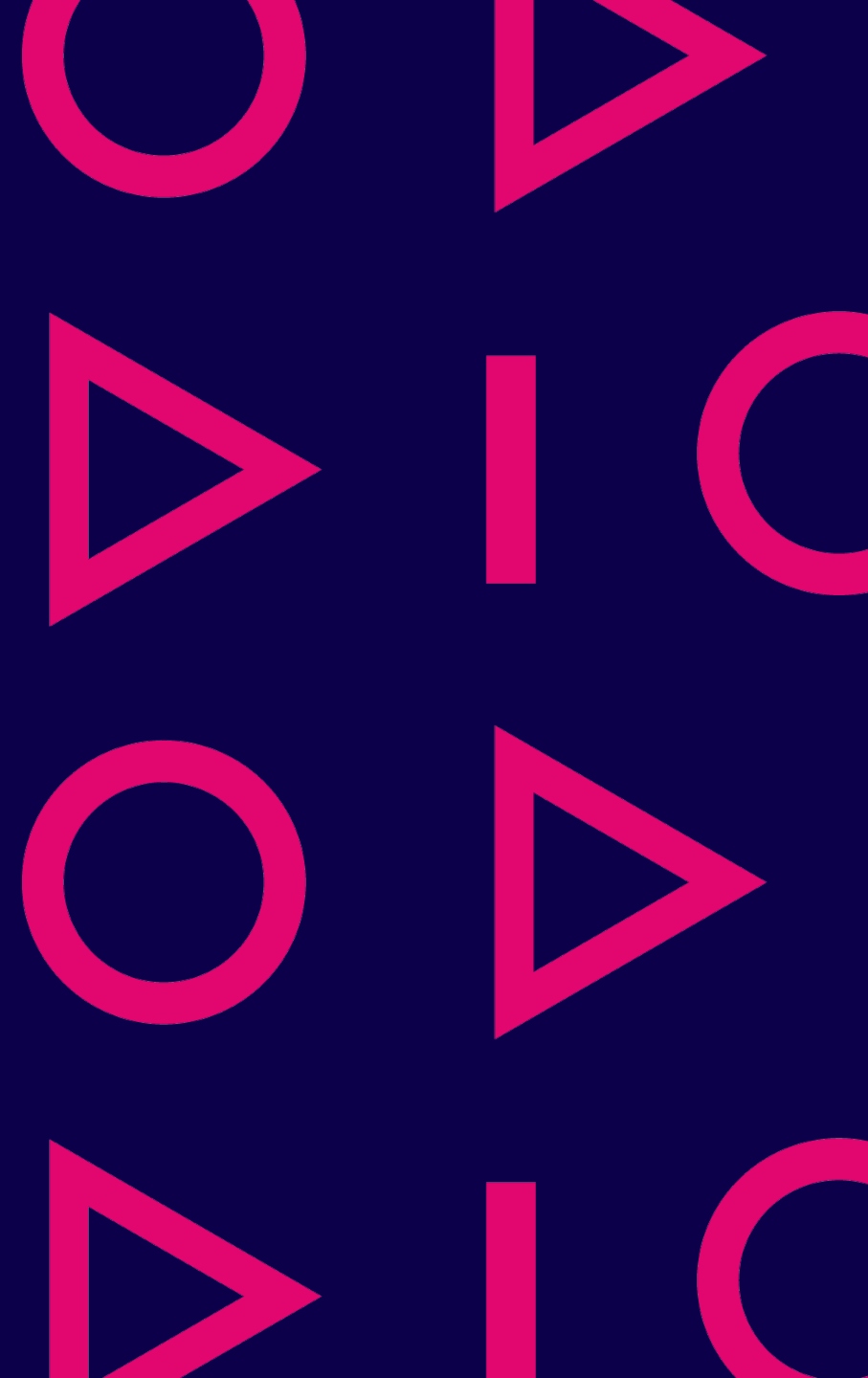


Mielenterveysosaamista varhaiskasvatus- ja opetushenkilöstölle - tasapainoa ja turvallisuutta

