



VAASAN AMMATTIKORKEAKOULU
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Johanna Hankilanoja-Pulkkis & Iris Saine

ADHD-LAPSEN TUKEMINEN PÄIVÄ- KODISSA

Sosiaali- ja terveysala
2017

TIIVISTELMÄ

Tekijät	Johanna Hankilanoja-Pulkkis & Iris Saine
Opinnäytetyön nimi	ADHD-lapsen tukeminen päiväkodissa
Vuosi	2017
Kieli	suomi
Sivumäärä	70+ 2 liitettä
Ohjaaja	Ulla Isosaari

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia lastentarhanopettajien erilaisia keinoja tukea ADHD-lastia päiväkodissa. Aihe syntyi tarpeesta selvittää näitä tukimenetelmiä, sillä nykypäivänä lasten ylivilkkaus ja erilaiset tarkkaavaisuuden ongelmat, kuten myös ADHD-häiriö, ovat yleistyneet.

Opinnäytetyön teoriaosuus käsittelee ADHD-oireyhtymää, leikkiä, varhaiskasvatusta, tunteiden ja toimintojen sanoittamista ja positiivista palautetta ja kannustusta. Teoriaosuudessa tutkitaan myös aihepiirin aiempia tutkimuksia.

Tutkimuksessa käytettiin laadullista menetelmää ja tutkimusaineisto kerättiin yksilöhaastatteluiden avulla. Haastatteluiden runkona käytettiin teemahaastattelukysymyksiä, jotka haastatteluun osallistuneet lastentarhanopettajat saivat etukäteen mietittäväksi. Tutkimustulosten esittämisvaiheessa on käytetty suoria lainauksia haastatteluista havainnollistamaan haastateltavien omia mielipiteitä.

Tutkimustuloksista ilmeni, että lastentarhanopettajilla on monenlaisia menetelmiä tukea ADHD-lastia päiväkodissa, vaikka suurin osa heistä ei ole saanut erityistä lisäkoulutusta aiheeseen liittyen. Lisäkoulutuksen puutetta harmillisempaa oli se, ettei heillä ole tarpeeksi aikaa paneutua ADHD-lapsen syvälliseen tukemiseen heikentäessä arjessa.

Avainsanat	ADHD, lastentarhanopettaja, leikki, varhaiskasvatus, tunteiden sanoittaminen, positiivisuus
------------	---

ABSTRACT

Author	Johanna Hankilanoja-Pulkkis and Iris Saine
Title	Supporting a Child with ADHD in a Kindergarten
Year	2017
Language	Finnish
Pages	70 + 2 Appendices
Name of Supervisor	Ulla Isosaari

The purpose of this bachelor's thesis was to look at different methods for kindergarten teachers to support a child with ADHD. The subject was chosen because there was a need to examine these methods, as hyperactivity and different kinds of attention disorders, like ADHD, have become more common with children.

The theoretical part deals with ADHD, children's play, early childhood education, identifying both feelings and actions, positive feedback and encouraging. Also previous scientific research in the area is looked at.

The study was qualitative and the material was collected with individual interviews. The interviews are based on theme interview questions, which were given to the participating kindergarten teachers in advance. Direct quotes from the interviews have been used in the study results to present the own opinions of the respondents.

The study results show that the kindergarten teachers have many methods to support a child with ADHD in a kindergarten, even though a majority of them had no additional training in the subject. It was also brought up that in addition to lacking training the kindergarten teachers did not have enough time to properly support a child with ADHD during the busy routines.

Keywords ADHD, kindergarten teacher, play, early childhood education, identifying feelings, positivity

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO	8
2	ADHD JA VARHAISKASVATUS	9
	2.1 ADHD:n oireryhmä.....	9
	2.2 ADHD:n tausta.....	9
	2.3 Oireet.....	13
	2.4 Diagnosointi	15
	2.5 Tarkkaavuuden puutteen, yliviikkauden, häiriintymisalttiuden ja impulsiivisuuden määritteitä.....	19
	2.6 ADHD-lapsi varhaiskasvatuksessa	20
	2.6.1 Leikki	22
	2.6.2 Tunteiden ja toimintojen sanoittaminen.....	25
	2.6.3 Positiivinen palaute ja kannustus	27
3	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	29
	3.1 Tutkimusote	29
	3.2 Tutkimuksen kohde.....	31
	3.3 Aineiston kerääminen ja menetelmät	32
	3.4 Tutkimuksen analyysi	33
	3.5 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys	35
4	TUTKIMUKSEN TULOKSET	40
	4.1 Haastateltavien taustaa	40
	4.2 Tasapuolisen ja hyvä alun antaminen ADHD-lapsen elämälle päivähoidossa.....	41
	4.3 ADHD-lapsen tukeminen leikissä ja vuorovaikutuksessa päiväkodin arjessa. 50	
	4.4 Muut päiväkodin käytännöt, joilla ADHD-lastä voidaan tukea päiväkodin 56	
5	JOHTOPÄÄTÖKSET	62

6 POHDINTA.....	67
LÄHTEET.....	69

LIITTEET

KUVIO- JA TAULUKKOLUETTELO

Kuvio 1. Tasapuolisen ja hyvän alun antaminen ADHD-lapsen elämälle päivähoitossa.	41
Kuvio 2. ADHD-lapsen tukeminen leikissä ja vuorovaikutuksessa päiväkodin arjessa.	50
Kuvio 3. Muut päiväkodin käytännöt, joilla voidaan tukea ADHD-lastaa päiväkodin arjessa.	56
Taulukko 1. Taustatietoa haastateltavien lapsiryhmistä	40

LIITELUETTELO

LIITE 1. Teemahaastattelu kysymykset

LIITE 2. Sisällönanalyysikaavio esimerkki

1 JOHDANTO

Tutkimuksena tavoitteena on selvittää, millä tavoin lastentarhanopettaja voi tukea ADHD-lastia päiväkodissa. Suoritamme tutkimuksen laadullisesti, eli käyttäen kvalitatiivista tutkimusmuotoa. Keräämme tutkimusaineiston haastattelemalla lastentarhanopettajia, käyttämällä apuna teemahaastattelukysymyksiä. Tutkimusaineisto puretaan litteroiden eettisyyttä noudattaen. Analyysit ja raportoinnit ilmenevät opinnäytetyössä selkeästi ja vaiheittain. Teoriaosuudessa käsitellään tarkemmin ADHD:ta, varhaiskasvatusta, leikkiä, tunteiden ja toimintojen sanoittamista sekä positiivista palautetta ja kannustamista.

Opinnäytetyömme aiheeksi valikoitui ADHD-lapsen tukeminen päiväkodissa, koska aihe on tärkeä ja aina ajankohtainen. ADHD-lastia olisi tärkeää tukea jo varhaiskasvatuksessa, jotta ongelmat eivät kasvaisi lapsen kannalta liian suuriksi. ADHD-lapsen leikin ja sosiaalisten suhteiden tukeminen on tärkeää, sillä opitut taidot kulkevat lapsen mukana läpi elämän. Mikäli kyseisiä taitoja ei harjoitella ja tueta jo varhaislapsuudessa, niiden opettelu on entistä vaikeampaa myöhemmin. Siksi on myös tärkeää tutkia, kuinka päiväkodissa osataan ohjata ja auttaa ADHD-lastia sosiaalisten taitojen opettelussa.

Nuoren riski syrjäytyä myöhemmin on myös suurempi, jos hänellä on ADHD, eikä hän ole saanut kunnollista tukea ja taitoja selviytyä häiriön kanssa. Syrjäytyminen puolestaan vaikuttaa luonnollisesti yleiseen hyvinvoinnin heikkenemiseen. Joten, kun lapsen tukeminen aloitetaan jo varhaislapsuudessa, on lapsella suurempi todennäköisyys kasvaa itsenäiseksi ja pärjääväksi aikuiseksi, jolle on annettu eväitä elää ADHD:n kanssa. Myös päiväkotiryhmien kasvaessa olisi todella tärkeää, että henkilökunnalla olisi oikeanlaiset työkalut hoitaa ja kohdata ADHD-lapsia, jotta arki ei olisi liian kuormittavaa niin aikuisille kuin lapsillekaan.

2 ADHD JA VARHAISKASVATUS

Tässä osiossa käsitellään aiheita, jotka tulevat ilmi tutkimuksessamme. Yksi tärkeimmistä aiheista oli ADHD:n oireryhmä; sen tyypillisimmät oireet, mistä se johtuu ja kuinka se voidaan diagnosoida. Muita teoriaosuuden käsitteitä ovat leikki ja kaverisuhteet, varhaiskasvatus, tunteiden ja toimintojen sanoittaminen, positiivinen palaute ja kannustus.

2.1 ADHD:n oireryhmä

ADHD (engl. attention deficit hyperactivity disorder) tarkoittaa aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriötä. Sen keskeiset oireet ovat yliaktiivisuus, impulsiivisuus ja keskittymisvaikeudet. Oireita esiintyy kaikilla ihmisillä jossain määrin, mutta tämän diagnoosin saavat ne henkilöt joilla näitä oireita esiintyy muihin saman ikäisiin verrattuna eniten. Oireiden esiintuloon ja voimakkuuteen vaikuttavat monet ajankohtaiset tekijät henkilössä itsessään tai ympäristössä. Varsinainen ADHD-oireryhmä on kuitenkin alkanut jo lapsuudessa ja oireet ovat pysyviä. ADHD:n esiintyvyyttä on laajassa kansainvälisessä tutkimuksessa arvioitu olevan lapsilla ja nuorilla 5,29 prosenttia. (Moilanen 2012, 35.)

ADHD-lapsen on usein vaikea seurata tai keskittyä yhteen asiaan kerrallaan muutamia minuuttia kauempaa, jolloin voidaan sanoa, että hänen on vaikea ylläpitää tarkkaavaisuutta. Erialaisten tehtävien aloittaminen ja loppuun vieminen voi viedä lapselta enemmän aikaa kuin muilta. Kuitenkin sellaisten asioiden äärellä ADHD-lapsen on helppo keskittyä, jotka kiinnostavat häntä. ADHD-lapsella on siis muita vaikeampi keskittyä yhteen asiaan kerrallaan. Ideat, ajatukset, mielikuvat ja ympäristön aiheuttamat häiriötekijät keskeyttävät helposti ajatuksen kulun. (Quinn & Stern 2009, 15–19.)

2.2 ADHD:n tausta

Tarkkaavaisuushäiriöitä on yritetty selvittää sekä geneettisiä, biologisia että kognitiivisia tekijöitä tutkien. Geneettisistä tutkimuksista selviää, että tarkkaavaisuus-

häiriö on vahvasti perinnöllinen, yksilön geneettinen tausta vaikuttaa tarkkaavaisuushäiriön oireiden kehittymiseen. Tutkimuksissa on havaittu, että on olemassa useita genejä, jotka liittyvät tarkkaavaisuushäiriöön. On hyvin todennäköistä, että tarkkaavaisuushäiriöön kuuluu useita vaihtelevia kognitiivisten taitojen heikkouksia. (Peitso & Närhi 2015, 11.)

Keskushermostossa viestien kulkeminen vaikuttaa suurella määrällä, miten tarkkaavaisuuden toimivat ja kehittyvät. Niin sanotut neurotransmitterit eli välittäjäaineet auttavat viestin siirtymistä hermosolusta toiseen. ADHD:n kannalta tärkeimpinä välittäjäaineina pidetään noradrenaliinia ja dopamiinia. Näiden määrän ja tasapainon poikkeavuus voi liittyä ADHD:n lisäksi muihinkin psyykkisiin neurologisiin häiriöihin. Perinnölliset tekijät selittävät lapsuus- ja nuoruusiässä 60-90 prosenttia alttiudesta. Etenkin dopamiinin aineenvaihduntaa säätelevät geenit näyttävät merkityksellisimmiltä ADHD:n periytyvyydessä, vaikkakin muidenkin geenien on arvioitu olevan vaikuttavia. Aikuisiässä perinnöllisten tekijöiden selitysosuus on ilmeisesti pienempi. Elinympäristöllä ja elämässä tehdyillä ratkaisulla vaikuttaa olevan suuri vaikutus siihen, millaisiksi oireet muodostuvat. (Moilanen 2012, 37–38.)

Jo ennen lapsen syntymää tietyt vanhempien tai perheen ominaisuudet voivat lisätä lapsen todennäköisyyttä saada ADHD. Nämä riskitekijät eivät välttämättä aiheuta ADHD:ta, mutta niiden olemassaolo viittaa siihen, että kyseisten perheiden lapsilla on suurempi todennäköisyys ADHD:hen kuin niillä lapsilla, jotka syntyvät perheisiin, jossa riskitekijöitä ei esiinny. Mikäli vanhemmillä on ADHD, sen riski kohoaa merkittävästi muilla perheenjäsenillä. ADHD-vanhemmalla on 8-10-kertainen riski saada ADHD-lapsi kuin vanhemmalla, jolla ei ole ADHD:ta. Tämä siis osoittaa, että perinnöllisyys vaikuttaa häiriöön. (Barkley 2000, 114–115.)

Äidin raskauden aikana käyttämät alkoholi ja huumeet sekä tupakointi lisäävät ADHD:n riskiä erityisesti lapsilla, joilla on geneettinen alttius tälle häiriölle. Myös äidin kokema stressi raskausaikana voi lisätä syntyvän lapsen stressiherkkyyttä sekä ADHD:n, oppimisvaikeuksien ja ahdistuneisuuden riskiä. Muun muassa ennenaikainen syntymä, hyvin pieni syntymäpaino, synnytykseen liittyvät traumat ja vastasyntyneen hapenpuute sekä veren pieni glukoosipitoisuus lisäävät aktiivisuuden

sekä neuropsykiatristen kehityshäiriöiden kuten oppimisvaikeuksien ja tarkkaavaisuuden häiriöiden riskejä. Myöhemmät lapsuuden aikaiset ympäristötekijät eivät suoranaisesti aiheuta ADHD:ta, vaan voivat lisätä yliaktiivisuutta ja käytöshäiriön riskiä sekä voivat heikentää toimintakykyä niillä, joilla on muutenkin geneettistä alttiutta ADHD:lle. Esimerkiksi lapsen kokema väkivalta voi ylläpitää ylivilpautta ja ahdistusta. Lapsuudessa nämä oireet voivat muistuttaa ADHD:n oireita. ADHD:n kehittymiseltä suojelevana tekijänä voidaan jossain määrin pitää turvallisia ihmissuhteita, joissa pieni lapsi oppii vireyden ja motoriikan säätelytaitoja. (Moilanen 2012, 37–38.)

Tutkijat ovat tunnistaneet joitakin piirteitä varhaislapsuudessa, jotka voivat ennustaa suurempaa riskiä myöhemmin ilmenevälle ADHD:lle. Näitä ovat muun muassa viivästymät motorisessa kehityksessä, tavallista pienempi pää syntyessä, lapsenpihka lapsivedessä, merkit hermovauriosta sekä hengitysongelmat syntymän jälkeen. Pienillä lapsilla, joilla havaitaan liiallista aktiivisuutta jopa vauvoina, voi olla kohonnut ADHD:n riski. Myös lapsilla, jotka kiinnittävät leluihin tai esineisiin huomiota vain lyhyitä aikoja, jotka eivät tavoittele pidempään näkökentässä olevia tavaroita tai jotka reagoivat stimulaatioihin intensiivisemmin voi olla suurempi ADHD riski. 2–5-vuotiailla lapsilla varhaisten ja pysyvien vilkkausoireiden ja muiden lasten kanssa toimeen tulemisen ongelmien kehittyminen merkitsee ADHD riskiä. Niillä lapsilla, joilla esiintyy liiallista keskittymiskyvyttömyyttä ja emotionaalisia vaikeuksia kuten esimerkiksi kiukkukohtauksia, alttiutta hermostua helposti ja säännöllisiä vihan purkauksia, voi muita todennäköisemmin kehittyä ADHD. Tällöin kuitenkin pitää huomioida jokaisen lapsen persoonallisuus ja temperamentti, jota ei pidä sekoittaa ADHD:hen. (Barkley 2000, 116–117.)

Seuraavat tekijät, jotka luetellaan tärkeysjärjestyksessä, vaikuttavat mahdollisilta ennusmerkeiltä ADHD:n varhaisesta ilmenemisestä ja jatkumisesta lapsilla, joilla on: korkea aktiivisuustaso ja jotka ovat vaativia heti varhaislapsuudesta lähtien, vanhempien negatiivinen tai kriittinen käyttäytyminen lapseen varhaisvuosina, yhdistettynä edellä mainittuun lapsen vaativuuteen. Myös perheen ADHD historia,

äidin raskauden aikainen päihteiden käyttö sekä heikko terveys voivat vaikuttaa ADHD:n ilmenemiseen. Tavanomaista suurempi komplikaatiomäärä raskauden aikana, erityisesti ennen aikainen synnytys ja alhainen syntymäpaino, jotka yhdistetään aivoverenvuotoihin, yksinhuoltajuus ja vanhempien tavanomaista heikompi koulutustaso sekä lapsen huono terveys vauvaikäisenä ja viivästyvät motorisessa ja kielellisessä kehityksessä vaikuttavat myös riskiin altistua ADHD:hen. (Barkley 2000, 119.)

Mahdollisen ADHD-lapsen havainnointi päiväkodissa

Usein vaikeudet ovat näkyvissä jo ennen kouluikää. Lapsella saattaa olla samanlaisesti myös muita ongelmia, kuten liikunnallista kömpelyyttä, kielellisiä- tai hahmotushäiriöitä, vaikeuksia tunne-elämän kehityksessä, sosiaalisissa suhteissa ja oppimisessa. Edellä mainitut ongelmat tuovat erityisesti päivittäisiin toimintoihin haasteita. (Lillqvist & Pilhjersta 2004, 4.) ADHD:n diagnosointi alle viisivuotiaille lapsilla on usein vaikeaa, sillä pienet lapset ovat normaalistikin lyhytjänteisiä ja vilkkaat ja impulsiivisuus ovat osa heidän käyttäytymistään. Jos lapsella ilmenee ADHD:n oireita ennen viittä ikävuotta, olisi hyvä kirjata ylös hänen käytöstään, jolloin voidaan helpommin havaita muutokset ja parannukset. Tiedoista on myös myöhemmin hyötyä mahdollisen diagnoosin teossa. (ADHD-tietoa.fi 2016.)

ADHD-lapsen on usein vaikea seurata tai keskittyä yhteen kerrallaan muutamaa minuuttia kauempaa, jolloin voidaan sanoa, että hänen on vaikea ylläpitää tarkkaavaisuutta. Erilaisten tehtävien aloittaminen ja loppuun vieminen voi viedä lapselta enemmän aikaa kuin muilta. Kuitenkin sellaisten asioiden äärellä ADHD-lapsen on helppo keskittyä, jotka kiinnostavat häntä. ADHD-lapsella on siis muita vaikeampi keskittyä yhteen asiaan kerrallaan. Ideat, ajatukset, mielikuvat ja ympäristön aiheuttamat häiriötekijät keskeyttävät helposti ajatuksen kulun. Ylivilkkaan lapsen on vaikea pysyä paikallaan ja hänen on oltava kaiken aikaa liikkeessä. Varsinkin paikallaan istuminen on vaikeaa ja lapsi tulee helposti levottomaksi. (Quinn & Stern 2009, 15–19.) ADHD-oireita omaavat lapset voivat olla taipuvaisia epäjärjestykseen ja tavaroiden hukkaamiseen. Myös annetuista tehtävistä huolehtiminen voi olla vaikeaa. Lapsi voi unohtaa, hävittää tavaroita, tai asioita kun toiset. Lapsen on vaikea

hahmottaa ajankulua ja ajankäytön säätelyssä voi olla ongelmia. (Quinn & Stern 2009, 15–19.)

2.3 Oireet

ADHD eli tarkkaavaisuuden ja keskittymisen vaikeus on yksi yleisimmistä lastenpsykiatrisista häiriöistä. Sen selkeimmät oireet ovat tarkkaamattomuus, ylivilkkaus ja impulsiivisuus. ADHD:n ilmaantuvuus on viisi prosenttia 6–18-vuotiailla. ADHD:n oireet alkavat ennen kouluikää ja viimeistään esikouluikässä on havaittavissa toimintakykyyn liittyviä vaikutuksia vaatimustason kasvaessa. ADHD on monitekijäinen häiriö ja sen kehittymiseen vaikuttaa niin perimä kuin ympäristötekijät. Perinnölliset tekijät ovat syynä 60-90 % saada ADHD lapsilla ja nuorilla. (Sinkkonen & Korhonen 2016, 219–220.)

