

Riikka Gerlander

# VANHEMMAN JA LAPSEN VÄLISEN VUOROVAIKUTUKSEN TUKEMINEN

Menetelmä perhetyöhön

Opinnäytetyö  
Sosionomi (AMK)

2018



**Kaakkois-Suomen  
ammattikorkeakoulu**

<b>Tekijä/Tekijät</b>	<b>Tutkinto</b>	<b>Aika</b>
Riikka Gerlander	Sosionomi (AMK)	Syyskuu 2018
<b>Opinnäytetyön nimi</b>		
Vanhemman ja lapsen välisen vuorovaikutuksen tukeminen Menetelmä perhetyöhön		59 sivua 8 liitesivua
<b>Toimeksiantaja</b>		
Kotkan kaupunki, ennaltaehkäisevä ja tehostettu perhetyö		
<b>Ohjaaja</b>		
Harri Mäkinen, Mari Nieminen		
<b>Tiivistelmä</b>		
<p>Vanhemman vuorovaikutus vaikuttaa merkittävästi lapsen turvallisuudentunteeseen ja itse-tunnon kehittymiseen sekä koko perheen ilmapiiriin. Myönteinen, lämmin vanhemman vuoro-vaikutus vahvistaa vanhemman rakkaudellista tunnesuhdetta lapseen. Vanhemman hy-vän vuorovaikutuksen lapsi tuntee välittävänä katseena ja lapsen aloitteisiin vastaamisena, lempeänä kosketuksena, keskusteluna ja kannustamisena. Vanhemman ja lapsen vuoro-vaikutuksesta suuri osa toteutuu päivittäin toistuvissa rutiineissa.</p> <p>Perhetyössä vanhemman vuorovaikutuksen tukeminen kuuluu olennaisena osana van-hemmuuden tukemiseen ja lapsen hyvinvoinnin vahvistamiseen. Tässä opinnäytetyössä laadittiin toiminnallinen perhetyön menetelmä, jonka avulla vanhemman vuorovaikutusta voidaan tukea. Tavoitteena oli, että perhetyössä voidaan menetelmään sisältyvän korttisar-jan avulla mallintaa vanhemmalle konkreettisia esimerkkejä myönteisestä vuorovaikutuk-sesta. Myönteisemmän vanhemman vuorovaikutuksen myötä vanhemman ja lapsen koh-taamiset voivat sisältää enemmän lämpöä ja iloa ja perheen tunnelma sekä lapsen turvalli-suudentunne, itsetunto ja hyvinvointi vahvistua.</p> <p>Menetelmän kehitystyö eteni kahdessa vaiheessa. Ensimmäisen version kehittämisessä hyödynnettiin teoreettista viitekehystä ja perhetyön kokemuksia. Kehitystyön toisessa vai-heessa hyödynnettiin Kotkan kaupungin perhetyön tiimiltä saatua palautetta ja peilattiin ensimmäistä versiota uudelleen teoreettiseen viitekehukseen. Valmis menetelmä sisälsi yhteensä 24 korttia, jotka mallintavat esimerkkejä ja toimintamalleja vanhemman myönte-i-seen vuorovaikutukseen sekä työntekijän ohjeen menetelmän käyttöön. Korttien aiheet jao-teltiin lapsen huomaamiseen ja hyväksyvään katseeseen, hyvään kosketukseen, tunteiden käsittelyyn, positiiviseen palautteeseen, arjen toistuviin rakenteisiin ja myönteiseen, jämä-kään ohjaamiseen liittyviin esimerkkeihin ja toimintamalleihin.</p> <p>Perhetyössä vanhemman vuorovaikutuksen tukeminen on pitkäjänteistä, suunnitelmallista työtä. Opinnäytetyössä kehitetty menetelmä tarjoaa perhetyön käyttöön yhden uuden tavan tukea vanhemman vuorovaikutusta. Menetelmän avulla vanhempi voi innostua muutta-maan vuorovaikutustaan myönteisemmäksi esimerkiksi vain yhdellä pienellä toimintamallil-la. Jo pienikin myönteinen muutos vanhemman vuorovaikutuksessa voi merkitä ensimmäis-tä askelta parempaan perheen tunneilmastoon ja lapsen hyvinvointiin.</p>		
<b>Asiasanat</b>		
vuorovaikutus, vanhemmuus, vanhempi-lapsisuhde, perhetyö		

Author (authors)	Degree	Time
Riikka Gerlander	Bachelor of Social Services	September 2018
<b>Thesis Title</b> SUPPORT of PARENT-CHILD INTERACTION METHOD for FAMILY WORK		59 pages 8 pages of appendices
<b>Commissioned by</b> Kotka, Precautionary and Intensive Family Work		
<b>Supervisor</b> Harri Mäkinen, Mari Nieminen		
<p><b>Abstract</b></p> <p>Parental interaction affects strongly on the child's sense of security, self-esteem and family atmosphere. Positive, warm parental interaction confirms the loving, emotional parent-child relationship. Parent's eye contact, responsiveness for child's initiatives and readiness for discussions, loving touch and positive feedback indicate warm parental interaction. Parental-child interaction becomes true in continual daily routines.</p> <p>Support of parental interaction to strengthen the child's wellbeing plays a major role in family work. In this thesis a functional family work method was developed to support parental interaction. The objective of the thesis was to model concrete examples of positive parental interaction with a pack of cards that represent examples of parental interaction. More positive parental interaction may create additional warmth and joy in the parent-child contacts, which may lead to improved family atmosphere, child's sense of security, self-esteem and wellbeing.</p> <p>Developing of the method was set in two phases. The first version was created on the basis of the theoretical background and experiences in family work. In the second phase, the first version of the method was completed with the feedback from the Kotka family work team and reflection to the theoretical background. The complete version includes 24 cards giving examples and a model for positive parental interaction and instructions for the family worker. The themes of the cards were divided under the topics responding the child's initiatives and eye-contact, compassionate touch, treating the emotions, positive feedback, continual daily routines and a firm, positive way to set boundaries for the child.</p> <p>The development of parental interaction skills requires long-term planning and support in family work. The method that is developed for this thesis offers one possibility to support parental interaction skills. With the support of the method the parent may become inspired to change the interaction with some minor way in daily action. Even one change may lead to improved family atmosphere and child wellbeing.</p>		
<b>Keywords</b> interaction, parenthood, parent-child relationship, family work		

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	VANHEMMAN VUOROVAIKUTUS.....	7
2.1	Vuorovaikutus on olennainen osa kaikkia ihmissuhteita.....	7
2.2	Vanhemman vuorovaikutuksessa vaikuttaa vahva tunnesuhde lapseen .....	8
2.3	Katse ja huomaaminen viestivät vanhemman rakkaudesta.....	10
2.4	Vanhemman hyvä kosketus on lapselle elintärkeää.....	10
2.5	Tunteiden käsittely opettaa ymmärtämään ja hallitsemaan tunteita .....	11
2.6	Vanhemmalta saatu positiivinen palaute vahvistaa .....	13
2.7	Vuorovaikutuksella vanhempi voi helpottaa käyttäytymisen haasteita .....	15
2.8	Vuorovaikutus toteutuu perheen rutiineissa ja rytmissä.....	16
2.9	Vanhemman myönteisen vuorovaikutuksen vaikutus lapseen ja perheeseen .....	18
3	VANHEMMAN VUOROVAIKUTUKSEN TUKEMINEN PERHETYÖSSÄ .....	20
3.1	Perhetyöllä pyritään vaikuttamaan perheenjäsenten suhteisiin.....	20
3.2	Perhetyö voi havaita merkkejä vanhemman vuorovaikutuksen haasteista .....	21
3.3	Vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta tukevia menetelmiä.....	22
4	MENETELMÄN KEHITYSTYÖ.....	24
4.1	Tarve vuorovaikutusta tukevalle menetelmälle.....	24
4.2	Menetelmän ensimmäinen versio .....	27
4.2.1	Huomaamista ja hyvää katsetta kuvaavat kortit.....	30
4.2.2	Hyvää kosketusta kuvaavat kortit.....	31
4.2.3	Tunteiden käsittelyä kuvaavat kortit .....	32
4.2.4	Positiivista palautetta kuvaavat kortit .....	33
4.2.5	Päivittäisiä rutiineja ja rytmiä kuvaavat kortit.....	34
4.2.6	Ohje korttien käyttöön .....	37
4.2.7	Perhetyön tiimin jäsenten palaute .....	39
4.3	Menetelmän viimeisteleminen.....	40

4.3.1	Huomaamista ja hyväksyvää katsetta sekä positiivista palautetta kuvaavien korttien lisäys .....	41
4.3.2	Myönteistä, jämäkkää ohjaamista kuvaavien korttien lisäys .....	42
4.3.3	Muokatut kortit.....	43
4.3.4	Valmis ohje menetelmälle .....	44
4.4	Yhteenvedo valmiista menetelmästä .....	46
4.5	Arviointi kehitystyön tuloksista .....	47
5	POHDINTA.....	50
	LÄHTEET .....	54
	KUVALUETTELO.....	59
	LIITTEET	

Liite 1. Palautekysely Kotkan kaupungin perhetyön tiimin jäsenille

Liite 2. Perhetyön tiimin jäsenten palaute

Liite 3. Koonti korttien teemoista

Liite 4. Mallisivut korttien tulostustiedostosta

## 1 JOHDANTO

Ajatuksen vanhemman vuorovaikutusta tukevan menetelmän kehittämisestä sain työskennellessäni Kotkan kaupungin ennaltaehkäisevän ja tehostetun perhetyön tiimissä keväällä 2017. Monissa perheissä vanhemmat kertoivat arjen olevan kuormittavaa monella tavalla: lapset saattoivat käyttäytyä perheissä haastavasti ja arki näyttäytyä jatkuvina kiistoina tai temppuiluina. Perheiden elämää havainnoidessani huomasin, että arjen kitkakohdat liittyivät usein tavalla tai toisella vanhempien ja lasten väliseen vuorovaikutukseen.

Samansuuntaisista havainnoista kertovat myös monet muut ammattilaiset ja mediassa esillä olleet asiantuntijoiden kommentit. Vuorovaikutus lapsen kanssa saattaa jäädä niukaksi tai vähän lämpöä sisältäväksi, jos esimerkiksi vanhemman työ vie liikaa aikaa tai jos vanhemman omat voimavarat ja jaksaminen ovat muuten vähäiset. Jotkut asiantuntijat ovat esittäneet, että sosiaalinen media ja jatkuva digitaalinen viihde vievät liikaa aikaa joidenkin vanhempien ja lasten keskinäiseltä vuorovaikutukselta, minkä on edelleen arveltu johtavan jopa lasten puheenkehityksen häiriöiden lisääntymiseen. Myös lasten käyttäytymisen tai tunne-elämän häiriöistä puhutaan paljon ja viitataan esimerkiksi ammattikasvattajien työn haasteisiin tai lastenpsykiatrisen hoidon jonoihin. Koska ainakin osa perheiden arjen haasteista ja lasten oireilusta liittyy kodin tunneilmastoon ja vanhempien ja lasten suhteisiin, on vanhempien vuorovaikutustaitojen tukeminen keskeistä työn sisältöä perhetyössä.

Vaikka perhetyössä vanhempien vuorovaikutustaitojen tukemiseksi käytetään lukuisia keinoja dialogeista moniin erilaisiin menetelmiin, kaipasin itse Kotkan perhetyön tiimissä työskennellessäni jotakin uudenlaista tapaa vanhemman tukemiseen. Koska erilaiset toiminnalliset menetelmät jäsensivät mielestäni usein hyvin keskusteluja vanhempien kanssa, syntyi ajatus korttien avulla toteutettavasta vanhemman vuorovaikutusta tukevasta menetelmästä. Tavoitteenani oli, että kehitettävän menetelmän avulla voisi vanhemman kanssa keskustella vuorovaikutuksesta monipuolisesti ja samalla tukea vanhempaa myönteiseen vuorovaikutukseen erilaisten konkreettisten esimerkkien ja toimintamallien avulla. Tämä taas voisi johtaa parempaan perheen tunneilmastoon ja edelleen lapsen turvallisuuden tunteen ja hyvinvoinnin lisääntymiseen. Keskustelin ajatuksistani esimieheni Mari Niemisen kanssa, joka kannusti mi-

nua eteenpäin kehittämään menetelmää vanhemman vuorovaikutuksen tukemiseksi Kotkan kaupungin ennaltaehkäisevälle ja tehostetulle perhetyölle.

Ensimmäisen version vanhemman vuorovaikutusta tukevasta menetelmästä toteutin, kun olin ensin luonut teoreettisen viitekehyksen vanhemman vuorovaikutuksesta ja vuorovaikutuksen tukemisesta perhetyössä. Teoreettisen viitekehyksen esittelen kappaleissa 2 ja 3. Toisessa vaiheessa viimeistelin menetelmän kerättyäni Kotkan kaupungin perhetyön tiimin työntekijöiltä palautetta menetelmän ensimmäisestä versiosta ja peilattuani ensimmäistä versiota vielä uudelleen teoreettiseen viitekehykseen. Menetelmän koko kehittämistyön prosessia kuvaan kappaleessa 4. Lopuksi pohdin koko opinnäytetyöhön liittyviä teemoja kappaleessa 5.

## **2 VANHEMMAN VUOROVAIKUTUS**

### **2.1 Vuorovaikutus on olennainen osa kaikkia ihmissuhteita**

Vuorovaikutukseen sisältyy kaikki se, kuinka olemme vastavuoroisesti yhteydessä toiseen tai toisiin. Vuorovaikutus ilmenee vastavuoroisena, tässä ja nyt tapahtuvana kommunikaationa ihmisten välillä, puheen, sanojen, äänenpainojen, olemuksen, eleiden, katseiden, äännähdysten, ilmeiden, kuuntelun, kosketusten ja asentojen välityksellä. Jokainen ihminen on vuorovaikutuksessa toisiin omalla persoonallisella tavallaan, johon heijastuvat myös sosiaaliset ja kyseessä olevaan ihmissuhteeseen liittyvät roolit. (Hardley 1999, 20–27; Väestöliitto 2018.)

Vuorovaikutukselle on tyypillistä prosessimaisesti etenevät kohtaamiset, joiden alkua ja loppua on vaikea määritellä. Yhdessä jaettujen hetkien kautta syntyy kumuloituvia kokemuksia, kun aiemmin koetut kohtaamiset vaikuttavat seuraavien vuorovaikutustilanteiden taustalla. Esimerkiksi tilanne, jossa koemme toisen ihmisen arvostavan meitä, johtaa jollakin tasolla reagointiimme, joko sanalliseen ja kehon olemukseen tai pelkästään sanattomaan, olemuksen välittämään positiiviseen tunteeseen. Tämä reaktio taas edelleen vaikuttaa vuorovaikutuksen jatkumiseen todennäköisesti myönteisessä hengessä. Vuorovaikutusta onkin joskus kuvattu tanssiksi, jossa kohtaaminen soljuu eteenpäin ihmisten reagoidessa toinen toisilleen lähettämiin viesteihin. (Hartley 1999, 20–27; Talvio & Klemola 2017, 12.)

Vuorovaikutus ihmisten välillä ja yhteisesti jaetut kokemukset ovat edellytys sille, että ihminen kehittyy ihmiseksi. Sosiaalisten aivojen kehittyminen vaatii peilisolujen kautta tapahtuvaa reagoimista toisen ihmisen kohtaamiseen, tunteisiin ja yhteisiin kokemuksiin (Sajaniemi & Mäkelä 2014, 109). Suhteet muihin ihmisiin toimivat paremmin hyvillä vuorovaikutustaidoilla. Tämän vuoksi vuorovaikutustaidot ovat tärkeitä myös kotona vanhempien ja lasten välillä. Paradoksaalisesti kuitenkin usein juuri kotona, kaikkein rakkaimpien ihmisten kanssa toimimme vähiten rakentavalla tavalla, emme esimerkiksi muista hyväksyvän katseen tai myönteisen palautteen merkitystä. (Talvio & Klemola 2017, 11.)

## **2.2 Vanhemman vuorovaikutuksessa vaikuttaa vahva tunnesuhde lapseen**

Vanhemman ja lapsen suhde on erityinen: vanhemmuuteen sisältyy aina vastuu lapsesta ja vahva tunneside omaan jälkeläiseen. Kun vanhemmuuden tehtäviä tarkastelee esimerkiksi vanhemmuuden roolikartan avulla, voi hyvin havaita että kaikkiin vanhemman rooleihin elämän opettajana, ihmissuhdeosaajana, rajojen asettajana, rakkauden antajana ja huoltajana sisältyy vuorovaikutus olennaisena osana (Varsinais-Suomen Lastensuojelukuntayhtymä 1999).

Kalliala kuvaa mielestäni hyvin kasvattajan vuorovaikutuksen merkitystä, tosin päiväkodissa. Hänen mukaansa hyvä kasvattaja on vuorovaikutuksessaan lapseen eloisa ja leikkimielinen, herkkä tunnistamaan ja tukemaan lapsen tunteita ja ilmaisemaan huolenpitoa sekä viestimään lapselle saatavilla oloaan puheellaan, olemuksellaan, ilmeillään ja eleillään. Hyvä vuorovaikutus luo turvaa ja rakennetta sekä mahdollistaa lapselle rauhan kasvaa ja kehittyä omana itsenään, löytämään ja ottamaan käyttöön oman potentiaalinsa. (Kalliala 2009, 30–33, 68.)

Sinkkonen kuvailee vanhemman hyvää vuorovaikutusta muutaman minuutin videoidun leikkihetken perusteella (Crittenden care index -arviointi). Optimaalisesti toimiva, sensitiivinen vanhempi on vuorovaikutuksessaan lapseen ilmeikäs, juttelee ja äännähtelee lapselle kannustavasti, on lapsen lähellä, toimii empaattisesti ja lapsen tunnetiloja mukaillen, kunnioittaa lapsen omia valintoja ja aloitteita mutta toisaalta tarjoaa uusia virikkeitä, jos lapsi menettää



mielenkiinnon aiempaan toimintaan. Hyvässä vuorovaikutuksessa voi havaita iloa, hauskuutta ja leikillisyyttä. (Sinkkonen 2008, 91–93.)

Yllä olevia Kallialan ja Sinkkosen kuvauksia kasvattajan ja vanhemman hyvästä vuorovaikutuksesta voidaan vielä laajentaa, kun pohditaan vanhemman vuorovaikutusta lapseen. Koska vanhemman ja lapsen suhde on erityinen tunnesuhde ja vanhempi on vastuussa lapsestaan, tulisi vuorovaikutuksen sisältää myös rakkauden ja vahvan sitoutumisen ilmaisemista (Becker-Weidman & Shell 2008, 58; Hughes 2011, 119). Lapsen tunne rakastetuksi ja vanhemman arvostamaksi tulemisesta saa lapsen elämän tuntumaan merkitykselliseltä (Puolimatka 2010, 68–69). Myös Hughes (2011, 119–122) korostaa rakkautta vanhemman ja lapsen välisen suhteen ja vuorovaikutuksen erityisenä ominaisuutena. Rakkaus ilmenee ehdottomana, pysyvänä sitoutumisena ja ilona yhdessä olemisesta. Sitoutuminen vuorovaikutuksessa näkyy siinä, että vanhempien ja lasten välinen suhde ei ole koskaan ehdollinen, vaan säilyy myös huonoina päivinä ja lapsi voi luottaa siihen, että vanhemmat ovat hänen tukena ja saatavillaan. Ehdoton sitoutuminen on hyvä vanhemman myös ilmaista lapselleen. Lapselle voi esimerkiksi joka päivä kertoa, että lapsi on hänelle ihana ja rakas juuri sellaisena kuin on. (Cacciatore ym. 2008, 164–166; Mäkijärvi 2008, 17–18.)