Hannu Piispanen, lehtori, TtM, perhe- ja psykoterapeutti (ET), seksuaaliterapeutti, työnohjaaja (STOry), sh (psyk), Jyväskylän ammattikorkeakoulu, hyvinvointiyksikkö

Eija Kuisma, lehtori, TtM, NLPt-terapeutti, sh (psyk), Jyväskylän ammattikorkeakoulu, hyvinvointiyksikkö



Mielenterveysosaamista varhaiskasvatus- ja opetushenkilöstölle - tasapainoa ja turvallisuutta

Hyvät käytännöt ja kehittämisenäkökulmat - koonti

Sisällöt:

- Koulutusosion kuvaus
- Opintokokonaisuuden erilliset osiot:
 1. Lasten mielenterveyden peruspilarit ja kehitykselliset haasteet
 2. Arvostava toimintakulttuuri
 3. Lapsen hyvää mielenterveyttä tukeva moniammatillinen verkostotyö kunnassamme
 4. Vanhempien kanssa tehtävä yhteistyö

Mielenterveysosaamista varhaiskasvatus- ja opetushenkilöstölle - tasapainoa ja turvallisuutta – koulutusosion kuvaus 1/2

Lasten mielenterveyden edistäminen niin varhaiskasvatuksessa kuin koulumaailmassa on ajankohtainen haaste. Tässä koulutuskokonaisuudessa varhaiskasvatuksen ja koulutoimen henkilöstö saa tietoa lapsen kriisin ja trauman ilmenemismuodoista sekä lasten mielenterveyden ongelmista ja niiden vaikutuksista oppimiseen. Kokonaisuus vahvistaa lapsen kasvua, kehitystä ja mielenterveyttä suojaavien- ja riskitekijöiden tunnistamista ja edistämistä sekä antaa välineitä puheeksi ottamiseen. Lisäksi luodaan moniammatillisia yhteistyön ja konsultaation työtapoja varhaiskasvatuksen ja koulutyön arkeen sekä vahvistetaan työtapoja työhön vanhempien kanssa.

Koulutuskokonaisuuden lähtökohtana on niiden keinojen vahvistaminen, joilla luodaan ja ylläpidetään turvallista, yhteisöllisyyttä ja kaverisuhteita tukevaa, tasavertaisuutta korostavaa sekä kiusaamisesta vapaata arkea. Kokonaisuus sisältää neljä osiota ja kolme niistä toteutetaan monimuoto-opetuksena ja yksi kokonaan verkkototeutuksina.

Mielenterveysosaamista varhaiskasvatus- ja opetushenkilöstölle - tasapainoa ja turvallisuutta – koulutusosion kuvaus 2/2

Koulutuskokonaisuuden osiot sisälsivät lähiopetusta, etäopetusta tai hybridiopetusta. Jokainen osio sisälsi kaksi opetuskertaa, ennakkotehtävän, luentoja, verkko-opiskelua ja omalle työpaikalla tehtävän kehittämistehtävän kunkin osion teeman mukaisesti.

Opintokokonaisuuden erilliset osiot:

- 1. Lasten mielenterveyden peruspilarit ja kehitykselliset haasteet (3 op)** - Jämsä 6.1.2020 ja 30.10.2020 lähikontaktina sekä Mikkeli 27.11.2020 ja 21.1.2021 Koronan vuoksi etänä
- 2. Arvostava toimintakulttuuri (3 op)** - koronan vuoksi muutettiin etäkontakteiksi 8.2.2021 ja 23.3.2021
- 3. Lapsen hyvää mielenterveyttä tukeva moniammatillinen verkostotyö kunnassamme (2 op)** - 15.3. - 14.6. 2021 osio toteutettiin kokonaan ohjatusti ja tuetusti verkko-oppimisympäristössä. Osioon sisältyi yksi vapaaehtoinen webinaari etänä, jossa oli mahdollisuus keskustella tehtäviin liittyvistä kysymyksistä.
- 4. Vanhempien kanssa tehtävä yhteistyö (2 op)** – Lappeenranta, 5.10.2021 ja 9.11.2021, toteutettiin hybridi-opetuksena