Pienillä, eli alle kouluikäisillä lapsilla ADHD:n oireet ilmaantuvat selkeimmin yliaktiivisuutena ja impulsiivisuutena. Nämä näkyvät muun muassa silloin, kun lapsi on oppinut kävelemään. Kävely vaihtuu nopeasti juoksuksi ja lapsella voi olla useita pyyntöjä ja toivomuksia aikuiselle ennen kuin hän on ensimmäistään pyyntöä toteuttanut. Lapsen on vaikea keskittyä pidempiin leikkihetkiin kavereiden kanssa ja muiden leikkien häiritseminen ja keskustelujen keskeyttäminen on tyypillistä. Hänelle on myös tavanomaista joutua helpommin onnettomuuksiin ja ongelmiin. On myös niitä ADHD-lapsia, jotka jäävät helposti omiin maailmoihiinsa ja tämä vaikeuttaa heidän keskittymistään sen hetken tapahtumiin. (Moilanen 2012, 73–74, 135.)

Nykypäivänä lasten aistit kuormittuvat liikaa. Lapsen keskushermosto ei ole kuten aikuisella, sillä se on monin tavoin kypsyntön ja keskeneräinen. Lapsen keskushermosto ei kykene jäsentelemään lapsen ympärillä olevia visuaalisten ja auditivisten ärsykkeiden määrää, jotka tulevat muun muassa televisioista, pelikonsoleista tai esimerkiksi päiväkodin ryhmän aiheuttamasta metelistä. Lapsissa ylikuormittuminen ilmenee levottomuutena ja impulsiivisuutena. Ylivilkkaan lapsen kannalta on esisijaisen tärkeää vähentää ärsyketulvaa, eli annetaan lapselle mahdollisuuksia rauhoittua ja olla omissa oloissaan. Lapsen kehitykselle on tärkeää saada tarpeeksi unta ja harrastaa korkeamotorisesti rasittavaa liikuntaa päivittäin. Lapsen on hyvä

syödä kohtuudella sokeripitoisia juomia ja ruokia. Vasta noin kouluikäiselle lapselle kannattaa miettiä lääkettä, kun muita keinoja on kokeiltu riittävän kauan. (Sinkkonen & Korhonen 2016, 156–158.)

On myös tärkeää muistaa, että alle kouluikäisellä lapsella on hyvin tyypillistä levottomuus ja vilkkaus. Kyse voi olla ainoastaan lasten välisistä temperamentti eroista ja lapsen kehityksessä olevista tarkkaavaisuuden ja keskittymisen taidoista. On tavallista, että levottomuutta ilmaantuu nälän, väsymyksen tai jännityksen yhteydessä. Fyysisen aktiivisuuden vähäisyys vaikuttaa osaltaan ylivilkkauteen, impulsiivisuuteen ja levottomuuteen. Kasvuympäristöllä on erityinen vaikutus lapsen levottomuuteen sekä ylivilkkauteen ja näitä vaikuttavia tekijöitä ovat muun muassa sekasortoisuus, ennakoimattomuus, riidat, huolet vanhemmasta tai kaltoinkohtelu. (Sinkkonen & Korhonen 2016, 219.) Monilla ADHD-lapsilla ilmenee samanaikaisia häiriöitä, joista yleisimpiä ovat hieno- ja karkeamotoriikan sekä aistitiedon käsittelyn ongelmat, puheen- ja kielenkehityksen häiriöt, erilaiset oppimisvaikeudet ja tunnesäätelyn vaikeudet. Lapselle on myös tavanomaista sosiaalisen vuorovaikutuksen ja käytöksen ongelmat, unihäiriöt sekä ahdistuneisuus ja masennus. (Sinkkonen & Korhonen 2016, 221.)

On päiviä, jolloin kaikki sujuu hyvin, ja päiviä, kun kaikki tuntuu raskaalta. Tämä on tyypillistä ADHD-lapsen elämässä. Niin kauan kuin lapsella on mielekästä ja mielenkiintoista tekemistä, hän viihtyy itsekseen, mutta heti kun lapsi tylsistyy tai hän kokee häneen kohdistuvan liikaa paineita, hänen mielenkiintonsa loppuu hyvin nopeasti. Ei myöskään ole selviö, että se mikä sujui hyvin eilen, sujuisi myös tänään hyvin. Lapset myös tiedostavat hyvin pitkälle, kuinka heidän tulisi käyttäytyä, mutta he eivät läheskään aina kykene toimimaan niin. (Westholm 2014, 11.)

Pienten lasten vanhemmat, jotka itse ovat saaneet myöhemmällä iällä ADHD-diagnoosin, havaitsevat omista pienistä lapsistaan jo varhain ADHD-oireita, kun he vertaavat lapsiaan toisiin lapsiin. Vauva voi olla levoton, vaikeasti lohdutettava ja häntä on vaikea rauhoittaa nukkumaan. Lapsi tarvitsee lähes koko ajan vanhempien

huomiota ja läheisyyttä, ja häntä pitää myös kantaa, jotta hän rauhoittuisi nukkumaan. Lapsen unet ovat harvoin pitkiä ja lasta on vaikea totuttaa rutiineihin ja toimivaan vuorokausirytmiiin. (Westholm 2012, 17.)

Noin esikouluikäisenä lapsessa on huomattavissa selviä merkkejä ADHD:sta. Hän ei ehkä selviydy arjen askareista yhtä hyvin kuin muut lapset ja hän tarvitsee enemmän apua aikuisilta suoriutuakseen tehtävistä. Tässä iässä myös yliaktiivisuus on yhä helpommin nähtävissä lapsen käyttäytymisessä. Hän liikkuu paljon ja hänellä on vaikeuksia istua niin ruokailuissa kuin yhteisissä piireissä. Lapselle on tavanomaista aloittaa leikit, mutta hän kuitenkin lopettaa ne pian ja vaihtaa toiseen mielenkiintoisempaan tekemiseen. Tämän ikäisellä on paljon levottomuutta ja hän mieluummin juoksee ja on liikkeellä, kuin istuisi paikoillaan piirtämässä tai askartelemassa. Tämä voi johtaa vähäiseen hienomotoriikan harjoitteluun verrattuna muihin ikätovereihin. ADHD-lapsilta puuttuu kärsivällisyyttä ja se näkyy muun muassa rusetin tekemisen oppimisessa, nappien napittamisessa, saksilla leikkaamisessa tai kirjainten muodostamisessa. Impulsiivisuuden myötä ADHD-lapsi rikkoo muiden lasten leikkejä ja hänellä on suuria vaikeuksia odottaa omaa vuoroaan. (Westholm 2012, 17.)

On tyypillistä, että temperamentti näyttäytyy erilaisina kiukkukohtauksina ja suutumuksena, kun lapsi ei ole saanut tahtoaan läpi. Lapsen ottamista esimerkiksi mukaan ostoksille, vaatii vanhemmilta paljon ja yleensä he välttelevät tätä, sillä todennäköisesti lapsi haluaa juosta hyllyjen välissä ja esimerkiksi kerätä tavaroita silloin kun pitäisi olla nätisti ja asiallisesti. Lapsi voi kokeilla kaikenlaista, kuten esimerkiksi kiipeillä puussa, avata ikkunoita tai opetella hammastikkujen käyttöä. Tämä kaikki vaatii vanhemmilta paljon vahtimista, ettei lapsi satuta itseään. (Westholm 2012, 17.)

2.4 Diagnosointi

Yleisimmin ADHD diagnosoidaan lapsi- ja nuorisopsykiatrisessa vastaanotossa tai lastenlääkärillä. Siellä on olemassa joukko alanammattilaisia kuten lastenlääkäri, lastenpsykiatrilääkäri ja psykologi, jotka ovat erikoistuneet lasten ADHD:n oireryhmään. Viimeisten tutkimusten mukaan ADHD:ta ilmenee yhtä paljon tytöillä

kuin pojillakin, vaikka yleisesti sitä luullaan olevan yleisemmin pojilla. ADHD:n diagnoosikriteerit perustuvat tutkimukseen, jossa poikien käyttäytymisessä kiinnitetään huomiota keskittymis- ja yliaktiivisuusongelmiin. Sekä tytöillä että pojilla on yhtä paljon ongelmia koulussa, mutta ulkopuolisten on vaikeampaa huomata ja ymmärtää tyttöjen ADHD-oireita. Tytöillä oireet eivät näyttäydy yhtä suuresti, eivätkä he häiritse niin paljon muita kuin pojilla on tapana. Tytöt ponnistelevat väliillä paljon piilottaakseen oireet ja kysyvät apua mieluummin ystäviltä ja vanhemmilta. Heidän pyytäessä apua ADHD-oireisiin sairaanhoidosta, heitä yleensä vähätellään ja heidät ymmärretään väärin. Tyttöjen oireet voidaan tulkita ihmissuhdeongelmiksi, emotionaaliseksi epätasapainoksi tai kotoa tuleviksi ongelmiksi. Tämä johtaa tyttöjen myöhäisempään diagnoosiin, tuen ja hoidon saantiin. (Westholm 2012, 15–17.)

Suomessa käytössä olevan International Classification of Diseases -10 tautiluokituksen mukaan häiriön diagnoosikriteerit ovat seuraavanlaiset: Lapsilla tulee olla vähintään kuusi yhdeksästä tarkkaamattomuusoireesta sekä vähintään kolme viidestä yliaktiivisuus- ja kolme neljästä impulsiivisuusoireesta ja nämä ovat kestäneet ainakin kuusi kuukautta. Oireet ovat haitaksi ja lapsen kehitystasoon nähden poikkeavia. Häiriön on täytynyt alkaa viimeistään seitsemän vuoden iässä ja oireet aiheuttavat kliinisesti merkittävää ahdistusta tai sosiaalisten, opintoihin liittyvien tai ammatillisten toimintojen heikkenemistä. Esimerkiksi tarkkaamattomuutta ja hyperaktiivisuutta tulee esiintyä niin kotona, kun koulussa tai sekä koulussa tai vastaanotolla. Tietoa tarvitaan useammasta kuin yhdestä lähteestä. (Moilanen 2012, 38–39.)

Monille vanhemmille ADHD-diagnoosin selvittämiseen lähteminen on jo iso askel. He voivat olla epäileviä ja pelkäävät antavansa lapselle ”leiman”, hänen saatuaan diagnoosin. Useat miettivät myös, mitä uutta diagnoosin saaminen itse lapselle tuo. On tavallista, että vanhemmilla on eriävät mielipiteet asiasta ja he ajattelevat eri tavalla syitä lapsen vaikeuksiin. Ennen diagnosointia, lasten epäilyä ADHD:ta tulee tarkastella kuitenkin hieman kriittisesti, sillä levottomuus voi johtua monista erisyistä, kuten esimerkiksi siitä, että he ovat vasta lapsia ja siksi vielä kypsymättömiä. Esimerkiksi eteläeurooppalaiset lastenpsykiatrit diagnosoivat ADHD:n myöhään,

koska heidän mielestään levottomuus on lapsille ominaista. (Sinkkonen & Korhonen 2016, 156–158.)

ADHD-lapsen hoito ja tukeminen

Kun lapsella on todettu ADHD, lääkitys voi usein olla tärkeä osa hoitosuunnitelmaa. Monille lapsille lääkitys on toimiva keino hoitaa mm. tarkkaamattomuutta, yliaktiivisuutta ja impulsiivisuutta. Kuitenkaan pelkkä lääkitys ei ole vastaus hyvään hoitoon, vaan lapsi tarvitsee myös usein kasvattajien apua oppimisessa ja sosiaalisten taitojen harjoittamisessa. Paras hoitomuoto on siis yleensä lääkityksen ja erilaisten tukimuotojen yhdistelmä. (Aboutkidshealth 2017.)

Diagnoosina ADHD ei ole kaikista yksinkertaisin ja selkein asia, sillä se pohjautuu käyttäytymiseen tehtyihin tutkimuksiin ja tutkimukset voivat vaihdella ammattilaisten ja tutkimusajankohdan mukaan. Useista tulkinnoista lapsen ADHD:n liittyen, pitäisi nämä kääntää vahvuudeksi ja osata hyödyntää lapsen kuntoutuksessa heti alusta alkaen. Monitoimijajärjestelmässä lapsen tutkimukset, hoito ja kuntoutus ovat vanhempien vastuussa. Vanhemmilla on tässä erityisen tärkeä merkitys, sillä he voivat vaikuttaa positiivisella tavalla lapsen omaan suhtautumiseen ADHD:hen. (Moilanen 2012, 73–74.)

Lapsen edun vuoksi on tärkeää, että kaikki lapsen kanssa päivittäin yhteydessä olevat aikuiset tuntevat lapsen niin hyvin, jotta he kykenevät näkemään hänessä sen normaalin ja erilaisen puolen. Näin pystytään tukea ja kehittämään lasta parhaalla mahdollisella tavalla. Lääkkeiden tai jonkin erityisen hoidon sijasta tulisi lapselle tarjota tukea hänen henkilökohtaisten vahvuuksien ja vaikeuksien kautta. Lapselle kaikkein paras kuntoutusmuoto voi olla ihan vain toimivan ja hyvän arjen ylläpitäminen. (Moilanen 2012, 73–74.)

Kouluikäisten tarkkaavaisuushäiriöisten lasten tukitoimia on tutkittu melko paljon. Tutkimusten pohjalta tiedetään, että sellaiset tukitoimet ovat lapsen tukemisessa tehokkaita, joissa selkeytetään tehtäviä ja tilanteiden vaatimuksia sekä muokataan lapsen käyttäytymisestä annettavaa palautetta. Vaikka tutkimusta alle kouluikäisten lasten tukitoimista on vähemmän kuin kouluikäisten, on hyvin perusteltua ajatella,

että samoihin asioihin keskittyvät tukitoimet ovat hyödyllisiä myös päiväkotikäisillä lapsilla. (Peitso & Närhi 2015, 11–12.)

ADHD-lapsen kohdalla on erityisen tärkeää miettiä riittäviä tukitoimia päiväkotiin, sillä ADHD-lapselle ryhmässä toimiminen on usein hankalaa. Uusien ja vaihtelevien tilanteiden jäsentäminen ja ymmärtäminen ei ole yksinkertaista, ja yleensä lapsen tilannetaju on vähäinen. Lapsi voi vaikuttaa monesti itsekkäältä, kun hän vaatii paljon huomiota, vaikka todellisuudessa hän yrittää saada selville, millaista käyttäytymistä häneltä odotetaan. (Lillqvist & Pihljerta 2005, 18.)

Lapsen edun kannalta on tärkeää tiivis yhteistyö päiväkodin ja vanhempien välillä. Lasta hoitavien henkilöiden tai henkilön on erityisen hyvä tietää lapsen käyttäytymiseen liittyvistä erityispiirteistä ja niiden syistä. Päiväkodin henkilökunnan työtä helpottavat mahdolliset tiedot lasta tutkineelta, hoitaneelta tai kuntouttaneelta ammattilaiselta. (Lillqvist & Pihljerta 2005, 19.)

ADHD-lapsen leikit vaihtuvat nopeasti tai ne ovat suppeita. Lapsella on tapana aloittaa monia eri leikkejä, muttei viihdy minkään leikin äärellä kauaa. Toisaalta hänellä on kykyä uppoutua leikkiin pitkäksikin aikaa, ja erityisesti elektroniikka, kuten televisio jaksaa kiinnostaa lasta pitkiäkin aikoja. Aikuisen apu on tarpeen, jotta ADHD-lapsi kykenee monipuolisiin ja haasteellisiin leikkeihin. Aikuinen voi tuoda leikkiin tavoitteellisuutta ja rajoja, ja näin ollen lapsi saa ohjattua sekä rauhoitettua vapaata leikkiä, joka helposti menee levottomaksi ja riehumiseksi ilman aikuisen valvovaa silmää. (Lillqvist & Pihljerta 2005, 23.)

Osa ADHD-lapsista tarvitsee tehokkaita liikekokemuksia ja syvätuntoaistimuksia hermojärjestelmän tasapainottamiseksi. Tämän takia olisi hyvä antaa aikaa ja tilaa telmimiselle ja vauhdikkaille liikuntaleikeille. Aikuinen voi vaikuttaa leikkien sisältöön ja turvallisuuteen ehdottamalla ja osallistumalla leikkeihin lapsen kanssa. Kuten esimerkiksi, jos lapsi haluaa hyppiä, aikuinen voi järjestää pituushyppykilpailun tai antaa patjan tai trampoliinin, jonka päällä lapsi voi hyppiä turvallisesti. (Lillqvist & Pihljerta 2005, 23.)

ADHD-lapsen rauhoittamisessa on erityisen hyvä sopia jo ennalta yhteiset pelisäännöt ja toimintatavat sekä painottaa lapselle millainen käytös ei ole toivottua. Lapselle on kerrottava selkeästi, mitkä asiat ovat ehdottoman kiellettyjä ja niihin tulee puuttua heti. Näitä ovat esimerkiksi itsensä tai toisten vahingoittaminen tai tavaroiden rikkominen. Lasta palkitaan hyvästä käytöksestä, kuten myös muitakin ryhmän lapsia. Mahdollisten raivokohtauksien aikana aikuisen täytyy huolehtia lapsen ja ympäristön turvallisuudesta sekä auttaa lasta rauhoittumaan. Rauhoittumiskeinoja ovat muun muassa lapsen lähellä oleminen tai syliin ottaminen, mikäli se on mahdollista, lapsen huomion kiinnittäminen johonkin kiinnostavaan asiaan tai antaa hänelle lempilelunsa. (Lillqvist & Pihljerta 2005, 38–39.)

2.5 Tarkkaavuuden puutteen, ylivilkkauden, häiriintymisalttiuden ja impulsiivisuuden määritteitä

Lapsen, jolla on tarkkaavuuden puutteita, on vaikea seurata jotakin asiaa, tai hänen on vaikea keskittyä samaan asiaan muutamaa minuuttia kauempaa. Tarkkaavuuden puute vaikeuttaa monia asioita, kuten erilaisten tehtävien aloittaminen ja loppuun saaminen voi kestää lapselta enemmän aikaa kuin muilta. Hänen on vaikea kiinnittää huomio ohjeisiin, jotka kertovat mitä hänen sillä hetkellä pitäisi tehdä. Lapsi voi pudota kärryiltä puhuessaan muiden ihmisten kanssa, tai kuunnellessaan toisia. Varsinkin aiheet jotka eivät kiinnosta lasta, aiheuttavat sen, ettei lapsi jaksaa keskittyä ja kuunnella, kun taas aihe joka miellyttää lasta erityisen paljon, jaksaa kiinnostaa ja lapsi on halukas työskentelemään asian parissa. Lasta saattaa ärsyttää, kun ympäristö, esimerkiksi vanhemmat tai muut kasvattajat kärkevät kaiken aikaa keskittymään, vaikka lapsi omasta mielestään yrittää tehdä juuri niin. Yrityksistä huolimatta voi kuitenkin käydä niin, ettei lapsi pysty keskittymään niin hyvin kuin ympäristö toivoisi. (Quinn & Stern 2009, 15–16.)

Ylivilkkaan lapsen on vaikea pysyä paikoillaan. Hänen on oltava kaiken aikaa liikkeessä, ja erityisesti paikallaan istuminen on vaikeaa. Lapsi voi tulla levottomaksi, jos hänen pitää istua paikallaan, ja hänestä tuntuu, että hänen on noustava ylös, vääntelehdittävä tai liikehdittävä. Jos hän ei pääse liikkumaan, hän saattaa tuskas-

tua, väsyä tai tulla uneliaaksi. Jotkut yliviikkaat lapset vaikuttavat siltä, että he puhuvat taukoamatta antamatta muille suunvuoroa. Lapsen mielestä on turhauttavaa, kun joku jatkuvasti käskee pysymään aloillaan tai pysähtymään. Hänen on vaikea pysähtyä vaikka hän haluaisikin, ihan kuin jarruttoman kilpa-auton. (Quinn & Stern 2009, 17.)

ADHD-lapsilla on muita vaikeampi keskittyä yhteen asiaan kerrallaan. Ajatukset, ideat, mielikuvat ja äänet keskeyttävät ajatuksen kulun helposti. Voi olla, että muut ajatukset tunkevat mieleen kesken tekemisen, ja häiritsevät keskittymistä. Lapsella voi olla vaikeaa keskittyä seuraamaan opetusta tai ohjeiden antoa, kun tilassa on niin paljon muuta seurattavaa tai kuunneltavaa. Hän voi leikkiä kynällä tai katsella ulos ikkunasta, kun joku ajaa nurmikkoja tai hieno rekka ajaa pihaan. Voi käydä esimerkiksi myös niin, että ulkona laulava lintu estää lasta kuulemasta, mitä ohjeita aikuinen on hänelle antamassa. Ongelma tuntuu samalta, kuin televisio vaihtaisi jatkuvasti kanavala toiselle, eikä pysähtyisi millekään kanavalle. Tämän keskittymiskyvyttömyyden vuoksi lapsi putoaa toisinaan kärryiltä. Kun hänen mieleensä tunkee monenlaisia ajatuksia yksi toisensa jälkeen, ne sotkevat sitä mitä hänen pitäisi kulloinkin tehdä. (Quinn & Stern 2009, 16.)

