

# IHMEET TAPAHTUVAT ARJESSA!

*– kiintymyssuhteissaan traumatisoituneiden lasten tukeminen varhaiskasvatuksessa*

*Kehittämispäällikkö  
Christine Väливаara,  
Psykologi, LTO, YTM  
Pesäpuu ry*

## TRAUMATISOITUNUT LAPSI PÄIVÄHOIDOSSA

Päivähoitohenkilöstö kohtaa tänä päivänä työssään yhä enemmän riskilapsia, joilla on pulmia tunne-elämän alueella ja kiintymyskäyttäytymisessään. Lapsilla ilmenee usein vaikeuksia myös muilla kehityksen osa-alueilla. Vanhempien elämän kipupisteet kanavoituvat myös lasten elämään. Useat huolen vyöhykkeillä tai lastensuojelun piirissä olevat päivähoitoikäiset lapset altistuvat tai ovat altistuneet traumaattisille kokemuksille, jotka ovat tavallisimmillaan liittyneet vanhempien päihteiden käyttöön, väkivaltaisuuteen, mielenterveysongelmiin ja/tai kyvyttömyyteen huolehtia asianmukaisesti lapsen hoidosta.

Kiintymyssuhteen pulmista kärsivien lasten vanhempien elämään voi liittyä monia kuormitus tekijöitä; köyhyyttä, työpaineita, avio-ongelmia, epävarmuutta vanhempina, tuen puutetta, omia käsittelemättömiä traumoja, itsearvostuksen puutetta, häpeää. Lapsen vanhempien käyttäytymisessä voi ilmetä kroonista vihausuutta, ankaraa kurinpitoa ja valtataistelua lapsen kanssa. Vanhempi ei osaa osoittaa kiintymystä, ei pyydä apua vaan jättää lapsen huomiotta tai eristäytyy lapsesta. Hän saattaa reagoida lapsen käyttäytymiseen impulsiivisesti tai raivo-kohtauksilla. Empatiaa lasta kohtaan puuttuu. Vanhempi saattaa eristäytyä myös sukulaisista, ystävistä ja hän voi olla arvosteleva, negatiivinen. Vanhempi uskoo, ettei hänellä ole muuta käyttäytymismahdollisuutta kuin valitsemansa tie.

Joskus perheen ongelmat ovat niin massiivisia, että saatavilla oleva tuki ei riitä vaan lapset joudutaan sijoittamaan perheen ulkopuolelle. Sijoitusta ja huostaanottoa edeltävät ja siihen liittyvät tapahtumat ovat lapsille kuormittavia. Haavoittavista olosuhteista turvaan päästyäänkin lapset saattavat edelleen oirehtia ja ilmentää käyttäytymisellään muutoksia, menetyksiään ja traumojaan. Traumatisoituneen lapsen kokemusmaailma voi olla vieras hyvää tarkoittavalle varhaiskasvatushenkilöstölle kuten toisille ryhmässä oleville lapsillekin. Sanoilla, ilmeillä, äänensävyillä ja liikkeillä on haavoitetuille lapsille hyvin erilainen merkitys kuin muille. Lapsi saattaa alkaa oireilla tilanteissa, jotka ulkopuolisin silmin näyttävät arkisilta ja turvallisilta. Tämä voi saada henkilöstön tuntemaan itsensä hämmentyneeksi, voimattomaksi ja osaamat-

tomaksi. Lapsen turhautumisen, surun, pettymysten, pelon ja vihan tunteiden vuoristoradassa ammattilaisenkin on vaara menettää toivonsa ja kyynistyä. Saattaa tuntua siltä, että lapsi ei ymmärrä aikuisten haluavan auttaa ja olevan hänen puolellaan. Syntyy helposti ajatus, että lasta voivat auttaa vain erityisasiantuntijat tai sijoitus erityisryhmään.

Torjuva ja vihamielinenkin lapsi haluaa sisimmässään tulla ymmärretyksi. Kiintymyssuhteissaan traumatisoituneella lapsella on parhaat edellytykset eheytyä pysyvissä, arkisissa läheissuhteissaan. Traumatisoituneen lapsen rinnalla kulkeva hoitaja joutuu usein elämään läpi samat tunteet, mitä lapsi on kokenut tai kokee. Hoitava arki on parasta lääkettä näille lapsille. Aikuisen tehtävänä on opetella näiden lasten vuorovaikutuskieltä. Väärät tulkinnat (“lapsi on ilkeä”, “minä olen huono kasvattaja”) voivat johtaa rankaiseviin käytäntöihin (jäähypenkki, ryhmästä poistaminen), jotka vain lisäävät lapsen häpeän ja arvottomuuden tunnetta sekä oireilua. Henkilöstöltä vaaditaan uteliaisuutta, henkisiä voimavaroja ja työyhteisön tukea lähteä matkalle, jossa lapsen menetykset ja varhaiskasvatuksen sekä esiopetuksen maailmat kohtaavat. On olemassa toivoa löytää yhteys lapseen oireilun takana kehittämällä johdonmukaisia lasten kanssa työskentelyn käytäntöjä, kasvatuskumppanuutta kodin ja päiväkodin sekä moniammatillisen asiantuntijajoukon välille. Näistä kasvatuskäytännöistä hyötyy samalla jokainen lapsiryhmän lapsista. Arjessa alkaa tapahtua ihmeitä.

