



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

Luovat menetelmät vuorovaikutuksen tukena perhekuntoutuksessa

Järvinäki, Krista
Pirinen, Sari

2017 Laurea



LAUREA Laurea-ammattikorkeakoulu
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

Luovat menetelmät vuorovaikutuksen tukena perhekuntoutuksessa

Järvimäki Krista & Pirinen Sari
Sosionomikoulutus
Opinnäytetyö
Joulukuu, 2017

Järvimäki Krista & Pirinen Sari

Luovat menetelmät vuorovaikutuksen tukena perhekuntoutuksessa

Vuosi 2017 Sivumäärä 80

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena oli tukea vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta luovien menetelmien avulla Pelastakaa Lapset ry:n perhekuntoutusyksikkö Tyrskyn Tyrsyssä. Luovista menetelmistä keskityttiin kuvataiteeseen ja musiikkiin, joille työelämäkumppanilla oli erityisesti tarvetta. Opinnäytetyön tuotoksena syntyi Tyrskyn asiakasperheille ja työntekijöille yhteensä neljä työpajaa ja kaksi opasta niissä käytetyistä menetelmistä.

Työpajojen tarkoituksena oli toteuttaa matalan kynnyksen luovaa toimintaa Tyrskyn asiakasperheille ja työntekijöille. Perheille suunnattujen työpajojen tavoitteena oli tukea vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta. Työntekijöille suunnatun työpajan tavoitteena oli osoittaa, miten oppaiden luovia menetelmiä voidaan hyödyntää asiakastyössä. Oppaiden tavoitteena oli tuoda uusia menetelmiä työntekijöiden käyttöön sekä antaa ideoita asiakasperheille, miten musiikin ja kuvataiteen menetelmiä voidaan hyödyntää kotona. Oppaiden luovat menetelmät suunnattiin erityisesti 0-8-vuotiaille lapsille ja heidän vanhemmilleen.

Opinnäytetyön teoreettisessa viitekehyksessä käsitellään muun muassa lastensuojelua, perheyötä- ja kuntoutusta, vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta sekä luovia menetelmiä. Viitekehysten tarkoituksena oli toimia perustana opinnäytetyön tuotoksena syntyneille työpajoille ja oppaille.

Palaute oppaista kerättiin sähköpostikyselyllä työntekijöiltä, ja palaute työpajoista kerättiin suullisesti jokaisen työpajan päätteeksi asiakkailta ja työntekijöiltä. Työpajat koettiin vuorovaikutusta tukevaksi ja mukavaksi yhteiseksi tekemiseksi. Oppaat koettiin hyväksi lisäksi Tyrskyn menetelmiin ja luovan toiminnan osuuden koettiin kasvavan kuntoutuksessa oppaiden myötä.

Järvimäki Krista & Pirinen Sari

Creative methods supporting interaction in family rehabilitation

Year	2017	Pages	80
------	------	-------	----

The purpose of this functional thesis was to support interaction between parents and children using creative methods at Pelastakaa Lapset ry's family rehabilitation center Tyrsky. The creative methods focused on were art and music which the working-life partner especially needed. The products of this thesis were four workshops and two brochures of the methods that were used for Tyrsky's client families and employees.

The purpose of the workshops was to create low threshold creative activities for Tyrsky's client families and employees. The purpose of the workshops aimed at the families was to support interaction between a parent and child. The purpose of the workshop aimed at the employees was to show how creative methods can be used in client work. The purpose of the brochures was to provide new methods for employees' use and also to give ideas to client families on how to use the methods of music and art at home. The creative methods in the brochures were aimed especially for 0-8-year old children and their parents.

The theoretical context of this thesis consisted of *inter alia* child welfare, family work and rehabilitation, interaction between parent and child and also creative methods. The context provided a base for the workshops and the subsequent brochures.

Feedback on the brochures from the employees was collected via an e-mail inquiry and the feedback on the workshops was collected *viva voce* from the clients and employees. The workshops were seen to support interaction and as a pleasant shared activity. The brochures were seen as a good addition to Tyrsky's methods and the amount of the creative methods was seen to increase in the rehabilitation along with the brochures.

Keywords: creative methods, interaction between parent and child, family rehabilitation

Sisällys

1	Johdanto.....	6
1.1	Pelastakaa Lapset ry:n perhekuntoutusyksikkö Tyrsky	8
2	Lastensuojelu ja lastensuojelun avohuolto	9
2.1	Perhetyö ja -kuntoutus perheen tukena	10
3	Vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus.....	11
3.1	Kiintymyssuhde vanhemman ja lapsen välisen suhteen perustana	13
4	0-8-vuotiaan lapsen vuorovaikutustaitojen sekä musiikillisten ja kuvataiteellisten taitojen kehitys.....	16
4.1	Vuorovaikutustaitojen kehitys.....	16
4.2	Musiikillinen ja kuvataiteellinen kehitys.....	18
5	Luovat menetelmät	20
5.1	Kuvataide	22
5.2	Musiikki.....	23
6	Suunnittelu	25
6.1	Työpajojen suunnittelu.....	25
6.2	Oppaiden suunnittelu	28
7	Työpajojen toteutus	30
7.1	Ensimmäinen työpaja	30
7.2	Toinen työpaja.....	31
7.3	Kolmas työpaja	33
7.4	Neljäs työpaja	34
8	Arviointi.....	35
8.1	Työpajojen arviointi	35
8.2	Oppaiden arviointi.....	39
8.3	Opinnäytetyön prosessin arviointi	41
9	Eettisyys ja luotettavuus.....	42
10	Pohdinta.....	44
10.1	Yhteenveto	44
10.2	Yhteiskunnallinen näkökulma.....	46
	Lähteet	49
	Liitteet	56

1 Johdanto

Vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutussuhde, sekä perheessä vallitsevat sisäiset suhteet vaikuttavat kokonaisvaltaisesti kehittyvään lapseen aina kiintymyssuhteen muodostumisesta tunteiden käsittelytaitoihin saakka (Punamäki 2011, 109-111), ja aihe tuntuu myös nousevan mediassa tasaisin väliajoin esiin. Aiheeseen liittyviä sosiaalialan opinnäytetöitä on tehty useita ja se näyttää herättävän jatkuvasti kiinnostusta, joka on hyvä asia, sillä aihe on erittäin tärkeä.

Viimeisen kahdenkymmenen vuoden aikana taiteen soveltaminen sosiaali- ja terveysalalla on lisääntynyt erilaisten hankkeiden ja projektien muodossa. Samalla tutkimuksellinen tieto taidelähtöisten menetelmien merkittävydestä on kasvanut. (Taidelähtöiset menetelmät 2015.) Taiteella ja taiteellisella toiminnalla on todettu olevan lukuisia hyvinvointivaikutuksia niin psyykkiseen kuin fyysiseen terveyteen liittyen, kuten ahdistus-, ja masennusoireiden vähentyminen. Taide voi myös parantaa itseluottamusta ja vuorovaikutustaitoja, lisätä kivun- ja stressinsietokykyä sekä sosiaalista osallisuutta. (Laitinen 2017, 27-29, 30, 32.) Luovat menetelmät tarjoavat keinon ilmaista itseään ja tunteitaan taiteen avulla, ja niitä voidaan myös hyödyntää tuettaessa vuorovaikutusta vanhemman ja lapsen välillä.

Eryteisesti perhekuntoutuksessa korostuu vanhemman ja lapsen välisen vuorovaikutuksen tärkeys. Asiakasperheillä saattaa olla vuorovaikutuksessa haasteita, joka voi olla syy kuntoutuksen tarpeelle. Perhekuntoutuksessa pyritään tukemaan ja parantamaan perheen sisäistä vuorovaikutusta erilaisin menetelmin. (Perhekuntoutus 2016.) Perhetyön kehityssuunta on suuntautunut etenevässä määrin psykososiaaliseen tukeen ja keskustelempaan työotteeseen (Rönkkö & Rytkynen 2010, 298). Ajankohtaista olisikin pohtia, tulisiko luovia toimintoja lisätä osaksi tukemaan tätä psykososiaalista työtä niiden tarjoamien mahdollisuuksien perusteella.

Tämä opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisena opinnäytetyönä Pelastakaa Lapset ry:n Perhekuntoutusyksikkö Tyrskyssä. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuoda Tyrskyyn uusia menetelmiä, jotka tukevat vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta. Tuotoksena syntyi luovan toiminnan työpajoja sekä kaksi eri opasta luovista menetelmistä, yksi työntekijöille ja toinen asiakasperheille. Oppaissa käytetyt menetelmät suunniteltiin soveltumaan erityisesti 0-8-vuotiaille lapsille.

Opinnäytetyömme alussa esittelemme lyhyesti Pelastakaa Lapset ry:n ja perhekuntoutusyksikkö Tyrskyn sekä käsittelemme aiheeseemme liittyvää teoreettista viitekehystä, johon liittyy olennaisena osana lastensuojelu, perhetyö ja -kuntoutus, vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus sekä luovat menetelmät. Kuvataiteen ja musiikin teorian tiedolla perustelemme,

miksi käyttämämme luovat menetelmät soveltuvat käytettäväksi tuettaessa vuorovaikutusta. Kerromme myös lyhyesti, miten lapsen vuorovaikutustaidot sekä musiikilliset ja kuvataiteelliset taidot kehittyvät ensimmäisenä kahdeksana ikävuotena - tämä osio edesauttaa hahmottamaan, miksi käyttämämme luovat menetelmät soveltuvat erityisesti tämän ikäisille lapsille. Tämän jälkeen käymme läpi opinnäytetyön toiminnan ja oppaiden suunnittelua ja toteutusta. Lopuksi arvioimme tavoitteidemme onnistumista ja opinnäytetyön prosessia, sekä pohdimme omaa ammatillista kasvuamme, ja työn eettisyyttä ja luotettavuutta. Toteuttamamme oppaat ovat liitteenä opinnäytetyön lopussa.

Opinnäytetyömme koostuu kahdesta eri osiosta, oppaiden tuottamisesta ja ohjatusta toiminnasta. Tavoitteena oli tuoda uusia ideoita ja menetelmiä perhekuntoutusyksikkö Tyrskyn työntekijöiden ja asiakasperheiden käyttöön oppaiden ja luovan toiminnan työpajojen muodossa, ja tätä kautta myös kehittää Tyrskyssä toteutettavaa ryhmätoimintaa. Oppaiden ja toiminnan sisältö keskittyvät luovista menetelmistä musiikkiin ja kuvataiteeseen, joita voidaan hyödyntää tuettaessa vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta. Oppaat ovat suunnattu ensisijaisesti 0-8-vuotiaille lapsille ja heidän vanhemmilleen. Perheille suunnatun toiminnan tavoitteena oli tuottaa matalan kynnyksen luovaa toimintaa, joka tukisi vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta. Työntekijöille suunnatun toiminnan tavoitteena oli näyttää miten koostamissamme oppaissa olevia menetelmiä voitaisiin hyödyntää asiakastyössä. Työntekijöiden oppaan tavoitteena oli tarjota Tyrskyn työntekijöille uusia menetelmiä asiakastyöhön ja perheille suunnatun oppaan tavoitteena antaa ideoita, miten musiikin ja kuvataiteen menetelmiä voitaisiin hyödyntää kotona lapsen kanssa.

Toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena voi olla esimerkiksi osallistaa ihmisiä toimintaan tai selkeyttää toimintaa ohjeistuksella tai oppaalla, ja lopputuloksena syntyy aina jokin konkreettinen työ (Vilkkä & Airaksinen 2003, 38, 51), joka oli tämän opinnäytetyön tapauksessa kaksi opasta, yksi Tyrskyn työntekijöille ja toinen Tyrskyn asiakasperheille, sekä neljä toimintakertaa. Vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta tukevat kuvataiteen ja musiikin menetelmät valikoituivat toimintaan ja oppaisiin omasta kiinnostuksestamme sekä Tyrskyn tarpeesta juuri näiden luovien menetelmien käytölle. Tilaisuus opinnäytetyön toteuttamiselle Tyrskyssä tarjoutui samalla, kun toinen meistä suoritti kehittämistyön harjoittelun siellä. Tyrskyssä oltiin hyvin kiinnostuneita luovien menetelmien hyödyntämisestä ja erityisesti kuvataiteelle ja musiikille koettiin olevan tarvetta. Tarve oppaalle nousi myös esille ensimmäisessä yhteisessä tapaamisessa Tyrskyn yhteyshenkilön kanssa.

Tyrskyssä kuntoutuksen kehyksenä on vanhemman ja lapsen välisen vuorovaikutuksen tukeminen ja tarkkailu (Pelastakaa Lapset ry 2016a). Nämä ovat tärkeitä elementtejä perhetyössä, ja perheen kuntoutumisen kannalta on tärkeää, että vuorovaikutus perheenjäsenten kesken saadaan toimimaan. Opiskelemme luovien toimintojen linjalla, joten molemmille on ollut jo

opintojen alusta asti selvää, että opinnäytetyö tulee liittymään luovien menetelmien käyttöön ja olemaan toiminnallinen. Useat luovien menetelmien harjoitukset, joita olemme itse päässeet kokeilemaan opintojemme aikana, ovat olleet vuorovaikutuksellisia ja koimme, että pystyisimme hyödyntämään niitä myös vanhemman ja lapsen välisen vuorovaikutuksen tukemisessa. Toinen meistä suoritti myös lastentarhanopettajan pätevyyttä, ja perheen hyvinvoinnin tukeminen ja sen merkittävyyden ymmärtäminen lapsen kehityksen kannalta on yhtenä keskeisenä tekijänä myös varhaiskasvatuksessa. Tästä syystä keskityimme luoviin menetelmiin, jotka soveltuisivat nimenomaan 0-8-vuotiaille lapsille ja heidän vanhemmilleen.

1.1 Pelastakaa Lapset ry:n perhekuntoutusyksikkö Tyrsky

Pelastakaa Lapset ry on suomalainen voittoa tavoittelematon kansalaisjärjestö, joka perustettiin vuonna 1922 Ester Ståhlbergin toimesta. Tunnuslauseeksi muotoutui ”jokaisella lapsella on oikeus kasvaa hyvässä kodissa”. Pelastakaa Lapset ry:n pohjana on toimia YK:n lasten oikeuksien yleissopimuksen mukaisesti lasten oikeuksien sekä lasten elämän parantamiseksi niin Suomessa kuin muualla maailmassa. Pelastakaa Lapset ry kuuluu Save the Children -liikkeeseen, joka toimii noin 120 maassa lasten hyväksi. (Pelastakaa Lapset ry 2016b.) Pelastakaa Lapset ry:llä on erityisosaamista nimenomaan sijaishuollosta ja adoptiosta, ja se tarjoaa lastensuojelun avohuollon ja sosiaalihuollon tukiperhepalveluita Suomen kunnille. Näiden palvelujen kautta kunnat voivat lujittaa ja rikastaa omaa lastensuojelutyötään Pelastakaa Lapset ry:n asiantuntijoiden avulla. (Pelastakaa Lapset ry 2016c.)

Perhekuntoutusta järjestetään lastensuojelun avohuollon tukitoimena (Lastensuojelulaki 417/2007, 36 §). Pelastakaa Lapset ry:n perhekuntoutusyksikkö Tyrskyssä työskentelee yksi sosiaalityöntekijä, kolme perheohjaajaa ja yksi psykiatrinen sairaanhoitaja. Työntekijöiltä löytyy erityisosaamista muun muassa perheterapiasta, yhteisömenetelmistä ja verkostotyöstä. Perhekuntoutusyksikkö Tyrskyssä on asiakaspaikat neljälle perheelle. Perheet viettävät Tyrskyssä 3-12 kuukauden mittaisen kuntoutusjakson, jota seuraa kolmen kuukauden mittainen arviointijakso. Arviointijakson aikana tarkastellaan perheen voimavaroja ja haasteita. Kuntoutusjakson aikana kuntoutetaan koko perhettä, mutta erityisesti lapsen etuun, osallisuuteen ja turvallisuuteen kiinnitetään huomiota. Kiintymyssuhdeajattelu sekä vuorovaikutus lapsen ja vanhemman välillä ovat hoidon perustana Tyrskyssä. Lapsiperheen arjen harjoittelu, vanhemmuuden vahvistaminen ja perheenjäsenten roolien löytyminen ovat asioita, joita pyritään painottamaan kuntoutusjakson aikana. Perheet asuvat koko kuntoutusjakson ajan Tyrskyssä ja pääsevät osallistumaan yhteisölliseen arkeen. Yhteisöllisyydestä perheet hyötyvät monin eri tavoin, mm. vuorovaikutustaidot ja vastuun ottaminen kehittyvät. Tyrskyssä käytetään lisäksi paljon erilaisia menetelmiä, jotka ovat osa perheiden viikkosuunnitelmaa. (Pelastakaa Lapset ry 2016a.)

2 Lastensuojelu ja lastensuojelun avohuolto

Lastensuojelun tarkoituksena on turvata lapsen oikeus tasapainoiseen ja monipuoliseen kehitykseen, kasvuympäristöön sekä erityiseen suojeluun. Lastensuojelulain mukaan ensisijainen vastuu lapsen hyvinvoinnista on vanhemmilla ja muilla huoltajilla, ja lastensuojelun oleellisin tehtävä on edistää lapsen hyvinvointia ja kehitystä tukemalla vanhempia ja huoltajia järjestämällä palveluita ja tarvittavia tukitoimia. Lapsen ja perheen ongelmien ehkäisy sekä ongelmien riittävän varhainen havaitseminen ja niihin puuttuminen ovat tavoitteita, joihin lastensuojelun tulee pyrkiä. Suomen perustuslaissa on säädetty erikseen lapsen oikeuksista sekä YK:n lapsen oikeuksien yleissopimuksessa, että Euroopan ihmisoikeussopimuksessa, jotka sitovat myös Suomea. Sopimukset velvoittavat asettamaan kaikessa viranomaistoiminnassa lapsen edun etusijalle. Lasten ja perheiden kanssa työskentelevien viranomaisten on tarvittaessa ohjattava perhe ja lapsi lastensuojelun piiriin. (Lastensuojelulaki 417/2007, 1§, 2§, 4§; Mitä on lastensuojelu? 2016.)

Lastensuojelu voidaan jakaa lapsi- ja perhekohtaiseen lastensuojeluun ja ennaltaehkäisevään lastensuojeluun. Lapsi- ja perhekohtaisessa lastensuojelussa lapselle ja perheelle tehdään asiakassuunnitelma sekä toteutetaan avohuollon tukitoimia. Kiireellinen sijoitus ja huostaanotto sekä niiden jälkeinen sijais- ja jälkihuolto kuuluvat myös lapsi- ja perhekohtaiseen lastensuojeluun. Ennaltaehkäisevää lastensuojelua kunta järjestää ilman lastensuojelun asiakkuutta ja sitä toteutetaan muun muassa päivähoidossa, neuvolassa ja opetuksessa. Perhetyötä ja tehostettua perhetyötä voidaan antaa lastensuojelun avohuollon tukitoimena. (Lastensuojelulaki 417/2007, 3§, 3a§, 36§; Perhetyö 2016.)

Uusi sosiaalihuoltolaki, joka astui voimaan 1.4.2015, muutti lastensuojelun asiakkuuden alka- vaksi siitä, kun lastensuojeluasian vireille tulon jälkeen viranomainen on palveluntarpeen ar- vion perusteella todennut lastensuojelun palveluille tarpeen. Aikaisemmin asiakkuus alkoi jo lastensuojeluasian vireille tulosta. Vuonna 2015 lastensuojelun avohuollon asiakkuus oli 73 872 lapsella ja nuorella. (Lastensuojelu 2015, 10.) Avohuollon tukitoimiin on ryhdyttävä, kun on havaittu tarve lastensuojelulle. Lapsen myönteisen kehityksen tukeminen sekä huoltajuu- den tukeminen ja vahvistaminen ovat lastensuojelun avohuollon tukitoimien tavoitteita. Tuki- toimia voivat olla esimerkiksi tuki ongelmatilanteiden ratkaisun avuksi, erilaiset taloudelliset tuet, lapsen hoito- tai terapiapalvelut, tehostettu perhetyö, perhekuntoutus tai muut toimet, jotka tukevat lasta ja tämän perhettä. Avohuollon tukitoimena voidaan järjestää myös sijoit- tusta. Tämä voi olla kuntouttavaa tai tuen tarvetta arvioivaa perhe- tai laitoshoidoa yhdessä vanhemman tai huoltajan kanssa. Lapsi voidaan lyhytaikaisesti myös sijoittaa avohuollon tuki- toimena yksin, jos se on lapsen edun mukaista. (Lastensuojelulaki 417/2007, 36§, 37§.)

2.1 Perhetyö ja -kuntoutus perheen tukena

Tilastokeskus määrittelee perheen muodostuvan samassa taloudessa asuvista avio- tai avoliitossa tai rekisteröityneessä parisuhteessa olevista henkilöistä ja heidän lapsistansa. Perheen muodostaa myös yksi vanhempi ja hänen lapsensa sekä lapsettomat avo- ja avioparit ja parisuhteensa rekisteröineet parit. Mikäli perheessä asuu kotona vähintään yksi lapsi, joka on alle 18-vuotias, määritellään perhe lapsiperheeksi. (Tilastokeskus 2017a.) Suomessa oli perheitä vuoden 2016 lopussa 1 476 000, joista lapsiperheen muodostivat 570 000. 59 prosenttia lapsiperheistä muodostui avioparin perheestä, joka oli vuoden 2016 lopulla yleisin perhemuoto. (Tilastokeskus 2017b.) Noin yksi kolmasosa perheistä ei edusta perinteistä ajatusta perheestä, joka muodostuu kahdesta aikuisesta ja heidän yhteisistä lapsistaan. Tällöin voidaan puhua monimuotoisesta perheestä. Monimuotoinen perhe voi koostua esimerkiksi uusperheestä, jossa kahden aikuisen muodostamassa suhteessa joko toisella tai molemmilla on lapsia aikaisemmasta suhteesta, tai kahden eri kulttuurin muodostamasta perheestä. (Monimuotoiset perheet 2017; Uusperheet 2017.)

Sosiaalihuoltolaissa määritellään, että perhetyötä on annettava erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten terveyden ja kehityksen turvaamiseksi. Perhetyö on sosiaaliohjausta tai muuta tarvittavaa apua, joka tukee asiakasta ja hänen perhettä, sekä heidän voimavarojen vahvistamista ja vuorovaikutuksen tukemista. (Sosiaalihuoltolaki 1301/2014, 18§.) Perheen ei tarvitse olla lastensuojelun asiakas saadakseen perhetyötä, mutta lastensuojelun asiakkaana olevalla lapsella tai perheellä on oikeus saada perhetyötä. Perhetyön tarkoitus on olla kaikenkattavaa, pitkäaikaista ja suunnitelmallista. Sillä pyritään tukemaan vanhemmuutta, ohjaamaan lasten hoidossa ja kasvatuksessa sekä auttamaan arjen hallinnassa. Tarkoituksena on vahvistaa perheen toimintakykyä ja tukea perheen sisäistä vuorovaikutusta. Tärkeää on, että perhe saa tukea jo aikaisessa vaiheessa. Perhetyöllä on myös tärkeä roolin syrjäytymisen ehkäisemisessä. (Perhetyö 2015.)

Perhetyö voidaan määritellä erityispalveluksi, sillä siinä on tarkoituksena määrittää ja rajata tarpeita sekä tuen saajia. Se voi olla ehkäisevää, korjaavaa tai tukena kriisivaiheessa. Ehkäisevässä perhetyössä tarkoituksena on tarjota tukea varhaisten puuttumisen muodossa. Korjaavassa perhetyössä pyritään puuttumaan pitkäaikaisiin ongelmiin, jotta lasten ja vanhempien turvallisuus pystytään takaamaan. Joskus perheet tarvitsevat apua ja tukea yllättävän kriisin sattuessa, tällaisia voivat olla esimerkiksi sairaus, työttömyys tai kuolema. (Rönkkö & Rytönen 2010, 29.)

Pehekuntoutus on yksi perhetyön muodoista (Uusimäki 2005, 205). Se on yksi lastensuojelun avohuollon tukitoimista ja se eroaa asiakkaan kotona tehtävästä perhetyöstä siten, että sitä toteutetaan lastensuojelulaitoksessa. Se on perheille vapaaehtoista ja se voi olla ympärivuoro-

rokautista tai päivällä tapahtuvaa. Kuntoutusta voidaan tarjota perheiden lisäksi myös raskaana olevalle, jolla on ongelmia päihteiden käytön kanssa, ja näin turvata syntymättömän lapsen terveyttä. Perhekuntoutus voi olla työskentelyä avohuollossa tai sitä voidaan käyttää huostaanoton lopetuksessa ja se voi myös olla apuna perheille, joissa on riski, että lapset sijoitettaisiin kodin ulkopuolelle. Perhekuntoutuksen asiakkaana oleville perheille tarjotaan suunniteltua ja tavoitteellista kuntouttavaa toimintaa. Kuntoutuksen perustana ovat perheen sisäisten vuorovaikutussuhteiden tukeminen erilaisten menetelmien avulla, arkeen kuuluvien taitojen harjoittelu ja säännöllisen rytmien vahvistaminen. (Perhekuntoutus 2016.)

3 Vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus

Vuorovaikutus on käsitteenä laaja ja moninainen. Se voidaan määritellä ihmisten välillä tapahtuvaksi tulkinnalliseksi toiminnaksi, johon ihminen tuo oman kulttuurinsa, historiansa ja uskomuksensa. Vuorovaikutuksessa viestitään tärkeäksi koettuja asioita, muodostetaan yhteyttä ja vaikutetaan muihin ihmisiin sekä saadaan omalle toiminnalle palautetta. Vuorovaikutus voi olla ilmeiden, eleiden ja toiminnan havainnoinnin lisäksi viestimistä luovien menetelmien, kuten musiikin ja kuvataiteen kautta. (Vilén, Leppämäki & Ekström 2005, 19, 21; Mönkkönen 2007, 16.)

Vuorovaikutus on tilanneriippuvaista ja jatkuvaa, ja se voidaan jakaa sanalliseen ja sanattomaan viestintään. Sanallinen viestintä kattaa puhutun ja kirjoitetun kielen ja niiden ymmärtämisen, kun taas sanaton viestintä koostuu eleistä ja ilmeistä. Sanattoman viestinnän yhteyteen voidaan liittää myös äänenkäyttöön liittyvät osa-alueet, kuten äänenkorkeus ja painotus. Sanallinen viestintä painottuu usein vuorovaikutuksessa aikuisten välillä. Lapsen käyttäessä hyväkseen kaikkia aistejaan havainnoidessaan toista ihmistä, voivat lapsen havainnot olla puolestaan tarkempia, kun tarkastellaan vuorovaikutustilanteen tunnelatausta. (Vilén ym., 2005, 19-21.)

Ihmisen tarve vuorovaikutukseen ilmenee jo vauvaiässä, ensimmäisen hymyn muodossa. Tunteiden erottamis- ja havaitsemiskyky kehittyy jo kahden kuukauden iästä lähtien ja vauvan vuorovaikutus toiseen ihmiseen on vaikuttava tekijä sekä tunteiden ilmaisussa, että havaitsemisessa. Äidin mielikuvat tulevasta lapsesta jo raskauden aikana ovat kytköksissä äidin ja lapsen vuorovaikutus- ja kiintymyssuhteen muodostumiseen. (Korja 2011, 184-185.) Vauvan ensimmäisten elinkuukausien aikana tapahtuvalla vuorovaikutuksella vanhempien kanssa on merkittävä vaikutus vauvan aivojen ja psyykeen kehittymiselle. Tätä vauvan ja vanhemman välistä vuorovaikutusta kutsutaan varhaiseksi vuorovaikutukseksi ja se kattaa kaiken olemisen ja yhteisen toiminnan vauvan kanssa. Varhainen vuorovaikutus vaikuttaa vauvan kiintymyssuhteen muodostumiseen, johon vaikuttavat merkittävästi myös vanhemman oman kiintymyssuhteen laatu ja kokemukset aikaisemmista läheisistä ihmissuhteista. Muodostuneen kiintymys-

suhteen tyyppi vaikuttaa ihmisen läpi elämän muun muassa tunne-elämään, ihmissuhteisiin ja ajatteluun. Lapsen tai perheen olosuhteiden muutos voi myös vaikuttaa kiintymyssuhteen muuttumiseen. (Punamäki 2011, 108-109, 112; Puura & Mäntymaa 2010; 24, 26-27; Vauva kehittyy vuorovaikutuksessa vanhempien kanssa 2017.)

Lapsen syntymä vaikuttaa myös koko perheen vuorovaikutukseen (Punamäki 2011, 109). Perheenjäsenten tapa olla vuorovaikutuksessa keskenään vaikuttaa lapsen kehitykseen sekä perhesuhteiden laatuun (Hughes 2011, 123). Lastenpsykiatrian erikoislääkäri Marianne Savio väitelti 25.11.2017 tutkimuksestaan, jossa hän tutki perhesuhteita ja vuorovaikutusta lapsen ensimmäisen elinvuoden aikana. Tutkimuksessaan hän havaitsi, että vuorovaikutus oli heikointa vauvan ollessa kuuden kuukauden ikäinen, jolloin myös sekä vanhemmuudessa että parisuhteessa oli eniten haasteita. Myös vanhempien mielikuvat lapsesta olivat puolen vuoden jälkeen vauvan syntymästä negatiivisimmillaan. (Jyväskylän Yliopisto 2017.)

