voidaan tukea tehokkaasti lapsen kokonaisvaltaista hyvinvointia, itsetuntoa, perusturvallisuutta, tunnetaitoja sekä kiintymyssuhteita. Sillä voidaan tehokkaasti vahvistaa perusturvallisuuden muodostumista siinä yhdistyvän läheisen aikuisen läsnäolon sekä turvallisen kosketuksen kautta. Pienelle lapselle rakastava yhteys aikuiseen myönteisten kosketusten, äänten sekä lempeiden katseiden kautta on erittäin tärkeää. Satuhierojana voi toimia lapsen läheiset tai lapsi itse. Lapsi oppii monenlaisia sosiaalisia taitoja ollessaan sekä hieroja että hierottava.





Unipuu

SANNA TUOVINEN



Oli tullut ilta.
Sininen hämärä laskeutui metsän ylle.
Tuhannet kultaiset tähdet syttyivät taivaalle.
Koko metsä rauhoittui.

Orava kiipesi kotipuuhun ja omaan pesäänsä.
Sillä oli pehmainen, lämmin pesä puun latvassa.

Linnut laskeutuivat suuren puun oksille.
Ne nostivat siipensä silmien suojaksi ja nukahtivat.

Tuuli tuuditti puuta kuin kehtoa. Niin oravan kuin lintujenkin oli hyvä ja turvallista nukkua puun tuudituksessa.
Oikein hyvä ja turvallista nukkua.

Pyöreä kuu oli noussut taivaalle.
Se liikkui hiljaa ja pehmeästi halki öisen taivaan.
Se suuntaisi muutamia hopeisia säteitään metsiin, puunoksille ja lehdille.

Kuu tunnusteli, miten rauhallista kaikkialla oli.
Kaikkialla lepäsi levollisuus.

Vain pienet kuukukat olivat hereillä. Siellä täällä metsässä oli pieniä sinisiä kukkia, jotka kuun valo sai soimaan, helisemään unimusiikkia. "Nuku unta rauhaisaa", soi kukkien musiikki, "Aamulla aurinko nousee taas".

Aseta kädet vierekkäin selän päälle.
Vedä rauhallisia vetoja ylhäältä alas.
Painele sormilla kevyesti tähtiä selälle.
Vedä rauhallisia vetoja ylhäältä alas.

Tee sormilla pieniä askelia selkään.
Tee kämmenellä rauhallista, pyörivää liikettä.



Tee kämmenillä kevyitä, rauhallisia painalluksia eri puolille selkää.

Heijaa kevyesti kämmenillä selkää edestakaisin.

Piirrä kuu selkään.
Tee kämmenillä rauhallinen kaari selän puolelta toiselle.
Tee vetoja selän keskeltä sivulle, käsiin ja jalkoihin.

Pidä käsiä vierekkäin paikallaan selän päällä.

Piirrä sormilla pieniä kukkia selkään.
Tee pientä, kevyttä ja rauhallista heijausliikettä kämmenilläsi.
Aseta kädet vierekkäin.



Lorut, laulut ja musiikki osana arkisia vuorovaikutushetkiä

Toistuvien tuttujen äänien kuten huoltajien äänien kuuleminen muun muassa puheen, laulun ja lukemisen kautta on tärkeää vauvalle. Arkisista tilanteista voidaan tehdä mieluisia ja opettavia ottamalla lorut sekä leikit mukaan. Perinteiset lorut tuottavat nautintoa ja kehittävät lapsen leikkimielisyyttä. Loru- ja lauluhetket ovat tärkeitä vuorovaikutushetkiä lapsen kanssa, jonka aikana tulee huomaamatta harjoiteltua myös katsekontaktin, vuorottelun ja jaetun tarkkaavaisuuden taitoja. Lorut ja laulut tarjoavat helpon keinon tutustua esimerkiksi tunteisiin, opetella syy-seuraussuhteita tai hassuttelua huumorin avulla. Musiikin keinoin voidaan rohkaista lasta vuorovaikutukseen, itseilmaisuuksiin ja mielikuvituksen käyttöön.

