

## VANHEMPIEN KOKEMUKSET KAINUUN PERHEKOULUSTA

Johanna Heikkinen

Opinnäytetyö, syksy 2015

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Pieksämäki

Sosiaalialan koulutusohjelma

Sosionomi (AMK)

*Anna mun olla lapsi, joka leikkii pellolla.*

*Anna mun kasvaa rauhassa auringon valolla.*

*Anna mun kiivetä puissa, anna huutaa rosvoa.*

*Anna mun juosta kuin kettu, ja sotkea kuralla.*

*Anna mun kiivetä katolla ja heitellä kiviä.*

*Anna mun itkeä sylissä ja kaivata äitiä.*

*Anna mun olla lapsi kiukkuhvirviönäkin.*

*Häädäthän möröt mun sängyn alta ja pussaat mut pyörryksiin?*

*Anna mun olla lapsi, pimeässäkin.*

*Anna mun olla lapsi – älä hylkää tai jätä yksin.*

*(Jukka-Pekka Mäkelin 2015)*

## TIIVISTELMÄ

Heikkinen, Johanna. Vanhempien kokemukset Kainuun perhekoulusta. Pieksämäki, Syksy 2015, 56s., 2 liitettä.

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Sosiaali-alan koulutusohjelma, sosionomi (AMK).

Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää millaisia muutoksia Perhekouluun osallistuneet vanhemmat havaitsivat itsessään vanhempana, lapsen ja vanhemman välisessä vuorovaikutuksessa sekä lapsessa ja lapsen käyttäytymisessä. Tavoitteena oli selvittää, millaisia uusia ohjauskeinoja ja menetelmiä vanhemmat olivat ottaneet käyttöön sekä selvittää, oliko uusien menetelmien oppimisessa haasteita.

Perhekoulu on ryhmäinterventio, jolla pyritään vaikuttamaan lapsen ja vanhemman välisen myönteiseen vuorovaikutuksen kehitykseen jonka myötä päästään vaikuttamaan lapsen käytökseen. Perhekoulu on tarkoitettu ylivilkkaille, vetäytyville tai muutoin haastavasti käyttäytyville lapsille sekä heidän vanhemmilleen. Tutkimuksen kohdejoukko oli Kajaanin ja Sotkamon Perhekouluun osallistuneet vanhemmat.

Tutkimus oli kvalitatiivinen. Tietoa kerättiin vanhemmille lähetetyn kyselylomakkeella, johon vanhemmat vastasivat nimettöminä. Kyselylomakkeita lähetettiin 14 vanhemmalle, joista palautui yhteensä 10 kyselyä. Kyselylomakkeessa oli avoimia kysymyksiä. Tutkimuksen mukaan vanhemmat kokivat Perhekoulun toimivaksi ja hyväksi tukimuodoksi. Vanhemmat havaitsivat positiivisia muutoksia itsessään vanhempana. Vanhemmat toimivat aiempaa johdonmukaisemmin ja heidän itsevarmuus oli lisääntynyt Perhekoulun myötä. Vanhemmat kuvailivat vuorovaikutuksen lapsen kanssa muuttuneen avoimempaan ja selkeämpään suuntaan. Lapsen itsevarmuus ja rohkeus oli lisääntynyt. Lapsi tiesi, millaista käyttäytymistä häneltä odotetaan, jonka myötä arkipäivän tilanteet olivat helpottuneet. Vanhemmat olivat ottaneet haastaviin tilanteisiin käyttöön monipuolisesti uusia ohjauskeinoja ja menetelmiä, joilla vanhemmat kokivat saaneen helpotusta arkeen.

Asiasanat: vanhemmuus, haastava käyttäytyminen, vuorovaikutus, Perhekoulu.

## ABSTRACT

Heikkinen, Johanna. Parent's experiences in Kainuu Pre-School Overactivity Programme. 56 p., 2 appendices. Language: Finnish. Pieksämäki, autumn 2015.

Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Social Services, Degree: Bachelor of Social Services.

The purpose of the thesis was to find out what kind of changes the parents who took part in the pre-school Overactivity Programme found in themselves later in life, in the interaction between the child and the parent, and in the child and the child's behavior. The aim was to find out what kind of new guidance methods the parents had adopted, as well as to find out whether there had been challenges in learning the new methods.

The Pre-school Overactivity Programme is a group intervention Programme which, through parent guiding, aims at improving the parent-child interaction and in this way influencing the child's behavior as well. The Pre-school Overactivity Programme is intended for hyperactive or withdrawn children, and for children with otherwise challenging behavior, and for their parents. The research target group was the parents of Kajaani and Sotkamo Pre-school Overactivity Programme.

The research was qualitative. Information was collected by means of questionnaires sent to the parents, which they answered anonymously. The questionnaires were sent to 14 parents, of which 10 were returned. The questionnaire had open-ended questions. According to the study results, the parents felt that the Pre-school Overactivity Programme as a support form worked well for them. The parents noticed positive changes in themselves as parents. They acted more consistently and their self-confidence was strengthened by the Pre-school Overactivity Programme. The parents described their interaction with the child more transparent and better directed than before. The child's self-confidence and courage had increased. The child knew what kind of behavior was expected of him, and the everyday situations were eased. The parents had taken new and versatile methods into use in dealing with challenging situations, and thus received relief in everyday life.

Keywords: Parenthood, challenging behavior, interaction, Pre-school Overactivity Programme.

## SISÄLTÖ

1 JOHDANTO .....	6
2 VANHEMMUUS JA LAPSEN HAASTAVA KÄYTTÄYTYMINEN .....	8
2.1 Vanhemmuus .....	8
2.2 Lapsen haastava käyttäytyminen .....	12
3 PERHEKOULU HAASTAVAN KÄYTTÄYTYMISEN TUKIMUOTONA .....	15
3.1 Perhekoulu .....	15
3.2 Myönteiset menetelmät kasvatuksessa .....	18
3.3 Vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus .....	22
4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN .....	24
4.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset .....	24
4.2 Tutkimuksen kohderyhmä .....	25
4.3 Tutkimusmenetelmien valinta .....	26
4.4 Tutkimusaineiston keruu .....	27
4.5 Aineiston analyysi .....	28
4.6 Tutkimuksen luotettavuuden ja eettisyyden arviointia .....	29
5 TUTKIMUSTULOKSET .....	31
5.1 Muutokset vanhemmissa ja vanhemmuudessa Perhekoulun jälkeen .....	31
5.2 Muutokset vanhemman ja lapsen välisessä vuorovaikutuksessa .....	32
5.3 Muutokset lapsessa ja lapsen käyttäytymisessä .....	34
5.4 Arjen haastavien tilanteiden uudet ohjauskeinot .....	35
6 TUTKIMUSTULOSTEN YHTEENVETO .....	38
7 POHDINTA .....	42
7.1 Jatkotutkimusmahdollisuuksia .....	43
7.2 Opinnäytetyöprosessi ja ammatillinen kasvu .....	44
LÄHTEET .....	47
LIITTEET .....	52
(Liite 1: Saatekirje) .....	52
(Liite 2: Kyselylomake vanhemmille) .....	53

## 1 JOHDANTO

Opinnäytetyön ideointivaiheessa pidin tärkeänä, että opinnäytetyöaiheeni olisi itselleni merkityksellinen ja kiinnostava. Keväällä 2015 suoritin harjoittelujakson Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymän perhetyössä, jonka yksi työmuodoista on Perhekoulu. Pääsin mukaan Perhekouluun lastenryhmän ohjaajaksi, josta alkoi tutkimusprosessi, jota esittelen tässä työssä.

Lastensuojelulain painopiste on voimakkaasti ennaltaehkäisyssä, varhaisessa tuessa ja avohuollossa. On tärkeää tarjota tukea mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. (Lastensuojelulaki 2007.) Perhekoulu on yksi varhaisen tuen muodoista. Kun ongelmatilanteet perheissä on suhteellisen pieniä, voidaan esim. vanhemmuutta tukemalla saavuttaa merkittäviä muutoksia perheessä. Varhaisella tuella voidaan edistää vanhempien ja koko perheen hyvinvointia sekä lieventää mahdollisia tulevia haasteita.

Perhekoulu on tarkoitettu lasten ja heidän vanhempien tueksi. Perhekoulu tarjoaa vertaistukea ja tietoa, joiden kautta lisätään tietoisuutta omista kasvatuskäytännöistä sekä tarvittaessa pyritään muuttamaan niitä. Tavoitteena on kehittää ja tukea lapsen ja vanhemman välistä myönteistä vuorovaikutusta. Perhekoulun aikana etsitään keinoja, kuinka ylivilkkaan, vetäytyvän tai muutoin haastavan lapsen käyttäytymistä voidaan tukea ja ohjata myönteisesti. (Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymä, i.a; Arja Koskimies, henkilökohtainen tiedonanto 8.1.2015.)

Mielestäni opinnäytetyöni on ajankohtainen ja tärkeä. Tässä opinnäytetyössä tuon esille, millaisia muutoksia vanhemmat havaitsevat itsessään vanhempana Perhekoulun jälkeen. Mielenkiinnon kohteena on selvittää, millaisia muutoksia vanhempi havaitsee vuorovaikutuksessa lapsen kanssa ja lapsen käyttäytymisessä, sekä millaisia uusia keinoja ja menetelmiä perhekoulun osallistuneet vanhemmat saavat arjen haastaviin tilanteisiin. Lisäksi kuvailen mahdollisia haasteita uusien menetelmien oppimisessa.

Tukittavat vanhemmat ovat käyneet Kainuun Perhekoulun kevään 2015 aikana. Kainuun Perhekoulu muodostuu Kajaanin ja Sotkamon Perhekouluista. Tutkimus toteutettiin vanhemmille lähetetyn kyselylomakkeen avulla. Tutkimusmenetelmäksi

valitsin laadullisen tutkimuksen, jonka katsoin sopivimmaksi menetelmäksi ottaen huomioon aihealueen ja tutkittavien suhteellisen pienen määrän.

Opinnäytetyön teoriaosuudessa käsitellään tutkimuksen kannalta merkittävimpiä Perhekouluun ja vanhemmuuden tukemiseen liittyviä käsitteitä. Teoriaosuuden käsitteet ovat vanhemmuus, lapsen haastava käyttäytyminen, Perhekoulu, myönteiset menetelmät kasvatuksessa ja vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus. Teoriaosuuden jälkeen kuvaan opinnäytetyössä käytettyjä tutkimusmenetelmiä ja valintoja sekä tutkimusprosessia. Tämän jälkeen käsittelen tutkimustuloksia sekä pohdin tutkimusprosessia ja ammatillista kasvuani.

## 2 VANHEMMUUS JA LAPSEN HAASTAVA KÄYTTÄYTYMINEN

### 2.1 Vanhemmuus

Perhekoululla tuetaan vanhemmuutta, näin ollen vanhemmuus on yksi opinnäytetyöni ydinkäsitteistä. Vanhemmuudesta ei voi sanoutua irti (Sinkkonen 2012, 13). Vanhemmuus on elinikäinen ja keskeneräinen prosessi, jossa lapsen tarpeet menevät aikuisen tarpeiden edelle. Vanhemmuus on lapsen äidin tai isän tapa olla emotionaalisessa ja fyysisessä vuorovaikutuksessa lapsen kanssa ja toimia sekä ottaa erilaisia rooleja lapsen tarpeiden mukaisesti. Vanhemmuudella tarkoitetaan, että vanhempi näkee lapsen, tunnistaa hänen tarpeitaan, tuntee ja viestejään, vastaa niihin ja auttaa niiden tunnistamisessa ja säätelyssä. Vanhempi ottaa lapsen huomioon ja huolehtii hänestä. Vanhemmuus on ennen kaikkea tahtoa olla tunneperäisesti lapsen käytettävissä. (Rönkkö & Rytönen 2010, 124.)

Vanhemmuus on tiukasti sidoksissa kasvatukseen ja vanhemmuustyyliin. Lastenkasvatukseen ja vanhemmuustyyliin vaikuttavat asenteet ja arvot, joita yhteiskunnassa yleisesti arvostetaan. Esimerkiksi 1950-luvun vanhemmuustyyliin vaikutti tottelevaisuus- ja kuuliaisuuskulttuuri, kun taas 1970-luvulla vanhemmuustyyliin saattoi vaikuttaa vapaan kasvatuksen ihanteet. Tänä päivänä vanhemmuudessa näkyy pyrkimys keskusteluun ja neuvotteluun. (Korhonen, 2006, 51, 56–57.) Olemassa oleva ”oikea” tieto lapsen kasvatuksesta ja kehityksestä ja sen tukemisesta vaikuttavat vanhemmuustyyliin ja kasvatuskäytäntöihin. Erityisesti kasvatus- ja sosiaalialan asiantuntijat sekä media välittävät hyvän kasvatuksen sanomaa. (Mannerheimin lastensuojeluliitto i.a.a.)

Vanhemmuustyylin ulottuvuuksina on perinteisesti nähty lämpö vs. vihamielisyys ja rajoittavuus vs. sallivuus. Näiden pohjalta Diana Baumrind kehitti klassisen teoriansa vanhemmuuden kolmesta päämallista, jotka ovat auktoritatiivinen, autoritaarinen ja salliva vanhemmuustyyli. Auktoritatiivisella vanhemmuudella tarkoitetaan sitä, että vanhempien kasvatustyyliä leimaa sekä positiivisten tunteiden osoittaminen ja lämpimyys, että ohjaus. Vanhemmat odottavat lapselta ikätasoon sopivaa käytöstä sekä sääntöjen noudattamista. Samalla he myös ylläpitävät avoimen vuorovaikutuksen



kulttuuria vanhempien ja lapsen välillä. Vanhemmat tukevat toimillaan lapsen itsenäisyyden tukemista. Autoritaarisen vanhemmuuden tunnuspiirteitä ovat tiukat, vanhempien määrittelemät rajat ja kovat rangaistukset. Autoritaariset vanhemmat eivät pyri osoittamaan lapselleen erityistä lämpöä, ylläpitämään myönteistä tunneilmapiiriä tai vastavuoroista vuorovaikutussuhdetta. Sallivassa vanhemmuudessa vanhemmat osoittavat myönteisiä tunteita lasta kohtaan, mutta eivät vaadi lapselta sääntöjen tai normien noudattamista. Sallivassa vanhemmuudessa lasten ohjaus on vähäistä. (Baumrind 1989, 351–355.) Lapselle parhaimpana kasvatustyylinä on pidetty lämmön ja kontrollin yhdistelmää, auktoritatiivista kasvatusta, jota on kutsuttu myös demokraattiseksi kasvatukseksi. Lämpöön kuuluu, että vanhempi huomaa lapsessaan hyvää, myönteisen käyttäytymisen, ja osoittaa tämän. Vanhempi näyttää, että lapsi on rakas ja arvokas, vaikka hänen ei tule hyväksyä lapsen kaikkia kielteisiä käyttäytymismuotoja. (Hurme 2008, 154.)

Baumrindin teoriaan on lisätty myöhemmin neljäs vanhemmuus tyyli, joka on laiminlyövä vanhemmuus. Tällainen vanhempi ei syystä, tai toisesta kykene kantamaan vastuuta kasvattajana. Tällainen vanhempi ei kykene huolehtimaan lapsen perustarpeista tai ohjaamaan lasta elämän polulle. Laiminlyövä vanhemmuustyylin omaava vanhempi voi olla poissaoleva, arvaamaton ja joskus jopa pelottava sekä epäjohdonmukainen. Lapsi ei saa tarvitsemaansa turvaa ja hyvänolon tunnetta vanhemmaltaan, ja joutuu hakemaan sitä joltain toiselta aikuiselta henkilöltä. Tällainen kasvatustyyli ei luonnollisesti tue lapsen tervettä kasvua ja kehitystä. (Mannerheimin lastensuojeluliitto, i.a.b.)

Lapsen erilaiset temperamenttipiirteet ja yksilölliset erot vaikuttavat kasvatuskäytäntöjen muovautumiseen. Lapsi, joka on luonnostaan myönteinen mielialaltaan, joustava, helposti sopeutuvainen ja jonka aktiivisuuden säätely on useimmiten tilanteeseen sopivaa, herättää helposti vanhemmassa ja kasvattajassa myönteisiä kokemuksia. Tällaisen lapsen vanhemmat kokevat onnistuneen kasvattajina. Tämä taas ohjaa aikuista helpommin myönteisten kasvatuskäytäntöjen kehällä. Sen sijaan lapsi, joka on luontaisesti kielteisempi mielialaltaan, joustamaton, lyhytjänteinen ja jonka on vaikeaa säädellä aktiivisuuttaan, voi asettaa vanhemman vaativan kasvatustehtävän äärelle. (Serenius-Sirve & Kippola-Pääkkönen 2012, 153–154; Viljanmaa 2009, 129.) Tällöin kasvatusta teettää enemmän työtä ja vuorovaikutus on

herkemmin altis yhteentörmäyksille. Vanhempi saattaa käyttää huonoja kasvatukseenkeinoja, kuten uhkailua ja ankaria rangaistuksia, jotka ovat haitallisia lapsen kehitykselle. (Lajunen & Laakso 2011, 121.)