Schmitt (2003, 316) muistuttaa, että hyvä vanhemmuus myös menee muiden asioiden, esimerkiksi työn, harrastusten tai ystävien edelle, sillä lapsella on oikeus tuntea olevansa ykkössijalla vanhemman elämässä, vaikka vanhempi jakaa aikaansa muillekin kuin lapsille. Riittävä vuorovaikutus voi siis toteutua vain, jos vanhempi on tarpeeksi läsnä ja saatavilla lapselleen. Perheissä, joissa vanhemman voimavarat ovat vähäiset esimerkiksi vanhemman mielenterveys- tai päihdeongelmien, taloudellisten huolien tai liian kiireellisen työelämän vuoksi, vanhempi ei usein jaksa tai kykene riittävästi aitoon, lämpimään läsnäoloon. (Jallinoja 2009, 30–31; Kyrönlampi-Kylmänen 2010, 47–48; Rönkä & Kinnunen 2009, 83–88.) Jos lapsi ei saa vanhemmaltaan kaipaamaansa myönteistä huomiota, hän ottaa mieluummin edes negatiivista huomiota esimerkiksi haastavalla käytöksellä kuin jää kokonaan huomiotta. (Lastensuojelun Keskusliitto & Sariola 2006, 10; Lundán 2012, 117–118).

### **2.3 Katse ja huomaaminen viestivät vanhemman rakkaudesta**

Vanhemman katseella on lapselle valtava merkitys. Yhteen katseeseen voi sisältyä lukuisia vivahteita – katsooko äiti tai isä minua ihailleen, rakastavasti ja ymmärtäen vai syyttävästi, ärtyisästi ja kyllästyneenä, katsooko ja huomaako ollenkaan. Katseen merkitys nousee sanoja suuremmaksi, joissakin perheissä välittämisen ja rakkauden ilmaiseminen voi olla vaikeaa sanoilla mutta katseilla ja eleillä lämpimät tunteet välittyvät. Vanhemman huomaavan, hyväksyvän ja rakastavan katseen kohdannut lapsi kasvaa itseensä ja muihin luottavaksi, tuomitsevasti katsottu tai katsekontaktia vaille jäänyt kasvaa kysymään, olenko itselleni tai muille ollenkaan kelvollinen. (Sinkkonen 2008, 176–178.)

Katseen ja katsekontaktin lisäksi aktiivinen läsnäolo ja lapsen aloitteisiin vastaaminen viestii lapselle sitä, että hän on vanhemmalleen tärkeä ja vanhempi on valmis reagoimaan lapsen kokemuksiin (Armstrong 2013, 5; Hughes 2015, 93–113). Vanhemman kannattaa pysähtyä lapsen asian äärelle, esimerkiksi keskeyttää hetkeksi omat puuhut, kun lapsi haluaa esitellä piirustustaan tai pyytää katsomaan rakentamaansa majaa. Vanhemman kiireetön läsnäolo, lapsen kuunteleminen ja hänen asiansa äärelle pysähtyminen, keskustelu ja yhteinen tekeminen vahvistavat vanhemman ja lapsen suhdetta ja viestivät lapselle, että hän on tärkeä vanhemmalleen. (Cacciatore ym. 2008, 58–61; Ensi- ja turvakotien liitto 2016, 29; Kinnunen 2003, 69). Erityisen paljon lapset nauttivat, jos vanhempi antautuu leikkimään lapsen kanssa. Leikissä vanhempi voi antaa lapsen olla rauhassa leikkiä eteenpäin vievässä ja aloitteen tekevässä roolissa ja unohtaa vanhemman rooliin tavallisesti kuuluvan lapsen ohjaamisen. Kun lapsi saa nautinnollisen kokemuksen siitä, että vanhempi seuraa hänen aloitteitaan, vahvistuu samalla lapsen ja vanhemman suhde myös leikin ulkopuolella. (Heikkinen 2018.)

### **2.4 Vanhemman hyvä kosketus on lapselle elintärkeää**

Kosketus on vuorovaikutuksen alkukantaisin muoto, joka toimii silloinkin, kun sanoja tai eleitä ei käytetä. Turvallinen, hoivaava ja lempeä kosketus on lapsen hyvinvoinnille ja kehitykselle välttämätöntä - tutkimusten mukaan simpanssivauvakin kuolee, jos sille ei ole tarjolla emon hoivaa. (Hakala 2011, 13–14.)

Suomessa koskettamisen kulttuuri on perinteisesti ollut pidättyväinen. Vanhempia varoiteltiin pitkään, että sylissä pitäminen tai läheisyys voisi hemmotella lapset pilalle ja tutkimusten mukaan poikia kosketetaan vieläkin tyttöjä vähemmän. Syliin ottamisen kieltäminen kiukkuaan itkevältä lapselta on yhä varsin yleistä, vaikka juuri sylissä lapsi voisi rauhassa tyyntyä ja harjoitella oman mielen ja tunteiden hallintaa. (Räinä 2015; Sihvola 2006, 105; Tiesalo 2014.)

Lastenpsykiatri (2015) Jukka Mäkelä korostaa, että kosketuksella on suuri yhteys siihen, millaisena ja kuinka ehyenä lapsi kokee itsensä. Hellä, turvallinen kosketus saa kehon tuottamaan oksitosiinihormonia, joka tuottaa hyvää oloa, lievittää stressiä ja kipua, vähentää aggressiivisuutta sekä lisää luottamusta toisiin ihmisiin (Räinä 2015). Kosketuksella on valtava merkitys myös itsetunnon, sosiaalisen älykkyyden, stressinsietokyvyn ja elämänhallinnan kehittymiselle (Cacciatore ym. 2008, 176–177). Tämän vuoksi lempeällä kosketuksella on suuri merkitys arjen sujuvoittajana. Joka päivä runsaasti hellää kosketusta ja läheisyyttä kokevat lapset käyttäytyvät rauhallisemmin ja sopeutuvammin ja koskettamisen myötä sekä lapsella että vanhemmalla lisääntyvät oksitosiinitasot vahvistavat ja harmonisoivat keskinäistä suhdetta.

Koska kosketus on lapsen minuuden tasapainoisen kehittymisen kannalta elintärkeää, muistuttaa Mäkelä (2015) vanhempia, että läheisyyttä, syliä tai lempeää kosketusta ei koskaan tulisi ajatella lapselle palkintona esimerkiksi hyvästä käytöksestä. Hellän, hyvän kosketuksen tilaisuuksien huomaaminen on tärkeää arjen keskellä, vanhempi voi esimerkiksi ohimennen pörröttää lapsen tukkaa tai silittää selkää samalla, kun puetaan päälle, rutistaa pihalta sisälle palaavaa lasta tai tarttua kädestä yhdessä kulkiessa. (Räinä 2015; Tiesalo 2014.) Toisaalta lapset usein nauttivat kosketuksesta valtavasti myös peuhaamis- ja riehumisleikkien muodossa. Kutittelu, jahtaamisleikki tai peuhupaini tarjoavat lapselle jännitystä ja rentoutusta, samalla kun hassuttelu vahvistaa lapsen ja vanhemman yhteisyyttä ja keskinäistä iloa. (Sajaniemi & Mäkelä 2014, 104–106.)

## **2.5 Tunteiden käsittely opettaa ymmärtämään ja hallitsemaan tunteita**

Sinkkosen mukaan hyvään vanhemman vuorovaikutukseen lapsen kanssa kuuluvat mentalisaatio ja reflektiivisyys, jotka lapsi tuntee siinä, että hän voi

kokea pysyvänä vanhemman mielessä myös poissaolon aikana ja että vanhempi pyrkii empaattisesti pohtimaan ja ymmärtämään lapsen käyttäytymisen taustalla vallitsevia tunnetiloja ja tyyntymään lasta stressitilanteissa (Sinkkonen 2008, 108–112). Lapselle voi siis esimerkiksi välittää tunteen siitä, että vanhempikin kaipaa lasta silloin, kun lapsi on päivähoidossa tai lapsen kiunkunpuuskan jälkeen vanhempi voi jutella lapsen kanssa tapahtuneesta ja lapsen tunteista. Tunteista ja kokemuksista keskusteleminen vahvistaa vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta, turvallisen kiintymyssuhteen ja lapsen oman mentalisaatiokyvyn kehittymistä, jolloin lapsi oppii itsekin vähitellen pohtimaan empaattisesti muiden tunteita ja säätlemään omia tunteitaan. (Larmo 2010.)

Lapsen turvallisuuden tunteen kehittymiselle on tärkeää, ettei lapsi koe vanhemman joutuvan suunniltaan tai hylkäävän lasta silloinkaan, kun lapsi ilmaisee voimakkaita negatiivisia tunteita. Vanhemman on siksi tärkeää hyväksyä kaikki tunteet, vaikka ohjaakin lasta opettelemaan hillitsemään tunteidensa ilmaisua, esimerkiksi että ketään ei saa satuttaa, vaikka olisikin vihainen. (Cacciatore 2010, 35; Sinkkonen 2008, 104–105, 142–143.) Juusola (2011, 67) neuvoo vanhempia vahvistamaan positiivisia tunteita ja tyyntymään, mutta ei tukahduttamaan negatiivisia tunteita, jotta lapsi oppii vähitellen hallitsemaan omat tunteensa ja ilmaisemaan negatiivisia tunteita hyväksyttävällä tavalla.

Rajojen asettamisen tai negatiivisten tunteiden purkautumisen jälkeen vanhemman on tärkeää ottaa lapsi syliin tai viereen ja jutella rauhallisesti asiasta, jotta lapselle varmistuu, että vanhempi edelleen rakastaa lastaan ja on sitoutunut tähän myös vaikeina hetkinä. Lapselle on hyvä myös vakuuttaa, että vaikeista tilanteista selvittää yhdessä eteenpäin. Lapsen mieleen luo vahvaa turvallisuuden tunnetta, kun vanhempi hyväksyy ja rakastaa lasta ehdoitta omana itsenään, vaikka ei hyväksykään lapsen huonoa käytöstä. Kun lapsi tietää, että vanhempi ei missään tilanteissa hylkää lasta tai käyttäydy väkivaltaisesti lasta kohtaan, voi lapsi turvallisella mielellä ilmaista myös suuttumisen tai turhautumisen tunteita. Vanhemman on tärkeää myös samalla sanoittaa lapsen tunteita, esimerkiksi sanoa ymmärtävänsä, että lasta suuttuttaa kun pitää toimia, kuten äiti tai isä sanoo. (Cacciatore 2010, 57; Hughes 2011, 190–191; Kyrönlampi-Kylmänen 2010, 121 – 122; Rantala 2014, 52.)

Tunteista keskustelemisen lisäksi vanhemman on hyvä muistaa, että peilisolut saavat vuorovaikutuksen kautta tunteet tarttumaan lapsesta vanhempaan ja vanhemmasta lapseen. Kun vanhempi vuorovaikutuksessaan lapseen pyrkii tietoisesti peilaamaan positiivisia tunteita, myös lapsi vastaa todennäköisemmin myötäsukaisesti kuin kiukulla tai vastaan hangoittelulla. Toisaalta lapsen kiukuttelu saattaa saada vanhemmankin taantumaan uhmaikäiseksi, jollei vanhempi pysähdy hallitsemaan omia tunnereaktioitaan. Myös vanhemman stressi esimerkiksi raskaan työpäivän jälkeen voi saada vanhemman käyttäytymään ärtyneesti, mikä edelleen heijastuu lapsen käytökseen. Kaikki, myös vanhemman negatiiviset tunteet, ovat sallittuja ja oikeita, kuitenkin vanhemman tulee hallita reaktionsa niin, ettei käytä väkivaltaa tai ilmaise lapselle hylkäävänsä tätä omassa tai lapsen tunnemyrskyssä. Tämän vuoksi vanhemman on tärkeää keskustella lapsen kanssa erilaisista tunteista ja myös pyytää anteeksi, jos oma negatiivinen tunnetila on siirtynyt käyttäytymiseen ja vanhempi on esimerkiksi äyskinyt lapselle. Näin lapsi oppii paitsi ymmärtämään tunteita, myös hallitsemaan tunteita ja pyytämään anteeksi, sisältyhän lapsiperheen arkiseen elämään väistämättä myös monia kitkakohtia eikä aikuinenkaan ole erehtymätön. (Korhonen & Sinkkonen 2015, 137–138; Rantala 2014, 52–55.)

## **2.6 Vanhemmalta saatu positiivinen palaute vahvistaa**

Yhtä negatiivista palautetta kohti on hyvä saada moninkertainen määrä positiivista palautetta (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 18–19). Tätä ohjetta voi hyvin soveltaa myös kaikkeen lapsen ja vanhemman väliseen vuorovaikutukseen. Vanhemman tulisi siis huolehtia, että lapsi saa runsaasti enemmän positiivista kuin negatiivista huomiota. Kun lapsi on levoton tai käyttäytyy huonosti, kysyy viisas vanhempi itseltään, saako lapsi tarpeeksi positiivista palautetta vai ottaako huomion edes negatiivisena, jos positiivista palautetta vanhemmalta ei saa. Usein positiivisen palautteen lisääminen saakin lapsen käyttäytymään sopuisemmin. (Cantell 2010, 60–61.)

Arjen rytmisissä ja päivittäisissä rutiineissa on jatkuvasti tilanteita, joissa lapselle voi antaa positiivista palautetta. Positiivinen palaute paitsi vahvistaa vanhemman toivomaa käyttäytymistä, myös saa lapsen tuntemaan itsensä kyvykkääksi, arvostetuksi ja rakastetuksi. Positiivista palautetta lapselle voi antaa useilla eri tavoilla. Furman (2012, 16–26) neuvoo vanhempia tai muita kasvat-

tajia kiittämään ja kannustamaan lasta antamalla lapselle itselleen suoraa palautetta asiasta, kehumalla lasta toiselle aikuiselle, kyselemällä lapselta tarkemmin, kuinka hän onnistui toimimaan oikein tai kannustamaan lasta jo pelkästä hyvästä yrityksestä. Vanhempi tai kasvattaja voi antaa positiivista palautetta lapselle myös leikkisästi lapsen taitavuutta ihmettelemällä tai elein, ilmein ja kosketuksen välityksellä (kuva 1).

Lapsen kiittäminen suoralla palautteella	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Kiitos, kun autoit minua pöydän kattamisessa.</li> <li>•Olen iloinen, että korjasit itse lelusi.</li> </ul>
Lapsen kiittäminen kehumalla lasta muille	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Kerron isällekin, että korjasit tänään hienosti lelusi!</li> <li>•Ripustimme Maijan kanssa pyykit, minulle oli hänestä iso apu (äiti mummille)</li> </ul>
Lapsen kiittäminen kysymällä	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Sait puettua kaikki vaatteet ihan itse! Miten ihmeessä osait?</li> </ul>
Lapsen kiittäminen hyvästä yrityksestä	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Huomasin, että yritit kovasti pukea itse. Ensi kerralla varmasti onnistut!</li> </ul>
Lapsen kiittäminen leikkisästi	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Mihin tässä kohta enää äitiä tarvitaan!</li> <li>•Sinähän olet kohta taitavampi kuin isäsi!</li> </ul>
Lapsen kehuminen ilmeillä ja eleillä	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Esimerkiksi näyttämällä peukkua, hymyilemällä, taputtamalla käsiä, tekemällä lapsen kanssa ylävitokset tai ottamalla kuvan lapsen hyvästä työstä.</li> </ul>

Kuva 1. Erilaisia tapoja kiittää, kehua ja kannustaa lasta (Furman 2012, 16–26)

Vanhemman sanavalinnalla on suuri merkitys vuorovaikutuksen sävyssä. Esimerkiksi ikuisuutta tai aikaa kuvaavat sanat (aina, ei koskaan, taas) ovat negatiivisessa yhteydessä palautetta annettaessa leimaavia ja lannistavat yrittämisen. Vanhemman puuskahdus ”miksi et koskaan opi siivoamaan huonetta” ei ohjaa lasta siivoamaan, vaan viestii lapselle vanhemman kyllästymistä ja toivottomuutta tilanteen korjaantumisesta. (Viljamaa 2008, 26–29.) Toisaalta positiivisessa kontekstissa käytettynä ikuisuutta kuvaavilla sanoilla voi vahvistaa lapsen arvostetuksi tuleminen tunnetta ja toimimista oikeaan suuntaan. Esimerkiksi vanhemman toteamus ”aina sinä jaksat harjoitella haarukan ja veitsen käyttöä” viestii lapselle vanhemman uskosta lapsen harjoitteluun, mikä vahvistaa myös lapsen omaa uskoa omiin kykyihin.

Myös lapsen temperamentin, olemuksen ja toiminnan tulkitseminen positiivisessa sävyssä on vanhemmalle tärkeää sekä ajatusten että sanojen tasolla. Esimerkiksi sama lapsi voi olla toisen aikuisen mielestä levoton säheltäjä, toisen mielestä taas eläväinen ja aikaansaava. Levottoman säheltäjän mielessään kohtaava vanhempi välittää helposti myös vuorovaikutukseensa negatiivisen mielikuvan lapselleen, kun taas eläväisen ja aikaansaavan lapsen mielessään kohtaava vanhempi suhtautuu ja kohtaa lapsen myönteisessä merkityksessä, joka edelleen vahvistaa lapsen ja vanhemman hyvää suhdetta ja lapsen halua käyttäytyä ja toimia vanhemman toivomalla tavalla. (Viljamaa 2014, 40.)

## **2.7 Vuorovaikutuksella vanhempi voi helpottaa käyttäytymisen haasteita**

Arjessa ilmenevä jatkuva kitka lapsen kanssa tulisi aina olla vanhemmalle pyhäntymisen paikka. Lapsen toistuvat käyttäytymispulmat johtavat helposti rangaistusten ja negatiivisen palautteen kierteeseen, mikä muuttaa koko perheen vuorovaikutusilmapiirin kielteiseksi ja saa lapsen lisäämään yhä enemmän kierroksia. Vanhempien kannattaakin pohtia lapsen kanssa syytä huonoon käytökseen, sillä käytöstä on hyvä ymmärtää vaikka sitä ei hyväksyisikään. Toisaalta lasta voi ohjata hyväksytyyn käyttäytymiseen puhumalla oikeasta tavasta toimia ja palkitsemalla lasta oikeasta käyttäytymisestä. (Korhonen & Sinkkonen 2015, 81, 125, 141.)

Vanhemman on tärkeää huomioida myös tapa, jolla hän lasta ohjaa. Jos esimerkiksi vanhemman pyynnöt eivät ole riittävän selkeitä tai lapsen huomio on muualla, on lapsen vaikea toimia vanhemman ohjeen mukaan. Tämän vuoksi vanhemman on lasta ohjatessaan hyvä ensin varmistaa lapsen huomio esimerkiksi menemällä lapsen luokse ja ottamalla lasta käsistä kiinni samalla, kun lapselle kertoo samalla silmiin katsoen, mitä hänen tulisi tehdä. Vanhemman kannattaa myös muistaa, ettei esitä ohjetta kysymyksen tai ehdotuksen muodossa silloin, kun lapsella ei ole oikeasti mahdollisuutta valita, tai anna useita ohjeita samaan aikaan, jolloin lapsi ehtii heti unohtaa osan ohjeista. Vanhemman on myös tärkeää pysyä rauhallisena ja jämäkkänä lapsen tunteenpurkauksissa, ja tarvittaessa tehdä lapsen kanssa yhdessä, jos lapsi ei parin kehotuksen jälkeen toimi vanhemman toivomaan suuntaan. (MLL 2017.)

Tärkeää on myös, ettei haastavasti käyttäytyvää lasta nähdä ja kohdella ongelmatapauksena, vaan pohditaan, millainen taitovaje estää lasta toimimasta oikein (Lundán 2012, 42). Kun lapsen käyttäytymisen ongelmat käännetään opeteltaviksi taidoiksi, muuttuu myös vuorovaikutuksen sävy automaattisesti myönteiseen suuntaan. Furmanin kehittämän Muksuoppi-toimintamallin ytimenä on auttaa lasta miettimään, millainen taito hänen olisi hyvä oppia ja tehdä uuden taidon opettelusta hauskaa ja kannustavaa niin, että lasta kiitetään aina, kun hän harjoittelee uutta taitoa tai edistyy. Lopuksi lapsen kanssa voidaan juhlia yhdessä opittua taitoa lapsen haluamalla tavalla. (Furman 2010, 20–29; Furman 2012, 90–93.)