## KIINTYMYSSUHTEEN VAIKUTUS LAPSEN KÄYTTÄYTYMISEEN

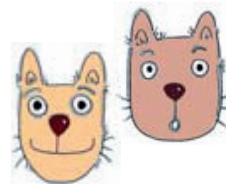
Kiintymyssuhteella tarkoitetaan lapsen ja ensisijaisen hoitajan välistä tunnesuhdetta. Kiintymyssuhde on ensisijaisesti tunnesäätelysuhde, jossa aikuinen säätelee lapsen tunteita ja sisäistä tilaa pitäen se hallittavalla alueella. Tämä antaa lapselle mahdollisuuden kokea sekä voimakkaita mielihyvän kokemuksia että kestää pahaa oloa. Sääteilykyvyn kuormittuessa lapsi stressaantuu ja sen ylittyessä traumatisoituu, jos tarjolla ei ole ulkopuolista säätelyapua. (Esim. vauva itkee nälkäänsä, mutta kukaan ei tule avuksi). Tunnesäätelytaidot sisäistyvät vähitellen osaksi lapsen persoonaa. Omaksutut kiintymysstrategiat vaikuttavat siihen, miten ihminen tulkitsee ja käsittelee tunteita koskevia viestejä, millaisena hän kokee itsensä ja suhteensa toisiin ihmisiin.

### *Turvallinen kiintymyssuhde – luottamus selviytymismallina*



Lapsen kiintymyssuhde kehittyy turvalliseksi silloin, kun hoitaja reagoi lapsen tarpeisiin tarkoituksenmukaisella tavalla ja oikea-aikaisesti. Lapselle kehittyy tällöin terve itsetunto, tunne siitä, että hän on arvokas ja hänestä on toisille iloa. Lapsi oppii luottamaan toisiin ihmisiin. Turvallinen kiintymyssuhde lisää lapsen selviytymiskykyä vastoinkäymisissä ja rohkaisee empatiaan, avuliaisuuteen, läheisyyteen sekä pitkäaikaisiin ystävyyssuhteisiin. Turvallinen kiintymyssuhde auttaa lasta säätelemään omia tunteitaan, impulssejaan ja käyttäytymistään sekä tukee koulumenestystä. Turvallisesti kiinnittynyt lapsi tulee hyvin toimeen toisten kanssa ja hänen suhtautumisensa tulevaisuuteen on toiveikasta.

### *Välttelevä kiintymyssuhde – itseriittoisuus selviytymismallina*



Kiintymyssuhde muotoutuu turvattomaksi tilanteissa, joissa vanhempi ei syystä tai toisesta pysty vastaamaan lapsen tarpeisiin tarkoituksenmukaisesti. Välttelevässä kiintymyssuhteessa vanhempi ei ole tunnetasolla saatavilla. Hän ei havaitse eikä reagoi vaan torjuu lapsen lähestymisyriytykset ja lohdutuksen tarpeet esim. kiireen tai masentuneisuutensa takia. Suomalainen kasvatuserinne vilisee myös uskomuksia, jotka tukevat lasten varhaista itsenäistämistä. ( ”Pojat eivät itke”, ”Anna lapsen huutaa, se vahvistaa keuhkoja”). Välttelevästi kiinnittynyt lapsi oppii mukautumaan miellyttämällä, tukahduttamaan tunteensa ja tarpeensa sekä pärjäämään omillaan. Tällöin heikkoudesta ja tarvitsevuudesta sekä omien tunteiden ilmaisemisesta tulee hävettävää. Lapsen kokemus itsestään on: ”En tarvitse muita”. Avun pyytäminen ja vastaanottaminen toiselta voi myöhemmin muodostua vaikeaksi. Lapsi sopeuttaa itsensä olosuhteisiin olemalla ”näkymätön”, ylikiltti tai itsenäinen pikkuaikuisen. Pakonomainen, kaavamainen ja taikuskoinen käyttäytyminen on myös näille lapsille ominaista. Turvallisuutta haetaan yrittämällä hallita elämää ulkoisin keinoin. (Esim. Lapsi ei voi nukahtaa ennen kuin monimutkaisten rituaalien jälkeen.) Myös omien tunteiden tunnistaminen ja erityisesti negatiivisten tunteiden ilmaiseminen vaikeutuu ja ne voivat purkautua hallitsemattomasti. Tutkimusten mukaan suomalaisen aikuisväestön yleisin kiintymystyyli on enemmän tai vähemmän välttelevä, johtuen osin itsenäistävistä kasvatuskäytännöistämme.

### *Ristiriitainen kiintymyssuhde – takertuvuus selviytymismallina*



Ristiriitainen kiintymyssuhde syntyy, kun aikuinen suhtautuu lapseen epäjohdonmukaisesti ja arvaamattomasti. Esim. lapsen uhmakkuus saa aikuisen reagoimaan ennakoimattomasti, välillä välinpitämättömästi ja välillä ankarasti. Lapsen näkökulmasta ensisijainen kiintymyksen kohde voi olla joko pelokas (epävarma kasvattaja) tai pelottava (uhkaava kasvattaja). Lapsi sopeuttaa itsensä tilanteeseen käyttämällä kovaäänistä ja vaativaa pakottamisstrategiaa

hoivan saamiseksi. Lapsi hakee turvaa toisista tavalla, johon liittyy tunneilmausten liioittelu sekä vuorotellen kainostelu ja kiukuttelu sekä pettymykseen liittyvä ahdistuneisuus ja vihaisuus. Isommilla lapsilla pakotaminen ilmenee uhmakkuutena, käytöshäiriöinä, sosiaalisina ja sopeutumiseen liittyvinä ongelmina sekä psykoottisena oireiluna. Lapsen kokemus itsestä on: "Olen arvoton. En selviä yksin."