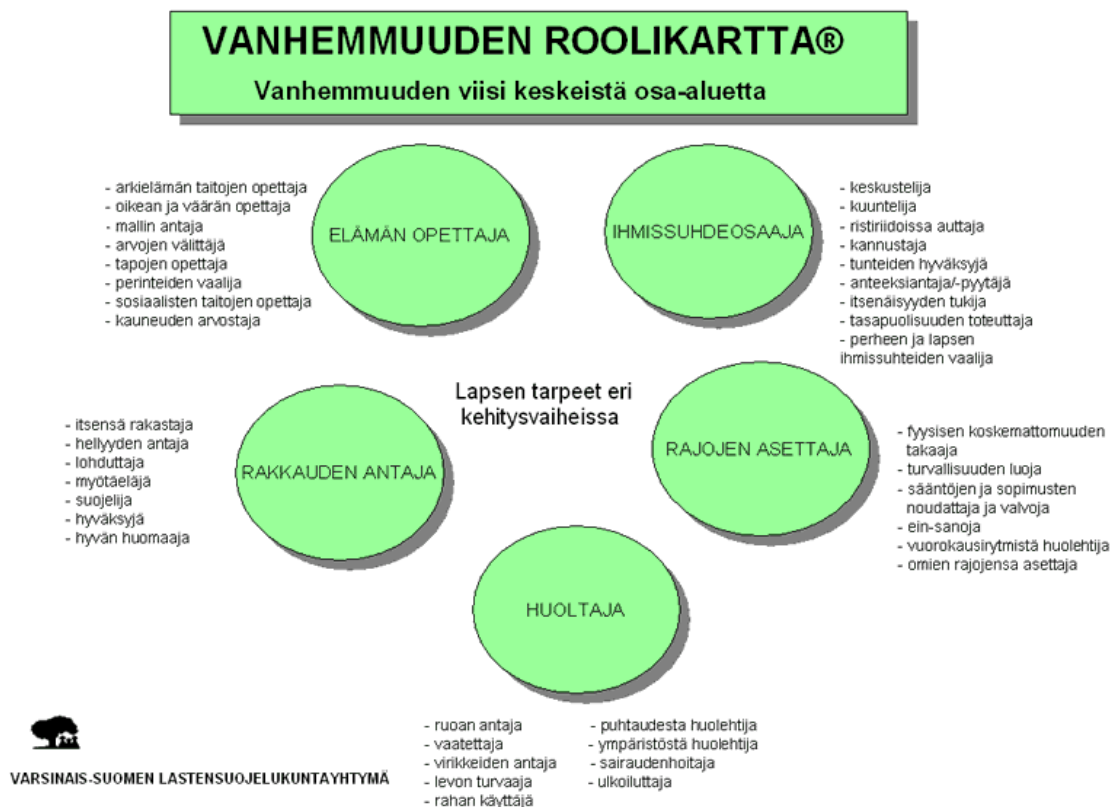
Jokaisen vanhemman omakohtaiset kasvatuskokemukset ja omat temperamenttipiirteet vaikuttavat kasvatuskäytäntöihin. Vanhempana ja kasvattajana on erityisen tärkeää tiedostaa omat kasvatuskäytännöt sekä tulla tietoiseksi siitä, millaiset kasvatuskäytännöt tukevat lapsen myönteisen minäkuvan rakentumisessa, itsetunnon tukemisessa, käyttäytymisen säätelyssä ja uusien taitojen oppimisessa sekä millaiset kasvatuskäytännöt auttavat lasta tekemään oikeanlaisia ratkaisuja elämässä. (Serenius-Sirve & Kippola-Pääkkönen 2012, 153–154; Viljanmaa 2008, 12.)

Vanhemmuudelle voidaan asettaa eräitä keskeisiä tehtäviä, joita kuvailen seuraavaksi. Vanhemman ensisijaiset tehtävät on huolehtia, että lapsella on ruokaa, sopiva lämpötila, eikä hän loukkaa itseään. Tavoitteena on antaa lapselle sellainen kasvuympäristö, joka edistää lapsen luontaista uteliaisuutta. Vanhempien tehtäviin kuuluu luoda lapsen elämään turvallisuutta ja ennakoitavuutta, esimerkiksi johdonmukaisin toistuvien arkirutiinein. (Hurme 2008, 150.) Leikki-ikäisen lapsen vanhempien tärkeimmät roolit ovat huoltaja, rakkaudenantajan, rajojen asettajan, ihmissuhdeosaajan ja elämänopettajan roolit (Ylitalo 2011, 44–49). Vanhemman tehtävänä on ottaa vastuu lapsesta ja vuosien kuluessa luovuttaa vastuu vähitellen lapselle itselleen. Kasvatuksen tavoitteena on tukea lasta selviytymään elämässään itsenäisesti. Lapsi kasvaa osaksi perhettään ja yhteiskuntaan, joita hän ei voi itse valita. Lapsen mahdollisuudet vaikuttaa elämänsä varhaisen vaiheen kulkuun ovat näin ollen pienet. Lapsi oppii mikä on oikein ja väärin, sopivaa ja epäsopivaa, arvokasta ja vältettävää, sekä mitkä ovat lapsen oikeudet, velvollisuudet ja vastuut. (Mannerheimin lastensuojeluliitto i.a.a.)

Kun vanhempi pohtii omaa tapaansa kasvattajana sekä miettii kasvatustyön arvoja, vanhemman kasvatustietoisuus on herännyt, jolloin vanhempi tekee tietoisia valintoja. Kasvatustietoisuuteen sisältyvät vanhempien käsitykset omista tavoista, ajatuksista ja arvoista. Vanhempi voi pohtia, millaista elämänfilosofiaa haluaa lapselle periyttää? Millaista on hyvä vuorovaikutus lapsen kanssa? Millä tavoin lapsen kanssa keskustellaan? Kuinka tunteita ilmaistaan? Millainen on hyvä kasvuympäristö?

Vanhemmuuteen kasvetaan vähitellen, eikä kysymyksiin tarvitse löytyä yksiselitteisiä vastauksia. (Mannerheimin lastensuojeluliitto i.a.a.)

Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymän työntekijät laativat vuonna 1999 vanhemmuuden roolikartan, jonka avulla vanhemmuus voidaan arkiajattelussa hahmoittaa luontevasti ja mahdollisimman selkeästi. Vaikka vanhemmuuteen liittyy paljon vaikeitakin asioita, voidaan roolikartan avulla nähdä vanhemmuus tuttuina, arkisina asioina ja kokemuksina. Roolikartan avulla vanhemman on aikaisempaa helpompi havaita omassa toiminnassaan muutostarvetta, jotka nousevat esille lapsen kehityksen näkökulmasta. Roolikartta ajattelussa pohditaan, mitä lapsi myönteisen kehityksen tai hyvinvoinnin tueksi tarvitsee. (Ylitalo 2011, 9–10.) Seuraavassa kuviossa on esitelty vanhemmuuden roolikartta.



( Varsinais-suomen lastensuojelukuntayhtymä 2013).

## 2.2 Lapsen haastava käyttäytyminen

*Haastavaa käyttäytymistä* on monenlaista. Tahkokallion mukaan haastava käytös ilmenee levottomuutena, keskittymiskyvyn puutteena, malttamattomuutena ja vaikeutena noudattaa sääntöjä. Haastava käytös voi ilmetä myös häiriköintinä tai väkivaltaisuutena. (Tahkokallio 2003, 99–102.) Lapsen haastava käytös tulee usein esiin yliaktiivisuutena ja impulsiivisuutena. Impulsiivisuudella tarkoitetaan, että lapsi toimii, ennekuin ajattelee. Lapsen on vaikeaa odottaa. Yliaktiivinen lapsi tekee kaiken aikaa jotain ja on levoton. (Sandberg, Santanen, Jansson, Lauhaluoma & Rinne 2008, 9.)

Haastavasti käyttäytyvä lapsi voi jäädä yksin unelmoimaan ja vetäytyä pois tilanteesta omaan maailmaansa. Haastavasti käyttäytyvä lapsi voi olla myös sulkeutunut ja vetäytyä muista lapsista tai aikuisista erilleen. (Tahkokallio, 2003, 99). Haastava lapsi voi kärsiä neuropsykologisesta poikkeamasta kuten ADHD:sta tai aspergerista. Hän voi olla myös täysin normaali lapsi, jolla on hyvin voimakas ja vilkas temperamentti ja joka kokeilee jokaista asiaa, ei malta odottaa vuoroaan, särkee tavaroita, joutuu riitoihin, valehtelee ja varastelee. Haastavuus voi näkyä myös punasteluna: lapsi ahdistuu joutuessaan tekemisiin vieraiden ihmisten kanssa. (Viljanmaa 2009, 31.)

Haastavasti käyttäytyvällä lapsella voi olla aistien yliherkkyyttä: lasta voi häiritä esim. television ääni, tai toisen lapsen maiskutus ruokapöydässä. Lapsi voi olla hyvin tietoinen esim. väreistä ja kosketuksesta. Jos väri ei miellytä, tai lippalakki on väärässä asennossa, ongelmia korjaillaan pitkään ja hartaasti, joka voi johtaa usein päiväkodista myöhästymisiin. Lapsen voi olla haastavaa muuttaa rutiinejaan, tällöin puhutaan heikosta sopeutumiskyvystä. Tällaisella lapsella esim. siirtymätilanteet vievät aikaa. (Viljanmaa 2009, 75–77; Heikkala 2012, 46.) Viljanmaan mukaan haastavasti käyttäytyvä lapsi voi kokea lähes kaiken kielteisenä ja on pessimistinen (Viljanmaa 2009, 77).

Psykologi Kujanpään mukaan haastavasti käyttäytyvä lapsi ei pysty keskittymään siihen, mitä heidän ympärillään tapahtuu, jolloin esim. ohjeiden ja sääntöjen ymmärtäminen tuottavat vaikeuksia. Lapsella on kykyjä toimia, mutta tahtotilaa ei löydy. Haastava lapsi saattaa olla itsepäinen, hän saattaa määrällä muita ja toimii joustamattomasti. (Kujanpää 2013.) Lapsen on vaikeaa keskittyä yhteen asiaan

pidemmän aikaa kerrallaan, tällöin käytetään usein termiä tarkkaamattomuus (Sandberg ym. 2008, 11).

Haastava käyttäytyminen on aina sosiaalinen tapahtuma (Häyry 2015). Käyttäytymisen ongelmat johtavat usein toistuviin törmäystilanteisiin ympäristön kanssa ja haastavat aikuisen puuttumaan tilanteen kulkuun. Ongelmat näkyvät päivittäin arjen eri tilanteissa. (Linnove & Kivijärvi 2011, 149.) Kun ympäristön odotukset ja lapsen kyky vastata ja toimia niiden mukaisesti eivät kohtaa, syntyy ristiriitatilanteita (ADHD liitto ry 2013, 45). Lapsen näkökulmasta ristiriidat ovat umpikujia, joihin aikuisen olisi tarjottava vaihtoehtoja. Syitä ei-toivottuun käyttäytymiseen on monia: lapsi ei ehkä osaa toimia tilanteessa toisin, hän ei ole oppinut vaihtoehtoisia tapoja, lapsi pyrkii hallitsemaan tilannetta ja käytöstään tai hän saattaa hakea huomiota. (Serenius-Sirve & Kippola-Pääkkönen 2012, 159.) Haastava käyttäytyminen onkin aina jäävuoren huippu, on tärkeää tiedostaa mitä jäävuoren alla on (Häyry 2015).

Heikkala tutki Pro gradu-tutkielmassaan haastavien lasten temperamenttipiirteitä sekä vanhempien kokemuksia tällaisten lasten vanhemmuudesta. Heikkalan tutkimusaineisto on kerätty internetin Kaksplus keskustelupalstan keskusteluista. Heikkalan mukaan haastavasti käyttäytyvä lapsi on useimmiten poika, jolla on korkea intensiteetti, eli taipumus ilmaista tunteensa suureen ääneen. Hänellä on matala sopeutumiskyky ja näin ollen hänen on vaikea sopeutua muutoksiin. Haastavan temperamentin omaavalla lapsella on herkkyys kokea negatiivisia tunteita, tämän vuoksi lapsi saattaa olla ärtyisiä. Tutkimuksen osallistuneet vanhemmat kokivat, että haastavan lapsi koettelee omaa vanhemmuutta. Vanhemmat kokivat epäonnistuneen äiteinä ja isinä. Erityisen haastavaksi vanhemmat kokivat lapsen jatkuvan ärtyisyyden, joka ei vanhempien yrityksistä huolimatta ollut muutettavissa. Ne vanhemmat jotka ymmärsivät lapsen omaavan haastavan temperamentin, osasivat suhtautua lapseen myötätuntoisemmin. (Heikkala 2012, 34, 59–60.)

Kun perheessä on haastavasti käyttäytyvä lapsi, on vanhemmuus kovalla koetuksella. Katajiston ja Tuomisen tutkimus osoitti, että ylivilkkaiden lasten vanhemmat ovat huomattavasti uupuneempia, kuin leikki-ikäisten lasten vanhemmat keskimäärin (Katajisto & Tuominen 2006, 30). Haastavasti käyttäytyvän lapsen oireet vaikuttavat koko perheeseen. Haastava lapsi voi aiheuttaa ristiriitoja vanhempien välille, kuten

myös päivähoitossa kasvattajien välille. Haastavan lapsen oireilu saattaa aiheuttaa kasvattajissa ärtymystä, kiukkua ja jopa kyllästymistä ainaiseen kieltämiseen ja tilanteiden selvittämiseen. Se taas lisää lapsen uhmaa ja ärtymystä ja se taas puolestaan lisää lapsen häiriökäyttäytymistä. Näin kierre jatkuu loputtomiin, jos ei sitä jotenkin saada katkaistua ja löydetä uusia keinoja kohdata lapsi ja lapsen mukanaan tuomat haasteet. (Moilanen 2012, 136; Lajunen & Laakso 2011, 121.)

Vanhemmalla on odotuksia siitä, miten lapsen tulisi käyttäytyä, ja jos lapsi ei toimi odotetulla tavalla, vanhempi on tyytymätön sekä itseän että lapseen. Näissä tilanteissa vanhemman ja lapsen välinen suhde alkaa hiljalleen heikentyä, millä on pitkäaikainen vaikutus lapseen. On tärkeää tiedostaa oman käyttäytymisen vaikutus lapseen, sillä yhtäläillä lapsen käyttäytyminen vaikuttaa vanhempaan. (Sandberg ym. 2008, 18.) Haastavasti käyttäytyvän lapsen kasvattaminen voi rasittaa myös parisuhdetta. Perhe voi eristäytyä sosiaalisesti, koska on liian raskasta lähteä uhmakkaan tai aggressiivisesti käyttäytyvän kanssa kodin ulkopuolelle. Lapsen haastavan käyttäytymisen vuoksia voi olla vaikeaa saada lapsenvahtia, jolloin vanhempien kahdenkeskeinen aika vähenee. (ADHD-liitto ry. 2013, 38.)

Lapsen käyttäytymisen ongelmat jaotellaan karkeasti sisäänpäin ja ulospäin suuntautuviin ongelmiin. Sisäänpäin suuntautuvia oireita on esimerkiksi vetäytyneisyys, masennus ja jotkin somaattiset oireet. Ulospäin suuntautuvia oireita ovat muun muassa käytöshäiriöt, aggressiivisuus, uhmakkuus, levottomuus ja impulsiivisuus. On kuitenkin syytä muistaa, että lapsen tuen tarve määrittyy aina arkisten ongelmien kautta eikä tukitoimien järjestely edellytä diagnoosin asettamista. (Aro 2011, 108.)