Erityislapsilla tai haastavan temperamentin omaavilla lapsilla on usein vielä tavallista enemmän haasteita toimia ja selviytyä arjessa vanhempien tai muiden kasvattajien odotusten mukaan, mikä edelleen johtaa helposti runsaaseen negatiiviseen palautteeseen. Tällaisille lapsille on erittäin tärkeää antaa paljon positiivista palautetta, jotta lapsi saa onnistumiskokemuksia ja voi kokea kyvykkyytensä kasvavan. (Huotari ym. 2008, 46–47; Keltikangas-Järvinen 2008, 145–146; Viljamaa 2009, 142.)

## **2.8 Vuorovaikutus toteutuu perheen rutiineissa ja rytmissä**

Hakala (2011, 12–13) puhuu vanhemmuudesta kestävyyslajina, jossa näkyvät hyvä tahto, välittäminen ja pysyvät ihmissuhteet arjen rutiinien ja selkeiden rajojen muodostaessa rakenteen lapsen elämään. Rutiinit ja rytmi luovat turvallisuutta ja ennakoitavuutta lapsen elämään, siksi esimerkiksi päivärytmi nukkumaanmeno-, ulkoilu- ja syöntiaikoihin on tärkeää (Sinkkonen 2008, 103–104). Toistuvien rutiinien ja rytmin avulla täytetään lapsen tarpeita uneen ja lepoon, ravintoon, leikkiin, liikkumiseen, puhtauteen, tunteiden käsittelyyn, läheisyyteen ja kasvatukseen liittyen (Kyrönlampi-Kylmänen 2010, 119–123; Sihvola 2006, 103–104).

Vanhemman ja lapsen vuorovaikutuksesta suuri osa toteutuu päivittäisten rutiinien ja rytmin puitteissa. Jokaiselle perheellä on omia, sekä vanhemmille että lapsen temperamenttiin ja ikätasoon sopivia tapoja toimia erilaisissa päivittäin toistuvissa tilanteissa, esimerkiksi vilkkaiden vipeltäjien vanhempien on viisasta järjestää lapsilleen paljon fyysistä aktiviteettia, jonka avulla energiaa



voi purkaa. Lapsen kannalta olennaista on se, että toimitaan lapselle tutun kaavan mukaan ja niin, että mukana on vanhemman ”hyvä tahto” etsiä myös uusia ja toimivampia ratkaisuja, jos jokin tilanne aiheuttaa jatkuvasti kitkaa vanhemman ja lapsen välille. Toisaalta tärkeää on myös se, että rutiinien keskellä jäisi aikaa leppoisalle, rennolle yhdessäololle, jolloin voidaan tehdä yhdessä asioita, joista perheen lapset ja aikuiset nauttivat (Cacciatore ym. 2008, 265; Pulkkinen 2002, 153).

Kaikki yhteinen tekeminen ja yhdessä vietetty aika, esimerkiksi ulkoilu ja liikuminen, ruokailut ja kotityöt sekä siirtymisiin liittyvät hetket kuten levolle käyminen tarjoavat mahdollisuuden monipuoliseen, vanhemman ja lapsen suhdetta vahvistavaan vuorovaikutukseen. Yhdessä tekemisen ja olemisen lomassa tarjoutuu jatkuvasti luonnollisia tilaisuuksia keskusteluun. Keskustelut kasvattajan ja lapsen kanssa voidaan jakaa tunnepohjaisiin, merkityksiä luoviin että lapsen toimintaa sääteleviin dialogeihin (Armstrong 2013, 5). Esimerkiksi pukeutumishetken aikana vanhempi voi siis lapsen kanssa keskustella tunteista (*Harmittaako sinua, kun pitää alkaa pukemaan?*) ja samalla avata lapsen kanssa keskustelua pukeutumisen merkityksestä (*Siellä onkin tänään sateista, kannattaakohan laittaa lenkkarit vai kumpparit?*) sekä ohjata lasta (*Työnnäpä nyt jalka tänne saappaaseen, hyvä!*).

Ruokailut ovat hyvä tilaisuus vahvistaa perheen yhteenkuuluvuutta. Usein vanhempia muistutetaan siitä, että ainakin kerran päivässä koko perheen olisi hyvä syödä ateria yhdessä. Ruokailujen aikana on luonteva hetki vaihtaa kiireettömästi kuulumisia ja samalla tarjota lapsille mallia sekä hyvistä tavoista että terveellisestä ravinnosta. Yhteisessä ruokailussa on hyvä tilaisuus myös kannustamaan palautteeseen, vanhempi voi esimerkiksi kehua lasta siitä, että tämä edes uskaltaa maistaa tai muistaa kiittää ruuasta. Ruuan valmistamiseen tai muihin kotitöihin liittyä myös mahdollisuus ottaa lapset mukaan huolehtimaan koko perheen yhteisestä hyvästä. Leikki-ikäiset ovat tavallisesti innokkaita osallistujia oikeisiin töihin isän tai äidin mallin mukaan, jolloin samalla kertaa vanhempi saa paitsi vietettyä lapsen kanssa yhteistä, vuorovaikutuksellista aikaa, myös opettaa lapselle vastuun kantamista ja tärkeitä taitoja myöhempää elämää varten. (ADHD-liitto ry 2013, 11–13; Kinnunen 2003, 80–83; Matilainen 2008, 54; Mäkijärvi 2008, 22; Nevalainen 2005, 82–84; Pulkkinen 2002, 154; Tahkokallio 2003, 83–84.)

Perheen arjessa vanhemman ja lapsen rakastavan yhteyden vahvistaminen on erityisen tärkeää eron hetkillä, esimerkiksi ennen ja jälkeen päivähoitoa. Lapsen jäädessä hoitoon vanhemman on hyvä varata aikaa rauhalliseen riisumiseen ja halauksiin ja kertoa lapsen ymmärtämällä tavalla milloin vanhempi palaa noutamaan lapsen (esimerkiksi välipalan jälkeen). Kun vanhemman työpäivä on ohi ja lapsi haettu päiväkodista, on hyvä rauhoittua hetki ja kuunnella kuinka lapsen päivä on mennyt ja tarjota hetki lempeää läheisyyttä, ennen kuin kiiruhdetaan esimerkiksi ruuanlaittoon. (Cacciatore ym. 2008, 169–174; Hakala 2011, 35.) Rantala (2014, 128–129) kuvailee, kuinka hän joka kerta päivän erossaolon jälkeen lapsensa kohdatessaan haluaa lapsensa kokevan, että äidin on taas mukava saada lapsi luokseen. Rantala kertoo tällöin tervehtivänsä lasta nimeltä, katsovansa samalla silmiin ja halaamalla sekä auttamalla lapselle päälle tai kantamalla hänet autoon. Eron jälkeistä yhteyden uudelleen solmimista voi hyvin soveltaa myös hetkiin levon tai unen jälkeen. Kun vanhempi ilahtuu taas kohtaamaan lapsensa ja keskittyy hetkeksi häneen rauhassa läheisyyttä ja huomiota tarjoten, jatkuu päiväkin sujuvammin.

Myös hetket ennen levolle käymistä vaativat vanhemmalta keskittymistä läsnäolevaan, rauhoittavaan vuorovaikutukseen. Tutut iltapuuhat, esimerkiksi iltapala ja -pesut, sadun ja sylin, pajaamisen tai muun lempeän kosketuksen tarjoaminen valmistavat lasta unille. Lapsen kanssa voi myös jutella esimerkiksi siitä, mitä kivaa päivän aikana on tapahtunut. (ADHD-liitto ry 2013, 11–13; Rantala 2014, 143.) Iltasatu tai muu lukuhetki tarjoaa vanhemmalle ja lapselle merkittävän mahdollisuuden keskusteluun ja yhteisen tarkkaavaisuuden jakamiseen. Lukemisen myötä lapsi voi samalla harjoitella erilaisten tunteiden käsittelyä sekä saada työstettävää mielikuvitukselleen ja moraalinsa ja empatian kehitykselle. (Cacciatore ym. 2008, 62; Kinnunen 2003, 74; Lyytinen & Lyytinen 2003, 117; Mäkijärvi 2008, 22.)

## **2.9 Vanhemman myönteisen vuorovaikutuksen vaikutus lapseen ja perheeseen**

Vanhemman ja lapsen välillä vuorovaikutuksen laadulla on olennainen merkitys lapsen hyvinvoinnille ja kehitykselle. Useissa tutkimuksissa on todettu, että lämmin, hoivaava ja rakastava vuorovaikutus on olennaista aivojen kehitykselle, jotta lapsi oppii käsittelemään ja säätelemään tunteitaan. Riittämätön, tun-

ne kylmä tai laiminlyövä vuorovaikutus johtaa helposti puutteellisiin sosiaalisiin kykyihin ja tunne-elämän vaikeuksiin. Jo 1950-luvulla apinanpoikasten kanssa asiaa tutkinut Harlow teki 1950-luvulla johtopäätöksen, että lämmin, rakastava vuorovaikutus vanhempaan on olennaisen tärkeää pienokaisten hyvinvoinnille ja kehitykselle. (Armstrong 2012, 1–3; Harlow 1959).

Hyvä vuorovaikutus ilmenee turvallisesti vanhempaan kiinnittyneenä lapsena: lapsi kykenee ilmaisemaan tunteitaan avoimesti ja luottamaan siihen, että vanhempi kantaa vastuun, toimii ennakoivasti ja vastaa lapsen tarpeisiin. Hyvä vuorovaikutus kantaa aikuisikään saakka, sillä turvallisesti kiinnittynyt lapsi kykenee aikuisena jäsentyneisiin ihmissuhteisiin ja vanhempana siirtämään tavallisesti myös edelleen seuraavalle sukupolvelle turvallisuuden tunteen sekä vastaamaan lapsen tarpeisiin. (Hautamäki 2011, 57; Tahkokallio 2001, 34–39.)

Vanhemman ja lapsen suhde vahvistuu hyvästä vuorovaikutuksesta, mikä näkyy myös siinä, että lapsi noudattaa helpommin vanhemman ohjeita ja määräyksiä. Kun suhde vanhempiin on kunnossa, haluaa lapsi yleensä olla vanhemmalleen mieliksi ja toisaalta kykenee ja jaksaa myös keskittyä esimerkiksi leikkimään. Vanhemman onkin hyvä pysähtyä miettimään, olisiko vuorovaikutuksessa jotakin korjattavaa silloin, kun lapsi muuttuu ärsyttäväksi ja tottelemattomaksi eikä halua hetkeksikään halua keskittyä omiin puuhiinsa tai leikkeihinsä. Tällöin vanhemman on hyvä pohtia ensin suhteen korjaamista lapseen, keksittyä läsnäoloa lapsen kanssa, pysähtyä kuuntelemaan ja katsomaan silmiin, lisäämään syyliä ja läheisyyttä sekä juttelemista lapsen kanssa. (Airas & Brummer 2003, 181–182; Kinnunen 2003, 64–65.)

Sinkkonen toteaa lohdullisesti, että vanhemman ei kuitenkaan tarvitse onnistua täydellisesti vuorovaikutuksessaan lapseen, riittävän hyvä on tarpeeksi luomaan lapselle turvallisen suhteen vanhempaan (Sinkkonen 2008, 97–98). Riittävän hyvästä vanhemman ja lapsen välisestä vuorovaikutuksesta syntyy positiivinen kierre, joka luo vahvan turvallisuuden tunteen ja itsetunnon lapselle sekä vanhemmalle onnistumisen tunteita äitinä ja isänä. Ennen kaikkea hyvä vuorovaikutussuhde vanhemman ja lapsen välillä luo yhteistä iloa perheen arkeen.

### 3 VANHEMMAN VUOROVAIKUTUKSEN TUKEMINEN PERHETYÖSSÄ

#### 3.1 Perhetyöllä pyritään vaikuttamaan perheenjäsenten suhteisiin

Perhetyötä tekevät monet ammattilaiset esimerkiksi sosiaalitoimessa ja lastensuojelussa, neuvoloissa, päivähoidossa, seurakunnissa ja eri järjestöissä. Perhetyön käsitteestä jokainen kunta, organisaatio tai yksikkö muodostaa oman näkemyksensä oman toimintansa tai perustehtävänsä perusteella, esimerkiksi Helsingissä on arvioitu olevan käytössä jopa 50-60 erilaista perhetyön käsitettä. (Heino 2008, 42–44; Lastensuojelun käsikirja 2015.) Kotkassa perhetyö-käsitettä käytetään perheiden kotona tehtävästä sekä sosiaalihuoltolain mukaisesta ennaltaehkäisevästä että lastensuojelulain mukaisesta tehostetusta perhetyöstä (Kotka 2018). Kotkassa tehdään perhetyötä perheen tilanteesta riippuen joko yksin tai yhdessä työparin kanssa, sama käytäntö on tavallinen myös muissa kaupungeissa (Heino 2008, 52). Kotkassa työpari on tavallisesti perhetyön tiimin toinen, perheelle tuttu työntekijä, lisäksi joskus perheeseen tehdään myös moniammatillisia käyntejä, jolloin työpari voi tulla esimerkiksi lastenpsykiatriasta tai vammaispalveluista.

Perhetyön tavoitteena on tukea hyvinvointia perheessä voimavaroja ja perheenjäsenten välistä vuorovaikutusta vahvistamalla. Perhetyöhön sisältyy perheen tilanteen ja voimavarojen arviointia, tukea ja ohjausta sekä kuntoutusta. Usein puhutaan perhetyöstä myös ennaltaehkäisevänä tai korjaavana työnä. Ennaltaehkäisevän perhetyön piirissä on enemmän kyse siitä, että puututaan jo varhain hyvinvoinnin riskeihin, kun taas korjaavan, usein lastensuojelun tehostetun perhetyön puitteissa pyritään kuntouttamaan perhettä ja varmistamaan lasten hyvinvointi silloin, kun perheen elämäntilanteessa voi havaita haavoittavia tekijöitä, jotka olisi välttämätöntä saada muuttumaan. (Heino 2008, 46; Lastensuojelun käsikirja 2015.)

Perhetyön ytimenä on perheenjäsenten välisiin suhteisiin vaikuttava, vuorovaikutukseen perustuva työ (Vilén ym. 2014, 10–11). Heino (2008, 48) kuvaillee, kuinka ammattilaisen olisi hyvä tehdä suhdetyötä riittävän lähellä perheenjäseniä, jotta hän saa luotua luottamuksen, jonka avulla perheen sisäisiin voimavaroihin ja suhteisiin voidaan vaikuttaa ja muutos mahdollistuu. Toisaalta ammattilaisen pitää olla sopivan etäällä, jotta suhteesta muodostuu auttava eikä synny avuttomuutta tai riippuvuutta työntekijästä.

### 3.2 Perhetyö voi havaita merkkejä vanhemman vuorovaikutuksen haasteista

Lahikainen ja Paavonen (2011, 97) kuvailevat, että hyvinvoiva, riittävän turvallisuudentunteen omaava ja lähellä oleviin aikuisiin luottava lapsi on kiinnostunut ympärillään olevista asioista, toimii aktiivisesti ja jäsennellysti ympäristönsään ja oppii uusia taitoja. Toisaalta taas lapsen passiivisuus, vetäytyvyys, takertuvuus aikuiseen, yliaktiivisuus tai aggressiivisuus voivat viestiä turvallisen vanhemman puutteesta. Sinkkonen taas (2008, 24–26) kuvailee, kuinka vanhemman ja lapsen leikkihetken, tavallisesti siis rikasta vuorovaikutusta ruokkivan hetken havainnointi voi viitata vuorovaikutuksen haasteisiin. Vanhempi voi olla liian kontrolloiva tai passiivinen ja keskittyä vain oman mielensä sisäisiin asioihin, jolloin lapsen aloitteisiin vastaaminen jää niukaksi ja vanhempi saattaa vaikuttaa kylmältä, vuorovaikutuksesta vetäytyvältä tai jopa lapseen kireästi ja aggressiivisesti suhtautuvalta. Sinkkonen toisaalta kuvaa myös sitä, että perheiden ja lasten ongelmia selviteltäessä törmätään yllättävän usein perushoivan eli ravinnosta, levosta ja puhtaudesta huolehtimisen puutteisiin (Sinkkonen 2008, 92–94).

Edellä kuvattuja vuorovaikutuksen haasteista viestiviä havaintoja nousee esille myös perhetyössä. Lapsi saattaa vaikuttaa siltä, että hän valtaa koko areenan käyttäytymällä pikkukeisarin tai –keisarinna tavoin. Valta saattaa olla siirtynyt lapselle ja arki jatkuu lapsen kokeilua siitä, vieläkö aikuinen tämänkin asian tekee lapsen mielen mukaan vai osaisiko vanhempi jo ottaa vastuun, laittaa lapselle turvallisen rajan ja auttaa oppimaan keinoja tunteiden ja oman toiminnan hallintaan. Toisaalta lapsi saattaa olla usein vetäytynyt omaan maailmaansa ja pyrkii vain vähän kontaktiin vanhemman kanssa tai viestimään omista tarpeistaan. Tällaisen havainnon ilmeneminen saa pohtimaan, onko lapsi tottunut siihen, ettei hänen aloitteillaan ole tarpeeksi vaikutusta vanhemman käyttäytymiseen, jolloin vastaamattomuus lapsen aloitteisiin lopulta sammuttaa lapsen halua yrittää. Lapsen saattaa havaita myös yrittävän saada kontaktia vanhempaan keinolla millä hyvänsä, haastavalla käyttäytymisellä tai yhä kasvavilla kierroksilla. Vanhemman suhteen perhetyöntekijä voi tällöin havaita, että kontakti lapseen on niukka tai negatiivisten asioiden sävyttämä, lapsi ei saa vanhemmalta osakseen tavallista mukavaa jutustelua tai kannustamista. Myös katsekontakti tai hymyileminen lapselle on vähäistä eikä van-

hemman juuri näe koskettavan lasta lempeästi ja hoivaavasti. Toisaalta perheissä saattaa myös havaita, etteivät vanhemmat jaksaa tai kykene ylläpitämään ennakoitavaa perushoivaa, kuten riittävän ravinnon lapselle tarjoavaa ruokarytmiä tai laittamaan lasta illalla riittävän aikaisin nukkumaan. Jos perushoivassa on puutteita, vaarantuu paitsi lapsen fyysinen kehitys, myös jää hyödyntämättä päivittäin toistuvien tilanteiden ja rutiinien tarjoamat mahdollisuudet olla vuorovaikutuksessa lapsen kanssa.

### **3.3 Vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta tukevia menetelmiä**

Vanhemman ja lapsen vuorovaikutusta voidaan tukea perheissä lukuisilla erilaisilla työtavoilla ja menetelmillä. Työskentelyn alkuvaiheessa, kun perheen tilannetta ja tuen tarvetta arvioidaan, pyritään luomaan yleiskuvaa perheen tilanteesta ja ilmapiiristä. Tällöin voidaan esimerkiksi vanhemmuuden roolikartan avulla tarkastella vanhemman erilaisia rooleja ihmissuhdeosaajana, rakkauden antajana, huoltajana, rajojen asettajana ja elämän opettajana (Helminen 2001, 61; Varsinais-Suomen Lastensuojelukuntayhtymä 1999). Vanhemmuuden roolikartta antaa yhden mahdollisuuden luoda käsitystä siitä, millaisiin vuorovaikutuksellisiin asioihin vanhemman olisi hyvä saada lisää voimavaroja, liittyhän vuorovaikutus olennaisena osana jokaiseen vanhemman rooliin.

Perhetyössä vanhemmuuden vuorovaikutustaitoja tarkemmin käsiteltäessä voidaan käyttää työskentelyssä apuna ja keskustelun herättäjänä monia erilaisia toiminnallisia menetelmiä, mm. lastensuojelujärjestö Pesäpuu tarjoaa ammattilaisten käytettäväksi erilaisia korttisarjoja. Esimerkiksi Vahvaa vanhemmuutta –korttien avulla voidaan ohjata vanhempaa hahmottamaan ja arvioimaan omia voimavarojaan ja myös vuorovaikutustaitojaan vanhempana ja Nalle-korttien avulla tukea vanhempia ja lapsia puhumaan tunteista (Pesäpuu 2018). Voimavarojen ja vahvuuksien esille nostamista voi vanhempien kanssa harjoitella esimerkiksi Vahvuuskorttien avulla: hyvien asioiden esille nousu sekä itsessä että lapsessa voi auttaa vanhempaa myös parempaan vuorovaikutukseen. Myös esimerkiksi Suomen Psykologisen Instituutin Myönteistajäkorteista voi löytää vanhemmalle esimerkkejä siitä, kuinka vanhempi voisi nähdä ja kohdata lapsensa uudessa, positiivisemmassa valossa määrittämällä jonkun lapsen liittämänsä ikävän sävyisen ominaisuuden uudelleen, esimer-

kiksi hitaus voisi uudelleen määriteltynä merkitä huolellisuutta (Suomen Psykologinen Instituutti 2018).