### Jäsentymätön kiintymyssuhde – ratkaisemattomuus selviytymismallina



Ensisijaisen kiintymyksen kohteen puuttuminen tai vanhempien pelottava ja häilyvä käytös, totaalinen kyvyttömyys huolehtia lapsen tarpeista voi johtaa jäsentymättömään kiinnittymiseen. Edellytykset normaaliin kehitykseen, itsetuntemuksen kehittymiseen sekä vuorovaikutussuhteissa toimimiseen vaikeutuvat oleellisesti. Lapsen maailma on kaoottinen ja käytös säätelemätöntä ja impulsiivista. Lapsi voi suhtautua valikoimattomasti aikuisiin ja olla tuttavallinen täysin vieraille. Uhkaavissa tilanteissa lapsi reagoi paniikilla ja voi myös jähmettyä, vetäytyä kontaktista täysin. Kokemus omasta itsestä on: "Olen huono". Jäsentymättömästi kiintyneet lapset tarvitsevat terapeuttisia, korjaavia kokemuksia voidakseen eheytyä.

## TURVATON KIINTYMYSTYYLI JA LAPSEN KEHITYS

Turvattoman kiintymyssuhteen vaikutukset voivat näkyä niin lapsen fyysisessä (kehon perustoiminnot, fyysinen kehitys), sosiaalisessa (ihmissuhteet), emotionaaliossa (tunne-elämä) kuin kognitiivisessakin kehityksessä (oppiminen). Lasten tunne-elämän vauriot näkyvät usein vaikeuksina tulla toimeen niin myönteisten kuin kielteistenkin tunteiden kanssa. Lapsi on epävarma siitä, mitä tunteet ovat ja miten niiden kanssa voi selviytyä. Jos itsesäätelyn kehittämisessä on pulmia, voivat pienetkin tunnekuohut synnyttää suhteettoman suuren reaktion, jota hoitajien on vaikeaa ymmärtää. Turvattomasti kiinnittyneet saattavat käyttäytyä tunne-elämältään huomattavasti ikäistään kypsimmämmän.

*Lapsen käyttäytymisen taakse voi kätkeytyä seuraavia lapsen uskomuksia tai motiiveja, kuten:*

- vain minä itse pystyn huolehtimaan tarpeistani (itseriittoisuus)
- en tunne koskaan olevani turvassa
- tunnen jatkuvasti häpeää
- olen vailla toivoa, tunnen itseni avuttomaksi
- pelkään riippuvuutta, en saa olla tarvitseva
- pelkään hylkäämistä
- en pysty itse ymmärtämään tekojani
- on paras tukahduttaa ja kätkeä tunteensa
- en tiedä, mitä tunnen - en osaa ilmaista tunteitani, vaikka haluaisin
- pelkään epäonnistumisia
- en uskalla luottaa, että ilo ja onni kestävät, jotain pahaa taas tapahtuu
- koen säännöt ja rajoittamisen kaltoinkohteluna
- en pysty ottamaan vastaan lohdutusta, en ole ansainnut sitä

Kiintymyssuhdehäiriöistä kärsivät lapset ovatkin jatkuvassa vaarassa tulla väärinymmärretyksi ja saattavat pahimmillaan syrjäytyä päivähoidossa ja koulussa. Silloin, kun aikuiset kykenevät näkemään yhteyden lapsen käyttäytymisen taustalla olevaan emotionaaliseen merkitykseen ja löytävät syyn lapsen oireiluun, he vapautuvat reagoimaan lapseen empaattisesti ja pystyvät tukemaan häntä.

Vaikka kiintymysstrategioiden tiedetään olevan suhteellisen pysyviä ja ylisukupolvisia, on turvattomasti kiinnittyneen ihmisen mahdollista saada korjaavia kokemuksia ja eheytyä. Toisaalta tiedetään, että turvallinenkin kiintymysstrategia voi äkillisessä traumatilanteessa muuttua turvattomaksi. Lapsen selviytymiskykyä on mahdollista lisätä ja syrjäytymistä ennaltaehkäistä. Alle kouluikäisen lapsen kannalta varhaiskasvatuksen henkilöstö on tässä suhteessa avainasemassa.

## KIINTYMYSSUHTEISSAAN TRAUMATISOITUNEILLA ESIINTYVIÄ OIREITA

### *Kiinnittyminen/kiintyminen*

---

- lapsi vaeltelee, ei keskity leikkimään, ei leiki
- lapsi kävelee perässä, ei päästä näkyvistään
- lapsella on tarve hallita ja kontrolloida muita
- lapsi tutustuu helposti vieraisiin ihmisiin, menee kenen tahansa syliin
- vanhemmat eivät ole lapselle vieraita tärkeämpiä
- lapsi vaipuu omaan maailmaansa, on poissaoleva
- lapsi on ylivalpas, jännittynyt

### *Läheisyys*

---

- lapsi toivoo liian paljon/vähän läheisyyttä
- lapsi ei siedä tai hae lohdutusta
- lapsi ei tule katsekontaktiin tai se on poikkeava, valehdellessa hakee katsekontaktin
- lapsi on poikkeavan tuntuinen sylissä, saa aikaan hämmennystä
- yhdessäolo ei ole spontaania eikä tuota molemmin puoleista iloa

### *Ero/jälleennäkeminen*

---

- lapsella eroahdistusta, lyhytkin ero/ jälleennäkeminen aiheuttaa epätoivoa ja hysteeristä itkua
- lapsi on välinpitämätön, ei tervehti, eikä vilkuta
- lapsi karkailee, uhkailee
- lapsi puhuu kuolemasta (omasta tai muiden)
- lapsella on nukkumis-, syömis- ja ulostamisongelmia
- lapsi ei tunne nälkää/kylläisyyttä

### *Minäkäsitys ja sosiaaliset suhteet*

---

- lapsen peruskokemus itsestään on häpeän verhoama, "Olen arvoton"
- lapsi joutuu helposti ristiriitoihin toisten kanssa
- lapsi tuntee voimistuvansa toistamalla jatkuvasti sanaa ei
- tunteiden säätely on lapselle vaikeaa, tunteiden nimeäminen vielä vaikeampaa
- lapsi ei kykene ottamaan vastaan apua, "ei tarvitse neuvoa, osaan jo"
- lapsi välttelee vastavuoroista hauskanpitoa ja puuhastelua
- lapsi välttää kehuksi tulemista, rakastettuna olemista ja sitä, että olisi erityinen jollekin
- lapsi ei tunne syyllisyyttä, huonoa omaatuntoa tai myötätuntoa
- lapsella on suuria vaikeuksia tehdä vilpittömästi sovinto riidan jälkeen
- lapsi näkee vain ääripäitä, maailma on mustavalkoinen