Perheiden sisäistä vuorovaikutusta ja sen merkittävyyttä voidaan tarkastella erilaisten perhetyyppien kautta. Perheenjäsenten tapa olla vuorovaikutuksessa keskenään ja tapa käsitellä ja ilmaista tunteita vaikuttavat siihen, millaisia malleja lapsi saa tunteiden ilmaisuun ja säätelyyn. Perhetyyppit voidaan eritellä tasapainoisiin, etäisiin, ristiriitaisiin ja kriisiytyviin, sekä yhteenkietoutuneisiin perheisiin. Tasapainoisissa perheissä korostuvat hyvien vuorovaikutussuhteiden lisäksi läheisyys ja itsenäisyys. Tällaisissa perheissä lapsi saa malleja erilaisten tunteiden ilmaisuun ja käsittelyyn. Etäisessä perheessä, jossa puuttuu tunnepohjainen läheisyys, erityisesti vanhempien väliltä, voi johtaa siihen, että lapsi pyrkii välttämään tunteidensa ilmaisua ja vetäytyy mielikuvitusmaailmaan. Tämä voi olla riskitekijä lapsen tunne-elämän kehittymiselle ja se saattaa vaikeuttaa kokemusten ja tunteiden jakamista muiden ihmisten kanssa myöhemmin elämässä. (Punamäki 2011, 109-111.)

Ristiriitaiset ja kriisiytyvät perhetyyppit muodostuvat, kun vanhempien kokemukset perheen välisistä suhteista ja tavat ilmaista tunteitaan ovat hyvin erilaiset. Lapsen voi olla vaikea hahmottaa omia tunteitaan ja saattaa kehittää voimakkaita puolustuskeinoja tasapainoillessaan vanhempien ristiriitaisien viestien välillä. Yhteenkietoutuneelle perhetypille ominaista on itsenäisyyden ja rajojen puute vuorovaikutuksessa. Vanhemmat voivat olla ylihuolehtivia lasta kohtaan ja se saattaa aiheuttaa lapsessa vihamielistä käyttäytymistä. (Punamäki 2011, 110-111.) Lindblom ym. (2016, 9) tutkivat aikaisten perhesuhteiden merkitystä lasten tunteiden säätelyyn ja puolustusmekanismeihin. Tutkimuksessa he totesivat, että suuri autonomia niin aviosuhteessa kuin vanhemmuudessa, ennusti lapsen tehokasta tunteiden säätelyä. Vähäinen autonomian määrä näissä suhteissa puolestaan ennusti lapsen turvautuvan epäkyysiin ja neuroottisiin puolustuskeinoihin. (Lindblom ym. 2016, 9.)

Kun lapsen ja vanhemman välinen kommunikaatio on toimivaa, lapsi kokee olevansa turvassa, oppii yhteistyötaitoja sekä ymmärtämään muita ja tulee myös itse ymmärretyksi (Hughes 2011, 123). Vuorovaikutuksessa, jossa aikuinen huomioi päätöksenteossa ja toiminnassa lapsen näkemyksen, on todettu hyödyttävän lasta. Tällä tavoin aikuinen ilmaisee hyväksyntänsä lapsen tekemille aloitteille ja lapsi saa tunteen siitä, että pystyy ilmaisemaan asiansa suoraan. (Rusanen 2011, 80.) Kun vanhemman ja lapsen välisessä kommunikaatiossa molemmat saavat tuoda tunteensa ja ajatuksensa ilmi, on heidän mahdollisuus löytää ymmärrys sekä toisiaan kohtaan, että saavuttaa yhteisymmärrys käsiteltävää asiaa kohtaan. Lapsi myös hyväksyy vanhemman tekemän päätöksen helpommin, mikäli vanhempi on ymmärtänyt ja ottanut lapsen näkökulman huomioon. Vanhemman tulee aidosti kuunnella lasta ja olla hyväksyväinen hänen toiveille. (Hughes 2011, 130.)

Vastavuoroisuus on myönteistä myös lapsen kehityksen kannalta. Kun vanhempi ja lapsi saavat molemmat ilmaista itseään ja kuunnella toista, lapsi oppii, että käsiteltävää asiaa voidaan katsoa eri näkemysten kautta ja tulee myös samalla tietoiseksi omista tunteistaan ja ajatuksistaan. Näin myös lapsen harkintakyky kehittyy ja lapsi omaksuu tavan toimia harkitsevasti myös ilman vanhempien läsnäoloa. (Hughes 2011, 130-131.)

Vanhemmuus on jatkuvaa oppimista ja kasvua. Jokainen vanhempi ja lapsi muodostavat oman tapansa olla vuorovaikutuksessa toistensa kanssa. Vanhempien omat vaikeat kokemukset varhaisessa vuorovaikutuksessa voivat toimia rakennusosina luotaessa riittävän hyvää vuorovaikutussuhdetta oman lapsen kanssa. (Siltala 2011, 16-17.) Riittävän hyvään vuorovaikutukseen lapsen kanssa riittää lapsen perustarpeista, kuten ruuasta, unesta ja hygieniasta, huolehtiminen sekä rakkauden osoittaminen lapselle. Arjen yhteiset hetket esimerkiksi ruokailu, ovat tilanteita, joissa vanhempi ja lapsi voivat kohdata toisensa ja olla vuorovaikutuksessa keskenään. Yhteisen toiminnan ei tarvitse olla päämäärätietoista ja suunniteltua. Tärkeintä on, että lapsi saa tunteen siitä, että vanhempi kokee iloa hänestä ja yhteisestä olemisesta. (Lapsen ja vanhemman varhainen vuorovaikutus 2017.) Vanhemman emotionaalinen läsnäolo vuorovaikutuksessa on kuitenkin lapsen kehityksen kannalta ratkaisevassa tekijässä. Parhaassa tapauksessa vanhempi voi korjata kokemukset omasta lapsuudesta tarkkailemalla lapsensa signaaleja ja tätä kautta myös avartaa lapsen kanssa tapahtuvaa vuorovaikutusta. (Punamäki, 2011, 112.)

3.1 Kiintymyssuhde vanhemman ja lapsen välisen suhteen perustana

Kiintymyssuhdeteoria on englantilaisen psykoanalyytikon ja psykiatrin John Bowlbyn kehittämä teoria, joka perustuu ajatukseen siitä, että lapsella on luontaisesti tarve toiseen ihmiseen (Sinkkonen 2004, 1866), ja että hoivaajan menetys on uhka vauvan kehitykselle (Hautamäki 2011, 29). Vauvan ja häntä hoitavan henkilön välille kehittyy tavallisesti jonkinlainen kiin-

tymyssuhde (Sinkkonen 2004, 1866). Lapsen tarve kokea turvallisuutta johtaa siihen, että hän kiinnittyy lähimpänä saatavilla olevaan aikuiseen, vaikka tämä olisi välinpitämätön, torjuva tai jopa aggressiivinen lasta kohtaan (Sinkkonen 2003, 93). Turvallinen kiintymyssuhde on perusta lapsen kasvulle ja kehitymiselle. Tällöin lapsi pystyy luottamaan siihen, että hoivaaja on hänen turvanaan ja käytettävissään. (Lapsen ja vanhemman kiintymyssuhde 2017.) Kiintymyssuhde voidaan nähdä tärkeimpänä vuorovaikutussuhteena, joka vaikuttaa vauvan kokonaisvaltaiseen kehitykseen (Mäkelä 2003, 117).

Hoivaajalta saatu vuorovaikutus ja hoiva antavat vauvalle kokemuksia, jotka vaikuttavat aivojen kehitykseen. Negatiiviset kokemukset vuorovaikutuksessa voivat rajoittaa eri aivoalueiden hermosolujen yhdentymistä ja johtaa siihen, että lapsen mielen kehitys saattaa vaarantua. Näin ollen varhaisilla kokemuksilla voi olla merkitystä lapsen psyykkiselle kehitykselle. (Mäntymaa & Puura 2011, 18-19.) Mikäli hoivaaja ei vastaa ja auta vauvaa kestämään tunnekokemuksia, lapsi ei vastaisuudessa uskalla tuoda niitä ilmi vuorovaikutussuhteessa, vaan tukahduttaa ne. Näiden kokemusten pohjalta lapsi oppii hyödyntämään sitä käytöstä, joka todennäköisimmin tuo hoivaajan luokseen. Tätä kautta lapsi muodostaa sisäisiä malleja, jotka ohjaavat lapsen toimintaa ja käyttäytymistä myös tulevaisuudessa. (Sinkkonen 2004, 1866.)

Vanhemman omien tunteiden säätely- ja tunnistamisongelmat, voivat johtaa siihen, ettei vanhempi tunnista vauvan tuntemuksia ja säätelyongelma siirtyy vauvaan. Lapsi ei opi havaitsemaan ja tasapainottamaan omia tunnetilojaan, jos vanhempi ei auta lasta niissä. Tämä voi heijastua lapsen aikuisuuteen ajattelumallina, ettei hänellä pitäisi olla tunteita, koska vanhempi ei ole ollut kiinnostunut niistä. (Gerhardt 2007, 36.) Jatkuva vauvan tunnekokemuksiin vastaamattomuus voi altistaa vauvan myös krooniselle stressille ja johtaa siihen, että vauvas- ta voi tulla rauhaton, pelokas tai apaattinen. Jos vauva joutuu toistuvasti rauhoittamaan itse itsensä, saattaa hän jähmettyä dissosiativiseen tilaan, jossa hän vetäytyy omiin maailmoihinsa tai voi kokea epätodellista oloa. (Sinkkonen 2008, 120,125-126). Sinkkosen (2008, 126) mukaan tämä voi olla kytköksissä myös myöhemmin esiintyviin vaikeisiin mielenterveydellisiin häiriöihin.

Mary Ainsworth jatkoi tutkimusta Bowlbyn kiintymyssuhdeteorian pohjalta ja tutki äidin ja lapsen vuorovaikutusta, etsien skeemoja, jotka toistuivat vuorovaikutuksessa. Ainsworth muodosti havainnoistaan tutkimusmetodin, jonka avulla voidaan todeta kiintymyssuhteen tyyppi vuoden ikäisen lapsella. (Sinkkonen 2003, 92.) Nämä kiintymyssuhdemallit voidaan jakaa turvallisesti ja turvattomasti kiinnittyneisiin lapsiin (Sinkkonen 2003, 95; Rusanen 2011, 57). Turvallisesti kiinnittyneet lapset ilmaisevat avoimesti tunteitaan ja luottavat siihen, että hoivaaja on saatavilla tarvittaessa. Stressaavassa tilanteessa lapsi hakee hoivaajalta turvaa ja läheisyyttä, ja jota saadessaan kykenee jälleen palaamaan tutkimaan ympäristöään tai leikkimään. (Hautamäki 2011, 35; Rusanen 2011, 63; Sinkkonen 2003, 94.) Kiintymyssuhde, joka

on muodostunut turvalliseksi, vaikuttaa myönteisesti lapsen kehitykseen, kuten itsesäätelykykyyn, itsetuntoon ja -luottamukseen, sosiaalisiin taitoihin, ongelmanratkaisutaitoihin sekä empatian tuntemiseen (Hughes 2011, 20).

Turvattomaksi muodostunut kiintymyssuhde voidaan erotella Ainsworthin havaintojen perusteella välttelevään tai ristiriitaisen-vastustavaan kiintymyssuhdetyyppiin (Hautamäki 2011, 35; Sinkkonen 2003, 95). Välttelevä suhdemalli kehittyy, kun hoivaaja ei vastaa lapsen tarpeeseen tai hänen toimintansa on vihamielistä vastattaessa lapsen kokemaan hätään. Tällöin lapsi yrittää vaikuttaa hoivaajaansa ja saada tämän lähelleen olemalla passiivinen ja säätelemällä itse omaa tunnetilaansa. Lasten, joiden kiintymyssuhde on muodostunut vältteleväksi, on haasteita ilmaista negatiivisia tunteita ja he välttelevät kontaktia hoivaajan kanssa. Sen sijaan lapsi voi kohdentaa huomionsa ympäristöönsä. (Hautamäki 2011, 35; Rusanen 2011, 65; Sinkkonen 2003, 96.) Vaikka lapsi oppisikin välttelevässä kiintymyssuhteessa säätelemään itseään, voi hän vakavimmassa tapauksessa kadottaa kokonaan kosketuksen tunteisiinsa (Sinkkonen 2004, 1867). Vanhempi, joka on itse kiintynyt välttelevästi, vaimentaa omia tunnekokemuksiaan vanhemmuudesta ja suhtautuu väheksyen lapsen kokemuksiin (Punamäki 2011, 112).

Hoivaajan epäjohdonmukainen reagointitapa lapsen tarpeisiin voi johtaa ristiriitaisen-vastustavaan kiintymyssuhteen syntymiseen. Hoivaajan jättäessä välillä lapsen hädän huomiotta ja välillä siihen vastaten voi johtaa siihen, että lapsi hakee läheisyyttä hoivaajaltaan, mutta samalla tyrmeä hoivan antajan ja voi suhtautua häneen vihamielisesti. (Hautamäki 2011, 36; Rusanen 2011, 67; Sinkkonen 2003, 96.) Lapsi voi kokea, että suotuisin keino saada hoivaajan huomio on liioitella omia tunteitaan ja huomion saatuaan saattaa jopa kiihtyä entisestään, koska kokee ettei kykene muodostamaan käsitystä siitä, miten hoivaaja milloinkin vastaa hänen tarpeisiinsa (Hautamäki 2011, 36; Rusanen, 2011; 67; Sinkkonen 2004, 1867). Vanhemman ollessa itse ristiriitaisesti kiintynyt, voivat stressaavat tilanteet aiheuttaa sen, että lapsen tarpeet unohtuvat ja vanhempi saattaa itse suurennella ja lietsoa kielteisten tunteiden kokemusta (Punamäki 2011, 112).

Myöhemmissä tutkimuksissa on todettu, että osa turvattomasti kiintyneistä lapsista ei sijoitu kumpaakaan näistä kahdesta suhdetyypistä, vaan käyttivät vuorotellen välttelevää ja ristiriitaisen-vastustavaa mallia tai niiden kahden yhdistelmää (Sinkkonen 2003, 96). Tällöin voidaan puhua jäsentymättömästä kiintymyssuhteesta (Rusanen 2011, 68; Sinkkonen 2003, 96). Jäsentymätön kiintymyssuhde voi syntyä puitteissa, joissa lapsen hoivaaja herättää lapsessa sekä turvallisuuden että pelon tunteita (Rusanen 2011, 68; Sinkkonen 2003, 96). Lapsessa tämä voi näyttäytyä pelokkuutena ja lamaantumisenä stressiä aiheuttavissa tilanteissa (Sinkkonen 2004, 1867). Hoivaajaa kohtaan koettu pelko voi aiheuttaa ongelmia lapsen tunne-elämän ja tiedollisten taitojen kehittymiselle ja johtaa ongelmakäyttäytymiseen (Rusanen 2011, 68).

4 0-8-vuotiaan lapsen vuorovaikutustaitojen sekä musiikillisten ja kuvataiteellisten taitojen kehitys

Seuraavassa osiossa käsittelemme 0-8-vuotiaan lapsen kehitystä vuorovaikutustaitojen sekä musiikillisten ja kuvataiteellisten taitojen näkökulmasta. Ohjattua toimintaa suunniteltaessa ja toteuttaessa lapsille tulee ottaa huomioon ikätaso. Tästä syystä olisi hyvä ymmärtää lapsen eri kehitysvaiheita, jotta toiminnan sisältö olisi soveltuvaa lapsen tasoon nähden ja tarjoaisi myös sopivasti haasteita. Myös vanhemman olisi hyvä ymmärtää lapsensa kehityskaarta, jotta hän osaa vastata lapsensa tarpeisiin ikätasoon nähden.

4.1 Vuorovaikutustaitojen kehitys

Lapsella on vauvasta saakka tarve ilmaista itseään ja päästä vuorovaikutukseen vanhempiansa kanssa. Esimerkiksi ilmeet, ääntelyt, käsien huitominen ja potkiminen ovat vauvan tapoja kommunikoida. Vanhemman on tärkeä jutella vauvalle ympärillä olevista asioista, sillä erilaisten asioiden ja tunteiden nimeäminen ovat oleellisia lapsen tunnetaitojen ja kielen kehitykselle myöhemmässä iässä. Vauva alkaa ”juttelamaan” jokelteleamalla noin 2-3 kuukauden ikäisenä, jolloin on tärkeää, että siihen vastataan puheella ja hymyilemällä. 3-4 kuukauden iässä muut vauvat ja lapset alkavat kiinnostamaan ja kuuden kuukauden ikäisenä vauva jokeltelee tutuille ihmisille, itselleen ja leluilleen. 7-9 kuukauden ikäisenä vauva osoittaa asioita ja ojentaa käsiään, jotta pääsisi syliin. Yhdeksän kuukauden paikkeilla vauva ymmärtää joitakin sanoja ja vauvalle tulee kyky muistaa tuttuja ihmisiä ja asioita. Vuoden iässä vauva tapaa ensimmäisiä sanojaan. Yleensä ensimmäiset sanat liittyvät ympäröivään arkeen. Vauva huomaa vanhempansa innostuksen uusista sanoista ja saa lisää tahtoa uusien sanojen oppimiseen. (Vauvan sosiaalinen kehitys 2017.)

Kävelytaidon myötä lapsi alkaa tutkimaan ympäristöään aivan uudella tavalla ja lapselle pitää asettaa uudenlaisia sääntöjä. Sanallinen kielto ei vielä tässä vaiheessa auta, vaan lapsi nostetaan pois sääntöjen vastaisesta tekemisestä. Vuoden ikäinen lapsi vasta opettelee uusia sääntöjä, eikä tee asioita tahallisesti. Lähempänä kahta ikävuotta lapsi alkaa hakemaan rajojaan. Kieltojen lisäksi on kuitenkin tärkeää muistaa kannustaa ja kehua lasta - näin lapsesta kehittyy aktiivinen ja omatoiminen. 1-vuoden iässä lapsi pitää erityisesti yhteisestä tekemisestä vanhempiansa kanssa ja 2-vuotias lapsi usein matkii leikeissään aikuisia ja muita lapsia, mutta ei vielä kuitenkaan jaksu keskittyä tekemiseen pitkäksi aikaa. Pikkuhiljaa leikkeihin alkaa tulla enemmän lapsen omaa mielikuvitusta. (1-2-vuotiaan sosiaalinen kehitys 2017.) Lapselle on tärkeää, että vanhemman syli on saatavilla ja vanhempi on leikkien aikana läheisyydessä, jotta hän kokee olonsa turvalliseksi. Lapsi nauttii erityisesti siitä, kun huomaa vanhempiansa iloitsevan hänen seurastaan. Vuorovaikutus toisen ihmisen kanssa on oleellinen tekijä lapsen minuuden syntymisessä. (Lapsi eri ikävuosina, 5.)

2-3-vuotias leikkii mielellään toisten lasten rinnalla, mutta ei vielä osallistu vastavuoroiseen tekemiseen. Toisten huomioon ottaminen voi lapselle olla vielä vaikeaa, mutta tässä auttaa aikuisen määrätietoisuus - lapselle tulee selittää miksi jokin asia on väärin. Lähempänä kolme ikävuotta lapsi alkaa hiljalleen tunnistamaan ja huomioimaan myös toisten tunteita. Taaperoikäiselle lapselle on tärkeää päästä viettämään aikaa perheensä kanssa ja vanhempiensa kautta lapsi voi peilata millainen hän itse on. (2-3-vuotiaan sosiaalinen kehitys 2017.) 3-vuotias lapsi haluaa jo pärjätä itse, mutta saattaa hermostua nopeasti, jos jokin asia ei onnistu. Omatoimisuudesta huolimatta hän kaipaa edelleen syyliä ja hoivaa. Lapsella saattaa olla uhmaikä, joka on tärkeä ajanjakso oman tahdon ilmaisemisessa ja säätelyssä. Vanhempien asettamat rajat opettavat lapselle mikä on oikein ja väärin, mutta lapsen on tärkeää myös saada tilaa ilmaista itseään ja tahtoaan. Lapsen tunteiden kehitys jatkuu edelleen ja on tärkeää, että vanhempi sanoittaa lapsen tunteita. On tärkeää, että lapsi pääsee jakamaan tunteitaan ja kokee olevansa hyväksyty kiukuttelusta huolimatta. (3-4-vuotiaan persoonallinen kehitys 2017.)

4-5-vuotiaana lapsi osaa ottaa jo paremmin muiden tunteet huomioon sekä osaa tarpeen vaatiessa lohduttaa ja osoittaa myötätuntoa toisia kohtaan. Lapsi leikkii mielellään muiden lasten kanssa pienissä ryhmissä ja leikit alkavat olemaan yhä mielikuvituksellisempia. Riitatilanteissa lapsi ei välttämättä vielä osaa hallita tunteitaan kunnolla, mutta riidat eivät välttämättä enää ole niin fyysisiä, vaan enemmänkin sanallisia. 4-5-vuotias usein vertailee itseään muihin samanikäisiin ja kaipaakin vanhemmiltaan yhä enemmän kannustusta. (4-5-vuotiaan sosiaalinen kehitys 2017.)

Mielikuvitus on edelleen iso osa lapsen elämää, mutta nyt lapsi pystyy paremmin erottamaan, mikä on totta ja mikä ei. 5-vuotias on jo omatoiminen, mutta kaipaa edelleen aikuiselta hoivaa. Lapsi alkaa olemaan myös itsekriittisempi tässä ikävaiheessa, joten asioihin rohkaiseminen ja lapsen hyvistä puolista muistuttaminen ovat tärkeitä asioita. Lapsi alkaa ymmärtämään paremmin omaa sukupuoltaan ja saattaa voimakkaasti samaistua jompaan kumpaan vanhempaansa. On myös tärkeää, että lapsi saa myös muita myönteisiä ihmissuhteita muihin turvallisiin aikuisiin kuin vaan vanhempiinsa tai huoltajiinsa. (5-6-vuotiaan persoonallisuuden kehitys 2017.) Lapsi pohtii paljon erilaisia asioita ja haluaa niihin vastauksia. Lapsi pitää siitä, että pääsee yhdessä pohtimaan ja oivaltamaan asioita aikuisen kanssa. (5-6-vuotiaan älyllinen kehitys 2017.)

6-vuotias kokee tarvetta jo irrottautua vanhemmistaan, mutta samalla on edelleen riippuvainen aikuisesta. On tärkeää, että lapselle asetetaan selkeät säännöt, mutta joiden sisällä hän saa päättää itse joistakin asioista. Lapsi saattaa uhmata sääntöjä, mutta perustellut säännöt ovat tärkeitä lapsen kannalta, sillä ne tuovat selkeyttä arkeen. Vanhempien kanssa vietetty aika on edelleen merkityksellistä lapselle. Lapsen ottaminen mukaan arjen askareisiin antaa

ikätasoon nähden sopivan haastavia tehtäviä ja lapsi kokee tärkeäksi, että saa aikuiselta kiihosta omasta vastuullisuudestaan. 6-7-vuotias haluaa päästä toimimaan ryhmässä ja erityisesti erilaiset sääntöleikit ovat mieluisia. Erilaiset mielikuvitusleikit ovat myös edelleen pinnalla. Ikäistensä seurassa saattaa välillä syntyä riitoja, mutta ne myös yleensä sovitaan nopeasti. Muiden lasten kanssa aletaan muodostaa kaveriporukoita ja ulkopuolelle jäädessä saatetaan tuntee surua tai kiukkua. Ikäistensä seuralla on lapselle suuri merkitys, sillä samalla hän oppii monia tärkeitä vuorovaikutustaitoja, kuten toisen huomioon ottamista ja neuvottelua. (6-7-vuotiaan sosiaalinen kehitys 2017.)

Monet 7-8-vuotiaat lapset ovat jo päässeet harjoittelemaan vuorovaikutustaitojaan muiden ikäistensä kanssa ja osaavat jo toimia ryhmässä. Lapsi viihtyy hyvin ikäistensä seurassa, mutta tarvitsee edelleen aikuisen turvaa. Hän ei kuitenkaan tarvitse enää aikuisen ohjausta samalla tavalla, vaan lapsen oma arvostelukyky kehittyy. Lapsi haluaa kokea kuuluvansa ryhmään ja tulevaisuuden hyväksytyksi - kavereiden mielipiteillä on paljon vaikutusta siihen, miten lapsi ajattelee. Empatiakyky kehittyy koko ajan ja lapsi osaa yhä paremmin ottaa toiset ihmiset huomioon. Lapsen omatunto kehittyy ja hän saattaa olla erityisen altis kritiikille. Lapsi pohtii omaa ihannetta itsestään ja usein esikuvana saattaa olla joku läheinen aikuinen. Toisista lapsista kanteleminen voi olla merkki siitä, että lapsi haluaa varmistusta siitä, että on itse ymmärtänyt säännöt oikein. Säännöt antavat lapselle turvallisuuden tunteen. (7-9-vuotiaan sosiaalinen kehitys 2017.)

4.2 Musiikillinen ja kuvataiteellinen kehitys

Musiikilla ja erilaisilla äänillä on iso merkitys jo lapsuuden varhaisessa vaiheessa. Vauvaa parhaiten rauhoittavat äänet, jotka ovat tuttuja kohdussa olemisen ajalta, esimerkiksi äidin ääni. Kuukauden ikäisenä vauva pystyy kuulemaan jo tarkasti ja kääntää katsettaan ääntä kohti ja 5-6-kuukauden iässä lapsi pystyy kääntämään itsensä ääntä kohti. Usein vauva viihtyy paremmin ympäristössä, jossa on rauhallisia ääniä kuin sellaisessa, jossa on täysi hiljaisuus. (Vauvan aistien kehitys 2017.) 1-2-vuotiaana lapsi alkaa kiinnostumaan musiikista ja aikuisen kanssa voidaan yhdessä lähteä esimerkiksi liikkumaan tai taputtelemaan musiikin mukana (1-2-vuotias ja median käyttö 2017). 2-3-vuotiaan mieleen ovat erityisesti lorut ja musiikki, ja lapsi saattaa laulaa mukana tai tanssia musiikin tahdissa. Myös yksinkertaiset rytmisoittimet ovat taaperon mielestä kiinnostavia. (2-3-vuotias ja median käyttö 2017.)

Yksinkertaisten laulujen laulaminen onnistuu jo 3-4-vuotiaalta. Laulu- ja musiikkileikit ovat lapselle mieluisia - niiden avulla lapsi myös oppii myös sanoja ja erilaisia säveliä. 4-5-vuotiaana lapsen laulamien laulut alkavat olemaan aikaisempaa monimutkaisempia ja hän osaa tunnistaa eri säveliä. Lapsi nauttii erilaisten rytmisoittimien soittamisesta ja tanssimisesta. (Einon 2003, 103.) 5-6-vuotiaana lapsen kielen kehitys on huipussaan ja hän kykenee laula-

maan paljon erilaisia lauluja - myös yksinkertaiset vieraskieliset laulut onnistuvat. Äänen käyttö on kontrolloitua ja luovaa, ja erilaisten laulujen kautta lapsen kielellisyys ja käsitteiden tunnistaminen vahvistuvat. Lapsi pystyy hahmottamaan erilaisia rytmejä ja osaa kertoa minkälaisia mielikuvia soittimien äänet tuottavat. 7-8-vuotiaalle taiteelliset elämykset ja oman ilmaisutavan löytäminen ovat tärkeitä. Lapsen hienomotoriikka ja koordinaatiokyky ovat jo hyvin kehittyneitä ja niitä voidaan harjoitella lisää esimerkiksi erilaisilla musiikkisoittimilla. Lapsen muistin ja mielikuvituksen kehittyminen mahdollistaa tuttujen laulujen kertaamisen sekä omien laulujen keksimisen. Lapsen on mahdollista opetella lukemaan äänipartituureja ja -kuvia sekä ymmärtämään erilaisia musiikin dynamiikkaan ja tempoon liittyviä termejä. (Hongisto-Åberg, Lindeberg-Piiroinen & Mäkinen 1993, 48-51, 76, 78, 81-82.)

Vastasyntynyt vauva ei vielä näe kovin tarkasti, mutta näköaistin kehityksen kannalta erilaiset näköaistimukset ovat tärkeitä. Vastasyntynyt katselee mielellään kasvoja ja vauvaan pystyy saamaan katsekontaktin noin 2-3 viikon ikäisenä. Ympyrät ja neliöt alkavat ensimmäisinä perusmuotoina kiinnostamaan vauvaa ja kahden kuukauden iässä kiinnostuksen herättävät värikkäät kuviot. Kolmen kuukauden iässä vauva pystyy jo seuraamaan asioita katseellaan ja katselemaan omia käsiään. 5-6 kuukauden ikäinen pystyy siirtämään katseensa asiasta toiseen ja yhdeksän kuukauden ikäisenä vauva pystyy jo tarttumaan esineisiin ja siirtelemään niitä. (Vauvan aistien kehitys 2017.)