Perheen vuorovaikutusta voidaan tukea myös erilaisten yhteisten vanhemman ja lapsen tehtävien tai leikkien avulla. Vuorovaikutusporkkanat tarjoaa vanhemmalle ja lapselle pieniä tehtäviä (esimerkiksi satutuokio tai käsien rasvaus), joiden avulla vuorovaikutusta voi havainnoida ja vahvistaa. Vanhemman ja lapsen vuorovaikutusta voidaan myös videoida, jolloin voidaan paitsi syventyä tarkemmin pohtimaan vuorovaikutuksen sävyjä myös nostamaan näkyviksi ja vahvistamaan vanhemman kanssa hyvin toimivia asioita. (Seppänen ym. 2014, 223–236.) Myös erilaiset vanhempien vertaisryhmät voivat olla tukena vuorovaikutuksen parantamisessa, esimerkiksi kannustavan vuorovaikutuksen ICDP-ryhmissä pohditaan hyviä tapoja ilmaista lapselle myönteisiä tunteita, ohjaamaan ja asettamaan lapselle rajoja positiivisella tavalla sekä luomaan lasten kanssa keskustelua yhdessä nähdystä ja koetusta. Ryhmissä omien ja muiden aikuisten vahvuuksien esille nouseminen auttaa voimaantumaa ja oppimaan uutta myös omaan vuorovaikutukseen lasten kanssa. (Armstrong 2013; Ensi- ja turvakotien liitto 2016; ICDP international team 2010, 4–12.)

Perhetyössä käytettävän vuorovaikutusta tukevan menetelmän kehittämisen kannalta on hedelmällistä tarkastella lyhyesti myös joitakin terapeuttisia vuorovaikutusta tukevia menetelmiä. Watch, wait, wonder -vuorovaikutusterapiassa pyritään auttamaan vanhempaa rakentamaan uudelleen suhdetta lapseen ohjaamalla vanhempaa vastaamaan lapsen leikkihetkellä kaikkiin lapsen aloitteisiin, mutta muuten antamalla lapselle rauha keskittyä. Vanhemman tehtävänä on ainoastaan seurata lasta, odottaa lapsen aloitteita ja vastata aloitteisiin herkästi ja ihastellen (Cohen ym. 2006, 1–2). Vuorovaikutuksen puutteiden vuoksi syntyneitä ongelmia (usein jo huostaanotetuilla lapsilla) voidaan korjata myös esimerkiksi Theraplay-vuorovaikutusterapian avulla, jonka ytimenä on jäljitellä lapselle normaalissa, turvallisessa kiintymyssuhteessa ilmevä jäsennelyä, hoivaavaa, kannustavaa ja herkän läsnä olevaa vuorovaikutusta. Theraplay-terapeutti tarjoaa lapselle runsaasti hyvää, hoivaavaa kosketusta ja lämmintä syliä, joita vaille lapsi on jäänyt turvattomassa suhteessaan vanhempaansa. (Jernberg & Booth 2003, 38–63; Mäkelä & Vierikko 2004, 20–21.) Hyvään vanhemman vuorovaikutukseen kuuluvaa sensitiivisyyttä ja lämpöä mallintaa myös Hughesin (2015, 10) luoma vuorovaikutteinen

kehityspsykoterapia, jossa terapeutin keskeisenä tavoitteena on luoda terapiaan leikkisä, lapsen kokonaisuutena hyväksyvä, avoimen utelias ja empaattinen asenne.

## **4 MENETELMÄN KEHITYSTYÖ**

### **4.1 Tarve vuorovaikutusta tukevalle menetelmälle**

Havaitsin talvella ja keväällä 2017 Kotkan kaupungin perhetyössä työskennellessäni pohtivani usein, kuinka vanhemman vuorovaikutusta lapseen voisi tukea. Työskentely perheiden kanssa ja keskustelu muiden perheiden kanssa työskentelevien ammattilaisten kanssa sekä lisäksi omat havainnot perheiden arjesta myös työn ulkopuolella saivat pohtimaan, että monissa perheissä havaitut huolet liittyivät nimenomaan vanhempien ja lasten välisen vuorovaikutuksen haasteisiin.

Havaitsin, että vuorovaikutukseen liittyvistä pulmista perheissä saattoivat viestiä monet asiat. Vanhempien puhe lapsesta tai lapselle saattoi ilmentää niukasti myönteisiä sävyjä, vanhempi saattoi esimerkiksi kertoa lapsen olevan jatkuvasti hankala, tai vanhempien saattoi havaita antavan lapselle helpommin kielteistä kuin myönteistä palautetta. Usein myös lapsen huomaaminen ja rakkauden osoittaminen lapselle tuntui olevan haastavaa, mikä ilmeni esimerkiksi niin, että vanhemman ei juuri nähnyt koskettavan lempeästi lastaan, tai vanhempi ei vastannut lapsen tekemiin aloitteisiin, ottanut katsekontaktia, hymyillyt lapselle tai jutellut rauhallisesti tekemisen lomassa. Myös lapselle annetut ohjeet tai rajaaminen saattoivat olla lapselle vaikeita ymmärtää, vanhemmat saattoivat esimerkiksi antaa liikaa tai epäselviä ohjeita. Monissa perheissä myös päivärytmissä ja rutiineissa sekä niihin liittyvissä vanhemman toimintamalleissa oli ristiriitaisuutta tai niukasti lämmintä, rauhallista kohtaamista. Toistuvien, selkeiden rutiinien puute taas edelleen johti helposti esimerkiksi lapsen levottomaan käytökseen ja jatkuvaan vanhemman testaamiseen. Huomasin, että vuorovaikutukseen liittyviä pulmia pohtiessani jäin itse usein miettimään perheiden tunnelmaa ja lapsen tarvetta hakea huomiota edes negatiivisella tavalla, jos vanhemman myönteistä huomiota ei riittävästi ollut saatavilla.

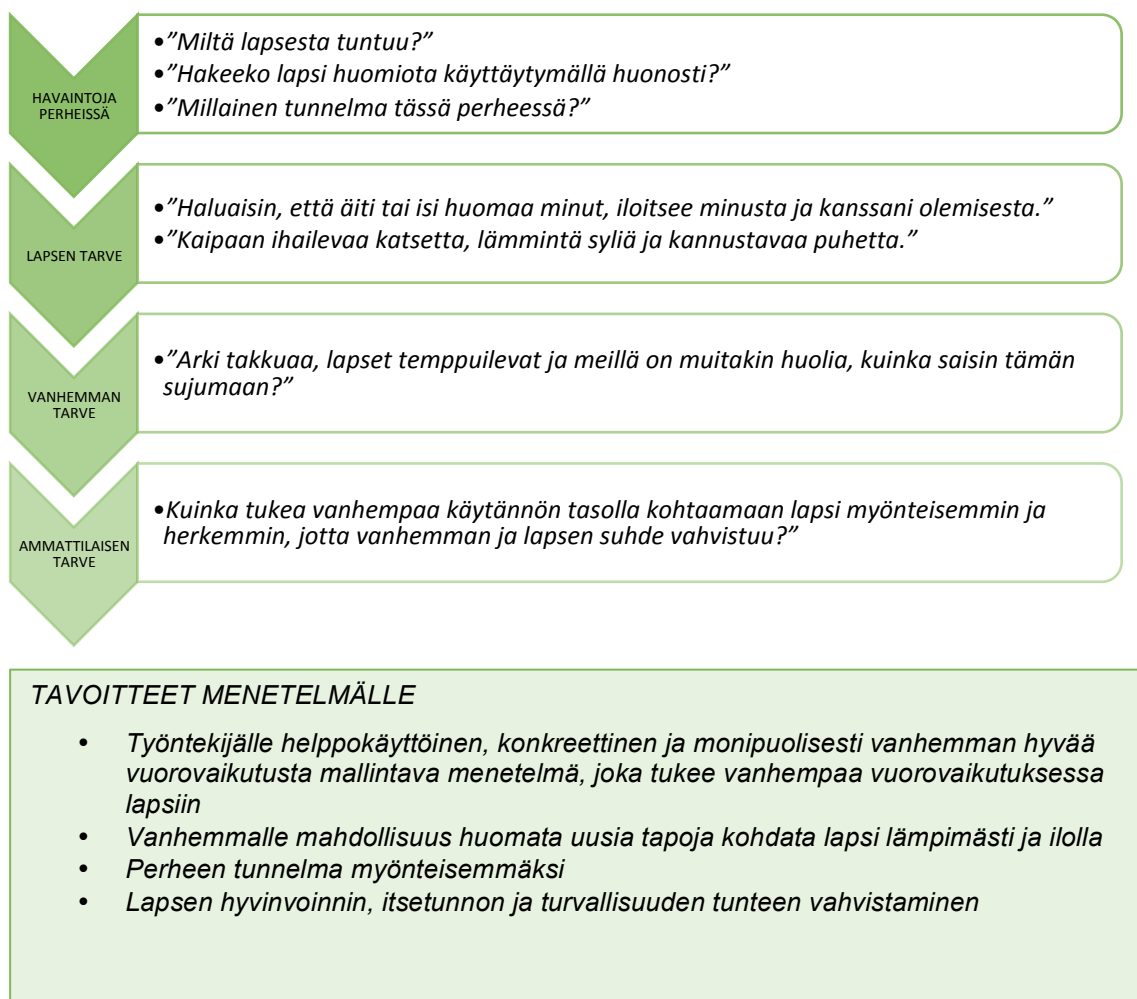


Tämän vuoksi pohdin, kuinka vanhempaa voisi tukea muuttamaan vuorovaikutustaan myönteisempään suuntaan, jotta vanhemman rakkaus lapseen tulisi enemmän todeksi myös lapsen kokemana. Perhetyössä vuorovaikutusta tukemaan käytettiin erilaisia menetelmiä, vanhempien kanssa keskusteltiin paljon aiheesta ja annettiin neuvoja erilaisiin tilanteisiin tai käytettiin erilaisia toiminnallisia menetelmiä, esimerkiksi Vahvaa vanhemmuutta -kortteja tai vanhemman ja lapsen vuorovaikutuksen videointia. Perheiden kanssa työskennellessäni havaitsin kuitenkin, että vuorovaikutuksellisten pulmien lisäksi perheissä oli usein monia muitakin haasteita, esimerkiksi taloudellisia vaikeuksia tai vanhempien jaksamiseen liittyviä ongelmia. Tästä johtuen näytti ammattilaisen työn kannalta usein siltä, että vanhemmilla ei haastavassa elämäntilanteessa ollut riittävästi voimia siirtää oivalluksiaan myönteisemmän vuorovaikutuksen tarpeesta oman käytöksen muuttamiseen, vaikka perhetyössä käytettiinkin paljon aikaa keskusteluun vanhempien kanssa tai muita vanhemmuutta tukevia menetelmiä. Tämän vuoksi koin, että ammattilaisen työssä kaivattaisiin konkreettista menetelmää, jonka avulla vanhempaa voisi ohjata ottamaan käyttöön heidän perheelleen sopivia vuorovaikutusta tukevia tapoja ja toimintamalleja, joiden avulla lapsi voisi enemmän kokea tulevansa huomatuksi ja rakastetuksi. Myös koko perhetyön tiimin parissa keväällä 2017 tehdyn osamiskartoituksen yhtenä tuloksena ilmeni, että muutkin tiimin jäsenet olivat pohdineet perheiden vuorovaikutukseen liittyviä teemoja ja kaipasivat tukea omaan työhönsä vuorovaikutukseen liittyvään ohjaukseen liittyen.

Tarvetta menetelmän kehittämiseksi pohdin myös vanhempien ja lasten näkökulmasta. Vanhemmat kertoivat usein siitä, että arki lasten kanssa oli uuvuttavaa ja sisälsi monia kitkakohtia. Vanhemmat kertoivat esimerkiksi lasten tempuillevan jatkuvasti, ärsyttävän perheenjäseniä tai kieltäytyvän yhteistyöstä, jolloin arki saattoi näyttäytyvä vanhemmalle rasittavana, kaoottisena tai jatkuvana taisteluna. Vanhempien toiveena nousi usein esille se, että lapset käyttäytyisivät paremmin ja noudattaisivat vanhemman antamia ohjeita. Lapsen näkökulma taas avautui itselleni usein vahvana intuitiona siitä, että lapsi kaipasi tulevansa näkyväksi, lämpimästi ja kannustavasti kohdatuksi. Toisaalta monesti lasten suhteen vaikutti myös siltä, että perheen arjen struktuuri ei tukenut riittävästi lapsen ikätasoa tai kehitystä, jolloin lapsi jäi liian varhain yksin selviytymään esimerkiksi pukeutumisesta tai nukkumaan käymisestä, joi-

hin lapsi olisi vielä tarvinnut runsaammin vanhemman tukea ja yhdessä tekemistä.

Pohdin, että perhetyön ammattilaisen työn kannalta kehitettävän menetelmän olisi hyvä olla helposti käytettävä ja monipuolisesti konkreettisia esimerkkejä vanhemmalle avaava ja erilaisia toimintamalleja tarjoava. Perheen kannalta taas vanhempien vuorovaikutuksellisten taitojen kehittyminen näkyisi vanhempien ja lasten parantuneena suhteena, ilona ja lämpönä perheen ilmapiirissä sekä sujuvampana arkena. Pohdin, että yksi pieni askel toimivampaan vuorovaikutukseen saattaisi johtaa vahvistuvaan positiiviseen kierteeseen. Tämä merkitsisi edelleen lapsen hyvinvoinnin, itsetunnon ja turvallisuuden tunteen vahvistumista, mikä lisäisi viime kädessä hyvinvointia seuraavallekin sukupolvelle. Kuvaan 2 olen tiivistänyt havaintojani perheistä, edellä kuvatut, eri osapuolien tarpeet ja kehitettävän menetelmän tavoitteen.



Kuva 2. Kuvaus havainnoistani, eri osapuolten tarpeista ja kehitettävän menetelmän tavoitteista

Edellä kuvattu pohdintani ammattilaisen, vanhemman tai lapsen näkökulmasta nousevista tarpeista sai minut pian keräämään muistiin ideoita siitä, millaisia hyvän vuorovaikutuksen keinoja tai toimintamalleja vanhemmilla voisi olla. Huomasin, että ideoita pulppusi sekä omista kokemuksista että perheistä ja työkavereiden kokemuksista. Kerroin ajatuksistani perhetyön tiimin esimiehelle Mari Niemiselle, joka piti ideaani vuorovaikutuksellisen menetelmän kehittämisestä hyvänä ja kannusti minua eteenpäin työssäni. Sovimme Mari Niemisen kanssa lopputyöni tekemisestä Kotkan kaupungin perhetyölle. Keskustelin asiasta myös joidenkin työkavereideni kanssa ja sain heiltä samoin kannustavaa palautetta mielenkiintoisesta ideasta. Jatkoin koko kevään ideoideni keräämistä ja varasin itselleni aikaa teorian kasaukseen kesä-heinäkuussa 2017.

#### 4.2 Menetelmän ensimmäinen versio

Jatkoin menetelmän kehittämistä ensimmäiseksi ”malliversioksi” elokuussa 2017 kasattuani kesän aikana teoreettisen viitekehyksen erilaisista tekijöistä, joita kuuluu myönteiseen, lämpimään vanhemman vuorovaikutukseen. Nämä tekijät olin teoreettisen viitekehyksen perusteella mallintanut itselleni myös kuvalliseen muotoon (kuva 3).



Kuva 3. Viitekehys tekijöistä, joita ilmenee myönteisessä vanhemman vuorovaikutuksessa

Halusin menetelmän sisältävän monipuolisesti esimerkkejä ja toimintamalleja teoreettisessa viitekehyksessä kuvatuista vuorovaikutukseen liittyvistä tekijöistä. Lapsen rakastetuksi tulemisen kokemusta vanhempi voisi vahvistaa esimerkiksi toimintamalleilla, jotka sisältävät lempeää kosketusta ja läheisyyttä, hyväksyvää katsetta, lapsen asioista kiinnostumista sekä läsnäoloa ja yhteisen ajan jakamista. Toisaalta halusin, että menetelmässä olisi toimintamalleja eri asioista keskustelemiseen, jotta lapsi ja vanhempi voivat yhdessä jakaa kokemuksiaan ja lapsi oppii merkityksiä erilaisille asioille. Erityisen tärkeää olisi kuvata toimintamalleja tunteiden käsittelyyn liittyen, jotta lapsi oppii ymmärtämään ja säätelemään tunteitaan ja toimintaansa ja tuntee olevansa hyväksyty omana itsenään myös negatiivisten tunteiden vallassa tai väistämättä elämään kuuluvissa konflikteissa. Halusin mallintaa toimintamalleja myös sille, kuinka vanhempi voi kannustaa lasta positiivisella palautteella ja ohjata jäämäkästi, jotta lapsi saa onnistumisen kokemuksia sekä vahvistusta itsetunnolleen ja erilaisten taitojen harjoittelulle. Pohdin myös, että koska em. vuorovaikutukseen liittyvät tekijät toteutuvat lukuisissa päivittäin toistuvissa rutiineissa, tulee menetelmän tarjota esimerkkejä ja toimintamalleja siitä, kuinka perheen rutiineihin voi sisällyttää myönteistä, lämmintä vuorovaikutusta.

Kehitin menetelmän ensimmäistä versiota työn ohella. Tämä tuntui ajoittain varsin haastavalta, sillä vapaa-aika töiden jälkeen oli tarpeen varata omalle perheelle ja virkistäytymiselle. Pohdin korttien tekstejä laatiessani erityisen paljon sitä, olisiko valmiiden esimerkkien tai toimintamallien antaminen vanhemmille liian niukasti osallistava tapa tukea vuorovaikutusta ja olisiko kuitenkin parempi, jos aiheesta keskustelisi yleisemmällä tasolla. Olin kuitenkin kokenut muuten työssä, että pelkkä keskustelu ei usein riittänyt, jos kodin kulttuuri tai vanhemman oppima tapa olla lasten kanssa vuorovaikutuksessa ilmensi niukasti hyvään vuorovaikutukseen kuuluvia asioita, vaan vanhemmat kaipasivat usein käytännön ohjeita. Tätä pohtiessani minua kannusti Ojansen huomio (Ojanen 2014, 97) siitä, että asenteet ovat pysyviä ja ennakoivat heikosti toimintaa, mutta kun toimintaa saa muutettua, niin asennekin muuttuu. Tämän perusteella pohdin, että jos vanhempi saa vuorovaikutukseensa lisättyä yhdenkin myönteisen tavan tai toimintamallin, niin voi syntyä ketjureaktio, jossa esimerkiksi vanhemman positiivinen palaute tai yhteinen leikkihetki saa lapsen toimimaan paremmassa yhteistyössä ja hakemaan vähemmän huo-

miota negatiivisella tavalla, joka edelleen johtaa leppoisampaan tunnelmaan vanhemman ja lapsen välillä.

Sain loppusyksyllä valmiiksi vuorovaikutuksellisen menetelmän ensimmäisen version, joka sisälsi 20 vuorovaikutusta tukevan kortin sarjan. Korttien aiheet ja toimintamallit jaoin viiteen aihepiiriin hyödyntäen laatimaani teoreettista viitekehystä sekä omaa kokemustani paitsi perhetyöstä, myös omasta vanhemmuudestani:

- huomaamista ja hyväksyvää katsetta kuvaavat kortit
- hyvää kosketusta ilmentävät kortit
- tunteiden käsittelyä kuvaavat kortit
- positiivista palautetta kuvaavat kortit
- päivittäisiä rutiineja ja rytmiä kuvaavat kortit.