1. Lasten mielenterveyden peruspilarit ja kehitykselliset haasteet – poimintoja osallistujien kehittämistehtävistä

- Lapsen huolen huomaaminen ja puheeksi ottaminen
- Ei tarvitse pärjätä monimutkaisten asioiden kanssa yksin, vaan työntekijäverkostot on hyvä koota mukaan
- Aito läsnäolo niin varhaiskasvatuksessa kuin ammatillisessa koulutuksessa ovat yhtä tärkeitä - aina resurssit eivät mahdollista
- Työnohjauksen tarve, joissa kohdetaan lapsia, nuoria ja perheitä
- Koulutustarve moniammatillisen verkostotyön toteuttamiseen
- Hyvä, kun sai tietoa eri häiriöistä, niin osaa pohtia, mikä lapsella voisi olla hätänä ja mihin hän tarvitsee apua
- ”Ymmärsin vasta nyt, miten kokonaisvaltaisesti oppilas todella voi uskoa siihen, että hän on ”huono”, ”tyhmä” tai ”kehno”. Tajusin, että on vain koitettava sikeästi toistaa kehuja ja kannustusta.”
- Ehdotan rehtorille, että aloitetaan pitämään kerran viikossa jokaisessa luokassa tunnetaitojen opettelua
- Mielenterveysasioita pitää opetella jo ekasta luokasta lähtien
- Ennaltaehkäisyä kiusaamiseen ja mielenterveyden ongelmiin
- Säännöllisyys ja henkilökohtainen huomio - saa jo paljon aikaan
- Cico-toimintamalli - Uskon sen olevan hyvä ja satoa kantava malli.
- Jos opettaja ei osaa tai halua panostaa lasten mielenterveyteen tai tunnetaitoihin, on koulunkäynninohjaajan kädet aika sidotut
- Lapsi pitää kohdata kiireettömästi ja häntä oikeasti kuunnellen
- Yhteyden saaminen ja luottamus on tärkeää, koska lapset eivät aina osaa sanoittaa sitä, mitä tarkoittavat. Aito läsnäolo, ajan antaminen ja kuunteleminen pitäisi muistaa
- Mielenkiintoista oli kuulla, että lapsen kokemukset aikuisista, jo varhaislapsuuden ajalta, heijastuvat koulumaailmaan. Heti näen silmissäni kahden perheen lapset, jotka suhtautuvat hyvin eri tavalla koulun aikuisiin.
- Vanhemmuuspyramidia aion hyödyntää työssä perheiden kanssa
- Mietin, onko meillä aina oikeasti kiire vai teemmekö itse kiireen
- Haluan kehittyä vanhempien kanssa tehtävässä yhteistyössä ja kasvatuskumppanuudessa
- Haluaisin osata kertoa asian niin, etten syyllistä asialla vanhempia liikaa, mutta samalla he ymmärtäisivät asian tärkeyden tulevaisuutta ajatellen, jolloin voimme yhteistyössä tehdä kaiken voitava.
- Yksikkömme tosuun kirjattiin: Miniverso – sovitteluohjelma, lasten tunnetaidot ja lasten itseohjautuvuuden tukeminen.