### 3 PERHEKOULU HAASTAVAN KÄYTTÄYTYMISEN TUKIMUOTONA

#### 3.1 Perhekoulu

Lastenpsykiatrit Joanne Barton ja Seija Sandberg kehittivät Isossa Britanniassa Perhekoulu ohjelman, jota on käytetty Suomessa vuodesta 2001. *Perhekoulu* on tarkoitettu haastavasti käyttäytyville 3–6 -vuotiaalle lapsille ja heidän perheille. Perhekoulu kokoontuu kerran viikossa, kymmenen viikon ajan. Perhekoulu koostuu kahdesta erillisestä ryhmästä: lasten kasvatuksellisesta ryhmästä ja asiantuntijoiden ohjaamassa vanhempien koulutuksellisesta ryhmästä. Vanhempia opetetaan vahvistamaan lapsen toivottua ja hillitsemään ei-toivottua käyttäytymistä. Perhekoulun tavoitteena on katkaista kielteisten tunteiden kierre ja auttaa palauttamaan vanhemmuuden ilo. (Poikkeus ym. 2002, 170–171; Inno kylä i.a.)

Haastavasti käyttäytyvät lapset ja heidän vanhemmat ohjautuvat Kainuun Perhekouluun monella tapaa. Esimerkiksi lapsen päiväkodin- tai neuvolan työntekijä voi kertoa perheelle Perhekoulusta ja sen tavoitteista sekä ohjata perhettä hakeutumaan Perhekouluun. Hakuajan jälkeen perheille tehdään alkuhaastattelu, jossa kartoitetaan perheen tilannetta kokonaisvaltaisesti ja arvioidaan sitoutumiskykyä Perhekouluun. Perhekoulu on tarkoitettu varhaisen tuen muodoksi ja ennaltaehkäiseväksi tueksi. Tällöin lapsen ja perheen haasteet tulevat olla sellaisia, joihin Perhekoululla voidaan vastata. Perhe voidaan ohjata tarvittaessa muiden palveluiden tai tukimuotojen piiriin. Perhekoulun haku aikaan on tavallaan julkaistu lehtiartikkeleita paikallislehdissä, joilla on tavoiteltu kohderyhmään kuuluvia perheitä. Perheet voivat itse hakeutua Perhekouluun ottamalla yhteyttä Perhekoulun ohjaajiin.

Perhekoulun tavoitteena on tukea vanhempien jaksamista haastavan lapsen vanhempana ja lisätä aikuisen luottamusta itseensä kasvattajana. Perhekoulun aikana pyritään vaikuttamaan vanhemman ja lapsen välisen myönteisen vuorovaikutuksen kehittymiseen. Perhekoulussa vahvistetaan vanhemman tapaan toimia lapsen kanssa, minkä seurauksena lapsen käyttäytyminen muuttuu, jolloin pystytään ennaltaehkäisemään mahdollisia pitkävaikutteisia haitallisia vaikutuksia lapsen itsetuntoon, sosiaalisiin suhteisiin ja tulevaan koulusuoriutumiseen. (Kainuun sosiaali-

ja terveydenhuollon kuntayhtymä 2015; Sandberg ym. 2008, 17.) Perhekoulu tarjoaa myönteisiä keinoja lapsen kehitykseen ja toimivampaan arkeen. Vanhempain ohjaus menetelmien avulla pyritään tukemaan myönteistä vanhemmuutta opettamalla toimivia keinoja ohjata lapsen käyttäytymistä. (Moilanen 2012, 147.) Perhekoulu on varhaisen tuen muoto. Tukea tarvitaan erityisesti silloin kun lapsen käyttäytyminen aiheuttaa riskin lapsen hyvinvoinnille ja iänmukaiselle kehitykselle ja vanhemmat kokevat kuormitusta arjessa. (Laakso; Lajunen; Aro; Eklund & Poikkeus 2011, 119.)

Vanhempien ryhmän toiminta perustuu vanhemmille annettavan *Perhekoulun käsikirjan* (Sandberg ym. 2008) teemoihin ja niihin liittyviin kotitehtäviin. Kirja on jaettu 10 lukuun, jokaiselle kokoontumiskerralle on yksi luku. Vanhempien ryhmässä toimii kaksi ohjaajaa. Vanhempien ryhmän päivänkulku on seuraavankaltainen: Kuulumistenvaihdon jälkeen vanhemmat saavat edellisen kerran kirjallisen palautteen oman lapsen toiminnasta lastenryhmässä. Kahvinjuonnin lomassa käydään keskustellen läpi edellisellä kerralla annetun kotitehtävän kokemukset. Vanhemmat saavat keskustella eri toimintatavoista toisten vanhempien kanssa ja saavat usein vertaistukea ja uusia menetelmiä haastavaan arkeen. Vanhemmille näytetään videopätkiä lastenryhmän edelliseltä kerralta. Videoilla näytetään onnistumisen kokemuksia esim. lapsen ja avustajan toiminnasta, lapsen käyttäytymisestä ryhmässä jne. Videoiden jälkeen perehdytään kirjan seuraavaan teemaan alustavasti, jonka jälkeen vanhemmat syövät lastensa kanssa välipalan, jonka lapset ovat kattaneet vanhemmilleen. Välipalan jälkeen syvennytään päivän teemaan tarkemmin. Kokoontumisen lopuksi annetaan päivän teemaan liittyvä käytännön läheinen kotitehtävä, jonka jälkeen on loppupiiri. (Koskimies 2015a.) Teemat koostuvat seuraavista aihealueista: 1) mitä ylivilkkaus on? 2) lapsen käyttäytymisen ymmärtäminen, 3) vuorovaikutus lapsen kanssa, 4) myönteisen käyttäytymisen vahvistaminen, 5) palkintojen käyttö, 6) rajojen asettaminen, 7) jäähyn käyttö, 8) kodin ulkopuoliset tilanteet, 9) tulevaisuus ja 10) opitun kertaaminen ja yhteen vetäminen (Salmi 2008, 25; Sandberg ym. 2008, 3–7).

Lastenryhmä kokoontuu samanaikaisesti vanhempien ryhmän kanssa omissa tiloissa. Lastenryhmässä jokaisella lapsella on oma ohjaaja. Ohjaaja vaihtuu jokaisen kerran jälkeen. Lapsi saa kokemuksen siitä, että vaikka aikuinen vaihtuu, pysyvät säännöt ja toimintaperiaatteet samanlaisina. Lasten ryhmän tapaamisissa on selkeästi jäsennelty päiväohjelma, johon kuuluu leikkimistä, pelaamista, piirtelyä, jumppahetki, keksitauko



ja välipala jne. Päiväohjelman avulla harjoitellaan pitkäjänteisyyttä, toisten huomioon ottamista sääntöjen mukaan toimimista ja sosiaalisia taitoja. (Koskimies 2015b.) Lastenryhmässä on kaksi sääntöä: ”Tavaroita käsitellään varoen ja toisia kohdellaan hyvin!”

Perhekoulu ohjelma mainitaan myös ADHD:n käypähoito suosituksissa. Perhekoulun kaltainen strukturoitu vanhempainohjaus vähentää lasten käytösongelmia, parantaa sosiaalista selviytymistä ja vanhemman käsitystä lapsesta sekä vähentää käytösongelmien kielteistä vaikutusta vanhempiin. (Duodecim, Käypä hoito 2011.) Perhekoulusta saatu myönteinen vaikutus on pitkäaikainen (Moilanen 2012, 147). Salmen (2008) tutkimuksen mukaan sekä tutkimukseen osallistuneet äidit, että päiväkodin henkilökunta havaitsivat lasten käyttäytymisen ongelmien vähentyneen Perhekoulun jälkeen. Tulos oli edelleen havaittavissa vuosi intervention alkamisen jälkeen. (Salmi 2008.)

Katajisto ja Tuominen (2006) ovat pro gradu-tutkielmassaan selvittäneet Perhekoulu-intervention vaikuttavuutta. Tutkimus koskee ylivilkkaiden leikki-ikäisten ja muiden samanikäisten lasten vanhemmuutta. Tutkimus liittyi osana Jyväskylässä vuodesta 2001 käynnissä olleeseen Perhekoulu – toimintaan, joka on Kelan rahoituksin turvin toimiva ryhmämuotoinen tukiohjelma ylivilkkaille leikki-ikäisille ja heidän vanhemmilleen. Jyväskylässä on vuodesta 2001 lähtien kerätty aineistoa toiminnan vaikuttavuudesta. Syksyllä 2005 ”Leikki-ikäinen ja vanhemmuus” alaprojektissa kerättiin verrokkiaineisto, mukana oli kuusi Jyväskyläläistä päiväkotia. Sekä verrokkit, että Perhekouluihin osallistuneet vanhemmat täyttivät samat lomakkeet. Katajiston ja Tuomisen tutkimuksen mukaan vanhempien kokemukset itsestään vanhempana muuttui Perhekoulun jälkeen myönteisemmäksi, vanhempien kokema uupumus vähentyi ja vanhemmuudesta iloitseminen lisääntyi huomattavasti. Perhekouluun osallistuneiden vanhempien ohjaavaan vanhemmuuteen liittyvien keinojen käyttäminen lisääntyi hieman enemmän verrattuna muiden lasten vanhempiin. Samalla määräilevään vanhemmuuteen kuuluvien ohjauskeinojen käyttäminen puolestaan väheni merkittävästi niillä vanhemmilla, jotka osallistuivat Perhekouluun. (Katajisto & Tuominen 2006, 10, 28–32.)

Laakso ym. (2011) tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää vanhempien kokemuksia Perhekoulu interventtiosta. Tutkimuksessa kartoitettiin ja kuvailtiin, mistä intervention toimintamenetelmistä vanhemmat kokivat hyötynneen eniten. Tutkimuksessa vertailtiin äitien ja isien kokemuksia kyselylomakkeen avulla. Tutkimuksen mukaan Perhekouluun osallistuneet vanhemmat olivat hyvin tyytyväisiä Perhekoulun antiin (äideistä 96,7 %, isistä 76 %). Vertaisryhmän antama tuki ja ryhmässä käydyt keskustelut koettiin Perhekoulun parhaimmaksi anniksi. Tutkimuksessa selvitettiin äitien ja isien toteutuneita odotuksia Perhekoulusta, jonka mukaan sekä äitien että isien mielestä eniten onnistuttiin antamaan tukea ja neuvoa. Tutkimuksen mukaan äideistä 81 % ja isistä 56 % ilmaisivat hyvin todennäköisesti käyttävänsä oppimiaan menetelmiä lapsen kanssa jatkossakin. Lapsen kehuminen ja kiittäminen nousi esille sekä kiinnostavimpana, toimivimpana että todennäköisimpänä käytössä pysyvänä menetelmänä haastavasti käyttäytyvän tai ylivilkkaan lapsen kasvatuksessa. (Laakso ym. 2011, 121–122, 124.)

### **3.2 Myönteiset menetelmät kasvatuksessa**

*Myönteisillä menetelmillä* tarkoitan tässä opinnäytetyössä vanhempien käyttämiä toimintatapoja, joilla on vaikutus lapsen myönteisen käyttäytymiseen. Työssäni tarkastelen Perhekoulun menetelmiä, kuten: myönteisen vuorovaikutuksen vahvistaminen lapsen ja vanhemman välisessä suhteessa, myönteisen käyttäytymisen vahvistaminen välittömällä palautteella, palkitseminen, ja lievän ei-soveliaan käyttäytymisen huomiotta jättäminen. Vanhempi kiittää, kehuu ja palkitsee lasta hymyin ja halauksin aina kuin mahdollista. Vanhempi perustelee kehumiset lapselle siten, että lapsi tietää mihin vanhempi on tyytyväinen, jolloin toivottu käyttäytyminen todennäköisesti toistuu. (Sandberg ym. 2008, 3-4; Poikkeus ym. 2002, 174.)

Myönteiset kasvatuskäytännöt ovat tärkeitä kaikkien lasten kehitykselle. Erityisesti silloin, kun kyseessä on ylivilkas tai haastavasti käyttäytyvä lapsi, on syytä kiinnittää huomiota myönteiseen kasvatukseen, näin voidaan parhaiten vahvistaa lapsen käyttäytymisen säätelyä toivottuun suuntaan. (Serenius-Sirve & Kippola-Pääkkönen 2012, 153.) Onnistumiset tuottavat usein uusia onnistumisia. Kehuja ei kannata säästellä, ja kehitysaskleet on tärkeää todeta julkisesti esim. lapsen isovanhempien

kuullen, kuten: ”Meidän Pekka on jo iso poika, hän osaa itse pukeutua!” Kun lapsen taitoja kehuaan ulkopuolisten kuullen, kehujen arvo kasvaa. (Viljanmaa 2008, 61.)

Vanhemmat ja kasvattajat asettavat rajat, joissa lapsi voi turvallisesti harjoitella käyttäytymistään ja tunteiden ilmaisua. Ohjatessa lapsen käyttäytymistä toivottuun suuntaan vahvistetaan niitä toiminta-seuraus-kytkentöjä, joista on myönteiset seuraamukset. Tehokkaimmin käyttäytymiseen vaikuttavat välittömät ja ennakoitavimmat seuraukset. (Serenius-Sirve & Kippola-Pääkkönen 2012, 157–158.)

Itsesäätelykyvyn kehittyessä lapsi kykenee lisääntyvästi toiminaan ohjeiden mukaan, suunnitelmallisesti. Itsesäätelyllä tarkoitetaan kykyä työskennellä tavoitteellisesti, pitää yllä ponnistelua ja kykyä sekä estää ensisijaisia mielitekoja. Lapsen itsesäätelyn kehittymisen kannalta on tärkeää, että lapsi tietää, mitä häneltä odotetaan ja miten hänen toimintansa vaikuttaa ympäristöön. Samoin todenmukaisen minäkuvan ja itsetunnon vahvistamisen kannalta on tärkeää, että lapsi saa välitöntä palautetta toimistaan, ja oppii arvioimaan onnistumisiin ja epäonnistumisiin vaikuttaneita tekijöitä. (Aro, Laakso & Närhi 2007.)

Haastavasti käyttäytyvä lapsi tarvitsee myönteistä palautetta sellaisestakin toiminnasta, jossa onnistumista ympäristö pitää itsestään selvänä ja josta muut samanikäiset lapset eivät tarvitse enää kehuja. Kehujen tulee olla riittävän motivoivia ja voimakaita, jotta sillä on toivottu vaikutus. Jo yrityksestä toivottuun suuntaan ja pienetkin yksittäiset arjen toiminnoissa onnistumiset ovat kehujen arvoisia asioita. (Keltikangas-Järvinen 2010, 231–234; Viljanmaa 2008, 29.) Tällainen tapa kannustaa lasta lisäämään kyseistä käyttäytymistä paljon tehokkaammin, kuin kehujen säästäminen täydellisten suoritusten varalle. Vanhemman ja kasvattajan tulisi palautteessa antaa mahdollisimman tarkkaa tietoa siitä, mihin hän on lapsessa tyytyväinen. Ei siis riitä että sanoo:” Hienosti käyttäydyit, jatka samaan malliin!”. Lapsen näkökulmasta enemmän tietoa sisältävä palaute toimii paremmin, kuten: ”Oli hienoa kun sanoit kiitos, kun annoin sinulle mehulasin!” (Serenius-Sirve & Kippola-Pääkkönen 2012, 157–158; Keltikangas-Järvinen 2010, 231.)