Tulostin korteista sarjan perhetyön tiimin työkavereille tutustuttaviksi. Kortin toisella puolella oli otsikko, joka kuvasi kortissa käsiteltävää asiaa, ja toisella puolella teksti, jossa kuvattiin tai mallinnettiin ko. vuorovaikutusta tukevaa asiaa. Laminoin kortit, jotta niitä olisi helppoa käyttää asiakasperheissä. Kuvassa 4 on esimerkki korttien ulkoasusta otsikkopuolelta ja kuvassa 5 korttien selityspuolelta.



*Olet ihana  
juuri tuollaisena kuin olet*

Kuva 4. Esimerkki korttisarjan ensimmäisestä version kortista otsikkopuolelta

Kerron joka päivä lapselleni, että hän on minulle tärkeä ja ihana juuri sellaisena kuin hän on ja että rakastan häntä.

Rakkauteni näkyy myös teoissa, esimerkiksi ohi kulkiessani hipaisen lasta hellästi olkapäälle tai pyydän lapseni kainalooni sohvalle.

Kuva 5. Esimerkki korttisarjan ensimmäisen version kortista selityspuolelta

Kortin otsikkopuolella nimesin kunkin vuorovaikutuksen toimintamallin tai esimerkin ja selityspuolella mallinsin tiiviin tekstin aiheesta. Pyrin luomaan tekstit niin, että ne olisivat hyvin ymmärrettävää ja tunnelmaltaan lämpöä ilmaisevaa, lempeää kieltä. Vältin ammattilaisten käyttämää kieltä ja pyrin pitämään tekstit mahdollisimman tiiviinä, jotta ohjeet olisivat helposti ymmärrettäviä.

#### **4.2.1 Huomaamista ja hyvää katsetta kuvaavat kortit**

Teoreettisessa viitekehyksessä kuvasin, kuinka vanhemman katseella, lapsen huomaamisella ja lapsen aloitteisiin vastaamisella on suuri merkitys vuorovaikutuksessa. Silmiin katsominen viestii huomaamisesta, hymy ja keskusteluun antautuminen lapsen kanssa vahvistavat lapsen tunnetta omasta arvokkuudestaan. Myös vanhemman kiinnostuminen lapsen tekemisistä kertoo lapsen merkityksellisyydestä vanhemmalle ja houkuttelee lasta dialogiin, joka vie vuorovaikutusprosessia eteenpäin hyvässä tunnelmassa. Huomaamista ja hyvää katsetta kuvaavia toimintamalleja varten laadin seuraavat kortit:

##### **Huomaan sinut**

Huomaan joka päivä useaan kertaan lapseni. Hymyilen hänelle ja katson silmiin.

**Pysähdyn kuuntelemaan ja keskustelemaan**

Tartun joka päivä lapsen aloitteeseen.

Kun lapsi kysyy minulta asioita tai haluaa näyttää minulle jotakin, antaudun keskusteluun tai kumarrun katsomaan.

Kun pysähdyn kuuntelemaan ja keskittymään lapseen niin näytän, että hän on arvokas, jolloin myös hänen itsetuntonsa vahvistuu.

**Olet ihana juuri tuollaisena kuin olet**

Kerron joka päivä lapselleni, että hän on minulle tärkeä ja ihana juuri sellaisena kuin hän on ja että rakastan häntä.

Rakkauteni näkyy myös teoissa, esimerkiksi ohi kulkiessani hipaisen lasta hellästi olkapäälle tai pyydän lapseni kainalooni sohvalle.

**Mitä olet puuhannut?**

Olen kiinnostunut lapseni puuhista ja osoitan sen hänelle.

Kysyn, mitä teit pihalla, kerhossa tai päiväkodissa, mitä äsken leikit tai mitä aiot tehdä pian pihalla.

Huomaaminen, hyväksyvä katse ja lapsen aloitteisiin vastaaminen ei usein vaadi vanhemmalta paljoa aikaa, ennemmin on kyse siitä, että vanhempi oivaltaa tarttua hetkeen, huomata lapsen vaikkapa ruuanlaiton lomassa ja jutella samalla lapsen kanssa.

**4.2.2 Hyvää kosketusta kuvaavat kortit**

Hyvän kosketuksen merkitys on elintärkeää lapsen kehitykselle, pienen lapsen kehityksessä kosketus kuuluu olennaisena osana hoivaan. Teoreettisessa viitekehityksessä kuvasin, kuinka kosketuksen myötä vapautuu oksitosiinia, joka rauhoittaa ja vahvistaa kiintymystä ihmisten välillä. Kosketuksen hyvää tekevä voima on avautunut itselleni omien lasten myötä, ja toisaalta hyvän kosketuksen puutteen on voinut aistia monissa perheissä, joissa vanhempien

ja lasten suhteeseen sisältyy kitkaa. Korteissa kosketusta kuvattiin seuraavissa korteissa:

### **Läheisyys tuntuu hyvältä**

Huolehdin joka päivä useaan kertaan hyvästä kosketuksesta.

Otan lapseni syliin tai kainaloon, pidän lähelläni, pajailen, rapsuttelen, hieron jalkoja tai rasvaan käsiä. Tartun hetkeen koskettaa hellästi, esimerkiksi kassajonossa seistessämme paijaan selkää tai päiväkotiin kävellessämme kuljemme käsi kädessä.

### **Riehutaan yhdessä**

Lapset rakastavat riehumista! Peuhaamme ja riehumme yhdessä, kutittelen lastani tai leikimme jahtaamisleikkiä. Yhdessä hassuttelu ja peuhupaini vahvistavat keskinäistä yhteyttämme.

Koska kosketus on niin tärkeä osa vuorovaikutusta, mallinsin kosketusta kuvaavia esimerkkejä myös moniin muihin, esimerkiksi päivittäin toistuvia rutiineja kuvaaviin toimintamalleihin.

#### **4.2.3 Tunteiden käsittelyä kuvaavat kortit**

Korttisarjan ensimmäisessä versiossa loin kaksi selkeästi negatiivisten tunteiden käsittelyyn liittyvää korttia, sillä koin teoreettisen viitekehysten ja oman kokemuksen perusteella negatiivisten tunteiden ja erityisesti yhteyden solminen konfliktitilanteen jälkeen olevan olennaisia lapsen turvallisuudentunteen kannalta. Tunteita käsittelemme seuraavissa korteissa:

#### **Tunteille nimet**

Konfliktitilanteessa sanoitan lapseni tunteita.

Esimerkiksi kun lapseni tahtoo vielä leikkiä, vaikka pitää lähteä kotiin, toimin näin: kerron lapselleni että ymmärrän hänen olevan pahoilla mielin tai suuttunut leikin lopettamisesta, mutta silti hänen pitää nyt lähteä kotiin.



## **Selviämme yhdessä**

Tästä kyllä selvitään yhdessä!

Solmin yhteyden lapseen, kun olen joutunut ojentamaan häntä tai kun känkkäränkkä on käynyt kylässä. Tarjoan lapselleni läheisyyttä ja juttelemme tapahtuneesta. Välitän lapselleni tunteen, että rakkauteni lapseen jatkuu ehdoitta myös huonon hetken jälkeen.

Toisaalta tunteiden käsittely ja tunteista keskusteleminen sisältyi osittain mukaan myös mm. kortteihin, joissa kuvattiin lapselle lukemista (tunteiden käsittely satujen kautta) tai leppoisaa yhdessäoloa (positiivisten tunteiden kokeminen yhdessä). Tarkensin tunteiden käsittelyyn liittyviä toimintamalleja myöhemmin kehittämistyön toisessa vaiheessa.

### **4.2.4 Positiivista palautetta kuvaavat kortit**

Positiivisen palautteen merkitys on omassa elämässäni avautunut vahvasti omien lasten myötä. Hyvä palaute on osoittanut voimansa aina, kun kitkatilanteet tai lapsen haastava käytös on muuttanut sujuvan arjen taistelutantereeksi. Myös teoreettisen viitekehyksen ja perhetyön kokemuksen myötä itselleni on vahvistunut, että lapsi ottaa aina huomion - hyvällä tai pahalla. Vanhempi voi valita, vahvistaako hyvää käytöstä positiivisella palautteella vai huomaako lapsen vain silloin, kun hän toimii häiritsevästi. Haastavia temperamenttipiirteitä omaavilla tai erityislapsilla arjen haasteita on tavallistakin enemmän, jolloin hyvän palautteen merkitys itsetunnolle ja oikeiden toimintatapojen vahvistajana on tavallistakin suurempi. Koska hyvä palaute vahvistaa haluttua toimintaa, laadin kortin:

#### **Kannusta minua!**

Lapsi haluaa olla yhteistyössä vanhemman kanssa, jolta saa kannustusta.

Erityisesti jos lapseni temperamentti on haastava tai hän on erityislapsi, syntyy arkeen usein kitkaa, jolloin lapsi voi kokea olevansa jollakin tavalla vääränlainen. Etsin joka päivä lapselleni on-

nistumisen kokemuksia, jotta hänen itsetuntonsa ja kyky toimia erilaisissa tilanteissa vahvistuu.

Positiivisen palautteen antaminen on luonteva osa vuorovaikutusta myös monissa muissa korteissa kuvatuissa toimintamalleissa, esimerkiksi silloin kun lapsen kanssa tehdään yhdessä kotitöitä tai kun vanhempi keskittyy huomamaan lapsen leikkiä tai muuta tekemistä.

#### **4.2.5 Päivittäisiä rutiineja ja rytmiä kuvaavat kortit**

Jokaisessa lapsiperheessä arki koostuu rutiineista ja päivärytmistä, joiden toistuvuus ja tuttuus luovat lapselle turvallisuuden tunteen. Lapset heräävät aamulla ja heidät täytyy auttaa levolle. Jokainen lapsi tarvitsee myös ravintoa, samoin ulkoilun on hyvä sisältyä lapsen päivän ohjelmaan. Useimmat lapset myös osallistuvat varhaiskasvatukseen tai kerhoihin tai viimeistään käyvät esikoulua, perheissä koetaan siis säännöllisesti eron hetkiä ja uudelleen kohtaamisia. Usein perheillä on myös omia toistuvia tapoja tai rutiineja, esimerkiksi lauantainen saunailta. Vanhemmalle rutiinit merkitsevät toisaalta velvollisuuksia ja hoitovastuuta lapsista sekä kotitöistä, toisaalta merkittävää mahdollisuutta nähdä arjen rakenne toistuvine toimintoinen tilaisuuksina myönteiseen vuorovaikutukseen. Kuten teoreettisessa viitekehyksessä totesin, kaikki yhdessä vietetty aika tarjoaa mahdollisuuksia sekä keskusteluun lapsen kanssa että mahdollisuuksia mm. lapsen huomioimiseen, hyvään kosketukseen tai jaettuihin tunteisiin. Päivittäin toistuvien rutiinien ja perheen rytmin tarjoamia vuorovaikutusmahdollisuuksia kuvaavat seuraavat kortit:

##### **Ihana nähdä sinut taas!**

Kun tapaan lapseni uudestaan oltuamme erossa, osoitan hänelle että olen iloinen saadessani hänet taas luokseni.

Tervehdin lastani nimeltä, katson silmiin, otan lapseni lähelleni esimerkiksi halaamalla tai kantamalla hänet autoon. Varaan hoitopäivän jälkeen 15 minuuttia rauhalliseen läsnäoloon, luemme, leikimme tai juttelemme yhdessä. Vasta sen jälkeen laitan ruokaa tai ryhdyn muihin kotitöihin.

**Hellästi eron hetkeen**

Kun eroamme lapseni kanssa, jätän hänet eron hetkeen hellästi, silloin minulla ei ole kiire mihinkään.

Halaan lastani ja toivotan hänelle mukavaa päivää. Kerron palaamiseni hetkestä lapseni ymmärtämällä tavalla, esimerkiksi että palaan hakemaan hänet, kun hän on syönyt välipalan.

**Kauniita unia**

Ennen unia huolehdin, että lapseni saa rauhallisen hetken, jonka aikana tarjoan hänelle läheisyyttä. Sylittelen tai kainattelen lapseni kanssa, pajailen, rapsuttelen tai hieron hellästi.

Voin lukea lapselleni sadun, laulaa unilaulun, lorutella unilorun tai juttelemme päivän tapahtumista. Peittelen unille, toivotan hyvät päiväunet tai hyvää yötä.

**Lempeästi uuteen päivään**

Käyn herättämässä lapseni hellästi ja kiireettömästi uuteen päivään, varaan aikaa sylittelyyn tai kainalossa istumiseen.

**Yhteinen ateria luo iloa**

Olen vanhempana kuin lintuemo poikasilleen, annan lapsilleni hyvää, ravitsevaa ruokaa.

Syömme yhdessä aterian ainakin kerran päivässä, jaamme pöydässä aterian lisäksi ajatuksemme ja kuulumisemme.

**Teemme kotitöitä**

Otan lapseni mukaan kotitöihin, teemme ruokaa, pihatöitä tai pyykin viikasta yhdessä.

Yhteinen tekeminen tarjoaa läsnäolon lisäksi lapselleni oppia vastuun ottamisesta ja arjen taitoja myöhempää elämää varten.

**Leppoisa yhdessäolo**

Etsimme iloa arkeen, varaamme aikaa pelkästään leppoisaan yhdessäoloon.

Teemme koko perhe joka viikko yhdessä jotakin kivaa, katsomme esimerkiksi lasten leffaa tai teemme retken, pelaamme korttia tai rakennamme lumiukon.

**Ulkona koemme yhdessä**

Kun lähdemme ulos, juttelen lapseni kanssa siitä, mitä näemme ja koemme. Ulkoillessamme en keskity kännykkään.

**Lukuhetki joka päivä**

Luen lapselleni joka päivä.

Saduilla ja vanhemman kertomuksilla esimerkiksi oman suvun vaiheista on suuri merkitys läheisyyden luojana sekä lapsen empatian, moraalin, kielen ja mielikuvituksen kehittymisessä.

**Meidän perheen oma tapa**

Valitsen meidän perheelle yhteisen tavan. Voimme esimerkiksi perjantai-iltaisain pitää yhteisen leffaillan tai lauantaisin saunaillan, johon lapsille varataan pillimehut.

Vuorovaikutusta tukevia kortteja syntyi eniten tähän ryhmään, sillä lapsiperheen rytmiin sisältyy luonnollisesti lukuisia toistuvia tilanteita, joissa kuitenkin toistuvat myös muissa korteissa esillä olleet teemat ja toimintamallit.

Kaikkien edellisten vanhemman vuorovaikutusta kuvaavien korttien lisäksi lisäsin menetelmään vielä kortin, jonka avulla vanhempi voisi itse luoda itselleen vuorovaikutusta vahvistavan toimintamallin, jos mikään korteissa kuvattu malli ei olisi vanhemman mielestä sopiva perheessä käytettäväksi. Kuvasin tämän vanhemman itsensä määrittelemän toimintamallin näin:

### **Myönteinen kohtaaminen**

Näistä korteista voin huomata erilaisia esimerkkejä siitä, kuinka voin kohdata lapseni myönteisellä tavalla. Jokaisella perheellä on myös monia ihan omia tapoja hyviin kohtaamisiin. Millaisen uuden hyvän kohtaamisen tavan haluat ottaa käyttöön elämääne?

Toivoin tämän kortin avulla vanhempien myös huomaavan muutenkin, että jokaisella äidillä tai isällä on mahdollisuus myös itse luoda hyviä vuorovaikutuksen tapoja omaan vanhemmuuteensa.

#### **4.2.6 Ohje korttien käyttöön**

Laadin vuorovaikutusta tukevien korttien käyttöä varten myös ohjeen työntekijälle. Ohjeen pyrin laatimaan mahdollisimman yksinkertaiseksi ja yhdelle A4-paperille mahtuvaksi, jotta työntekijällä ei menisi aikaa monimutkaiseen ohjeeseen tutustumiseen. Työntekijän ohje on esitetty kuvassa 6.

## TUE POSITIIVISTA VUOROVAIKUTUSTA VANHEMMAN JA LAPSEN SUHTEESSA -KORTIT

Hyvä perheiden parissa työskentelevä ammattilainen,

Olet varmasti huomannut, että perheissä vuorovaikutukseen liittyvät pulmat aiheuttavat monenlaisia haasteita. Lapset saattavat jäädä vaille riittävää vanhemman huomiota, lempeää katsetta ja kosketusta, myönteistä puhetta ja läsnäoloa. Positiivisen vuorovaikutuksen puute ajaa lapsen hakemaan vanhemman huomiota esimerkiksi haastavalla käytöksellä.

Vanhempien voi olla vaikeaa hahmottaa, millaiset arkiset tavat voivat lisätä hyvää vuorovaikutusta perheen elämään, sillä vuorovaikutus tulee todeksi lukuisissa pienissä arkisissa hetkissä. Näiden korttien avulla voit tukea ja ohjata vanhempaa huomaamaan erilaisia konkreettisia vaihtoehtoja myönteisiin kohtaamisiin lapsen kanssa ja omaksumaan omaan arkeen positiivisia vuorovaikutuksen tapoja.

### Perheessä työskennellessäsi voit käyttää kortteja näin:

Levitä kortit pöydälle tai lattialle kortin selityspuoli ylöspäin. Keskustele vanhemman tai vanhempien kanssa korttien sisällöstä ja perheen omista tavoista. Voit pyytää vanhempaa valitsemaan yhden tai muutaman kortin sellaisista tavoista, joita he haluavat alkaa toteuttamaan oman perheensä arjessa. Vanhempi saa pitää valitsemansa kortin, jotta se voi muistuttaa häntä toimimaan uudella tavalla.

Voit tarpeen mukaan tulostaa ja laminoida uusia kortteja työskentelyysi.

### Vanhempien vertaisryhmän kanssa voit käyttää kortteja näin:

Levitä kortit pöydälle tai lattialle selityspuoli ylöspäin. Keskustele vanhempien kanssa korttien sisällöstä ja perheiden omista tavoista. Kannusta vanhempia kertomaan omista tavoistaan kohdata lapsi myönteisellä tavalla. Voit lopuksi kannustaa vanhempia valitsemaan itselleen myös uuden tavan lisäämään myönteisiä kohtaamisia perheessä.

Kuva 6. Ohje työntekijälle vuorovaikutuksellisen menetelmän käyttöön

Pohdin, että jokainen ammattilainen varmasti osaisi keskustella korteissa esitetyistä teemoista, siksi esimerkiksi jokaiseen kortin sisältöön liittyvää ohjetta tai selitystä ei mielestäni kaivattu. Lisäksi perhetyön tiimille jäisi opinnäytetyöni käyttöön, joten korttien tekstejä perusteleva teoreettinen viitekehys olisi sieltä

tarvittaessa luettavissa. Ajattelin, että vanhemmalle olisi hyvä jättää muistin tueksi vanhemman valitsema kortti, joten lisäsin ohjeeseen maininnan tästä. Esitin ohjeessa työntekijälle myös mahdollisuuden käyttää kortteja keskustelun tukena vanhempien vertaisryhmässä.

#### **4.2.7 Perhetyön tiimin jäsenten palaute**

Jo kehittäessäni menetelmän ensimmäistä versiota keskustelin ajatuksistani joidenkin työkavereiden sekä esimieheni ja ohjaajani Mari Niemisen kanssa. Sain ajatuksistani kannustavaa palautetta sekä kommentteja ja ideoita täydentämään kehitystyötäni.

Jätin joulukuussa menetelmän ensimmäisen version valmistuttua perhetyön tiimin jokaiselle työntekijälle A4-lomakkeelle (Liite 1) asemoidun kyselylomakkeen, jossa pyysin heidän palautettaan arvioidakseni onnistumistani ja jatkokehitystarpeita. Lomakkeessa oli jättänyt runsaasti tilaa vapaasti kirjoitettaville vastauksille. Palautelomakkeeseen olin laatinut seuraavat kysymykset:

- Mitä ajattelet käytännön toteutuksesta (korttien ideat, tekstit, ohjeet)?
- Voisitko itse käyttää tätä menetelmää?
- Jos olet kokeillut tätä menetelmää perhetyössä, millaista työskentely korttien kanssa mielestäsi oli?
- Uskotko, että tällä menetelmällä voi vaikuttaa vanhempien ja lasten väliseen vuorovaikutukseen?
- Mitä muuta hyvää / huonoa mielestäsi tässä menetelmässä?