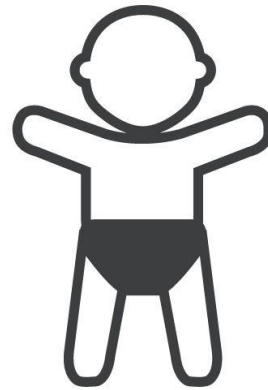
Loru- ja lauluhetkiä voi toteuttaa milloin vain ja missä tahansa. Kuunnelkaa ja laulakaa lastenloruja ja -lauluja. Tanssikaan yhdessä ja nauttikaa yhdessä olosta. Tutustukaa erilaisiin soittimiin tai käyttäkää kattiloita, lusikoita ja muita turvallisia esineitä. Tehkää yhdessä muovipullosta helistin täyttämällä se pastalla tai riisillä. Antakaa mielikuvituksen lentää!

Keholoru

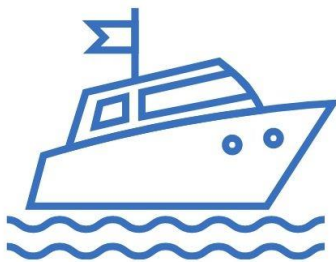
Silmä, silmä, nenä, suu
Poski, poski ja leukaluu

Käsi, käsi, massu ja napa
Jalka, jalka ja varpaat

Silmä, silmä, nenä ja suu
Sinuun äiti/isä rakastuu



Käydään lapsen kehon osia runon tahdissa läpi.
Lopuksi suukotetaan ja halataan lasta.

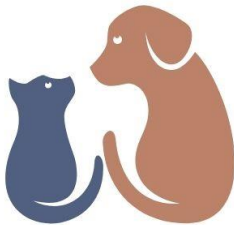


Laivaloru

Laiva, laiva,
Minnekä laiva menee?
Muille maille
Omenoita ostamaan,
Kaalinpäitä kauppaamaan.
KUPSIS, laiva keikkuu.

Keinutellaan lasta sylissä sivuille tai eteen- ja taaksepäin.
Lopuksi lapsi "pudotetaan" polvien väliin.

Köröttelyä



Körö körö kirkkoon,
papin muurin penkkiin,
Ruskealla ruunalla,
Valkealla varsalla,
Kirjavalla kissalla,
Kolipäällä koiralla,
Hupsis, hupsis-HUI!



Vauvaa hyppytetään polvien päällä.
Ensin rauhallisesti ja vähitellen nopeassa tempossa.
Hupsis-kohdassa nostetaan kahdesti ylös.
Ja lopuksi vauva nostetaan korkealle ilmaan.

Harakka huttua keittää



Harakka huttua keittää,
Hännällänsä hämmentää,
Pyrstöllänsä puistelee,
Nokallansa koittelee,
Panee suolaa,
Panee sokeria,
Antaa tälle,
Antaa tälle,
Antaa tälle,
Antaa tälle,
Tälle ei ainakaan!



”Keitetään puuroa” vauvan kämmenkupissa, nokitaan sormenpäällä ja ruokitaan jokainen lapsen sormi vuoronperään, mutta viimeinen pikkurilli jääkin ilman.

Aurinko, aurinko lettuja paistaa



Aurinko, aurinko lettuja paistaa,
hauska on auringon lettuja maistaa.
Kiipeän puuhun,
pistelen suuhun,
lopun voin heittää ukolle kuuhun.
Sittenpä käynkin nukkumaan,
pikkuinen massuni pullollaan.



Taputetaan käsiä yhteen,
maistellaan lettuja,
"Kiivetään" ilmassa käsin ja jaloin,
syödään lettuja,
heitetään letut ilmaan,
Kädet yhdessä poskelle,
taputellaan omaa vatsaa.

Kukkuluuruu

Aikuinen pitää lasta kainaloitten alta kiinni siten, että lapsella on kasvot aikuiseen päin. Lapsi viedään "piiloon" toiselle olkapäälle, tuodaan takaisin ja sanotaan "Kukkuluuruu". Lapsi siirretään toiselle olalle ja jatketaan samoin.