Impulsiivisuus on sitä että tekee tai sanoo jotakin ajattelematta, aivan kuin ei olisi jarruja jotka hidastaisivat. Impulsiivinen lapsi saattaa sanoa tai tehdä asioita ennen kuin hän ehtii ajatella asiaa. Hän saattaa pyöräillä kasvimaan halki, vastata kysymykseen odottamatta vuoroaan tai aloittaa tehtävien tekemisen ennen kuin hän on saanut ohjeet. Lapsi voi keskeyttää toisia tai sanoa ensimmäisen ajatuksen mikä hänen mieleensä juolahtaa, olipa se millainen tahansa. Kun häneltä kysytään miksi hän teki näin, hän ei osaa sanoa. Lapsen kanssa voi keskustella siitä mikä hänen käytöksessään oli väärää, mutta siitä huolimatta, seuraavalla kerralla lapsi unohtaa jälleen ajatella ennen kuin toimii. Tämä voi olla turhauttavaa niin lapselle itselleen, kuin toisillekin ihmisille. (Quinn & Stern 2009, 18.)

2.6 ADHD-lapsi varhaiskasvatuksessa

Varhaiskasvatus perustuu valtion määräämiin lakeihin ja asetuksiin, jotka on otettava huomioon kuntatasolla varhaiskasvatuspalveluja järjestettäessä ja ohjatessa.

Päiväkodeissa on huomioitava valtakunnan ja kunnan linjaukset, sekä periaatteet toiminnan toteutumiseen. Näihin linjauksiin sekä periaatteisiin myös yksittäiset työntekijät ja työntekijät perustavat työnsä. (Mikkola & Nivalainen 2009, 12.)

Varhaiskasvatuksen lähtökohtana on kasvatustieteelliseen, ja etenkin varhaiskasvatukselliseen, mutta myös laaja-alaiseen sekä monitieteelliseen tietoon ja tutkimukseen, kuin myös pedagogisten menetelmien hallintaan perustuva kokonaisvaltainen näkemys lasten kehityksestä, oppimisesta ja kasvusta. (Mahkonen 2016, 15.)

Varhaiskasvatuslaki

Varhaiskasvatuslakia käytetään soveltaen kunnan, kuntayhtymän sekä muun palvelun tuottajan järjestämässä varhaiskasvatuksessa, jota tarjotaan päiväkodissa, perhepäiväkodissa tai muuna varhaiskasvatuksena. Lain tavoitteena on tukea ja edistää jokaisen lapsen kokonaisvaltaista kasvua, kehitystä, terveyttä sekä hyvinvointiaan ja kehityksen mukaan. Lain tarkoituksena on myös olla lapsen tukena, edistäen elinikäistä oppimista, oppimisen edellytyksiä ja koulutuksellisen tasa-arvon toteuttamista. Tavoitteena on järjestää monipuolista pedagogista toimintaa ja tukea myönteisiin oppimiskokemuksiin lapsen leikin, liikkumisen, taiteen ja kulttuuriperintöön pohjautuen.

Varhaiskasvatuslain avulla halutaan turvata lapselle terveellinen, kehittävä, oppimista edistävä sekä turvallinen varhaiskasvatusympäristö. Laki takaa mahdollisimman pysyvät vuorovaikutussuhteet lasten ja varhaiskasvatushenkilöstön välillä sekä lasta kunnioittavat toimintatavat. Kaikilla lapsilla on mahdollisuus yhdenvertaiseen varhaiskasvatukseen edistäen sukupuolten tasa-arvoa, ymmärtää ja kunnioittaa yleistä kulttuuriperinnettä ja kunkin kielellistä, kulttuurista, uskonnollista sekä katsomuksellista taustaa. Laki auttaa havaitsemaan sekä lapsen yksilöllisen tuen tarpeen, että järjestämään asianmukaista tukea varhaiskasvatuksessa, tarvittaessa monialaisessa yhteistyössä. Lain tavoitteena on myös edistää yhteistyö- ja vuorovaikutustaitoja, vertaisryhmissä toimimista sekä ohjata eettisesti vastuulliseen ja pysyvään toimintaan. Lisäksi sen avulla pyritään vaikuttamaan toisten ihmisten kunnioittamiseen ja yhteiskunnan jäsenyyteen. Sen tarkoituksena on myöskin taata lap-

selle osallisuus ja vaikuttaminen itseään koskeviin asioihin, ja toimia ja tukea yhteistyössä lapsen ja tämän vanhemman tai muun huoltajan kanssa tasapainoisen ja kokonaisvaltaisen kehityksen ja hyvinvoinnin saavuttamiseksi parhaalla mahdollisella tavalla. (L19.1.1973/36.)

Varhaiskasvatussuunnitelma

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden tavoitteena on kehittää varhaiskasvatuksen tasavertaista toteuttamista maanlaajuisesti, toteuttaa tässä laissa asetettuja varhaiskasvatuksen tavoitteita ja ohjata varhaiskasvatuksen laadun kehittämistä. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa määrätään varhaiskasvatuksen oleelliset sisällöt, varhaiskasvatuksen järjestäjän ja lapsen vanhempien/muiden huoltajien sekä monialaisesta yhteistyöstä ja lapsen varhaiskasvatussuunnitelman sisällöstä. Nämä kaikki ovat kiinni Suomen perustuslain säädöksissä siten, että julkisen valtion käytön on perustuttava lakiin. (Mahkonen 2016, 147.)

Jokaiselle päiväkotia käyvälle lapselle laaditaan henkilökohtainen varhaiskasvatussuunnitelma, joka tehdään yhteistyössä henkilöstön ja lapsen vanhempien tai muiden huoltajien kanssa. Varhaiskasvatussuunnitelma tehdään heti lapsen asiakassuhteen alussa ja sitä tehtäessä on selvitettävä ja otettava huomioon lapsen mielipide ikä ja kehitystaso huomioon ottaen. Suunnitelman tekemiseen voi osallistua myös lapsen oppimista ja kehitystä tukevat muut viranomaiset. Varhaiskasvatussuunnitelman toteutumista on arvioitava ja tarkistettava vähintään kerran vuodessa. Tavoitteena on huomioida lapsen yksilöllisen tuen tarpeet, vahvuudet ja kiinnostuksen kohteet lapsen vanhempien tai muiden huoltajien näkemykset varhaiskasvatustoiminnan järjestämisestä. Tämä on henkilöstön tärkeimpiä työvälineitä lapsen kehityksen ja oppimisen tukemisessa. Varhaiskasvatussuunnitelmat muodostavat myös pohjan lapsiryhmän toiminnan suunnittelulle. (Mahkonen 2016, 136–139.)

2.6.1 Leikki

Monipuolinen leikki kehittää lasten motoriikkaa, käsitteiden hallintaa, aistitiedon käsittelyä, keskittymistä, sosiaalisia taitoja, ilmaisukykyä, suunnittelutaitoja sekä ongelmanratkaisua. (ADHD-liitto ry 2011, 24.) Alle kouluikäisten lasten leikki, on

lasten näkökulmasta kehitetty toimintatilanne, jossa he keksivät jatkuvasti yhteiskuntaan ja omaan ympäristöönsä liittyviä ilmiöitä. Leikkien lähtökohtana ovat aikuiset ja heidän toimintansa. Leikin avulla lapset käyvät läpi asioita ja käyttäytyvät niin kuin se olisi totta. Lapsille tärkeintä leikissä on toiminta, eikä se tavoittele mitään tietynlaista hyötyä. Tyypillisesti lapset leikkivät rinnakkain tai muodostavat ryhmiä. Leikkiaiheiden lomassa leikissä on huomattavissa lasten todelliset suhteet toisiinsa ja heidän suhtautumisensa aiheeseen, jota leikki koskee. Lapsille leikki on elämän todellisuutta ja tässä ikäkaudessa se antaa lapselle mahdollisuuksia itsenäiseen sekä aktiiviseen osallistumiseen yhteisössä. (Christensen & Launer 1985, 13–14.)

Leikkiin vaikuttavat aina aika, paikka sekä sen hetkinen yhteiskunnallinen tilanne, vaikka se on myös riippuvainen leikkijöistä sekä olosuhteista missä leikki tapahtuu. (Christensen & Launer 1985, 13–14.) Leikin kautta lapsi oppii elämänsä ensimmäisiä tietoja ja taitoja, joita hän tulee tarvitsemaan myöhemmin elämässään. Lasten leikeissä on epäsuora yhteys yhteiskunnallisiin päämääriin, sillä niissä lapsi harjoittaa itseään tulevaisuuden fyysisiin ja psyykkisiin haasteisiin. (Christensen & Launer 1985, 22.)

Aikuinen apuna leikkitilanteessa

Jokainen lapsi tarvitsee omaa aikaa ja vapautta spontaanille sekä itseohjautuvalle leikille ja luovuudelle, mutta aikuinen voi toimia leikin mahdollistajana, kannustajana ja tukijana. Osa lapsista tarvitsee muita enemmän aikuisen ohjausta leikkitojien kehittymiseen. Yhteiset leikkihetket aikuisen kanssa antavat tukea lapsen sosiaalisessa ja tunne-elämän kehityksessä. Ne myös auttavat lasta uusien taitojen opettelussa. Leikkitilanteessa aikuinen voi antaa lapselle luontevasti myönteistä huomiota ja jakaa lapsen tunnekokemuksia. (ADHD-liitto ry 2011, 26.)

Aikuista tarvitaan usein jäsentämään lapsiryhmän leikkitilanteita lapselle helpommin hahmotettavaksi. Esimerkiksi rajaamalla leikkiin osallistuvien lasten määrää, aikuinen voi tarjota leikkiin rauhallisemman tilan. Hän voi pysytellä lähellä leikkitilannetta, ja tarjota tarvittaessa apua, jotta kaikki lapset saavat tilaa leikissä. Mikäli

lapsen toiminta alkaa muuttua sen hetkiseen leikkiin liian rauhattomaksi, voi aikuinen ideoida leikkiä eteenpäin siten, että rauhattomuus kanavoituu myönteisellä tavalla. Kotileikissä lapsi voi saada esimerkiksi uuden roolin konttaavana sirkuskoirana, joka opettelee uusia temppuja. Mikäli lapsella on tarve käydä rauhoittumassa toisessa tilassa, voi aikuinen selittää lapselle etukäteen, että missä lapsella on mahdollisuus rauhoittua. Aikuinen myös varmistaa, ettei lapsi koe tilannetta rangaistuksena. Jos leikkitalanne on karkaamassa käsistä, aikuinen voi pysäyttää sen etenemisen jollakin yllättävällä käskyllä tai tehtävällä. Se tulee tapahtua kuitenkin niin, että tilanne säilyy silti hallinnassa. (ADHD-liitto ry 2011, 28.)

Kaverisuhteet

Erityisesti tarkkaavuuden säätelyn häiriöt ja kielelliset vaikeudet lapsella, hankaloittavat ohjeiden ja sääntöjen ymmärtämistä. Lapsen toiminnan ohjauksen vaikeus sekä impulsiivisuus ja ylivilkkaus tuovat puolestaan haasteita silloin kun lapsen pitäisi noudattaa sääntöjä. Näiden ongelmien lisäksi vaikeus tulkita muiden ihmisten eleitä, ilmeitä ja tunteita, sekä vaikeus hahmottaa sosiaalisia tilanteita, johtavat helposti ristiriitoihin ja väärinkäsityksiin. (ADHD-liitto ry 2011, 45.)

Lapsen, joka käyttäytyy haastavasti, on usein vaikeampi solmia kaverisuhteita toisiin ikäisiinsä lapsiin. Monimutkaisten leikkien säännöt voivat olla ylivoimaisia seurata, eikä lapsi jaksa odottaa omaa vuoroaan. Hän voi myös menettää malttinsa helposti vastoin käymisten kohdatessa. Vaikeus hallita impulsseja, tekee lapsesta tunneherkän ja äkkipikaisen, jolloin hän reagoi toisten lasten tekemisiin usein voimakkaasti. Tästä seuraa puolestaan se, että riitatilanteita tulee helposti ja lapsi voi saada riitelijän maineen. Toiset lapset eivät ehkä halua häntä mukaan leikkeihinsä, ja lapsi tulee syrjityksi. Ulkopuoliseksi jäämisestä aiheutuva mielipaha ja turhautuminen voivat lisätä lapsen negatiivista suhtautumista toisiin, ja hänen itsetunto nsä kärsii. Näistä syistä on tärkeää, että aikuiset kiinnittäisivät huomiota lasten keskinäiseen vuorovaikutukseen ja ystävyysuhteisiin. (ADHD-liitto ry 2011, 40.)

2.6.2 Tunteiden ja toimintojen sanoittaminen

Arjen tilanteissa vuorovaikutus lasten ja kasvattajien välillä on usein erilaisten palautteiden ja ohjeiden antamista ja vastaanottamista, sekä mielipiteiden esittämistä. Mitä enemmän lapsella on vaikeuksia oman käyttäytymisen ja tarkkaavuuden säätelyssä sekä ohjeiden ymmärtämisen suhteen, sitä enemmän hän joutuu olemaan ympäristön ohjauksen varassa. (ADHD-liitto ry 2017, 10.)

Tällöin tunteiden ja toimintojen sanoittaminen on tärkeää lapsen kanssa. Jos niin sanottujen normaalien lasten kanssa tunteista puhuminen, niiden nimeäminen ja omien tunteiden ymmärtäminen ja hyväksyminen on tärkeää, niin erityisen tärkeää se on ADHD-lasten kanssa. Päiväkodissa lapsi kohtaa jatkuvasti tilanteita, jotka kuormittavat lasta valtavasti, ja lapsen on vaikea hillitä itseään, kun ahdistuksen, suuttumuksen tai vihan tunteet ryöpsähtelevät. Myös positiivisten tunteiden sanoittaminen ja niiden ilmaisun opetteleminen ovat tärkeitä taitoja. Koska lapsi itse ei osaa sanoittaa ja tunnistaa tunteitaan, tai se on hyvin vaikeaa hänelle, täytyy aikuisen olla lapsen apuna.

Haastavien tunteiden kanssa ihminen ottaa etäisyyttä toisiin ihmisiin, niillä puolustetaan itseä, omaa reviiriä sekä oikeuksia ja niiden avulla kieltäytyään joutumasta vääryyteen. Haastaviin tunteisiin, niiden rakentavaan kohtaamiseen, kanavoimiseen ja hallintaan on tarpeellista tutustua. Ikäviäkin tunteita ei tarvitse kieltää. Kun lasta auttaa oppimaan tunnistamaan ja nimeämään tunteitaan, hän voi myös oppia hallitsemaan niitä. Aggression tunne, suuttuminen, viha ja raivo, ovat kaikki reaktioita, jotka tarjoavat voiman tehdä jotain, kun jotain on tehtävä, jotta tilanne muuttuisi toisenlaiseksi, tai siedettävämmäksi suuntaan tai toiseen. Aggressio on synnynäinen kyky reagoida ympäristöstä syntyviin ärsykkeisiin. Aggressio on kaikkea sitä, mikä aiheuttaa vihan tunteen, halun hyökätä ja puolustaa itseään tai paeta. (Cacciatore 2008, 8.)

ADHD-lapsi kanavoi aggressionsa usein fyysiseen käytökseen, joka voi olla itsensä tai muiden satuttamista, tai tavaroiden rikkomista. Tästä syystä aikuisen tulisi opettaa lapselle, kuinka hän voi kanavoida aggressionsa turvallisesti, tukahduttamatta kuitenkaan tunnetta. Aggressioita voi purkaa esimerkiksi halkoja hakkaamalla tai

tyynyyn huutamalla. Lapsen on järkevää pyrkiä hallitsemaan omaa suuttumustaan, jotta tunne ei pääse hallitsemaan lasta. Vahva tunne saa lapsen ehkä tekemään harmitsemattomia tai tuhoisia asioita, jotka harmittavat jälkeensä. (Cacciatore 2008, 8-9.)

Päiväkodissa aggression kanavoimiseen voidaan käyttää tyynyyn huutamisen lisäksi esimerkiksi nyrkkeilysäkkiä tai muuta hakkaamiseen soveltuvaa esinettä, johon lapsi saa purkaa tunteitaan turvallisesti.

Ne lapset, joilla on kyky tunnistaa omia tunteitaan, ovat yleensä vähemmän aggressiivisia, hyväksytympiä kavereiden kesken, ja heillä on muita paremmat sosiaaliset taidot. Lasta ei saa kieltää kokemasta tunteista, eikä hänen suuria tunteitaan pidä vähätellä, ja lapsella tulisi olla mahdollisuus tunteiden näyttämiseen. Hän tarvitsee turvallisen tilan, jossa hän voi purkaa tunteensa ja puhua tunteistaan ja kokemuksistaan, erityisesti silloin, kun hän on kokenut erityisen suuttuttavia tai pelottavia asioita. (Cacciatore 2008, 10–11.)

Aikuisen tehtävänä on omalla mallillaan ja ohjeillaan ohjata lasta pärjäämään kaikenlaisten tunteiden kanssa. Raivo ja ahdistus eivät ole pahoja tai pelottavia asioita, vaikka nämä tunteet synnyttäneet asiat voivat ollakin. Tunteiden taustalla voi olla jokin syy, johon lapsi voi omalla toiminnallaan vaikuttaa. (Cacciatore 2008, 17.)

Aikuisen on näytettävä, kuinka lapsi voi toimia haastavan tunteen kanssa rakentavasti. Aikuisen tulisi antaa malli, kuinka tunteet tulevat ja lientyvät, ilman että mikään menee rikki. Tunteita voi pysähtyä tuntemaan: nyt ahdistaa ja suuttuttaa, mutta ei haittaa. Tunne tulee koska sille on jokin syy. Kun lapsi on suuren tunnekuohun vallassa, aikuinen voi johdatella tilannetta lapsen puolesta silloin, hän ei itse siihen kykene. Aikuinen näyttää omalla mallillaan, ettei ole vaarallista, vaikka yhtenä hetkenä kiehuisikin suuttumuksesta. Tunteista huolimatta toimintaansa voi säädellä. (Cacciatore 2008, 17.)

2.6.3 Positiivinen palaute ja kannustus

Lapsen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin ja minäkuvan kehittymiseen vaikuttaa paljon se, millaista tukea hän saa kasvattajiltaan arjen erilaisissa tilanteissa. Jokainen pieni onnistuminen valaa uskoa lapsen omiin kykyihin ja kasvattavat motivoitua opin tiellä, joka johdattaa lasta yhä uusiin onnistumisiin ja myönteisen minäkuvan kehitykseen. Kun aikuinen arvostaa lasta sellaisena kuin hän on, ja osoittaa sen lapselle, niin lapsi oppii tekemään myös itse niin. (ADHD-liitto ry 2011.)

Lapsi jolla on ADHD, tarvitsee ikätovereitaan enemmän aikaa ja toistoa oppiakseen erilaisia asioita ja toimintamalleja. Parhaiten lapsen oppimista tukee positiivinen, johdonmukainen, säännöllinen ja välitön palautteenanto. Palautetta voi tehostaa myös erilaisilla palkitsemisjärjestelmillä. Tällaisia voivat olla esimerkiksi pienten kivojen esineiden, kuten helmien, tarrojen tai leimojen antaminen silloin, kun lapsi on tehnyt asioita oikein. Jotta kannustusjärjestelmä jaksaisi kiinnostaa lasta, voi aikuinen sopia lapsen kanssa, että kun lapsi on kerännyt esimerkiksi 10 tarraa tai muuta vastaavaa pientä palkintoa, hän saa palkinnoksi jotain mukavaa tekemistä. Se voi olla kahdenkeskeinen aika aikuisen kanssa, tai leikkihetki jollain erityisellä lellulla tai erityisessä paikassa. (Adhd-liitto 2017.)

Erityisen tärkeää olisi katkaista negatiivisen palautteen kierre, johon ADHD-lapsi voi helposti joutua. Monen ADHD-lapsen itsetunto joutuu koetukselle lapsen ja ympäristön jatkuvasti pettyessä hänen toimintaan. Monesti, ja täysin huomaamatta, kommunikointi lapsen kanssa voi olla jatkuvaa kieltämistä ja torumista. Aikuisen pettymystä ilmaisevat lauseet ”Taas, aina, ei koskaan”, antavat lapselle tunteen, että hän ei tee asioita koskaan hyvin, pelkästään huonosti. Aikuisen positiivinen puhe-tyyli ja ilmapiiri voivat korjata konkreettisesti arkea. Kun aikuinen ohjaa lasta myönteisillä kehoituksilla ja kehuilla kieltojen sijaan, lapsi tietää miten hänen tulisi toimia, verrattuna siihen, että häntä aina kielletäisiin tekemästä jotain. Kiellon ”älä pompi” sijaan, aikuisen pitäisi siis kehottaa lasta istumaan rauhassa ”istu, ole hyvä”. Näin lapsen itsetunto vahvistuu, ja taidot pääsevät kasvamaan. Kieltojen ja moitteiden vähentäminen saa sekä aikuisen ja lapsen paremmalle mielelle, eikä lapsessa

ole negatiivista kaikua. Vaikeissa tilanteissa myös huumori voi olla yllättävä tilanteen pelastaja, ja on kasvattajalle mitä kutkuttavin kokemus. (Adhd-liitto 2017.)