Tammi-helmikuun aikana sain perhetyön tiimiltä vastauksia yhteensä 10 kappaletta (koko tiimiltä ja harjoitteluaan tekevältä sosionomiopiskelijalta). Sain menetelmän ensimmäisestä versiosta positiivista palautetta ja toisaalta myös joitakin hyviä ehdotuksia jatkokehittelyyn. Palautteet olen koontanut liitteeksi 2.

Korttien ideoiden, tekstien ja ohjeiden toteutusta vastaajat kuvasivat selkeiksi ja hyviä toimintamalleja tarjoaviksi. Tekstien sävyä useat vastaajat kuvailivat positiivisiksi, lämpimiksi ja helposti ymmärrettäviksi. Yksi vastaaja piti tekstejä liian pitkinä ja kaipasi liian pitkän tekstin selkiyttämistä esimerkiksi lihavoimalla jonkun kappaleen.

Vastaajista jokainen kertoi aikovansa ottaa menetelmän käyttöön omassa työssään joko vanhempien tai vanhempien vertaisryhmän kanssa. Kukaan ei ollut vielä ehtinyt kokeilla menetelmän käyttöä, mutta yksi vastaaja kertoi jo muuten keskustelleensa vanhempien kanssa korteissa mukana olleista esimerkeistä tai toimintamalleista. Kaikki vastaajat uskoivat, että menetelmä mahdollistaa vuorovaikutuksen tukemisen, sillä sen avulla voidaan vanhempia herätellä pohtimaan ja keskustelemaan vuorovaikutuksesta. Vastauksista ilmeni myös vanhemman motivoitumisen tärkeys, ja yksi vastaaja arvelikin, että vanhemman saadessa pitää valitsemansa kortin myös asia pysyy muistissa paremmin. Yksi vastaajista ehdotti myös, että menetelmän avulla voisi vanhemman kanssa työskennellä uudelleen esimerkiksi kuukauden päästä, mikä voisi tukea muutosta vanhemman vuorovaikutuksen toimintamalleissa.

Vaikka vastaajat pitivät korttien toteutusta pääosin onnistuneena ja hyviä keskustelun aiheita sekä konkreettisia toimintamalleja tarjoavina, kaipasi kaksi vastaajaa kortteihin visuaalisuutta värien tai kuvien muodossa.

Olin itse tyytyväinen positiivisesta palautteesta ja rakentavista parannusehdotuksista, joita perhetyön tiimin jäsenet olivat antaneet. Päätin, että tarkastelisin vielä mahdollisuutta tiivistää tekstejä ja nostaa esille avainsanoja. Lisäksi pohdin, kuinka korttien visuaalisuutta voisi lisätä esimerkiksi väreillä ja lisäisin ohjeeseen työntekijälle ehdotuksen palata tarpeen mukaan myös uudelleen työskentelyyn korttien parissa.

### **4.3 Menetelmän viimeisteleminen**

Perhetyön tiimin jäsenten palautteiden saamisen jälkeen tarkastelin uudelleen kaikkien korttien tekstejä, jotta ne olisivat mahdollisimman tiiviitä ja selkeitä. Koska tekstit olivat jo kuitenkin varsin lyhyitä, koin lyhentämisen vaikeaksi. Samoin koin itse visuaalisen ilmeen muuttuvan levottomaksi, kun kokeilin avainsanojen tai asioiden lihavoitua. Päätin siksi, että en erikseen nostaisi lihavoiduiksi asiasanoja tai –teemoja.

Peilasin menetelmääni myös uudelleen teoreettiseen viitekehykseen. Tämän seurauksena lisäsin menetelmään vielä:

- yhden kortin huomaamista ja hyväksyvää katsetta kuvaaviin kortteihin



- kaksi korttia positiivista palautetta kuvaaviin kortteihin
- kaksi korttia kuvaamaan toimintamalleja, joilla vanhempi voi ohjata lasta myönteisesti ja jämäkästi.

Viiden uuden kortin lisäksi muokkasin myös kolmen kortin toimintamalleja kuvaavia tekstejä.

Muokkasin myös menetelmän käyttöön työntekijälle laatimaani ohjetta perhetyön tiimin jäseniltä saadun palautteen perusteella. Päätin myös nimetä menetelmän Sydänpäpyske-kortiksi ajatellen, että myös menetelmän nimi viestisi tavoitteesta myönteiseen, lämpimään vanhemman vuorovaikutukseen.

#### **4.3.1 Huomaamista ja hyväksyvää katsetta sekä positiivista palautetta kuvaavien korttien lisäys**

Menetelmän ensimmäistä versiota teoreettiseen viitekehykseen uudelleen peilattuani lisäsin menetelmään huomaamista ja hyväksyvää katsetta kuvaaviin kortin, joka mallintaa vanhemman ja lapsen välistä leikkihetkeä, sillä teoreettisen viitekehyksen perusteella leikkiminen lapsen kanssa tarjoaa vanhemmalle loistavan mahdollisuuden seurata lapsen aloitteita ja ihastella lapsen toimintaa. Tämä taas edelleen vahvistaa lapsen näkemystä omasta merkityksellisyydestään vanhemman mielessä. Muotoilin kortin tekstin seuraavalla tavalla:

##### **Leikimme yhdessä**

Leikin lapseni kanssa. Leikkiessämme kunnioitan lapseni aloitteita, en silloin pyri ohjailemaan lastani vaan nauttimaan yhteisestä ajasta ja ihastelemaan hänen tekemistään.

Positiivista palautetta kuvaaviin kortteihin lisäsin kortit, joissa mallinsin lapsen kiittämistä ja kehumista sekä hyvän puhumista lapsesta, sillä positiivisella palautteella on sekä perhetyöstä että lapsien ohjaamisesta saadun kokemukseni mukaan valtava vaikutus lapsen käyttäytymiseen ja itsetuntoon. Nämä kortit muotoilin seuraavasti:

##### **Kiitos ja kehu vahvistavat hyvää**

Vahvistan hyvää käyttäytymistä useilla tavoilla:

Kehun suoralla palautteella ”Taas sinä osasit, hyvä!”

Kehun kysymällä: ”Kuinka ihmeessä osasit?”

Kehun leikkisästi: ”Sinähän olet pian yhtä taitava kuin isäsi!”

Kiitän yrittämisestä: ”Hienoa että yritit, ensi kerralla onnistuu!”

Kehun eleillä. Näytän peukkua, taputan innokkaasti, pörrötän tukkaa tai teemme ylävitokset.

### **Puhun hyvää lapsesta**

Kerron muille, lapselle tärkeille ihmisille hyviä asioita lapsesta niin että lapsi kuulee. Kun lapsi kuulee vanhemman olevan iloinen esimerkiksi hyvästä käytöksestä tai sinnikkästä uuden taidon harjoittelusta, vahvistuu lapsen halu toimia edelleen vanhemman toiveiden mukaan.

Hyvä palaute on tärkeää, koska lapsi ottaa vanhemmalta huomion aina jollakin tavalla. Jos huomiota saa vain huonosta käytöksestä, lapsi toimii jatkuvasti vanhemman haastaen. Sen sijaan kannustava palaute, kiitos ja kehuminen saavat lapsen tuntemaan ylpeyttä itsestään ja lisäämään edelleen hyvää käytöstä.

#### **4.3.2 Myönteistä, jämää ohjaamista kuvaavien korttien lisäys**

Teoreettista viitekehystä uudelleen peilattuani pohdin myös, että menetelmä kaipasi mielestäni vielä kortteja toimintamalleista, joiden avulla vanhempi voisi helpottaa lapsen haastavaa käytöstä ja siitä aiheutuvaa kitkaa arjessa. Loin tällaisia tilanteita varten kaksi korttia, jotka kuvaavat lapsen myönteistä ja jämää ohjaamista:

##### **Haasteet opeteltaviksi taidoiksi**

Kun lapsi toimii jossakin asiassa jatkuvasti ongelmallisella tavalla, toimin näin:

Mietin lapsen kanssa, millainen taito hänen tulisi oppia, jotta ongelmasta päästään eroon. Kannustan lasta aina, kun hän harjoittelee tai edistyy taidossaan. Sovimme lapsen kanssa, kuinka opitua taitoa juhlietaan yhdessä.

### **Ohjaan rauhallisesti ja jämäkästi**

Kun haluan lapseni noudattavan ohjeitani, varmistan ensin, että lapseni kuuntelee. Voin mennä hänen lähelleen, ottaa hänen kätensä käsiini ja katsoa silmiin. Annan ohjeen selvästi yksi asia kerrallaan, en kysy tai ehdota.

Pysyn jämäkkänä ja rauhallisena, vaikka lapseni suuttuisi tai pahoittaisi mielensä. Voin kertoa ymmärtäväni hänen suuttumuksensa, mutta vaadin silti noudattamaan ohjeitani. Jos lapseni ei parin kehotuksen jälkeen noudata ohjeitani, teemme asian yhdessä.

Jatkuvissa kitkatilanteissa on näkökulman muutos positiiviseksi uuden taidon opetteluksi rakentava tapa ja auttaa lasta työskentelemään ongelman ratkaisemiseksi. Samalla asia, josta lapsi on aiemmin saanut moitteita, voi muuttua harjoitteluksi, josta lapsi saakin positiivista palautetta ja kohotusta itsetunnon. Jatkuvissa kitkatilanteissa vanhemman kannattaa tarkastella myös omaa osuuttaan ja opetella ohjaamaan lasta niin, että lapsi ymmärtää, mitä hänen tulisi tehdä, samalla kun vanhempi säilyttää tynen malttinsa myös lapsen pahoittaessa mielensä.

#### **4.3.3 Muokatut kortit**

Ensimmäisen version korttien toimintamalleja refleктоituani muokkasinkin myös kolmea korttia. Tunteiden käsittelyä kuvaavaa (ensimmäisessä versiossa Tunteille nimet -otsikoitu kortti) korttia halusin täydentää, sillä negatiivisten tunteiden käsittelyn lisäksi vanhempaa kannattaa kannustaa kaikenlaisista tunteista keskustelemiseen ja kaikkien tunteiden hyväksymiseen. Teoreettisen viitekehysten perusteella koin tärkeäksi myös lisätä korttiin vanhemmalle ohjeen tynnyttää lasta tunnemyrskyissä ja muistamaan vanhemman vastuu omista tunteistaan. Kortin tekstiksi muotoilin:

#### **Keskustelemme tunteista**

Keskustelen lapseni kanssa siitä, miltä hänestä tai muista joku asia saattaa tuntua.

Hyväksyn kaikki tunteet. Tyynnytän lasta, kun hän on tunnemyrskyn keskellä. Vaikka hyväksyn myös negatiiviset tunteet, ohjaan lasta tunteiden hallintaan: esimerkiksi ketään ei saa vahingoittaa vaikka suututtaa.

Muistan, että tunteet tarttuvat. Pysin itse tartuttamaan perheessämme myönteisiä tunteita. Kannan vastuun omista tunteistani ja pyydän anteeksi, jos olen itse suuttuneena käyttäytynyt väärin muita kohtaan.

Menetelmän ensimmäiseen versioon sisältyneet, kaksi sisällöltään samansuuntaista korttia (Meidän perheen oma tapa ja Leppoisa yhdessäolo) yhdistin yhdeksi kortiksi seuraavalla tekstillä:

#### **Leppoisa yhdessäolo**

Etsimme iloa arkeen, varaamme aikaa pelkästään leppoisaan yhdessäoloon. Teemme koko perhe joka viikko yhdessä jotakin kivaa, katsomme esimerkiksi lasten leffaa tai teemme retken, pelaamme korttia, rakennamme lumiukon tai nautimme saunaillasta.

Yhdessäoloon liittyvä ilo ja perheen omat tavat ovat tärkeitä yhteishengen ja perheen ainutlaatuisen kulttuurin luoja. Lapsen kannalta se, että vanhempi nauttii hänen kanssaan vietetystä ajasta, nostaa lapsen itsetuntoa: hän on rakastettava lapsi, kun vanhempikin nauttii ajasta hänen kanssaan. Leppoisa yhteinen rentoutuminen tai touhuilu on myös hyvää vastapainoa monille arjen rutiineille.

#### **4.3.4 Valmis ohje menetelmälle**

Työntekijän ohjetta muokkasin perhetyön tiimin jäseniltä saamani palautteen perusteella. Valmiin työntekijän ohjeen olen esittänyt kuvassa 7.

## TUE VANHEMMAN MYÖNTEISTÄ VUOROVAIKUTUSTA LAPSEEN SYDÄNKÄPYSET-KORTEILLA

Hyvä perheiden parissa työskentelevä ammattilainen,

Olet varmasti huomannut, että perheissä vuorovaikutukseen liittyvät pulmat aiheuttavat monenlaisia haasteita. Lapset saattavat jäädä vaille riittävää vanhemman huomiota, lempeää katsetta ja kosketusta, myönteistä puhetta ja läsnäoloa. Myönteisen vuorovaikutuksen puute ajaa lapsen hakemaan vanhemman huomiota esimerkiksi haastavalla käytöksellä.

Vanhempien voi olla vaikeaa hahmottaa, millaiset arkiset tavat voivat lisätä hyvää vuorovaikutusta perheen elämään, sillä vuorovaikutus tulee todeksi lukuisissa pienissä arkisissa hetkissä. Näiden korttien avulla voit tukea vanhempaa huomaamaan erilaisia konkreettisia vaihtoehtoja lämpimiin kohtaamisiin lapsen kanssa ja omaksumaan omaan arkeen myönteisiä vuorovaikutuksen tapoja.

### Perheessä työskennellessäsi voit käyttää kortteja näin:

Levitä kortit pöydälle tai lattialle korttien selityspuoli ylöspäin. Keskustele vanhemman tai vanhempien kanssa korttien teemoista ja perheen omista tavoista. Voit pyytää vanhempaa valitsemaan yhden tai muutaman kortin sellaisista tavoista, joita he haluavat alkaa toteuttamaan oman perheensä arjessa. Vanhempi saa pitää valitsemansa kortin, jotta se voi muistuttaa häntä toimimaan uudella tavalla.

Työskentelyyn voit ottaa mukaan vain osan korteista perheen tilanteen mukaan. Voit myös palata työskentelemään korteilla vanhemman / vanhempien kanssa uudestaan myöhemmin, esimerkiksi kuukauden kuluttua ensimmäisestä käsittelystä.

Tulosta tarpeesi mukaan uusia kortteja. Voit myös laminoida kortit tai tulostaa kortteja värilliselle paperille tai kartongille.

### Vanhempien vertaisryhmän kanssa voit käyttää kortteja näin:

Levitä kortit pöydälle tai lattialle selityspuoli ylöspäin. Keskustele vanhempien kanssa korttien sisällöstä ja perheiden omista tavoista. Kannusta vanhempia kertomaan omista tavoistaan kohdata lapsi myönteisellä tavalla. Voit lopuksi kannustaa vanhempia valitsemaan itselleen uuden tavan lisäämään myönteisiä kohtaamisia perheessä.

Kuva 7. Valmis ohje menetelmälle

Lisäsin ohjeeseen, että työntekijä voi halutessaan valita käyttöön perheen tilanteen mukaan vain osan korteista, jos hän kokee, että kaikkia kortteja käytettäessä luettavaa tekstiä on vanhemmalle liikaa. Ohjeeseen lisäsin myös, että kortteja voi tulostaa eri värisille papereille, jos työntekijä kokee eri väristen

korttien lisäävän visuaalisuutta ja siten tukevan työskentelyä. Mainitsin myös, että työskentelyä korttien kanssa voi jatkaa jonkun ajan, esimerkiksi kuukauden päästä ensimmäisestä työskentelystä, jotta asiaa voi kerrata ja vanhemmalle tarjoutuu tilaisuus edelleen ottaa käyttöön lisää tapoja myönteiseen vuorovaikutukseen.

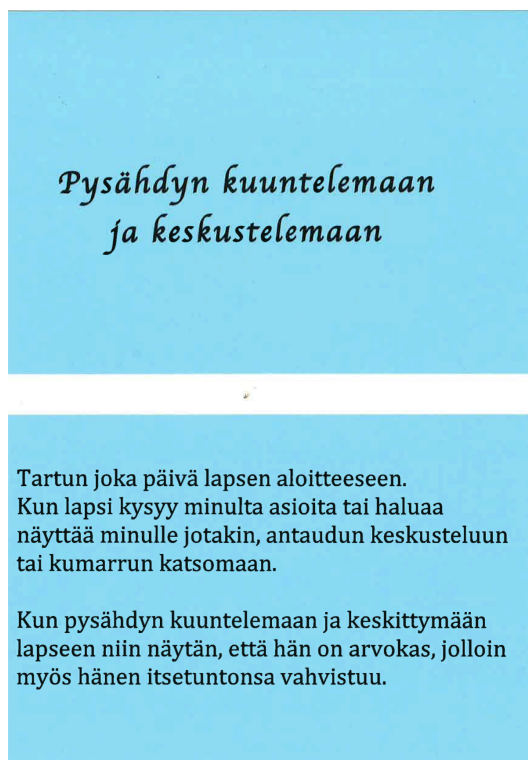
#### **4.4 Yhteenveto valmiista menetelmästä**

Valmis versio menetelmästä valmistui huhtikuussa 2018. Valmiissa menetelmässä oli tekemieni muokkausten ja lisäysten jälkeen yhteensä 24 korttia ja ohje työntekijälle. Kaikki kortit on lueteltu liitteessä 3, ja valmis ohje esitettiin edellisessä kappaleessa kuvassa 7. Korttien teemat olin jaotellut seuraavalla tavalla:

- huomaamista ja hyvää katsetta kuvaavia kortteja 5 kpl
- hyvää kosketusta kuvaavia kortteja 2 kpl
- tunteiden käsittelyä kuvaavia kortteja 2 kpl
- positiivista palautetta kuvaavia kortteja 3 kpl
- myönteistä, jämäkkää ohjaamista kuvaavia kortteja 2 kpl
- päivittäisiä rutiineja ja rytmiä kuvaavia kortteja 9 kpl
- lisäksi yksi kortti kannusti vanhempaa keksimään itse jonkin myönteistä vuorovaikutusta tukevan tavan toimia.

Kaikki korteissa esitetyt konkreettiset toimintamallit ja esimerkit tukevat vanhempaa huomaaman pieniä tapoja, joiden avulla vanhempi voi kohdata lapsen myönteisemmin ja lämpimämmin joko perheen rutiineihin liittyvissä tilanteissa tai muuten ”hetkeen tarttuen”. Näennäisesti eniten menetelmään syntyi päivittäiseen rytmiin ja rutiineihin liittyviä toimintamalleja kuvaavia kortteja, sillä jokaisen lapsiperheen elämään sisältyy monia arjessa samankaltaisina toistuvia tilanteita. Toisaalta, osa vuorovaikutusta taas on luonteeltaan enemmän sitä, että vanhempi huomaa tarttua hetkeen kaiken touhun keskellä – antautua keskusteluun, huomata lapsi, katsahtaa hyväksyvästi, pajjata selkää tai pörrötää tukkaa. Työntekijä voi korttien avulla motivoida vanhempaa toimimaan aluksi yhdessä, pienessä asiassa toisin. Pieni positiivinen askel voi vähitellen merkitä koko perheen kannalta muutosta, vahvistuvaa vanhemmuutta, perheen parempaa tunneilmastoa, lapsen turvallisuuden tunnetta ja itsetuntoa.

Menetelmän sisältävän korttisarjan ja ohjeen käyttöä varten laadin Kotkan kaupungin perhetyön tiimille tiedostokansion, joiden avulla kortteja tai ohjetta voi tulostaa tarpeen mukaan. Mallisivut korttien tulostustiedostosta on esitetty liitteessä 4. Tiedostokansioon lisäsin myös liitteessä 3 kuvatun koonnin korttien teemoista. Kuvassa 8 on esitetty malli valmiista korteista tulostettuina.



Kuva 8. Malli valmiista kortista

Kuvassa esitetty mallikortti on tulostettu vaaleansiniselle paperille. Ylemmässä kortissa on esitetty otsikkopuoli ja alemmassa kortissa selityspuoli. Kortin koko on tulostettaessa 16 cm x 10,2 cm, jotta teksti olisi riittävän suurta luettavaksi.