2. Arvostava toimintakulttuuri - poimintoja osallistujien kehittämistehtävistä

Työntekijän itseen ja työyhteisöön liittyvät hyvät käytänteet:

- Työntekijän kyky tunteiden kohtaamiseen, sanoittamiseen ja jäsentämiseen
- Itsevarmuus
- Työkavereiden kehuminen
- johtajan sitoutuminen työyhteisöön, henkilöstön kannustaminen ja ajan järjestäminen q1kehittämistoiminnan edistämiseksi
- Yhteisopettajuus mahdollistaa yhteiset toimintatavat, jotka lisäävät yhdenvertaisuutta oppilaiden kesken ja antavat turvalliset puitteet sekä laadukkaamman opetuksen. Opettajat saavat toisiltaan vertaistukea, heidän keskinäinen arvostuksensa sekä ammattitaitonsa paranee
- MAPA: siinä kunnioitetaan asiakasta (=oppilasta), pyritään kaikin tavoin ennaltaehkäisemään tilanteiden eskaloitumista sekä pyritään aina turvaamaan sekä oppilaan että opetushenkilön turvallisuus
- Työyhteisössäni asioista on aina hyvä keskustella; sovitut pelisäännöt, tunteiden, arvojen, ajatusten, kokemusten jakaminen ja toiminnan kehittäminen sen mukaiseksi. Vapaus tuoda hulluimmatkin ideat ja ajatukset ilmi jolloin niistä voi yhdessä syntyä hyvin merkittäviä asioita.

Lapsiin ja nuoriin ja vanhempiin liittyvät hyvät käytänteet:

- Lapset puheeksi -menetelmä
- toimiva ja positiivisesti sävyttynyt yhteistyö kodin kanssa tukee lasta.

- **Hyvien käytäntöjen hyödyntäminen:** Motivoiva keskustelu, tunne- ja turvataidot, muksuoppi, ratkaisukeskeisyys(ongelmat tavoitteiksi), KiVa-koulun periaatteiden esiin nostaminen, puheeksi otto, kuunteleminen, varhainen puuttuminen, Lapset puheeksi – menetelmä, positiivinen pedagogiikka
- **Konkreettisia harjoituksia ja keinoja:** voimaeläin, opittavien taitojen nimeäminen lapsen kanssa, aggression purkamiseen esim. tynny tai pehmeä pallo, rauhallinen ja kannustava keskustelu lapsen kanssa, Tunnekortit, Eläinten talo, tunnemittarit, keskittymiskoru, huolinalle
- Ohjeiden pilkkominen pienempiin osiin, esineiden hyödyntäminen keskittymisessä jne. Vapaamuotoisten keskustelumahdollisuuksien luominen nuorille, mentalisaation sanoittaminen, kehuminen, ajan antaminen
- **Yhteistyötahojen hyödyntäminen:** Auttavien tahojen hyödyntäminen, verkostotyön tärkeys kuten VEO (varhaiserityisopettaja) tukena, toimintaterapeutit yms.
- Materiaalin hyödyntäminen
- Oppi yhteistyöhön ja keskusteluun vanhempien kanssa, **yhteistyö vanhempien kanssa**
- Kartoitetaan lapsen taitoja, tunnistetaan haasteet ja mietitään toimivia, vaihtoehtoisia keinoja

3. Lapsen hyvää mielenterveyttä tukeva moniammatillinen verkostotyö kunnassamme – poimintoja osallistujien kehittämistehtävistä

Koulutuksen tuotoksena oli pienimuotoinen omaan työhön sovellettu ”Huoli herää lapsesta”-käsikirja.