3 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tutkimusongelmaa ei välttämättä pystytä heti tutkimuksen alussa määrittelemään tarkasti, vaan se tarkentuu koko tutkimuksen ajan. Voidaan nimetä erilaisia johtoajatuksia, johtolankoja tai työhypoteeseja, joiden mukaan tutkimukseen liittyviä ratkaisuja suoritetaan. On hyvin mahdollista, että nämä johtoajatuksukset muuttuvat tai jopa vaihtuvat kokonaan tutkimusprosessiin liittyvien käytännön kenttäkokemusten jälkeen. (Aaltola & Valli 2007, 71.)

Aikaisempia vastaavanlaisia ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä aiheesta on tehty muutamia, kuten esimerkiksi Satu Teinin (2014) sekä Anri Savolaisen ja Kirsti Savilaisen (2012) sekä Suvi Hakalan ja Niina Saarisen (2005) opinnäytetyöt. Teinin opinnäytetyön aiheena on Ylivilkkaiden ja ADHD-lasten tukeminen päiväkodeissa ja Savolaisen ja Savilaisen aiheena on AD/HD- lapsen tukeminen ja huomioiminen päiväkodissa. Hakalan ja Saarisen opinnäytetyön aiheena on AD/HD- lapsien tarkkaavaisuuden kehityksen tukeminen päiväkodissa.

Päätutkimuskysymys:

- Kuinka lastentarhaopettaja voi antaa mahdollisimman tasapuolisen ja hyvän alun ADHD-lapsen elämälle päiväkodin arjessa?

Alatutkimuskysymys:

- Kuinka aikuinen voi tukea ADHD-lapsen leikkiä ja vuorovaikutusta päiväkodin arjessa?
- Millä muilla päiväkodin käytännöillä ADHD-lasten voidaan tukea päiväkodin arjessa?

3.1 Tutkimusote

Opinnäytetyön tutkimusotteeksi valittiin kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Tutkimus suoritettiin haastatteluiden avulla, ja koska vastaajia oli vain neljä eri henkilöä, kaikkien vastaukset otettiin kokonaisvaltaisesti huomioon tutkimustuloksia purkaessa.

Opinnäytetyön tutkimuksen ote on laadullinen. Laadullisessa tutkimuksessa tutkijalle tulee useita haastavia kohtia tutkimuksen aikana, sillä tässä tapauksessa laadullinen-sana merkitsee jotain, ei numeraalista, eikä siihen liitetä minkäänlaisia oletuksia tutkimuksen luonteesta. (Aaltola & Valli 2007, 159–160.)

Laadullista tutkimusta voidaan kuvata prosessiksi. Tässä aineistonkeruu tapahtuu inhimillisesti eli tutkijan itsensä kautta ja näin ollen aineistoon liittyvien näkökulmien ja tulkintojen kehittyminen tapahtuu tutkimusprosessin aikana. Tämä on tietynlainen oppimistapahtuma ja kyse on tutkimustoiminnan ymmärtämisestä. Laadullisessa tutkimuksessa tutkimuksen vaiheet eivät välttämättä ole etukäteen jaoteltavissa selkeästi eri vaiheisiin, vaan esimerkiksi aineistonkeruuseen tai tutkimustehtävään liittyvät ratkaisut voi syntyä vasta tutkimuksen edetessä. Tutkimukseen liittyvät eri vaiheet yhdistyvät toisiinsa ja syntyvät vähitellen tutkimuksen edetessä. Samaan aikaan tutkijan tietoisuudessa tapahtuu kehittymistä, jota koitetaan hyödyntää esimerkiksi tutkimustehtävän parantumisessa ja uusien aineistonkeruusykeiden toteutumisessa. (Aaltola & Valli 2007, 70.)

Laadullisessa eli kvalitatiivisessa tutkimuksessa on tarkoitus ymmärtää asiaa ja selvittää sen tarkoitusta ja merkitystä. Tutkimukseen haastateltavien henkilöiden kokemuksille ja näkökulmille annetaan tilaa ja arvoa. Haastattelun avulla haastateltavalla on mahdollisuus esittää tarkentavia kysymyksiä, toisin kuin lomaketta täyttäessä. Laadullisen tutkimuksen tavoitteena ei ole löytää tilastollisia yleistyksiä, vaan pyritään kuvaamaan ilmiötä tai tapahtumaa tai ymmärtämään tietynlaista toimintaa. (Esseepankki Proakatemia 2016.)

Useimmiten laadullinen tutkimus aloitetaan kartoittamalla ja rajaamalla alue, jossa tutkija työskentelee. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa tutkimusaineistosta ei tehdä johtopäätöksiä yleistettävyyttä ajatellen, vaan tarkoituksena on aristoteelinen ajatus, että yksityisessä toistuu yleinen. Tutkittaessa yksityistä tapausta tarpeeksi tarkasti, voidaan saada selville myös se, mikä ilmiössä on merkityksellistä ja mikä asia toistuu usein, kun ilmiötä tarkastellaan yleisemmällä tasolla. (Hirsijärvi & Remes & Sajavaara 1997, 181–182.)

Laadullista tutkimusta tehdessä tutkijan täytyy rajata tutkimusasetelmia. Rajaamisen tavoitteena on löytää mielekäs ja selkeästi rajatun ongelmanasettelun löytäminen. Kaikkea sitä aineistoa jonka tutkija on saanut kerättyä, ei kannata yrittää sisällyttää lopulliseen tutkimusraporttiin, vaan aineistoa kerätessään tutkija siis rajaa tutkittavaa kenttää tulkinnallisen perspektiivinsä välityksellä. Tutkimustehtävää rajattaessa tutkija ottaa kantaa myös siihen mikä aineistosta on se esiin nouseva ydinsanoma, jonka hän haluaa tulkintansa avulla nostaa tarkastelun pääkohdaksi. (Aaltola & Valli 2007, 73.) Koska tutkimukseen osallistui vain neljä eri henkilöä, heidän kaikkien vastaukset otettiin kokonaisvaltaisesti huomioon tutkimustuloksia purkaessa. Tässä tutkimuksessa ei siis tarvinnut valita mitään tietynlaista otantamallia, jolla vastauksia olisi poimittu tutkimukseen.

3.2 Tutkimuksen kohde

Tutkimuksen kohteena ovat neljä lastentarhanopettajaa, joita tutkimuksen suorittajat haastattelevat yksitellen. Tutkimuksen tavoitteena oli perehtyä heidän käytännökokemuksiinsa aiheeseen liittyen. Haastateltavat lastentarhanopettajat valittiin sen perusteella, että tutkimuksen tekijät tiesivät, että haastateltavilla henkilöillä on takanaan tarpeeksi pitkä työhistoria. Se takaisi sen, että heillä on todennäköisesti tullut vastaan tutkimuksen aiheena olevia ADHD-lapsia, tai lapsia, jotka eivät ole vielä saaneet ADHD-diagnoosia, mutta heissä on paljon piirteitä jotka viittaavat ADHD-oireryhmään.

On muistettava, että tutkija tekee tutkimusprosessin aikana useita ratkaisuja ja päätöksiä, joihin ei läheskään aina löydy oikeaa vastausta tai edes vakiintunutta käytäntöä. Kaikkien näiden valintojen ja päätöksiä keskellä on tärkeintä, että tutkija perustelee ratkaisunsa ja pohtii niitä tutkimuksessa. Näin ollen tutkimuksen lukijalla on mahdollisuus arvioida tehtyjen ratkaisujen sopivuutta. Tärkeintä tutkimuksessa on, että tutkija tietää mitä on tekemässä ja miksi, ettei hyödynnä pelkästään jotain tiettyä mallia, koska sitä pitää käyttää tutkimuksessa. (Aaltola & Valli 2007, 182–183.)

3.3 Aineiston kerääminen ja menetelmät

Ensimmäinen tehtävä on haastattelu. Sen jälkeen tutkijan tehtävänä on purkaa haastatteluaineisto litterointia käyttäen. Erilaisia tyylejä litteroida on monia, ja tutkijan täytyy päättää, mikä tyyli sopii hänen tutkimukseensa. (Aaltola & Valli 2007, 160.) Aineistoa tutkittaessa etsitään avainsanoja sekä muita havaintoja ja huomautuksia tekstistä. Tavoitteena on saada kokonaiskuva, joka vaikuttaa aineiston pohjalta olennaiselta tiedolta. Tämän jälkeen tutkimusaineistoa jäsennellään ylä- ja alaotsikoihin. (Mäntylä 2007, 49–50.)

Laadullisessa tutkimuksessa haastattelu on päämenetelmänä. Siinä kuten muissakin menetelmissä, on niin hyviä kuin huonojakin puolia. Haastattelu on kuitenkin merkittävä tiedonkeruumenetelmä, koska siinä ollaan suorassa kielellisessä vuorovaikutuksessa tutkittavan kanssa. Yleensä haastattelun isoimpana etuna koetaan sen joustavuus aineistoa kerätessä. Hyviä puolia tässä tiedonkeruumenetelmässä on se, että aineiston keruuta voidaan muunnella joustavasti tilanteen vaatimalla tavalla ja vastaajia myötäillen. Haastatteluaiheita voidaan muuttaa, suunnitellut haastatteluhenkilöt saadaan hyvin todennäköisesti mukaan, ja haastateltavia on helppo tavoittaa myöhemmin, jos aineistoa täytyy täydentää. (Hirsijärvi & Remes & Sajavaara 1997, 200–202.)

Kaikilla menetelmillä on tietenkin huono puoli ja haastattelun huonoja puolia ovat sen aikaa vievä työmenetelmä, suunnitelmallisuus ja perehtyneisyys haastattelijan roolissa. Haastatteluun sisältyy myös usein monia virhelähteitä niin haastateltavalta kuin haastattelijalta sekä koko tilanteesta. Haastattelussa on hyvin todennäköistä antaa sosiaalisesti toivottavia vastauksia, joka taas voivat heikentää haastattelun luotettavuutta. Haastatteluaineisto aina on konteksti- ja tilansidonnaista ja tästä syntyy ongelma, kun tutkittavat puhuvat haastattelutilanteissa toisin kuin jossakin muussa tilanteessa. Tämä asia kannattaa ottaa tuloksissa huomioon, ettei yleistämistä lähde liioittelemaan. (Hirsijärvi & Remes & Sajavaara 1997, 202.)

Teemahaastattelu on välimuoto lomake- ja avoimesta haastattelusta. Siinä on ominaista, että haastattelun aihepiirit eli teemat ovat tiedossa, mutta kysymysten tarkka muoto ja järjestys puuttuvat. Tätä haastattelumuotoa sovelletaan paljon kasvatus-

ja yhteiskuntatieteellisessä tutkimuksessa, sillä se vastaa useita laadullisen tutkimuksen lähtökohtia. (Hirsijärvi & Remes & Sajavaara 1997, 204–205.)

Opinnäytetyöntekijät suorittivat suuntaavaa harjoittelua samaan aikaan, kun opinnäytetyöprosessi alkoi. Näin ollen oli luontevaa valita haastateltavat henkilöt niistä työyhteisöistä, joissa opinnäytetyöntekijät työskentelivät. Haastateltavat valittiin sen perusteella, kuinka pitkä työhistoria heillä on takanaan tai kuinka paljon heillä on yleisesti ottaen kokemusta erityislapsista. Tiedot kerättiin suullisesti kyselemällä henkilökunnalta. Tutkimuksen alussa neljä lastentarhanopettajaa koettiin sopivaksi määräksi.

Haastateltavat saivat etukäteen haastattelukysymykset (liite 2), joita käytettiin haastattelussa ja haastattelu-aika sovittiin haastateltavien aikataulujen mukaan. Haastattelut suoritettiin työajalla päiväkodinjohtajien suostumuksella. Heitä haastateltiin erillisessä häiriöttömässä tilassa kameran avulla. Kamera suunnattiin pois päin haastateltavasta, jolloin anonymiteetti säilyi. Haastatteluun käytettävä aika ei sovittu etukäteen, vaan jokaisen haastattelu kesti niin kauan, että kysymykset oli käyty läpi. Lopuksi haastattelijat kysyivät, oliko haastateltavilla jotain lisättävää.

Haastattelut tallennettiin kameroilla, jonka jälkeen haastattelut siirrettiin opinnäytetyön tekijöiden henkilökohtaisille tietokoneille. Haastattelut litteroitiin, jonka jälkeen haastattelut poistettiin kameroista ja tietokoneilta. Litterointia tuli yhteensä 16 sivua ja fonttina käytettiin Times New Romania.

3.4 Tutkimuksen analyysi

Laadullisella eli kvalitatiivisella aineistolla yleensä tarkoitetaan tekstinmuodossa olevaa aineistoa, jota ei kyetä tai haluta redusoida eli muuttaa numeromuotoon. Useimmiten laadullinen aineisto on tutkijan keräämää haastatteluaineistoa, joka on yleensä nauhoitettu ja tämän jälkeen purettu eli litteroitu kokonaan tai osittain puhutusta tekstistä. (Aaltola & Valli 2007, 111.) Tätä tutkimusta varten kerätty aineisto, eli tässä tapauksessa neljän teemahaastattelun nauhoitettu aineisto, litteroitiin eli kirjoitettiin puheesta tekstimuotoon. Litteroinnin jälkeen nauhoitukset poistettiin.

Kun haastatteluaineisto on litteroitu, sitä tutkitaan teemoittelun avulla, joka on luonteva etenemistapa teemahaastattelunaineiston analysoimisessa. Teemat joista haastateltavien kanssa on keskusteltu, löytyvät yleensä kaikista haastatteluista, vaikka ehkä eri tavoin ja vaihtelevassa määrin. Joskus teemat voivat muistuttaa aineistonkeruussa käytettyä teemahaastattelurunkoa, mutta ei kuitenkaan aina. Joskus aineistosta paljastuu uusia teemoja, eikä haastateltavien käsittelemät aiheet välttämättä noudata tutkijan tekemää jäsenystä ja järjestystä. Tämän vuoksi puheesta litteroitua tekstiä tuleekin tarkastella ennakkoluulottomasti. Kun aineistoa teemoitellaan, kunkin teeman alle kootaan esimerkiksi ne kohdat haastatteluista, joissa puhutaan ko. teemasta. Tämä voidaan tehdä esimerkiksi tekstinkäsittelyn avulla ”leikkaa-liimaa”-toiminnoilla. Teemoja nimetessä voi pysytellä hyvin kuvaavassa tyyliässä tai vaihtoehtoisesti voi valita mielikuvituksellisempia otsakkeita, kunhan tyyli raportissa on yhtenevä. (KvaliMOTV 2017.)

Laadullisen aineiston analyysillä tarkoitetaan aineiston lukemista huolellisesti, tekstimateriaalien järjestämistä, jäsentämistä, pohtimista sekä sisällön tai rakenteiden erittelyä. Tavoitteena on tiivistää haastattelujen ja kertomusten sisältöä tai rakennetta ja tarkastella tutkimusongelmien kannalta tärkeimpien asioiden esiintymistä ja ilmestymistä tutkimusmateriaalissa. Aineistanalyysia voidaan kuvata näkökulmien ottamiseksi sekä aineiston tiivistämiseksi erilaisilla tavoilla. (KvaliMOTV 2006.)

Teemahaastatteluaineistoa käsiteltäessä ensimmäinen tehtävä on jäsenellä aineisto teemoittain (Aaltola & Valli 2007, 169). Tässä tutkimuksessa tämä tarkoitti sitä, että tutkija poimi litteroinnista kaikki ne asiat, jotka tulivat haastatteluissa ilmi useammin kuin kerran, tai ne olivat asioita, joita haastateltavat pitivät erityisen tärkeinä. Tämän jälkeen aineisto jaoteltiin kolmeen eri luokkaan, joita olivat päätutkimuskysymys ja ensimmäinen- ja toinen alatutkimuskysymys. Kaikki kommentit jotka koskivat siis päätutkimuskysymystä, jaoteltiin sen alle ja kaikki ne kommentit jotka koskivat alatutkimuskysymyksiä, jaoteltiin niiden alle. Jaottelun jälkeen aiheista koottiin sisällönanalyysitaulukko (Liite 2.), jonka jälkeen yläluokat avattiin paremmin laatikkokuviossa (kuvio 1. s. 33). Laatikkokuvion avulla tekstiä oli helpompi alkaa avata kirjallisesti tutkimustuloksissa.

Sisällönanalyysiä käyttämällä yritetään muodostaa tiivis kuvaus tutkittavasta ilmiöstä, josta ilmenee tulokset ilmiön laajempaan kontekstiin ja aiheeseen liittyviin muihin tutkimustuloksiin. Sisällönanalyysissä aineistoa tutkitaan eritellen, eroja ja samankaltaisuuksia etsien ja tiivistäen. Se on tekstianalyysiä, jossa tutkitaan valmiiksi tekstimuotoisia tai sellaisiksi muokattuja aineistoja. (KvaliMOTV 2017.)

3.5 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Tutkijoiden on noudatettava hyvää tieteellistä käytäntöä, jotta tutkimus olisi eettisesti hyväksyttävä ja sen tulokset olisivat uskottavia ja luotettavia. Jotta tutkijat pääsevät hyvään tieteelliseen käytäntöön, tulisi heidän noudattaa tiedeyhteisön tunnustamia toimintatapoja, yleistä huolellisuutta ja tarkkuutta tutkimustyössä, rehellisyyttä tulosten tallentamisessa ja esittämisessä sekä tutkimusten ja niiden tulosten arvioinnissa. Tutkijoiden pitäisi soveltaa tieteellisen tutkimuksen kriteerien mukaisia ja eettisesti kestäviä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä ja toteuttaa tieteellisen tiedon luonteeseen kuuluvaa avoimuutta tutkimustuloksia julkaistessa. (Mäkinen 2006, 172–173.)

Myös muiden tutkijoiden työn sekä saavutukset on otettava siten huomioon, että he kunnioittavat näiden työtä ja antavat heidän töiden saavutuksille niille kuuluvan merkityksen ja arvon omassa tutkimuksessaan. Lisäksi tieteellisen käytännön mukaista on, että tutkimus on suunniteltu, toteutettu ja raportoitu yksityiskohtaisesti ja huolellisesti ja tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten edellyttämällä tavalla. Vastuu hyvän tieteellisen käytännön noudattamisesta kuuluu koko tiedeyhteisölle, vaikka jokainen tutkija tai tutkimusryhmä vastaakin itse käytännön noudattamisesta. Näiden yleisten ohjeiden lisäksi eri tieteenaloilla voi olla omia alakohtaisia ohjeita, jotka määrittävät niiden erityispiirteitä. Hyvä tieteellinen käytäntö muodostuu tutkijoiden ammattitaidosta, eli tutkimuksen teon teknisen osaamisen hallitsemisesta ja ammattietiikasta. (Mäkinen 2006, 172–173.)

Haastatteluissa on monia eettisiä ongelmia, kuten esimerkiksi vastausten luotettavuus, haastateltavien huomioon ottaminen ja se, millä tavoin haastateltavat valitaan. Haastattelijoiden on kerrottava avoimesti ja rehellisesti, miten haastateltavien ano-

nymiteetti säilytetään. Nauhoitettaessa haastattelua, on siihen tarvittava haastattelavan suostumus ja hänelle on perusteltava nauhoituksen hyödyt. Haastateltavalle on kerrottava, kuinka tutkimusaineisto arkistoidaan ja kuinka mitä haastatteludatalle tehdään puhtaaksikirjoituksen jälkeen. Haastateltavalla täytyy olla mahdollisuus keskeyttää haastattelu missä vaiheessa tahansa, tai kieltäytyä haastattelusta, vaikka hän olisi antanut suostumuksensa etukäteen. Haastattelutilanne tulisi olla mahdollisimman rauhallinen ja kiireetön ja ilmapiirin olisi hyvä olla rento. Haastattelutilanteessa olisi hyvä, jos kaikilla osapuolilla olisi puhelimet äänettömällä ylimääräisten keskeytysten välttämiseksi. (Mäkinen 2006, 92–95.)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena ei ollut tutkia murretta, kielenkäyttöä eikä hienosyistä vuorovaikutusta, joten tärkeintä on, että vain kaikki puhutut lauseet ja virkkeet kirjoitetaan ylös, kun haastatteluita litteroidaan. Tutkimustietoja käsitellessä kaksi oleellisinta asiaa ovat luottamuksellisuus ja anonymiteetti. (KvaliMOTV 2006.) Opinnäytetyön tarkoituksena ei ollut kertoa tiettyjen henkilöiden työskentelytapoja, vaan sen tarkoituksena oli kartoittaa lastentarhanopettajien keinoja työskennellä ADHD-lasten kanssa. Näin anonymiteetti säilyy luonnollisesti. Luottamuksellisuus ilmenee siten, että litteroinnissa kirjoitettiin kaikki, mitä haastateltavat ovat sanoneet, eikä sinne lisätty mitään ylimääräistä. Kun haastattelut oli litteroitu, kuva, ääni tai molemmat poistetaan.