### *Kognitiivinen kehitys*

---

- lapsella on päivärutiinit sekaisin, arjen hallinta on puutteellista
- lapsella on syy/seuraussuhteet sekaisin
- lapsen suunnittelukyky ja ongelmien ratkaisutaito ovat puutteellisia
- lapsen aikakäsitys on hämärä, suuntavaisto huono
- lapsella on kielellisiä häiriöitä, esim. sanojen ja lauseiden merkitysten ymmärtämisessä
- lapsi kommunikoi heikosti, hänellä on paljon löytää puhetta

## TRAUMATISOITUNEIDEN LASTEN TUKEMINEN PÄIVÄHOIDOSSA

Päivähoito on keskeisessä roolissa traumatisoituneiden ja menetyksiä kokeneiden lasten selviytymisen ja hyvinvoinnin tukemisessa tarjoamalla lapsille korjaavia kokemuksia. Varhaiskasvatuksen keskeisenä tavoitteena on luoda optimaalinen ympäristö kasvuille, kehitykselle ja oppimiselle sekä sitouttaa lapset mukaan toimintaan. Johdonmukainen ja pitkäkestoinen työskentely tuottaa tulosta. Joskus muutos voi tapahtua hämmästyttävän nopeastikin.

### Toiminnan pääperiaatteita:

- sitouta lapsi toimintaan, etsi lapsen kiinnostuksen kohteet ja rakenna toimintaa niiden ympärille
- yksinkertaista tehtäviä ja jaa ohjeet pienempiin osiin
- auta lasta tarvittaessa ratkaisemaan ongelmia, ole lähellä ja valmiina tukemaan lasta, ehkäise epäonnistumisen kokemukset
- anna myönteistä palautetta ja osoita olevasi aidosti iloinen ja ylpeä lapsen puolesta

### Suhde lapseen

- kohtaa lapsi kehitystasoisesti
- käytä selkeää kieltä ja yksinkertaisia ilmaisuja
- näe lapsen käyttäytyminen kommunikaationa
- älä takerru oireisiin, opettele tuntemaan lapsi käyttäytymisen takana
- sopeuta toiminnan tavoitteet lapsen kehitystasoon (riittävästi haastetta sekä mahdollisuuksia onnistua)
- eriytä sosiaalista ja emotionaalista osaamista vaativat tehtävät lapsen kehitystasoa vastaaviksi

### Varhaiskasvattajan persoona työväliseenä

Varhaiskasvattaja, jonka oma lapsuuden kiintymyssuhde on ollut turvallinen, pystyy myös helpommin olemaan kasvattajana turvallinen ja suhtautumaan lapseen rohkaisevasti. Traumatisoituneen lapsen käyttäytyminen ei saa aikuista uppoamaan omiin tunnetiloihinsa vaan hän pystyy ottamaan lapsen hädän vastaan ja tarjoamaan lohdutusta. Jos kasvattajan lapsuudessa oma vanhempi on ollut torjuva ja tunnetasolla saavuttamattomissa, voi kasvattajan oma sensitiivisyys lapsen tarpeille olla vähäistä. Hän saattaa tiedostamattaan jättää reagoimatta lapsen viesteihin, torjuu niitä ja odottaa, että lapsi itse ratkaisee ongelman tai muuttaa käyttäytymistään. Hän voi odottaa lapselta liian varhain itsenäisyyttä. Silloin, kun opettajan/ hoitajan lapsuudessa oma vanhempi ollut epäjohdonmukaisesti saatavilla, saattaa kasvattajana kiintymykseen liittyä ahdistusta, mikä heikentää kykyä havaita luotettavasti lapsen viestejä ja tulkita niitä oikein. Aikuinen ei oikein tiedä, miten olla lapsen kanssa. Silloin hän käyttäytyy helposti itsekin kasvattajana epäjohdonmukaisesti.

Silloin, kun työkseen kasvattaa toisia, on hyvä tulla tietoiseksi omasta kasvuhistoriastaan ja siihen vaikuttavista tekijöistä. Työntekijänä voi olla hankalaa nähdä lapsen oireilun taakse ja suhtautua häneen hyväksyvästi, jos pohjimmiltaan ajattelee, että lapsen pitäisi vaan totella sääntöjä ja parantaa huonot käytöstapansa. Omat lapsuuskokemukset, kipupisteet ja se, miten omat tarpeet tulivat kuulluksi lapsuudessa rakentavat pohjaa asenteille, joilla lapsia kohdataan. Tiedostaminen ja oman ajattelun peilaaminen toisten kanssa ovat ensimmäinen askel muutoksen tiellä ja oman ammatillisuuden kehittämässä. Kasvattajia on tärkeää kannustaa käymään läpi työstämättömät menetykset ja traumakokemukset etteivät ne tiedostamattomina vaikuta kohtaamisiin lasten kanssa. Päiväkodeissa olisi hyvä käydä tämänsuuntaista arvo-pohdintaa.



## Omahoitaja avainhenkilöinä päivähoidossa

Voidakseen kehittyä itsenäiseksi toimijaksi lapsen täytyy ensin saada lupa olla tarvitseva ja riippuvuus-suhteessa hoitavaan aikuiseen nähden. Kiintymyssuhdepulmista kärsivät lapset hyötyvätkin sensitiivisestä omahoitajasta, joka voi toimia lapsen ”apuvanhempana”, täydentävänä kiintymyksen kohteena ja tarjota erityistä huomiota juuri tälle lapselle. Omahoitajan poissaollessa tehtävää voi hoitaa tähän nimetty, lapselle tuttu, varahenkilö.