1-2-vuotias alkaa kiinnostumaan kuvien katselemisesta eri tavalla kuin aikaisemmin. Kuvien ja vanhemman avustuksella lapsi oppii nimeämään asioita ja perustunteita, ja kiinnostuu lyhyistä kuvitetuista saduista. (1-2-vuotias ja median käyttö 2017.) Kahden vuoden iässä lapsi osaa jo pinsettioitetta käyttäen tehdä jälkeä värikynillä ja -liiduilla sekä piirtää valmiiksi piirretyn viivan mukaisesti. Lapsi pitää kirjoissa olevien kuvien tarkastelusta ja osoittelee niitä. Lähempänä kolmea ikävuotta lapsi piirtää jo erilaisia kuvioita, kuten ympyröitä. Kiinnostus lisääntyy myös erilaisia materiaaleja kohtaan ja lapsi nauttii esimerkiksi saven ja hiekan kanssa leikkimisestä. Motoriset taidot ovat kehittyneet sen verran, että esimerkiksi paperin leikkaaminen ja yksinkertaisten palapeliä tekeminen onnistuu. (Einon 2003, 28, 30.)

3-4-vuotiaana lapsen motoriset taidot kehittyvät yhä enemmän - saksilla leikkaaminen ja yksinkertaisen kuvan piirtäminen mallista onnistuvat hyvin. Piirustukset eivät ole enää vaan pelkkää tuherrusta, vaan niissä on havaittavissa kuvioita. (Einon 2003, 32, 34.) 4-5-vuotias tunnistaa yleensä hyvin päävärit, ja piirustukset alkavat olemaan yksityiskohtaisempia ja niitä pystyy helposti tunnistamaan erilaisia hahmoja ja esineitä (4-5-vuotiaan älyllinen kehitys 2017; Einon 2003, 36). 5-vuotias saattaa osata jo kirjoittaa oman nimensä ja joitakin kirjaimia (Einon 2003, 38).

5-6-vuotias lapsi kokee tärkeäksi, että pääsee leikkimään ja luomaan vapaasti. Vapaasti tekeminen kehittää lapsen oppimiskykyä, omatoimisuutta, suunnitelmallisuutta ja älykkyyttä. (5-6-vuotiaan älyllinen kehitys 2017.) 5-6-vuotiaan piirustuksissa on havaittavissa hahmoja ja esineitä vielä enemmän kuin aikaisemmin ja väritys on siistimpää, vaikka saattaakin mennä vielä ääriviivojen yli. Lapsi osaa käyttää kynää hallitummin piirtäen yhdistelemällä pisteitä tai mallista erilaisia kuvioita. (Einon 2003, 40.) 6-8-vuotiaan lapsen koordinaatiokyky ja hienomotoriikka ovat jo hyvin kehittyneet ja niitä voidaan kehittää esimerkiksi askartelemalla eri tavoin (Hongisto-Åberg ym. 1993, 51).

5 Luovat menetelmät

Luovia menetelmiä on alettu hyödyntämään yhä enemmän sosiaalialalla viime vuosina. Taide voi olla apuna kommunikaatiossa, itsensä ilmaisemisessa ja asioiden jäsentämisessä. (Taidelähtöiset menetelmät 2015.) Taiteen avulla saadaan myös iloa ja virikkeitä arkeen, ja sillä on tutkitusti positiivisia vaikutuksia ihmisen hyvinvoinnille. Taide tuottaa elämyksiä ja iloa, edistää yhteisöllisyyttä ja verkostoitumista sekä lisää ympäristön viihtyvyyttä. Taiteella ja hyvällä terveydellä katsotaan olevan yhteys. (Malte-Colliard & Lampo 2013, 5-8.) Tarja Mustalahti (2006) korostaa pro gradu -tutkielmassaan, että taide vaikuttaa etupäässä tietoisuuteen ja mieleen. Taide voi tuoda pintaan sellaisia tunteita, joita ei sanallisesti pysty ilmaisemaan. (Mustalahti 2006, 56.) Monet asiat tukevat sitä, että luovilla menetelmillä todella on vaikutuksia hyvinvointiin. Luovassa toiminnassa keskitytään hetkeen, jonka aikana usein arkiset asiat unohtuvat. Samalla pääsee turvallisesti harjoittelemaan itselleen uusia asioita ja pääsee näkemään, että välillä myös virheistäkin voi syntyä jotakin upeaa. Samalla myös epävarmuudensietokyky paranee. (Airaksinen, Ala-Vannesluoma, Karkkulainen, Kastu & Pirhonen 2015, 11.) Taidetta ja luovia toimintoja apuna käyttäen voidaan oma sisäinen maailma siirtää ulkoiseksi ja tuoda näkyväksi pelkoja, toiveita ja unelmia. Käytettäessä taidetta terapeuttisesti, oleellista on itse prosessi, jossa ihmisen sisäinen ja ulkoinen maailma kohtaavat. Taiteen kautta voidaan tulla tietoiseksi oman kehon kielestä sekä oppia tulkitsemaan mielikuvia, joiden avulla voidaan siirtää niistä esiin nousseet viestit osaksi elämää. (Ahonen 1994, 65.)

Luovat menetelmät voivat olla hyvänä tukena vuorovaikutuksen vahvistamisessa. Mitä enemmän itsensä ilmaisemiselle on mahdollisuuksia, sitä enemmän pystytään käsittelemään erilaisen kokemusten tuottamia ajatuksia ja tunteita. (Hynninen 2016, 39.) Jos keskustelumenetelmät eivät tunnu auttavan yksistään, voi luovista menetelmistä olla hyvinkin apua. Tekemisen kautta lapsen tai perheen tunteet, arvot ja asenteet voivat tulla paremmin ja helpommin esille. (Asikainen 2015, 6.) Luovan toiminnan kautta saadut onnistumisen kokemukset tukevat lapsen itsetuntoa sekä toiminnan kautta vuorovaikutustaidot kehittyvät. Luova tekeminen voi olla lapselle, ja miksi ei aikuisellekin, tutkimusmatka omaan minäänsä. (Pentikäinen 2006, 28, 32.) Vuonna 2011 toteutetussa Myrsky-hankkeen Nuoret taiteen tekijöinä -tutkimuksessa tutkittiin, miten taiteen tekeminen rakentaa nuorten hyvinvointia. Tutkimuksessa todettiin tai-

teen tekemisen parantavan muun muassa tyytyväisyyttä, itseluottamusta, ilmaisutaitoja ja yhteisöllisiä taitoja. (Siivonen, Kotilainen & Suoninen 2011, 20, 136.)

Vaikka toimintamme ei ole taide- tai musiikkiterapiaa, voidaan monia terapian elementtejä ja menetelmiä hyödyntää, kun ohjataan luovia menetelmiä sosiaalialalla. Känkänen (2013, 10, 33) on tutkimuksessaan pyrkinyt hakemaan perusteluja, miksi taidelähtöiset menetelmät soveltuvat lastensuojelun parissa työskentelyyn ja korostaa, että luovan toiminnan kautta voidaan saada terapeuttisia vaikutuksia aikaan. Myös omasta kokemuksesta tiedämme, että musiikilliseen ja kuvataiteelliseen toimintaan osallistuminen voi olla terapeuttinen kokemus ja herättää monenlaisia tunteita. Luovaa toimintaa ohjatesa meidän tulee osata ottaa vastaan asiakkaassa mahdollisesti heränneet tunteet ja käsitellä niitä asiakkaan niin halutessa. Ohjaamisen aikana emme myöskään saa tehdä tulkintoja asiakkaasta sen perusteella mitä esimerkiksi käytetty musiikki meissä itsessämme ohjaustilanteessa herättää (Vilén ym. 2002, 225). Tärkeintä luovassa toiminnassamme on itse prosessi, eikä niinkään lopputulos.

Taideterapiaprosessin kulku voidaan jakaa kuuteen vaiheeseen, jotka vuorottelevat ja voivat olla prosessin aikana myös päällekkäin keskenään. Nämä vaiheet ovat aloitus, virittäytyminen, työskentely, liittäminen ja lopetus. Aloitusvaiheessa tarkoituksena on pysähtyä hetkeen ja tunnustella omaa psyykkistä ja fyysistä olotilaa. Taidetta voidaan hyödyntää aloituksessa tunteiden ja ajatusten ilmaisemisen keinona tai sanallistajana. Virittäytyminen tapahtuu ennen itse työskentelyyn siirtymistä lämmittelevänä harjoituksena, ja sen tarkoituksena on johdattaa asiakas työskentelyyn ja helpottaa sen aloittamista. Virittäytymistä seuraa itse taidetyöskentely ja jakamisvaihe, jossa valmiita töitä ja niiden sisältöä ja elementtejä tutkitaan ja niistä keskustellaan. Liittämisenvaiheessa pyritään löytämään luovassa prosessissa syntyneiden kokemusten ja jakamisen kautta, sekä valmiista töistä yhtymäkohtia omaan elämään liittyen. Taideterapiassa voidaan lopetusvaiheessa keskustella asiakkaan kanssa siitä, onko työskentelyn aikana tapahtunut muutosta näkökannassa tai olotilassa. (Rankanen, Hentinen & Mantere 2007, 92-97.)

Vaikka aiemmin totesimme, että toimintamme ei ole taideterapiaa, hyödynnämme toiminnassamme terapiaprosessin elementtejä, kuten aloitusta, virittäytymistä ja lopetusta itse työskentelyvaiheen lisäksi. Nämä ovat myös vaiheet, joiden olemme oppineet olevan tärkeitä luovien opintojen harjoitteissa, joihin olemme itse opintojemme aikana osallistuneet. Tässä opinnäytetyössä paneudumme erityisesti musiikin ja kuvataiteen käyttöön. Luovat menetelmät eivät kuitenkaan rajaudu pelkästään näihin kahteen, vaan esimerkiksi draaman sekä liikunnan ja tanssin menetelmiä voidaan hyödyntää osana luovaa toimintaa.

5.1 Kuvataide

Kuvataiteella on pitkä historia - vanhimmat löydetyt luolamaalaukset ovat noin 32 000 vuotta vanhoja. Kuvataidetta on käytetty vuosien saatossa moniin eri tarkoituksiin. Mesopotamian ja Egyptin faaraoilla se oli heidän valtansa visualisoimista. Keskiajalla kuvataidetta käytettiin opetuksen apuna, sillä suurin osa väestöstä ei osannut lukea. Omana käsitteenään kuvataide on lähtöisin Italian renessanssin ajalta 1400-1500-luvulta, jolloin on löydetty ensimmäisiä signeerattuja teoksia. Tyyli on muuttunut ja kehittänyt vuosien saatossa rokokoon kuvataiteesta aina surrealistiseen tyyliin asti. Kuvataidetta on käytetty historiansa aikana muun muassa tiedonvälitykseen, propagandaan, tapahtumien kuvaamiseen, kannanottoon ja nautintoon. (Lieppinen 2011, 11.)

Mielikuvat vaikuttavat päivittäin tunteisiimme ja tapaamme reagoida. Ne voivat aiheuttaa pelkoa ja ahdistusta, mutta myös tuottaa mielihyvää. Kun tuotetaan kuvaa paperille tai jollekin muulle materiaalille, henkilö saa mahdollisuuden kokeilla tehdä toivottua muutosta esimerkiksi maalaamalla tai piirtämällä. Kuvataiteen avulla on mahdollista käsitellä jotakin tapahtumaa, prosessoida tunteita tai tarkentaa ajatuksia. Sen avulla voidaan tehdä käsin koskettavia tuotoksia, joita on mahdollista muokata fyysisesti. (Malchiodi 2003, 32-34.) Kuvataideterapeutti Pirkko Hämäläinen kertoi Nuori Lääkäri -lehden haastattelussa, kuinka kuvataideterapiaan yleensä lähetetään sellaisia henkilöitä, joilla on vaikeuksia ilmaista itseään sanallisesti. Hänen mukaansa kuvaa voidaan käyttää instrumenttina sanallisen ilmaisun lisäksi ja sen avulla henkilö voi saada kosketuksen omiin tunteisiinsa ja minäänsä. (Männikkö 2014.)

Eri taideterapiaoppaissa ja taideterapiaan liittyvistä tutkimuksista löytyy teoriaa, jonka avulla pystytään perustelemaan kuvataiteen positiivisia vaikutuksia. Kun puhutaan vanhemman ja lapsen välisestä vuorovaikutuksesta, on vaikea olla sivuuttamatta kiintymyssuhdeteoriaa. Malchiodi (2003, 34) käsittelee Taideterapian käsikirjassa, kuinka kuvataiteesta voi olla merkittävää apua kiintymyssuhteeseen liittyvissä ongelmissa. Taideterapian avulla saattaa olla jopa mahdollista kehittää uudelleen normaaleja kiintymyssuhteita sekä auttaa lapsen ja vanhemman välistä hyvää vuorovaikutusta. Kiintymyssuhteen ja vuorovaikutuksen tukeminen kuvataiteen avulla perustuu siihen, että luovan toiminnan ei-kielellisyys on verrattavissa siihen, kuinka vanhemman ja lapsen varhaisessa vuorovaikutuksessa sanat eivät olleet vielä merkittävässä roolissa. Ei-kielellisyyden ansiosta aivot pystyvät kehittämään uusia malleja, jotka tukevat tervettä kiintymyssuhdetta ja vuorovaikutusta. (Malchiodi 2003, 34-35.)

Kuvataiteella voi olla paljon positiivisia vaikutuksia työskennellessä perheiden kanssa. Kun perhe osallistuu taiteelliseen toimintaan yhdessä, saavat kaikki jäsenet puheenvuoron. Nuorimmat lapset eivät välttämättä pysty ilmaisemaan itseään vielä kielellisesti, mutta pystyvät kuvataiteen avulla osallistumaan toimintaan tasa-arvoisesti. Tunteita ja ajatuksia voi olla

helpompi ilmaista kuvataiteen avulla ja se antaa perheenjäsenille mahdollisuuden olla vuorovaikutuksessa keskenään aivan uudella tavalla. (Riley & Malchiodi 2003, 428.) Oreniuksen (2014, 3) mukaan vuorovaikutus perustuu siihen, että nähdään ja tullaan nähdyksi, ja näkeminen on juuri se, jolla ensisijaisesti kohdataan kuvataidetta. Taide voi kuitenkin olla myös moniaistinen kokemus, jonka voi tuntea koko kehossaan. (Orenius 2014, 2-3.) Kuvataiteen tekemisen kautta lapsen hieno- ja karkeamotoriikka sekä hahmottaminen saavat harjoitusta. Lapsen kognitiiviset taidot kehittyvät, sillä kuvaa tuottaessa tarvitaan suunnittelua, keskittymistä ja valintojen tekemistä. (Pentikäinen 2006, 31-33.)

5.2 Musiikki

Musiikki on ihmiskunnan historiassa vanhimpia itsensä ilmaisun keinoja. Tarvetta vuorovaikutukseen ja kommunikointiin voidaan pitää yhtenä perustana musiikin synnylle. (Ahonen 1993, 25-26.) Ensimmäiset musiikilliset elementit ihminen kokee jo ollessaan äidin kohdussa ja noin kuuden kuukauden ikäinen sikiö alkaa havaita ääniärsyksiä kohdun sisä- ja ulkopuolelta. Rytmi on ensimmäinen musiikillinen elementti, johon sikiö tutustuu äidin sydämen sykkeen ja puheen kautta. (Sinkkonen 2009, 289; Ahonen 1993, 43.) Voidaankin ajatella, että musiikin osatekijät ovat meissä pitkälti sisäänrakennettuina ja sen vuoksi musiikki saattaa myös olla monelle luontainen keino ilmaista itseään ja tunteitaan.

Musiikkia voidaan tarkastella monesta eri näkökulmasta käsin. Musiikin on todettu vaikuttavan ihmiseen fyysisesti ja psyykkisesti, esimerkiksi kipua, stressiä ja lihasjännitystä vähentämällä, sekä mielikuvien ja tunne- ja mielihyvänkokemusten herättäjänä. Niin aktiivinen kuin passiivinenkin musiikillinen toiminta tai osallisuus herättää ihmisessä useita fyysisiä reaktioita. (Ahonen 1993, 50, 54, 118-119; Bojner-Horwitz & Bojner 2007, 50, 53; Jordan-Kilkki, Kauppinen & Korolainen-Viitasalo 2012, 39).

Särkämön ym. (2008, 869) tutkimuksessa musiikin kuuntelusta keskivaikean aivoinfarktipotilaiden kuntoutuksessa havaittiin, että musiikin kuuntelu aikaisessa vaiheessa infarktin jälkeen voi ehkäistä negatiivista mielialaa ja edistää kognitiivista toipumista. Kahden kuukauden jälkeen ne potilaat, jotka kuuntelivat lempimusiikkiansa päivittäin yhdestä kahteen tuntiin, osoittivat suurempaa edistymistä sanallisessa muistissa ja keskittymisessä sekä kokivat vähemmän masentuneisuuden tunteita kuin verrokkipotilaat, jotka eivät kuunnelleet musiikkia. (Särkämö ym. 2008, 869.)

Ahosen (1993, 56) mukaan musiikin avulla voidaan nostaa tietoisuuteen ihmisen piilotajunnassa olevia asioita sekä työstää niitä. Tähän myös perustuu musiikin terapeuttinen vaikutus. Musiikin tarjoaman symbolisen kielen avulla ihminen voi ilmaista ja käsitellä niin positiivisia kuin negatiivisia tunteitaan sekä luoda subjektiivisia mielikuvia ja merkitysyhteyksiä. Näiden

musiikin esiin nostamien mielikuvien ja tuntemusten kautta musiikilliset kokemukset voivat toimia impulssina ja auttaa ihmistä oivaltamaan asioita. (Ahonen 1993, 56-58; Saarikallio 2009, 226; Leino 2011, 39.)

Saarikallio ja Erkkilä (2007, 99-100, 103-104) tutkivat musiikin roolia nuorten mielialan säätelyssä ja totesivat, että musiikki oli nuorille keino purkaa ja ilmaista tunteitaan. Musiikki toimi nuorille tehokkaana keinona purkaa vihan, surun ja masentuneisuuden tunteita. Tunnekokemusten ja viihdearvon lisäksi musiikki toimi nuorille voimavarojen antajana ja palautumiskeinona sekä heijastuspintana omille tunteille ja kokemuksille. Tutkimuksessa myös todettiin, että musiikki auttoi nuoria selkeyttämään ja kohtaamaan ajatuksiaan ja tunteitaan, sekä käymään läpi sisäisiä ristiriitoja ja henkilökohtaisia ongelmia. Tällainen psyykkinen työskentely auttoi nuoria myös parantamaan itsetuntemustaan ja ymmärtämään syvemmin heitä huolettavia ajatuksia. (Saarikallio ym. 2007, 99-100, 103-104.)

Musiikkiterapiaa käytetään hoito- ja kuntoutusmuotona, jossa ihmisten välisessä vuorovaikutusprosessissa hyödynnetään musiikkia ja sen elementtejä. Muun muassa laulaminen, musiikin kuuntelu ja soittaminen, improvisointi, musiikkimaalaus sekä liikkeen ja musiikin yhdistäminen ovat menetelmiä, joita käytetään musiikkiterapiassa. (Ahonen 1993, 37, 155; Bojner-Horwitz ym. 2007, 131; Vilén ym. 2002, 220, 223, 225; Suomen musiikkiterapiayhdistys 2015.)

Musiikkimaalauksessa yhdistyvät kuvataiteen ja musiikin käyttö. Asiakas joko piirtäen tai maalaten kuvaa värien ja muotojen kautta niitä tunteita ja ajatuksia, mitä musiikin kuuntelu hänessä nostaa esiin. Musiikin herättämät mielikuvat ovat sisältökokonaisuuksiltaan aina yksilöllisiä, jotka ihminen voi itse ymmärtää. Omaa sisäistä kokemusta voi olla helpompi tarkastella ja ymmärtää, kun siitä tehdään visuaalinen tuotos. (Ahonen 1993, 196-197.) Itsensä ymmärtäminen auttaa myös ymmärtämään muita ihmisiä (Ahonen 1994, 58). Musiikkimaalaus mahdollistaa myös tunteiden purkamisen ja ihmisen itsekontrolli voi muuttua sallivammaksi kohtaamaan musiikin nostattamia tunteita (Ahonen 1993, 196-197). Musiikin herättämät mielikuvat voivat olla jaettuja, jolloin esimerkiksi läheisissä vuorovaikutussuhteissa olevat voivat muodostaa musiikin avulla samankaltaisen sisäisen tai ulkoisen kokemuksen (Ahonen 1994, 82). Tämä jaettu kokemus myös voi auttaa ymmärtämään toista ihmistä paremmin.

Soittamisessa ja improvisaatiossa musiikki toimii sanattomana kielenä, jonka tarkoituksena on ilmaista ajatuksia ja tunteita sekä aikaansaada vuorovaikutusta. Improvisaatiossa ihminen soittaa mitä ja miten haluaa, ja sitä kautta vapauttaa ja purkaa tunteitaan. Luovan prosessin tapahtuminen on improvisaation tarkoituksena, ei niinkään ihmisen soittotaidot. (Ahonen 1993, 200-202.) McIntyren tutkimuksessa (2009, 263, 267) musiikkiterapian vaikutuksia perheterapian yhteydessä hän totesi, että joillakin perheillä yhteinen musisointi edesauttaa perheen yhteisöllisyyden ja kommunikoinnin löytämisessä. McIntyren mukaan yhteinen soittami-

nen auttoi perheenjäseniä keskittymään, vähensi stressiä sekä tuki perheen vuorovaikutusta ja auttoi vakiinnuttamaan vanhempien rooleja. Tutkimuksessa yhteinen soittaminen tapahtui rummuilla. (McIntyre 2009, 263, 267.)

Musiikki ja liike ovat myös vahvasti kytköksissä toisiinsa. Molemmat ovat olleet keskeisessä roolissa ihmisten välisessä viestinnässä ja rituaaleissa, parantamis- ja hedelmällisyysrituaaleista aina häihin ja hautajaisiin. Musiikkia ja liikettä yhdistettäessä musiikin kuulija ilmaisee kehonsa avulla musiikin herättämiä tunteita. Liikkuessa musiikin nostattaminen tuntemuksien mukaan, ihminen voi lisätä itsetuntemustaan ja käsitystä omasta kehostaan havainnoimalla itseään toiminnan aikana. (Ahonen 1993, 214-215.) Näin ollen musiikki ja liike voivat tukea ja syventää toistensa vaikutuksia (Bojner-Horwitz ym. 2007, 47). Tunteiden purkamisen ja ilmaisemisen lisäksi musiikkiliikunnan avulla voidaan lisätä ryhmässä tapahtuvaa vuorovaikutusta sekä käydä läpi erilaisia vuorovaikutustilanteita (Ahonen 1993, 215). Myös lapsen kanssa tapahtuvaa vuorovaikutusta voidaan laajentaa ja tehostaa musiikkiliikunnan keinoin. Sanatonta ja sanallista viestintää tapahtuu lapsen kanssa laulettaessa, liikuttaessa ja loruillemalla. (Jun-tunen, Perkiö & Simola-Isaksson 2010, 40.)

Ihmisen omalla äänenkäytöllä voi olla myös hyvin terapeuttisia vaikutuksia. Äänen värähtelyn voi tuntea kehossaan ja värähtelyn havaitsemisen kautta ihminen tulee tietoiseksi itsestään. Äänen tuottamisen kautta ihminen voikin päästä kosketuksiin itsensä kanssa tai olla vuorovaikutuksessa toiseen ihmiseen, esimerkiksi laulamisen avulla. (Ahonen 1993, 210; Vuori & Laitinen 2005, 12, 18-19.) Eri äänenkorkeudet tuntuvat kehossa eri alueilla ja äänen värähtely vaikuttaa ihmiseen solutasolla asti, tuottaen vaikutuksia niin kehoon kuin mieleenkin. Toiselle ihmiselle laulettaessa ääni värähtelee myös hänen kehossaan ja äänen voidaan katsoa olevan syvällistä toisen koskettamista. Kosketuksen ja äänen yhdistäminen myös vahvistavat toistensa vaikuttavuutta. Rauhallinen ja toistuva ääni sekä kosketus saavat aikaan rauhoittavan vaikutuksen, erityisesti jos käytetään yhtä ääntä ja vokaalia. (Vuori ym. 2005, 21, 24-25.) Vanhempien äänet lisäävät eniten vauvan kokemaa turvallisuudentunnetta (Rikala 2008, 34).

6 Suunnittelu

6.1 Työpajojen suunnittelu

Asiakasperheille suunnattujen työpajojen tavoitteena oli tukea luovien menetelmien avulla vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta sekä antaa ideoita, mitä lapsen kanssa voisi tehdä kotona. Työpajat suunniteltiin ajatellen 3-8-vuotiaita lapsia, sillä Tyrskyssä oli usein ollut tämän ikäisiä lapsia, mutta toiminta olisi myös sovellettavissa vanhempien ja nuorempien lasten kanssa. Tyrskyn työntekijät olivat etukäteen kysyneet perheiltä heidän halukkuutta osallistua työpajoihin. Ajatuksena oli, että toimintaa suunniteltaessa ja ohjattaessa pääsimme itse kokeilemaan menetelmien toimivuutta käytännössä juuri kyseisen asiakasryhmän

kanssa. Työntekijöille suunnatun työpajan tavoitteena oli näyttää miten oppaassa käsiteltyjen musiikin ja kuvataiteen menetelmiä voidaan hyödyntää asiakastyössä, vaikka aikaisempaa kokemusta luovista menetelmistä ei olisi. Työntekijöille ohjatun toiminnan taustajatuksena oli, että oppaassa olevia menetelmiä olisi helpompi lähteä toteuttamaan tulevaisuudessa, kun niitä olisi jo kerran päässyt itse kokeilemaan. Työpajojen suunnittelulle ja toteutukselle saimme vapaat kädet Tyrskyltä. Työpajojen sisältö suunniteltiin syyskuussa.

Asiakkailla suunnattujen työpajojen onnistumisen kriteereinä oli, että toimintaan olisi helppo osallistua, ja että vanhempi ja lapsi pääsisivät työskentelemään yhdessä. Työntekijöille suunnatun työpajan onnistumisen kriteereinä oli, että menetelmät herättäisivät keskustelua ja antaisivat uusia ideoita työntekijöille. Työpajoja suunniteltaessa laadimme arviointikysymykset, joiden perusteella arvioisimme niille asetettujen tavoitteiden onnistumista. Arvioimme asiakasperheille suunnattuja työpajoja seuraavan arviointikysymyksen avulla: Onko toiminta ollut perheille vuorovaikutusta tukevaa, matalan kynnyksen toimintaa? Työntekijöille suunnattua toimintaamme arvioimme seuraavan arviointikysymyksen avulla: Ovatko työntekijät saaneet uusia ideoita ja kokevatko he, että luovia menetelmiä on helppo soveltaa eri asiakasperheiden kanssa? Palaute toiminnasta kerättäisiin suullisesti aina toimintakertojen päätteeksi. Työpajat suunniteltiin olemaan kestoltaan tunnista puoleentoista tuntiin. Tämä oli aika-haarukka, joka sopi Tyrskyn muun päiväohjelman sisälle ja kesto oli myös sopiva pajojen sisältöä ajatellen.

Lähtiessämme suunnittelemaan työpajojen sisältöä, kirjasimme ylös menetelmiä, joiden kriteereinä olivat musiikin ja kuvataiteen lisäksi vuorovaikutteisuus sekä sovellettavuus eri ikäisille. Näistä menetelmistä valitsimme mielestämme sopivimmat oppaisiin, joista lisäksi valitsimme työpajoissa käytetyt menetelmät. Menetelmät työpajoihin valikoituivat sen perusteella, että osa niihin tarvittavista materiaaleista oli saatavilla Tyrskystä ja osa oli helposti lainattavissa oppilaitoksesta. Esimerkiksi Tyrskyssä oli valmiiksi maalaustarvikkeita ja oppilaitoksesta oli mahdollista lainata rytmisoittimia. Osa työpajoissa käytetyistä menetelmistä valikoitui myös sen perusteella, että emme itse olleet aikaisemmin ohjanneet niitä ja halusimme saada näistä menetelmistä ohjauskokemuksen. Lisäksi halusimme myös onnistumisen kokemuksia ohjaamisesta, joten valitsimme mukaan myös meille entuudestaan tuttuja menetelmiä, joita pystyisimme ohjaamaan itsevarmalla otteella.