Opinnäytetyön eettisyys voidaan jakaa kolmeen eri luokkaan, joista ensimmäisenä pohditaan tutkimusaiheen eettistä oikeutusta, eli miksi kyseisen ilmiön tutkiminen on perusteltua. Toinen eettisesti pohdittava asia on tutkimusmenetelmät, joilla tutkitaan, tavoitetaanko haluttu tieto aineistonkeruumenetelmillä. Kolmantena eettisenä näkökulmana tarkastellaan tutkimusaineiston analyysijä ja raportointeja. (KvaliMOTV 2006.)

Tutkimuseettiset periaatteet ovat yleisesti hyväksytyjä ja niistä on voimassa kattava yksimielisyys tiedonhankintaan ja julkistamiseen liittyen. Sosiaalieettisten ongelmien käsittely on puolestaan aiheuttanut kiistelyä. Ydinkysymys on, kuinka pit-

källe tieteen ja tutkimustoiminnan on otettava vastuuta tiedon käytöstä ja seurauksista yhteiskunnalle. Tavoitteena on tehdä tietoisia ja eettisesti perusteltuja valintoja. (Hirsijärvi & Remes & Sajavaara 1997, 27.)

Tutkimusaiheen valinta on jo eettinen ratkaisu, sillä siinä kysytään, kenen ehdoilla tutkimusaihe valitaan ja miksi tutkimukseen ryhdytään. Tutkimuksen suuntauduttua ihmisiin, on todella tärkeää selvittää, miten henkilöiden suostumus saadaan, millaista tietoa heille annetaan ja millaisia riskejä osallistumiseen sisältyy. Suostumus on erityisen vakavasti otettava asia ja se on selvitettävä haastateltavalle perin pohjin. Suostumukseen liittyy kaksi tekijää perehtyneisyys ja suostumus. Perehtyneisyudessa on kerrottava tutkimushenkilölle avoimesti kaikki näkökulmat siitä mitä tulee tapahtumaan tai mitä saattaa tapahtua tutkimuksen aikana ja henkilön tulee olla kyvykäs ymmärtämään tämä. Suostumus tarkoittaa sitä, että henkilö pysyy tekemään johdonmukaisia ja kypsiä arviointeja sekä osallistuminen pitää olla vapaaehtoista. (Hirsijärvi & Remes & Sajavaara 1997, 27–30.)

Tutkimuseettisiin vaatimuksiin kuuluu myös välttää epärehellisyyttä kaikissa tutkimustyön osavaiheissa. Oleellimmat seikat ovat seuraavat:

- Toisten tekstiä ei plagioida eli toisen tekstiä lainatessa lainaus on osoitettava asianmukaisin lähdemerkinnöin
- Toisten tutkimuksia ei vähätellä, kaikissa julkaisuissa on ilmoitettava tutkimusryhmän jäsenet eikä tutkijaryhmän jäsen voi laittaa ainestoa omiin nimiinsä
- Ei saa plagioida itseään, omia tutkimuksiaan eli näin ollen tutkija luo näennäisesti uutta tutkimusta muuttamalla vain vähän aiemmasta tutkimuksestaan
- Tuloksia ei saa yleistää ilman kritiikkiä eikä niitä saa selitellä tai kaunistella
- Raportit eivät saa johtaa harhaan tai olla puutteellisia
- Määrärahoja, jotka ovat myönnetty tutkimukseen, ei käytetä väärin tarkoituksiin. (Hirsijärvi & Remes & Sajavaara 1997, 29.)

Laadullisessa tutkimuksessa luotettavuutta on vaikea arvioida, koska ei ole olemassa yhtä ainoaa ohjetta jonka mukaan toimia. On kuitenkin muistettava, että tutkimusta arvioidaan aina yhtenä kokonaisuutena eli sen sisäinen johdonmukaisuus on kaikista tärkein. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 140.)

Luotettavuuteen vaikuttaa laadullisessa tutkimuksessa se minkälaisia näkemyksiä totuudesta on ja miten tutkimuksen luotettavuuskysymyksiin suhtaudutaan. Tietoteoreettisissa realismissa luotettavuus jaetaan neljään eri totuusteoriaan: totuuden korrespondenssiteoria, totuuden koherenssiteoria, pragmaattinen totuusteoria ja konsensukseen perustuva totuusteoria. Korrespondenssiteoriassa väite on vain totta, jos se vastaa todellisuutta. Koherenssiteoriassa väite on totta, jos se on jo todeksi todettujen väitteiden kanssa yhtä kestävä ja johdonmukainen. Pragmaattisessa väite on tosi, jos se toimii ja on hyödyllinen. Konsensuksessa ihmiset voivat yhdessä luoda väitteen totuuden. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 134–135.)

Totuuskysymysten lisäksi on otettava huomioon havaintojen luotettavuus ja niiden puolueettomuus. Puolueettomuus tulee ilmi esimerkiksi siinä, että tulkitseeko tutkija haastattelijaa itsenään vai suodattuuko haastattelijan tieto tutkijan oman kehysten läpi. Eli vaikuttaako siihen esimerkiksi tutkijan sukupuoli, ikä, uskonto, poliittinen asenne, kansalaisuus, virka-asema tms. siihen, mitä hän kuulee ja havainnoi. Laadullisessa tutkimuksessa tämä käy toteen, koska tutkija on tutkimusasetelman luoja ja tulkittaja. Luotettavuutta mietittäessä on myös siis otettava huomioon tutkijan puolueettomuusnäkökulma. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 135–136.)

Tutkimuksen eettisyys varmistettiin sillä, että haastateltavien anonymiteettisyys säilyi koko tutkimuksen ajan. Haastattelu tilanteet järjestettiin haastateltavien ehdoilla ja haastattelutilat olivat mukavat ja rauhalliset. Itse haastattelutilanteet pyrittiin pitämään kiireettöminä ja luontevina. Haastattelusta ei myöskään koitunut ylimääräistä vaivaa ajallisesti, sillä ne järjestettiin henkilöiden työajalla. Haastattelussa edettiin haastateltavien ehdoilla, esimerkiksi siten, että jokainen sai vastata vapaamuotoisesti ja rauhassa kysymyksiin. Luotettavuus varmistuu sillä, että tutkimus on toistettavissa ja ettei tutkimustuloksia muutettu tai vääristelty millään tavalla.

Validiteetti (tutkimuksessa on tutkittu sitä, mitä on luvattu) ja reliabiliteetti (tutkimustulosten toistettavuus) käsitteitä käytetään usein metodikirjallisuudessa tutkimusmenetelmien luotettavuuteen. Laadullisessa tutkimuksessa näitä käsitteitä on arvosteltu paljon, koska ne vastaavat etupäässä vain määrällisen tutkimuksen tarpeita. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 136.)

Viimeisten vuosikymmenten aikana on kirjallisuudessa pyritty kiinnittämään huomiota tutkimuksen luotettavuuden parantamisen eri tekniikkoihin. Tästä johtuen analyysimenetelmät ja laadullisen aineiston keruutekniikat ovat kehittyneet paljon. Parantamisideoita on ollut, että tutkimusprosessi olisi julkinen, eli tutkija raportoisi työtänsä yksityiskohtaisesti, tutkijakollegat arvioisivat prosessia sekä tutkimuksessa olevat haastattelijat arvioivat tuloksia ja johtopäätöksiä. Edelleen on kuitenkin tärkeintä laadullisessa tutkimuksessa se, että tutkijalla on tarpeeksi aikaa tehdä tutkimusta. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 142.)

4 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tutkimuksen tulokset osiossa käydään läpi tutkimuksen tuloksia. Tutkimustuloksia käsiteltiin muun muassa sisällönanalyysikaavion avulla, joka auttoi selkiyttämään tutkimuksen pääaiheita, jotka lopuksi koottiin selkeisiin laatikoihin (kuviot 1,2 ja 3). Tämän jälkeen tutkimustuloksia pystyttiin avaamaan kirjallisesti. Tutkimuksessa käytettyjen teemahaastattelukysymysten tarkoituksena ei ollut, että tutkimustuloksia lähettäisiin käsittelemään kysymyksittäin, vaan ajatuksena oli, että kysymykset auttavat tutkijoita selvittämään aiheita, jotka tulevat esille kysymysten varjolla. Siksi tulososiossa ei oteta enää puheeksi teemahaastattelukysymyksiä, vaan niitä aiheita, jotka tulivat haastattelussa voimakkaimmin esiin.

Aiheet jotka tulivat voimakkaimmin esiin, tai asiat jotka mainittiin useaan kertaan haastatteluissa, olivat aikuisen läsnäolo, aikuisen esimerkki, selkeä ja rauhallinen ympäristö, positiivinen palaute ja kannustus, avustaja, lastentarhanopettaja pitää tärkeänä lapsen tukemista päiväkodista lähtien, kaverisuhteiden ja leikin tukeminen, tunteiden ja toimintojen sanoittaminen, lapsi on osa ryhmää, aikuisten johdon mukaisuus, lastentarhanopettajan lisäkoulutus ADHD:n liittyen, tilanteiden ennakointi, ylimääräisen energian purkaminen ja lapselta vaadittu lyhyt työskentelyaika.

4.1 Haastateltavien taustaa

Haastatteluun osallistuivat kahden päiväkodin neljä lastentarhanopettajaa. Kaikki lastentarhanopettajat olivat eri lapsiryhmistä. Taulukossa 1. on listattuna perustietoja haastateltavien päiväkotiryhmistä.

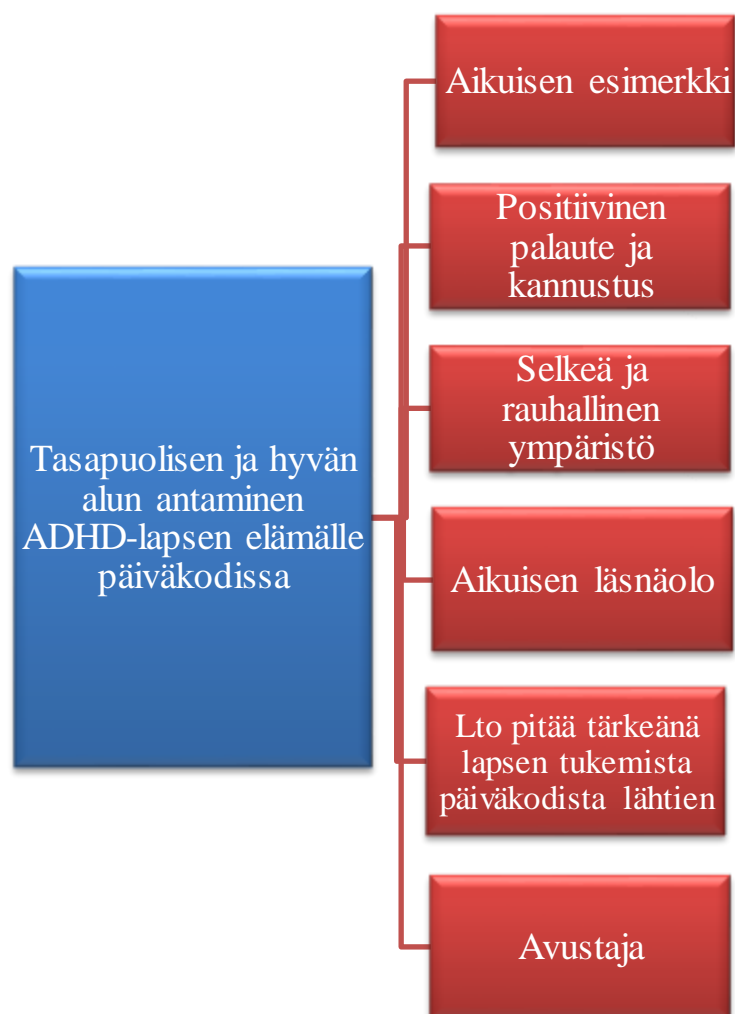
Taulukko 1. Taustatietoa haastateltavien lapsiryhmistä

Haastateltava	Lapsiryhmä
1. Haastattelu	3-5 vuotiaat
2. Haastattelu	3-5 vuotiaat

3. Haastattelu	3-5 vuotiaat
4. Haastattelu	1-5 vuotiaat

4.2 Tasapuolisen ja hyvän alun antaminen ADHD-lapsen elämälle päivähoitossa

Kuviossa 1. kuvataan aiheita, joista ensimmäinen yläluokka koostuu.



Kuvio 1. Tasapuolisen ja hyvän alun antaminen ADHD-lapsen elämälle päivähoitossa.

Tässä kohdassa avataan yläluokkaa, joka koostuu aiheista aikuisen esimerkki, positiivinen palaute ja kannustus, selkeä ja rauhallinen ympäristö, aikuisen läsnäolo, lastentarhanopettaja pitää tärkeänä lapsen tukemista päiväkodista lähtien ja avustaja.

Aikuisen esimerkki

Haastateltavat kertoivat, että aikuisen esimerkki on tärkeää, kun toimitaan ADHD-lapsen kanssa. Heidän mielestään oli tärkeää, että aikuinen pitää mallinsa eikä provosoidu lapsen kiukuttelusta tai alennu lapsen tasolle, kun tilanne on hankala, sillä lapsi huomaa aikuisen provosoitumisen helposti ja voi tällöin käyttäytyä vielä huonommin tai ärsyttää enemmän. Haastateltavat muotoilivat esimerkkinsä näin:

*”Jos lapsi on oikein niinku sillä tavalla hermostunu ja, ja niinku raivokoh-
taus meneillään, niin, niin niin, usein se että itte säilyttää sen oman maltin
ja rauhallisuuden, ja, ja että jos lapsen sanomisista tai tekemisistä provo-
soituu, niin se lapsi kyllä huomaa sen helposti ja, ja, ärsyttää vaan lisää tai
ärsyyntyy enemmän ja enemmän.”*

*”...yritän olla hyvä esimerkki, et käyttäydyn itse hyvänä esimerkkinä rau-
hallisesti ja sitten, ja positiivisella palautetta”*

Positiivinen palaute ja kannustus

Yksi tärkeimmistä asioista jonka jokainen haastateltavaa nosti esiin useamman ker-
ran, oli positiivisen palautteen antaminen ja lapsen kehuminen ja kannustaminen.
He kertoivat, että ADHD-lapset voivat saada huomattavasti enemmän negatiivista
palautetta verrattuna niin sanottuihin normaaleihin lapsiin, joten olisi todella tär-
keää, että lapsi saisi positiivista palautetta negatiivista enemmän. Positiivisen pa-
lautteen kautta lapsi voi rakentaa itsestään positiivista kuvaa ja hyvää itsetuntoa,
joka taas vaikuttaa hänen kaikkeen tekemiseen myöhemminkin. Osa luonnehti pa-
lautteen antamista näin:

*”...positiivista palautetta mahdollisimman paljon ja sitä pitäis olla niinku
ihan tuhatmäärin enemmän kuin sitä rajattavaa ja sellasta...”*

”...että se menis niinku semmosen kannustamisen kautta, et sais sitä itsevarmuutta ja, ja itsetunnonkohotusta sillä et se toimii oikein ja sillä sujuu hyvin.”

”...mahdollisimman positiivisen kautta sitä palautetta yleensä, et kun monta kertaa tulee sillä tavalla et nääkin lapset niin, joutuu kieltämään tai että kun joutuu niinkun periaatteessa, tulee sellasia äkkinäisiä tilanteita, ja nimi kuuluu siellä ryhmässä, niin sitten niinkun tulee sellasta vähän negatiivinen kaiku siihen. Et yritetään sen positiivisen kautta aina, ja sitten, ja pysähdytään oikeesti sen asian äärelle ja jutellaan siitä...”

Yksi haastateltavista totesi, että kehuja pitää silti antaa oikein asioista ja aidosti, sillä lapsi huomaa kyllä, jos aikuinen ei tarkoita sanomaansa. Hänen mukaansa lasta pitää kehua pienistäkin onnistuneista asioista, ja kannustaa epäonnistumisista huolimatta. Positiivista palautetta tulisi antaa kaikesta missä lapsi onnistuu, oli sitten kyseessä vaikka pieni hetki, jolloin lapsi jaksoi istua nätisti paikoillaan, maltin pitämisestä haastavassa tilanteessa, hyvin sujuneesta leikkihetkestä tai muusta vastaavasta. Positiivisen palautteen antaminen pitäisi myös tapahtua heti eikä myöhemmin, sillä lapsi unohtaa nopeasti tapahtumat, kuten eräs lastentarhanopettaja totesi:

”Et jos hän tekee jotain hyvin, niin välittömästi, et heei, ylävitonen ja, vitsi sä oot hyvä, ja, vau, sellasta ihailua ja iloa siitä.”

”Ja sit mun mielestä vielä tärkeempää on kaikesta hyvästä, mutta oikeasta, ei niin että keksii jotain kehumista.”

”Ja aina kehua jos osaa olla paikoillaan. Mun mielestä positiivinen palaute, kehuminen on kaikkein paras tie. Se antaa tuloksia.”

Lastentarhanopettajien mukaan lasta voidaan kannustaa ja kehua kaikella mahdollisella tavalla, ilmeillä, eleillä, sanoilla, kosketuksella ja pienillä palkinnoilla, joita voivat olla esimerkiksi ylimääräinen aika kahden kesken aikuisen kanssa, tai esimerkiksi tarra tai muu vastaava.

”Ja miten sitä palautetta annetaan, niin, niin ihan vaan kehumalla ja kannustamalla niinku sanallisesti, mutta hymyilemällä halaamalla ja peukku näyttämällä ja ylävitosta, ja, ja silittämällä, hiusten pörröttämisellä ja kaikella tavalla millä vaan voi, niinku ilmeillä ja eleillä näyttää että menee hienosti ja hyvin.”

”...esimerkiksi ruokailussa me ollaan käytetty sitä, tai missä tahansa tilanteessa tietysti voi käyttää sitä, nostetaan peukku ylös. Jes, sä onnistuit, hienosti. Niin niin semmonen, ihan pienillä asioilla.”

Selkeä ja rauhallinen ympäristö

Haastateltavat kertoivat, että heidän mielestään on tärkeää, että ADHD-lapsi saisi työskennellä ja olla mahdollisimman selkeässä ja rauhallisessa ympäristössä. Työskennellessä työtilan olisi hyvä olla siisti ja rauhallinen, jotta lapsella olisi ympärillään mahdollisimman vähän ärsykejä ja keskittymistä häiritseviä asioita. Siirtymätilanteiden tulisi olla rauhallisia ja selkeitä, ja päivää voisi selkiyttää esimerkiksi kuvakorteilla tai muilla apuvälineillä, joiden avulla lapsi pystyy paremmin hahmottamaan päiväänsä ja sen tapahtumia. Pukemistilanteita saattaa helpottaa se, että lapsi laitetaan hieman syrjempään pukemaan, jolloin hän saa oman rauhan pukemiseen, kertoi eräs haastateltavista.

”Esimerkiks pukemistilanteissa katotaan aina se oma paikka missä puetaan vaatteet, ja sitte se semmonen niinku stukturoitu päivärytmi, että on niinku mietitty että mitä tapahtuu seuraavaks ja, ja mitä tapahtuu seuraavaks ja kaikki tämmöset kuvakortit ja muut havainnollistaa sitä päivää, että tiedetään, että mitä se lapsiki pysyy paremmin kärryillä siinä et mitä tapahtuu seuraavaksi.”

”...silloon ku tehdään jotain tehtäviä, niin tai, tai maalataan, niin että ei olis liikaa tavaraa siinä pöydällä tai ei olis liikaa hälinää...”

Lastentarhanopettajien mielestä on myös tärkeää sijoittaa lapsi sellaiselle istumapaikalle, jossa hänen vierustoveri on rauhallinen, sillä ADHD-lapsen keskittymisen herpaantuu hyvin helposti, jos viereinen lapsi on levoton.

”Ja sitte että pitää miettiä, että kenen vieressä voi, voi istua, et missä hyvin, paremmin voi keskittyä.”

”No siinon se aikuinen lähellä. Pitää miettiä kenen vieressä istuu. Siihen ei kannata viereen ottaa sitä jonka kanssa se sutina on kaikkein vilkkainta. Et se olis niinku semmonen rauhallinen ja aikuinen siinä lähellä.”