Pieni lapsi harjoittelee pysyvyyden ja jatkuvuuden ymmärtämistä kuurupiiloleikkien avulla. Vähitellen hän oppii säilyttämään vanhemman mielikuvissaan silloinkin, kun tämä on fyysisesti poissa näkökentästä. Ristiriitaisesti tai jäsentymättömästi kiinnittynyt lapsi kokee helposti tulleen unohdetuksi tai hylätyksi ellei aikuinen kiinnitä jatkuvasti häneen huomiota. Isompikin lapsi voi nauttia ja hyötyä kuurupiiloleikistä. Lapsen muistikuvaa vanhemmasta voi päiväkodissa ylläpitää esim. pitämällä lapsen saatavilla vanhemman kuvaa, tuoksua (vanhemman t-paita, huivi), omaa pehmolelua. Yhteyttä omaan hoitajaan voi ylläpitää katsekontaktilla, kosketuksella ja läsnäololla. Lastentarhanopettaja/hoitaja voi myös ryhmätilanteissa muistuttaa lasta, ettei hän ole unohtanut lasta vaan tulee pian hänen luokseen.

Omahoitajan ja lapsen välinen vuorovaikutussuhde on oleellinen lapsen kasvun, kehityksen ja oppimisen kannalta. Läheisessä suhteessa aikuinen voi auttaa lasta säätämään tunnetilojaan sekä luomaan rakentavampaa suhdetta itseensä, toisiin ja ympäristöönsä. Lapsi tulisi pystyä kohtaamaan kehitystasonsa, ei ikätasonsa mukaisesti. Kuusivuotias voi kiintymysältään olla 2-vuotiaan tasolla ja edellyttää paljon aikuisen läsnäoloa ja tukea tunteiden säätelyssään. Traumatisoituneiden lasten tarpeet omahoitajan saatavilla oloon vaihtelevat yksilöllisesti. Jotkut vaativat kokoaikaista läsnäoloa ja joillekin lyhyemmätkin päivittäiset yhteiset hetket saattavat riittää. Vähitellen lapsen kyetessä itsenäiseen toimintaan ja tunteensäätelyyn omahoitajan läsnäoloa voidaan vähentää. Päivähoidon vuorovaikutussuhteet voivat tarjota pysyvyyttä ja jatkuvuutta sekä korjaavia kokemuksia lasten elämään. Tutkimuksissa on todettu, että äidistä erossa olo nostattaa lasten stressihormonitasoa (kortisoli), mutta tutun omahoitajan läsnäolo saa lapsen stressitason laskemaan.

## Omahoitajan ydinosaamisen alueita:

- kokemusta lapsista, joilla on tunnetason ja käytäytymisen pulmia
- myönteinen minäkäsitys
- empaattinen, luova, osaava
- rauhallinen, ei järkyty helposti
- joustavuutta, huumorintajua, kärsivällisyyttä
- kyky ottaa vastaan ohjeita
- kykyä tiimityöhön
- kykyä hoivata ja rajoittaa tasapainoisesti
- vakituinen tai pitkäaikainen työsuhte

Omahoitajan tulisi pystyä rakentamaan luottamuksellinen ja hyväksyvä vuorovaikutussuhde lapseen. Hän voi osoittaa olevansa kiinnostunut lapsesta puheen ohella hyödyntämällä leikkisyyttä, katsekontaktia, eleitä, ilmeitä ja liikkeitä. Suhdetta voi rakentaa vuorovaikutusleikkien (Theraplay) avulla. Viritäytymällä lapsen tunnetiloihin ja arvelemalla tai ”ihmettelemällä” ääneen havaitsemaansa, aikuinen voi pukea sanoiksi lapsen sisäistä kokemusta. Samalla hän auttaa lasta tunnistamaan tunteitaan ja säätämään tunnetilojaan. Monet lapset pystyvät ilmaisemaan itseään helpommin toiminnallisten välineiden, kuten piirtämisen, hiekkaleikin ja pikkuesineiden, tunnekorttien, satukirjojen ja tarinoiden tai käsinukkien avulla.



### Esimerkkejä tunnetilojen nimeämisestä:

*“Sinun silmäsihän ihan loistavat. Taidat pitää tästä yhteisestä maalaustehtävästä.”*

*“Olet nyt vihainen, kun olisit halunnut jatkaa leikkiä ulkona eikä lähteä sisälle. Minustakin tuntuisi kurjalta, jos joutuisin jättämään leikin kesken. Aika kulkee niin nopeasti, kun on kivaa ja ulkoilu-aika meni ohii ennen kuin huomasihtaan. Käytä vielä hetki aikaa leikin lopettamiseen ja lähdetään sitten sisälle.”*

*“Sinulla taitaa olla nyt niin paljon energiaa, ettet taida malttaa istua paikallasi. Ihan kuin olisi muurahaisia pöksyissä. Annetaanpa jaloille vähän liikettä ja ravistellaan muurahaiset pois. Hypitään korkealle ilmaan 10 kertaa. Tekipäs se hyvää! Nyt jaksaa taas istua paremmin ja kuunnella.”*

*“Tämä ompelutehtävä taitaa tuntua sinusta vaikealta. Kädet ihan hikoaa. Vedetäänpä syvää henkeä ja rauhoitutaan hetki. Katsotaanpa yhdessä asia kerrallaan. Eikö ole hyvä, että sinä olet nyt tässä ihan turvassa? Ei ole mitään hätää, sillä voit luottaa, että minä autan sinua.”*

Monille ristiriitaisesti kiinnittyneille lapsille on tärkeää, että omahoitaja pystyy pitämään hänet mielessään ja huomioi häntä jatkuvasti. Nämä lapset saattavat vaikuttaa huomionkipeiltä ja keskeyttää jatkuvasti toisten puhetta. Heille on tärkeää viestiä, että omahoitaja, kuten vanhemmatkaan, eivät unohda lasta, vaikka olisivatkin fyysisesti poissa näkyvistä tai kohdistaisivat välillä huomion toisiin.