Työpajojen toimintaa suunnitellessamme mietimme toiminnan kaarta - jokaisella kerralla olisi selkeä aloitus ja lopetus itse toiminnan lisäksi. Hyödynsimme toiminnan aloituksessa ja lopetuksessa aikaisemmin käyttämiämme harjoitteita, joita olimme opintojemme aikana oppineet. Olimme alunperin miettineet palautelomakkeen tekemistä, mutta tulimme siihen tulokseen, että palautteen kysyminen suullisesti olisi tässä tilanteessa parhain vaihtoehto opinnäytetyön pääpainon ollessa oppaissa (Vilkkä & Airaksinen 2003, 157). Sovimme etukäteen kirjoit-

tavamme jokaisen toimintakerran jälkeen muistiinpanoja saamastamme palautteesta sekä omista havainnoistamme toiminnan aikana - näin pystyisimme kuvaamaan toiminnan kulkua mahdollisimman tarkasti ja arvioimaan tavoitteiden onnistumista.

Suunnittelussa otimme huomioon, että toimintaan olisi helppo lähteä mukaan ja se sopisi kaikentasoisille. Osa suunnitelluista menetelmistä olimme ohjanneet jo aikaisemmin, mutta halusimme myös haastaa itseämme ja valita mukaan myös harjoitteita, joiden ohjaamisesta meillä ei ollut aikaisempaa kokemusta, esimerkiksi vauvahieronnasta ja musiikkileikeistä. Päätimme etukäteen, miten jaamme ohjaamisen kunkin toimintakerran aikana, siten että kumpikin saisi ohjata sekä aloituksen että lopetuksen ja että kummallakin olisi yhtä paljon vastuuta toiminnan ohjaamisesta. Sovimme Tyrskyn yhteyshenkilön kanssa, että saisimme käyttää Tyrskyssä jo olevia materiaaleja toiminnassamme ja puuttuvat materiaalit saimme lainata koululta. Vauvahierontaa varten kävimme vielä itse hankkimassa vauvaöljyä ja höyheniä.

Ennen työpajojen aloittamista selvisi, että Tyrskyssä olisi pajojen ajoittumisen aikana kaksi perhettä, joissa molemmissa lapset olivat alle 1-vuotiaita, joten jouduimme soveltamaan suunnitelmaamme. Kummallakaan meistä ei ollut aikaisempaa kokemusta vauvatoiminnan suunnittelusta ja ohjaamisesta ja pohdimme, miten voisimme soveltaa jo suunniteltua luovaa toimintaa. Päädyimme toteuttamaan ensimmäiselle toimintakerralle vauvahierontaa musiikin säestämänä. Harjoittelimme hierontaotteita ennen toimintakertaa, jotta pystyisimme ohjaamaan toimintaa itsevarmasti. Koimme, että vauvahieronta tukee varhaista vuorovaikutusta ja lisäämällä musiikkia taustalle tuomme siihen yhden luovan elementin, joka voi toimia hierontatilanteessa rauhoittavana tekijänä niin vanhemmalle kuin vauvallekin.

Miellyttävällä kosketuksella on rauhoittava vaikutus, ja kosketuksella on positiivisia vaikutuksia lapsen kasvulle. Kosketus vapauttaa kehossa oksitosiinia, joka saa aikaa mielihyvän tunteen ja se on myös merkityksellinen lapsen ja vanhemman välisen suhteen kehitymisessä. (Uvnäs-Moberg 2007, 117, 125.) Kosketus on varhaisin tapa välittää tunteita sekä kommunikoida toisen ihmisen kanssa. Se on perustarve, jota ihminen tarvitsee koko elämänsä ajan. Vauvalle osoitettu hellyys kosketuksen kautta on tärkeää aivojen kehitymiselle ja se lisää myös vuorovaikutusta vanhemman ja lapsen välillä. (Vuori ym. 2005, 20, 27.) Hieronta on vanhemman ja lapsen sanaton viestintää. Kosketuksen ja yhdessäolon kautta hieronnalla voidaan ilmaista rakkautta vauvalle. (Rikala 2008, 75, 79.) Hieronta edesauttaa vanhemman ja lapsen välille muodostuvan luottamussuhteen syntymistä ja säännöllisesti tehtynä se vähentää vauvan kortisolia eli stressihormonia. Varhaisen vuorovaikutuksen tukemisen lisäksi hieronnalla on myös paljon fyysisiä hyötyjä, kuten lihasten rentouttaminen. (Walker 2004, 8-9.) Hieronta lisää itseluottamusta sekä turvallisuuden- ja yhteenkuuluvuuden tunnetta vauvassa ja edesauttaa suhteen ylläpitämistä lapsen kasvaessa (Rikala 2008, 78-79). Lokakuussa

2017 julkaistussa Turun yliopistossa tehdyssä tutkimuksessa tutkittiin toiminnallisen magneetikuvantamisen avulla noin kuukauden ikäisten vauvojen aivojen reagoitua hellään kosketukseen. Tutkimuksessa huomattiin, että kosketus aktivoi vauvan aivoissa alueen, joka käsittelee myös tunnekokemuksia. (Tuulari, Scheinin, Lehtola, ym. 2017, 4, 8.)

Kuvataide- ja musiikkitoiminnan suunnittelussa perheille ja työntekijöille pyrimme ottamaan huomioon, että käyttämämme luovat menetelmät ovat sovellettavissa kaikenikäisille ja -tasoisille ja, että ne olisivat vuorovaikutusta tukevaa, mukavaa yhteistä tekemistä vanhemmalle ja lapselle. Menetelmät sisältävät vuorovaikutuksen erilaisia muotoja, kuten sanatonta viestintää, hyödyntäen esimerkiksi soittimia tai maalaamista. Työntekijöille ohjaamamme harjoitteet olisivat samoja tai sovellettuja versioita asiakkaille suunnatusta toiminnasta. Käytetyt musiikkikappaleet valitsimme etukäteen. Valitsimme vauvahieronnan taustalle instrumentaalisia kehtolauluja, musiikkimaalauksen taustalle instrumentaalista musiikkia sekä Palo Bonito -musiikkileikkiin sopivan version kyseisestä kappaleesta. Asiakasperheille suunnattuun musiikkimaalaukseen valitsimme neutraalia instrumentaalista musiikkia, kun taas työntekijöille musiikiksi valikoitui voimakkaampia tunteita herättäviä kappaleita. Perheille ohjatussa toiminnassa halusimme korostaa mukavaa, yhteistä tekemistä, joten neutraalit musiikkikappaleet sopivat tähän tarkoitukseen paremmin. Emme myöskään tunteneet asiakasperheitä ja heidän taustojaan, joten voimakkaampien musiikkikappaleiden valitseminen olisi voinut nostaa esiin tunteita, joita emme olisi pystyneet käsittelemään kunnolla yhdessä asiakkaan kanssa toimintamme aikana. Työntekijöille valitsimme eri musiikkikappaleet, jotta he saisivat kokemuksen siitä, miten musiikilla voi herättää erilaisia tunteita.

6.2 Oppaiden suunnittelu

Oppaiden tavoitteena oli tuoda uusia ideoita ja menetelmiä työntekijöiden ja asiakasperheiden käyttöön. Oppaiden sisältämät luovat menetelmät suunniteltiin keskittymään vanhemman ja lapsen välisen vuorovaikutuksen tukemiseen. Sisältö suunniteltiin suuntautumaan erityisesti 0-8-vuotiaiden lasten perheille, mutta olisi myös sovellettavissa vanhemmille lapsille. Saimme oppaiden toteutukselle vapaat kädet Tyrskyltä. Tarkoituksena oli pyrkiä selkeästi kuvaamaan erilaisia musiikin ja kuvataiteen menetelmiä sekä miten niitä voidaan hyödyntää asiakastyössä tai kotona lapsen kanssa. Työntekijöille ja vanhemmille suunnattujen oppaiden tarkoitus oli tukea toisiaan siten, että työntekijät voisivat ohjata perheille oppaassa esiteltyjä luovia menetelmiä, jonka jälkeen vanhempien olisi helppo hyödyntää niitä kotona kuntotutustuksen päätteeksi oman oppaansa avulla. Oppaiden suunnittelemisen aloitimme syyskuussa ja tavoitteena oli saada ne valmiiksi joulukuun alkuun mennessä.

Työntekijöille ohjatun toimintakerran tarkoituksena oli madaltaa heidän kynnystään lähteä ohjaamaan luovaa toimintaa oppaan avulla Tyrskyssä. Pyrimme kuitenkin oppaiden toteutuk-

nessa ja sisällössä siihen, että työntekijöiden ja vanhempien olisi helppo hyödyntää menetelmiä, vaikka niitä ei olisikaan päässyt kokeilemaan aikaisemmin. Oppaissa korostettaisiin luovan toiminnan prosessin merkitystä eikä niinkään lopputulosta, ja kuvattuja kuvataiteen ja musiikin menetelmiä pystyisi soveltamaan kuka tahansa omasta lähtötasostaan riippumatta. Oppaiden onnistumisen kriteeri oli, että oppaissa olevia menetelmiä olisi helppo hyödyntää ilman aikaisempaa kokemusta. Oppaille asetettujen tavoitteiden arvioinnin jaottelimme koskemaan oppaiden sisältöä ja visuaalista ilmettä. Arviointikysymyksiksi muotoutui: Onko oppaiden sisältö helppolukuista ja koetaanko niiden sisältämät menetelmät helposti sovellettaviksi? Onko oppaiden ulkoasu selkeä ja havainnollistava? Oppaiden arviointikriteerin täyttymistä arvioimme palautteen perusteella, jota keräisimme sähköpostikyselyllä Tyrskyn työntekijöiltä.

Oppaiden sisältö suunniteltiin linkittymään asiakkaille ja työntekijöille ohjattuun toimintaan. Suunnitellut oppaat sisältäisivät näitä toiminnassa käytettyjä sekä muita helposti sovellettavissa olevia menetelmiä. Oppaisiin valikoitujen menetelmien kriteereinä toimivat musiikki ja kuvataide sekä lisäksi menetelmien vuorovaikutteisuus ja sovellettavuus eri ikäisille. Myös tutustuminen lähdekirjallisuuden vuorovaikutuksesta ja luovista menetelmistä tukivat menetelmien valintaa. Sisällytimme oppaisiin myös lähdekirjallisuudesta poimittua teoriaa perustelemaan menetelmien käyttöä sekä miten ne tukevat vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta. Menetelmien soveltuvuuden 0-8-vuotiaille lapsille perustelimme lapsen kehitykseen liittyvän lähdekirjallisuuden avulla, jota olimme hyödyntäneet opinnäytetyöraportissamme.

Jokaisen oppaassa olevan menetelmän kohdalle merkittiin, minkä ikäisille lapsille menetelmää voidaan hyödyntää. Perustelimme soveltuuden omien kokemusten ja lähdekirjallisuuden avulla. Teoriaosuudessa käsitelimme 0-8-vuotiaan lapsen vuorovaikutustaitojen sekä musiikillisten ja kuvataiteellisten taitojen kehitystä, jonka perusteella pohdimme oppaiden menetelmien soveltuvuutta tietyn ikäisille lapsille. Menetelmien kuvauksissa pyrimme tuomaan ilmi vuorovaikutuksellisuutta korostamalla vanhemman ja lapsen yhdessä tekemistä. Sisällön lisäksi pyrimme myös suunnittelemaan oppaiden ulkoasun toimivaksi ja selkeäksi kokonaisuudeksi. Menetelmissä käytettävät tarvikkeet merkittiin selkeästi erikseen, jotta tarvittavat materiaalit olisi helppo ja nopea huomata kunkin menetelmän kohdalla. Joidenkin menetelmien kohdalle nostimme korostuspallon vinkkejä tai nostoja tekstistä. Tämä toimii elävöittäväksi tekijänä tekstin joukossa.

Oppaiden ulkoasua suunniteltaessa mielestämme oli tärkeää ottaa huomioon niiden selkeys ja tulostettavuus. Oppaita suunniteltaessa tuli ottaa monia teknisiä asioita huomioon, kuten oppaissa käytettävä typografia ja oppaiden koko (Vilka & Airaksinen 2003, 52). Pohdimme myös minkälaisessa muodossa oppaat kannattaisi toteuttaa, jotta ne palvelisivat Tyrskyn työntekijöitä ja asiakasperheitä mahdollisimman hyvin (Vilka ym. 2003, 51), ja päädyimme toteut-

tamaan oppaat sähköisenä PDF-tiedostomuotona, jotka tallennettaisiin Pelastakaa Lapset ry:n Intranettiin ja olisivat sieltä haluttaessa myös tulostettavissa paperiseen muotoon. Halusimme pitää oppaiden ulkoasun mahdollisimman yksinkertaisena ja selkeänä juuri tulostusta ajatellen, ja tästä syystä päädyimme myös tekemään oppaat A4-kokoon, jonka saa tulostettua kaikissa tulostimissa. Värit ja havainnollistavat kuvat piristäisivät oppaiden ilmettä, mutta niitä olisi maltillisesti, jotta tulostaessa mustetta ei kuluisi liikaa. Oppaisiin tulevat kuvat suunnitelimme ottavamme toimintakerroilla, jota ennen kysyisimme asiakkailta ja työntekijöiltä luvan kuvaamiseen ja kuvien käyttöön.

Käytimme molemmissa oppaissa samanlaista pohjaa, mutta erottelimme työntekijöille ja vanhemmille suunnatut versiot käyttämällä niissä erilaista värimaailmaa. Päätimme hyödyntää oppaiden toteutuksessa Adobe InDesign -ohjelmaa, sillä se oli meille molemmille tuttu, ja koimme että saisimme oppaat toteutettua helpommin varsinaisella taitto-ohjelmalla, sen sijaan että olisimme käyttäneet Wordia, joka on pääasiassa tekstinkäsittelyohjelma. Tekstisisältö muotoiltiin eri tavalla oppaissa - työntekijöille suunnatun oppaan tekstissä lähtökohtana oli ohjaajan ja sosiaalialan ammattilaisen näkökulma, kun taas perheille suunnatun tekstisisällön pyrimme muokkaamaan helposti ymmärrettävään muotoon, joka kannustaisi perheitä yhteiseen luovaan tekemiseen kotona. Käytimme oppaissa itse ottamiamme kuvia, jotka koostuivat työpajoilla sekä omista vastaavanlaisista töistämme otetuista kuvista. Näytimme oppaiden väliversioita Tyrskyn työntekijöille ja pyysimme niistä palautetta tekoprosessin aikana. Kun oppaiden sisältö oli mielestämme valmis, tulostimme testisivut ja tarkistimme sisällön. Samalla näimme myös, miten oppaat toimivat tulostettuna. Teimme viimeiset korjaukset tekstisisältöön ennen kuin lähetimme lopulliset versiot oppaista kommentoitavaksi Tyrskyyn. Tämän jälkeen olimme vielä valmiita muokkaamaan oppaita saamamme palautteen perusteella.

7 Työpajojen toteutus

7.1 Ensimmäinen työpaja

Ensimmäiseen työpajaan oli tarkoitus osallistua kaksi asiakasperhettä, joissa molemmissa olisi vanhempi ja pieni vauva. Toinen asiakasperheistä ei päässyt osallistumaan, joten toimintaamme osallistui vain yksi perhe. Käytämme tästä asiakasperheestä tunnistetta “perhe A”. Ensimmäiselle kerralle olimme suunnitelleet vauvahierontaa musiikin säestämänä. Perhekuntoutusyksikkö Tyrskyssä on joka arkiamu sohvahetki ja pääsimme osallistumaan siihen ennen työpajan aloitusta. Sohvahetken aikana kerrottiin jokaisen kuulumiset ja käytiin läpi päivän ohjelma. Esittelimme itsemme ja kerroimme opinnäytetyöstämme sekä mitä tämän kerran toiminta pitää sisällään. Kerroimme, että opinnäytetyö tullaan julkaisemaan Theseuksessa, josta sen voi käydä lukemassa. Kerroimme myös että toimintaan osallistuvista asiakasperheistä kirjoitetaan opinnäytetyössä niin, että heitä ei siitä tunnista.

Yksi Tyrskyn työntekijöistä jäi seuraamaan sivusta toimintaamme. Ennen toiminnan aloittamista kysimme vanhemmalta, onko vauvahieronta hänelle tuttua. Hän kertoi sen olevan jonkin verran tuttua ja kertoi, että Tyrskyssä ollaan sitä harjoiteltu. Hierontaan varattu tila oli rauhallinen, kuten myös yleinen tunnelma. Vanhempi vaikutti rentoutuneelta, mihin saattoi vaikuttaa se, että ehdimme jutella ennen toiminnan aloittamista. Laitoimme taustalle rauhallista musiikkia soimaan, jonka olimme etukäteen valinneet ja ohjeistimme vanhempaa riisumaan vauvan vaippasilleen hierontaa varten.

Virittäydymme toimintaan höyhenrentoutuksen avulla, jossa ohjeistimme vanhempaa sivelemään vauvan kehoa höyhenellä. Kerroimme, että höyhentä käyttämällä vauva saa erilaisen aistielämyksen. Vauva näytti selkeästi nauttivan höyhenen kosketuksesta - hän naureskeli ja hymyili paljon. Vauvan reaktio ilostutti myös vanhempaa. Virittävän toiminnan jälkeen siirryimme hierontaosioon. Ennen hieronnan aloittamista ohjeistimme ottamaan katsekontaktia vauvaan ja tarjoamaan peukaloita vauvan tartuttavaksi. Korostimme kontaktin ottamista vauvaan ja hänelle juttelun merkitystä hieronnan aikana. Käytimme Tyrskyssä olevaa vauvanukkeä apuna näyttäessämme hierontaotteita, jotta vanhemman olisi helpompi ryhtyä hieromaan. Hieronnan aloitimme vauvan päästä edeten koko keho läpi varpaisiin asti. Ohjasimme vanhempaa käyttämään hieronnan apuna vauvaöljyä. Lopuksi vauva käännettiin vatsalleen ja selkä hierottiin. Hieronnan päätteeksi ohjeistimme vanhempaa kietomaan vauvan pyyhkeeseen ja nostamaan hänet rintakehän päälle sekä keinuttamaan vauvaa rauhallisesti puolelta toiselle. Vanhempi lähti toimintaan mukaan reippaasti ja avoimesti sekä seurasi ohjeistustamme tarkasti.

Lopuksi kyselimme vanhemman ajatuksia vauvahierontaan liittyen. Hän kertoi hierovansa vauvaansa välillä kylvyn jälkeen tai vaipan vaihdon yhteydessä. Toiminnan lopuksi kerroimme vielä vauvahieronnan tärkeydestä vuorovaikutuksen kannalta. Vanhempi mainitsi, ettei kiinnittänyt huomiota taustalla soineeseen musiikkiin, koska hän kuunteli meidän ohjeistusta. Puhuimme kuitenkin musiikin yhdistämisestä hierontaan ja miksi on tärkeää, että vanhempi esimerkiksi laulaa tai hyräilee vauvalle hieronnan aikana. Puheeksi tuli myös toimintaa seuranneen Tyrskyn työntekijän kanssa, että tietyn musiikin soittaminen hieronnan aikana voi saada vauvan tottumaan siihen, että musiikin alkaessa soida, on tiedossa hierontahetki.

7.2 Toinen työpaja

Toisen työpajan aamuna saimme tietää, että Tyrskyyn oli tullut uusi perhe, ja Tyrskystä kysyttiin voivatko hekin osallistua toimintaamme. Tämä kävi meille hyvin, sillä suunniteltu toiminta oli helposti sovellettavissa kaiken ikäisille. Uusi asiakasperhe koostui vanhemmasta ja neljästä kouluikäisestä lapsesta. Käytämme tästä asiakasperheestä tunnistetta "perhe B".

Perhe B:stä pajaan osallistui vanhempi ja kaksi lasta. Lisäksi pajaan osallistui myös perhe A. Toiminta tapahtui samassa tilassa kuin edellisellä kerralla. Tilan yhteydessä oli keittiö, jossa valmistettiin samaan aikaan lounasta ja keittiön äänet kuuluivat taustalta. Tällä kerralla mukaan työntekijä ei päässyt seuraamaan toimintaamme. Kerroimme toiminnan alussa myös perhe B:lle opinnäytetyöstämme ja sen julkaisusta. Kysyimme myös molemmilta perheiltä luvan valmiiden töiden kuvaamiseen ja niiden käyttöön oppaissa.

Toiseen työpajaan suunnittelimme kuvataiteellista toimintaa, joka sisäsi lasten ääriviivojen piirtämistä sekä maalaamista. Ideana oli, että vanhempi piirtäisi lapsen ääriviivat paperille, joka sitten lopuksi maalattaisiin. Ajatuksena oli myös yhdistää toimintaan musiikkimaalaaminen niin, että maalaaminen tapahtuisi musiikin säestämänä. Aloitimme toiminnan käyttämällä kuvakortteja. Korttien avulla pyysimme vanhempia ja lapsia kertomaan sen hetkisistä tunteista. Kortteja sai aluksi rauhassa tarkastella ja valita sieltä itselleen sopivan kuvan. Perheet lähtivät hyvin mukaan harjoitukseen ja valitsivat itselleen kuvat ja kertoivat niiden avulla tuntemuksistaan. Yksi perhe B:n lapsista ei halunnut kertoa valitsemistaan kuvakorteista mitään, mutta suostui kuitenkin näyttämään kuvat. Korostimme, että omia tuntemuksiaan ei ollut pakko kertoa, vaan kuvien näyttäminen riitti. Perhe A:n vanhempi ei löytänyt sopivaa kuvaa, mutta kertoi tuntemuksistaan sanallisesti.

Tämän jälkeen ohjeistimme perheitä piirtämään toisistaan ääriviivapiirroksia. Alkuun perhe B:n lapset eivät olleet innostuneita toiminnasta, mutta halusivat kuitenkin piirtää omat käden jälkensä ja tarttuivat vanhemman ideaan tehdä teokset samalle isolle paperille. Kannustimme heitä toteuttamaan tämän idean ja perhe alkoi työstämään teosta yhteiselle paperille. Kun he olivat saaneet käsien kuvat valmiiksi, lapset suunnittelivat ja maalasivat yhdessä vielä lisää kuvia paperille. Lapsille oli jäänyt mieleen kuvakorttien avulla kerrotut tunnetilat, joita he nyt halusivat kuvata maalauksissaan. He kertoivat meille lopuksi tunteista, joita olivat paperille maallaneet. Toinen lapsista kertoi maallanneensa myös soitetun musiikin herättämiä tunteita. Vanhempi A piirsi vauvansa ääriviivat paperille. Hän ei ollut kovin innostunut aluksi toiminnasta, mutta lähti kuitenkin työskentelyyn mukaan. Hän vei toiminnan välissä vauvansa päiväunille ja tuli jatkamaan maalausta yksin. Hän tarvitsi hieman tukea maalaamisen aloittamisessa, mutta kannustuksellamme työskentely lähti sujumaan. Kesken toiminnan paikalle tuli useita Tyrskyn työntekijöitä käymään keittiössä, aiheuttaen hälinää ja meteliä.

Toiminnan päätteeksi oli alunperin tarkoitus käyttää kuvakortteja kertomaan omista tuntemuksistaan ja kokemuksistaan toiminnasta. Huomasimme kuitenkin, että lasten keskittymiskyky oli tässä vaiheessa jo niin herpaantunut, että katsoimme parhaaksi kysyä palautetta suoraan ilman kuvakortteja. Kuvakorttien levittämiseen olisi mennyt turhan paljon aikaa, koska maalaustarvikkeiden pois kerääminen vei oman aikansa ja lisäksi pöydät piti saada tyhjäksi lounaan tieltä.

7.3 Kolmas työpaja

Kolmas työpaja koostui musiikillisesta toiminnasta. Pajaan osallistuivat perhe A ja perhe B. Perhe A:lta oli alussa mukana vain vanhempi, sillä vauva oli nukkumassa. Pajan puolesta välissä vauva heräsi ja vanhempi haki hänet mukaan seuraamaan toimintaa. Perhe B:stä osallistuvat vanhempi ja kaksi lasta. Perhe B:n kolmas lapsi ei halunnut osallistua, mutta jäi seuraamaan toimintaa sivusta. Kannustimme häntä osallistumaan, mutta sanoimme sivusta seuraamisen olevan myös sallittua.

Toiminta alkoi rytmisoittimien avulla, jokainen sai valita haluamansa soittimen ja kertoa sen avulla päivän kuulumiset. Perheet lähtivät toimintaan luontevasti mukaan, etenkin perhe B:n lapset olivat innoissaan soittimien käytöstä. Tämän jälkeen siirryimme harjoitukseen, jossa tehtiin liikkeitä musiikin tahtiin. Jokainen sai vuorotellen tehdä yhden liikkeen ja liittää siihen soittimen äänen, jonka muut sitten toistivat perässä. Perheet innostuivat tästäkin harjoituksesta. Harjoituksen lopussa perhe A:n vauva heräsi ja vanhempi poistui hetkeksi paikalta. Odotimme perhe A:ta hetken, mutta päätimme aloittaa seuraavan harjoitteen, sillä meidän piti huomioida myös perhe B sekä toimintaan käytettävissä oleva aika. Perhe A:n vanhempi syötti vauvaansa, mutta he tulivat kuitenkin samalla seuraamaan toimintaa.

Toiminta jatkui musiikkileikeillä Thub Thub ja Palo Bonito. Tässä vaiheessa perhe B:n lasten keskittymiskyky alkoi hiipumaan. Lapset olisivat halunneet jatkaa vielä soittimilla soittamista. Pidimme musiikkileikkiharjoitteet lyhyinä, jotta lasten jäljellä oleva mielenkiinto pysyisi yllä. Thub Thub -leikissä lauloimme laulua, jossa tehtiin erilaisia liikkeitä aina kun laulussa kuului sana "bum". Tähän perhe B:n vanhempi ja lapset lähtivät hyvin mukaan, mutta hetken päästä lasten keskittyminen herpaantui, joten päätimme siirtyä seuraavaan musiikkileikkiin. Palo Bonito -leikissä sormet merkitsevät aina yhtä laulun sanaa. Harjoittelimme ensin sormiliikkeitä ilman musiikkia ja sitten Palo Bonito -kappaleen kanssa, jonka laitoimme taustalle soimaan. Tässäkin leikissä perhe B:n lapset jaksoivat keskittyä aluksi, mutta leikin loppua kohden keskittyminen jälleen lopahti. Perhe B:n vanhempi osallistui ennakkoluulottomasti molempiin musiikkileikkeihin ja vaikutti nauttivan siitä, että lapsilla oli hauskaa. Perhe A:n vanhempi lähti myös mukaan Palo Bonito -leikkiin saatuaan hoidettua vauvansa tarpeet. Toiminnan lopuksi pyysimme palautetta ja hyödynsimme samaa harjoitetta kuin toiminnan aloituksessa. Soittimien avulla sai kertoa, mitä mieltä oli tämän kertaisesta toiminnasta.

7.4 Neljäs työpaja

Neljäs työpaja oli suunnattu Tyrskyn työntekijöille, johon osallistui neljä työntekijää sekä kaksi Tyrskyssä ollutta työharjoittelijaa. Pajat koostuivat musiikillisesta ja kuvataiteellisesta osiosta. Kaksi henkilöä eivät osallistuneet toiminnan aloitukseen, mutta liittyivät mukaan musiikillisen osion puolesta välissä. Toimintaympäristönä oli tällä kertaa kaksi eri suljettua tilaa. Edellisillä kerroilla käytetty tila ei soveltunut työntekijöille ohjattuun toimintaan, sillä se oli asiakkaiden käytössä. Sekä me, että Tyrskyn työntekijät koimme, että työntekijöille suunnattu toiminta olisi parempi toteuttaa ilman asiakkaiden katseita, sillä toiminta oli työntekijöille oppimistilanne.

Aloitimme toiminnan musiikillisella osiolla ja samalla tavalla kuin asiakkaille ohjatussa musiikillisessa tuokiossa, jossa jokainen sai valita itselleen mieleisen rytmisoittimen ja kertoa päivän kulusta, sekä odotuksista tulevaa toimintaan kohtaan. Toiminta jatkui rumpupiirillä, jossa tarkoituksena on olla vuorovaikutuksessa muiden kanssa rumpujen avulla. Rumpupiiriin jälkeen vuorossa oli asiakkaiden toimintakerralta tutut Thub Thub ja Palo Bonito -musiikkileikit. Loppuun kysyimme palautetta sekä tuntemuksia toiminnasta samalla tavalla kuin alun virittävässä toiminnassa. Tyrskyn työntekijät heittäytyivät toimintaan mukaan alusta asti, vaikka tämän kaltainen luova toiminta ei vaikuttanut olevan heille kovinkaan tuttua. Toiminnan aikana oli havaittavissa pientä ennakkoluuloa toimintaa kohtaan - tämä ilmeni esimerkiksi hermostuneen naurun muodossa.