Käsikirja tuotettiin tehtäväosoiden kautta:

1. Minkälaiset asiat ovat tärkeitä huomioida psyykkisen avun kartoittamiseksi ja tuen saamiseksi lapselle. Pohdi asiaa laajasti lapsen, vanhempien ja varhaiskasvatuksen/ perusopetuksen työntekijöiden kannalta -> käsikirjan sisällysluettelo
2. Oman paikkakunnan lasten ja nuorten avun ja tuen hoitopolkujen/verkoston/yhteistyömallien selvittäminen
3. Vanhempien kanssa tehtävään yhteistyöhön liittyviä huomioitavia seikkoja.
4. Huolen siirtäminen ammattiavun piiriin ja toimiva yhteistyö verkostossa sekä lastensuojeluilmoituksen tekeminen
5. Verkosto tukemassa varhaiskasvatus- ja opetushenkilöstön omaa jaksamista
6. ”Huoli herää lapsesta” – toimintamalli ja käsikirjasen laatiminen tehtäväosoiden ja tarvittavan täydentämisen kautta omaan toimintaympäristöön sopivaksi

4. Vanhempien kanssa tehtävä yhteistyö - poimintoja osallistujien kehittämistehtävistä 1/2

- Sain erilaisia näkökulmia, tilanteita ja keskusteluja.
- Turvallinen tila tapaamiseen ja tarvittaessa työparin kanssa.
- Aloitusk keskustelussa on tärkeää luoda avoin, kiireetön ja luottamuksellinen tilanne.
- Kun huoli lapsesta herää, niin se pitää ottaa puheeksi.
- Vien tietoa ja turvallisuuden näkökulmaa eteenpäin tiimeissä, kk-kokouksissa.
- Huoltajien kanssa tehtävä yhteistyö kieli- ja kulttuuritietoisessa päiväkodissa (tieto varhaiskasvatuksen aloituksesta hyvissä ajoin; tutustumiskäynti; panosta 1. tapaamiseen; perheelle aikaa uusien asioiden sisäistämiseen; S2-aloituskeskustelu heti; tarvittaessa tulkkipalvelu; ole kiinnostunut kulttuurista; vastavuoroinen kulttuurin esittely; hyödynnä tarvittaessa kuvakommunikointikeinoja; osallista vanhempia päiväkotitoimintaan).
- Kiusaamisen ehkäisyn ja puuttumisen suunnitelma (kiusaamisen käsitteiden määrittely; sosiaalisten taitojen opettaminen ja opetteleminen; yhteistyö vanhempien kanssa; Kiusaamisen ehkäisyn ja puuttumisen suunnitelman arvioiminen, päivittäminen ja perehdyttäminen).
- Aggressiivisen asiakkaan kohtaaminen varhaiskasvatuksessa (varautuminen; uhkaavassa tilanteessa huomioitavia seikkoja; tilanteen jälkihoito).
- Lasta koskeva asia on otettava puheeksi rohkeasti, mutta hienotunteisesti.
- Opas: Huoli puheeksi - Opas varhaisista dialogeista.
- Huoli puheeksi-menetelmä on toimiva apu ja työmenetelmä arkeen esimerkiksi varhaiskasvatuksessa.
- Ben Furmanin Muksuoppi ja Positiivisen pedagogiikan materiaalit.
- Erilaiset yhteiskunnalliset ja maailmanlaajuiset haasteet asettavat myös perheiden jaksamiselle haasteita, kuten esimerkiksi tällä hetkellä vallitseva Covid-epidemia. Haasteet ja ongelmat voivat näkyä yksinäisyytenä, syrjäytymisenä, työttömyytenä tai mielenterveyden ongelmina.
- ”Varhaisella reagoimisella asiaan, voit vaikuttaa lapsen hyvinvointiin”.
- Pieni lapsi tarvitsee aikuisen auttamaan ja sanoittamaan tilannetta, antamaan työvälineitä.
- Varhaiskasvatuksessa työskentelevät kasvattajat tarvitsevat selvästi lisää tietoa, mistä voi saada apua perheiden monimuotoisiin haasteisiin.
- Perheille varhain tarjottava tuki, hoito ja kuntoutus vähentävät ongelmien vaikeutumista sekä lastensuojelun ja muiden korjaavien palvelujen tarvetta.
- Haluan tuoda esille motivoivan haastattelun työkaluna kasvattajien käyttöön.
- Osallisuus varhaiskasvatuksessa voidaan nähdä esim. vasujen kautta vanhempien kertomuksina, toiveina lastaan koskevissa asioissa. Toimijuus on aktiivista, itsenäistä päätöksentekoa ja aktiivista osallistumista.
- Avointen kysymyksien ja positiivista pedagogiikkaa hyödyntämällä saan mielenterveyttä ainakin hetkellisesti edistettyä ja ylläpidettyä asiakastasolla.
- Motivoitunut asiakas auttaa hoitajia ja opettajia toimimaan entistä laadukkaamman kasvatuksen, opetuksen ja hoidon puolesta.
- Vaikeiden asioiden puheeksi otto aikuisten kanssa (Puheeksi otton vaikeus; puheeksi otto kannattaa; Miten otan vaikean asia puheeksi?; Puhetyyli haastavassa tilanteessa; Mitä tehdä kun aikuinen reagoi?; Haastavan tilanteen jälkeen...”).
- Päiväkodissa mietitään paljon lasten hyvinvointia ja heidän mielenterveyttä, mutta keskustellessa vanhempien kanssa täytyy huomioida myös heidän mielenterveys.
- Huolikeskustelussa ennakoiminen on tärkeää, kun toimimme lasten kanssa.