Lapset tarvitsevat tilaisuuksia uuden oppimiseen. Arjen tilanteissa on mahdollista omahoitajan avustuksella opetella avun pyytämistä, ongelman ratkaisua sekä rentoutumista ja hauskan pitämistä. Traumatisoituneet, itsensä huonoiksi kokevat lapset tarvitsevat näitä perustaitoja oppiakseen rinnalleen empatiisen aikuisen joka uskoo lapsen kyvykkyyteen, tekee näkyväksi hänen vahvuuksiaan ja ylläpitää toiveikkuutta.

### Terapeuttinen asenne kasvatustyössä

Traumatisoituneiden lasten kasvatuksessa on oleellista turvallisuuden ja luottamuksen rakentaminen. Lapsen oireilu on nähtävä yrityksenä kommunikoida, kertoa jotain omasta kokemusmaailmasta käsin. Varhaiskasvattajien terapeuttinen asennoituminen kiintymyssuhteissaan traumatisoituneeseen lapseen: leikkisyys (Play), hyväksyntä (Accept), aito kiinnostuneisuus (Curios) sekä empaattisuus (Empathy), rakentavat lapselle tilaa ja turvaa eheytyä sekä sanoittaa tunteitaan ja kokemuksiaan. PACE- asenteeseen perustuvilla kasvatuskäytännöillä on autettu vaikeasti traumatisoituneita lapsia arjen kasvatustilanteissa hyvällä menestyksellä (Hughes, 2006; Becker-Weidman, 2008; Tuovila, 2008). Arjen kasvatustilanteissa aikuiselta vaaditaan kykyä olla empaattinen ja viritää oma sisäinen tilansa lapsen tunnetilaan, kykyä ylläpitää tunneyhteyttä ja kannatella lapsen sisäistä tasapainotilaa. Vähitellen tämä tasapainotila alkaa siirtyä lapsen sisäiseksi tunnetaidoiksi, elämäntilaksi ja myönteiseksi käsitykseksi itsestään. Tällöin lapsi alkaa eheytyä ja oireilu helpottaa.

Ristiriitatilanteessa myönteinen tunneyhteys lapsen kanssa voi helposti katketa. Kasvattajassa herää vastatunteita, jotka ovat avain itsensä tiedostamiseen ja taitoon. Vastatunteet ovat yhteydessä aikuisen omaan elämäntarinaan ja varhaisiin kokemuksiin. Esim. lapsen tarvitsevuus nostattaa kasvattajassa ärtymystä, koska omassa lapsuudessa tarpeisiin ei ole vastattu. Siksi olisikin tärkeää, että opettajat tiedostaisivat omat herkkänsä, ärsytyspisteensä voidakseen olla provosoitumatta ja välttää turhilta valtaisteluilta lapsen kanssa. “Piuhojen irtikytkeminen” omista ärsytyspisteistä ennen välitöntä toimintaa ja reagoitua ehkäisee aikuista lisäämästä entisestään lapsen arvottomuuden ja häpeän tunteita sekä oireilua.

Myönteisen tunneyhteyden rakentamisessa on keskeistä herkkyyden reagoida lapsen käyttäytymiseen ja tunnistaa käyttäytymisen taustalla olevat merkitykset ja tarpeet. On hyvä opetella tuntemaan lasta ja ennakkoimaan tilanteet, jotka saavat hänet tolaltaan. Lapsi hyötyy siitä, että aikuinen sanoittaa lapsen tunteita:

*“Minusta näyttää nyt siltä, että olet vihainen, kun potkit penkkiä. Sinua varmaan suututtaa, että Matti sai mennä ennen sinua ruokailemaan. On ihan ymmärrettävää haluta heti syömään, kun on nälkä. Matin piti mennä ensin syömään, koska hän on menossa*

*hammaslääkäriin. Ehkä sinä pelkäsit, että jäät ilman ruokaa ja ettei kukaan huolehdi sinusta. Päiväkodissa olet turvassa ja ruokaa riittää kaikille. Minä huolehdin siitä, että sinä saat syödä tarpeeksesi. Tule tähän minun viereeni kuuntelemaan satu loppuun. Lähdetään sen jälkeen yhdessä syömään.”*

Joskus aikuinen voi joutua raottamaan ikkunaa ja osoittamaan yhteyttä tämän hetken ja lapsen menneisyyden tai lähiaikojen traumakokemusten välillä. Tällöin on etua, jos tuntee lasta ja tämän elämän tapahtumia. Tämä edellyttää tiivistä yhteistyötä vanhempien kanssa. Lapsen ja omahoitajan tunneyhteyden katkettua ristiriitatilanteessa hetkellisesti, se tulisi palauttaa mahdollisimman pian ennalleen. Lapsi tulee houkutella takaisin yhteyteen leikillisyyden ja hoitavan asennoitumisen (PACE- asenne) avulla. Haastavasti käyttäytyvää lasta voi auttaa löytämään parempia, sanallisia keinoja tehdä itseään ymmärrettäväksi. Aikuinen joutuukin usein tarjoamaan lapselle vaihtoehtoja siitä, mistä lapsen käyttäytymisessä voisi olla kyse. Hänen tehtävänä on kääntää lapsen käyttäytyminen ymmärrettäväksi sanoiksi. Tämän vastavuoroisen kommunikaation kautta lapsen mieli voi alkaa jäsentyä ja oireilu vähentyä.