Musiikillisen toiminnan jälkeen pidimme pienen tauon, jonka jälkeen jatkoimme kuvallisella osiolla. Kuvallisen osion aloitimme pareittain maalaamisella. Ohjeistimme muodostuneita pareja valitsemaan kaksi käytettävää väriä, joilla he maalaisivat yhteiselle paperille. Parit saivat yhteistyössä päättää kumpi käyttää kumpaa väriä ja maalaisivatko he vuorotellen vai samaan aikaan. Maalaaminen tapahtui täydessä hiljaisuudessa, jonka aikana oli havaittavissa pientä naureskelua ja mahdollisesti ennakkoluuloa toimintaa kohtaan. Pääosin työntekijät kuitenkin lähtivät toimintaan hyvin mukaan. Toiminnan päätyttyä kysyimme palautetta työskentelystä ja miten se pareilla toimi. Työntekijöiden mielestä parityöskentelyyn oli helppo lähteä ja työskentely oli sujuvaa. Yksi pareista koki, että heidän työnsä ei ollut toiminnan aikana riittävän hyvä ja he olisivat halunneet uuden paperin, jolle maalata. Kannustimme heitä kuitenkin jatkamaan työskentelyä ja he olivat lopulta tyytyväisiä työhönsä. Puhuimme myös toiminnan päätteeksi siitä, että työskentelyssä on tärkeintä itse prosessi eikä niinkään lopputulos. Maalaaminen herätti keskustelua siitä, kuinka jokaisella voi olla eri näkemys valmiista työstä, mutta siitä huolimatta työ nähdään toimivana kokonaisuutena.

Parityöskentelystä jatkoimme musiikkimaalaukseen, jossa jokainen työskenteli itsenäisesti. Ohjeistimme työntekijöitä valitsemaan itselleen valmiiksi mahdollisimman monta väriä ja

päättämään haluaisivatko he jakaa paperin neljään osaan soitettavien musiikkikappaleiden mukaan vai maalaisivatko he vapaasti paperille. Työskentely tapahtui sormin maalaten musiikin soidessa ja keskustelematta niin, että jokainen keskittyi omaan työhönsä. Työntekijät näyttivät uppoutuvan täysin työskentelyyn. Viimeisen musiikkikappaleen jälkeen annoimme vielä aikaa viimeistellä työt, jonka jälkeen kysyimme palautetta. Musiikin koettiin toimivan hyvin maalaamisen tukena ja tunteiden herättäjänä. Keskustelua heräsi siitä, että musiikki-maalaukset voisivat toimia erityisen hyvin heidän asiakasperheidensä kanssa. Puhuimme myös siitä, että musiikkimaalaamisen voisi yhdistää edelliseen parityöskentelyyn. Työntekijät pohtivat keskenään myös sitä, kuinka eri tyylliset musiikkikappaleet voivat vaikuttaa eri asiakkaisiin ja kuinka tärkeää on tuntea asiakas niitä valittaessa.

Lopuksi ohjeistimme työntekijöitä pesemään käytetyt välineet ja sen jälkeen palaamaan takaisin yhteiseen lopetukseen. Päätimme toiminnan palautteen ja tuntemusten kyselyyn, jossa käytimme apuna kuvakortteja. Jokainen sai valita kuvakortin, joka kuvasi parhaiten omia tuntemuksia toiminnasta kokonaisuutena. Lopuksi näytimme pari esimerkkisivua tulevasta työntekijöille suunnatusta oppaasta, josta pyysimme palautetta ja ajatuksia. Esimerkkisivut tuntuivat miellyttävän, sillä kehitysehdotuksia ei noussut esiin. Kysyimme myös työntekijöiltä luvan valmiiden töiden kuvaamiseen ja kuvien käyttämiseen oppaissa.

8 Arviointi

8.1 Työpajojen arviointi

Työpajojen onnistumista arvioidessamme palasimme laatimiemme arviointikysymysten pariin. Oliko toiminta ollut perheille vuorovaikutusta tukevaa ja matalan kynnyksen toimintaa? Oliko työntekijät saaneet toiminnasta uusia ideoita työhönsä ja olisiko käyttämiämme luovia menetelmiä helppo soveltaa eri asiakasperheidensä kanssa? Arvioinnissa käytimme hyödyksi omia havaintojamme, sekä asiakkailta ja työntekijöiltä saatua suullista palautetta.

Työpajojen sisällön suunnittelimme alunperin noin 3-8-vuotiaille lapsille sekä heidän vanhemmilleen. Olimme saaneet käsityksen tapaamisesta Tyrskyn yhteysenkilön kanssa, että Tyrskyssä on usein tämän ikäisiä lapsia vanhempineen. Joitakin viikkoja ennen toimintamme aloittamista selkiytyi Tyrskyn asiakasperhetilanne, joka koostuikin kahdesta perheestä, joissa molemmissa oli vanhempi ja vauva, joten jouduimme miettimään, miten soveltaisimme jo suunniteltuja luovia menetelmiä vauvaperheille. Osa jo suunnitelluista menetelmistä oli sellaisia, joita pystyi helposti soveltamaan vauvojenkin kanssa. Perhe B:n tullessa mukaan toimintaan jouduimme jälleen muokkaamaan toimintaamme sellaiseksi, että se soveltuisi myös samaan aikaan vanhemmille lapsille. Koska meitä oli kaksi ohjaamassa toimintaa, pystyimme huomioimaan niin vauvan kuin vanhemmatkin lapset ohjaustilanteessa. Yksinään se olisi ollut varmasti haasteellisempaa.

Ennen jokaista työpajaa sovimme ohjausvastuut, jotta toiminnan kulku olisi meille selkeä. Menimme jokaisella kerralla hyvissä ajoin paikalle, jotta aikaa olisi valmistelulle. Kahdella ensimmäisellä asiakasperheille suunnatulla työpajalla osallistuimme ennen toimintaamme Tyrskyn työntekijöiden ja asiakkaiden sohvahetkeen, jossa he käyvät läpi päivän ohjelman. Samalla esittelimme itsemme ja kerroimme opinnäytetyöstä sekä toiminnasta perheille. Jokaisen työpajan päätteeksi kysyimme suullista palautetta työntekijöiltä ja perheiltä. Lisäksi jokaisen pajan jälkeen kirjoitimme yhdessä muistiinpanoja toiminnan kulusta ja omista havainnoistamme.

Ensimmäiseen työpajaan osallistunut perhe A lähti ennakkoluulottomasti mukaan vauvahierontaan. Tähän saattoi myös vaikuttaa se, että vanhemmalla oli jo aikaisempaa kokemusta vauvahieronnasta ja siksi toimintaan oli helppo lähteä mukaan. Sekä vanhempi että vauva näyttivät nauttivan yhteisestä hierontahetkestä. Toiminta sujui vanhemman osalta hyvin ja hänen vaikutti olevan helppoa kuunnella ohjeitamme. Saimme palautetta toimintaa seuraamassa olleelta työntekijältä, jonka mielestä vauvahierontatuokiomme oli onnistunut. Vanhemman mielestä vauvahieronta oli mukavaa. Työntekijän mielestä taustalla soinut musiikki toimi rauhoittavana tekijänä ja hänestä oli hienoa nähdä, kuinka vanhempi ja vauva nauttivat hieronnasta. Hän mainitsi myös, ettei meistä ohjaajina huomannut, että vauvahieronta oli meille uutta. Koimme, että vauvahierontaa oli helppo lähteä toteuttamaan pienellä perehtymisellä aiheeseen, vaikka aikaisempaa kokemusta ei ollutkaan. Koimme, että ohjauksemme oli rauhallista ja sujuvaa siitä huolimatta, että vauvahieronta oli meille uutta. Ohjauksen sujuvuuteen vaikutti hyvä valmistautuminen ja tutustuminen aiheeseen etukäteen.

Kokonaisuudessaan ensimmäinen työpaja onnistui mielestämme hyvin. Saimme hyvää palautetta niin asiakkaalta kuin työntekijältä. Tunnelma oli koko toiminnan ajan rentoutunut ja rauhallinen. Vanhemman oli helppo seurata antamaamme ohjeistusta ja hän näytti myös nauttivan vauvan hieronnasta. Vaikka vauvahieronta oli tuttua asiakkaalle, niin toiminnan aluksi tehty höyhenrentoutus oli hänelle sekä toimintaa seuranneen Tyrskyn työntekijälle uutta.

Toisen työpajan aikana koimme, että perheiden lähteminen toimintaan mukaan oli haasteellisempaa kuin edellisellä kerralla - tähän saattoi vaikuttaa moni asia. Perhe B oli juuri tullut uutena perheenä Tyrskyyän ja tämä saattoi vaikuttaa osallistumismotivaatioon, joka näkyi erityisesti lapsissa. Alussa perhe B:n lapset eivät olleet toiminnasta innostuneita, mutta lopussa he kertoivat pitäneensä maalaamisesta ja puhuivat, että haluaisivat jatkaa teoksen työstämistä vielä myöhemmin. Perhe B:n vanhempi piti myös toiminnasta ja kertoi ajatelleensa maalausharrastuksen aloittamista. Perhe A:n vanhempi kertoi, että tekemiseen oli aluksi vaikea lähteä mukaan, mutta loppujen lopuksi maalaaminen oli hänestäkin mukavaa. Hänelle kuva-

taiteellinen toiminta ei tuntunut olevan kovinkaan tuttua ja hän joutui työpajan aikana syötämään vauvaansa ja viemään hänet nukkumaan. Tämä saattoi vaikuttaa siihen, että perhe A:n vanhempi koki toimintaan mukaan lähtemisen haasteellisena.

Kannustamisen kautta molemmat perheet lähtivät kuitenkin mukaan työskentelyyn ja toiminnan päätteeksi he kertoivat pitäneensä maalaamisesta. Lisäksi perhe B:n vanhempi koki, että toiminta oli ollut mukavaa yhteistä tekemistä lasten kanssa. Toiminnan vuorovaikutuksellisuus näkyi siten, että perhe B lähti yhdessä suunnittelemaan ja toteuttamaan maalausta ja olivat keskenään vuorovaikutuksessa koko prosessin ajan. Ennen kuin perhe A:n vanhempi vei vauvansa nukkumaan, hän oli kontaktissa vauvaansa samalla kun hän piirsi vauvan ääriiviivat paperille. Perhe A:n vanhempi tarvitsi tukea maalaamisen aloittamiseen ja sen aikana. Hän maalasi kuitenkin työnsä loppuun ja yhdessä pohdimme hänen kanssaan, että paperille voisi maalauksen ympärille kirjoittaa lisäksi positiivisia asioita vauvasta, joka tukisi myös vanhemman positiivisia mielikuvia vauvastaan.

Tällä kerralla tila ei ollut paras mahdollinen toimintaamme ajatellen, mutta muutakaan tilaa ei ollut sillä hetkellä käytettävissä. Musiikin kuulumisen kannalta tila ei ollut optimaalinen, sillä musiikki hukkui avaraan tilaan. Kesken toiminnan paikalle tulleet työntekijät ja heistä aiheutunut hälinä saattoi vaikuttaa työskentelyilmapiiriin ja itse koimme tämän häiritsevänä tekijänä. Samalla taustalla soinut musiikki hukkui metelin alle.

Vaikka työpajaan osallistuikin uusi perhe, jossa oli vanhempia lapsia kuin mihin olimme alunperin varautuneet, pystyimme kuitenkin soveltamaan toimintaamme kaikille sopivaksi sekä kuuntelemaan asiakkailta nousseita toiveita. Huolimatta siitä, että tila ei ollut toiminnan tarkoitukseen nähden ihanteellinen, työskentely onnistui kaikilta siihen osallistuneilta mutkattomasti. Ohjaajina koimme onnistumista perheiden tukemisessa työskentelyyn. Lisäksi olimme joustavia ja muutimme omia suunnitelmiamme asiakkaiden toiveiden mukaan. Olisimme kuitenkin voineet kertoa Tyrskyn työntekijöille jo etukäteen, että työpajamme sisältää musiikimaalausta ja toimintaa ei olisi hyvä tulla keskeyttämään.

Kolmannessa työpajassa molemmat perheet lähtivät innokkaasti mukaan toimintaan. Toiminnassa mukana olleet soittimet toimivat innostavana tekijänä erityisesti lapsille, jotka omalta osaltaan vaikuttivat siihen, että musiikilliseen toimintaan oli helppo lähteä mukaan. Kaikki osallistujat kokeilivat soittimia ja lähtivät liikkumaan musiikin tahtiin ennakkoluulottomasti ja heillä näytti olevan hauskaa yhdessä. Perhe B:n lasten keskittyminen alkoi herpaantumaan siinä vaiheessa toimintaa, kun siirryttiin harjoituksiin, joissa ei käytetty soittimia. Lapsille pääosassa vaikutti olevan soittimista lähtevä ääni. Havaitessamme lasten keskittymiskyvyn vähentyvän harjoitteiden aikana, mukautimme suunniteltua toimintaamme lyhyemmäksi ja siirryimme toiseen harjoitteeseen. Koimme tämän olevan parempi ratkaisu kuin se, että oli-

simme jatkaneet toimintaamme suunnitelman mukaisesti ja väkisin innostaneet lapsia jatkaamaan kyseistä toimintaa. Perhe A:n ja perhe B:n vanhemmat olivat hyvin mukana harjoituksissa ja perhe B:n vanhempi kannusti lapsiaan toiminnan aikana. Perhe A:n vanhempi haki vauvan päiväunilta mukaan puolessa välissä toimintaa. He seurasivat aluksi toimintaamme sivusta, mutta osallistuivat sitten Palo Bonito -leikkiin niin, että vanhempi näytti sormiliikkeitä vauvalle.

Palaute oli pääasiassa positiivista, toiminta oli perheistä mielekästä. Yhden perhe B:n lapsen mielestä musiikkitoiminta oli tylsää, mutta kysyttäessä syytä siihen, hän ei osannut sanoittaa miksi. Hän vaikutti kuitenkin nauttivan soittimilla soittamisesta, joten pohdimme keskenämme, että tylsää toiminnassa saattoi olla soittimista luopuminen. Kysyimme perheiltä, mitä mieltä he olivat työpajojen kokonaisuudesta ja vanhemmat kertoivat niiden tarjonnan mukavaa yhteistä tekemistä lasten kanssa.

Aikaisemmat kaksi työpajaa ajoittuivat aamupäivälle, kun taas kolmas paja oli myöhemmin iltapäivällä. Pohdimme, että tässä vaiheessa päivää perheiden energiatasot saattaisivat olla matalalla, joka voisi vaikuttaa toiminnan kulkuun. Myöhäisempi ajankohta saattoi myös osaltaan vaikuttaa lasten keskittymisen herpaantumiseen. Olimme itse myös olleet koulussa tunnilla aamupäivällä ja tunsimme olevamme väsyneempiä ohjaamaan toimintaa iltapäivällä. Toimintaympäristönä oli sama tila kuin edellisilläkin kerroilla. Vaikka edellisen työpajan aikana totesimme, että tila ei ollut paras mahdollinen, päädyimme kuitenkin käyttämään samaa tilaa sen takia, koska siellä oli eniten tilaa liikua musiikkileikkejä ajatellen. Musiikkileikkiharjoitteen aikana taustalla soinnut musiikki ei aina kuulunut soittimista lähtevien äänien takia. Halusimme kuitenkin sisällyttää taustamusiikin osaksi toimintaa, sillä pohdimme, että se saattaisi helpottaa toimintaan mukaan lähtemistä. Molempien perheiden vanhemmat näyttivät käyttävän musiikin rytmiä hyödyksi omalla vuorollaan.

Jälkeenpäin pohdimme, että lasten keskittymisen herpaantumisen olisi voinut ottaa paremmin huomioon musiikkikerralla, kun huomasimme, että soitinten pois laittaminen saattoi vaikuttaa lasten motivaatioon. Olisimme voineet esimerkiksi toisen musiikkileikin aikana hyödyntää enemmän soittimia. Toiminnan kulun olisi voinut myös alunperin suunnitella niin, että soittimet ottaisiin käyttöön vasta toiminnan loppupuolella. Tämän lisäksi olisimme voineet informoida Tyrskyn työntekijöille vielä tarkemmin mitä työpajat kulloinkin sisälsivät, ja korostaa esimerkiksi musiikkimaalauksen osalta työrauhan merkitystä. Jos nyt lähtisimme suunnittelemaan toimintaa uudestaan, ottaisimme nämä seikat paremmin huomioon.

Perheille suunnatut työpajat tarjosivat perheille mukavaa yhteistä tekemistä, jossa vanhemmat ja lapset saivat luovan toiminnan avulla olla vuorovaikutuksessa toistensa kanssa. Toiminnan kautta vanhemmat ja lapset pääsivät työskentelemään yhdessä ja kokeilemaan uusia

asioita. Tämä osoitti meille toiminnan tukevan vuorovaikutusta vanhemman ja lapsen välillä. Toimintaan oli kokonaisuudessaan helppo osallistua ja perheet saivat tekemisestä onnistumisen kokemuksia. Perheiden tausta ja sen hetkinen tilanne voivat kuitenkin omalta osaltaan vaikuttaa halukkuuteen osallistua toimintaan. Koimme kuitenkin, että onnistuimme toteuttamaan matalan kynnyksen toimintaa, sillä perheiden oli kannustuksella helppo lähteä mukaan myös aluksi haasteelliselta tuntuvaan toimintaan ja saada siitä onnistumisen kokemuksia.

Työntekijöille suunnatun työpajan aikana nousi työntekijöiden keskuudessa useasti esille, että luovaa toimintaa tulisi toteuttaa Tyrskyssä enemmän. Toiminta koettiin rauhoittavaksi ja hauskaksi yhteiseksi tekemiseksi sekä vuorovaikutusta tukevaksi, jota voitaisiin hyödyntää asiakastyössä. Erityisesti musiikkimaalauksen koettiin sopivan hyvin Tyrskyn asiakasperheille ja se herätti keskustelua työntekijöissä. Koimme, että toimintamme tarjosi työntekijöille uusia ideoita asiakkaiden parissa tehtävään työhön ja, että suurimmaksi osaksi toimintaa olisi helppo soveltaa, vaikka aikaisempaa kokemusta luovista menetelmistä ei olisikaan. Saimme kuvan, että erityisesti maalaaminen ja soittimien kanssa tehtävät harjoitukset olisivat sellaisia, joita olisi helppo lähteä ohjaamaan asiakkaille. Työntekijöitä kuitenkin mietitytti se, että mistä löytää aikaa luovan toiminnan suunnitteluun. Käytössä olleet tilat olivat siitä hyviä, että niissä ei ollut ulkopuolisia häiriötekijöitä, mutta haasteita toi tilojen ahtaus, esimerkiksi musiikkileikkien aikana ei ollut paljon liikkumatilaa ja kuvallisessa osiossa maalaaminen oli ajoittain ahdasta. Soitettu musiikki kuului kuitenkin näissä tiloissa paremmin kuin edellisillä toimintakerroilla. Koemme, että suunniteltu toiminta onnistui sille asetetuissa tavoitteissa.

Jäimme kuitenkin pohtimaan “kehtasivatko” perheet ja työntekijät todella sanoa oikean mielipiteensä toiminnasta, vaikka omien havaintojemme ja saadun palautteen perusteella toiminta koettiin positiiviseksi. Suullisesti palautetta annettaessa ei välttämättä ole aina helppo antaa kritiikkiä. Toisaalta koemme, että kirjallisen palautteen antaminen työpajojen päätteeksi ei välttämättä olisi toiminut siitä syystä, että kahdella ensimmäisellä pajalla perheet siirtyivät lähes heti toiminnan jälkeen lounastamaan ja myös työntekijöiden täytyi heidän työpajansa jälkeen jatkaa pikaisesti työtehtäviään. Kirjallinen palaute olisi tällöin saatettu antaa hyvin nopeasti, eikä saatu palaute välttämättä olisi ollut sen syvällisempää kuin suullisesti annettuna.

8.2 Oppaiden arviointi

Oppaiden arvioinnin kohteina olivat oppaiden sisältö ja ulkoasu. Oliko sisältö helppolukuista ja olisiko se helposti sovellettavissa? Entä oliko oppaiden ulkoasu selkeä ja visuaalisesti tyylikäs? Onnistuimme mielestämme muokkaamaan oppaiden sisällön helposti ymmärrettäväksi ja kohderyhmälle soveltuvaksi. Pyrimme kuvaamaan oppaissa olevat luovat menetelmät niin selkeästi, että niitä olisi helppo lähteä soveltamaan ilman aikaisempaa kokemusta, ja mielestämme onnistuimme tässä tavoitteessa. Lisäksi oppaiden eri näkökulmat tulevat selkeästi esil-

le, työntekijöiden oppaassa painotimme ohjaajan näkökulmaa, kun taas perheille suunnatussa oppaassa korostui vanhemman ja lapsen yhteinen vuorovaikutusta tukeva toiminta. Oppaisiin sisällytetty teoria ja selkeästi merkityt lähdeviitteet lähteineen tuovat mielestämme luotettavuutta sekä perustelevat oppaissa esiteltyjä luovia menetelmiä vanhemman ja lapsen vuorovaikutuksen tukemisessa (Vilka ym. 2003, 53).

Oppaat toimivat mielestämme sekä sähköisenä että tulostettuna versiona. Oppaat ovat tarpeeksi kevyet tiedostomuodoiltaan, jotta ne voidaan vaivattomasti tallentaa Tyrsdyn Intranettiin. Lisäksi käyttämämme PDF on yleinen tiedostomuoto, jonka pitäisi avautua kaikilla tietokoneilla. Oppaiden ulkoasu on mielestämme visuaalisesti selkeä ja toimiva, sekä tulostamamme testisivut oppaista osoittivat niiden toimivuuden myös paperisina versioina. Värimaailma ja kuvat elävöittävät oppaiden ilmettä. Oppaissa on käytetty eri värejä, mutta ulkoasut noudattavat samaa linjaa. Eri värimaailmojen ansiosta oppaat on helpompi erottaa toisistaan sisällön lisäksi. Käytetyt kuvat auttavat hahmottamaan, millaisia lopputuloksia voidaan saada aikaiseksi menetelmiä hyödyntäen. Vaikka tekstisisältö kuvineen on mielestämme selkeää ja helposti ymmärrettävää, jäimme pohtimaan, että olisiko kuvia voinut käyttää vielä enemmän. Havainnollistavat kuvat, joissa oltaisiin kuvattu esimerkiksi kuvataiteellista työskentelyprosessia vaihe vaiheelta, olisivat voineet toimia hyvänä lisänä ohjeistuksen tukena. Toisaalta kuvien suurempi määrä olisi vienyt tilaa tekstisisällöltä ja kuvat olisi jouduttu laittamaan pienempänä, ja koimme kuitenkin tekstisisällön painoarvon olevan tärkeämpi kuin kuvien.

Kysyimme palautetta oppaista Tyrsdyn työntekijöiltä sähköpostitse samalla kun lähetimme lähes valmiit versiot oppaista heille näyttille. Tämä oli niin meidän kuin Tyrsdyn työntekijöiden kannalta kätevin tapa palautteen saamiselle. Meidän täytyi pohtia omia ajallisia resurssejamme opinnäytetyötämme kohtaan (Vilka ym. 2003, 56) ja totesimme, että erillisen palautelomakkeen laatiminen olisi vienyt liikaa aikaa opinnäytetyön kirjoitustyöltä sekä oppaiden suunnittelulta ja toteutukselta. Halusimme saada palautetta, joka vastaisi samalla asettamiimme arviointikysymyksiin, joten sähköpostitse pyytämämme palaute oli mielestämme riittävä. Kysyimme oliko oppaiden sisältö helppolukuista ja kokivatko työntekijät, että oppaan menetelmiä olisi helppo lähteä soveltamaan oppaiden perusteella. Tiedustelimme myös oliko oppaiden ulkoasu selkeä sekä pyysimme avointa palautetta oppaista.

Tyrskystä saatu palaute oppaista oli positiivista. Tyrsdyn työntekijöiden mielestä oppaiden sisältö oli monipuolinen ja menetelmät hyvin selitetyjä. He toivat esille, että helposti saatavat ja edulliset työvälitteet takaavat sen, että menetelmiä on helppo käyttää, eikä niiden hyödyntäminen kaadu tarvikkeiden kustannuksiin. He kokivat tämän edesauttavan sitä, että menetelmät viedään käytännön tasolle asiakkaiden pariin. Oppaat olivat heidän mielestään ulkoasultaan selkeät ja hyvät, ja kuvat koettiin elävöittävänä tekijänä. Kokonaisuudessaan

oppaat nähtiin hyvänä lisänä heidän menetelmiinsä ja he kokivat, että tämän kautta luovan toiminnan osuus tulee myös kasvamaan kuntoutuksessa.

Aikataulullisista syistä emme suunnitelleet keräävämmä palautetta perheille suunnatusta oppaasta erikseen Tyrskyn asiakasperheiltä, vaan päätimme luottaa siihen, että työntekijät osaavat sanoa soveltuuko opas asiakasperheiden käyttöön. Tyrskyn työntekijät luetuttivat kuitenkin perheille suunnattua opasta asiakkaillaan, ja saatu palaute tarjosi meille arvokasta tietoa. Asiakkaat kommentoivat ulkoasun olleen hyvä ja selkeä, ja heidän mukaan ohjeet olivat selkeät ja tekstiä oli helppo lukea. Heitä kuitenkin hämmensi tekstissä olleet lähdeviitteet. Tiedustelimme Tyrskyn työntekijöiltä, olisiko parempi jättää lähdeviitteet pois perheiden oppaasta ja tulimme yhdessä heidän kanssa siihen tulokseen, että ne jätettäisiin pois. Jätimme kuitenkin lähdeluettelon perheille suunnatun oppaan loppuun. Mielestämme lähdeviitteet oli kuitenkin tärkeä pitää työntekijöille suunnatussa oppaassa, sillä ne tuovat oppaaseen ammatillista luotettavuutta. Pohdimme, olisivatko työntekijätkään ymmärtäneet lähdeviitteiden mahdollisesti hämmentävän asiakkaita, elleivät he siitä olisi itse huomauttaneet.

8.3 Opinnäytetyön prosessin arviointi

Aloitimme opinnäytetyön prosessin keväällä 2017 ja alkuperäisen suunnitelmamme mukaan tavoitteena oli toteuttaa toiminnallinen osuus Tyrskyssä elo-syyskuun aikana. Emme kuitenkaan saaneet ohjaavaa opettajaa kevään aikana, joten suunniteltu aikataulu siirtyi myöhemmän syksyyn. Saatuaamme hyväksynnän opinnäytetyösuunnitelmallemme, lähetimme tutkimuslupahakemuksen Pelastakaa Lapset ry:lle, jonka saamisen jälkeen allekirjoitimme opinnäytetyösopimuksen työelämän edustajan kanssa ja sovimme työpajojen aikataulusta. Lisäksi sovimme yhden varapäivän toiminnalle, jos jokin työpajoista peruuntuisi syystä tai toisesta. Toiminnan toteutimme loka-marraskuussa 2017. Opinnäytetyön oli tarkoitus olla valmiina joulukuussa 2017.

Alun perin päätavoitteenamme oli opinnäytetyössämme painottaa asiakkaille suunnattua vuorovaikutusta tukevaa luovaa toimintaa sekä toteuttaa sivutuotteena työntekijöille suunnattu opas käytetyistä luovista menetelmistä. Tämän oppaan tarkoituksena oli olla vain lyhyt ja tiivis kooste käyttämistämme menetelmistä. Kävi kuitenkin niin, että asiakasperheitä ei ollut Tyrskyssä riittävästi toimintamme ajankohtana sen hetkisiin opinnäytetyömme tavoitteisiin nähden. Päätimme muuttaa suunnitelmia opinnäytetyön painotuksen suhteen tekemällä kaksi erillistä ja laajempaa opasta, yksi työntekijöille ja yksi asiakasperheille. Suunnitelmien muutos ei ollut ongelma Tyrskylle. Halusimme kuitenkin sisällyttää myös toiminnan osaksi opinnäytetyötä, sillä halusimme itse ohjauskokemusta oppaissa olevista luovista menetelmistä, sekä tarjota asiakasperheille mahdollisuuden osallistua luovaan toimintaan. Tiedustelimme myös Tyrskyn työntekijöiltä, haluaisivatko he, että ohjaisimme luovan toiminnan työpajan

myös heille. Koimme, että työntekijöiden saattaisi olla helpompi lähteä hyödyntämään oppaissa esiteltyjä menetelmiä, jos niitä olisi päässyt kokeilemaan ohjatusti jo aikaisemmin. Tyrskyssä oltiin innostuneita ajatuksesta, joten päädyimme suunnittelemaan ja toteuttamaan työpajan myös heille. Jälkeenpäin ajateltuna suunnitelman muuttuminen oli hyvä asia, sillä laajemman ja kahden erilaisen oppaan suunnittelu ja toteutus oli meille aivan uudenlainen haaste, josta opimme myös paljon.

Yhteistyömme Tyrskyn kanssa sujui mutkattomasti. Meidät ja opinnäytetyömme idea otettiin lämmöllä vastaan. Saimme toiminnan ja oppaiden toteutukseen täysin vapaat kädet sekä luvan käyttää Tyrskyn materiaaleja hyödyksi toiminnassamme. Ennen jokaista työpajaa ilmoitimme Tyrskyyn, millaista toimintaa olimme suunnitelleet seuraavalla kerralla, jotta he tietäisivät, mitä tuleman pitää. Oppaiden tekoprosessin aikana näytimme Tyrskyn työntekijöille väliversioita ja pyysimme heiltä kommentteja ja palautetta ennen lopullisten versioiden lähettämistä. Tiedustelimme myös haluttaisiinko Tyrskyssä oppaiden ulkoasun olevan Pelastakaa Lapset ry:n graafisten ohjeiden mukainen. Tyrskyssä oltiin sitä mieltä, että oppaat ovat ensisijaisesti meidän tuotoksemme ja saimme itse päättää oppaiden typografiasta ja muista visuaalisista elementeistä.