Mitä enemmän lapsi saa huomiota toiminnastaan, sitä enemmän hän saa vahvistustaan tälle toiminnalleen ja pyrkii jatkossakin sitä toistamaan. Myös kielteinen huomio voi vahvistaa toimintaa. (Serenius-Sirve & Kippola-Pääkkönen 2012, 159.) Jos lapsi ei saa

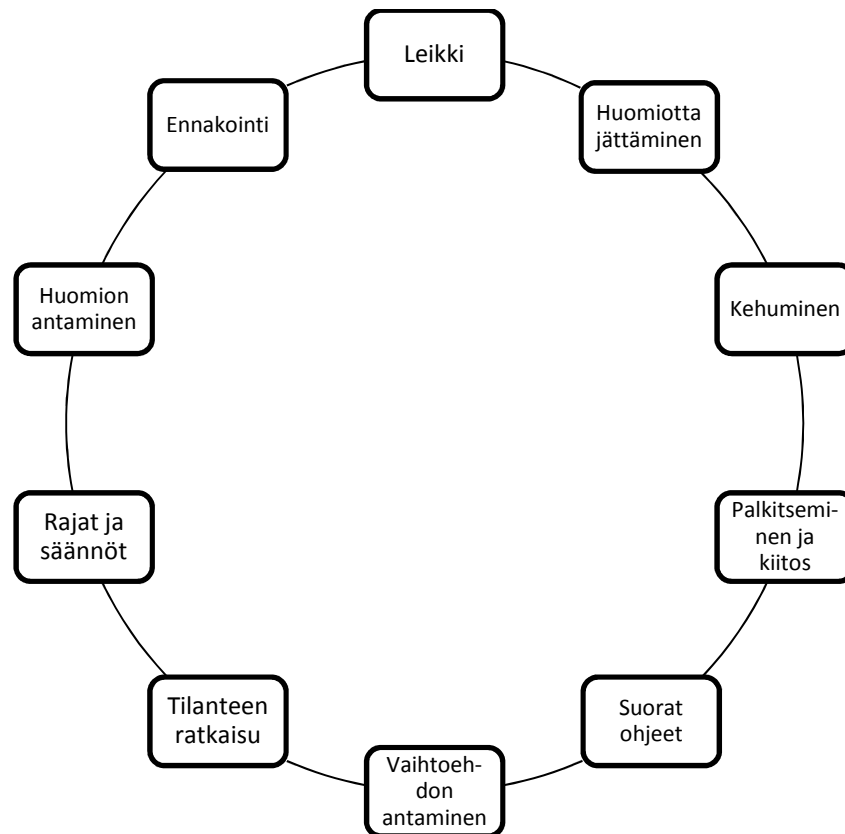
huomiota myönteisellä tavalla, hän yrittää saada sitä muilla keinoin (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2014.) Yleensä tämä tarkoittaa tilanteeseen sopimatonta käytöstä, joka johtaa useimmiten huomiona saamiseen aikuiselta, tosin kielteisen huomion. Antamalla tällä tavoin huomiota, aikuinen vahvistaa lapsen ei-toivottua käyttäytymismallia, joka todennäköisesti jatkuu, ellei aikuinen pysty katkaisemaan kierrettä. (Sandberg ym. 2008, 23–24.) Lievä, ei-toivottu käyttäytyminen onkin syytä jättää huomioimatta ja pyrkiä kääntämään lapsen huomio toisaalle, myönteisempään toimintaan. Joissain tilanteissa ei-toivottuun käyttäytymiseen täytyy puuttua heti. Näitä tilanteita ovat esim. uhkaavat vaaratilanteet. (Serenius-Sirve & Kippola-Pääkkönen 2012, 160.) Kun lapsen käyttäytymistä halutaan muuttaa pysyvästi myönteisempään suuntaan, tulee lapselle opettaa vaihtoehtoisia toimintatapoja. Aikuisen tulee antaa mahdollisimman suorita ja selkeitä rajoja, toimintaohjeita ja käskyjä. Aikuisen oman maltin säilyttäminen antaa mallin toivotusta käyttäytymisestä hankalissa tilanteissa. (Sandberg ym. 2008, 94–95, 101.)

Motivaation tärkeys korostuu haastavan käyttäytymisen yhteydessä. Uusien käyttäytymismallien ja taitojen opettelussa käytetään tehokeinoina usein aineellista palkitsemista. (Keltikangas-Järvinen 2010, 229.) Tavoitteena voi olla esim. että lapsi maistaa ruokapöydässä kaikkia ruokalajeja. Aluksi tätä taitoa lähdetään harjoittelemaan aineellisen palkinnon toivossa. Vähitellen lapsi saa onnistumisen kokemuksia ja tuntee, että hän voi itse omalla toiminnallaan säädellä käyttäytymistään, eikä tarvitse enää aineellista palkintoa – ainakaan kyseisessä tilanteessa. Isoja tavoitteita on hyvä pilkkua pienempiin osatavoitteisiin. Taitoja harjoitellessa luodaan palkitsemisohjelma, jossa lapsen kanssa sovitaan, millaista käyttäytymistä häneltä odotetaan. (Serenius-Sirve & Kippola-Pääkkönen 2012, 161–162.) Lisäksi sovitaan, kuinka monta onnistumista vaaditaan, jonka jälkeen lapsi saa palkinnon. Jokainen onnistuminen merkitään esim. yhdellä tarralla taulukkoon. Kun sovittu määrä tarroja on kerätty, lapsi saa ansaitsemansa palkinnon. Palkinto voi olla esim. jokin mukava tekeminen vanhemman kanssa. Palkitsemisohjelma on siis järjestelmällinen tapa kiinnittää huomiota lapsen toivottuun käyttäytymiseen, vahvistaa sitä tehokeinoin sekä saattaa lapsi tietoiseksi mahdollisuuksista vaikuttaa omaan toimintaansa. (Keltikangas-Järvinen 2010, 231.) Kun lapsi tietää, millaisesta käytöksestä tulee palkinto ja mistä rankaisu, hän kokee kasvatuksen oikeudenmukaisena (Viljanmaa 2009, 137).

Päivittäisen tilanteiden sujuminen vaatii vanhemmalta huolellista ennakointia, täsmällisiä ohjeita, johdonmukaista ohjaamista ja säännöllisiä rutiineja (Viljanmaa 2009, 141). Etukäteissuunnittelu mahdollistaa monia itsesäätelyn kannalta merkityksellisiä asioita (Eklund & Heinonen 2011, 218). Päivittäisten tilanteiden sujumiseen on syytä kiinnittää huomiota, koska nimenomaan arkisten hetkien äärellä lapsi oppii käyttäytymisen säätelyä, keinoja miten toimia haastavissa tilanteissa ja uusia taitoja. (Serenius-Sirve & Kippola-Pääkkönen 2012, 163.)

Arjessa toiminnan suunnittelussa apuna voi käyttää esim. kuvia ja ajastimia (ADHD liitto ry 2013, 17.) Lapselle annetaan voimavaroja selviytyä oudosta tai uudesta tilanteesta, jolloin voidaan puhua voimaantumisesta. Lapselle olisi tärkeää kertoa, mitä seuraavaksi tapahtuu, kenen kanssa lähtee ja mitä sitten tapahtuu. Kun lapsi tietää ennustaa elämäänsä, hän voi valmistautua ja näin haastava käyttäytyminen vähenee. (Viljanmaa 2009, 141.) Kun vanhempi ymmärtää lapsen haastavan käyttäytymisen syitä paremmin ja oppii uudenlaisia ja tehokkaampia ohjauskeinoja ja uudenlaisen suhtautumistavan lapseen, lapsen käyttäytymisen ongelmat tulevat helpommin hallittaviksi. Samalla vanhemman havainnot lapsesta muuttuvat myönteisimmiksi, jolloin vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus ja suhde parantuvat. (Poikkeus ym. 2002, 182.)

Seuraavassa kuviossa esittelen yksinkertaistettuna Perhekoulun myönteisiä menetelmiä.



### 3.3 Vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus

*Vanhemman ja lapsen välisen vuorovaikutuksen* kehittäminen on yksi Perhekoulun tärkeimmistä tavoitteista. Vuorovaikutus on aina kaksisuuntaista vanhemman ja lapsen välillä ja se on kasvatuksen perusta (ADHD liitto i.a.; Mannerheimin lastensuojeluliitto 2014). Onnistunut viestintä ja vuorovaikutus ovat kaikkien hyvien ihmissuhteiden lähtökohta, jota on hyvä harjoitella pienestä pitäen (Sandberg ym., 2008, 36). Käyttäytymisen säätelyn kannalta toimiva vuorovaikutus ja viestin välittäminen sekä vastaanottaminen onnistuneesti ovat erityisen tärkeitä (ADHD-liitto ry 2013, 10).

Arjen tilanteissa vuorovaikutus esiintyy erilaisten ohjeiden ja palautteiden antamisena ja vastaanottamisena sekä mielipiteiden esittämisenä. Mitä suurempaa ja selkeämpää vuorovaikutus on, sitä paremmin vuorovaikutustilanteet onnistuvat kotona, päiväkodissa sekä harrastusten parissa. (ADHD-liitto ry 2013, 10; Serenius-Sirve & Kippola-

Pääkkönen 2012, 155.) Toimiva vuorovaikutus on oppimisen edellytys. Jos vuorovaikutus ei toimi, lahjakaskin lapsi alisuoriutuu. (Viljanmaa 2008, 18.)

Vuorovaikutus on ajatusten ja tunteiden jakamista, yhdessä olemista ja tekemistä (Vilén, Leppämäki & Ekström 2008, 19). Vuorovaikutus lapsen ja vanhemman välillä on suurimmaksi osaksi sanatonta viestintää, jota lapsi aistii herkästi. Myönteinen vuorovaikutus vanhemman kanssa luo lapselle tunteen siitä, että on rakastettu ja tärkeä, juuri sellaisenaan. Vanhemman rakkaus lasta kohtaan välittyy esim. katseen ja kosketuksen kautta. (Korhonen i.a.) Kuuntelemalla ja arvostamalla lapsi oppii todennäköisesti itsekin kuuntelemaan ja arvostamaan muita ihmisiä (Mannerheimin lastensuojeluliitto, 2014).

Vuorovaikutuksessa lapsen kanssa on erityisen merkityksellistä vanhemman iloitseminen lapsesta. Se voi toisinaan olla kokonaan kadoksissa, mikäli vanhemman elämässä on paljon kuormittavia tekijöitä, tai vuorovaikutus lapsen kanssa on syystä tai toisesta muodostunut yksinomaan kielteiseksi. (Korhonen i.a.; Lajunen & Laakso 2011, 132.) Myönteinen vuorovaikutussuhde lapsen kanssa luodaan arkisilla, pienillä teoilla. Lapsi ei kaipaa huippukokemuksia, vaan tavallista yhdessä oloa, vanhemman aikaa ja arjen puuhien jakamista sekä tiedon siitä, että vanhempi on saatavilla. (Mannerheimin lastensuojeluliitto i.a.a.)

Vuorovaikutuksessa on hyvä muistaa muutamia perustaitoja. Lapselle puhuttaessa on muistettava varmistaa, että lapsi ymmärtää mitä aikuinen puhuu. Viestinnässä on tärkeää, että sanoja ei tuhlata. Nalkuttaminen, saarnaaminen ja moittiminen saattavat muodostua tavaksi silloin, kun kyseessä on lapsi, jolla on esim. haastavaa käyttäytymistä. Tällöin on vaara, että lapsi ei kiinnitä vanhemman puheeseen huomiota, vaikka aikuinen kuinka puhuu ja tarvittaessa esim. uhkaileekin asioilla, joita ei kuitenkaan toteuta. Vanhemman ja kasvattajan on hyvä suhtautua jokaiseen sanaan kuin arvokkaaseen työvälineeseen. Näin toimiessa lapsi kiinnittää huomiota silloin, kun vanhempi sanoo jotain. (Sandberg ym., 2008, 36–37.) Myönteisesti kieltämällä ja ongelmaan puuttumalla saadaan tehokkaammin sanoma perille. Vanhemman kannattaa sanoa mieluummin ”rauhoitu”, kuin ”älä riehu!”. (Viljanmaa 2008, 60.)

## 4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

### 4.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset

Aloin pohtia opinnäytetyön aihetta syksyllä 2014. Minulle selveni aika nopeasti, että haluan tehdä opinnäytetyöni liittyen lapsiin ja perheisiin. Halusin oppia lisää perheiden kanssa tehtävästä työstä, koska vanhempien- ja lasten kanssa tehtävä työ oli itselleni suhteellisen vieras aihealue. Halusin haastaa itseni mielestäni vaativaan tehtävään ja kehittyä ammatillisesti. Valitsin Perhekoulun opinnäytetyön aiheeksi, koska pääsin harjoittelemaan keväällä 2015 perhetyöhön. Perhekoulu on yksi perhetyön työmuodoista. Harjoitteluuni kuului toimiminen Perhekoulun lastenryhmän ohjaajana, näin ollen opinnäytetyöni on työelämälähtöinen ja integroitu harjoitteluun. Varsinainen tutkimustehtävä minulle selkeni kevään 2015 aikana, jolloin kävin keskustelua Perhekoulun ohjaajan ja opettajan kanssa. Rajasin ja tarkensin opinnäytetyön aihetta sekä perehdyin laajasti aiheeseen laatiessani tutkimussuunnitelmaa ja etsiessäni lähteitä tulevaan opinnäytetyöhöni. Tiedon hankkiminen ja aiheeseen perehtyminen jatkui koko opinnäytetyön prosessin ajan.

Perheissä, joissa lapsella on ylivilkkautta ja haastavaa käyttäytymistä, lapsen ja vanhemman välille muodostuu helposti kielteinen vuorovaikutuksen kierre (Sandberg ym. 2008, 16, 19; Arja Koskimies, henkilökohtainen tiedonanto 8.1.2015). Tutkimukseni tavoitteena oli kartoittaa ja kuvailla, kuinka tuo kielteinen vuorovaikutuksen kierre saadaan Perhekoulun *myönteisillä menetelmillä* hiljalleen käännettyä ylösalaisin, eli kartoittaa millaisia muutoksia vanhemman ja lapsen välisessä vuorovaikutuksessa tapahtui Perhekoulun jälkeen. Tutkimuksessa kuvaillaan millaisia muutoksia vanhempi havaitsi itsessään vanhempana ja lapsessaan sekä lapsen käyttäytymisessä. Lisäksi tavoitteena oli selvittää millaisia uusia ohjauskeinoja ja menetelmiä vanhemmat olivat ottaneet käyttöön haastavissa arjen tilanteissa.



Jaottelin tutkimuskysymykset neljään pääkysymykseen, joilla pyrin hahmottamaan kokonaisuutta. Tutkimuskysymykset ovat:

- Millaisia muutoksia vanhempi havaitsee itsessään vanhempana Perhekoulun jälkeen?
- Millaisia muutoksia vanhempi havaitsee vanhemman ja lapsen välisessä vuorovaikutuksessa?
- Millaisia muutoksia vanhempi havaitsee lapsessa ja lapsen käyttäytymisessä?
- Millaisia uusia ohjauskeinoja/metodeja vanhemmat ovat ottaneet käyttöön? sekä millaisia haasteita uusien menetelmien oppimisessa ilmaantui?

#### 4.2 Tutkimuksen kohderyhmä

Tutkimuksen kohderyhmäksi muodostui Kajaanin ja Sotkamon Perhekouluun osallistuneet 4–6 vuotiaiden lasten vanhemmat. Kajaanin ryhmään osallistui 5 lasta ja 9 vanhempaa, Sotkamon ryhmässä on 4 lasta, josta jokaiselta lapselta osallistui yksi vanhempi Perhekouluun. Sotkamon ryhmässä oli lisäksi yksi vanhempi mukana ”etänä”. Tämä vanhempi osallistui mm. kotitehtäviin, mutta ei ollut fyysisesti läsnä Perhekoulun vanhempien ryhmässä. Kajaanin ja Sotkamon Perhekoulut muodostavat Kainuun Perhekoulun. Halusin Sotkamon ryhmän mukaan opinnäytetyöhöni, jotta tutkimukseni aineiston määrä olisi suurempi. Perhekouluun osallistuneilla lapsilla oli erinäisiä käyttäytymisen haasteita, kuten ylivilkkautta, arkuutta, vetäytymistä sosiaalisista tilanteista tai vaikeuksia toimia ryhmässä. Yhdellä lapsella oli diagnosoitu ADHD. Kainuun Perhekouluun osallistui kahdeksan poikaa ja yksi tyttö.

Kajaanin Perhekoulu on toiminut jo 13 kertaa, tällä hetkellä ryhmiä järjestetään kerran vuodessa. Sotkamossa Perhekoulu on järjestetty kaksi kertaa. Perhekoulu on moniammatillista toimintaa; mukana on Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymän perhetyö, perheneuvola ja lasten somaattinen erikoissairaanhoido. (Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymä 2015). Lasten ryhmän ohjaajat ovat kasvatustieteen asiantuntijoita sekä sosiaali- ja terveysalan opiskelijoita.

### 4.3 Tutkimusmenetelmien valinta

Tutkimuksen lähestymistavaksi olen valinnut kvalitatiivisen menetelmän, koska sen avulla pystyn tutkimaan kohdetta kokonaisvaltaisesti. Laadullisen tutkimuksen lähtökohtana voidaan pitää todellisen elämän kuvaamista. Aineistoa kerätessä suositaan ihmistä tiedon keruun elementtinä. Laadullisen tutkimuksen lähtökohtana ei ole teorian tai hypoteesin testaaminen vaan aineiston yksityiskohtainen ja monisyinen tarkastelu. Laadullisessa tutkimuksessa kohdejoukko on määritelty tarkoituksenmukaisesti. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 161, 164).