Metrolla mummolaan



Limpsin lampsin jalkapatikalla, patikalla joo,
kөрöttelen, көрöttelen kymppin ratikalla, ratikalla joo.
Soitan kelloa, painan nappia, tällä pysäkillä pois,
liukuportaita metrooton ja metrolla mummolaan.



Kөрötystä polvilla kasvokkain, painetaan nenää, painetaan
nappaa, lasketaan liukua jalkoja pitkin lattialle.

Tarinat ja sadut vuorovaikutusta parhaimmillaan

Kirjojen lukeminen ja tutkiminen yhdessä lapsen kanssa on vuorovaikutusta parhaimmillaan. Lapsen tulee saada vauvasta alkaen keskustelujen, tarinoinnin ja yhdessä lukemisen kokemuksia, sillä ne tukevat vahvasti lapsen tunne-elämän kehittymistä sekä kielellistä kehitystä. Tunteiden käsittelyn lisäksi sadut kehittävät lasten tunteiden hallitsemista kuten valmiutta kohdata vaikeita ja ahdistavia asioita, empatiakykyä sekä ongelmatilanteista selviytymistä sekä rohkeutta. Tarinat herättävät meissä erilaisia tunteita ja antavat lapselle mahdollisuuden samaistua tarinan hahmoihin tai juoneen sekä herättää esimerkiksi rakastumisen tunteita kauniiseen prinsessaan tai pelkoa pahaan hirviöön. Varhaisen vuorovaikutuksen kannalta lapselle lukeminen on merkityksellistä, sillä huoltaja voi lukiessaan synnyttää läheisyyttä ja yhteenkuuluvuutta lapsen kanssa.



Ihania lukuhetkiä!



Digioppimisympäristöt tunnetaitojen oppimisalustana



Digitaaliset oppimisympäristöt ja pelit ovat nykypäivänä olennainen osa lasten elämää, ja niillä on monia positiivisia vaikutuksia lapsen kehitykseen. Niiden avulla lapsi pääsee harjoittelemaan muun muassa tunnetaitoja kohtaamalla erilaisia tunnetiloja kuten kateutta tai muita hankalia tunteita. Pelit tarjoavat turvallisen alustan harjoitella pettymysten sietoa. Pelit mahdollistavat lapselle onnistumisen kokemusten myötä myös paljon positiivisia tunteita. Tunnetaitojen harjoittelemiseksi on tärkeää auttaa lasta nimeämään ja käsittelemään digiympäristöjen herättämiä tunteita ja keskustella niistä lapsen kanssa.

Digiympäristöt ja pelit tukevat sekä laajentavat oppimisen ja leikin kenttää, mutta niiden ei ole tarkoitus korvata kaikkea muuta tekemistä. Maailman terveysjärjestö WHO:n mukaan 2–4-vuotiaiden lasten ruutuajan suositus on enintään yksi tunti päivässä. Tätä pienemmät lapset eivät tarvitse älylaitteita tai televisiota kehityksensä tueksi. Suuremmalla ruutuajalla voi jopa olla vaikutuksia lapsen vuorovaikutustaitojen ja tunnetaitojen kehitykseen. Keskimääräistä pidempi päivittäinen ruutu-aika lisää riskiä lasten keskittymisvaikeuksiin, yliviikkauteen, impulsiivisuuteen sekä tunnesäätelyn ongelmiin.

Digiympäristöjä ja pelejä voidaan tarkastella ja pelailta lapsen kanssa yhdessä ja niiden pohjalta rikastuttaa muita leikkejä siirtämällä hahmoja ja elementtejä myös muihin yhteisiin leikkeihin. Näissäkin leikeissä aikuisen tuki, läsnäolo ja yhdessä leikkiminen on tärkeää.

Lähteet:

Opas pohjautuu toimintaterapia opiskelijoiden, Sonja Grönroosin ja Jasmin Kantokorven opinnäytetyöhön, jonka lähdeluettelosta löytyy kaikki oppaassa käytetyt lähteet.

Opinnäytetyöhön pääsee tutustumaan osoitteessa: <https://www.theseus.fi/>