Myös keskinäinen yhteistyömme sujui mallikkaasti. Opinnäytetyömme teoriapohjan muodostamisessa jaoimme kirjoitusvastuuta sekä hyväksytimme aina toisella kirjoitetun tekstin. Yhdessä katsoimme, että teoriaosuus toimisi kokonaisuudessaan. Pyrimme kokoamaan teoriaosuuden mahdollisimman valmiiksi jo suunnitteluvaiheessa ja tavoitteena oli saada se lähes valmiiksi ennen työpajojen toteuttamista. Johdonmukaisen työskentelyn ansiosta onnistuimme tässä. Toiminnan ja oppaat suunnittelimme sekä toteutimme yhteistyössä. Miettiessämme luovia menetelmiä toimintaa ja oppaita varten kirjassimme ylös mielestämme hyvät ideat, joista valitsimme sopivimmat ja muokkasimme niitä Tyrskyn asiakasryhmälle soveltuvaksi. Opinnäytetyön arviointi ja pohdinta oli tärkeää kirjoittaa yhdessä, sillä molempien näkökulmat täydensivät toisiaan. Yhdessä reflektointi tuki mielestämme molempien ammatillista kasvua. Olimme molemmat motivoituneita ja innostuneita koko opinnäytetyöprosessimme ajan. Tämä näkyi muun muassa opinnäytetyön aikataulussa pysymisessä, toimintaan valmistautumisessa sekä yhteistyön sujuvuudessa.

9 Eettisyys ja luotettavuus

Jo opinnäytetyön suunnitteluvaiheessa oli tärkeä pohtia työn eettisiä näkökulmia. Salassapito ja asiakkaiden yksityisyys olivat tärkeimpiä asioita ottaa huomioon niin meidän kuin yhteistyökumppanimme mielestä. Asiakkaista käyttämämme tunnistetiedot määrittelimme tarkasti jo tutkimuslupahakemukseen ja pohdimme tarkasti mitkä tiedot olivat oleellisia opinnäytetyömme toiminnan kuvaamisen kannalta. Esimerkiksi osallistujien sukupuolen mainitseminen

ei ollut mielestämme huomionarvoista, mutta lasten iän kertominen oli toiminnan kuvauksen kannalta tärkeää. Olemme opinnäytetyössämme pyrkineet kuvaamaan toimintaa juuri sellaiseen tapaan kuin se on tapahtunut ja reflektoidessamme toimintaamme, jossa olemme keskustelleet asiakkaista, pidimme huolen siitä, että olimme tilassa, jossa ei ollut meidän lisäksi ulkopuolisia henkilöitä. Noudatimme vaitiolovelvollisuutta, joka on määritelty myös laissa sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista (812/2000), emmekä puhuneet asiakkaista ja heidän tilanteistaan muille. Kerroimme asiakkaille ennen toiminnan alkua, että toiminta sisältyy opinnäytetyöhömmme, joka julkaistaan Theseuksessa, jossa se on julkisesti luettavissa. Kysyimme myös perheiltä luvat töiden kuvaamiseen ja kuvien käyttämiseen oppaissa.

Toiminnan aikana korostimme asiakkaille, että kaikki toiminta olisi vapaaehtoista ja jos jokin ei tuntuisi hyvältä, siihen ei olisi pakko osallistua. Kohtelimme ja kohtasimme mielestämme kaikki osallistujat tasa-arvoisesti ja ihmisarvoa kunnioittaen, emmekä antaneet omien ennako-ajatusten vaikuttaa ohjaamiseemme. Pelastakaa Lapset ry:n päätavoitteena on toimia lasten oikeuksien ja edun puolesta (Pelastakaa Lapset ry 2016d) ja sitouduimme opinnäytetyössämme näihin tavoitteisiin. Tämä näkyi opinnäytetyömme lapsilähtöisyydessä toimintaa suunniteltaessa ja toteuttaessa. Asiakslähtöisyys ja asiakkaan oman äänen kuuluminen olivat tärkeitä seikkoja ottaa huomioon. Tämä näkyi toiminnassamme muun muassa niin, että muokkasimme jo suunniteltua toimintaa asiakkaiden toiveita kuunnellen ja kysyimme palautetta suullisesti aina jokaisen toimintakerran päätteeksi.

Luovien menetelmien ohjaaminen on lähes aina ikäänkuin kokeilua, sillä uusien asiakkaiden kohdalla ei voi etukäteen tietää, miten luovaan tekemiseen lähdetään mukaan. Ohjaajalla tulee olla valmiuksia soveltaa menetelmiä asiakslähtöisesti, eivätkä kaikki menetelmät välttämättä toimi kaikkien kanssa ja tämä tulee myös hyväksyä. Tulee myös huomioida, että perhekuntoutusyksikön kaltaisessa ympäristössä asiakkaiden taustalla voi olla rankka elämäntilanne, joka saattaa vaikuttaa positiivisesti tai negatiivisesti osallistumismotivaatioon. Jollekin voi olla hyväksi luovan toiminnan kautta hetkeksi unohtaa vaikeat asiat omassa elämässään ja saada jotakin muuta ajateltavaa. Tästä syystä olisi tärkeä tuntee asiakas luovaa toimintaa suunnitellessa ja toteuttaessa. Esimerkiksi musiikkimaalauksen kappalevalinnat voivat herättää tunteita, joita asiakas ei ole vielä valmis käsittelemään ja toisaalta taas kappaleita voidaan hyödyntää tiettyjen asioiden ja tunteiden käsittelemisessä. Toimintaa suunnitellessamme otimme myös tämän seikan huomioon ja valitsimme asiakkaiden työpajan musiikkimaalausosioon mahdollisimman neutraaleja kappaleita.

Opintojemme aikana olemme itse päässeet kokeilemaan luovien menetelmien vuorovaikutteisuutta ja olemme tässä opinnäytetyössä hyödyntäneet oppimaamme. Tämän lisäksi olemme perehtyneet menetelmien pohjalla olevaan teoretiseen tietoon, joka on tuonut luotettavuutta käyttämiämme menetelmiä kohtaan. Opinnäytetyömme teorian olemme laatineet mielestämme

luotettavista lähteistä, jotka koostuvat kirjallisista teoksista ja tutkimuksista sekä luotettavista internet-lähteistä, kuten Mannerheimin Lastensuojeluliitosta ja Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksesta. Olemme pyrkineet koostamaan teorian mahdollisimman ajan tasalla olevista lähteistä, mutta mukaan mahtuu myös muutama vanhempi kirjallinen teos, joissa oleva tieto on mielestämme yhä relevanttia ja luotettavaa.

Luotettavuutta oppaisiin tuovat niissä hyödynnetty lähdekirjallisuus sekä menetelmien toimivuuden testaaminen kyseisen asiakasryhmän ja heitä ohjaavien työntekijöiden kanssa. Oppaiden käytettävyyttä Tyrskyssä voitaisiin jatkotutkia selvittämällä ovatko työntekijät hyödyntäneet menetelmiä ja kuinka säännöllisesti, sekä onko niillä ollut nähtäviä vaikutuksia perheen vuorovaikutuksessa kuntoutusjakson aikana. Myös asiakasperheiltä voitaisiin selvittää, ovatko he hyödyntäneet oppaissa olevia luovia menetelmiä ja onko ne koettu tukevan vuorovaikutusta lapsen kanssa.

10 Pohdinta

10.1 Yhteenveto

Kokonaisuudessaan opinnäytetyön tekeminen oli opettavainen ja uusia haasteita tuonut prosessi. Yhteistyö niin keskenämme kuin työelämän kumppanin kanssa sujui mutkattomasti, vaikka jouduimme muuttamaan alkuperäistä suunnitelmaamme. Joskus suunnitelmien muutos voi saada aikaan jopa paremman lopputuloksen, mitä alunperin oli ajateltu. Asiakasperheiden vähäinen määrä ei olisi toiminut alkuperäisen suunnitelman kanssa, jossa opinnäytetyön pääpainotuksen oli tarkoitus olla toiminnassa. Koimme, että emme olisi saaneet tarpeeksi kattavaa opinnäytetyötä ohjaamalla toimintaa vain yhdelle tai kahdelle asiakasperheelle. Mielestämme kaksi eri opasta yhdistettynä toimintaan tarjosi Tyrskyn työntekijöille ja asiakkaille loppujen lopuksi enemmän kuin pelkkä asiakasperheille ohjattu toiminta. Työntekijöille suunnattu opas antaisi Tyrskyn työntekijöille uusia menetelmiä asiakastyöhön perheiden vuorovaikutuksen tukemiseen ja vanhemmille suunnattu opas puolestaan tarjosi perheille ideoita yhteiseen luovaan vuorovaikutteiseen toimintaan kotona Tyrskyn kuntoutusjakson jälkeen.

Toiminnan suunnittelu ja ohjaus oli kuitenkin tärkeä osa opinnäytetyötä oppaiden lisäksi, sillä sen kautta pääsimme itse kokeilemaan menetelmien toimivuutta käytännössä kyseessä olevan asiakasryhmän kanssa. Työntekijöille ohjaamamme toiminnan kautta saimme myös kokemuksen luovien toimintojen ohjaamisesta koulutusmielessä, joka osoitti meille, että olemme omaksuneet luovien menetelmien käytön osaksi omaa ammatti-identiteettiä ja pystymme itsevarmalla otteella myös suunnittelemaan ja ohjaamaan näitä menetelmiä. Tyrskyssä oli kehitystarvetta nimenomaan luovien menetelmien hyödyntämiselle ja koemme, että oppaat ja ohjaamamme toiminta työntekijöille vastaavat kehitystarpeeseen. Työntekijöistä itsestään on kiinni, miten paljon he jatkossa hyödyntävät oppaan luovia menetelmiä asiakastyössä. Kuu-

limme jälkikäteen, että Tyrskyyn oltiin hankittu rytmisoittimia ja lisää maalaustarvikkeita asiakasperheitä varten. Oli hienoa huomata, että opinnäytetyömme oli saanut konkreettisia toimia aikaan, ja nämä tarvikehankinnat osoittivat meille, että oppaidemme luovia menetelmiä varmasti tullaan hyödyntämään Tyrskyssä jatkossakin. Olemme myös itse tyytyväisiä toteuttamiimme oppaisiin ja opinnäytetyöhömmä, jonka avulla pääsimme kehittämään työelämää luovien menetelmien avulla, joita olemme opiskelleet ja koemme tärkeiksi menetelmiksi osana sosiaalialaa.

Kyky muuttaa ja soveltaa suunnitelmia varmallalla otteella sekä luottamus omaan ohjaajuuteen osoittivat meissä tapahtunutta ammatillista kasvua niin opintojen kuin opinnäytetyöprosessin aikana. Koemme, että pystyimme suunnittelemaan ja ohjaamaan luovaa toimintaa rennosti ja itsevarmasti asiakkaita kuunnellen. Opinnäytetyössä pääsimme monipuolisesti hyödyntämään ja soveltamaan opintojemme aikana oppiamme asioita aina luovista menetelmistä ryhmänohjaamiseen. Pääsimme myös haastamaan itseämme suunnittelemalla ja ohjaamalla myös vauvoille suunnattua toimintaa, sekä tuottamalla sisältöä kahden eri oppaan muodossa. Nämä molemmat olivat meille uusia kokemuksia. Mielestämme erityisesti vauvahieronnän ohjaaminen osoitti, että vaikka jostain tietystä menetelmästä ei olisikaan aikaisempaa kokemusta, voi pienellä perehtymisellä ohjata toimintaa onnistuneesti. Tekemämme oppaat suunniteltiin juuri sillä ajatuksella, että niiden sisältämiä menetelmiä voisi kuka tahansa lähteä ohjaamaan ja soveltamaan.

Toisin kuin muilla opintojaksoilla toteutetut projektityöt, opinnäytetyö on ollut itsenäisempää työskentelyä. Aikaisemmat projektit ovat kuitenkin opettaneet meille itsenäistä työtettä ja yhteistyötaitoja työelämän kanssa, joista on ollut hyötyä opinnäytetyötä toteuttaessa. Opinnäytetyöhön liittyvään teoriatietoon syventyminen laajensi käsitystämme varhaisen vuorovaikutuksen ja kiintymyssuhteen tärkeydestä, ja sai meidät pohtimaan myös omia kiintymyssuhteitamme. Opintojen ja opinnäytetyön aikana meille on muodostunut selkeä käsitys siitä, että erityisesti musiikki ja kuvataide luovista menetelmistä olisivat sellaisia, joita voisimme nähdä hyödyntävämme siirtyessämme työelämään.

Koemme kuitenkin, että luovia menetelmiä ei vielä kovin paljon hyödynnetä sosiaalialalla. Tämä on näyttäytynyt meille esimerkiksi työharjoittelupaikoissa sekä erilaisissa opintoihin liittyvissä projektipaikoissa. Myös teoria- ja tutkimustiedon löytäminen suoraan luovista menetelmistä osoittautui haastavaksi. Kuitenkin musiikki- ja kuvataideterapiasta löytyi paljon kirjallisuutta ja tutkimuksia. Vaikka musiikki- ja kuvataideterapiassa käytettyjä menetelmiä voidaan hyödyntää sellaisenaan tai sovellettuina sosiaalialalla tehtävässä asiakastyössä, pohdimme, johtuuko silti luovien menetelmien vähäinen hyödyntäminen siitä, että sosiaalialan kirjallisuudessa ei ole paljon tarjolla teoksia luovien menetelmien soveltamisesta. Olemme itse huomanneet, että luoviin menetelmiin viittaavaa tietoa löytyy eniten taideterapiaan liit-

tyvästä kirjallisuudesta, josta sitä ei välttämättä osata etsiä ja hyödyntää työelämässä. Pohdimme myös, että puhutaanko luovien menetelmien mahdollisuuksista ja niiden tuomista hyvinvointivaikutuksista vieläkö riittävästi sosiaalialalla.

Myös ajanpuute voidaan nähdä esteenä luovalle toiminnalle. Tyrskyssä työntekijöiden keskuudessa nousi huolena esiin, että mistä löytää aikaa luovan toiminnan suunnittelulle. Telemämme työntekijöille suunnattu opas voi tarjota apua tähän haasteeseen nimenomaan Tyrskyn työntekijöille. Kuitenkin monessa muussa sosiaalialan työpaikassa tämä sama haaste voi olla syy siihen, että luovia menetelmiä ei hyödynnetä lähes ollenkaan. Jos aikaisempaa kokemusta luovista menetelmistä ei ole, voidaan luovan toiminnan suunnittelu mahdollisesti kokea työlääksi ja aikaavieväksi. Myös työntekijöiden ennakkoluulot ja asenteet käytettyjä menetelmiä kohtaan tai käsitys omasta luovasta osaamisesta saattavat vaikuttaa siihen, että luovia menetelmiä ei uskalleta tai haluta lähteä toteuttamaan. Luovien menetelmien ohjaaminen ei kuitenkaan vaadi erityistä musiikillista tai kuvataiteellista lahjakkuutta, jonka olemme myös itse opintojemme aikana todenneet. Saamamme palaute työntekijöille ohjatusta toiminnasta oli positiivista, eikä kukaan ainakaan nostanut esille, että esimerkiksi laulaminen olisi este toiminnan ohjaamiselle. Pohdimme kuitenkin, että esimerkiksi musiikkileikkejä, joissa ohjaajaan tulee itse uskaltaa laulaa, voi olla korkeampi kynnys lähteä ohjaamaan, jos ohjaaja tuntee epävarmuutta omista laulutaidoistaan.

Haasteena voidaan nähdä myös miten Tyrskyn työntekijät saavat perheet innostumaan luovista menetelmistä ja ymmärtämään niiden tarjoamat mahdollisuudet osana vuorovaikutuksen tukemista sekä jatkamaan niiden hyödyntämistä myös kotona oman oppaansa avulla. Pohdimme voisivatko työntekijät esimerkiksi pitää asiakkaille infotilaisuuden, jossa keskusteltaisiin asiakkaiden kanssa oppaiden menetelmien hyödyistä, ja että luovan yhteisen mukavan tekemisen kautta voidaan myös tukea vuorovaikutusta.

10.2 Yhteiskunnallinen näkökulma

Rönkön ja Rytiksen (2010, 298) mukaan perhetyö on suuntautumassa yhä enemmän psykososiaaliseen tukeen ja keskustelempaan työotteeseen. Luovat menetelmät tarjoaisivat perhetyöhön vaihtoehtoisia työtapoja, jotka voisivat toimia apuna tunteiden ilmaisussa ja purkamisessa, joita voi olla haastavaa muuten sanoittaa (Ahonen 1994, 95). Luovien menetelmien hyödyntäminen perhetyössä voi tuoda paremmin lapsen ääntä kuuluville. Kun vanhempi ja lapsi saavat molemmat tuoda tunteensa ja ajatuksensa esiin, on heidän mahdollista ymmärtää toisiaan paremmin (Hughes 2011, 130). Luovat menetelmät voivat toimia joillekin parempana väylänä kohti yhteisymmärrystä kuin esimerkiksi pelkkä keskustelu. Jos musiikin ja kuvataiteen tarjoamista hyödyistä vuorovaikutukseen ollaan tietoisia ja niistä löytyy tutkimustietoa, esimerkiksi McIntyren (2009) tutkimus perheiden yhteisen musisoinnin vaikutuksesta, voidaan vain pohtia, miksei luovia toimintoja ole juurrutettu osaksi perhetyötä. Syyt voivat olla

osittain samoja, joita pohdimme aiemmin Tyrskyn kohdalla tai ehkä suomalaista tutkimustietoa yksinkertaisesti kaivataan aiheesta lisää perustelemaan menetelmien hyötyjä.

Vaikka luovia menetelmiä voidaan hyödyntää perhetyössä vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta tuettaessa, koemme, että ne eivät kuitenkaan yksistään riitä jo hajallaan olevien vuorovaikutustaitojen korjaamiseen. Vanhemmalla voi olla itsellään turvattomasti muodostunut kiintymyssuhde, joka voi heijastua negatiivisella tavalla vuorovaikutussuhteeseen oman lapsensa kanssa. Tämä voi puolestaan vaikuttaa myös lapsen turvallisen kiintymyssuhteen muodostumiseen, ja tällöin ongelmallisen vuorovaikutussuhteen korjaaminen vaatii pitkäjänteisempää työskentelyä sekä muita menetelmiä luovien toimintojen lisäksi. Vuorovaikutussuhteen laatuun voivat vaikuttaa myös monet muut asiat sen hetkessä elämäntilanteessa, esimerkiksi vanhemman työttömyys, psyykkiset sairaudet tai kriisi perheessä, kuten toisen vanhemman kuolema.

Vaikka taiteen hyvinvointivaikutuksista ollaan tietoisia ja esimerkiksi Sosiaali- ja terveysministeriö on julkaissut Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia -toimintamallista (2015) raportin, koemme, että luovalle toiminnalle ei vielä anneta riittävästi arvostusta. Oma kokemuksemme on, että yhteiskuntamme on painottunut etenevässä määrin suoritus- ja tuloskeskeisyyteen, eikä ihmisiä kannusteta tarpeeksi taiteelliseen luovaan ilmaisuun. Tämä näkyy mielestämme esimerkiksi siinä, että kouluissa opettavien taideaineiden vähentämisestä tunnutaan keskustelevan jatkuvasti ja niitä pyritään integroimaan muiden oppiaineiden yhteyteen (Karttunen 2016, 18). Toki oppiaineiden yhdistäminen voi olla myös hyödyllistä ja tehokasta ajankäyttöä, mutta kysymyksenä herää mikä on tällöin todellisuudessa taideaineiden osuus opetuksessa. Myös esimerkiksi oman kokemuksemme mukaan peruskoulun kuvaamataidon tunneilla painotus on ollut enemmän oikeanlaisen tekniikan hallitsemisessa kuin taiteellisessa ilmaisussa. Myös esimerkiksi se, että ammatillisessa koulutuksessa kuvallisen ilmaisun osaamisala siirtyy tekniikan ja liikenteen alan alle vuoden 2019 alussa (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2017), kertoo mielestämme jotakin suhtautumisesta siihen, mitä kuvataiteessa arvostetaan. Mielestämme jokainen voi saada oikeanlaisella ohjauksella ja kannustuksella luovasta toiminnasta iloa ja välineen oman hyvinvointinsa edistämiseen, joka puolestaan voi heijastua myös yhteiskuntaan positiivisella tavalla.

Viime vuosina mediassa on ollut paljon esillä myös älylaitteiden vaikutus vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen. Sosiaalisen median ja älypuhelinien aikakaudella olisi myös hyvä pohtia tätä näkökulmaa. Vanhemman huomion ollessa jatkuvasti älylaitteessa on sanomattakin selvää, että vuorovaikutus lapsen kanssa voi jäädä vaillinaiseksi. Lapsi voi kokea arvottomuuden tunnetta, joka voi mahdollisesti heijastua myös aikuisikään saakka, jos vanhempi tuntuu olevan kiinnostuneempi esimerkiksi sosiaalisesta mediasta kuin lapsestaan. Älypuhe-

linter ollessa nykyaikana jatkuvasti käytössä, voi luova toiminta tarjota vanhemmalle ja lapselle erilaista yhteistä tekemistä.

Myös sosioekonominen tausta voi vaikuttaa vanhemman ja lapsen välisen vuorovaikutuksen laatuun. Esimerkiksi vanhemman työttömyys ja siitä aiheutuva stressi voi vaikuttaa vanhemman jaksamiseen kohdata lapsi hänen tarvitsemallaan tavalla. Sosioekonominen asema saattaa olla usein myös periytyvää ja tästä syystä olisi tärkeää saada perheelle ajoissa tukea ennen kuin ongelmat kasaantuvat liiaksi. Aikainen puuttuminen voisi estää vuorovaikutuksen ongelmia, jotka voivat pahentuessaan olla haasteellisia korjata. Kaikilla sosiaali- ja terveysalan sektoreilla tulisikin kiinnittää huomiota perheen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Usein neuvola- ja varhaiskasvatuspalvelut voivat olla ensimmäinen väylä, jota kautta perhe ohjataan tuen piiriin. Perheen ongelmat voivat näyttäytyä lapsen käytöksessä ja tulla sitä kautta ilmi. Tällöin myös monialaisen yhteistyön merkitys perheen tukemisessa korostuu.

Lähteet

- 1-2-vuotiaan sosiaalinen kehitys. 2017. Vanhempainnetti. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Viitattu 2.10.2017. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/1-2-v/1-2-vuotiaan-sosiaalinen-kehitys/>
- 1-2-vuotias ja median käyttö. 2017. Vanhempainnetti. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Viitattu 3.10.2017. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/1-2-v/1-2-vuotias-ja-median-kaytto/>
- 2-3-vuotiaan sosiaalinen kehitys. 2017. Vanhempainnetti. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Viitattu 3.10.2017. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/2-3-v/2-3-vuotiaan-sosiaalinen-kehitys/>
- 2-3-vuotias ja median käyttö. 2017. Vanhempainnetti. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Viitattu 3.10.2017. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/2-3-v/2-3-vuotias-ja-median-kaytto/>
- 3-4-vuotiaan persoonallisuuden kehitys. 2017. Vanhempainnetti. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Viitattu 3.10.2017. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/3-4-v/3-4-vuotiaan-persoonallisuuden-kehitys/>
- 4-5-vuotiaan sosiaalinen kehitys. 2017. Vanhempainnetti. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Viitattu 10.10.2017. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/4-5-v/4-5-vuotiaan-sosiaalinen-kehitys/>
- 4-5-vuotiaan älyllinen kehitys. 2017. Vanhempainnetti. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Viitattu 10.10.2017. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/4-5-v/4-5-vuotiaan-alyllinen-kehitys/>
- 5-6-vuotiaan persoonallisuuden kehitys. 2017. Vanhempainnetti. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Viitattu 10.10.2017. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/5-6-v/5-6-vuotiaan-persoonallisuuden-kehitys/>
- 5-6-vuotiaan älyllinen kehitys. 2017. Vanhempainnetti. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Viitattu 10.10.2017. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/5-6-v/5-6-vuotiaan-alyllinen-kehitys/>
- 6-7-vuotiaan sosiaalinen kehitys. 2017. Vanhempainnetti. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Viitattu 10.10.2017. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/6-7-v/6-7-vuotiaan-sosiaalinen-kehitys/>
- 7-9-vuotiaan sosiaalinen kehitys. 2017. Vanhempainnetti. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Viitattu 10.10.2017. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/7-9-v/7-9-vuotiaan-sosiaalinen-kehitys/>
- Ahonen, H. 1993. Musiikki. Sanaton kieli. Helsinki: Oy Finn Lectura.
- Ahonen, H. 1994. Löytöretki itseän. Musiikki, kuva ja liike itseilmaisun välineenä ja itsetuntemuksen lisääjänä. 2. Painos. Helsinki: Kirjayhtymä.

Airaksinen, R., Ala-Vannesluoma, T., Karkkulainen, M., Kastu, R. & Pirhonen, P. 2015. Toimii! Hoitajan opas luoviin menetelmiin. Helsinki: Edita Publishing.

Asikainen, P. 2015. Toiminnallisia menetelmiä ja työvälineitä lastensuojelun perhetyössä - Uusperheneuvojakoulutuksen antia käytännön työhön. Lappeenranta.

Bojner-Horwitz, E. & Bojner, G. 2007. Mielihyvää musiikista. Helsinki: WSOY.

Einon, D. 2003. Luova lapsi. Kannusta lasta käyttämään luontaisia lahjojaan ja löytämään luovuuden monet muodot. Suom. Ryytty, O. Hämeenlinna: Karisto Oy.

Gerdhart, S. 2007. Rakkaus ratkaisee. Varhaisen vuorovaikutuksen merkitys aivojen kehittymiselle. Suom. Kivirauma, M. Helsinki: Edita.

Hautamäki, A. 2011. Lapsen kiintymyssuhteet ja niiden vaarantuminen. Teoksessa Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.) Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Helsinki: WSOYpro.

Hongisto-Åberg, M., Lindeberg-Piiroinen, A. & Mäkinen, L. 1993. Musiikki varhaiskasvatuksessa: Hip hoi musisoi! Espoo: Fazer Musiikki Oy.

Hughes, D A. 2011. Kiintymyksen vanhemmuus. Toimivuutta kasvatukseen. Suom. Ritänen, L. Tampere: PT-Kustannus.

Hynninen, S. 2016. Luovat ja taidelähtöiset menetelmät lastenkodin arjessa: Ohjaajan ja lapsen vuorovaikutuksen rikastaminen. Pro Gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto: Humanistinen tiedekunta, Taiteiden ja kulttuurin tutkimuksen laitos, Taidekasvatuksen maisteriohjelma.

Jordan-Kilkki, P., Kauppinen, E. & Korolainen-Viitasalo, E. (toim.) 2012. Musiikkipedagogin käsikirja. Vuorovaikutus ja kohtaaminen musiikinopetuksessa. Oppaat ja käsikirjat 2012:12. Helsinki: Opetushallitus.

Juntunen, M-L., Perkiö, S., Simola-Isaksson, I. 2010. Musiikkia liikkuen. Musiikkiliikunnan käsikirja 1. Helsinki: WSOYpro.

Jyväskylän Yliopisto. 2017. Viitattu 30.11.2017.

<https://www.jyu.fi/ajankohtaista/arkisto/2017/09/tiedote-2017-11-20-12-35-14-233342>

Karttunen, J. 2016. Kokonaisvaltaista ihmisenä kasvamista integroimalla - Musiikin ja muiden taito- ja taideaineiden väliset integraatiomahdollisuudet. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma. Itä-Suomen yliopisto: Filosofinen tiedekunta.

Korja, R. 2011. Lapsen ennenaikainen syntymä ja varhaiset tunnesuhteet. Teoksessa Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.) Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Helsinki: WSOYpro.

Känkänen, P. 2013. Taidelähtöiset menetelmät lastensuojelussa - kohti tilaa ja kokemuksia. Tutkimus 109. Helsingin yliopisto, Valtiotieteellinen tiedekunta & Sosiaalitieteiden laitos. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Laitinen, L. 2017. Vaikuttavaa? Taiteen hyvinvointivaikutusten tarkastelua. Turun ammattikorkeakoulun tutkimuksia 46. Turku: Turun ammattikorkeakoulu.

Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista. Finlex 812/2000. Viitattu 22.8.2017.
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2000/20000812#L2P8>

Lapsen ja vanhemman kiintymyssuhde. 2017. Vanhempainnetti. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Viitattu 28.9.2017.
<https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemmuus-ja-kasvatus/lapsen-ja-vanhemman-varhainen-vuorovaikutus/lapsen-ja-vanhemman-kiintymyssuhde/>

Lapsen ja vanhemman varhainen vuorovaikutus. 2017. Vanhempainnetti. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Viitattu 10.10.2017.
<https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemmuus-ja-kasvatus/lapsen-ja-vanhemman-varhainen-vuorovaikutus/>

Lapsi eri ikävuosina. 1-vuotias. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Viitattu 3.10.2017.
<https://dzmdrwrwnq2zx.cloudfront.net/prod/2017/08/04174311/Lapsi-eri-ik%C3%A4kausina-1-v.pdf>

Lastensuojelu. 2015. Tilastoraportti. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.
http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131625/Tr20_16.pdf?sequence=4

Lastensuojelulaki. Finlex 417/2007. Viitattu 14.7.2017.
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>

Leino, J. 2011. Voimauttava musiikkielämäkerta-menetelmä. Teoksessa Kuukasjärvi, A., Linosuo, O. & Sutinen, J. (toim). Taidetyöskentely arjen näyttämöillä. Teoriaa, menetelmiä ja sovelluksia. Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja 53. Turku: Turun ammattikorkeakoulu.

Lieppinen, M. 2011. Eheyttävä Taideterapia: Taideterapian oppikirja. Mediapinta.

Lindblom, J., Punamäki, R-L., Flykt, M., Vänskä, M., Nummi, T., Sinkkonen, J., Tiitinen, A. & Tulppala, M. 2016. Early family relationships predict children's emotion regulation and defence mechanisms. Viitattu 21.9.2017.
https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/100461/early_family_relationships_predict.pdf?sequence=1

Malchiodi, C. 2003. Taideterapian käsikirja. Malchiodi, C. (toim.) Suom. Hietaniemi, S. UNI-press Suomi.

Malte-Colliard, K. & Lampo, M. 2013. Voimaa taiteesta: Malleja taiteen soveltamiseen hyvinvointialalla. Tampereen yliopisto: Tutkivan teatterityön keskuksen julkaisu.

McIntyre, J. 2009. Interactive Family Music Therapy: Untangling the System. Viitattu 31.8.2017.
https://www.researchgate.net/publication/259419394_Interactive_Family_Music_Therapy_Untangling_the_System

Mitä on lastensuojelu? 2016. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 14.7.2017.
<https://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/mita-on-lastensuojelu>

Monimuotoiset perheet. 2017. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 28.7.2017.

<https://www.thl.fi/fi/web/lastenneurolakasikirja/tietopaketti/monimuotoiset-perheet>

Mustalahti, T. 2006. Taide terveyden edistämisen keinona elämäntieteen siirtymässä: Kirjallisuus katsaus ja käsitteanalyysi. Terveyskasvatuksen pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Terveystieteiden laitos.

Mäkelä, J. 2003. Piirteitä aivojen varhaisesta kehityksestä. Teoksessa Niemelä, P., Siltala, P. & Tamminen, T. (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Helsinki: WSOY.

Männikkö, K. 2014. Taiteen lääketieteellinen käyttö - taideterapiat tunteiden ilmaisun tukena, kuntoutuksena ja hoitona. Julkaistu Nuori Lääkäri -lehdessä 02/2014. Viitattu 5.12.2017. <https://www.nly.fi/artikkeli/taiteen-laaketieteellinen-kaytto-taideterapiat-tunteiden-ilmaisun-tukena-kuntoutuksena-ja>

Mäntymaa, M. & Puura, K. 2011. Varhainen vuorovaikutus ja aivojen kehitys. Teoksessa Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.) Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Helsinki: WSOYpro.

Mönkkönen, K. 2007. Vuorovaikutus. Dialoginen asiakastyö. Helsinki: Edita.

Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2017. Ammatillisen koulutuksen tutkinnot uudistuvat - ”tulevaisuuden työelämä vaatii laaja-alaisempaa osaamista”. Ammatillisen koulutuksen tutkintokenteeseen kuuluvat tutkinnot 1.1.2019 alkaen - PDF-tiedosto. Viitattu 19.12.2017. http://minedu.fi/artikkeli/-/asset_publisher/ammatillisen-koulutuksen-tutkinnot-uudistuvat-tulevaisuuden-tyoelama-vaatii-laaaja-alaisempaa-osaamista-

Orenius, M. 2014. Kuvataiteen pedagogiikka kokien ja tutkien. Teoksessa Löytönen, T. (toim.) Tulevan tuntumassa: Esseitä taidealojen yliopistopedagogiikasta. Helsinki: Aalto-yliopisto taiteiden ja suunnittelun korkeakoulu.

Pelastakaa Lapset ry. 2016a. Perhekuntoutusyksikkö Tyrsky. Viitattu 22.8.2017. <https://www.pelastakaalapset.fi/tyomme-kotimaassa/perhekuntoutusyksikko-tyrsky/>

Pelastakaa Lapset ry. 2016b. Keitä me olemme. Viitattu 4.10.2017. <https://www.pelastakaalapset.fi/tietoa-meista/keita-me-olemme/>

Pelastakaa Lapset ry. 2016c. Lastensuojelun ja adoption asiantuntijapalvelut. Viitattu 4.10.2017. <https://www.pelastakaalapset.fi/tyomme-kotimaassa/lastensuojelun-ja-adoptioiminnan-asiantuntijapalvelut/>

Pelastakaa Lapset ry. 2016d. Tietoa meistä. Viitattu 22.8.2017. <https://www.pelastakaalapset.fi/tietoa-meista/>

Pentikäinen, L. 2006. Kuvataidekasvatuksen polulla. Teoksessa Tarkkonen, T. & Sassi, P. (toim.) Lapsi ja taide: Puheenvuoroja taidekasvatuksesta. Helsinki: Cultura Oy.

Perhekuntoutus. 2016. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 4.12.2017. <https://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/avohuolto/lastensuojelun-avohuollon-tukitoimet/perhekuntoutus>

Perhetyö. 2015. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 16.7.2017. <https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/sosiaalipalvelut/perhetyo>

Perhetyö. 2016. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 14.7.2017.

<https://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/avohuolto/lastensuojelun-avohuollon-tukitoimet/perhetyo>

Perhekuntoutus. 2016. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 28.8.2017.

<https://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/avohuolto/lastensuojelun-avohuollon-tukitoimet/perhekuntoutus>

Punamäki, R-L. 2011. Vanhemmuuteen siirtyminen: raskausajan ja ensimmäisen vuoden kiintymyssuhteet. Teoksessa Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.) Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Helsinki: WSOYpro.

Puura, K. & Mäntymaa, M. 2010. Vanhemman ja vauvan vuorovaikutus. Teoksessa Deufel, M & Montonen, E. (toim.) Onnistunut Imetys. Helsinki: Duodecim.

Rankanen, M., Hentinen, H. & Mantere, M-H. 2007. Taideterapian perusteet. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Rikala, K. 2008. Koliikkiopas. Vauvan vatsa kuntoon hieronnalla ja ruokavaliolla. Helsinki: Tammi.

Riley, S. & Malchiodi, C. 2003. Taideterapian käsikirja. Malchiodi, C. (toim.) Suom. Hietaniemi, S. UNIpress Suomi.

Rusanen, E. 2011. Hoiva, kiintymys ja lapsen kehitys. Helsinki: Finn Lectura.

Rönkkö, L. & Rytönen, T. 2010. Monisäikeinen perhetyö. Helsinki: WSOYpro.

Saarikallio, S. 2009. Musiikki ja nuoren psykososiaalinen kehitys. Teoksessa Louhivuori, J., Paananen, P. & Väkevä, L. (toim.) Musiikkikasvatus. Näkökulmia kasvatukseen, opetukseen ja tutkimiseen. Suomen musiikkikasvatusseura FiSME.

Saarikallio, S. & Erkkilä, J. 2007. The role of music in adolescents' mood regulation. *Psychology of music* 35 (1). Viitattu 30.8.2017.

<http://counselorforteens.com/wp-content/uploads/2016/06/The-Role-of-Music-in-Adolescents-Mood-Regulation.pdf>

Siivonen, K., Kotilainen, S. & Suoninen, A. 2011. Iloa ja voimaa elämään: Nuorten taiteen tekemisen merkitykset Myrsky-hankkeessa. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura.

Siltala, P. 2011. Varhainen vuorovaikutus kokemuksen ja tutkimuksen valossa. Teoksessa Niemelä, P., Siltala, P. & Tamminen, T. (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Helsinki: WSOY

Sinkkonen, J. 2003. Lapsen kiintymyssuhteen syntyminen ja sen häiriöt. Teoksessa Niemelä, P., Siltala, P. & Tamminen, T. (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Helsinki: WSOY.

Sinkkonen, J. 2004. Kiintymyssuhdeteoria - tutkimuslöydöksistä käytännön sovelluksiin. *Duodecim* 120 (15). 1821-1873.

Sinkkonen, J. 2008. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. Helsinki: WSOY

Sinkkonen, J. 2009. Musiikki-yhtä aikaa yksilöllistä ja jaettua. Teoksessa Louhivuori, J., Paa-
nanen, P. & Väkevä, L. (toim.) Musiikkikasvatus. Näkökulmia kasvatukseen, opetukseen ja
tutkimiseen. Suomen musiikkikasvatusseura FiSME.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2015. Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia. Toimintaohjelman
2010-2014 loppuraportti. Helsinki.

Sosiaalihuoltolaki. Finlex 1301/2014. Viitattu 16.7.2017.
<http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141301>

Suomen musiikkiterapiayhdistys. 2015. Mitä on musiikkiterapia? Viitattu 31.8.2017.
www.musiikkiterapia.net/index.php/mita-musiikkiterapia

Särkämö, T., Tervaniemi, M., Laitinen, S., Forsblom, A., Soinila, S., Mikkonen, M., Autti, T.,
Silvennoinen, H.M., Erkkilä, J., Laine, M., Peretz, I., Hientanen, M. 2008. Music listening en-
hances cognitive recovery and mood after middle cerebral artery stroke. Brain 131 (3).
https://oup.silverchaircdn.com/oup/backfile/Content_public/Journal/brain/131/3/10.1093/brain/awn013/2/awn013.pdf?Expires=1504255234&Signature=Uy1bf3sMkepy3Fq0Q9NhJho4FtbFLTIHhHG1MYv2UkVHAWgjAKvC6suEO-y1CEmm0XPY32yh6e0T2SXc1UJTioxGVZdk3-YLa2xCf3NA0bbkJUWhiAdMMN0k9u-JeWM3JBrYc86CncEwbQR9S7zsfP78XdxOKNmbzmi6VnQmOrDNv4PLz01YNcCwpyUaWepVupWEe6gajzebzUWu-fr5XHhkcjLrUuEM392HNVPoS5xX0Uym2DU7SONE0Sebvly2FiLS-P-85x6Bq0PWwYuLDiwJE2hlcWMTTrRXKdIAk-TCxioRCXhVrHR1ac0z3r-8zOt6-xZwqlmmwQ3wTA_&Key-Pair-Id=APKAIUCZBIA4LVPVW3Q

Taidelähtöiset menetelmät. 2015. Terveystieteiden tutkimuskeskus. Viitattu 25.7.2017.
https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/menetelmat/taidelahtoiset_menetelmat

Tilastokeskus. 2017a. Perhe. Viitattu 28.7.2017.
<http://www.stat.fi/meta/kas/perhe.html>

Tilastokeskus. 2017b. Perheiden määrän kasvu aiempaa hitaampaa. Viitattu 28.7.2017.
http://www.stat.fi/til/perh/2016/perh_2016_2017-05-26_tie_001_fi.html

Tuulari, J., Scheinin, N., Lehtola, S., Merisaari, H., Saunavaara, J., Parkkola, R., Sehlstedt,
I., Karlsson, L., Karlsson, H. & Björnsdotter, M. 2017. Neural correlates of gentle skin stroking
in early infancy. Developmental Cognitive Neuroscience. Viitattu 30.11.2017.
<https://doi.org/10.1016/j.dcn.2017.10.004>

Uusimäki, M. 2005. Perhetyötäkö kaikki? Oulu: Pohjois-Suomen sosiaalialan osaamiskeskuksen
julkaisusarja 20.

Uusperheet. 2017. Terveystieteiden tutkimuskeskus. Viitattu 28.7.2017.
<https://www.thl.fi/fi/web/lastenneuvolakasikirja/tietopaketti/monimuotoiset-perheet/uusperhe>

Uvnäs-Moberg, K. 2007. Rauhoittava kosketus. Oksitosiinin parantava vaikutus kehossa. Suom.
Kankkunen, R. Helsinki: Edita Publishing.

Vauva kehittyy vuorovaikutuksessa vanhempien kanssa. 2017. Vanhempainnetti. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Viitattu 10.10.2017.

<https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/0-1-v/vauva-kehittyy-vuorovaikutuksessa-vanhempien-kanssa/>

Vauvan aistien kehitys. 2017. 0-1 v. Lapsen kasvu ja kehitys. Vanhempainnetti. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Viitattu 2.10.2017.

<https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/0-1-v/vauvan-aistien-kehitys/>

Vauvan sosiaalinen kehitys. 2017. 0-1 v. Lapsen kasvu ja kehitys. Vanhempainnetti. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Viitattu 2.10.2017.

<https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/0-1-v/vauvan-sosiaalinen-kehitys/>

Vilén, M., Leppämäki, P., Ekström, L. 2005. Vuorovaikutuksellinen tukeminen sosiaali- ja terveysalalla. 1-2.painos. Helsinki: WSOY.

Vilkkä, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Vuori, H-L. & Laitinen, M. 2005. Synnytyslaulu. Rentouttava äänenkäyttö synnytyksessä ja raskauden aikana. Helsinki: Edita.

Walker, P. 2004. Vauvahieronta -opas aloittelijoille. Hierontaohjeita ja notkeusharjoituksia vauvasta kolmivuotiaaseen. Suom. Harjanne, G. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Perhemediat Oy.

Liitteet

Liite 1: Opas työntekijöille	57
Liite 2: Opas perheille	69

Liite 1: Opas työntekijöille

Luovien menetelmien mahdollisuudet vuorovaikutuksen tukena

Opas työntekijöille

Krista Järvimäki & Sari Pirinen



Sisällysluettelo

Luovien menetelmien mahdollisuudet vuorovaikutuksen tukena	3
Musiikkimaalaus	4
Soittimiin tutustuminen yhdessä	5
Ääriviivojen piirtäminen	6
Keskustelua rummutellen	6
Vauvahierontaa musiikin tahtiin	7
Höyhen-/huivirentoutus	7
Musiikkiliikunta-leikki: Thub thub	8
Musiikkileikki: Palo bonito	8
Aartenetsintä	9
Unelmien saari	9
Vesivärien eri mahdollisuudet	10
Yhteinen ympyrä	11
Lähteet	12

Luovien menetelmien mahdollisuudet vuorovaikutuksen tukena

Opas työntekijöille

Tämä opas on toteutettu osana Laurea-ammattikorkeakoulun sosiaalialan opinnäytetyötä Pelastakaa Lapset ry:n perhekuntoutusyksikkö Tyrskylle. Opas sisältää luovia menetelmiä kuvataiteesta ja musiikista, joita voidaan hyödyntää osana asiakastyötä tuettaessa vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta. Opas on ensisijaisesti suunnattu 0–8-vuotiaille lapsille ja heidän vanhemmilleen, mutta menetelmät ovat sovellettavissa myös tätä vanhemmille lapsille. Oppaan tarkoituksena on antaa työntekijöille eväitä luovien menetelmien ohjaamiseen ja sitä kautta tukea perheille suunnatun menetelmäoppaan sisältöä. Aikaisempaa kokemusta luovan toiminnan ohjaamisesta ei vaadita, jotta oppaan menetelmiä pystyisi hyödyntämään.

Luovat menetelmät voivat olla apuna kommunikaatiossa, itsensä ilmaisemisessa ja asioiden jäsentämisessä (THL 2015). Ne voivat toimia hyvänä tukena vuorovaikutuksen vahvistamisessa. Mitä enemmän itsensä ilmaisemiselle on mahdollisuuksia, sitä enemmän pystytään käsittelemään erilaisten kokemusten tuottamia ajatuksia ja

tunteita (Hynninen 2016, 39). Luova tekeminen voi olla lapselle ja aikuiselle tutkimusmatka

omaan minäänsä (Pentikäinen 2006, 32). Luovassa toiminnassa tärkeintä ei ole lopputulos vaan itse prosessi, jossa ihmisen sisäinen ja ulkoinen maailma kohtaavat (Ahonen 1994, 65).

Luovan toiminnan kaaren voi koostaa aloituksesta, virittäytymisestä, työskentelystä ja lopetuksesta. Aloitusvaiheessa tarkoituksena on pysähtyä hetkeen ja tunnustella omaa psyykkistä ja fyysistä olotilaa. Taidetta voidaan hyödyntää aloituksessa tunteiden ja ajatusten ilmaisemisen keinona tai sanallistajana. Virittäytyminen tapahtuu ennen itse työskentelyyn siirtymistä lämmittelevänä harjoituksena, ja sen tarkoituksena on johdattaa asiakas työskentelyyn ja helpottaa sen aloittamista. Virittäytymistä seuraa itse taidetyöskentely. (Rankanen, Hentinen & Mantere 2007, 92-97.) Lopetuksessa voidaan myös hyödyntää luovan toiminnan elementtejä.

Tärkeintä luovassa toiminnassa ei ole lopputulos, vaan itse prosessi!

Musiikkimaalaus

Soveltuu kaikenikäisille

Tarvikkeet:

- paperia
- vesiväri- tai akryylimaalit tai sormivärit
- instrumentaalista musiikkia
- siveltimiä

Musiikkimaalaus yhdistää musiikin ja kuvataiteen. Musiikin kuuntelu voi nostaa esiin erilaisia tunteita ja ajatuksia, jotka voidaan maalata erilaisin muodoin ja värein. Maalauksessa syntyvä visuaalinen tuotos voi auttaa ymmärtämään omaa sisäistä kokemustaan. (Ahonen 1993, 196-197.)

Toimintahetken valmistaudutaan valitsemalla aluksi erilaisia instrumentaalisia musiikkikappaleita. Kappaleet voivat olla tyyliltään hyvin erilaisia, vaihdellen rauhallisesta vauhdikkaaseen. Kappaleiden valintaan kannattaa kiinnittää huomiota, sillä musiikki

voi herättää voimakkaita tunteita. Mieleiset värit ja maalit kannattaa valita etukäteen ennen maalauksen aloittamista. Vanhempi ja lapsi voivat maalata joko samalle tai eri papereille musiikin soidessa taustalla. Maalauksia voidaan tehdä useampi niin, että taustalla soi aina eri musiikki.

Maalaamisen samalle paperille voi toteuttaa myös ilman musiikkia. Ennen maalaamisen aloittamista on hyvä sopia, että keskustellaanko maalaamisen aikana vai tehdäänkö se hiljaisuudessa sekä maalataanko vuorotellen vai samanaikaisesti. Jos maalataan vuorotellen, niin vuoro voi vaihtua esimerkiksi aina yhden siveltimen vedon jälkeen.

Myös vauvan kanssa voi musiikkimaalata. Vauva voi istua vanhemman sylissä ja osallistua maalaamiseen, jos käytössä on myrkyttömit sormivärit.



Maalaamista voi kokeilla joko siveltimellä tai sormin.

Soittimiin tutustuminen yhdessä

Soveltuu kaikenikäisille

Tarvikkeet:

- rytmisoittimia, esim. rytmimuna tai kapulat

Pieni vauva viihtyy ympäristössä, jossa on rauhallisia ääniä. Kohdussa tutuksi tulleet äänet, kuten äidin ääni ja musiikki, rauhoittavat vauvaa (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2017a). Jo vuoden ikäinen lapsi on kiinnostunut musiikista ja nauttii, kun pääsee vanhempansa kanssa liikkumaan ja taputtelemaan musiikin tahtiin (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2017b).

Vanhempi voi tutkia soittimia ja niistä lähteviä ääniä yhdessä vauvan tai vanhemman lapsen kanssa. Vanhempi voi laulaa vauvalle tai yhdessä lapsen kanssa, soittaen samalla soittimia. Taustalle voi laittaa soimaan lastenmusiikkia, jonka tahtiin voi laulaa ja soittaa. Tämä voi helpottaa toimintaan mukaan lähtemistä. Laulaminen ja soittaminen muiden ihmisten läsnäollessa voi olla joillekin iso kynnys, joten musiikki taustalla voi helpottaa sitä.

Rytmimunan voi rakentaa myös itse. Tähän tarkoitukseen soveltuu esimerkiksi suklaamunan sisältä löytyvä muovikotelo, jonka sisään voi laittaa esimerkiksi riisiä.



Ääriviivojen piirtäminen

Soveltuu kaikenikäisille

Tarvikkeet:

- iso paperi, johon lapsi mahtuu kokonaisuudessaan tai osittain makaamaan päälle
- lyijykynä, tusseja, värikyniä, siveltimiä ja maaleja

Lapsi asettuu paperin päälle haluamaansa asentoon ja vanhempi piirtää paperille lapsen ääriviivat. Kun ääriviivat ovat valmiit, kuvan voi maalata yhdessä lapsen kanssa ja ympärille voi yhdessä kirjoittaa haluttuihin positiivisia asioita lapsesta, vanhemmasta tai koko perheestä. Kuvan voi maalata mieleisillä väreillä ja muodoilla. Mukaan voi liimata esimerkiksi lehdistä leiketyjä kuvia. Lapsi voi myös piirtää vanhemman ääriviivat.



Keskustelua rummutellen

Soveltuu noin 4-vuotiaasta ylöspäin

Tarvikkeet:

- rumpuja (tai muita soittimia)

Soittaminen ja improvisaatio toimivat sanattomana kielenä, jonka kautta voidaan ilmaista ajatuksia ja tunteita sekä aikaansaada vuorovaikutusta. Tarkoituksena on saada aikaan luova prosessi, omilla musiikillisilla taidoilla ei ole niin suurta merkitystä. (Ahonen 1993, 200-202.)

Vuorovaikutusta ja kommunikointia voidaan harjoitella rumpujen avulla. Jos osallistujia on useampi, voidaan muodostaa piiri. Aluksi voidaan tutustua rumpuun ja siitä lähteviin eri ääniin. Seuraavaksi aloitetaan "keskustelu" rumpujen avulla. Ohjaaja voi

aloittaa rummuttamalla esimerkiksi vasemmalla puolella istuvalle vierustoverilleen, joka vastaa tälle takaisin rummuttamalla. Keskustelua käydään pareittain niin kauan kuin molemmista hyvältä tuntuu, jonka jälkeen vierustoveri kääntyy hänen vasemmalla istuvan puoleen ja jatkaa keskustelua hänen kanssaan, kunnes vuoro taas vaihtuu. Kierroksia voidaan käydä esimerkiksi yksi tai kaksi. Vanhempi ja lapsi voivat tehdä harjoitusta myös keskenään. Rummattelun tulisi olla vuoropuhelun omaista – voi esimerkiksi kokeilla millaisia eri tunnetiloja rumpun avulla saa ilmaistua.

**Soittimeksi
käy mikä tahansa.
Kokeile esimerkiksi
ämpäriä tai kehon
eri osien
rummittelua.**

Vauvahierontaa musiikin tahtiin

Hieronta edesauttaa vanhemman ja lapsen välille muodostuvan luottamussuhteen syntymistä. Säännöllisesti tehtynä se vähentää vauvan kortisolia eli stressihormonia. Varhaisen vuorovaikutuksen tukemisen lisäksi hieronnalla on myös paljon fyysisiä hyötyjä, kuten lihasten rentouttaminen. (Walker 2004, 8–9.) Hierontaa voi soveltaa myös vanhemmille lapsille.

Ennen hieronnan aloittamista vanhemman tulisi olla itse rentona. Kädet on hyvä lämmitellä hieromalla niitä toisiaan vasten. Vanhempaa voi ohjeistaa pitämään vauvaan katsekontaktin sekä juttelemaan ja laulamaan vauvalle hieronnan aikana. (Walker 2004, 12–13.)

Hieronta rentouttaa lihaksia ja vähentää stressihormonitasoa.

Vanhempi hieroo vauvaa rauhallisen musiikin soivessa taustalla. Ohjaaja voi näyttää vanhemmalle mallia esimerkiksi vauvanuken avulla. Ennen

Tarvikkeet:

- rauhallista musiikkia
- vauvaöljyä
- höyheniä tai huiveja

vauvaöljyn lisäämistä, voidaan silittää vauvaa höyhenillä tai huivilla ja hakea kontaktia vauvaan. Höyheniä tai huiveja käyttämällä vauva saa erilaisia aistielämyksiä. Jos vauvan päätä haluaa hieroa, niin se kannattaa tehdä ennen öljyn lisäämistä.

Hierottaessa voidaan kokeilla erilaisia hierontatekniikoita. Vanhempi voi painella ja sivellä hellästi vauvan kehoa ja raajoja. Käsiä ja jalkoja voi hieroa kevyesti liu'uttamalla vuorotellen molempia käsiä raajoja pitkin. Vatsaa ja selkää voi myös taputella pitämällä kämmeniä kuppimaisessa asennossa. (Walker 2004, 13.) Jos vauvahierontaan haluaa perehtyä enemmän, oppaita aiheesta löytyy esimerkiksi kirjastoista.

Höyhen-/huivirentoutus musiikin tahtiin

Soveltuu kaikenikäisille

Tarvikkeet:

- höyheniä tai kevyitä huiveja
- rauhallista musiikkia

Rentoutumisella on ihmiseen psyykkisiä ja fyysisiä vaikutuksia. Rentoutumistavasta riippuen kehossa tapahtuu rentoutumisen aikana useita prosesseja, joilla voi olla positiivisia vaikutuksia kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Rentoutuminen voi muun muassa lisätä keskittymis- ja stressinhallintakykyä, vahvistaa jo olemassa olevia voimavaroja, auttaa ymmärtämään itseään paremmin,

sekä lisätä luovuutta ja tätä kautta tehostaa myös mielikuvien syntymistä ja oppimista. (Kataja 2003, 25-27, 35-37, 41-42, 44-45.)

Lapsi voi maata lattialla silmät kiinni. Rauhallisen musiikkikappaleen soivessa vanhempi liikuttaa höyhentä tai huivia lapsen kehoa pitkin, käyden koko kehon läpi kasvot varpaisiin. Lapsi voi tehdä saman myös vanhemmalle. Rentoutuksen voi toteuttaa omana harjoituksenaan tai käyttää jonkun toimintakerran lopetuksena.

Musiikkiliikunta-leikki: Thub thub

Soveltuu kaikenikäisille

Yhdessä musiikin ja liikkeen kautta voidaan ilmaista erilaisia tunteita kehon avulla (Ahonen 1993, 214-215). Musiikkiliikunnan avulla voidaan edistää vuorovaikutusta ryhmässä sekä lapsen kanssa. Tässä yhdistyy lapsen ja vanhemman välinen sanallinen ja sanaton viestintä. (Ahonen 1993, 215 & Juntunen, Perkiö & Simola-Isaksson 2010, 40.)

Laulua voidaan laulaa yhdessä asiakkaiden kanssa ja aina kun laulusta kuuluu sana "bum" tehdään eri liikkeitä. "Bum"-sanaa vahvistamaan ohjaaja voi ottaa käyttöön esimerkiksi rummun tai jonkin muun rytmisoittimen. Myös asiakkaat voivat ottaa soittimen mukaan tehdessään liikkeitä yksin. Liikkeitä voivat olla esimerkiksi hypähdys, liikkuminen eteen tai taakse ja käsien taputtaminen yhteen kaverin (lapsi ja

Voit myös soveltaa tätä johonkin toiseen lastenlauluun.

vanhempi) kanssa. Yksittäisten liikkeiden jälkeen osallistujat voivat muodostaa piiriin ja ottaa vieruskaverin olkapäistä, polvista tai nilkoista kiinni ja liikkua ympyrässä aina "bum"-sanan kuullessaan. Liikkeitä voidaan yhdessä keksiä lisää. Laulun sanat voi myös laulaa tai lausua omalla tyyliillään.

Tarvikkeet:

- Rytmisoittimet (esimerkiksi kehärumpu tai kapulat) ohjaajalle

vanhempi) kanssa. Yksittäisten liikkeiden jälkeen osallistujat voivat muodostaa piiriin ja ottaa vieruskaverin olkapäistä, polvista tai nilkoista kiinni ja liikkua ympyrässä aina "bum"-sanan kuullessaan. Liikkeitä voidaan yhdessä keksiä lisää. Laulun sanat voi myös laulaa tai lausua omalla tyyliillään.

Laulun sanat:

Alice thubi thubi thi bum thi bum thi bum!
Alice thubi thubi thi bum thi bum thi bum!
Thi bum, thi bum, thi bum thi bum thi bum!
Thi bum, thi bum, thi bum thi bum thi bum!

Thubi lausutaan "tsabi" ja thi "tsi".

Musiikkileikki: Palo bonito

Soveltuu kaikenikäisille

Tähän laululeikkiin ei tarvita mitään muuta kuin sormet. Sormet merkitsevät aina tiettyä sanaa laulussa. Laulun edetessä näytetään aina ne sormet, jotka laulussa kulloinkin mainitaan. Ensin harjoitellaan sormiliikkeitä ja leikkiä voi jatkaa parin kanssa siten, että molempien sormet koskettavat toisiaan. Laulun sanat voi joko laulaa yhdessä, lausua rytmisesti omalla tyyliillään tai tehdä liikkeitä Palo bonito -kappaleen mukana.