Tutkimusmenetelmän valintaa tehdessäni pohdin millä menetelmällä voin saada selville: mitä tutkittavat ajattelevat, kokevat, tuntevat, ja uskovat? Keskustelin tutkimusmenetelmän valinnasta työelämän ohjaajani ja opettajan kanssa ja päädyin kyselylomakkeeseen. Valintaan vaikutti se, että toimin lasten ryhmän ohjaajana Perhekoulussa ja ajattelin, että vanhempien on helpompi vastata kysymyksiin omassa rauhassa. Pohdin eri vaihtoehtoja kerätä aineistoa; mm. pystyvätkö vanhemmat vastamaan esim. teemahaastattelun avulla tutkimuskysymyksiin? Olisivatko vanhemmat vastanneet haastattelukysymyksiin kasvokkain, avoimesti tilanteessa, jossa haastattelijana toimii lasten ryhmän ohjaaja? Mielestäni kasvokkain tapahtuvalle haastattelulle olisin ollut liian lähellä tutkittavia.

Kyselylomakkeeseen vastatessa tutkittavat saavat vastata omassa rauhassa, nimettöminä ja rehellisesti esitettyihin kysymyksiin. Kyselylomake muodostui avoimista kysymyksistä. Avoimet kysymykset antavat vastaajalle mahdollisuuden ilmaista itseään omin sanoin. Avoimet kysymykset eivät ehdota valmista vastausta, vaan antavat vastaajalle tilaisuuden olla asiantuntijana. Avoimet kysymykset voivat tuoda tutkijalle näkökulman, jota hän ei ole osannut odottaa. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 185, 198–199, 201, 208.) Kyselylomakkeessa on myös tiettyjä haasteita, joita esim. haastatteleamalla kasvokkain pystyttäisiin välttämään. Kyselylomakkeessa tutkija ei pysty oikaisemaan väärinkäsityksiä, tai pyytämään selventämään tutkittavan ilmausten sanamuotoa. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 73, 75.) Nämä seikat olen ottanut huomioon laatiessani mahdollisimman tarkkoja ja tutkimuksen tarkoituksen ja ongelmanasettelun kannalta merkityksellisiä kysymyksiä. Jokaiselle kysymykselle löytyy perustelu tutkimuksen viitekehystä.

Suunnittelin kyselylomakkeet itse, kysymysten laatimisessa sain ohjausta työelämän ohjaajalta ja opettajalta. Annoin suunnitelmani kyselylomakkeen luettavaksi Perhekoulun ohjaajille, opettajalle, perhetyöntekijälle ja eräälle tuntemalleni äidille. Halusin saada selville, ovatko kysymykset selkeitä, ymmärrettäviä ja sellaisia, etteivät ne loukkaa vastaajaa. Tein muutaman pienen korjauksen keskustelujen pohjalta.

#### **4.4 Tutkimusaineiston keruu**

Perhekoulun aikana kerroin sekä Kajaanin ryhmälle, että Sotkamon ryhmälle opinnäytetyöstäni ja sen tavoitteista. Vanhemmat lupautuivat mukaan tutkimukseeni antamalla ositteensa, jonne lähetin kyselylomakkeen (Liite 2) saatekirjeineen (Liite 1). Postitin kyselylomakkeet molemmille vanhemmalle erikseen, näin molempien vanhempien ääni pääsi kuuluviin. Lähetin kyselylomakkeita yhteensä 14 kappaletta, vastausaikaa annoin kaksi viikkoa. Perhekoulun loppumisesta oli kyselylomakkeiden lähetysvaiheessa kulunut noin kaksi kuukautta. Sotkamon ryhmästä palautui 3 kyselylomaketta (vastausprosentti 60) ja Kajaanin ryhmästä palautui vain kaksi kyselyä (vastausprosentti 22). Yhteensä kyselylomakkeita palautui määräaikaan mennessä 5 kappaletta, jolloin vastausprosentiksi tuli 35. Keskustelin Perhekoulun ohjaajan ja opinnäytetyöni työelämän ohjaajan kanssa ja sovimme, että annamme vielä Kajaanin ryhmässä vanhemmille mahdollisuuden vastata kyselyyn. Tapasimme Kajaanin ryhmän kanssa Perhekoulun seurantakäynnin merkeissä kesäkuun alussa. Vanhemmille kerrottiin, että he voivat vastata vielä kyselyyn kotona. Lisäksi heille tarjottiin mahdollisuutta vastata kyselyyn silloisella kokoontumiskerralla, vastaamiseen oli varattu reilusti aikaa. Vanhemmat, jotka olivat tuolloisella kerralla paikalla (5 kpl), halusivat vastata kyselylomakkeeseen paikanpäällä. Näin ollen sain lopulta yhteensä 10 kyselylomaketta takaisin, joten vastausprosentiksi muodostui 71. Tutkimukseeni osallistui viisi isää ja viisi äitiä. Kyselylomakkeessa ei eroteltu lapsen sukupuolta, koska Perhekouluun osallistui vain yksi tyttö. Näin yksittäistä lasta ei tunnistettaisi tutkimustuloksista.

## 4.5 Aineiston analyysi

Kerätyn aineiston analyysi, tulkinta ja johtopäätösten teko on tutkimuksen tärkein asia. Analyysivaiheessa tutkijalle selviää, millaisia vastauksia hän saa tutkimuskysymyksiinsä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 221.)

Sain haastatteluaineistot itselleni luettavaksi ja analysoitaviksi. Kaikki vastaajat olivat vastanneet kyselomakkeeseen huolellisesti, puutteellisia kyselyitä ei tarvinnut hylätä. Aineiston käsittely alkoi luonnollisesti kyselylomakkeiden vastausten lukemisella useampaan kertaan. Luin vastauksia ajatellen mielessäni tutkimuskysymyksiä. Alleviivailin ja tein karkeita muistiinpanoja. Kirjoitin puhtaaksi kyselylomakkeiden vastaukset. Kirjoitin kunkin kysymyksen alle kaikkien vastanneiden vastaukset. Puhtaaksi kirjoitettua aineistoa sain noin 10 sivua, riviväli 1,5 ja fonttikoko 12. En erotellut Sotkamon Perhekoulun vanhempia Kajaanin perhekouluun osallistuneista vanhemmista, mutta erottelin isien ja äitien vastaukset. Vaikka en vertaillut äitien ja isien kokemuksia, halusin ne silti erotella, sillä lainaukset tutkimustuloksista ovat mielestäni mielenkiintoisempia silloin, kun vanhemman rooli on tiedossa. Perhekouluun osallistui yksi ulkomaalaistaustainen vanhempi, jonka sitaattia jouduin hieman korjaamaan, jotta henkilöä ei tunnistettaisi aineistosta. Korjauksen tein vain kyseisen henkilö sitaatille, jota käytin aineiston esimerkkinä.

Kun aineisto oli kirjoitettu puhtaaksi, alkoi varsinainen aineiston analyysi. Valitsin analyysimenetelmäksi teemoittelun. Teemoittelu on perusmenetelmä, jolla tutkija pyrkii löytämään keskeisiä aihepiirejä eli teemoja. Analysoinnin apuna käytin Eskolan ja Suorannan (2000) teosta, jossa johdateltiin aloittelevaa tutkijaa laadullisen tutkimuksen polulle. Teoksen mukaan aineistosta on ensin pyrittävä löytämään ja sen jälkeen erottelemaan tekstimassasta olennaiset asiat. Teemoittelu on suositeltava analysointi tapa erityisesti silloin, kun tavoitteena on selvittää jokin käytännön ongelma. Teemoittelulle on tyypillistä, että aineistosta nostetaan sitaatteja, joita esitellään tutkijan oman analyysin ja tulkinnan rinnalla kuvaamassa aineistoa esimerkkinä. Sitaatti voi myös elävöittää tekstiä tai perustella tutkijan tekemää tulkintaa. (Eskola & Suoranta 2000, 175–182.) Teemoittelun apuna käytin värejä. Keltaisella erottelin aineistosta vanhemmuuteen liittyviä teemoja, punaisella vuorovaikutukseen liittyviä teemoja, sinisellä erottelin lapseen ja lapsen käyttäytymiseen liittyviä teemoja ja vihreällä uusiin

menetelmiin liittyviä teemoja. Löysin teemoja helposti, tämä johtui varmasti siitä, että kyselylomakkeessa oli selkeät kysymykset, joihin vanhemmat olivat vastanneet. Käytin kyselylomaketta teemoittelun runkona.

#### **4.6 Tutkimuksen luotettavuuden ja eettisyyden arviointia**

Kvalitatiivisen tutkimuksen pääasiallisena luotettavuuden kriteerinä on tutkija itse. Luotettavuuden arviointi koskee koko tutkimusprosessia. (Eskola & Suoranta 2000, 210.) Tässä luvussa esittelen keskeisimpiä luotettavuuteen ja eettisyyteen liittyviä asioita, joita olen pohtinut tutkimusta tehdessä.

Olin yhteydessä tammikuussa 2015 Perhetyön päällikön kanssa. Hänen kanssaan käytyjen keskustelujen pohjalta laadin tutkimuksen hallinnollisen luvan, johon vaadittiin Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymän hallintoylilääkäriin, perhepalvelujohtajan, vastuualuepäällikön ja perhetyön päällikön lupa. Esittelin tutkimuksen tavoitteet ja tarkoituksen lyhyesti hakemuksessa. Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymä antoi kirjallisen luvan tutkimukseeni 9.2.2015. Tämän jälkeen esittelin itseni Kajaanin ja Sotkamon Perhekoulujen vanhempien ryhmässä ja kerroin tutkimuksestani heille. Kaikki vanhemmat lupautuivat suullisesti tutkimukseeni, antamalla oman kotiosoitteen, johon postitin kyselylomakkeen. Kyselyyn vastanneiden vanhempien henkilöllisyys ei tullut selville missään vaiheessa tutkimusta, he vastasivat nimettöminä. Korostin vanhemmille luottamuksellisuutta ja vapaaehtoisuutta. Hävitin vanhempien osoitetiedot heti aineistonkeruun päätyttyä.

Tutkimukseen tekoon liittyy monia eettisiä kysymyksiä, joita tulee huomioida tutkimusta tehdessä. Eettisesti hyvä tutkimus on sellainen, jonka laatimisessa on noudatettu hyvää tieteellistä käytäntöä. Sillä tarkoitetaan mm. rehellisyyttä, yleistä huolellisuutta ja tarkkuutta tutkimustyössä, tulosten tallentamisessa ja esittämisessä. Erityisen tärkeää jokaisessa tutkimuksessa on ihmisarvon kunnioittaminen. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 23,25; Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 11–12.)

Perehtyessäni tarkemmin tutkimusetiikkaan aiheeseen liittyvässä kirjallisuudesta puhutaan Reliabiliteetista ja validiteetista, joilla tarkoitetaan tutkimuksen luotettavuutta ja pätevyyttä. Luotettavuutta arvioidessa tutkijat tekemät tulokset pitäisi olla toistettavissa ja tulos tulisi olla sama, vaikka tutkija vaihtuisi. Pätevyydellä tarkoitetaan sitä, mittaako tutkimusmenetelmä tarkoitettua asiaa. (Mäkinen 2006, 87.) Luotettavuutta lisää se, että olen kuvannut raportissa tutkimuksen kulun tarkasti ja rehellisesti. Pätevyyttä lisää se, että mietin kyselylomakkeen kysymykset hyvin tarkkaan, pyysin alan asiantuntijoilta ohjausta kysymyksiä laatiessa. Kysymykset olivat yksiselitteisiä ja vanhemmat vastasivat siihen, mitä kysyttiin. Analyysivaiheessa ainuttakaan vastausta ei tarvinnut karsia pois. Lukiessa kysymysten vastauksia pyrin säilyttämään objektiivisuuden: vastauksissa en nähnyt enempää kuin niissä todellisuudessa oli.

Luotettavuutta lisää oikeanlainen lähteidenkäyttö (Mäkinen 2006, 128–129). Tutkimuksessa pyrin saamaan aina ensikäden lähteitä. Huomioin ajallisen ulottuvuuden, suhtauduin kriittisesti vanhempia lähteitä arvioidessa. Tutkimuksen käsitteet olivat sellaisia, joista löytyi helposti laadukasta tutkimustietoa ja lähteitä. Tutkijat, joita viitataan tutkimuksessani ovat pääosin arvostettuja ja heidät töitään on viitattu useissa muissa tutkimuksissa ja teksteissä. Asianmukainen viittaaminen lähteisiin on osoitus tutkimuksen laadusta ja tieteellisyydestä (Mäkinen 2006, 130).

## 5 TUTKIMUSTULOKSET

Tutkimustulokset pohjautuvat vanhemmille lähetetyn kyselylomakkeiden analyysiin. Tulosten esittämistä haluan laajentaa suorilla lainauksilla, joita vanhemmat ovat tuoneet esille kyselylomakkeissa. Erottelen vastaukset toisistaan esim. isä 1,tai äiti 1.

### 5.1 Muutokset vanhemmissa ja vanhemmuudessa Perhekoulun jälkeen

Tutkimukseen osallistuneet vanhemmat kuvailivat oman vanhemmuuden muutoksia Perhekoulun loppumisen jälkeen. Kaikki kyselyyn vastanneista vanhemmista löysivät itsessään myönteisiä taitoja ja piirteitä, joissa olivat kehittyneet tai muuttuneet.

Vanhemmat ymmärsivät oman käyttäytymisen vaikutukset lapseen. Useampi vanhempi kertoi kiinnittävänsä huomiota omaan käyttäytymiseen. Seuraavassa lainauksessa eräs äiti kertoo niistä muutoksista, joita hän havaitsi itsessään Perhekoulu intervention jälkeen:

*Paljon sai aihetta miettiä omaa käytöstä ja sitä miten se oma käytös vaikuttaa lapseen. Tämä on ollut hyvä matka tutkistella myös itseä vanhempänä.(äiti, 5)*

Useampi vanhempi kuvaili oman kärsivällisyyden ja rauhallisuuden lisääntymisestä, eräs äiti kuvaili katsovan maailmaa enemmän lapsen näkökulmasta.

Vanhemmat ymmärsivät lastaan ja lapsen käyttäytymistä aiempaa paremmin. Eräs vanhempi kuvaili tuntevansa paremmin oman lapsensa. Ymmärryksen lisääntyminen näkyi vanhemmissa mm. siinä, että he eivät vertailleet lapsia tai sisarusiaan keskenään, vaan näkivät lapset yksilöinä. Eräs äiti oli tehnyt kevään aikana havainnon, ettei olekaan huono vanhempi, vaan muutkin vanhemmat painivat samankaltaisten asioiden kanssa.

Vanhemmat kuvailivat johdonmukaisuuden ja itsevarmuuden sekä ongelmanratkaisukyvyyn lisääntyneen kasvatuksessa. Vanhemmat kuvailivat luottavansa omiin toimintatapoihin enemmän kuin ennen. Vanhemmat kykenivät ratkaisemaan

ongelmatilanteet aiempaa paremmin. Tilanteet arjessa eivät enää kärjistyneet niin helposti, kun vanhemmilla kesti ”pinna” paremmin.

*Olen kasvanut kasvattajana! Rajojen johdonmukainen ja selkeä asettaminen ja niiden valvominen vahvistuivat. Rajoja meillä on asetettu ennenkin, mutta nyt niitä asetetaan selvästi selkeämmin. Tartun tilanteisiin johdonmukaisemmin ja tämän vaikutuksen näen myös lapsessani. Uhmailu on vähentynyt Osoitan lempeyttä tietoisesti enemmän. Tätäkin meillä on osoitettu runsaasti, mutta Perhekoulun jälkeen tietoisesti osoitan lempeyttä silloin kun aiemmin en olisi osannut osoittaa. (äiti, 3)*

Eräs vanhempi havaitsi vanhemmuudessa positiivisuuden lisääntyneen Perhekoulun jälkeen. Yksi äiti kuvaili toimivansa puolison kanssa aiempaa yhdenmukaisemmin ja näin saanut varmuutta vanhempana toimimiseen.

## **5.2 Muutokset vanhemman ja lapsen välisessä vuorovaikutuksessa**

Jokaisessa kyselylomakkeen vastauksessa oli aistittavissa vanhempien kirkastunut ajatus läsnäolon, kuuntelemisen ja ajan antamisen tärkeydestä. Vanhemmat kuvailivat ottavansa lapsen huomioon arjessa pienillä teolla ja eleillä. Vastauksista huokui välittämisen ilmapiiri. Useat vanhemmat kertoivat halaavan lasta, pitävän lasta sylissä ja kertovan lapselle miten tärkeä ja arvokas lapsi vanhemmalle on. Vanhemmat kuvailivat läheisyyden lisääntyneen Perhekoulun jälkeen.