### Häpeän tunteen vähentäminen ja ongelmanratkaisu



Monet varhaislapsuudessaan menetyksiä ja muutoksia kokeneet lapset kärsivät kokemansa takia massiivisesta häpeän tunteesta. Siksi uudet häpeän ja hylkäämisen kokemukset vahingoittavat näitä lapsia entisestään ja vahvistavat heidän kokemuksiaan omasta arvottomuudesta pahentaa oireilua. Häpeän tunne rajoittaa lasta tuntemasta sisäistä iloa, rauhaa, vapautuneisuutta ja spontaanisuutta. Lapsen ahdistuneisuuden ja häpeän tunteen vähentäminen on tärkeää siksi, ettei lapsi stressaantuessaan menettäisi hallintakykyään ja joutuisi paniikkiin. Tämä johtaa helposti siihen, että lapsi vetää kaiken huomion itseensä ja hänet joudutaan poistamaan ryhmätilanteesta, mikä lisää lapsen hylätyksi tulemisen pelkoa ja syrjäytymisriskiä entisestään. Empaattinen ja ohjaava kasvatustyyli toimii näiden lasten kanssa paremmin kuin auktoriteettiin perustuvat rankaisevat käytännöt.

### Kuinka ehkäistä lapsen häpeää:

- ohjaa lapsia vapaissa leikeissä ja toiminnoissa leikkisällä tavalla
- anna lapsille vaihtoehtoja, jotta heidän mahdollisuus itse kontrolloida tilannetta
- auta ristiriitojen selvittelyssä
- älä epäile lapsen motiiveja
- huomaa hyvä, auta lasta tulemaan tietoiseksi vahvuuksistaan ja voimavaroistaan
- tee onnistumiset näkyväksi lapsen portfolioon/vihkoon, jota voitte tutkia yhdessä arvottomuuden pyrkiessä pintaan
- ole tietoinen siitä, että lapsi heijastaa sinuun kokemaansa, älä provosoidu!
- sitoudu välittömän reaktiosi sijasta peilaamaan ja sanoittamaan lapselle, sitä mitä tilanteessa tapahtuu
- säilytä yhteys lapseen konfliktitilanteissa, rauhoita itsesi
- hyväksy lapsi, vaikka et hyväksyisi käyttäytymistä
- ole empaattinen ja täsmällinen kielen käytössä, perusta faktoihin
- käytä huumoria varovasti, vältä sarkasmia
- varmista, että vain yksi tai kaksi aikuista on mukana ratkomassa konfliktia
- tarjoa lapselle aina mahdollisuus hyvittää tai korjata tekonsa
- käytä tilanteesta pois sulkemista, ryhmästä yksinäi syyteen eristämistä viimeisenä vaihtoehtona

## Siirtymätilanteiden hallinta

Muutos- ja siirtymätilanteet päivähoidossa (esim. siirtyminen pienryhmätoimintaan, vapaaseen leikkiin, ulkoiluun, ruokailuun, päivälevolle) saattavat lisätä lasten ahdistuneisuutta, koska niiden herättämä epävarmuus voi synnyttää hallinnan menetyksen tunteita ja yhdistyä menetykokemuksiin. Siirtymätilanteissa lapsi saattaa alkaa pelleillä, häiritä, viivyttellä, vaellella, vetäytyä omaan maailmaansa, saada vatsakipuja tai oirehtii muuten psykosomaattisesti.

Lasten ahdistuneisuus lievittyy ja hallinnantunne kasvaa, jos siirtymätilanteet ovat ennustettavia, toistuvia ja ne noudattavat rutiineja ja järjestystä. Lapsen on silloin helpompi keskittyä tekemisiinsä, luottaa ympärillä oleviin aikuisiin ja oppia sisäistämään rutiinit ja aikataulut.

Siirtymätilanteita kodista päivähoitoon helpottavat paitsi oma pehmolelu (transitionaaliobjekti), oma paikkamerkki, näkyvillä olevat vanhempien kuvat sekä esille laitettut valokuvat ryhmässä sillä hetkellä työvuorossa olevista aikuisista. Päivän kulku ja ryhmäjaot on myös hyvä tehdä seinälle näkyviksi symbolien, kuvien ja muistikorttien avulla. Päivänkulkua voi kuvata myös sarjakuvana. Ajan kulumista kuvaamaan esim. päivän ohjatun työskentelyn kesto, voi ottaa käyttöön esim. kellon tai värivisualisoinnin siitä, paljonko aikaa on jäljellä, jotta lapsi voi seurata ja ennakoita milloin työskentely alkaa ja loppuu. Henkilöstön poissaolojen ja vaihdosten yhteydessä turvallisuutta ja hallinnan tunnetta lisää se, että lapsi voisi olla tutussa lapsiryhmässä, tutun aikuisen seurassa. Toimintakauden alkuun ja lomiin liittyviin aloitus- ja jäähyväisrituaaleihin kannattaa myös kiinnittää erityistä huomiota.

## Selkiyttävä puhe ja lapsen ystävyyssuhteiden tukeminen

Kiintymyssuhteissaan vaurioitunut lapsi kokee aiempien kokemustensa pohjalta turvalliset tilanteetkin uhkaavina. Hylätyksi ja kaltoinkohdelluksi tulemisen pelko aktivoituvat helposti. Lapsi ajattelee itsestään ja perheestään kielteisesti odottaen pahinta tapahtuvaksi. Myös ilon ja rentoutumisen hetket koetaan uhkaavina ja siksi lapsi mieluummin eristäytyy kuin hakeutuu toisten seuraan.