Laulun sanat:

Palo, palo, palo, palo
bonito, palo eh
eh, eh, eh, palo
bonito, palo, eh!

Palo = peukalot
Bonito = etusormet
Eh = pikkurillit

Palo Bonito -kappaleesta löytyy eri versioita esimerkiksi YouTubesta!

Aarteenetsintä

Soveltuu noin 3-vuotiaasta ylöspäin

Tarvikkeet:

- paperia, kyniä tai vahaliituja

Lapsen eteen asetetaan paperi ja kyniä, vanhempi piirtää karttaa sormella lapsen selkään ja samalla lapsi piirtää paperille mitä tuntee selässään. Kun kartta on valmis, lapsi voi yhdessä etsiä aarretta vanhemman kanssa karttaa mukaillen. Seuraavaksi lapsi voi piirtää vanhemman selkään. Lopuksi kartat voi vielä koristella ja lisäillä karttaan esim. puita, jokia, ym. "maamerkkejä". Taustalle voi laittaa soimaan musiikkia.



Unelmien saari

Soveltuu noin 4-vuotiaasta ylöspäin

Tarvikkeet:

- savea tai taikataikinaa

Unelmien saarta tehdessä vanhempi ja lapsi pääsevät

yhdessä pohtimaan ja suunnittelemaan miltä juuri heidän unelmien saarensa näyttää ja mitä siellä on. Lapsi nauttii siitä, että pääsee yhdessä pohtimaan ja oivaltamaan asioita vanhempansa kanssa (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2017c).

Vanhempi ja lapsi luovat yhdessä unelmien saaren savesta tai taikataikinasta. Saaret ja sen asukkaat ja esineet voidaan myös maalata saveen kuivuttua tai taikataikinan paistuttua ja jäähdytyttyä. Esimerkiksi akryyli-maalit soveltuvat hyvin maalaamiseen.

Saven käsittelyssä on hyvä huomioida ilmakuplien poisto ennen käyttöä. Tämä ta-

pahtuu savea voimakkaasti käsittelemällä, esimerkiksi heittelemällä savipalaa suojatulle lattialle tai muovaamalla sitä voimakkaasti käsin. Tavallinen keittiön uuni ei sovellu saveen polttamiseen, mutta savea voi antaa kuivua itsestään.

Taikataikinan ohje:

- 3 dl jauhoja
- 1,5 dl suolaa
- 1,5 dl vettä
- 1 rkl ruokaöljyä

Jauho ja suola sekoitetaan keskenään. Lisätään vesi ja ruokaöljy ja vaivataan taikina kiinteäksi. Jauhoja voi lisätä, jos taikina jää tahmeaksi. Jos taikina tuntuu murenevan, lisätään vettä. Valmiita teoksia kuivataan noin tunti 125 asteisessa uunissa.

Vesivärien eri mahdollisuudet

Soveltuu noin 2-vuotiaasta ylöspäin

Ennen maalaamiseen ryhtymistä vesiväripaperi kastellaan esimerkiksi sienen tai siveltimein avulla, jonka jälkeen se kiinnitetään maalarinteipillä reunoista kiinni alustalle. Tämä estää paperin liiallisen kupristumisen.

Vanhempi ja lapsi voivat maalata joko samalle tai erillisille papereille. Vesiväreillä voidaan aluksi kokeilla esimerkiksi märkää märälle -tekniikkaa, jossa kostealle paperille maalataan haluamallaan tyyliä erilaisia ja erivärisiä muotoja. Kun vesivärien pinta paperilla on vielä märkää, voi kokeilla, mitä tapahtuu, kun siihen maalaa päälle toisella värillä. Vesivärimaalauksen voi olla valmis tällaisenaan tai sitä voi vielä jatkaa esimerkiksi pillien, kelmun tai suolan kanssa.

Kun vesiväri on vielä märkää paperin pinnalla, sitä voi kokeilla puhaltaa pillin

Tarvikkeet:

- vesiväripaperia
- maalarinteippiä
- vesivärit
- siveltimeitä
- vesikuppi
- pillejä
- kelmua
- suolaa

avulla ja katsoa, miten väri käyttäytyy paperilla. Märälle paperille värin päälle voi kokeilla myös asetella kelmua tai ripotella suolaa. Paperin kuivuttua kelmu poistetaan ja ylimääräinen suola pyyhitään varovasti pois. Kuivuessaan kelmu ja suola ovat luoneet vesivärimaalauksen pinnalle erilaisia kuvioita. Voidaan myös kokeilla millaista jälkeä syntyy, kun käytetään hienoa tai karkeaa suolaa.



Yhteinen ympyrä

Soveltuu noin 4-vuotiaasta ylöspäin

Tarvikkeet:

- iso paperi
- akryylimaleja
- siveittäjä

Aluksi vanhempaa ja lasta ohjeistetaan piirtämään paperille ympyrä niin, että siitä tulee mahdollisimman symmetrinen. He voivat yhdessä pohtia, miten ympyrästä saataisiin niin pyöreä kuin mahdollista. Pyöreä ympyrä saadaan esimerkiksi niin, että solmitaan kynän päähän naru, jonka toinen pää asetetaan paperin keskelle ja piirretään sen avulla ympyrä niin, että toinen piirtää ja toinen pitää narun päästä kiinni. Esillä voi olla välineitä, joita vanhem-

pi ja lapsi voivat mahdollisesti hyödyntää ympyrää tehdessä.

Kun ympyrä on valmis, vanhempi ja lapsi valitsevat yhdessä värit, joilla ympyrä maalataan. Maalin kuivuttua ympyrän sisälle painetaan jälkiä käsien avulla. Painaminen voidaan toteuttaa hyödyntämällä omia tai toisen käsiä. Vanhempi voi kastaa lapsen käden maaliin ja asetella sen ympyrään haluttuun kohtaan. Lapsi voi tehdä saman vanhemman kädellä. Kädellä voi kokeilla tehdä erilaisia jälkiä, esimerkiksi rystysiä ja sormenpäitä hyödyntäen.



Lähteet

Ahonen, H. 1993. Musiikki. Sanaton kieli. Helsinki: Oy Finn Lectura

Ahonen, H. 1994. Löytöretki itseen. Musiikki, kuva ja liike itseilmaisun välineenä ja itsetuntemuksen lisääjänä. 2. Painos. Helsinki: Kirjayhtymä.

Hynninen, S. 2016. Luovat ja taidelähtöiset menetelmät lastenkodin arjessa: Ohjaajan ja lapsen vuorovaikutuksen rikastaminen. Pro Gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto: Humanistinen tiedekunta, Taiteiden ja kulttuurin tutkimuksen laitos, Taidekasvatuksen maisteriohjelma.

Juntunen, M-L., Perkiö, S., Simola-Isaksson, I. 2010. Musiikkia liikkuen. Musiikkiliikunnan käsikirja 1. Helsinki: WSOYpro

Kataja, J. 2003. Rentoutuminen ja voimavarat. Helsinki: Edita Publishing.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2017a. Vauvan aistien kehitys. 0–1 v. Lapsen kasvu ja kehitys. Vanhempainnetti. Viitattu 2.10.2017. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/0-1-v/vauvan-aistien-kehitys/>

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2017b. 1–2-vuotiaan sosiaalinen kehitys. Vanhempainnetti. Viitattu 2.10.2017. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/1-2-v/1-2-vuotiaan-sosiaalinen-kehitys/>

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2017c. 5–6-vuotiaan älyllinen kehitys. Vanhempainnetti. Viitattu 10.10.2017. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/5-6-v/5-6-vuotiaan-alyllinen-kehitys/>

Pentikäinen, L. 2006. Kuvataidekasvatuksen polulla. Teoksessa Tarkkonen, T. & Sassi, P. (toim.) Lapsi ja taide: Puheenvuoroja taidekasvatuksesta. Helsinki: Cultura Oy.

Rankanen, M., Hentinen, H. & Mantere, M-H. 2007. Taideterapian perusteet. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

THL. 2015. Taidelähtöiset menetelmät. Viitattu 25.7.2017. https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/menetelmat/taidelahtoiset_menetelmat

Walker, P. 2004. Vauvahieronta-opas aloittelijoille. Hierontaohjeita ja notkeusharjoituksia vauvasta kolmivuotiaaseen. Suom. Harjanne, G. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Perhemediat Oy.

Liite 2: Opas perheille

Luovien menetelmien mahdollisuudet vuorovaikutuksen tukena

Opas perheille

Krista Järvimäki & Sari Pirinen



Sisällysluettelo

Perheille suunnattu opas luovista menetelmistä	3
Musiikkimaalaus	4
Soittimiin tutustuminen yhdessä	5
Ääriviivojen piirtäminen	6
Keskustelua rummutellen	6
Vauvahierontaa musiikin tahtiin	7
Höyhen-/huivirentoutus	7
Musiikkiliikunta-leikki: Thub thub	8
Musiikkileikki: Palo bonito	8
Aartenetsintä	9
Unelmien saari	9
Vesivärien eri mahdollisuudet	10
Yhteinen ympyrä	11
Lähteet	12

Perheille suunnattu opas luovista menetelmistä

Tämä opas on toteutettu osana Laurea-ammattikorkeakoulun sosiaalian opinnäytetyötä Pelastakaa Lapset ry:n perhekuntoutusyksikkö Tyrskylle. Opas on ensisijaisesti suunnattu 0–8-vuotiaalle lapsille ja heidän vanhemmilleen, mutta menetelmät ovat sovellettavissa myös tätä vanhemmille lapsille. Opas sisältää vuorovaikuttaisia luovia menetelmiä kuvataiteesta ja musiikista, joita voidaan tehdä yhdessä lapsen kanssa. Menetelmiä voidaan hyödyntää myös, jos perheessä on useampi eri ikäinen lapsi. Jokainen lapsi voi osallistua toimintaan oman taitotason mukaisesti. Aikaisempaa kokemusta luovasta toiminnasta ei tarvitse olla, jotta oppaan harjoitteita pystyy hyödyntämään. Harjoitteita kannattaa kokeilla ja soveltaa avoimin mielin pitäen mielessä, että yhteinen tekeminen lapsen kanssa on lopputulosta tärkeämpää.

Tärkeintä on mukava yhteinen tekeminen ja luova prosessi!

Luovat menetelmät voivat olla apuna kommunikaatiossa, itsensä ilmaisemisessa ja asioiden jäsentämisessä. Ne voivat toimia hyvänä tukena vuorovaikutuksen vahvistamisessa. Mitä enemmän itsensä ilmaisemiselle on mahdollisuuksia, sitä enemmän pystytään käsittelemään erilaisten kokemusten tuottamia ajatuksia ja tunteita. Luova tekeminen voi olla lapselle ja aikuiselle tutkimusmatka omaan minäänsä. Luovassa toiminnassa tärkeintä ei ole lopputulos vaan itse prosessi, jossa ihmisen sisäinen ja ulkoinen maailma kohtaavat.

Musiikkimaalaus

Soveltuu kaikenikäisille

Tarvikkeet:

- paperia
- vesiväri- tai akryylimaalit tai sormivärit
- instrumentaalista musiikkia
- siveltimiä

Musiikkimaalaus yhdistää musiikin ja kuvataiteen. Musiikin kuuntelu nostaa esiin erilaisia tunteita ja ajatuksia, jotka voidaan maalata erilaisin muodoin ja värein. Maalauksessa syntyvä visuaalinen tuotos voi auttaa ymmärtämään omaa sisäistä kokemustaan.

Maalaamiseen valmistaudutaan valitsemalla aluksi erilaisia instrumentaalisia musiikkikappaleita. Kappaleet voivat olla tyyliltään hyvin erilaisia, vaihdellen rauhallisesta vauhdikkaaseen. Mieleiset värit ja maalit

kannattaa valita etukäteen ennen maalauksen aloittamista. Lapsen kanssa voi maalata yhdessä joko samalle tai eri papereille musiikin soidessa taustalla. Maalauksia voidaan tehdä useampi niin, että taustalla soi aina eri musiikki.

Maalaamisen samalle paperille voi toteuttaa myös ilman musiikkia. Ennen maalaamisen aloittamista on hyvä sopia lapsen kanssa, että keskustellaanko maalaamisen aikana vai tehdäänkö se hiljaisuudessa sekä maalataanko vuorotellen vai samanaikaisesti. Jos maalataan vuorotellen, niin vuoro voi vaihtua esimerkiksi aina yhden siveltimen vedon jälkeen.

Myös vauvan kanssa voi musiikkimaalata. Vauva voi istua sylissä ja osallistua maalaamiseen, jos käytössä on myrkyttömiä sormivärit.



Maalaamista voi kokeilla joko siveltimellä tai sormin.

Soittimiin tutustuminen yhdessä

Soveltuu kaikenikäisille

Tarvikkeet:

- rytmisoittimia, esim. rytmimuna tai kapulat

Pieni vauva viihtyy ympäristössä, jossa on rauhallisia ääniä. Kohdussa tutuksi tulleet äänet, kuten äidin ääni ja musiikki, rauhoittavat vauvaa. Jo vuoden ikäinen lapsi on kiinnostunut musiikista ja nauttii, kun pääsee vanhempansa kanssa liikkumaan ja taputtelemaan musiikin tahtiin.

Soittimia ja niistä lähteviä ääniä voidaan tutkia yhdessä vauvan tai vanhemman lapsen kanssa. Vauvan tai isomman lapsen kanssa voi laulaa ja soittaa samalla soittimia. Taustalle voi myös laittaa soimaan lastenmusiikkia, jonka tahtiin voi laulaa ja soittaa.

Rytmimunan voi rakentaa myös itse. Tähän tarkoitukseen soveltuu esimerkiksi suklaamunan sisältä löytyvä muovikotelo, jonka sisään voi laittaa esimerkiksi riisiä.



Ääriviivojen piirtäminen

Soveltuu kaikenikäisille

Tarvikkeet:

- iso paperi, johon lapsi mahtuu kokonaisuudessaan tai osittain makaamaan päälle
- lyijykynä, tusseja, värikyniä, siveltimiä ja maaleja

Lapsi asettuu paperin päälle haluamaansa asentoon ja hänen ääriviivat piirretään paperille. Vauvan ääriviivoja piirtäessä on hyvä pitää katsekontakti yllä. Kun ääriviivat ovat valmiit, kuvan voi maalata yhdessä lapsen kanssa ja ympärille voi yhdessä kirjoittaa haluamiaan positiivisia asioita lapsesta tai koko perheestä. Kuvan voi maalata mieleisillä väreillä ja muodoilla. Mukaan voi liimata esimerkiksi lehdistä leikeltynä kuvia. Lapsi voi myös piirtää vanhemman ääriviivat.



Keskustelua rummutellen

Soveltuu noin 4-vuotiaasta ylöspäin

Tarvikkeet:

- rumpuja (tai muita soittimia)

Soittaminen ja improvisaatio toimivat sanattomana kielenä, jonka kautta voidaan ilmaista ajatuksia ja tunteita sekä aikaansaada vuorovaikutusta. Tarkoituksena on saada aikaan luova prosessi, omilla musiikillisilla taidoilla ei ole niin suurta merkitystä.

Vuorovaikutusta ja kommunikointia voidaan harjoitella rumpujen avulla yhdessä lapsen kanssa. Aluksi voidaan tutustua rumpuun ja siitä lähteviin eri ääniin. Seuraavaksi aloitetaan "keskustelu" rumpujen avulla. Vanhempi

voi aloittaa rummuttamalla, johon lapsi vastaa rummuttamalla takaisin. "Keskustelua" voidaan käydä niin kauan kuin molemmista tuntuu hyvältä. Rummuttelun tulisi olla vuoropuhelun omaista – voi esimerkiksi kokeilla millaisia eri tunnetiloja rumpun avulla saa ilmaista. Jos lapsia on useampi, "keskustelua" voidaan käydä esimerkiksi piirissä.

**Soittimeksi
käy mikä tahansa.
Kokeile esimerkiksi
ämpärin tai kehon
eri osien
rummuttelua.**

Vauvahierontaa musiikin tahtiin

Hieronta edesauttaa vanhemman ja lapsen välille muodostuvan luottamussuhteen syntymistä. Säännöllisesti tehtynä se vähentää vauvan kortisolia eli stressihormonia. Varhaisen vuorovaikutuksen tukemisen lisäksi hieronnalla on myös paljon fyysisiä hyötyjä, kuten lihasten rentouttaminen. Hierontaa voi soveltaa myös vanhemmille lapsille.

Ennen hieronnan aloittamista vanhemman tulisi olla itse rentona. Kädet on hyvä lämmitellä hieromalla niitä toisiaan vasten. Vauvaan voi pitää katsekontaktin sekä jutella ja laulaa hieronnan aikana.

Vauvaa voi hieroa rauhallisen musiikin soinnossa taustalla. Ennen vauvaöljyn lisäämistä, voidaan silittelä vauvaa höyhenillä tai huivilla ja hakea kontaktia vauvaan. Höyheniä tai huiveja käyttämällä vauva

Hieronta rentouttaa lihaksia ja vähentää stressihormonitasoa.

Tarvikkeet:

- rauhallista musiikkia
- vauvaöljyä
- höyheniä tai huiveja

saa erilaisia aistielämyksiä. Jos vauvan päätä haluaa hieroa, niin se kannattaa tehdä ennen öljyn lisäämistä.

Hierottaessa voidaan kokeilla erilaisia hierontatekniikoita. Vauvan kehoa ja raajoja voidaan painella ja sivellä hellästi. Käsiä ja jalkoja voi hieroa kevyesti liu'uttamalla vuorotellen molempia käsiä raajoja pitkin. Vatsaa ja selkää voi myös taputella pitämällä kämmeniä kuppimaisessa asennossa. Jos vauvahierontaan haluaa perehtyä enemmän, oppaita aiheesta löytyy esimerkiksi kirjastoista.

Höyhen-/huivirentoutus musiikin tahtiin

Soveltuu kaikenikäisille

Tarvikkeet:

- höyheniä tai kevyitä huiveja
- rauhallista musiikkia

Rentoutumisella on ihmiseen psyykkisiä ja fyysisiä vaikutuksia. Rentoutumistavasta riippuen kehossa tapahtuu rentoutumisen aikana useita prosesseja, joilla voi olla positiivisia vaikutuksia kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Rentoutuminen voi muun muassa lisätä keskittymis- ja stressinhallintakykyä, vahvistaa jo olemassa olevia voimavaroja,

auttaa ymmärtämään itseään paremmin, sekä lisätä luovuutta ja tätä kautta tehostaa myös mielikuvien syntymistä ja oppimista.

Lapsi voi maata lattialla silmät kiinni. Rauhallisen musiikkikappaleen soinnossa liikuttetaan höyhentä tai huivia lapsen kehoa pitkin, käyden koko kehon läpi kasvat varpaisiin. Lapsi voi tehdä saman myös vanhemmalle.

Musiikkiliikunta-leikki: Thub thub

Soveltuu kaikenikäisille

Yhdessä musiikin ja liikkeen kautta voidaan ilmaista erilaisia tunteita kehon avulla. Musiikkiliikunnan avulla voidaan edistää vuorovaikutusta ryhmässä sekä lapsen kanssa. Tässä yhdistyy lapsen ja vanhemman välinen sanallinen ja sanaton viestintä.

Laulua voidaan laulaa yhdessä lapsen kanssa ja aina kun laulusta kuuluu sana "bum" tehdään eri liikkeitä. "Bum"-sanaa vahvistamaan voi ottaa mukaan esimerkiksi rummun tai jonkin muun rytmisoittimen. Myös lapsi voi ottaa soittimen mukaan tehdessään liikkeitä yksin. Liikkeitä voivat olla esimerkiksi hypähdys, liikkuminen eteen tai taakse ja käsien taputtaminen yhteen lapsen kanssa. Jos lapsia on useampi, voidaan yksittäisten liikkeiden jälkeen muodostaa piiri ja ottaa vieruskaverin

Voit myös soveltaa tätä johonkin toiseen lastenlauluun.

Tarvikkeet:

- rytmisoittimet (esimerkiksi kehärumpu tai kapulat)

olkapäistä, polvista tai nilkoista kiinni ja liikkua ympyrässä aina "bum"-sanan kuullessaan. Liikkeitä voidaan yhdessä keksiä lisää. Laulun sanat voi myös laulaa tai lausua omalla tyylillään.

Laulun sanat:

Alice thubi thubi thi bum thi bum thi bum!
Alice thubi thubi thi bum thi bum thi bum!
Thi bum, thi bum, thi bum thi bum thi bum!
Thi bum, thi bum, thi bum thi bum thi bum!

Thubi lausutaan "tsabi" ja thi "tsi".

Musiikkileikki: Palo bonito

Soveltuu kaikenikäisille

Tähän laululeikkiin ei tarvita mitään muuta kuin sormet. Sormet merkitsevät aina tiettyä sanaa laulussa. Laulun edetessä näytetään aina ne sormet, jotka laulussa kulloinkin mainitaan. Ensin harjoitellaan sormiliikkeitä ja leikkiä voi jatkaa lapsen kanssa siten, että molempien sormet koskettavat toisiaan. Laulun sanat voi joko laulaa yhdessä lapsen kanssa, lausua rytmisesti omalla tyylillään tai tehdä liikkeet Palo bonito -kappaleen mukana.

Laulun sanat:

Palo, palo, palo, palo
bonito, palo eh
eh, eh, eh, palo
bonito, palo, eh!

Palo = peukalot
Bonito = etusormet
Eh = pikkurillit

Palo Bonito -kappaleesta löytyy eri versioita esimerkiksi YouTubesta!

Aarteenetsintä

Soveltuu noin 3-vuotiaasta ylöspäin

Tarvikkeet:

- paperia, kyniä tai vahaliituja

Lapsen eteen asetetaan paperi ja kyniä, vanhempi piirtää karttaa sormella lapsen selkään ja samalla lapsi piirtää paperille mitä tuntee selässä. Kun kartta on valmis, lapsen kanssa voidaan yhdessä etsiä aarretta karttaa mukailen. Seuraavaksi lapsi voi piirtää vanhemman selkään. Lopuksi kartat voi vielä koristella ja lisäillä karttaan esim. puita, jokia, ym. "maamerkkejä". Taustalle voi laittaa soimaan musiikkia.



Unelmien saari

Soveltuu noin 4-vuotiaasta ylöspäin

Tarvikkeet:

- savea tai taikataikinaa

Unelmien saarta tehdessä päästään yhdessä pohtimaan ja suunnittelemaan miltä juuri oma unelmien saari näyttää ja mitä siellä on. Lapsi nauttii siitä, että pääsee yhdessä pohtimaan ja oivaltamaan asioita vanhempansa kanssa.

Unelmien saari luodaan yhdessä savesta tai taikataikinasta. Saaret ja sen asukkaat ja esineet voidaan myös maalata saven kuivuttua tai taikataikinan paistuttua ja jäähdettyä. Esimerkiksi akryylimaalit soveltuvat hyvin maalaamiseen.

Saven käsittelyssä on hyvä huomioida ilmapölyjen poisto ennen käyttöä. Tämä tapahtuu savea voimakkaasti käsittelemällä,

Unelmien saarta tehdessä päästään yhdessä pohtimaan ja suunnittelemaan miltä juuri oma unelmien saari näyttää ja mitä siellä on. Lapsi nauttii siitä, että pääsee yhdessä pohtimaan ja oivaltamaan asioita vanhempansa kanssa.

esimerkiksi heittelemällä savipalaa suojatulelle lattialle tai muovaamalla sitä voimakkaasti käsin. Tavallinen keittiön uuni ei sovellu saven polttamiseen, mutta saven voi antaa kuivua itsestään.

Taikataikinan ohje:

- 3 dl jauhoja
- 1,5 dl suolaa
- 1,5 dl vettä
- 1 rkl ruokaöljyä

Jauho ja suola sekoitetaan keskenään. Lisätään vesi ja ruokaöljy ja vaivataan taikina kiinteäksi. Jauhoja voi lisätä, jos taikina jää tahmeaksi. Jos taikina tuntuu murenevan, lisätään vettä. Valmiita teoksia kuivataan noin tunti 125 asteisessa uunissa.

Vesivärien eri mahdollisuudet

Soveltuu noin 2-vuotiaasta ylöspäin

Ennen maalaamiseen ryhtymistä vesiväripaperi kastellaan esimerkiksi sienen tai siveltimeen avulla, jonka jälkeen se kiinnitetään maalarinteipillä reunoista kiinni alustalle. Tämä estää paperin liiallisen kupristumisen.

Lapsen kanssa voidaan maalata joko samalle tai eri paperille. Vesiväreillä voidaan aluksi kokeilla esimerkiksi märkää märälle-tekniikkaa, jossa kostealle paperille maalaan haluamallaan tyyliä erilaisia ja erivärisiä muotoja. Kun vesivärin pinta paperilla on vielä märkää, voi kokeilla, mitä tapahtuu, kun siihen maalaa päälle toisella värillä. Vesivärimaalauksen voi olla valmis tällaisenaan tai sitä voi vielä jatkaa esimerkiksi pillien, kelmun tai suolan kanssa.

Kun vesiväri on vielä märkää paperin pinnalla, sitä voi kokeilla puhaltaa pillin

Tarvikkeet:

- vesiväripaperia
- maalarinteippiä
- vesivärit
- siveltimiä
- vesikuppi
- pillejä
- kelmua
- suolaa

avulla ja katsoa, miten väri käyttäytyy paperilla. Märälle paperille värin päälle voi kokeilla myös asetella kelmua tai ripotella suolaa. Paperin kuivuttua kelmua poistetaan ja ylimääräinen suola pyyhitään varovasti pois. Kuivuessaan kelmua ja suola ovat luoneet vesivärimaalauksen pinnalle erilaisia kuvioita. Voidaan myös kokeilla millaista jälkeä syntyy, kun käytetään hienoa tai karkeaa suolaa.



Yhteinen ympyrä

Soveltuu noin 4-vuotiaasta ylöspäin

Tarvikkeet:

- iso paperi
- akryylimaleja
- siveltimiä

Aluksi lapsen kanssa piirretään paperille ympyrä niin, että siitä tulee mahdollisimman symmetrinen.

Yhdessä voidaan pohtia, miten ympyrästä saataisiin niin pyöreä kuin mahdollista. Apuna voi hyödyntää esimerkiksi erilaisia kodista löytyviä esineitä.

Kun ympyrä on valmis, valitaan yhdessä värit, joilla ympyrä maalataan. Maalin kuivuttua ympyrän sisälle painetaan jälkiä

käsien avulla. Painaminen voidaan toteuttaa hyödyntämällä omia tai toisen käsiä. Lapsen käden voi kastaa maaliin ja asetella sen ympyrään haluttuun kohtaan. Lapsi voi tehdä saman vanhemman kädellä. Voidaan kokeilla millaisia erilaisia jälkiä saadaan kättä käyttäen, esimerkiksi rystysiä ja sormenpäitä hyödyntäen.



Lähteet

Ahonen, H. 1993. Musiikki. Sanaton kieli. Helsinki: Oy Finn Lectura

Ahonen, H. 1994. Löytöretki itseän. Musiikki, kuva ja liike itseilmaisun välineenä ja itsetuntemuksen lisääjänä. 2. Painos. Helsinki: Kirjayhtymä.

Hynninen, S. 2016. Luovat ja taidelähtöiset menetelmät lastenkodin arjessa: Ohjaajan ja lapsen vuorovaikutuksen rikastaminen. Pro Gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto: Humanistinen tiedekunta, Taiteiden ja kulttuurin tutkimuksen laitos, Taidekasvatuksen maisteriohjelma.

Juntunen, M-L., Perkiö, S., Simola-Isaksson, I. 2010. Musiikkia liikkuen. Musiikkiliikunnan käsikirja 1. Helsinki: WSOYpro

Kataja, J. 2003. Rentoutuminen ja voimavarat. Helsinki: Edita Publishing.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2017a. Vauvan aistien kehitys. 0–1 v. Lapsen kasvu ja kehitys. Vanhempainnetti. Viitattu 2.10.2017. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/0-1-v/vauvan-aistien-kehitys/>

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2017b. 1–2-vuotiaan sosiaalinen kehitys. Vanhempainnetti. Viitattu 2.10.2017. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/1-2-v/1-2-vuotiaan-sosiaalinen-kehitys/>

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2017c. 5–6-vuotiaan älyllinen kehitys. Vanhempainnetti. Viitattu 10.10.2017. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/5-6-v/5-6-vuotiaan-alyllinen-kehitys/>

Pentikäinen, L. 2006. Kuvataidekasvatuksen polulla. Teoksessa Tarkkonen, T. & Sassi, P. (toim.) Lapsi ja taide: Puheenvuoroja taidekasvatuksesta. Helsinki: Cultura Oy.

THL. 2015. Taidelähtöiset menetelmät. Viitattu 25.7.2017. https://www.thl.fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/menetelmat/taidelahtoiset_menetelmat

Walker, P. 2004. Vauvahieronta-opas aloittelijoille. Hierontaohjeita ja notkeusharjoituksia vauvasta kolmivuotiaaseen. Suom. Harjanne, G. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Perhemediat Oy.