*Päivittäinen pieni hetki sylissä tai kainalossa. Jutellaan miten on päivä mennyt. (isä, 2)*

*Läheisyys on lisääntynyt, ja positiivisen palautteen myötä positiivisuus on lisääntynyt. (äiti, 1)*

*Enemmän yhdessä oloa. (isä, 3)*



Yhdeksän vastanneista kuvaili vanhemman ja lapsen välisessä suhteessa tapahtuneen positiivisia muutoksia. Yksi isä kertoi, ettei ole havainnut merkittäviä muutoksia lapsen ja vanhemman välisessä suhteessa, isän mukaan suhde on ollut aina hyvä. Seuraavassa lainauksessa kuvaillaan lyhyesti ja ytimekkäästi usean vanhemman ajatus:

*Sitä osaa arvostaa yhteistä aikaa enemmän kuin koskaan ennen! (äiti, 4)*

Vanhemmat kertoivat antavansa lapsille positiivista palautetta ja kiitosta. Keskustelun tärkeys ja jutteleminen ihan arkisista asioista oli usean vanhemman mielestä asia, joka vaikutti vanhemman ja lapsen väliseen suhteeseen. Vanhemmat keskustelivat lapsen kanssa päivän tapahtumista sekä ottivat lapsen huomioon arkisissa päätöksenteoissa esim. ”mitä ruokaa tänään syötäisiin?” – tyyppisissä tilanteissa.

Useampi vanhempi kuvaili kuuntelemisen taidon lisääntyneen Perhekoulun osallistumisen aikana ja sen jälkeen. Vanhemmat kertovat keskittyvän aiempaa paremmin lapseen ja yhteisiin hetkiin. Vanhemmat järjestivät yhteistä, kahdenkeskeistä aikaa lapsen kanssa.

*Kuuntelen lasta, autan arjen askareissa ja kerron että hän on arvokas ja tärkeä! Olen hänelle isä! (isä, 1)*

Lähes kaikki vanhemmat havaitsivat vuorovaikutuksessa lapsen kanssa tapahtuneen myönteisiä muutoksia. Vanhemmat kuvailivat vuorovaikutuksen muuttuneen avoimempaan ja selkeämpään suuntaan. Vanhempien ymmärryksen lisääntyminen lapsen käyttäytymistä vaikutti vuorovaikutuksen laatuun myönteisesti.

*Tunneilmasto muuttui! Ennen Perhekoulua näin lapseni negatiivisessa valossa, rakas ja tärkeä vaikka onkin. Nyt negatiivisuus on kääntynyt positiivisuudeksi, vaikka kahnauksiakin välillä on, mutta positiivisuus on päällimmäinen ja suurin tunne.(äiti, 3)*

Vanhemmat kertoivat toisaalta lämmön lisääntymisestä, mutta myös kyvystä vaatia lapselta asioita. Vanhemmat kertoivat molemminpuolisen kunnioituksen ja jämäkkyuden lisääntymisestä kasvatuksessa. Tämä näkyi mm. siinä, että perheissä on yhteisesti sovittuja sääntöjä ja kaikki perheenjäsenet tietävät millä pelisäännöillä arkea eletään.

### 5.3 Muutokset lapsessa ja lapsen käyttäytymisessä

Vanhemmat kuvailivat muutoksia lapsessaan ja lapsen käyttäytymisessä. Arkojen ja vetäytyvien lasten kohdalla vanhemmat kuvailivat lasten itsevarmuuden ja rohkeuden lisääntyneen. Arka lapsi uskalsi kokeilla rajojaan.

*Lapsi on saanut rohkeutta lisää ja itseluottamus kasvanut Perhekoulun myötä! (äiti, 2)*

Useampi vanhempi kertoi, kuinka tärkeää on, että lapsi ymmärtää syy-seuraus suhteen merkityksen. Tällöin lapsi ymmärtää millaista käyttäytymistä häneltä odotetaan, ja toimii useimmiten toivotulla tavalla.

*Lapsessa on tapahtunut positiivisia muutoksia. Hän tietää millaista käyttäytymistä häneltä odotetaan ja tietää seuraamukset käyttäytymisestä. (äiti, 1)*

Vanhemmat kertovat lapsen levottomuuden, kiukun ja uhmailun vähentyneen. Vanhemmat kokivat, että lapsi sisäistää aiempaa paremmin ohjeita ja käskyjä. Eräs vanhempi oli havainnut, että lapsen äänenkäyttö oli muuttunut: lapsi ei huuda enää samalla tavalla kuin aiemmin.

Niillä lapset, joilla oli esim. ylivilkkautta tai ADHD diagnoosi, käyttäytymisen muutos oli nähtävissä, mutta joidenkin lasten vanhemmat kertoivat muutokseen vaikuttaneen myös muita seikkoja kuten lääkityksen vaihtuminen tai levottomuuden vähentyminen pidemmällä aikavälillä. Eräs äiti kuvaili lapsensa kehittyneen parempaan suuntaan koko ”eskari” vuoden aikana, jolloin Perhekoulu toimi hyvänä lisänä ”normaalille” kasvamiselle ja kehitykselle.

*Toimiminen eri tilanteissa on varmempaa ja muiden odotusten mukaista. Tämä muutos on tapahtunut paljon pidemmällä ajanjaksolla. (isä, 5)*

#### 5.4 Arjen haastavien tilanteiden uudet ohjaukeinot

Vanhemmat kuvailivat kyselylomakkeissa arjen haastavia tilanteita sekä selviytymiskeinoja niissä. Useimmiten haastaviksi tilanteeksi muodostuivat kodin ulkopuoliset tilanteet, siirtymävaiheet, pukeutuminen, tai leikkiminen sisaruksen kanssa. Kolmen vanhemman kohdalla haastavinta olivat uloslähtötilanteet, kolmen muun vanhemman mukaan haastavimmaksi tilanteeksi muodostui kaupassa tai muussa julkisessa paikassa käynti. Yksi vanhempi kuvaili haastavimmaksi tilanteeksi pukeutumisen, yhden mielestä leikkimisen sisaruksen kanssa.

Vanhemmat käyttivät monipuolisesti Perhekoulussa opittuja uusia ohjaukeinoja ja menetelmiä. Uloslähtötilanteissa ja siirtymävaiheissa tehokkaimmaksi menetelmäksi tutkimuksen mukaan osoittautui ennakointi. Vanhemmat valmistelevat lasta kertomalla, mitä tulee tapahtumaan, millaista käyttäytymistä vanhempi odottaa lapselta sekä mitä tapahtuu, kun lapsi käyttäytyy toivotulla tavalla. Vanhemmat ennakoivat mm. TV:n katsomisen lopettelua tai leikin lopettelua hyvissä ajoin, jotta lapsi kerkeää lopettamaan leikin ”hyvillä mielin”.

Ennakointi toimi hienosti myös tilanteissa, jolloin sisarusten välit leikin aikana rupesivat ”lämpenemään”. Vanhemmat ennakoivat tilanteen ajoissa ja poistivat leikistä toisen lapsista hetkeksi, jolloin tilanne ei päässyt riistäytymään hallinnasta.

Pukeutumistilanteissa aikaisemmin ”vaikeaa pukeutumista” harjoitellaan ”riipeästi pukeutumisen taitoa”, tällöin vanhempi laskee esim. yhdestä viiteen, jona aikana täytyy pukea esim. housut jalkaa. Vanhempi selkiyttää tekemistä ajastimen avulla, tässä tapauksessa laskemalla yhdestä viiteen. Pukeutumisessa toimivaksi menetelmäksi kuvailtiin Perhekoulussa opittua tarrataulua. Tarrakortin avulla vanhempi kannustaa lasta oppimaan uusia taitoja aineellisen palkkion toivossa ja toimimaan pukeutumistilanteessa yhdessä sovitulla tavalla.

Kodin ulkopuoliset tilanteet ovat monesti haastavia ja ne luovat paineita niihin liittyvän ennakoimattomuuden vuoksi. Lapsi saattaa esim. saada raivokohtauksia julkisessa tilanteissa/paikoissa. Kaupassa käynti on tyypillisin tilanne kodin ulkopuolelta, joissa vanhemmat kokivat haastavia tilanteita lapsen kanssa. Vanhemmat kertoivat lapselle

ennen kauppaan menoa millaista käyttäytymistä odottaa lapselta ja seuraamukset toivotunlaisesta ja ei- toivotusta käyttäytymisestä.

*Joskus kaupassa poikani on levoton: juoksee piiloon ja huutaa. Nyt minä keskustelen hänen kanssaan ennen kauppaan menoa, mikä on minun odotus käyttäytymisestä. Minkä palkinnon hän saa ja mitä voimme tehdä, jotta käyttäytyminen on hyvää. Tavallisesti kaupassa kerromme tarinaa ja kaupassa käynti menee hyvin. (isä, 4)*

*Kotoa lähtemiset ovat olleet pitkään haasteellisia. Ennakointi ja valmistelu ovat auttaneet. (isä, 2)*

Vanhemmat pyrkivät ohjaamaan lapsen käyttäytymistä myönteiseen ja toivottuun suuntaan antamalla suoria käskyjä tai toiminta ohjeita.

*Kerron selkeitä käskyjä: nyt puetaan bokserit, sitten t-paita ja shortsit ja viimeisenä kengät ja lippis. (äiti, 4)*

Seuraava lainaus kuvastaa erään äidin toimintatapoja ja menetelmiä uloslähtötilanteesta, jossa äiti käytti useita eri Perhekoulun menetelmiä:

*Lapsi ei kuuntele kun sanon, että nyt pukemaan! Hän vain jatkaa leikkiä, tai saattaa lähteä juoksemaan karkuun. Joskus käy niin, että kun käyn hänet kerran hakemassa pukemapaikkaa, hän lähtee siitakin karkuun. Yksi keino (ja yleensä toimivin) on, että lasken yhdestä - viiteen ja sinä aikana on tultava pukemaan. Jos ei, haen hänet kädestä kiinni pitäen. Jos karkailu ja villi meno jatkuu, otetaan käyttöön rauhoittumistuoli, jossa istutaan 4-6 minuuttia. Jos tämäkään ei auta, kerrotaan, että siltä päivältä lähtee jokin kiva juttu pois, esim. tietokonehetki tai painileikki isän kanssa. Laskeminen ja rauhoittumistuoli olivat Perhekoulusta saatuja keinoja. (äiti, 3)*

Vanhemmat kuvailivat käskyjen ja kieltojen käyttämistä. Osa vanhemmista oli havainnut välttelevän ei- sanan käyttöä. Jolloin esim. ”Älä juokse!” käsky- korvataan kehotuksella: ”Kävele!”.

Uusien menetelmien oppimisen haaste oli sitoutua menetelmiin ja käyttää menetelmiä suunnitelmallisesti ja pitkäjänteisesti. Vanhempien mukaan suurin haaste oli pitää kiinni uusista menetelmistä, eikä lipsua entisiin tapoihin ja rutiineihin. Ne vanhemmat, jotka sitoutuivat ja käyttivät varsinkin alussa tietoisesti aikaa menetelmien oppimiseen, kuvailivat, että vähän ajan päästä menetelmät tulivat luonnostaan tai itsestään.

*Pientä kangertelua, mutta muuten mennyt hienosti. ( isä, 3)*

*Hankalinta oli muistaa käyttää menetelmiä arjessa, kuten minkä tahansa muunkin uuden asian kanssa. (isä, 5)*

## 6 TUTKIMUSTULOSTEN YHTEENVETO

Tutkimustulosten perusteella voidaan sanoa, että Perhekoulu antoi perheille paljon positiivisia asioita. Muutoksia oli havaittavissa niin vanhemmissa itsessään, vuorovaikutuksessa lapsen ja vanhemman välillä sekä lapsen käyttäytymisessä. Vanhemmat saivat arkeen toimivia ja tehokkaita menetelmiä, joita he ovat ottaneet käyttöön.

Tutkimuksen ensimmäisenä tavoitteena oli selvittää, millaisia muutoksia Perhekouluun osallistuneet vanhemmat havaitsivat itsessään ja vanhemmuudessa Perhekoulun loppumisen jälkeen. Oli mielenkiintoista ja mukavaa havaita, että kaikki vanhemmat löysivät itsessään myönteisiä muutoksia vanhempana ja kasvattajana. Vanhempien itsevarmuus lisääntyi Perhekoulun aikana ja sen jälkeen. Vanhemmat saivat varmuutta omiin toimintatapoihin ja vanhemmat kiinnittivät enemmän huomiota omaan käyttäytymiseen ja toimintaan. Vanhempien mukaan oma käyttäytyminen vaikutti ja näkyi positiivisesti lapsen käyttäytymisessä.

Vanhemmat ymmärsivät paremmin lasta ja lapsen haastavaa käyttäytymistä, joka ilmeni mm. vanhempien kärsivällisyyden lisääntymisenä arjen haastavissa tilanteissa. Näissä tilanteissa vanhemmat osasivat toimia aiempaa johdonmukaisemmin. Tutkimuksen tuloksia vahvistaa oikeaksi Lajusen ja Laakson tutkimustulokset Jyväskylään Perhekouluun 2001–2010 osallistuneiden vanhempien kokemuksista. Lajusen ja Laakson mukaan etenkin äidit kokivat saaneen itseluottamusta ja tukea vanhemmuuteen. Lajunen ja Laakso kirjoittavat siitä, että vanhemmat saattoivat toivoa ennen Perhekouluun alkamista, että lapsi muuttuisi. Perhekoulun loppumisen jälkeen vanhempien ajatus oli usein muuttunut, he kokivat, että muuttuminen olikin tapahtunut ensin heissä itsessään, vanhempana, ja sitä kautta muutos oli nähtävissä lapsessa. (Lajunen & Laakso 2011, 126, 131.)

Lapsen käyttäytymisen ymmärtämisen tärkeys oli nähtävissä myös Lajusen ja Laakson tutkimuksessa, jonka mukaan on erittäin tärkeää, että vanhemmat ymmärtävät lapsen haastavan käyttäytymisen syyt. Jos vanhempi ei ymmärrä haastavan käyttäytymisen syytä, saattaa hän nähdä lapsen kielteisessä valossa, jolloin vanhemman saattaa olla

haasteellista nähdä lapsessa mitään hyvää. Tällöin vanhempi voi ajatella, että lapsikaan ei pidä hänestä. Perhekouluun osallistuneet vanhemmat näkevät lapsen toimintaa lastenryhmässä videoiden ja ohjaajien kertoman välityksellä. Henkilökohtaisen tuen ja kannustuksen ansioista lapsi saa onnistumisen kokemuksia toisten kanssa toimiessa. Onnistumisista kuuleminen ja näkeminen herkistävät vanhempia, jotka ovat tottuneet saamaan lapsestaan jatkuvasti kielteistä palautetta. (Lajunen & Laakso 2011, 132.)

Perhekoulun tärkein tavoite on vaikuttaa lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutuksen myönteiseen kehitykseen. Tutkimuksen toisena tavoitteena oli kuvailla vanhemman ja lapsen välisen vuorovaikutuksen muutoksia Perhekoulun jälkeen. Lisäämällä vanhemman luottamusta itseensä kasvattajana, kehittämällä lapsen ja vanhemman välistä vuorovaikutusta myönteisemmäksi ja opettamalla tehokkaita ohjauskeinoja, vahvistetaan vanhemman omia taitoja ja kykyjä ohjata lasta käyttäytymisessä. (Poikkeus ym. 2002, 170.) Tutkimuksen perusteella voidaan sanoa, että vanhemmat kokivat paljon positiivisia muutoksia vuorovaikutuksessa lapsen kanssa. Vanhemmat osoittivat lapselleen myönteisiä tunteita, vuorovaikutuksessa oli havaittavissa lämpöä ja iloa. Vanhemmat keskittyivät lapseen ja lapsen kanssa olemiseen ja kuvailivat kuuntelemisen tärkeyttä. Vanhemmat löysivät itsestään Vanhemmuuden roolikartan mukaisesti rakkaudenantajan ja ihmissuhdeosaajan rooleja (Varsinais-suomen lastensuojelukuntayhtymä, 2013). Saatu havainto tukee Poikkeus, ym. tuloksia, joissa Perhekouluun osallistuneiden vanhempien suurin oivallus oli se, miten paljon lapsen ja vanhemman väliseen suhteeseen vaikutti yhdessä tekeminen ja positiivisen palautteen antaminen. (Poikkeus, ym. 2002, 178.)