”...siis lasten ympäristö, et se niinku järjestetään sillä tavalla että se on lapsille paras mahdollinen vaihtoehto esimerkiksi tuokiolle, et sit niil o etukäteen päätetty missä päin ne istuu ja että, on niinku sullei mietitty kuka on vieressä sitte siinä penkillä istumassa.”

ADHD-lapselle pienryhmätoiminta olisi ihanteellisin toimintamalli, jotta ympärillä ei tapahtuisi liikaa asioita, ja aikuisella olisi hänelle enemmän aikaa. Myös kahdenkeskeinen aika aikuisen kanssa olisi todella tärkeää, jotta lapsi saisi välillä aikuisen kaiken huomion. Näin haastateltavat kertoivat:

”...mahdollisimman paljo semmosta niinku yksilötyöskentelyä.”

”...pyritään pitämään tällaisten lasten kohdalla struktuurit hyvin selkeinä eli siis, tota niin niin, ja sitten siirtymätilanteet mahdollisimman rauhallisina ja pyritään liikkumaan pienissä porukoissa.”

Lastentarhanopettajat myös mainitsivat, että selkeä päivärytmi on yksi tärkeä tekijä ADHD-lapsen päiväkotipäivässä, sillä rutiinit ja selkeät toiminnot tekevät ADHD-lapsen päivästä helpomman. Lasta voi helpottaa, kun hän tietää mitä seuraavaksi tapahtuu, hän osaa valmistautua tulevaan ja näin uudet tilanteet eivät pääse yllättämään, jolloin lapsi voi pysyä rauhallisempana. Päivärytmiä voi haastatteluun osallistuneen lastentarhanopettajan mukaan selventää esimerkiksi kuvakorteilla tai muilla päivää havainnollistavilla tavoilla.

”...sitte se semmonen niinku stukturoitu päivärytmi, että on niinku mietitty että mitä tapahtuu seuraavaks ja, ja mitä tapahtuu seuraavaks ja kaikki tämmöset kuvakortit ja muut havainnollistaa sitä päivää, että tiedetään, että mitä se lapsi pysyy paremmin kärryillä siinä et mitä tapahtuu seuraavaksi.”

Aikuisen läsnäolo

Aikuisen läsnäolo koettiin haastateltavien kesken tärkeäksi, sillä ilman aikuisen valvovaa silmää lapsen toiminta todennäköisesti menee riehumiseksi tai muuksi epätoivotuksi toiminnaksi.

”...aikuisen läsnäolo on tässä tärkeää, että me aikuiset ollaan siinä askelta edeltävä, vähä niiku ennaltaehkäisemään niitä pahoja tilanteita mitä voi sattua.”

”Fyysinen läsnäolo, välillä sehän riittää että niinku laittaa sen lapsen jalan päälle käsi vaan rauhottumaan jos jalat rupee hyppi...”

Heidän mukaansa aikuisen tehtävä on valvoa lapsen leikkiä ja muita sosiaalisia tilanteita, ja tarvittaessa aikuinen keskeyttää toiminnan ja kertaa säännöt tai ohjaa lapsen uuteen toimintaan, mikäli lapsi ei osaa toimia sovitulla säännöllä. Usein lapsi saattaa tarvita aikuisen läsnäoloa myös, koska ei osaa tai ymmärrä kuinka jostain leikkiä leikitään ja peliä pelataan, tai hän ei ymmärrä miksi oma tapa leikkiä ei sovi tiettyyn tilanteeseen. Silloin aikuisen tehtävä on leikkiä tai pelata lapsen rinnalla tai ohjata tilannetta sivusta, kuten he kommentoivat:

”...usein tällasten kohalla niin. Siinä kohtaa ku aikuinen vetäytyy niinku liian kauas niin se lähtee meneen siihen, siihen semmoseen, tosi vauhdikkaaseen ja hurjaan ja tavarat lentää...”

”...jos ne lapset jättää vaan sinne leikkimään niin siellä on hetkenpästä ehkä, ehkä riitä tai, tai yhtä ei oteta mukaan tai, tai muuta, et sehän vaatii aina yhden aikuisen siihen lähelle.”

”...mietitään yhdessä, istutaan alas aikuisen kanssa yhdessä ja mietitään mitä tehtäis. Ja mielellään aikuinen on mukana aloittamassa sitä touhua.”

Lastentarhanopettaja pitää tärkeänä lapsen tukemista päiväkodista lähtien

Haastatteluun osallistuneet lastentarhanopettajat pitivät erittäin tärkeänä, että lapsen tukitoimet aloitetaan jo päiväkodissa. He kertoivat, että mitä aikaisemmin lapsi

saa tarvitsemaansa apua, sitä helpompi hänen on jatkaa elämää eteenpäin. Eräs haastateltavista kommentoi asiaa näin:

”Mä pidän sitä todella tärkeenä. Just sitä kautta et se lapsi saisi sen avun, sit se pärjäis koulussa, se pärjäis eskarissa. Se vaikeutuu koko ajan se elämä mitä pitemmälle mennään. Pitää kyetä aina vaan enemmän...”

Ja vaikka lapsi ei olisi saanut vielä virallista apua ongelmiinsa, voi lastentarhanopettaja havainnoida lasta jo ennen mitään diagnooseja, jos hänellä herää huoli lapsesta. Heidän mukaansa tämä helpottaa prosessia jossa arvioidaan, voiko lapsi saada erityistä tukea päiväkodissa ja myöhemmin koulussa. Erityinen tuki tuo myös turvallisuutta lapsen päiviin päiväkodissa, kun lapsi saa tarvitsemaansa apua ja ymmärrystä sekä tukea päivittäisiin tapahtumiin, kuten sosiaalisten suhteiden luomiseen ja hyvän itsetunnon rakentamiseen. Näin he kertoivat:

”...että kun sitä tehdään päiväkodista ja varhaiskasvatuksesta lähtien, niin se auttaa niin paljon niinkun eteenpäin elämässä ja että, että hän voi vapautuneesti olla omana itsenään ja tehdä omana itsenään, ja tota niin niin, saada tukea siihen sit jatkossa.”

”... pidän erittäin tärkeänä, että vaikka meillä ei vielä oookkaan niitä diagnooseja, niin me tehdään havainnoiteja.”

”Tosi paljon me tehdään päiväkodissa jo niinku toimia, että me tuettais sitä lasta mahdollisimman hyvin...”

”Että olis niinku turvallinen ja kaikilla tavalla turvallinen, sosiaalisesti ja psyykkisesti ja fyysisesti turvallinen olo, olla päiväkodissa.”

Mitä myöhemmin lapsi saa tarvitsemaansa apua, sitä vaikeammaksi tilanne saattaa edetä. Eräs haastateltavista kertoi, että avun saaminen ajoissa kestää kauan, sillä pedagogisiin arvioihin ja muihin virallisiin asioihin uppoaa paljon aikaa ja päätöksenteko on hidasta.

”...niin ennenkö kaikki on käyty ja ennenkö se pääsee mihinkään tuen piiriin, niin voidaan olla jo vaikka kuinka pitkällä.”

”...tuntuu että siinä kestää aika kauan että jos me ollaan huolissamme jostain lapsesta niin sitte että ennenkö erityisopettaja tulee, ja täytetään niitä lomakkeita, pedagogisia arvioita ja muita.”

Haastateltavat kertoivat myös, että mahdollisen diagnoosin saatuaan lapsi ja koko lapsen perhe saa rauhan ja heidän on helpompi hyväksyä lapsen tietynlainen toiminta, kun sille on jokin selitys:

”...se helpottaa niin paljon, jos sitten tulee tämä diagnoosi, se helpottaa sitä lastan niin paljon ja perhettä ja koko sitä niinku päiväkodissa olemista tai koulussa olemista...”

”...se laps ja perhe saa tietosuuden siitä että siinä lapsessa ei ole mitään vikaa, vaan että se on se tietty ADHD oire mikä saa sen aikaseks ja tämän käytöksen sit tällä lapsella. Et se tulee niinku tavallaa hyväksytyksi niinku lapsi sellaisenaan, kuin että häntä joutus koko aika kieltämään...”

Eräs lastentarhanopettaja toivoo kaikkien lasten saavan mahdollisimman hyvän alun päiväkodista, etenkin ADHD-lasten, sillä he voivat joutua helposti koulukiusatuiksi. Hänen mukaansa päiväkodissa luodaan pohja hyvälle kaverisuhteille ja yritetään mahdollisimman hyvin ennaltaehkäistä mahdollista kiusaamista. Näin hän muotoili asian:

”Mä toivoisin, että mä onnistuisin siinä että lapset täällä päiväkodissa, et ne sais hyvän alun täältä, että se ei niinku alkaa, koska ne ADHD-lapset voi olla kyllä semmosia mitä niiku tulee koulussa kiusattuna...”

Avustaja

Hyvässä tapauksessa lapsi voi saada itselleen avustajan tai ryhmään voidaan saada ryhmäavustaja. Lastentarhanopettajat kertoivat, että avustaja voi heidän ohjeistuk-

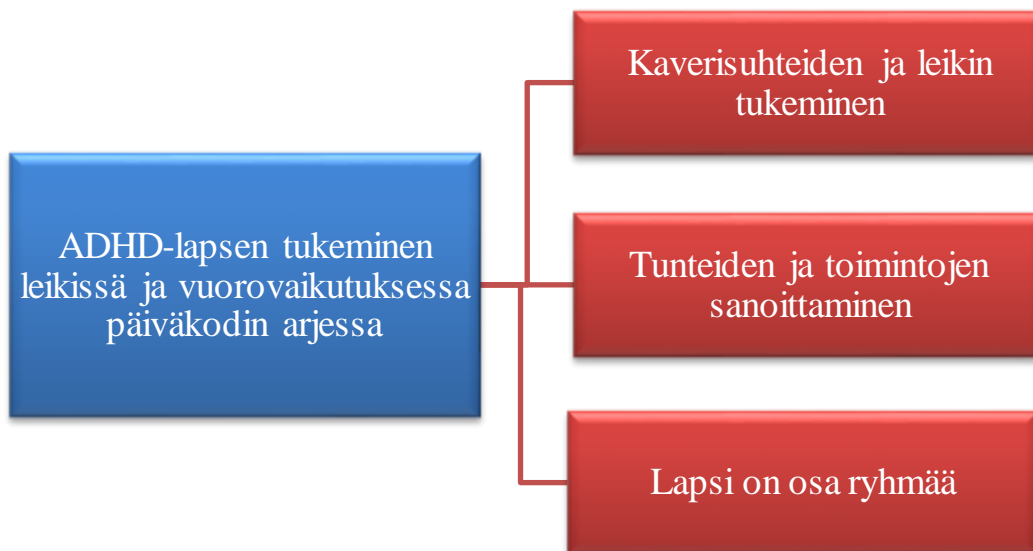
sella tehdä lapsen kanssa tarvittavia tehtäviä, tai pelkästään olla mukana lapsen arjen toiminnoissa ja tarjota apua silloin kun lapsi tuntuu sitä tarvitsevan. Esimerkiksi istumatilanteissa joissa lapsen pitää jaksaa istua paikoillaan, avustaja on hyvä apu rauhoittamaan lasta ja suuntaamaan lapsen huomion oikeisiin asioihin. Avustajan avulla myös lastentarhanopettaja voi helpommin keskittyä koko ryhmään, eikä esimerkiksi toimintatuokiot tai muut ohjatut hetket keskeydy sen vuoksi, että hänen pitäisi rauhoitella tai huomauttaa ADHD-lapsen mahdollisesta häiritsevästä käyttäytymisestä. Muun muassa näin lastentarhanopettajan kertoivat avustajasta:

”Usein jos lapsella on avustaja tai ryhmässä on ryhmäavustaja niin, se tekee aika paljon. Kun sen lapsen kanssa kahdestaan niin että lastentarhanopettaja ohjaa avustajaa, että mitä tehdään ja miten tehdään ja sitte avustaja on siinä mukana.”

”Ja jos ryhmässä on avustaja, niin se avustaja auttaa siinä, siinä että menään yhdes kattomaan varastosta, että mitä haluais tehdä. Joskus voidaan ohjata se niin että nyt pelataan, et minkä pelin sä haluat valita, tai nyt rakennellaan, mikkä rakennusvälineet haluat ottaa...”

4.3 ADHD-lapsen tukeminen leikissä ja vuorovaikutuksessa päiväkodin arjessa.

Kuviossa 2. kuvataan aiheita, joista toinen yläluokka koostuu.



Kuvio 2. ADHD-lapsen tukeminen leikissä ja vuorovaikutuksessa päiväkodin arjessa.

Tässä kohdassa avataan yläluokkaa, joka koostuu aiheista kaverisuhteiden ja leikin tukeminen, tunteiden ja toimintojen sanoittaminen ja lapsi on osa ryhmää.

Kaverisuhteiden ja leikin tukeminen

Haastatteluun osallistuneet lastentarhanopettajat kertoivat, että ADHD-lapsen voi olla vaikeaa keksiä kunnollista leikkiä tai hänelle sopivia leikkikavereita, ja tässä vaiheessa olisi tärkeää, että aikuinen auttaa lasta löytämään sopivan leikin ja kaverit. Koska lapsen leikki voi usein olla riehumista ja lyhytjänteistä, eikä hän osaa leikkiä toisten lasten kanssa rauhassa, voi hänen olla vaikea löytää ystäviä. Toiset lapset voivat pelätä tai pitää ADHD-lastaa huonona leikkikaverina, koska hän ei osaa käyttäytyä reilusti tai sääntöjen mukaisesti. Tällöin aikuisen tehtävänä on aloittaa lapsen kanssa leikkiminen, ja näyttää kuinka kyseistä leikkiä leikitään. Helposti voi käydä niin, että kun aikuinen on hetken aikaa leikkinyt lapsen kanssa, ympärille on

kertynyt muitakin lapsia seuraamaan leikkiä, tai he ovat liittyneet jo mukaan leikkiin. Tässä vaiheessa aikuinen vetäytyy taaemmaksi tarkkailijan rooliin ja antaa tilaa muille leikkijöille, kuten yksi haastateltavista kertoi:

”Joskus jopa niin että kurupee leikkiin tämmösen adhd-lapsen kaa, tai semmosen lapsen kanssa jolla ei oo kaveria. Aikunen menee leikkiin, niin hetken päästä siinä on todella monta. Sitte ku oot vielä hetken, niin et pystyt vetäytyyn, ja he parhaas tapaukses jatkaa sitä leikkiä. Koska aikuisen tehtävä on tehdä ittensä tarpeettomaks. Ei niin et se on se kunkku sielä ja kaikki roikkuu helmois. ”

”Hän ei nää sitä, että, että se leikki ei oo toisten mieleen. Et hän ei ymmärrä, et hän rikkoo sen leikin ja hän tekee pahaa.”

”...etenkin tämmösen adhd-lapsen kanssa on tärkeetä et sitä leikkiä myös ohjataan, että ne, et ne sosiaaliset ja emotionaaliset taidot niinku kehitty siinä leikin lomassa, ja kaveritaidot ja tämmönen niinku vastavuoroisuus ja jakaminen, vaihtaminen, vuorottelu...”

Yksi tärkeä asia leikkiin ohjaamisessa on erään lastentarhanopettajan mielestä tietenkin myös se, että lapsi saisi tilanteen mukaan valita sellaisen leikin, josta hän pitää ja joka kiinnostaa häntä. Tällä tavoin lapsi jaksaa ehkä leikkiä pidempään yhtäjaksoista ja kunnollista leikkiä. Tällä tavoin hän muotoili asian:

”Että joskus ollaan piirissä ja kysytään lapsilta, että mitä ne haluais tehdä ja silloin ku se on sen oman halun mukaista toimintaa niin, niin silloin siihen jaksaa yleensä jaksaa keskittyä pitempään.”

Haastateltavat kertoivat, että he voivat myös yhdessä etsiä lapselle kaverin tai tekemisen, tai he voivat etsiä jo valmiin leikin johon lapselle keksittäisiin oma selkeä rooli, jotta hän pääsisi mukaan toisten lasten leikkiin. Tämän jälkeen haastateltavien mukaan, aikuisen tehtävänä on valvoa, että lapsi jaksaa ja osaa leikkiä sääntöjen mukaan ja tarvittaessa aikuinen ohjaa lasta.

”...yhdessä mennään, etitään kaveria ja katotaan että minkä... harjotellaan siihen leikkiin liittymistä myös, että hei voinko tulla leikkiin, tässä tilanteessa voi sanoa et hei voiko tulla leikkimään, mitä te leikitte...”

”...aikuinen menee lapsen kanssa yhdessä ihan kysymään kun huomaa etkun lapsi pyörii ja ihmettelee, tai sit tulee ihan kysymään aikuiselta et mä en pääse tohon niin, ja aikuinen menee mukaan kysymään ja tekee se yhdessä ja harjoitellaan sitä toistamiseen ja toistamiseen.”

”...siihen pitäis aikuisen yrittää keksiä semmonen rooli hänelle, et hän sopii siihen, vaikka sitte hän voi olla vaikka, jos hän tykkää leikata paperia, niin hän vois olla vaikka semmonen. Kodin arkistoija. Et nyt se ois vaikka joku setä joka olis ja se tekis tällasta työtä. Ja sit muut leikkis sitä toista, mut se olis osana sitä leikkiä ja se pikkuhiljaa sitte pääsis siihen. Toiset ottais mukaan, sais sitä hyväksyntää.”

ADHD-lapsen leikki muuttuu helposti riehumiseksi tai liian villiksi toiminnaksi, kuten eräs haastateltavista kertoi. Tällöin alkuperäisen leikin idea hukkuu, ja lapsi alkaa käydä liian suurilla kierroksilla, ilman että osaa itse rauhoittaa itsensä. Sen lisäksi, että ADHD-lapsi itse riehuu, alkavat helposti hänen leikkiverinsakin riehumaan, tai päinvastoin leikkiverit eivät halua leikkiä enää ADHD-lapsen kanssa ja vaihtavat leikkiä. Hänen mukaansa aikuisen tehtävä on suunnata lapsen väärille urille suuntautunut leikki takaisin alkuperäiseen tai keksiä uusi leikki.

”...se on ajattelemattomuutta. Kaikki semmonen tavaroiden heitteleminen ja semmonen, niin se on niinku, hän elää sellasta jotain omaa, ja yleensä nämä lapset. Niin se on sellasta räiskintää, mut siinä ei oo tarkoitus vahingoittaa toisia.”

Eräs lastentarhanopettaja huomauttaa, että joskus olisi hyvä myös sallia puhtaasti riehumista varten rakennettu leikki, jolloin lapsella olisi lupa riehua ja purkaa ylimääräistä energiaa turvallisesti. Tällaisia voivat olla erilaiset ulkona järjestetyt leikit, tai esimerkiksi jumppasalissa tai muussa väljemmässä tilassa järjestettävät leikit, kuten hän kertoo:

”...että semmonen niinku fyysinen purkaminen, kun sitä saa oikeesti tehdä ja koko ajan ei kaikkea rajoteta, että lapsethan on luotuja liikkumaan...”

”...että on myös tila sille riehumiselle, että välillä saa myös riehua.”

Yksi lastentarhanopettajista kertoi, että heillä on käytössä niin kutsuttu ystäväpussi. Sen avulla kaikille lapsille löydetään kaveri, eikä kukaan jää ilman. Ystäväpussin ideana on myös, että lapset oppisivat leikkimään uusien ystävien kanssa, eikä välttämättä aina sen parhaimman ystävänsä kanssa. Näin ystäväpussista kerrottiin:

”Ja sit et, mitä me ollaa käytettytos meidän ryhmässä esimerkiksi, on se että käytössä se ystäväpussi. Lapsethan periaatteessa menevät leikkimään sen tiettyjen lasten kanssa ja sitten saattaa olla että joku jää ilman kaveria aina, niin sitten on ystäväpussi josta nostetaan kaks nimeä ja sit kaverukset leikkivät keskenään.”

Tunteiden ja toimintojen sanoittaminen

Kuten eräs haastatteluun osallistuneista lastentarhanopettajista kertoi, ADHD-lapsen on vaikea hahmottaa, milloin tai mistä syystä hän ei ole mukavaa leikkiseuraa, tai milloin hänen toimintansa muuttuu sellaiseksi, että se ei ole toisten lasten tai aikuisten mieleen. Tästä syystä hänen on ehkä vaikeampi rakentaa pysyviä sosiaalisia suhteita toisiin lapsiin. Lapsen on myös ehkä vaikeaa tunnistaa omia tunteitaan ja tuntemuksiaan, ja hän saattaa pilata muiden lasten leikin epäsovivalla käytöksellä, kuten rikkoa toisten leikin tai tekemällä väkivaltaa toiselle lapselle tai aikuiselle, koska hän ei osaa käsitellä omia tunteitaan oikealla tavalla. Tällä tavoin eräs haastateltavista kertoi:

”...jos aikuinen sanoo et, että sä häiritset ja sä rikot tämän leikin, niin se on vähä niinku vettä hanhen selästä. Mutta kun se palaute tulee niiltä lapsilta, että me ei haluta leikkiä, niin silloin se hänen ilme oli oikein todella hämmästyny, ja silloin on hyvä et siinä on aikuinen niinku sanottamassa ja hakemassa sitä kompromissia että, on hyvä niinku hänenki tiedostaa, että ai noi ei halua mua, et mä rikon. Ja sitten taas niin, aikuinen hakee niinku sen

että mites täs nyt toimitaan, mikä olis se rooli ja mitä, sovitaanpa yhdessä, et, miten teidän leikin säännöt nyt menee...”