#### **4.5 Arviointi kehitystyön tuloksista**

Menetelmää kehittäessäni pohdin paljon sekä perhetyön tiimin työntekijöiden että asiakkaiden osallisuutta kehitystyössä. Tein työtä varsin itsenäisesti sekä teoretietoon että omaan kokemukseeni ja hiljaiseen tietooni nojautuen, vaikka perhetyön tiimin työntekijöiden ja esimieheni kanssa keskustelinkin paljon erilaisista perheiden vuorovaikutukseen liittyvistä aiheista ja sain myös tiimin työntekijöiltä palautteet menetelmän ensimmäisen version valmistuttua. Pa-

lautteen saamisen jälkeen mietin, että olisin voinut perhetyön tiimin jäseniltä kysyä myös sitä, puuttuiko heidän mielestään toimintamalleista jokin tärkeä teema esimerkiksi perheen päivärytmiin liittyen. Huomasin kuitenkin itse tarpeen joillekin teemoille, jotka lisäsin vielä valmiiseen menetelmään.

Toivoin myös, että itse tai joku muu perhetyön tiimistä olisimme ehtineet käyttää menetelmään perheissä, jotta asiakasnäkökulma menetelmän avulla työskentelemisestä olisi vielä antanut joitakin viitteitä menetelmän viimeisteleminen. Käytännön työhön liittyvistä muutoksista johtuen tämä ei kuitenkaan onnistunut. Työtapojen tai menetelmien kehittäminen on kuitenkin osa jatkuvaa, päivittäistä työtä, joten menetelmää voidaan vielä kehittää tiimissä edelleen asiakastyössä kertyneen kokemuksen mukaan.

Kehitystyön aikana mietin paljon myös sitä, onko valmiiden esimerkkien tai toimintamallien esittäminen ammattieettisesti kestävä tapa tukea vanhemmuutta. Tässä pohdinnassani päädyin siihen, että vaikka vuorovaikutuksen toimintamalleja mallintaakin konkreettisiksi esimerkeiksi, toimii jokainen vanhempi kuitenkin itse omalla persoonallisella tavallaan. Lisäksi koin, että erilaiset konkreettiset esimerkit ja toimintamallit myönteisestä, lämpimästä vuorovaikutuksesta pienten päivittäisten hetkien puitteissa voivat auttaa vanhempaa omaksumaan uusia vuorovaikutustaitoja ennemmin kuin pelkkä yleisemmällä tasolla toteutuva dialogi aiheesta. Toimintamallien ehdottamisen koin tärkeäksi myös siksi, että monet vanhemmat eivät omassa lapsuudessaan ole kokeneet riittävän hyvää vuorovaikutusta omien vanhempiensa kanssa, jolloin turvattomuutta luovat vanhemman toimintamallit siirtyvät helposti seuraavalle sukupolvelle.

Valmista menetelmää tarkastellessani pohdin sitäkin, kuulostavatko korteissa olevat esimerkit tai toimintamallit enemmän naisen tai äidin äänellä esitetyiksi ja kuinka menetelmä silloin mahtaa toimia isien kanssa, kun perhetyössä työntekijätkin useimmiten ovat naisia. Työntekijän herkkyyttä siis tarvitaan arvioimaan, millainen lähestymistapa kutakin vanhempaa parhaiten tukee.

Erityisen haasteelliseksi koin menetelmää kuvatessani korttien aihepiirien jaottelun. Korttien aiheiden jaottelu mm. hyvää kosketusta, tunteiden käsittelyä, positiivista palautetta jne. käsitteleviin kortteihin muodostui mielestäni hieman



keinotekoiseksi, sillä kaikki korteissa mallinnetut esimerkit ja toimintamallit sisältävät vuorovaikutuksen prosessimaisen luonteen vuoksi tekijöitä myös muista vuorovaikutuksen ”osa-alueista”. Esimerkiksi iltapuuhiiin liittyvät rutiinit sylittelyn, sadun tai juttelun merkeissä sisältävät luonnollisesti elementtejä myös mm. huomaamisesta ja hyväksyvistä katseesta, kosketuksesta ja tunteiden käsittelystä. Jako aihepiireihin peilaa kuitenkin teoreettisen viitekehyksen käsittelyä vanhemman vuorovaikutuksesta ja palvelee siten korttien esittelyä opinnäytetyössä, mutta ei sinänsä vaikuta menetelmän käyttöön ja työntekijän työskentelyyn vanhemman kanssa.

Pohdin menetelmän toimintamalleja kootessani paljon myös sitä, onko mukana olennainen ja riittävä esitys vanhemman myönteisestä vuorovaikutuksesta. Vuorovaikutuksen moninaisuuden ja prosessimaisuuden vuoksi on mahdotonta, että menetelmään olisi kuvattu kaikki mahdollinen vanhemman vuorovaikutus. Toisaalta jokainen vanhempi on myös vuorovaikutuksessa oman temperamenttinsa ja perheen yksilöllisen tilanteen ja kulttuurin mukaan. Tämän vuoksi tyhjentyviä, täydellisiä toimintamalleja tai esimerkkejä olisi ollut mahdollista antaa. Ajattelin, että erilaisista esimerkeistä tai toimintamalleista vanhempi voi kuitenkin oman persoonansa mukaan työstää uutta omaan vuorovaikutukseensa. Lisäksi hyvinkin toimiva menetelmä on vain yksi väline, jonka avulla työntekijä voi käydä dialogia vanhemman kanssa, pohtia yhdessä vuorovaikutusta, laajentaa näkökulmia ja motivoida muutokseen. Käytännön työssä työntekijä käyttääkin usein monipuolisesti useita erilaisia lähestymistapoja, menetelmiä ja dialogisuutta vanhemman tukemiseksi.

Menetelmän valmistuttua pohdin vielä myös sitä, olisiko vuorovaikutukseen liittyviä asioita voinut toteuttaa esimerkiksi vanhemman oppaana hyvään vuorovaikutukseen. Ihanteellisintahan olisi, että vanhemman vuorovaikutus olisi mahdollisimman monella tapaa ja koko ajan perheen arjessa myönteistä ja lämmintä. Perhetyön kokemuksen perusteella kuitenkin tuntuu siltä, että askel askeleelta eteneminen ja esimerkiksi yhdessä asiassa muutoksen tukeminen johtaa helpommin vanhemman voimaantumiseen ja myös seuraavan askeleen ottamiseen.

Menetelmän kehitystyö vei mielestäni suhteellisen paljon aikaa, noin vuoden verran. Kehittämistyö tiiviimmälläkin tahdilla olisi ollut mahdollista, jos asialle

olisi ollut omassa kalenterissa työn jälkeen enemmän aikaa. Toisaalta koin, että ajan kuluminen sai monet pohdinnat syvenemään, jolloin tuloskin oli monipuolisempi ja olin menetelmän valmistuttua itse tyytyväinen työn tulokseen.

## 5 POHDINTA

Vanhemman vuorovaikutuksella on valtava vaikutus lapsen hyvinvointiin, turvallisuuden tunteeseen ja itsetunnon kehittymiseen sekä koko perheen tunneilmastoon. Vuorovaikutuksen vanhemman ja lapsen välillä tekee erityiseksi tunnesuhde: lapselle on tärkeää kokea, että vanhemman rakkaus ei koskaan ole ehdollista vaan säilyy sekä hyvinä että huonoina päivinä. Lapselle rakastetuksi tulemisen kokemus on erityisen tärkeää myös negatiivisten tunteiden vallassa esimerkiksi kiukkuisena tai uhmakkaana.

Vanhemman vuorovaikutukseen sisältyy useita tekijöitä. Lapsen huomaaminen ja hänen aloitteisiinsa vastaaminen sekä vanhemman katsekontakti kertovat lapselle, että vanhempi välittää ja haluaa keskittyä lapseen. Hyvä, lempeä kosketus ja syli tyyntävät ja viestivät rakkaudesta. Keskustelu erilaisista asioista auttaa lasta ymmärtämään eri asioiden merkityksiä, säätelämään tunteita ja toimintaa ja kokemaan vanhemman hyväksyntää ja kannustusta. Positiivisella palautteella, lapsen kiittämisellä, kehumisella ja hyvää puhumalla lapsesta voi vahvistaa lapsen onnistumisen kokemuksia ja toimintaa haluttuun suuntaan.

Vuorovaikutus toteutuu perheen elämässä ja päivittäisissä rutiineissa prosessina, jossa vuorovaikutuksen eri tekijät täydentävät toisiaan ja jossa vanhempi ja lapsi vastaavat koko ajan toistensa toimintaan. Lapselle säännöllinen, päivittäinen rytmi merkitsee turvaa luovaa ennakoitavuutta. Vanhemmalle perheen rytmi luo hyvän mahdollisuuden oman perheen rutiineihin liittyviin toimintamalleihin, jotka sisältävät myönteistä, lapsen ja vanhemman suhdetta vahvistavaa vuorovaikutusta. Jokaisessa perheessä arkeen sisältyy esimerkiksi ruokailun tai lasten levolle käymisen hetkiä. Kun vanhempi hyödyntää hyvän vuorovaikutuksen elementtejä näissä hetkissä, vahvistuu samalla lapsen turvallinen kiintymyssuhde ja perheen hyvä tunneilmasto.

Koska vanhemman vuorovaikutuksen laadulla on niin suuri vaikutus lapsen hyvinvointiin ja turvallisuudentunteeseen, kuuluu vanhemman vuorovaikutuksen tukeminen olennaisena osana perhetyöhön. Perhetyössä työntekijöille vuorovaikutuksen pulmista voivat viestiä esimerkiksi lapsen haastava käytös tai jatkuvat kitkatilanteet perheen arjessa. Tällöin on hyvä pysähtyä miettimään sitä, kokeeko lapsi riittävästi rakastetuksi ja huomatuksi tulemisen tunteita ja kuinka lapsen toimintaa oikeaan suuntaan voisi vahvistaa esimerkiksi jämäkällä, rauhallisella lapsen ohjaamisella tai kannustamalla lasta harjoitteluun ja oppimaan uusia taitoja.

Vanhemman vuorovaikutusta voidaan tukea perhetyössä useiden menetelmien avulla. Tässä opinnäytetyössä tavoitteena oli luoda Kotkan kaupungin perhetyön tiimin käyttöön menetelmä, joka sisältää vanhemman vuorovaikutusta mallintavan korttisarjan. Tavoitteena oli tarjota työntekijälle helppokäyttöinen ja monipuolinen konkreettisia perheen rytmissä toteutettavia toimintamalleja ja esimerkkejä tarjoava menetelmä, jonka avulla vanhempaa voidaan tukea myönteiseen vuorovaikutukseen. Vanhemman kohdatessa lapsen lämpimämmin koko perheen tunneilmasto voi parantua ja lapsen hyvinvointi, turvallisuudentunne ja itsetunto vahvistua. Työntekijä voi menetelmän avulla tukea vanhempaa lisäämään lapsen kohtaamiseen esimerkiksi aluksi yhden uuden myönteisen vuorovaikutuksen tavan. Jo yhden uuden, myönteisen toimintamallin myötä vanhemman ja lapsen suhde voi alkaa vahvistumaan, jolloin vähitellen myös esimerkiksi arkiset kitkatilanteet voivat helpottua.

Vanhemman vuorovaikutusta tukevan menetelmän kehitystyö eteni kahdessa vaiheessa. Ensimmäisen version menetelmästä loin hyödyntämällä teoreettista viitekehystä, omia ideoita ja kokemuksia sekä keskusteluja aiheesta Kotkan perhetyön tiimissä. Valmiin version menetelmästä loin refleктоimalla palautetta, jota sain perhetyön tiimiltä ensimmäisestä versiosta sekä peilaamalla menetelmää vielä toiseen kertaan teoreettiseen viitekehykseen. Valmis menetelmä sisältää 24 vuorovaikutusta mallintavaa korttia sekä työntekijän ohjeen menetelmän käyttöön. Korttien aihepiirit jaottelin huomaamista ja hyväksyvää katsetta, hyvää kosketusta, tunteiden käsittelyä, positiivista palautetta, myönteistä ja jämäkkää ohjaamista sekä päivittäisiä rutiineja ja rytmiä kuvaaviin kortteihin. Nimesin menetelmän Sydänkäpypuset-korteiksi. Menetelmän käyttö-

kokemuksen myötä Kotkan perhetyön tiimissä on mahdollisuus kehittää korttien teemoja edelleen.

Vuorovaikutusta pidän itse ehdottomasti vanhemmuuden ytimenä. Ilman vuorovaikutusta lapsi ei kasva ihmiseksi ja riittävän hyvää vuorovaikutusta tarvitaan siihen, että lapsi kasvaa hallitsemaan oman elämänsä ja tunteensa sekä jäsentämään aikuisenakin turvallisia ihmissuhteita. Ammatillisena näkökulmana on mielestäni erittäin tärkeää tarkastella vanhemman vuorovaikutusta nimenomaan erityisen tunnesuhteen perusteella. Vanhemman merkitys lapselle pysyvän, rakkautellisen tunnesuhteen tarjoajana on kiistaton, samanlaista tunnesuhdetta ja hyvästä vuorovaikutuksesta seuraavaa turvallisuudentunnetta ei koskaan voida kokonaan korvata lapselle muualla, esimerkiksi varhaiskasvatuksessa. Tämän vuoksi perhetyön työntekijän roolissa on niin tärkeää kyetä tukemaan vanhempaa ilmaisemaan rakkautta ja sitoutumista lapseen.

Uskon, että vanhemman vuorovaikutukseen kiinnitetään koko ajan enemmän huomiota perhetyössä, onhan myönteisellä, lämpimällä ja herkällä vuorovaikutuksella niin valtava positiivinen merkitys lapsen koko tulevaisuudelle ja seuraavallekin sukupolvelle. Vuorovaikutukseen liittyvät tekijät nivoutuvat kuitenkin erittäin vahvasti perheen kulttuuriin, jonka muuttaminen vaatii pitkäjänteistä, monipuolista tukea ja vanhemman motivoitumista. Tämän vuoksi mikään menetelmä ei yksin ole avain muutokseen, vaan tarvitaan erilaisia tapoja ja menetelmien edelleen kehittämistä. Tässä opinnäytetyössä kehitettyä menetelmää voisi käyttää ja edelleen kehittää myös esimerkiksi yhteisöllisenä, sosiaalipedagogisena menetelmänä, jolloin vanhempien ryhmässä vanhemmat saisivat samalla vertaistukea toinen toisiltaan. Samoin olisi mielenkiintoista soveltaa menetelmää kytkeällä perhetyö tiiviisti peruspalveluihin, esimerkiksi varhaiskasvatukseen, jonka kautta lapsia ja vanhempia muutinkin tavataan tiiviisti ja jossa perhetyötä voitaisiin toteuttaa ennaltaehkäisevänä tukena perheille.

Vanhemman vuorovaikutusta tukevan menetelmän kehitystyö oli itselleni erittäin mielenkiintoinen ja omaa sydäntäni lähellä oleva aihe. Kehitystarpeen havaitseminen omassa työssä ja perhetyön tiimin esimiehen ja työkavereiden kannustus sai myös aiheen tuntumaan erityisen merkitykselliseltä. Käytännön prosessi opetti paljon siitä, kuinka pitkäjänteistä kehitystyö saattaa olla, toi-

saalta jatkossa oma oppiminen varmasti auttaa kehittämään työtä myös lyhyemmällä jännteellä. Opinnäytetyön puitteissa kehitystyöhön liittyi selkeää teoreettisen viitekehyksen tarkastelu, mikä auttoi myös syventämään ja vahvistamaan vuorovaikutukseen liittyvää omaa osaamista ja näkemystä. Menetelmän valmistuttua erityisen hyvältä tuntui yhden perhetyön tiimin jäsenen huomautus, että kehittämäni menetelmää kannattaisi hyödyntää myös muualla kuin Kotkassa.

## LÄHTEET

ADHD-liitto ry. 2013. Arki toimimaan. Vinkkejä lapsen myönteiseen tukemiseen. Porvoo: Kirjapaino Uusimaa.

Airas, C. & Brummer, K. 2003. Teoksessa Sinkkonen, J. (toim.) Pesästä lentoon. Kirja lapsen kehityksestä kasvattajalle. 2. painos. Helsinki: WSOY, Leikki on ikkuna lapsen sisäiseen maailmaan. 162–183.

Armstrong, N. 2012. Love-hunger is stronger than food-hunger. ICDP International Child Development Programme. WWW-dokumentti. Saatavissa: [http://www.icdp.info/var/uploaded/2014/01/2014-01-08\\_11-09-08\\_lovehunger\\_is\\_stronger\\_than\\_foodhunger.pdf](http://www.icdp.info/var/uploaded/2014/01/2014-01-08_11-09-08_lovehunger_is_stronger_than_foodhunger.pdf) [viitattu 12.2.2018].

Armstrong, N. 2013. ICDP in a nutshell. ICDP International Child Development Programme. WWW-dokumentti. Saatavissa: [http://www.icdp.info/var/uploaded/2015/10/2015-10-17\\_01-47-10\\_icdp\\_in\\_a\\_nutshell.pdf](http://www.icdp.info/var/uploaded/2015/10/2015-10-17_01-47-10_icdp_in_a_nutshell.pdf) [viitattu 12.2.2018].

Becker-Weidman, A. & Shell, D. 2008. Auta lasta kiintymään - vuorovaikutteinen kehityspsykoterapia traumaperäisen kiintymyshäiriön hoidossa. Tampere: PT-Kustannus.

Cacciatore, R., toim. Hurme, V. 2010. Kiukkukirja. Aggressiokasvattajan käsikirja – vauvasta kouluikään. Helsinki: Väestöliitto.

Cacciatore, R., Korteniemi- Poikela, E. & Huovinen, M. 2008. Miten tuen lapsen ja nuoren itsetuntoa. Helsinki: WSOY.

Cantell, H. 2010. Ratkaiseva vuorovaikutus. Kasvatuksellisia kohtaamisia lasten kanssa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Cohen, N., Lojkasek, M. & Muir, E. 2006. Watch, Wait, and Wonder: An Infant-Led Approach to Infant-Parent Psychotherapy. The Signal. Newsletter of the World Association for Infant Mental Health April – June. Vol. 14, No. 2. Verkko-lehti. Saatavissa: [https://www.waimh.org/Files/Signal/Signal\\_2006\\_14\\_2.pdf](https://www.waimh.org/Files/Signal/Signal_2006_14_2.pdf) [viitattu 12.2.2018].

Ensi- ja turvakotien liitto. 2016. Kannustavan kasvatuksen nelikenttä. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://virtuaalikirja.fi/ensijaturvakotienliitto/kirjat/vakivalta-ja-laiminlyontitunnista-ja-puutu/luku-3-1/#2> [viitattu 9.2.2018].

Furman, B. 2010. Muksuopin lumous. Uusi tapa auttaa lapsia voittamaan psyykkiset ongelmat. Helsinki: Tammi.

Furman, B. 2012. Olen ylpeä sinusta. Ratkaisukeskeisiä keinoja vanhemmille ja muille lasten kasvattajille. Helsinki: Tammi.

Hartley, P. 1999. Interpersonal communication. London and New York: Taylor & Francis Group.