Lapsen haastava käytös muovaa aikuisen toimintaa ja heijastuu samalla vuorovaikutukseen vanhemman ja lapsen välillä. Tutkimukseni mukaan vanhempien ymmärryksen lisääntyminen lapsen käyttäytymisestä vaikutti positiivisesti vanhemman ja lapsen vuorovaikutukseen. Vuorovaikutus lapsen kanssa oli aiempaa selkeämpää ja avoimempaa. Vanhemmat kertoivat molemmin puoleisen kunnioituksen lisääntyneen vanhempi-lapsi suhteessa. Vanhemmat näkivät lapsen positiivisemmassa valossa. Tulokset ovat samansuuntaisia Heikkalan tutkimuksen kanssa, jonka mukaan ne vanhemmat, jotka ymmärsivät haastavan käyttäytymisen taustalla olevat syyt, osasivat he suhtautua lapsiinsa myötätuntoisemmin. Tällaiset vanhemmat arvelevat lasten haastavuuden kääntyvän myöhemmin lapsen omaksi vahvuudeksi. (Heikkala 2012, 60.)

Kolmantena tavoitteena oli selvittää millaisia muutoksia vanhempi näki lapsessaan ja lapsen käyttäytymisessä Perhekoulun loppumisen jälkeen. Arkojen ja vetäytyvien lasten kohdalla vanhemmat havaitsivat lasten rohkeuden ja itseluottamuksen lisääntyneen. Ne lapset, joilla oli muita käyttäytymisen haasteita, osasivat toimia arjen tilanteissa varmemmin. Lapset tiesivät millaista käyttäytymistä heiltä odotetaan sekä tiedostivat käyttäytymisen seuraamukset. Lapset ymmärsivät syy-seuraus suhteen merkityksen. Tutkimuksen mukaan lasten levottomuus, kiukku ja uhmailu vähenivät Perhekoulun jälkeen. Saatu havainto tukee Katajiston ja Tuomisen (2006) tuloksia, joissa Perhekoulu vaikutti lapseen positiivisesti. Lasten sosiaaliset taidot paranivat ja pettymysten sietäminen helpottui. Perhekouluun osallistuneiden lasten ylivilkkauteen liittyvät vaikeudet helpottuivat. (Katajisto & Tuominen 2006, 32.)

Muutamia tutkimukseeni osallistuneita vanhemmista näkivät lapsissaan muutokset pidemmällä aikavälillä, muutoksiin vaikuttivat vanhempien mukaan myös muut seikat kuin pelkästään Perhekoulu. Ei voida siis todeta, että kaikki muutokset lapsessa olisivat pelkästään Perhekoulun myötä tapahtuneita asioita, vaan käyttäytymisen muutokset voivat olla osittain esim. lapsen luonnollisen kasvamisen ja kehittymisen myötä tapahtunut ilmiö.

Neljäntenä tavoitteena oli selvittää millaisia uusia ohjauskeinoja tai menetelmiä vanhemmat ovat ottaneet käyttöön sekä selvittää mahdollisia haasteita uusien menetelmien oppimisessa. Ennakoinnin merkitys nousi vahvasti tutkimuksessani tehokkaana ja toimivana menetelmänä. Tulokset antavat tukea aikaisemmalle tutkimukselle (Poikkeus, ym. 2002), jonka mukaan lapsen valmistaminen tulevaan ja tilanteiden ennakointi sekä lyhyiden kehoitusten käyttö toimivat tehokkaimmin arjen eri tilanteissa.

Toiminnan suunnittelu ja ohjauskeinoista sopiminen luovat tärkeän perustan kasvatukselle. Lapselle, jolla on haastavaa käyttäytymistä, on erityisen tärkeää, että vanhempi toimii tilanteissa johdonmukaisesti ja välittävästi. Selkeät tavoitteet ja opitut ohjauskeinot haastavissakin tilanteissa antaa itsevarmuutta vanhemmalle toimia tilanteissa johdonmukaisesti. Selkeä suunnittelu ja tietoisuus tulevasta, antaa lapselle hallinnan tunnetta ja vähentää levottomuutta. (Eklund & Heinonen 2011, 218.) Tutkimuksen mukaan vanhemmat kuvailivat toimivansa haastavissa tilanteissa aiempaa



johdonmukaisemmin ja ”aikuisemmin”. Tilanteet arjessa Perhekoulun loputtua eivät kärjistyneet entiseen tapaan.

Tutkimukseni mukaan menetelmien oppimiseen vaikutti merkittävästi vanhemman sitoutuminen oppimiseen. Tutkimustuloksia tukee Poikkeuksen, ym. (2002, 181) tulokset, jonka mukaan avain Perhekoulun kaltaisen intervention tuloksellisuuteen on vanhempien aito motivaatio, ohjelman periaatteiden hyväksyminen ja sitoutuneisuus jatkaa sitkeästi työskentelyä silloinkin, kun lapsen vaikeudet palaavat tai voimistuvat.

## 7 POHDINTA

Opinnäytetyöprosessi vahvisti omaa ajatusta vanhemmuuden tukemisen ja varhaisen tuen merkityksestä. Vanhempia tukemalla voidaan vaikuttaa merkittävästi perheiden hyvinvointiin. Vanhempien tukeminen on erityisen tärkeää, sillä vanhemmat elävät arkea lapsen kanssa. Varhaisella tukemisella ehkäistään ongelmien kasautumista. Perhekoulun avulla pystytään vaikuttamaan mahdollisuuteen myönteisiin vuorovaikutussuhteisiin ja itsetuntoa vahvistaviin kokemuksiin. Itsetunnon vahvistuminen oli näkyvissä sekä vanhemmassa, että lapsessa. Perhekoulun jälkeen vanhemmat pystyvät aiempaa paremmin ohjaamaan lapsen oman toiminnan hallintaa. Arjen haastavat tilanteet ovat oivia oppimisen paikkoja, joissa on mahdollisuus tarjota lapselle onnistumisen kokemuksia.

Perhekoulun ajoittuminen esikoulu-ikäiselle lapsille on mielestäni toimivaa. Lapsi saa koulun aloitukseen itsevarmuutta ja oppii hallitsemaan käyttäytymistään ja toimimaan eri tilanteissa odotetulla tavalla. Lapsi saa hyvät valmiudet koulutielle, sillä lastenryhmässä harjoitellaan taitoja, joita koulussa tullaan tarvitsemaan. Mielestäni on *yhteiskunnallisesti* tärkeää, että Perhekoulun kaltaisia interventioita järjestetään matalalla kynnyksellä. Vanhempien tieto-taitoa lisäämällä ja koko perhettä tukemalla voidaan ehkäistä esim. erikoissairaanhoidon tai lastensuojelun raskaita toimenpiteitä ja tukimuotoja. Edellä mainitut tukimuodot ja toimenpiteet ovat lapselle ja vanhemmille erittäin raskaita ja haavoittavia, jonka lisäksi ne ovat yhteiskunnalle kalliita. Tämän vuoksi on tärkeää, että kasvatustehtävissä tukea tarvitsevat perheet saavat tarvitsemansa tukitoimet mahdollisimman varhaisessa vaiheessa, matalalla kynnyksellä. Mielestäni Kainuussa on onnistuttu tässä, tiukoista resursseista huolimatta keväällä 2016 on alkamassa uusi ryhmä Kajaanin Perhekoulussa.

## 7.1 Jatkotutkimusmahdollisuuksia

Mielestäni on tärkeää, että Kainuun Perhekouluun valikoituu myös sellaisia lapsia, joilla ei ole ylivilkkautta. Tutkimuksessani arat ja vetäytyvät lapset saivat paljon onnistumisen kokemuksia, itsevarmuutta ja rohkeutta toimia ryhmätilanteissa. Vaikka Perhekoulu on alun perin suunniteltu lapsille, joilla on ylivilkkautta tai ADHD tausta, niin hyöty näyttää olevat merkityksellinen myös muiden lasten kohdalla. Olisi mielenkiintoista tutkia tarkemmin, millaista hyötyä esim. arat ja vetäytyväiset lapset saavat Perhekoulun kaltaisesta interventtiosta. Viljanmaan mukaan ujut ja varaukselliset lapset tarvitsevat enemmän kannustusta ja aikuisen tukea (Viljanmaa 2008, 11). Perhekoulun lastenryhmän ohjaaja antaa lapselle tukea ja positiivista palautetta jo yrittämisestä sekä näkee lapsessa hyvän. Yhdessä tekeminen edesauttaa myönteistä vuorovaikutusta ja antaa lapselle onnistumisen kokemuksia.

Lapsen äänen kuuntelemista ei voida koskaan korostaa liikaa. Olisi mielenkiintoista tutkia, millä tavalla lapsen itse kokevat Perhekoulun kaltaisen intervention ja kartoittaa perheille tarkoitettuun tukiohjelmaan osallistuneiden lasten kokemuksia. Tämä voi olla eettisesti haasteellinen toteuttaa, mutta voisi antaa uusia näkökohtia ja uutta tietoa.

Kolmantena jatkotutkimusmahdollisuutena esitän Turun yliopiston kehittämän Voimaperheet toimintamallin. Voimaperheet on tarkoitettu perheille, jotka hyötyvät myönteisen vanhemmuuden vahvistamisesta. Ohjelmaan osallistuneiden perheiden arkea kuormittavat lapsen haastava käyttäytyminen. Perheet ohjautuvat Voimaperheet ohjelmaan neuvolan kautta. Voimaperheet toimintamalli on internetin ja puhelimen välityksellä tarjottavaa vanhempainohjausta, jota on tarjottu 2015 alkaen eri kunnissa, ympäri Suomea. Voimaperheet ohjelma on sisällöltään samankaltainen Perhekoulun kanssa. Ohjelmaan kuuluu mm. ”kotitehtäviä”, joissa harjoitellaan käytännössä opeteltavaa teemaa. (Turun yliopisto 2014.) Olisi erittäin mielenkiintoista vertailla Perhekoulun ja Voimaperheiden vaikuttavuutta. Voidaanko etämenetelmillä toteutetulla vanhempainohjauksella saavuttaa samankaltaisia hyötyjä, joita esim. Perhekoululla on pystytty saavuttamaan?

## 7.2 Opinnäytetyöprosessi ja ammatillinen kasvu

Opinnäytetyöprosessin alkuvaiheissa asetin itselleni tavoitteeksi oppia, kuinka tutkimus tehdään. Mielestäni onnistuin tässä tavoitteessa. Opinnäytetyö oli pitkäkestoinen prosessi, jota työstin viimeisimmän vuoden ajan. Minulla oli tarkka suunnitelma opinnäytetyön etenemisen suhteen. Aikatauluni oli suunniteltu realistisesti, työskentely oli jaettu pieniin alueisiin ja tavoitteisiin, joita kohti tavoittelin joka viikko ja kuukausi. Työstäminen sujui kohtuullisen vaivattomasti. Tähän vaikutti varmasti se, että opinnäytetyö oli rajattu tarpeeksi tarkasti ja aihevalinta oli itselleni merkityksellinen. En ole aiemmin tehnyt tutkimusta, joten tutkimusprosessi oli itselleni uutta ja toisinaan haastavaakin. Opinnäytetyön tekeminen oli jatkuvaa uuden oppimista, jossa kehityin matkanvarrella paljon.

Opinnäytetyön suunnitteluvaiheessa pohdin, teenkö työn yksin vai parin kanssa. Päädyin lopulta siihen, että teen työn yksin, sillä pääsin harjoittelemaan perhetyöhön ja tutkimus oli sidoksissa omaan harjoitteluuni. Opiskelin töiden ohessa, ja vuorotyöläisen on toisinaan vaikeaa saada soviteltua yhteistä aikaa opinnäytetyön parin kanssa. Näin ollen olen toiminut itsenäisesti ja vastuullisesti koko opinnäytetyön prosessin ajan. Työn luotettavuutta olisi kuitenkin lisännyt toinen tutkija. Opinnäytetyön aikana tulleet valinnat tuli ratkaista itsenäisesti. Näissä tilanteissa pyysin ja sain mielestäni riittävästi ohjausta työelämäntaholta ja ohjaavalta opettajaltani. Opinnäytetyöprosessiin kuului tutkimussuunnitelman esittäminen ja aineisto- ja menetelmä seminaarityöskentely. Esittelin luokallemme, opponenteille ja ohjaavalle opettajalleni työn vaiheet suunnitellusti. Seminaareissa sain ohjeistusta ja arviointia, joita hyödynsin jatkotyöskentelyvaiheissa.

Opinnäytetyöni eteni suunnitellusti. Syyskuussa 2014 suunnittelimme perhekoulun ohjaajien kanssa opinnäytetyön tavoitteita. Päädyimme tutkimuspainotteiseen opinnäytetyöhön, sillä mielestämme oli tärkeää saada Perhekouluun osallistuneiden vanhempien ääni kuuluviin. Sotkamon Perhekoulu on kokoontunut vasta toisen kerran tuolloin keväällä 2015. On tärkeää saada tietoa vanhempien kokemuksista, millaista hyötyä vanhemmat kokevat Perhekoulusta saaneen. Tämä tieto on tärkeää, kun suunnitellaan Perhekoulun toiminnan jatkumista. Alkuvuosi 2015 meni tiiviisti aiheeseen perehtyessä ja aiempia tutkimuksia lukiessa.

Tammikuussa aloitin Kajaanin Perhekoulun lasten ryhmän ohjaajana. Mielestäni toimiminen lasten ryhmän ohjaajana antoi paljon sisältöä opinnäytetyöhöni: pääsin perehtymään perinpohjaisesti niihin teemoihin, joita vanhemmat ja lapset opettelivat 10 viikon ajan Perhekoulussa. Tutkimus ei jäänyt tällöin irralliseksi, vaan pääsin hyvin mukaan ja tiesin, mitä Perhekoulu piti sisällään. Kokoonnuimme Perhekoulun ohjaajien kanssa opinnäytetyön merkeissä useamman kerran talvella 2015. Näinä kertoina pohdimme mm. tutkimuskysymyksiä ja aineistonkeruumenetelmää. Tammikuussa laadin tutkimuslupapyynnön Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymän tutkimuslautakunnalle, joka myönsi tutkimusluvut helmikuussa 2015.

Talven aikana laadin tutkimussuunnitelman. Samaan aikaan etsin uutta tietoa ja laadukkaita lähteitä tutkimukseeni, lisäksi perehdyin laadullisen tutkimuksen ja tutkimusmenetelmä kirjallisuuteen. Perhekoulusta oli tehty 2006 vuonna kolme mielenkiintoista Pro gradu tutkimusta, joita en onnistunut saamaan. Tutkimukset olivat Jyväskylän Yliopiston tutkimuksia, jotka kaikki olivat hävinneet. Olisin varmasti hyötynyt tutkimuksista paljon. Kyseisiä tutkimuksia ei ollut tallennettu sähköiseen muotoon. Tästä huolimatta koin löytäneeni laadukkaita lähteitä. Tiedonkeruussa käytin mm. kirjaston palveluita hyödyksi.

Laadin huhtikuun aikana kyselylomakkeet vanhemmille. Mielestäni onnistuin tekemään kattavan ja hyvän kyselylomakkeen. Jouduin pohtimaan kysymysten määrää: kuinka moneen avoimeen kysymykseen vanhemmat jaksavat vastata, ja toisaalta saanhan tarpeeksi aineistoa tutkimuskysymyksiini. Vastauksista päätellen onnistuin lomakkeen laatimisessa, vanhemmat olivat vastanneet kaikkiin kysymyksiin huolellisesti. Sain tarpeeksi aineistoa tutkimuskysymyksiini. Aineistonkeruussa motivoinnilla oli keskeinen merkitys opinnäytetyössäni. Suurin osa Perhekouluun osallistuneista lapsista oli siirtymässä esikoulusta ensimmäiselle luokalle kouluun, mikä vaikutti perheen arkeen: vanhemmilla oli mm. tutustumisia kouluun, keskusteluja esikoulussa jne. Oli tärkeää ja hienoa, että vanhemmat jaksivat vastata kiireisestä keväästä huolimatta kyselyyn, joka mahdollisti tutkimuksen toteutuksen ja onnistumisen.