4. Vanhempien kanssa tehtävä yhteistyö - poimintoja osallistujien kehittämistehtävistä 2/2

- ”Edellisellä viikolla minulla oli kolmen vanhemman kanssa lapsen varhaiskasvatuksen keskustelu. Aikaisemmin on ollut heidän kanssa erimielisyyksiä ja he ovat rohkeasti arvostelleet päiväkodin toimintaa. Keskustelut tapahtuivat puhelimen ja Teams-sovelluksen kautta. Mutta kun olin saanut tosi paljon itsevarmuutta tästä koulutuksesta sekä tietoja, miten käyttäytyä, niin musta tuntui, kun olisin laittanut työtakin päälle. Kaikki tiedot ja taidot tulivat kun taskusta. Kaikki keskustelut olivat tosi mukavia. Aloittaessa siitä ”Lapset puheeksi” kysymyksistä sekä hyväksymällä ja sanoittamalla heidän tunteet ja mielipiteet; kuuntelemalla ja olemalla läsnä; kehumalla ja kannustamalla; sekä positiivisen asian/käyttäytymisen/tekemisen huomioimisella. Lopuksi sain itse myös kaikilta paljon positiivista palautetta meidän toiminnasta ja olin heille kiitollinen meidän tekemisten huomaamisesta.”
- Tärkeä on myös vanhempien tukeminen, kannustaminen ja heidän
- myönteisen käyttäytymisen huomioiminen (kehuminen). Joskus tuetaan vanhempia, että annetaan mallia, miten asioita tehdään ja miksi se on hyvä.
- Liisa Ahosen kirjassa Haastavat kasvatustilanteet hyvä vinkki väri hengityksestä.
- Lily Murray Mahtava Mieli sarjaan kuuluva kirja: EI HÄTÄÄ!
- Mitä otan mukaan omaan yksiköön tästä koulutuksesta?
 - ✓ Sitä, että ollaan positiivisia. Keskustellaan vanhempien kanssa positiivisista asioista enemmän.
 - ✓ Asioista, mitkä toimivat
 - ✓ Saamme olla vanhempien kanssa erimieltä ja se on ihan ok. Kerrotaan sitä myös heille!
 - ✓ Kerrotaan vanhemmille, kun huoli herää lapsesta
 - ✓ Huolikeskustelut, dialogit
 - ✓ Päiväkodissa tehdään sitä, mitä pystytään. Kotiin annetaan vinkkejä, mutta hyväksytään heidän päätökset
 - ✓ Huomioitaan vanhempien mielenterveyden ja tunteet.

jamk | Jyväskylän ammattikorkeakoulu
University of Applied Sciences