Lastentarhanopettajien puheista kävi ilmi, että turhautuminen ja siitä johtuvat raivo-kohtaukset ja muu negatiivinen toiminta helpottuu, kun aikuinen auttaa lasta tunnistamaan ja sanoittamaan lapsen tunteita ja tuntemuksia, ja auttaa lasta löytämään oikean tavan purkaa aggressioita ja rauhoittua, kun lapsi on ahdistunut tai on raivo-kohtauksen vallassa. Lastentarhanopettajat luonnehtivat asiaa näin:

”...pienet lapset ei osaa sitä tunteiden säätelyä vielä, vielä niin hyvin, että se tunteiden säätely, sitä opitaan vähitellen ja aikuisen pitää olla siinä auttamassa ja sanottamassa niitä tunteita.”

”...sitä opitaan vähitellen ja aikuisen pitää olla siinä auttamassa ja sanottamassa niitä tunteita. Ja jotkut, joillekin rauhoittaa se että se otetaan syliin, ja, ja joitaki, jotkut lapset haluaa rauhoittua itse. Jotkut sanoo että mä haluan mennä tänne rauhoittumaan, tai mä meen omalle paikalle istumaan. Se pitää vähä aina tilanteen mukaan, että kun oppii tuntemaan sen lapsen, että mikä, minkälainen toiminta rauhoittaa sitä parhaiten.”

”Ja sitte jos se on sovittu jotain ja hän ei kykene siihen, niin sit harmitellaan lapsen kans sitä ihan vilpittömästi, et voi että, nyt ei oikein menny niinku ajateltiin, mutta koitetaan uudestaan, kyllä sä ens kerralla onnistut.”

”...lapselta ei välttämättä kysytä että miksi olen tehnyt tai miksi teit näin, tai et vaan että kysytään että mitä tapahtu ja sit lähetään tavallaan niinku purkamaan sitä asiaa vaan, että ku se tapahtu näin niin mitä tehdään, mitä seuraavan kerran tehdään jotta näin ei tapahtuisi.”

Eräs haastateltavista mainitsi, että lapselta on myös hyvä varmistaa, että hän ymmärsi kaiken sen mitä hänelle sanottiin, sillä ei ole selviö, että asia on mennyt perille, vaikka lapsi näennäisesti kuunteli ohjeita. Hän on voinut olla niin omissa maailmoissa tai keskittynyt seuraamaan muita tapahtumia, ettei hän muista enää mitä hänelle kerrottiin. Voi myös olla, että lapsi ei ole ymmärtänyt kerrottua, vaikka hän siltä olisi aiemmin vaikuttanut.

”...sanottaminen on yks, että varmistaa että se ymmärtää...”

”...ja just se katsekontakti, lähelle ottaminen. Ja joskus ohjeen toistaminen, että, että varmistaa että se niinku ymmärtää että mistä me ollaan niinku puhuttu. Että sen näkeeki kyllä lapsen päältä aika hyvin, kun sä oot tarpeeks lähellä. Niin sen kyllä huomaa ku sä oot herkkänä, ja katsot ja kuuntelet mitä se puhuu, niin siitä näkee kyllä että, ollaanko me täs maailmas yhtä aikaa. Vai onks hän jossain ihan muualla. ”

Lapsi on osa ryhmää

Haastateltavilta kysyttiin, ovatko he keskustelleet ryhmässä lasten kanssa ADHD:sta, ja kaikkien mielestä oli selvää, ettei se ole tarpeen, tai että asiaa ei ainakaan ilmaista siten, että tietylle lapselle annettaisiin jokin leima. Jos asiasta on keskusteltu, on voitu kertoa, että jotkin lapset pitävät jostain asiasta, ja joku toinen lapsi voi pitää toisesta asiasta. On rauhallisia sekä vauhdikkaita lapsia, ja jokainen on hyvä sellaisenaan. Pääasia tuntui olevan, ettei kenenkään lapsen tarvitse tuntea olevansa erilainen tai huono muihin verrattuna, ja on tärkeää, ettei ADHD-lapsesta tai kenestäkään muustakaan lapsesta puhuta yleisesti, että juuri tämä lapsi on aina vaikea ja hankala, sillä silloin myös toiset lapset ja ADHD-lapsi itse, alkavat helposti ajattelemaan, että hän on aina erilainen ja hankala, ja se on huono asia. Näin haastatteluun osallistuneet kertoivat toimineensa:

”Että joku tykkää pyöräilystä ja joku tykkää uimisesta ja joku jaksaa tehdä kauan tehtäviä ja joku ei jaksa tehdä niin paljoo. Et ei sitä oo mun mielestä niinku tarkotuksen mukasta korostaa tai, tai kertoa lapsille. Että jokainen lapsi on omanlainen ja yhtä tärkeä just sellasena kun on.”

”...tavallaan ihan sitä kautta et on erilaisia lapsia ja sitten että tämä lapsi ei niinku osaa rauhottua tai on lapsia jotka eivät osaa rauhottua, ja hän joutuu tekemään nyt sit vaikka jotain muuta siinä ja saa mennä sivuun esimerkiksi päiväpiiristä tai jostakin, niin niin, sillä tavalla ollaan käsitelty.”

”Ei sillai, ei mitään niinku siis että nyt. Tai ei yleensäkkään sillai että on. Että ku tuo on aina tommonen tai tuo on vaikee, vaan niinku yritetään siinäki niinku hakee niitä hyviä juttuja...”

”Meitä on hiljasia ja sit on vauhdikkaita.”

4.4 Muut päiväkodin käytännöt, joilla ADHD-lasta voidaan tukea päiväkodin

Kuviossa 3. kuvataan aiheita, joista kolmas yläluokka koostuu.



Kuvio 3. Muut päiväkodin käytännöt, joilla voidaan tukea ADHD-lastaa päiväkodin arjessa.

Tässä kohdassa avataan yläluokkaa, joka koostuu aiheista ylimääräisen energian purkaminen, lastentarhanopettajan lisäkoulutus ADHD:n liittyen, lapselta vaadittu työskentelyaika lyhyt, tilanteiden ennakointi ja aikuisten johdonmukaisuus.

Ylimääräisen energian purkaminen

Haastateltavilta lastentarhanopettajilta kysyttiin, miten lapsi voi purkaa ylimääräistä energiaa, ja fyysinen toiminta ja rauhoittuminen erillisessä tilassa vaikutti olevan toimiva ratkaisu. Lapsi voidaan viedä hetkeksi rauhoittumaan toiseen tilaan, tai hänelle on voitu antaa rumpu, jolla hän on saanut rummuttaa niin paljon kuin on jaksanut, tai jos ryhmän tilanne on antanut periksi, on lapsi voitu laittaa ulos aikuisen kanssa, jossa hän on saanut juosta ja purkaa energiaa. Tämän jälkeen lapsi on jaksanut taas keskittyä ohjattuun toimintaan.

”...jos henkilökuntaa on tarpeeksi, ja jos, jos niinku situation som kräver et hän voi sit mennä toiseen huoneeseen rauhoittumaan tai tekemään jotain muuta.”

”Että kun se keskittyminen siihen asiaan herpaantuu, niin, niin voisko käydä välillä hyppimässä tai tekemässä jotain muuta, purkamassa sitä energiaa ja sitten taas jonkin ajan päästä tulla jatkamaan sitä samaa.”

”...etenkin jos ryhmässä on avustaja, niin joskus ollaan lähetty, niin että avustaja on lähteny sitten lapsen kanssa vaikka rummuttamaan pihalle niin ku se että, otettu joku kehärumpu ja saanu paukuttaa sitä niin kauan ku jaksaa, tai, tai sitte mikäli ryhmätilanne antaa periksi niin, niin ei muuta ku kengät jalkaan ja juoksemaan pihalle ja, ja että saa purkaa sitä energiaa.”

Kuten eräs haastatteluun osallistunut totesi, lapset ovat luotuja liikkumaan. On aivan turhaa käskää lasta, normaalia tai ADHD-lastaa, pysymään tiukasti aloillaan, sillä se hyvin harvoin onnistuu. Hänen mukaansa lapselle on annettava mahdollisuus pieneen liikkumiseen tai kuten muutkin lastentarhanopettajat mainitsivat, lapselle voi antaa jonkin pienen esineen näpertelyyn, jotta hän voisi keskittyä paremmin ohjattuun toimintaan tai esimerkiksi sadun kuuntelemiseen. Lasta voi myös rauhoittaa erilaiset apuvälineet, esimerkiksi aktiivityyny, kuten eräs haastateltavista kertoi. On myös tärkeää, että aikuinen on lapsen lähellä, jolloin hän pystyy rauhoittella lasta, ettei tilanne pääse liian villiksi. Näin haastateltavat mainitsivat asiasta:

”...että semmonen niinku fyysinen purkaminen, kun sitä saa oikeesti tehdä ja koko ajan ei kaikkea rajoteta, että lapsethan on luotuja liikkumaan...”

”...se aikuinen on lähellä, se on tärkeää siinäkin tilanteessa että, ja sitten tota niin niin, ihan tämmösiä pieniä juttuja esimerkiksi taskussa voi olla helmi. Se ny vähä riippuu lapsesta. Taskussa voi olla helmi, kädessä voi olla sinitarraa et on jotain tekemistä, tavallaan et laps saa, et se joutuu istumaan rauhassa ja kuuntelemaan...”

”...näähän on hyviä nää aktiivityynyt tai jotkut tämmöset mitkä auttaa sitä paikoillaan olemista.”

”...sitte jos se on mahdotonta se paikalla pysyminen, niin pitää antaa liikua vähä.”

Lastentarhanopettajan lisäkoulutus ADHD:n liittyen

Lisäkoulutus ADHD:n liittyen koettiin hyödylliseksi erityisesti siksi, koska ADHD:n koetaan arkipäiväistyneen ja nykyään ADHD-lapsia tuntuu olevan entistä enemmän. Uusi tieto koettiin hyvänä asiana, sillä uutta tietoa, tutkimuksia ja uusia toimintatapoja tulee koko ajan lisää. Näin asia tuotiin ilmi:

”...mä oon sitä mieltä, että aina uus koulutus on hyödyllistä ja aina kaikesta tulee uutta tietoa, ja kaikesta tehdää niinku uusia tutkimuksia ja kaikkea, et aina kaikki uus on hyvää.”

”...kyllähän vois olla ihan hyvä saada ihan oikeestikin luentoja just koska se on kyllä arkipäivässä läsnä joka vuosi melkein enemmän tai vähemmän.”

”Ja mun mielestä tommonen koulutus, ehkä joku niinku spesifi koulutus just tähän niinku adhd:seen ja totta kai esimerkiks autismin kirjoon ja kaikkiin tämmösiin mitkä on ehkä semmosia yleisimpiä mitä niinku päiväkodeissakin ryhmässä saattaa olla, niin niihin semmosta täsmäkoulutusta. Että mitä se on ja miten voi niinku oppimisympäristöä ja toimintaa suunnitteleamalla helpottaa sen lapsen päivää.”

Huomioitavaa oli kuitenkin se, että neljästä haastateltavasta kolme, ei ole saanut lisäkoulutusta nimenomaan koskien ADHD:n oireryhmää. Yksi lastentarhanopettaja kertoi, että hän on käynyt erityispedagogiikan perusopinnot, joista on ollut hänelle hyötyä.

”...itseä on auttanu aika paljo se, etton tehny sen erityispedagogiikan perusopinnot nyt tässä hiljattain...”

Toisen mielestä lisäkoulutus ei ole hänelle tarpeellinen, sillä tietoa on paljon, mutta arki on niin hektistä, ettei hänellä ole kovin paljon aikaa toteuttaa arkea helpottavia toimintoja lasten kanssa. Pääasiassa kaikki haastateltavat toimivat siis oman kokemuksensa varassa. Toisilla on takanaan jo pitkä historia lastenhoidon parissa, joten monenlaisia lapsia ja erilaisia ja hyviksi todettuja toimintatapoja on kertynyt jomelko kattavasti. Lastentarhanopettajat kertoivat asiasta näin:

”Varsinaista koulutusta mä en oo koskaan ehkä saanukkaan, et mitä mä ny oon oppinu vuosien varrella, niinku reppuun saanu kun on ollu just näitä lapsia omassa ryhmässä, nii sitä mukana oon oppinu ja jos telkkarista on tullu hyviä ohjelmia, tai onhan meillä ollu joku tommonen pieni föreläsning.”

”...tietoa on pilvin pimein, on kirjallisuutta, on luentoja, on vaikka ja mitä. Mutta se mikä puuttuu, on se aika. Että sä saisit soveltaa sitä sun työhön ja paneutua siihen. Tää työ on nykypäivänä niin hektistä, että se on niinku, joskus tuntuu et se on sellasta selvitytymistä.”

”Että se tiedon puute ei oo se ongelma, vaan ongelma on se, että miten sä saat sen ajan, että sä pystyt soveltaan, koska tällanen lapsi tarvittis niin niinku, enemmän aikuista, paljo, ku muut.”

Lapselta vaadittu työskentelyaika

Koska ADHD-lapsen keskittymiskyky on yleisesti hyvin pieni, on tärkeää, että toimintatuokiot eivät ole liian pitkiä, kertoi eräs haastatteluun osallistunut lastentar-

hanopettaja. Jos toimintahetkestä meinaa tulla liian pitkä, voi lapsi purkaa ylimääräistä energiaa yhdessä sovitulla tavalla, jonka jälkeen lapsi palaa toiminnan pariin. Aikuinen voi myös muistuttaa ja kannustaa lasta sovitussa säännöissä pysymistä. Ja erään haastatellun mielestä on tärkeää, että se mitä lapselta vaaditaan, on sitä tärkeintä asiaa, jotta lapsi jaksaisi tehdä tärkeimmät asiat.

”...ei edes yritetä aluksi edes liian pitkää aikaa, vaan, vaan niinku pienissä pätkissä ja aina kehutaan sitte kun on onnistunu ja jaksanu keskittyä.”

”Ja sit pitää myös niinku sopia yhdessä ne säännöt, että mehän ollaan sovittu että tämän ajan niinku jaksetaan.”

”...adhd-lapsen keskittymiskysyjos on se pienen pieni hetki, niin että se pienen pieni hetki olis edes sitä niinku tärkeintä asiaa, mihinkä keskitytään...”

Lapselle voidaan myös antaa jokin aika, tai näyttää kellosta jokin aika, jonka ajan hänen täytyy keskittyä tekemään pyydettyä tehtävää. Näin lastentarhanopettajat kertoivat:

”...auttaisko joku semmonen että, että laittais vaikka jonku kellon vaikka soimaan, että siihen saakka, että nyt on, nyt on kaksi minuuttia aikaa, että ei kestä kauaa, että siihen asti tehdään tätä hommaa kunnes kello soi ja sitte tehd”

”...kun on isommasta lapsesta kysymys niin seurataan kellosta, katotaan et kun kato jaksat viel tän hetken ja tän hetken, et hienosti...”

Tilanteiden ennakointi

Haastatteluissa ilmeni, että tilanteiden ennakointi on todella tärkeää ympäristön rauhallisuuden kannalta. Lapsille kerrotaan hyvissä ajoin mitä seuraavaksi tehdään, erityisesti silloin, jos päivärytmissä on jotain poikkeavaa. Myös siirtymätilanteiden ennakointi auttaa lasta pysymään rauhallisempana. Eräs lastentarhanopettaja kertoi, että esimerkiksi silloin, kun leikkihetki on loppuillaan, aikuinen voi mennä lapsen

luo, ja kertoa että pian lopetetaan ja siirrytään seuraavaan juttuun. Tämä voi tehdä muutaman kerran, jotta lapsi sisäistää asian. Näin ennakoinnista kerrottiin:

”...niin ennakoidaan tilanteet ja se on niinku hirvittävän tärkeitä mitä mä oon ainakin huomannut, tilanteiden ennakointi, kerrotaan hyvin ajoissa mitä tulee tapahtumaan varsinkin jos tulee jotain poikkeavaa.”

”...kaikki tällöinen ennakointi, että, että kun jos on joku pelihetki tai leikkihetki tai muut, niin varotetaan vähä etukäteen, että kohta, kohta saa ruveta siivoamaan, tai kohta, nyt voi ruveta leikkimään loppuun, niin silloin se lapsi pystyy pikkuhiljaa, pikkusen ennakoimaan, että, että hetkenpästä tää loppuu, eikä niin että se loppuu vaan seinään.”

Aikuisten johdonmukaisuus

Haastateltavat kertoivat, että lapset reagoivat välittömästi, jos aikuinen ei ole johdonmukainen tekemisissään. Varsinkin erityislapsen tarvitsevat erittäin johdonmukaista toimintaa aikuisilta. Heidän mukaansa aikuisten on yhdessä sovittava ryhmän säännöt ja lasta koskevat asiat, jotta yksi aikuinen ei sano toista ja toinen toista, jolloin lapsi menee sekaisin eikä tiedä kuinka hänen tulisi toimia. Johdonmukaisuutta kommentoitiin tällä tavoin:

”...pohjana on selkeät säännöt iha niiku aamusta iltaan, et on selkeet säännöt et lapsi tietää missä rajat menee...”

”Ja sitten tärkeää tietysti olis olla johdonmukainen aina, aina et se asia mihin pyritään, se et siinä ei saa lipsua koska siinä huomaa että adhd-lapsi kyl reagoi, niin kuin muutkin lapset tietenkin...”

5 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tässä luvussa tarkastellaan tutkimustuloksia suhteessa tutkimusongelmaan ja teoriaan. Tutkimustulokset esitetään luvussa tiivistäen ja tarkentaen. Tutkimuksen tarkoituksena oli tutkia lastentarhanopettajien keinoja tukea ADHD-lastia päiväkodissa.

Kaikkien haasteltavien kesken tärkeimmäksi asiaksi nousi lapsen positiivinen kohtaaminen, lapsen itsetunnon tukeminen ja kannustaminen. Positiivisen palautteen antaminen, ja kehumisen tärkeys mainittiin useaan otteeseen, eri kysymysten kohdalla. Jokainen haastatteluun osallistunut lastentarhanopettaja oli sitä mieltä, että lapsi on tärkeä kohdata positiivisen kautta, sillä ADHD-lapset saavat helposti negatiivista palautetta toiminnastaan. Koska ADHD-lapsi saa muita helpommin toruja ja muuta negatiivista palautetta, olisi tärkeää, että lasta kehuaan ja kannustetaan vielä enemmän kuin ns. normaalia lasta. Tämä auttaa lasta rakentamaan itsestään positiivista kuvaa ja kohentaa lapsen itsetuntoa.

Myös lapsen tukeminen leikissä ja sosiaalisissa tilanteissa oli asia, josta jokainen haastateltava kertoi paljon ja se koettiin tärkeäksi. Heidän mielestä oli tärkeää, että aikuinen havainnoi tarkkailijan roolissa lasten leikkiä ja tarvittaessa auttoi lasta keksimään leikin tai löytämään leikkiverin. Kaverin saamisen apuna lastentarhanopettajat ovat voineet käyttää esimerkiksi ystäväpussia tai kaverilottoa, joiden avulla jokaiselle lapselle on arvottu leikkikaveri. ADHD-liiton sivuilla kerrotaan (ADHD-liitto ry 2011, 25), että lapsi jolle tarkkaavuuden ylläpitäminen ja oman toiminnan ohjaus ovat ongelmallisia, voi aloittaa useita eri leikkejä, mutta hänellä voi olla vaikeuksia pysähtyä kunnolla minkään leikin äärelle pitkäksi aikaa. Leikin suunnitelmallinen eteneminen voi olla vaikeaa, ja leikki muuttuu helposti päämäärättömäksi riehumiseksi. Hänen voi olla myös vaikeuksia vuorotella erilaisissa rooleissa, sietää toisten lasten esittämiä ideoita, tai kestää pettymyksiä leikissä. Tästä huolimatta lapsella voi olla mainio mielikuvitus ja hän voi esittää paljon erilaisia luovia ideoita, jolle aikuisen on tärkeä antaa tilaa.