Aineiston analyysi meinasi aluksi olla haasteellista. En oikein osannut päättää, millä menetelmällä analysoin kyselyissä kerätyt vastaukset. Yritin aluksi analysoida vastauksia sisällönanalyysin kautta, mutta vastausten määrä ja suhteellisen lyhyet

vastaukset eivät mielestäni sopineet sisällönanalyysin menetelmään. Teemoittelun kautta löysin kuitenkin mielestäni tärkeät ja tutkimukselle merkitykselliset seikat. Tutkimustulosten peilaaminen viitekehykseen oli sujuvaa. Löysin tutkimustulosteni kannalta mielenkiintoisia ja keskeisiä teemoja aikaisemmista tutkimuksista.

Pidin päiväkirjaa koko opinnäytetyöprosessin ajan. Työstin opinnäytetyötä jatkuvasti mielessäni, usein illalla ennen nukahtamista sain merkittäviä ideoita ja ajatuksia, jotka täytyi kirjoittaa heti ylös. Ruutuvihko kulki itselläni mukana, siihen oli helppo kirjoittaa ajatuksia ja pohdintoja sekä kirjata tutkimuksen etenemistä. Päiväkirjan kirjoittaminen piti minut kiinni kirjoittamisessa ja työnteossa. Päiväkirja oli merkittävässä osassa kirjoittaessani tutkimusraporttia.

Lopuksi haluan kiittää tutkimukseen osallistuneita vanhempia, jotka mahdollistivat minulle tämän tutkimusprosessin. Lisäksi kiitän Kainuun Perhekoulun ohjaajia ja ohjaavaa opettajaani, sekä perhettäni, joka on tukenut minua tämän opinnäytetyön tekemisessä.

## LÄHTEET

- ADHD-liitto ry. 2013. Arki toimimaan – vinkkejä lapsen myönteiseen tukemiseen. Helsinki: ADHD-liitto ry; Barnavårdsföreningen i Finland r.f.; ADHD-keskus.
- ADHD-liitto ry. i.a. Vanhemmat. Välittäminen, vuorovaikutus ja voimavarat. Viitattu 26.3.2015. <http://www.adhd-liitto.fi/adhd-tietoa/vanhemmat/valittaminen-vuorovaikutus-ja-voimavarat>
- Aro, Tuija 2011. Itsesäätelytaitojen kehityksen ongelmat lapsuudessa. Teoksessa Tuija Aro & Marja-Leena Laakso (toim.) Taaperosta taitavaksi toimijaksi. Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Jyväskylä: NiiloMäki Instituutti, 106–118.
- Aro, Tuija; Laakso, Marja-Leena & Närhi, Vesa 2007. Tomera – toiminnanohjauksen ja itsesäätelyn kehittymisen tukeminen päivähoitossa. Niilo Mäki Säätiö. Viitattu 20.4.2015. [http://www.nmi.fi/fi/bulletin/bulletin-pdf/aro2\\_2007.pdf](http://www.nmi.fi/fi/bulletin/bulletin-pdf/aro2_2007.pdf)
- Baumrind, Diana 1989. Rearing Competent Children. Teoksessa William Damon (toim.) Child Development Today and Tomorrow. San Francisco: Jossey-Bass Publishers, 349–378.
- Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä. Opas Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä varten. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja. C Katsauksia ja aineistoja 17. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu. Saatavana verkkoversiona <http://www.diak.fi/opiskelu/opinnaytetyo/Sivut/default.aspx>.
- Duodecim. Käypä hoito 2011. Suositukset. Vanhempainohjaus ja ADHD. Viitattu 26.3.2015. <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/suositus?id=nix00966&suositusid=hoi50061>
- Eklund, Kenneth & Heinonen, Johanna 2011. Lapsen itsesäätelyn tukeminen arjessa. Teoksessa Tuija Aro & Marja-Leena Laakso (toim.) Taaperosta taitavaksi toimijaksi. Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Jyväskylä: NiiloMäki Instituutti, 216-235.
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha 2000. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus.

- Heikkala, Mirja 2012. ”Niin rakas ja niin raivostuttava”. Tutkielma haastavien lasten temperamenttipiirteistä. Lapin yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Pro gradu-työ.
- Hirsjärvi, Sirkka; Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Hurme, Helena 2008. Perhe kehityksen kontekstina. Teoksessa Heikki Lyytinen; Paula Lyytinen & Mikko Korkiakangas (toim.) 2008. Näkökulmia kehityspsykologiaan – Kehitys kontekstissaan. Helsinki: WSOY, 139–156.
- Häyry, Marjo 2015. Autismin kirjo tutuksi - koulutussarja. Haastava käyttäytyminen. Luento Kajaanin keskussairaалalla 16.4.2015. Tuloste tekijän hallussa.
- Inno Kylä i.a. Perhekoulu Pop ®. Tarpeet ja tavoitteet. Viitattu 5.2.2015.  
<https://www.innokyla.fi/web/verstas1048964/etusivu/-/verstas/tarpeet-ja-tavoitteet>
- Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymä 2015. Kajaanin Perhekoulu. Esite. Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymä i.a. Etusivu. Perhepalvelut.  
 Perhekeskukset. Perhekoulu. Viitattu 1.2.2015.  
<http://sote.kainuu.fi/perhekoulu>. Tuloste tekijän hallussa.
- Katajisto, Outi & Tuominen, Eila 2006. ”Kyllä sitä välillä ollaan niin nokat vastakkain” Tutkimus koskien ylivilkkaisten leikki-ikäisten ja muiden samanikäisten lasten vanhemmuutta sekä Perhekoulu-intervention vaikuttavuutta. Jyväskylän yliopisto. Psykologian laitos. Pro gradu-työ.
- Keltikangas-Järvinen, Liisa 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Helsinki: WSOY.
- Korhonen, Merja 2006. Sukupolven merkitys vuorovaikutussuhteessa. Teoksessa Kirsti Karila; Maarit Alasuutari; Maritta Hännikäinen; Anna Raija Nummenma & Helena Rasku-Puttonen (toim.) Kasvatusvuorovaikutus. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy, 51–69.
- Korhonen, Satu i.a. Lapsen ja vanhemman välisen myönteisen vuorovaikutuksen vahvistaminen: Vuorovaikutusleikkioppaan käyttö kasvatusneuvonnan- ja ohjauksen apuvälineenä. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tuloste tekijän hallussa.
- Koskimies, Arja 2015. Lastentarhanopettaja, Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymä. Kajaani. Henkilökohtainen tiedonanto 8.1.
- Koskimies, Arja 2015a. Perhekoulun vanhempainryhmä. Tuloste tekijän hallussa.
- Koskimies, Arja 2015b. Lastenryhmän toiminta ja aikataulu. Tuloste tekijän hallussa.



- Kujanpää, Sari. Psykologi, psykoterapeutti (VET). Arvokas elämä. Esitys. 10.09.2013. Viitattu 3.3.2015. <http://www.arvokaselama.fi/wp-content/uploads/2013/08/10.9.2013-Sari-Kujanpaan-esitys.pdf>
- Laakso, Marja-Leena; Lajunen, Kaija; Aro, Tuija; Eklund, Kenneth & Poikkeus, Anna-Maija 2011. Ylivilkkaisten lasten vanhempien kokemuksia Perhekoulu-interventiosta. *Kasvatus* 42 (2) 118–130.
- Lajunen, Kaija & Laakso, Marja-Leena 2011. Ylivilkkaan ja haastavasti käyttäytyvien lasten vanhempien ryhmämuotoinen tukeminen. Teoksessa Tuija Aro & Marja-Leena Laakso (toim.) *Taaperosta taitavaksi toimijaksi. Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen*. Jyväskylä: NiiloMäki Instituutti, 120–147.
- Lastensuojelulaki 2007/417, 13.04.2007. Viitattu 26.1.2015. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=lastensuojelulaki>
- Linnove, Tiina; Kivijärvi, Taru 2011. Osaamisen kasvattaminen – ongelmista onnistumisiin KasKas-ryhmässä. Teoksessa Tuija Aro & Marja-Leena Laakso (toim.) *Taaperosta taitavaksi toimijaksi. Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen*. Jyväskylä: NiiloMäki Instituutti, 148–167.
- Mannerheimin lastensuojeluliitto 2014. Vanhempainnetti. Tukivinkkejä arjen tilanteisiin. Lapsi kokeilee rajoja. Viitattu 20.4.2015. [http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tukivinkit/lapsi\\_kokeilee\\_rajoja/](http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tukivinkit/lapsi_kokeilee_rajoja/)
- Mannerheimin lastensuojeluliitto i.a.a. Vanhempainnetti. Tietokulma. Vanhemmuus ja kasvatus. Lasten kasvatus. Viitattu 6.8.2015. [http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemmuus\\_ja\\_kasvatus/kasvatuksen\\_tapoja/](http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemmuus_ja_kasvatus/kasvatuksen_tapoja/)
- Mannerheimin lastensuojeluliitto i.a.b. Vanhempainnetti. Vanhemmuus ja kasvatus. Lasten kasvatus. Eri kasvatustapoja. Viitattu 9.9.2015. [http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemmuus\\_ja\\_kasvatus/kasvatuksen\\_tapoja/kasvatustavat/](http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemmuus_ja_kasvatus/kasvatuksen_tapoja/kasvatustavat/)
- Moilanen, Irma 2012. Lapsen ADHD. Teoksessa Virpi Dufva & Mirjami Koivunen (toim.) *ADHD. Diagnosointi, hoito ja hyvä arki*. Jyväskylä: PS-kustannus, 135–151.

- Mäkelin, Jukka-Pekka 2015. Kepeät ja kuolemanvakavat. Runo: Anna mun olla lapsi. Viitattu 26.8.2015. [kepeatjakuolemanvakavat.blogspot.fi/2015/07/runo-anna-mun-olla-lapsi.html?zx=82bbc2a74bd6f09](http://kepeatjakuolemanvakavat.blogspot.fi/2015/07/runo-anna-mun-olla-lapsi.html?zx=82bbc2a74bd6f09)
- Mäkinen, Olli 2006. Tutkimusetiikan ABC. Helsinki: Tammi.
- Poikkeus, Anna-Maija; Laakso, Marja-Leena; Aro, Tuija; Eklund, Kenneth; Katajamäki, Johanna & Lajunen, Kaija 2002. Vanhemmat Kouluun. Teoksessa Anna Rönkä (toim.) Perhe ja vanhemmuus. Jyväskylä: PS-kustannus. 159–187.
- Rönkkö, Leena & Rytönen, Timo 2010. Monisäikeinen perhetyö. Helsinki: WSOYpro OY.
- Salmi, Eeva-Liisa 2008. The family School: The impact of a group training programme on overactive hard-to-manage preschool children and their parents. Åbo akademi. Väitöskirja. Viitattu 26.3.2015. <http://bibbild.abo.fi/ediss/2008/SalmiEeva.pdf>
- Sandberg, Seija; Santanen, Solveig; Jansson, Anniina; Lauhaluoma, Hillevi & Rinne, Outi. 2008. Perhekoulun käsikirja. Käytännön opas vanhemmille, 3. painos. Helsinki: Suomen Lastenhoitoyhdistys.
- Serenius-Sirve, Silve & Kippola-Pääkkönen, Anu. Lapsen tukeminen kotona, päivähoitossa ja muissa ryhmätilanteissa. Teoksessa Virpi Dufva & Mirjami Koivunen (toim.) ADHD. Diagnosointi, hoito ja hyvä arki. Jyväskylä: PS-kustannus, 153–151.
- Sinkkonen, Jari 2012. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun? Helsinki: WSOY.
- Tahkokallio, Keijo 2003. Mitä tehdä levottomille lapsille? Helsinki: WSOY.
- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2013. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. Helsinki: Tammi.
- Turun yliopisto 2014. Lääketieteellinen tiedekunta. Yksiköt. Voimaperheet. Viitattu 15.11.2015. <http://www.utu.fi/fi/yksikot/med/yksikot/voimaperheet/Sivut/home.aspx>
- Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä 2013. Etusivu. Roolikartat. Vanhemmuuden roolikartta. Viitattu 5.3.2015. <http://www.vslk.fi/index.php?id=19>
- Marika; Leppämäki, Päivi & Ekström, Leena 2008. Vuorovaikutuksellinen tukeminen. Helsinki: WSOY.
- Viljanmaa, Janne 2008. Anna Lapsen onnistua. Jyväskylä: Gummerus.

Viljanmaa, Janne 2009. Mitä minä teen tämän lapsen kanssa? Haastavan lapsen kasvatus. Juva: WS Bookwell OY.

Ylitalo, Pertti (toim.) 2011. Roolikartta. Vanhemmuuden, parisuhteen ja itsenäistymisen tueksi. Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä. Helsinki: Suomen kuntaliitto.

## LIITTEET

### (Liite 1: Saatekirje)

## Arvoisa vanhempi,

Olen sosionomi (AMK) opiskelija Diakonia-ammattikorkeakoulusta, Pieksämäen yksiköstä. Olette osallistunut Kajaanin/Sotkamon Perhekouluun. Teen opinnäytetyön Kajaanin ja Sotkamon Perhekouluun osallistuneiden vanhempien kokemuksista. Tarkoituksena on kartoittaa Perhekouluun osallistuneiden vanhempien kokemuksia ja kuvailla millaisia muutoksia vanhempi havaitsee itsessään kasvattajana, lapsessaan ja vuorovaikutuksessa vanhemman ja lapsen välillä. Lisäksi tavoitteena on kartoittaa millaisia Perhekoulun menetelmiä perhe on ottanut käyttöön. Opinnäytetyön ohjaajana toimii Diakonia-ammattikorkeakoulun lehtori Sirpa Ylönen.

Toivon, että ehditte vastaamaan kyselyyni, sillä jokaisen Teidän vastauksenne on opinnäytetyöni kannalta arvokas ja tärkeä. Vastaamalla kyselyyn autatte keräämään tietoa Perhekoulusta ja sen vaikutuksista.

Kaikki kyselylomakkeet käsitellään luottamuksellisesti, eikä vastaajan henkilöllisyys tule missään vaiheessa ilmi.

Opinnäytetyötä varten olen saanut tutkimusluvan Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymän hallintoylilääkäriltä, perhepalvelujohtajalta, vastuualuepäälliköltä ja perhetyön päälliköltä keväällä 2015. Valmiin työn luovutan Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymän perhetyölle, lisäksi opinnäytetyöni tallennetaan ammattikorkeakoulujen yhteiseen Theseus-tietokantaan.

Ohessa kyselylomake sekä palautuskuori, jonka postimaksu on maksettu. Toivon saavani vastauksenne takaisin **29.5.2015** mennessä.

Lämmin kiitos yhteistyöstä ja ajastanne vastatessanne kyselylomakkeeseen!

Ystävällisin terveisin,

Johanna Heikkinen

Sosionomi (AMK) opiskelija

**(Liite 2: Kyselylomake vanhemmille)****KYSELYLOMAKE VANHEMMILLE**

Vastaa ystävällisesti alla oleviin avoimiin kysymyksiin omin sanoin. Jos tila loppuu kesken, voit jatkaa viimeiselle sivulle. Vastaa kysymyksiin ajatellen **tätä hetkeä**, kun Perhekoulusta on kulunut noin 2 kk.

1. Olen
  - 1) Äiti
  - 2) Isä
  
2. Osallistuin Perhekouluun
  - 1) Kajaanissa
  - 2) Sotkamossa

**VANHEMMUUS**

3. Millaisia muutoksia olet havainnut itsessäsi vanhempana Perhekoulun jälkeen?

---

---

---

---

---

---

4. Miten Perhekoulu vaikutti Sinuun kasvattajana?

---

---

---

---

---

---

## LAPSEN JA VANHEMMAN VÄLINEN SUHDE

5. Miten osoitat lapselle arjessa sen, että hän on arvokas ja tärkeä?

---

---

---

---

---

---

6. Havaitsitko Sinun ja lapsesi välisessä suhteessa muutoksia Perhekoulun jälkeen? Millaisia?

---

---

---

---

---

---

---

---

7. Havaitsitko Sinun ja lapsesi välisessä vuorovaikutuksessa muutoksia Perhekoulun jälkeen? Millaisia?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## LAPSEN KÄYTTÄYTYMINEN

8. Millaisia muutoksia olet havainnut lapsen käyttäytymisessä Perhekoulun jälkeen?

---

---

---

---

---

---

## UUDET OHJAUSKEINOT JA MENETELMÄT

9. Kuvaile jokin haastava arjen tilanne, johon olet saanut apua Perhekoulusta. Kerro minkälaisia menetelmiä/ keinoja olet käyttänyt ko. tilanteessa.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

10. Oliko uusien menetelmien oppimisessa ja käytössä jotain haasteita? Millaisia?

---

---

---

---

---

---