Lapsi tarvitsee tukea selviytyäkseen vuorovaikutustilanteissa toisten kanssa. Joskus joku päiväkodin aikuisista saattaa muistuttaa olemukseltaan lasta kaltoin kohdellutta aikuista ja herättää muistikuvia tiedostamattomasta. Aikuisen nimi, ulkonäkö tai eleet saattavat toimia laukaisimena lapsen oireilulle. Tällöin lasta on autettava tekemään ero menneen ja nykyhetken aikuisen välille.

Lapsi saattaa tulkita vuorovaikutustilanteita väärin. On tärkeää, että hänelle selvennetään, mistä tilanteessa on kyse ja tehdään selväksi, että useimmat ihmiset haluavat auttaa toisia. Opeta lasta olemaan avulias muille ja ohjaa häntä vuorovaikutuksessa toisten kanssa. Monet näistä lapsista käyttäytyvät ikäistään paljon nuoremman lapsen tavoin, ajautuvat helposti ristiriitoihin ja vaativat siksi paljon aikuisen ohjausta. Rajoittamistilanteissa kannattaa kieltojen sijasta käyttää myönteisiä ilmaisuja, joihin lapsi reagoi helpommin. ”Kävelläänpä käytävällä” sen sijaan, että sanottaisiin ”Ei saa juosta!”. Käytä lyhyitä lauseita ja selkeää kieltä. Anna yksinkertaisia ohjeita ja jaa ne pienempiin osiin. Tarkasta, että lapsi ymmärsi oikein. Ohjauksen apuna voi käyttää sarjakuvaa, kuvista kertomista, satuja ja esimerkkitarinoita tai roolileikkiä rakentavasta vuorovaikutuksesta. Huomaa lapsen edistyminen ja kannusta häntä

Joskus lapsi saattaa turvallisessa ryhmätilanteessa alkaa kertoa traumaattisista kokemuksistaan. Tämä saattaa olla muista lapsista hämmäntävää ja pelottavaa. On hyvä välittää lapselle ajatus, että omista kokemuksista kertominen on tärkeää ja oikein. ”Hyvä, että kerroit. Jutellaan tästä kahdestaan lisää myöhemmin”. Lapsen kanssa kannattaa myöhemmin kahden kesken käydä asiaa läpi sekä selventää, kuka voisi auttaa. Yhdessä on tärkeää myös puhua siitä, missä tilanteissa ja kenen kanssa traumaattisia kokemuksia on hyvä jakaa, ja mitä asioita voi lapsiryhmässä kertoa.

Tunne-elämältään haavoittuneiden lasten on usein vaikeaa solmia ja ylläpitää ystävyyssuhteita sekä toimia vapaissa leikkitalanteissa. Aikuinen ei voi vain lähettää lasta leikkimään toisten kanssa ja havainnoida tilannetta, sillä lapsi ajautuu helposti ristiriitoihin. Usein juuri vapaat tilanteet, joita aikuinen ei ole ohjaamassa ovat näille lapsille pelottavia ja hankalia. Aikuiselta vaaditaan silloin aktiivista roolia. Hän voi auttaa lasta leikkimällä hänen kanssaan yhdessä, opet-

tamalla sääntöjä sekä ottamalla muita lapsia mukaan leikkiin ja ohjaamalla lasten välistä vuorovaikutusta. Ryhmässä toimimisen taitoja voi opetella myös muissa pienryhmätilanteissa. Vähitellen lapsen taitojen karttuessa aikuinen voi alkaa vetäytyä leikistä havainnoijan rooliin ja olla kuitenkin tarvittaessa saatavilla. On tärkeää välttää lapsen leimautumista tyhmäksi tai ilkeäksi toisten lasten silmissä.

### *Kodin ja päivähoidon välinen kasvatus- kumppanuus*



Lasten kanssa työskentelyssä on tärkeää muistaa, että sen tulee aina olla yhteydessä vanhempien kanssa työskentelyyn. Kasvatuskumppanuus lapsen perheen ja/tai sijaisperheen kanssa on tärkeää. Aikuisten tietoisuuden lisääminen muutosten ja menetysten vaikutuksista lapsen kehitykseen on varhaisen tuen kannalta ensiarvoisen tärkeää. Moniammatillisen osaamisen hyödyntäminen, eheyttävä arki ja läheisyyssuhteissa auttaminen toimii tehokkaasti lapsen eheyttäjä ja syrjäytymisen ehkäisijänä.

KUVAT: KIRSTI PUSA TAITTO: LAHJA KALLINEN

Pesäpuu ry  
Lastensuojelun erityisosaamisen keskus  
[www.pesapuu.fi](http://www.pesapuu.fi)

Kirjallisuus:

Becker-Weidman, A. ja Shell, D. (2008)

Auta lasta kiintymään. Vuorovaikutteinen kehityspsykoterapia traumaperäisen kiintymyssuhdehäiriön hoidossa. PT-kustannus.

Bomber, L. (2007)

Inside I'm hurting. Practical strategies for supporting children with attachment difficulties in schools. Worth publishing. London.

Hughes, D. (2006)

Tie traumasta selviytymiseen. Rakkauden herättäminen syvästi vaurioituneissa lapsissa. PT-kustannus.

Jernberg, A ja Booth, B. (2003)

Theraplay.  
Vuorovaikutusterapian käsikirja.  
Psykologien kustannus Oy.

Kaskela, M. ja Välivaara, C. (2010)

Ihan iholla. Opas sijaisvanhempien kasvuryhmien ohjaajille.  
Pesäpuu ry.

Tuovila, P. (2008)

Menetykset ja lapsen kehitys. Artikkeliteoksessa toim. Ketola, J. Menetyksistä mahdollisuuksiin. Perhehoitoa lasten ja vanhemmuuden tueksi.  
PS-kustannus.

Välivaara, C. (2010)

Sijaisvanhempi ja sijoitetun lapsen tunteet. Viikko sijaisperheen arkea päiväkirjojen valossa. Tutkimuksia 1/2010.  
Pesäpuu ry.