Lapsen ja aikuisen yhteiset leikkihetket tukevat lapsen sosiaalista ja tunne-elämän kehitystä sekä kehittävät lasta uusien taitojen opettelussa. Tämän lisäksi yhteisten

leikkien kautta lapsi saa myös tarvitsemaansa myönteistä huomiota. (Lillqvist & Pihljerta 2005, 25.) On myös lapsia, jotka tarvitsevat normaalia voimakkaampia liike- ja syvätuntoaistimuksia leikeistä, ja niinpä aikuisen tulisi järjestää lapselle riehumis- ja peuhuleikeille sopivia mahdollisuuksia. Kun lapsi saa purkaa fyysistä aktiivisuuttaan leikissä, hänen on helpompi opetella itsehillintää esimerkiksi ruokapöydässä tai muussa istumista vaativassa tilanteessa. (ADHD-liitto ry 2011, 25.) Myös haastatteluun osallistunut lastentarhanopettaja sanoi, että riehumiselle tulisi antaa tilaa, ja sitä varten aikuinen voi rakentaa oikeanlaisen tilan ja leikin.

Kenenkään tutkimukseen osallistuneen lastentarhanopettajan mielestä ei ole tarpeellista korostaa yksittäisen lapsen erityisyyttä ryhmässä siten, että lapsi saisi jonkinlaisen leiman tai että muiden lasten tulisi tietää, että ADHD-lapsi on muista poikkeava. Päinvastoin, kaikki kertoivat, että lapsille olisi tärkeää painottaa jokaisen lapsen erilaisuutta. Sitä, että jokainen lapsi on hyvä jossain ja jokaisella on asioita joita pitää harjoitella. Ja silti jokainen lapsi on hyvä sellaisenaan.

Haastatteluun osallistuneet lastentarhanopettajat kertoivat, että jotta ADHD-lapsi oppisi sosiaalisia taitoja sekä tuntemaan itseään ja toimintojaa paremmin, olisi lasta hyvä auttaa tunteiden ja toimintojen sanoittamisessa. Tämä tarkoittaa siis sitä, että lapsen kanssa keskustellaan hänen reaktioistaan erilaisten asioiden yhteydessä ja mietitään, miten lapsi toimii minkäkin laisissa tilanteissa. ADHD-lapsen on omien tunteiden tunnistamisen lisäksi vaikea hahmottaa muiden tunteita, ja tästä syystä aikuisen tulisi kertoa lapselle, mitä hän voi toisille tehdä ja mitä ei, ja mistä syystä. Näin kerrotaan myös ADHD-liiton sivuilla (ADHD-liitto ry 2011, 26.) Erityisesti ilon ja mielihyvän tunteiden jakaminen lapsen kanssa sisäistyy lapsen omaksi kyvyksi kokea onnea ja iloa, joka on merkittävä kasvualusta psyykkiselle hyvinvoinnille.

Lapsella saattaa olla tunteiden ja käyttäytymisen säätelyssä ongelmia ja hän voi saada helposti raivokohtauksia kohdatessaan pettymyksiä. (Moilanen 2012, 73-74.) Tämä ilmenee myös haastatteluissa, joissa lastentarhanopettajat kertoivat, että koska lapsi ei osaa tunnistaa omia tunteitaan tai niiden syytä, lapsi voi saada helposti raivokohtauksia. He kertoivat, että paras tapa rauhoittaa raivoava lapsi on etsiä

jokaiselle lapselle oma rauhoittumiskeino. Joku rauhoittuu parhaiten aikuisen sylissä, toinen omassa rauhallisessa tilassa. Eräs lastentarhanopettaja kertoi, että myös se on tärkeä varmistaa, että lapsi ymmärtää mitä häneltä odotetaan. Lapselta on hyvä kysyä, ymmärsikö hän annetut ohjeet.

Lapsi joka käyttäytyy aggressiivisesti muita kohtaan, on usein pinteessä. Sen lisäksi, että lapsi kokee itse käytöksen ongelmana, se aiheuttaa vahinkoa, pelkoa ja turvattomuutta myös ympäristössä. On myös yleistä, että muut lapset ärsyttävät helpoiten sitä, joka herkimmin hermostuu. (Cacciatore 2008, 16.) Eräs haastateltavista mainitsi myös, että ADHD-lapset tulevat muita helpommin kiusatuksi, muun muassa impulsiivisuuden ja herkkyyden vuoksi.

Päivittäisten rutiinien oppiminen ja niiden hallinta auttaa lasta saamaan kokemuksen itsestään osaavana, kehittyvänä ja pärjäävänä yksilönä. Tämän tukee lapsen myönteistä minäkuvaa ja kyvyille selviytyä omatoimisesti tulevaisuudessa. Näin ollen on ensiarvoisen tärkeää järjestää lapselle onnistumisen hetkiä. On tärkeää sopia lapsen kanssa etukäteen yhteiset pelisäännöt ja toimintatavat arjen sujumuuden kannalta. Aikuisen ohjaus, säännöllisyys ja rutiinit ovat ADHD-lapselle todella tärkeitä. (Lillqvist & Pihljerta 2005, 5.)

Ympäristön selkeyttä painotettiin myös lastentarhaopettajien kesken. He kertoivat, että ADHD-lapsen kanssa työskennellessä tärkeää oli ympäristön selkeys ja rauhallisuus. Se kenen viereen lapsen laittaa istumaan, kuinka paljon melua ja toimintaa lapsen ympärillä on silloin kun hänen pitää keskittyä tai se millaisia rutiineja päivään kuuluu, ovat tärkeitä asioita. ADHD-lapselle paras paikka työskennellä olisi hiljainen, yksityinen tila, jossa kaikki ylimääräinen tavara olisi poissa. Näin lapsi pystyy keskittymään toimintaansa parhaiten. Myös pienryhmätoiminnan ja lapsen työskentelyajan tärkeyttä painotettiin. Näin myös Lillqvist ja Pihljerta kertovat kirjassaan (2005, 18): suuressa ryhmässä lapsen aivot kuormittuvat nopeasti liikaa eri tiedoista ja useista ympärillä olevista ärsykkeistä. Nämä ovat osa syitä lapsen levottomuuden, oirehtimisen ja häiriökäyttäytymisen lisääntymiseen. Jotta lapsi jaksaisi tehdä pyydetyn tehtävän mahdollisimman hyvin, pitäisi työskentelyajan olla tar-

peeksi lyhyt, jotta lapsi jaksaa keskittyä oleellisimpaan asiaan. Osa lastentarhanopettajista mainitsi, että päivän ja sen toimintojen selkiyttämisen apuna voidaan käyttää erilaisia apuvälineitä kuten kuvakortteja, joista lapsi pystyy näkemään tapahtumien kulun.

Ylivilkkaan lapsen on vaikea pysyä paikallaan ja hänen on oltava kaiken aikaa liikkeessä. Varsinkin paikallaan istuminen on vaikeaa ja lapsi tulee helposti levottomaksi. (Quinn & Stern 2009, 15–19.) Koska ADHD-lapsilla on usein paljon ylimääräistä energiaa, ei sitä kaikkea voi pelkästään tukahduttaa, vaan lapselle pitää antaa mahdollisuus sen purkamiseen. Kaikilla lastentarhanopettajilla oli paljon samanlaisia keinoja auttaa ADHD-lastaa keskittymään ylimääräisestä energiasta huolimatta, tai keinoja joilla lapsi voisi purkaa sitä. Kaikki neljä kertoivat esimerkiksi sen, että lapselle voi antaa jonkin pienen esineen, helmen tai vaikka sinitarraa käteen, jota tämä voisi näprätä ohjatun toiminnan aikana. Myös lapselle annettu mahdollisuus poistua hetkeksi ohjatusta tilanteesta muihin rauhallisiin tiloihin, pidettiin hyvänä keinona purkaa ylimääräistä energiaa. Mahdollisuuksien mukaan lapsi voisi myös mennä ulos juoksemaan, tai hän voisi tehdä jotain muuta fyysistä toimintaa joka tyhjentäisi pullistelevaa energiavarastoa. Eräs haastateltavista totesi myös, että tärkeää olisi myös muistaa, että lapset ovat luotuja liikkumaan. Ei voida olettaa, että lapsi, normaalikaan, jaksaisi istua pitkää aikaa vain paikoillaan, joten lapsille pitäisi antaa mahdollisuus pieneen liikkumiseen paikallaan, tietenkin sen puitteissa, ettei se häiritse muuta toimintaa.

Kun tutkimukseen osallistuneilta lastentarhanopettajilta kysyttiin, että millaista lisätietoa tai lisäkoulutusta tarvitsisit koskien ADHD-lapsen hoitoa, suurin osa vastasi, että hän kaipaisi jotain spesifiä tietoa ADHD:sta. Yksi vastaajista oli käynyt läpi erityispedagogiikan perusopinnot, joiden avulla hän on saanut paljon tietoa. Kolme neljästä lastentarhanopettajasta ei ollut saanut minkäänlaista erityiskoulutusta liittyen ADHD:n, vaikka se olisi heitä kiinnostanut. Oppinsa ja keinonsa työkennellä ADHD-lasten kanssa, he olivat saaneet työelämästä, kirjallisuudesta ja aihetta käsittelevistä televisio-ohjelmista. Merkittävä kommentti kuitenkin oli se, jonka eräs haastateltavista sanoi. Hän kertoi, että hän ei kaipaa koulutuksia. Tietoa

löytyy paljon jos sitä haluaa etsiä, mutta se mikä häneltä ja kaikilta muiltakin kollegoilta puuttuu, on aika. Eli suurin ongelma on se, että lastentarhanopettajilla ei ole aikaa paneutua ongelman hoitamiseen tarpeeksi hyvin, koska nykypäivän meno on niin hektistä, että arki on pelkkää selviytymistä päivästä toiseen.

Tutkimustuloksista voidaan todeta, että haastatteluihin osallistuneilla lastentarhanopettajilla oli erilaisia, hyväksi todettuja keinoja tukea ADHD-lastia. He olivat sitä mieltä, että varhain aloitettu havainnointi auttaa lasta jatkossa paljon, vaikka hänellä vielä siinä vaiheessa ei olisi mitään diagnoosia. Jotta lapsi saisi turvallisen ja tasavertaisen alun toisten lasten kanssa, erilaisten toimenpiteiden aloittaminen varhain koettiin tärkeäksi. Eräs vastaajista sanoi, että varhainen puuttuminen on tärkeää siksi, että jos niitä ei tehdä ennen kuin lapsi on saanut diagnoosin, voi lapsella olla jo suuria ongelmia elämässä, ja sitä vaikeampaa apua on alkaa antaa, mitä vaikeammaksi lapsen tilanne on ehtinyt mennä.

6 POHDINTA

Molemmat meistä opinnäytetyön tekijöistä työskentelee päiväkodissa, ja aiheen valinta oli melko helppo, sillä se kiinnostaa meitä molempia, ja molemmista tuntui, että tutkimuksesta olisi hyötyä jatkoa ajatellen. Nykypäivänä lasten ylivilkkaus ja tarkkaamattomuus tuntuvat yleistyneen, ja jokaisessa päiväkodissa on varmasti lapsia, joilla on enemmän tai vähemmän merkkejä ADHD-oireryhmästä. Tutkimuksen alussa pohdimme, pitääkö tutkimuksessa käsitellä nimenomaan ADHD-häiriötä, vai pelkästään oireita, jotka ovat tyypillisiä ADHD:lle, kuten esimerkiksi yllämainitut ylivilkkaus ja tarkkaamattomuus, sillä yleisesti ADHD diagnosoidaan aikaisintaan esikoulu- tai kouluikäisillä lapsilla. Päädyimme kuitenkin tutkimaan ADHD:ta, sillä se kattaa monipuolisesti kaikki ne oireet, joita kohtaamme työskennellessämme lasten parissa, ja näin ollen saamme myös monipuolisemman vastauskirjon. Huomioitavaa on myös se, että tutkimuksessa ilmi tulleita erilaisia keinoja tukea lasta, voi käyttää muidenkin kuin vain ADHD-lasten kanssa.

Asiat jotka haastatteluissa tulivat ilmi, olivat sellaisia, joihin me molemmat olemme törmänneet työelämässä. Oli kuitenkin tärkeää havaita, että jokainen haastateltava painotti positiivisuuden, kehumisen ja kannustamisen olevan tärkeimmät työvälineet, joita he käyttivät työskennellessään ADHD-lasten kanssa. Myös tunteiden sanoittaminen ja lapsen havainnointi olivat yksiä tärkeimpiä työskentelytapoja. Jokainen myös kertoi monia eri tapoja, kuinka lasta tuetaan leikki- ja sosiaalisissa tilanteissa. Mielestämme tutkimus osoittaa, että lastentarhanopettajilla on monia erilaisia keinoja tukea ADHD-lastia päiväkodin arjessa. Suurin osa heistä oli kartuttanut tietotaitonsa käytännön kokemuksella, ja on harmi, ettei päiväkotihenkilökunnalle järjestetä enempää aihetta koskevia koulutuksia, verraten siihen, kuinka yleistynyt lasten ADHD, ylivilkkaus tai esimerkiksi tarkkaamattomuus on.

Opinnäytetyöprosessi koettiin yllättävän ongelmattomaksi ja jouhevaksi ennako-odotuksiin nähden. Koska kumpikin meistä oli säännöllisen epäsäännöllisesti töissä koko syksyn, piti työskentelytahti olla nopeatempoista ja joustavaa. Töitä tehtiin paljon erikseen, kumpikin silloin kun itsellä oli parhaiten aikaa. Kirjoitustyöt jaet-

tiin siten, että kumpikin teki sitä missä tunsivat olevansa vahvoilla, ja tällä tavoin opinnäytetyön tekemisestä ei tullut liian stressaavaa. Osasimme aikatauluttaa työskentelyn hyvin, eikä kiire painanut missään vaiheessa. Pääasiassa opinnäytetyöprojekti oli siis kivuton ja onnistunut.

Tutkimusmenetelmä oli toimiva tähän tutkimukseen, ja meidän tutkijoiden näkökulmasta se oli helpoiten lähestyttävä ja luonnollisin valinta. Mielestämme sopiva jatkotutkimusaihe voisi olla ADHD-lapsen kohtaaminen positiivisen kannustamisen kautta. Tutkimuksessamme sivutaan tätä aiheetta, mutta olisi mielenkiintoista tutkia aiheetta syvällisemmin esimerkiksi muksuopin näkökulmasta.

LÄHTEET

Aaltola, J. & Valli, R. 2007. Ikkunoita tutkimusmetodeihin. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä. PS-kustannus.

ADHD-liitto ry & Barnavårdsföreningen i Finland r.f. & ADHD-keskus & RAY. 2011. Arki toimimaan-vinkkejä lapsen myönteiseen tukemiseen. Porvoo. http://www.adhd-liitto.fi/sites/default/files/page_attachment/arki_toimimaan_kevyt_valmis_0.pdf

ADHD-liitto.fi. 2017. Vinkkejä päiväkotiin. Viitattu 4.10.2017. <http://www.adhd-liitto.fi/adhd-tietoa/tietoa-ammattilaisille/paivahoidon-ammattilaisille/vinkkejapaivakotiin?theme=its>

ADHD-tietoa.fi. 2016. Lasten diagnosointi. Janssen-Cilag Oy. Viitattu 28.2.2017. <http://www.adhd-tietoa.fi/mikae-adhd-on/adhdn-diagnosointi/lasten-diagnosointi/>

Barkley, R. 2000. ADHD. Kuinka hallita ADHD. Kuopio. The Guilford Press.

Cacciatore, R. 2008. Kiukkukirja. Aggressiokasvattajan käsikirja- vauvasta kouluikään. Toim. Hurme, V. Väestöliitto. Helsinki. VL-Markkinointi Oy.

Chirstensen, N. & Launer, I. 1989. Leikki ja varhaiskasvatus. Kansankulttuuri Oy

Hakala, S. & Saarinen, N. 2005. AD/HD- lapsien tarkkaavaisuuden kehityksen tukeminen päiväkodissa. Diakonia- Ammattikorkeakoulu. Viitattu 1.3.2017. http://kirjastot.diak.fi/files/diak_lib/Helsinki2005/HakalaSuviSaarinen-Niina2005.pdf

Hirsjärvi, S. & Remes, P. & Sajavaara, P. 1997. Tutki ja kirjoita. Helsinki. Kirjayhtymä Oy

Leppäniemi, V. 2016. Esseepankki Proakatemia. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Viitattu 20.2.2017. <http://esseepankki.proakatemia.fi/laadullinen-tutkimus-ja-sisallonanalyysi/>

Lillqvist, O. & Pilhjerata, A. 2004. Vinkkejä AD/HD- lapsen vanhemmille. Helsinki. Suomen lastenhoitoyhdistys.

Mahkonen, S. 2016. Varhaiskasvatuslaki. Helsinki. Edita.

McAuley, T, Chaban, P & Tannock, R. 2009. Treatment of ADHD. Aboutkidshealth. Viitattu 9.10.2017. <http://www.aboutkidshealth.ca/En/ResourceCentres/ADHD/TreatmentofADHD/Pages/default.aspx>

Mikkola, P. & Nivalainen, K. 2009. Lapselle hyvä päivä tänään - näkökulmia 2010-luvun kasvatukseen. Saarijärvi. Saarijärven Offset OY.

Moilanen, I. 2012. ADHD. Teoksessa ADHD. Diagnosointi, hoito ja hyvä arki, 35-43. Toim. Dufva, V. & Koivunen, M. Jyväskylä. PS-kustannus.

Mäkinen, O. 2006. Tutkiusetiikan abc. Helsinki. Tammi.

Mäkinen, O. 2006. Tutkimusetiikan ABC. Helsinki. Tammi.

Mäntylä, R. 2007. Kertovan muutosselonteon määritelmä. Teoksessa Avauksia laadullisen tutkimuksen analysointiin, 40- 61. Tampere. Tampereen Yliopistopaino Oy- Juvenes Print.

Peitso, S. & Närhi, V. 2015. Konsultaatiomalli päiväkoteihin. Jäsentynyttä tukea levottomille lapsille. Eura. Niilo Mäki instituutti.

Quinn, P. & Stern, J. 2009. Jarruta! Lasten ja nuorten ADHD-opas. Jyväskylä. Psykologien Kustannus Oy.

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 20.2.2017. http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_3_2.html

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2013. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki. Tammi.

Savolainen, A. & Savilainen, K. 2012. AD/HD- lapsen tukeminen ja huomioiminen päiväkodissa. Theseus. Viitattu 20.2.2017. <https://www.theseus.fi/handle/10024/40913>

Sinkkonen, J. & Korhonen, L. 2016. Pulassa lapsen kanssa. Helsinki. Kustannus Oy Duodecim.

Teini, S. 2014. Ylivilkkaiden ja ADHD-lasten tukeminen päiväkodeissa. Theseus. Viitattu 20.2.2017. <https://www.theseus.fi/handle/10024/86269>

LIITE 1

Teemahaastattelu kysymykset

1. Kuinka tuette ADHD-lasta päiväkodissa?
2. Kuinka rajoitatte ja rauhoitatte ADHD-lapsen, kun hänellä on ylimääräistä energiaa esimerkiksi toimintatuokion aikana?
3. Miten ohjaat ADHD-lapsen leikkiä, jos hän ei siihen itse osaa ohjautua?
4. Miten autatte ADHD-lasta pääsemään mukaan toisten lasten leikkeihin?
5. Millä keinoin ylläpidät ADHD-lapsen mielenkiintoa keskittymistä vaativissa toiminnoissa?
6. Minkälaista palautetta annatte ADHD-lapselle? Ja miten?
7. Miten olette keskustelleet ryhmän muiden lastan kanssa ADHD:sta?
8. Millaista lisätietoa tai lisäkoulutusta tarvitsisit koskien ADHD-lapsen hoitoa?
9. Kuinka tärkeänä pidät ADHD-lapsen tukemista jo päiväkodista alkaen? Miksi?

LIITE 2

Sisällönanalyysikaavio

Pelkistetty ilmaus	Alaluokka	Yläluokka
Yksilöllinen kohtaaminen	Positiivinen palaute ja kannustus	Tasapuolisen ja hyvän alun antaminen ADHD-lapsen elämälle päiväkodissa.
	Selkeä ja rauhallinen ympäristö	
Kannustaminen palkinnoilla	Aikuisen läsnäolo	
Kehuminen	Lastentarhanopettaja pitää tärkeänä lapsen tukemista päiväkodista lähtien	
Siirtymätilanteiden selkiyttäminen	Aikuisen esimerkki	
Selkeä ja rauhallinen ympäristö	Avustaja	
Aikuisen läsnäolo		
Ennakointi		
Yhdessä sovitut säännöt		
Lapsen psyykinen ja fyysinen turvallisuus päiväkodissa		
Avustaja		
Varhainen puuttuminen ja jatkuva havainnointi		
Aikuisen esimerkki		
Tuki päiväkodista asti		