- Hakala, J. 2011. Onnellinen lapsi. Vanhempien kasvatusoppi. Helsinki: Gummerus.
- Harlow, H. 1959. Love in Infant Monkeys. Scientific American 200 (June 1959). WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://pages.uoregon.edu/adoption/archive/HarlowLIM.htm> [viitattu 12.2.2018].
- Hautamäki, A. 2011. Lapsen kiintymyssuhteet ja niiden vaarantuminen. Teoksessa Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.) Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Helsinki: WSOYpro Oy, 29–69.
- Heikkinen, A. 2018. Professori Liisa Karlsson: Lapsen kanssa leikkiessä ei tarvitse kasvattaa tai opettaa. Yle. Artikkelit. Päivitetty 16.3.2018. Saatavissa: <https://yle.fi/aihe/artikkeli/2018/03/09/professori-liisa-karlsson-lapsen-kanssa-leikkiessa-ei-tarvitse-kasvattaa-tai> [viitattu 1.4.2018].
- Heino, T. 2008. Lastensuojelun avohuolto ja perhetyö: kehitys, nykytila, haasteet ja kehittämisehdotukset. Selvitys Lastensuojelun kehittämisohjelmalle. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus- ja kehittämiskeskus. Helsinki: Stakes.
- Helminen, M. 2001. Vanhemmuuden roolikartan käyttökokeuksia. Teoksessa Rautiainen, M. (toim.) Vanhemmuuden roolikartta: käyttäjän opas. 2, Syvennä ja sovela. Helsinki: Suomen kuntaliitto, 58–63.
- Hughes, D. 2011. Kiintymyskeskeinen vanhemmuus. Toimivuutta kasvatukseen. Tampere: PT-Kustannus.
- Hughes, D. 2015. DDP-työkirja. Kiintymyskeskeinen perheterapia - vuorovaikutteinen kehityspsykoterapia. Tampere: PT-Kustannus.
- Huotari, A., Niiranen-Linkama P., Siltanen, P & Tamski E. 2008. Neuropsykiatrinen valmennus. Valmentajan käsikirja. Mikkeli: Mikkelin ammattikorkeakoulu.
- ICDP international team. 2010. What is ICDP and its strategy of intervention? WWW-dokumentti. Saatavissa: [http://www.icdp.info/var/uploaded/2013/06/2013-06-21\\_11-53-58\\_what\\_is\\_icdp.pdf](http://www.icdp.info/var/uploaded/2013/06/2013-06-21_11-53-58_what_is_icdp.pdf) [viitattu 14.2.2018].
- Jallinoja, R. 2009. Vieras perheessä: suhteen hahmotus. Teoksessa Jallinoja, R. (toim.) Vieras perheessä. Tampere: Gaudeamus University Press, 11–31.
- Jernberg, A. & Booth, P. 2003. Theraplay. Vuorovaikutusterapian käsikirja. Helsinki: Psykologien kustannus.
- Juusola, M. 2011. Vahvaksi rakastetut lapset. Helsinki: Otava.
- Kalliala, M. 2009. Kato Mua! Kohtaako aikuinen lapsen päiväkodissa? Helsinki: Gaudeamus University Press.
- Keltikangas-Järvinen, L. 2012. Temperamentti, stressi ja elämänhallinta. 3. painos. Helsinki: WSOY.
- Kinnunen, S. 2003. Anna mun olla lapsi. Helsinki: Kirjapaja.

- Korhonen, L. & Sinkkonen, J. 2015. Pulassa lapsen kanssa. Helsinki: Duodecim.
- Kotka. 2018. Varhainen tuki, perhetyön tiimi. WWW-dokumentti. Saatavissa: [http://www.kotka.fi/asukkaalle/perhepalvelut/varhainen\\_tuki/perhetyon\\_tiimi](http://www.kotka.fi/asukkaalle/perhepalvelut/varhainen_tuki/perhetyon_tiimi) [viitattu 14.2.2018].
- Kyrönlampi-Kylmänen, T. 2010. Lapsen hyvä arki. Helsinki: Kirjapaja.
- Lahikainen, A. & Paavonen J. 2011. Perhe ja lapsen hyvinvointi. Toiminnallisia loukkuja: hyvinvointi ja eriarvoisuus. Tampereen yliopisto. Artikkelit. Saatavissa: [http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/66221/perhe\\_ja\\_lapsen\\_hyvinvointi\\_2011.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/66221/perhe_ja_lapsen_hyvinvointi_2011.pdf?sequence=1&isAllowed=y) [viitattu 25.4.2018].
- Larmo, A. 2010. Mentalisaatio – kyky pitää mielessä. Suomalainen Lääkäri-seura Duodecim. Artikkelit. Saatavissa: <http://www.duodecimlehti.fi/lehti/2010/6/duo98674> [viitattu 14.2.2018].
- Lastensuojelun Keskusliitto & Sariola, H. 2006. Kekseliäs kasvatus. Helsinki: Lastensuojelun Keskusliitto.
- Lastensuojelun käsikirja. 2015. Perhetyö. Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos. Päivitetty 18.11.2015. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/avohuolto/lastensuojelun-avohuollon-tukitoimet/perhetyo> [viitattu 12.2.2018].
- Lundán, A. 2012. Konstit vähissä? Ratkaisuja haastaviin kasvatustilanteisiin. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Lyytinen, P. & Lyytinen H. 2003. Tiedollinen kehitys lapsuudessa. Teoksessa Sinkkonen, J. (toim.) Pesästä lentoon. Kirja lapsen kehityksestä kasvattajalle. 2. painos. Helsinki: WSOY, 87–120.
- Matilainen, T. 2008. Lapsi elää rutiineista. Helppo ja hyvä arki. Jyväskylä: Gummerus.
- MLL. 2017. Kuinka komentaa ja kieltää lasta hyvällä tavalla. WWW-dokumentti. Päivitetty 31.7.2017. Saatavissa: <https://www.mll.fi/vanhemmille/vinkkejä-lapsiperheen-arkeen/lapsi-kokeilee-rajoja/kuinka-komentaa-ja-kieltää-lastaa-hyvällä-tavalla/> [viitattu 14.2.2018].
- Mäkelä, J. & Vierokko, I. 2004. Kuinka yhteys löytyy. Vuorovaikutusterapia huostaan otettujen lasten tukena. Espoo: SOS-Lapsikylä ry.
- Mäkijärvi, L. 2008. Aikuisen vastuu. Miten kasvatat tämän ajan lasta. Vääksy: Kirjatalo Leena Mäkijärvi.
- Nevalainen, V. 2005. Aikuinen ja lapsi. Kasvatuksesta voi selvitä hengissä. Helsinki: Edita, Suomen Psykologiliitto.



Ojanen, M. 2014. Positiivisen psykologian kritiikki. Teoksessa Uusitalo-Malmivaara, L. (toim.) Positiivisen psykologian voima. Jyväskylä: PS-kustannus, 86–100.

Pesäpuu. 2018. Korttisarjat ja pelit. Verkkokauppa. Saatavissa: [http://verkkokauppa.pesapuu.fi/category/2/korttisarjat-ja-pelit?per\\_page=25&sort=search&per\\_page=100](http://verkkokauppa.pesapuu.fi/category/2/korttisarjat-ja-pelit?per_page=25&sort=search&per_page=100) [viitattu 14.2.2018].

Pulkkinen, L. 2002. Mukavaa yhdessä. Sosiaalinen alkupääoma ja lapsen sosiaalinen kehitys. Jyväskylä: PS-kustannus.

Puolimatka, T. 2010. Kasvatuksen mahdollisuudet ja rajat. Minuuden rakentamisen filosofia. 2. uud. painos. Ryttylä: Suunta-kirjat.

Rantala, J. 2014. Äiti, älä tottele! (kaiken maailman kasvatusoppaita). Helsinki: Gummerus.

Räinä, J. 2015. Lastenpsykiatri: ”Kosketus on lapselle yhtä tärkeää kuin uni. Vauva-lehti. Artikkel. Saatavissa: <https://www.vauva.fi/artikkeli/lapsi/kasvatus/lastenpsykiatri-kosketus-lapselle-yhta-tarkeaa-kuin-uni> [viitattu 1.3.2018].

Rönkä, A. & Kinnunen, U. 2009. Kun työstä tulee vieras perheessä. Teoksessa Jallinoja, R. (toim.) Vieras perheessä. Helsinki: Gaudeamus University Press, 83–88.

Sajaniemi, N. & Mäkelä, J. 2014. Ihminen voi hyvin joukossa. Teoksessa Uusitalo-Malmivaara, L. (toim.) Positiivisen psykologian voima. Jyväskylä: PS-kustannus, 102–119.

Schmitt, F. 2003. Riittävän hyvä vanhemmuus. Teoksessa: Sinkkonen, J. (toim.) Pesästä lentoon. Kirja lapsen kehityksestä kasvattajalle. Helsinki: WSOY, 298–326.

Seppänen, P., Hansen, M., Janhunen, T., Kytöpuu, K., Salo, S., Seppänen, S., Tapio, N. & Vilén, M. 2014. Perhetyön työkalupakki täydentyy. Teoksessa Vilén, M., Seppänen, P., Tapio, N. & Toivanen, R. (toim.) Kohtaamisia lapsiperheissä. Menetelmiä perhetyöhön. 2. painos. Helsinki: Kirjapaja Oy, 208–258.

Sihvola, S. 2006. Hoivan voima. Teoksessa Hermanson, E. & Martsola, R. (toim.) Aikuinen vanhemmuus. Katoavan kasvatuksen jäljillä. Jyväskylä: Kirjapaja Oy, 103–115.

Sinkkonen, J. 2008. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. 2. painos. Helsinki: WSOY.

Suomen Psykologinen Instituutti. 2018. Myönteistäjät. Verkkokauppa. Saatavissa: <https://psyk.fi/tuote/myonteistajat/> [viitattu 1.3.2018].

Tahkokallio, K. 2001. Kotipesän lämpöä etsimässä. Kirja vanhemmuudesta, rakkaudesta ja rajoista. Helsinki: WSOY.

Tahkokallio, K. 2003. Mitä tehdä levottomille lapsille. Helsinki: WSOY.

Talvio, M. & Klemola, U. 2017. Toimiva vuorovaikutus. Jyväskylä: PS-kustannus.

Tiesalo, P. 2014. Lastenpsykiatri: On vaarallista ajatella, että syli on lapselle palkinto. Yle. Artikkelit. Päivitetty 25.2.2014. Saatavissa: <https://yle.fi/uutiset/3-7104628> [viitattu 1.3.2018].

Uusitalo-Malmivaara, L. & Vuorinen, K. 2016. Huomaa hyvä! Näin ohjaat lasta ja nuorta löytämään luontevahvuutensa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Varsinais-Suomen Lastensuojelukuntayhtymä. 1999. Vanhemmuuden roolikartta. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.vslk.fi/index.php?id=19> [viitattu 10.2.2018].

Vilén, M., Hansen, M., Janhunen, T., Kytöpuu, K., Salo, S., Seppänen P., Seppänen, S. & Tapio, N. 2014. Perhe ja perhetyö. Teoksessa Vilén, M., Seppänen, P., Tapio, N. & Toivanen, R. (toim.) Kohtaamisia lapsiperheissä. Menetelmiä perhetyöhön. 2. painos. Helsinki: Kirjapaja Oy, 9–59.

Viljamaa, J. 2008. Anna lapsen onnistua. Helsinki: Gummerus.

Viljamaa, J. 2009. Mitä minä teen tämän lapsen kanssa. Haastavan lapsen kasvatusta. 2. painos. Helsinki, Jyväskylä: Minerva.

Viljamaa, J. 2014. Kuka täällä oikein määrää. Lapsiperheen kasvatuskirja. Helsinki: Minerva.

Väestöliitto. 2018. Vuorovaikutus. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.vaestoliitto.fi/nuoret/mina-ja-muut/ihmissuhteet/vuorovaikutus/> [viitattu 10.2.2018].

## KUVALUETTELO

Kuva 1. Erilaisia tapoja kiittää, kehua ja kannustaa lasta. Furman, B. 2012. Olen ylpeä sinusta. Ratkaisukeskeisiä keinoja vanhemmille ja muille lasten kasvattajille. Helsinki: Lyhytterapiainstituutti Oy.

Kuva 2. Kuvaus havainnoistani, eri osapuolten tarpeista ja kehitettävän menetelmän tavoitteista

Kuva 3. Viitekehys tekijöistä, joita ilmenee myönteisessä vanhemman vuorovaikutuksessa

Kuva 4. Esimerkki korttisarjan ensimmäisestä version kortista ot-sikkopuolelta

Kuva 5. Esimerkki korttisarjan ensimmäisen version kortista selityspuolelta

Kuva 6. Ohje työntekijälle vuorovaikutuksellisen menetelmän käyttöön

Kuva 7. Valmis ohje menetelmälle

Kuva 8. Malli valmiista kortista

## PALAUTEKYSELY KOTKAN KAUPUNGIN PERHETYÖN TIIMIN JÄSENILLE

TUE POSITIIVISTA VUOROVAIKUTUSTA VANHEMMAN JA LAPSEN  
SUHTEESSA –KORTIT

MENETELMÄN ARVIOINTI – kysymykset perhetyön tiimin työkavereille

Mitä ajattelet käytännön toteutuksesta (korttien ideat, tekstit, ohjeet)?

Voisitko itse käyttää tätä menetelmää?

Jos olet kokeillut tätä menetelmää perhetyössä, millaista työskentely korttien kanssa mielestäsi oli? (Huom. vastaathan yleisellä, anonyymillä tasolla, **ei** yksittäisen asiakkaan tietoja!)

Uskotko että tällä menetelmällä voi vaikuttaa vanhempien ja lasten väliseen vuorovaikutukseen?

Mitä muuta hyvää / huonoa mielestäsi tässä menetelmässä?

## PERHETYÖN TIIMIN JÄSENTEN PALAUTE

### Mitä ajattelet käytännön toteutuksesta (korttien ideat, tekstit, ohjeet)?

- Korttien ideat hyvät, ohjeet käyttöön selkeät. Itse korttien tekstit mielestäni liian pitkät, vanhemman voi olla vaikeaa lukea kaikkea ja valita kortti. Voisi olla esim. 1 kpl paksunnettu ja isommalla, niin olisi selkeämpi.
- Korttien avulla vanhemman helpompi miettiä ja toimia ehkä toisin.
- Ohjeet selkeät, uskon että toimiva menetelmä vanhempien kanssa työskentelyyn. Korttien tekstit selkeät ja esimerkilliset.
- Kortit ja ohjeet selkeät, idea hyvä ja tarpeellinen tehostetussa perhetyössä. Tekstit selkeitä ja ymmärrettäviä, asiat avattu hyvällä tavalla, selkeyttää asiaa niin työntekijälle kuin perheelle.
- Ohjeet hyvät, idea hyvä. Korttien tekstit ihanat ja niistä tulee itselleenkin hyvä mieli.
- Todella hyvät kortit, ihanat selkeät ohjeistukset, menetelmät ja keinot. Positiivinen teksti hyvä.
- Hyviä konkreettisia ohjeita ja vinkkejä.
- Suurin osa korttien teksteistä helposti toteutettavia arjessa, huomasin että automatisesti tulee toimittua juuri korttien sisältämien ajatusten mukaan. Jotkut kortit haastavampia; usein arki kiireistä ja asiat toteutetaan helpoimmalla ja nopeimmalla tavalla, tällöin ei välttämättä tule otettua lapsia mukaan tai pysähdytyä esim. lukuhetken äärelle.
- Idea loistava, teksti selkeää ja helposti ymmärrettävää. Lämpö, lempeys, vahva positiivisuus välittyy korteista. Arjen tilanteisiin helposti sovellettava idea.
- Idea on hyvä, joskus on helpompi keskustella jos on konkreettisia kortteja tms. Tekstit selkeitä, lapsilähtöisiä, yksinkertaisia. Ohjeet selkeitä ja ymmärrettäviä.

### Voisitko itse käyttää tätä menetelmää?

- Haluan ehdottomasti käyttää!
- Voisin käyttää ja huomaa jo käyttäväni sitä, ihana ajatus.
- Voisin.
- Kyllä voisin kuvitella käyttäväni. Uskon että kortit voivat toimia hyvänä apuna kun pohditaan vanhempien kanssa vanhemmuutta, voisin myös käyttää kortteja.
- Kyllä. Korttien kanssa helppo ohjata tai aloittaa keskustelua. Kortit soveltuvat lähes kaikille.
- Tuntuu hyvältä ja helpolta menetelmältä josta olisi hyötyä. Voin ja haluan ottaa käyttöön.
- Totta kai.
- Kyllä.
- Ehdottomasti käytän.
- Ehdottomasti! Perhetapaamisiin varsinkin.

### Jos olet kokeillut tätä menetelmää perhetyössä, millaista työskentely korttien kanssa mielestäsi oli?

- En ole ehtinyt vielä kokeilla uutena työntekijänä.
- En ole vielä käyttänyt.
- En ole vielä kokeillut.
- En ole vielä ehtinyt kokeilla koska työyhteisön sisäiset organisaatiomuutokset ovat vieneet paljon aikaa.
- En ole kokeillut korttien pohjalta mutta olen keskustellut vanhempien kanssa korttien sisältämisestä asioista ja kannustanut ottamaan ko. toimintatapoja osaksi arkea.

### **Uskotko että tällä menetelmällä voi vaikuttaa vanhempien ja lasten väliseen vuorovaikutukseen?**

- Uskon. Tämä on erinomainen tapa pysähtyä lapsen / lasten äärelle ja keskittyä viettämään mukavia ja rauhallisia hetkiä koko perheen kesken. Näin jokainen voisi kokea tulevansa kuulluksi ja saada itselleen tunteen että on arvokas juuri omana itsenään.
- Olen varma että kortit herättelevät vanhempia ainakin miettimään omia vuorovaikutustaitojaan.
- Varmasti! Kysehän on jokapäiväiseen elämään liittyvistä asioista, eikä todellakaan tarvitse ajallisesti kestää pitkään ( jokainen pystyy antamaan näitä hyviä hetkiä lapsilleen tai perheelleen).
- Uskon, jos vanhempi motivoituu ja sitoutuu toteuttamaan valitsemaansa korttia.
- Uskon! Olen käyttänyt joitain vastaavia menetelmiä samojen aiheiden käsittelyyn perheissä, mutta nämä kortit vaikuttavat selkeämmiltä ja paremmin avattu aiheet.
- Voi vaikuttaa varmasti positiivisesti. Vanhemmat voivat alkaa miettimään omaa vanhemmuuttaan ja suhdettaan lapsiinsa ja sitä mietten korjata tai parantaa sitä.
- Uskoisin niin, laittaa ainakin miettimään.
- Uskon, että jos menetelmää toistaisi esim. kuukauden välein sillä saataisiin muutosta aikaiseksi.
- Kyllä uskon. Perhe saa ajattelemisen aihetta ja kun kortti jää vanhemmalle niin asia on muistissa.
- Uskon vakaasti. Hyviä käytännönläheisiä ja arjessa toteutettavia ideoita ja toimintamalleja. Kortit herättävät ajatuksia. Pohdintaa voi jatkaa myös vanhempien omiin kokemuksiin lapsuudesta.

### **Mitä muuta hyvää / huonoa mielestäsi tässä menetelmässä?**

- En näe menetelmässä mitään huonoja piirteitä. Menetelmää voi kokeilla kaikille. Kortit voisi olla värikkäämpiä tai kuvallisia, herättäisi ehkä enemmän asiakkaiden huomiota ja mielenkiintoa!
- Värilliselle paperille tulostettuna olisi paremmat
- Ihana idea.
- Osa korteista on ehkäpä "toiveajattelua". Tarkoitin, että haluaisi toimia näiden mukaan, mutta arjen toiminnot (mm. koulu, päiväkotit, harrastukset, työ ym.), aikataulutaminen ja perheen yhteiset menot verottavat rauhallisia arjen hetkiä. Voisin kuvitella, että todella väsyneenä ei jaksaa panostaa vuorovaikutukseen ja hellyyshetkiin päivittäin.
- Esimerkit loistavia! Ja myös otsikot hyvät!
- Plussaa konkreettiset vinkit joita voi kokeilla käytännössä, virittää keskustelunaiheita, syntyy keskustelua, ajatuksia, mielipiteitä, puolueeton, ei syytele.
- Hyvää: kortit herättävät varmasti paljon keskustelua kyseisistä aiheista, "huonoa": liikaa samankokoista tekstiä, kun korteja on monta.
- Huonoja puolia en löydä, kortit haluan kokeiluun.
- Hauska ajatus, että vanhempi voi pitää itsellään valitsemansa kortin "muistin tukena" tai kannustimena.

## KOONTI KORTTIEN TEEMOISTA

### Huomaamista ja hyvää katsetta kuvaavat kortit

#### **Huomaan sinut**

Huomaan joka päivä useaan kertaan lapseni.  
Hymyilen hänelle ja katson silmiin.

#### **Pysähdyn kuuntelemaan ja keskustelemaan**

Tartun joka päivä lapsen aloitteeseen.

Kun lapsi kysyy minulta asioita tai haluaa näyttää minulle jotakin, antaudun keskusteluun tai kumarrun katsomaan.

Kun pysähdyn kuuntelemaan ja keskittymään lapseen niin näytän, että hän on arvokas, jolloin myös hänen itsetuntonsa vahvistuu.

#### **Olet ihana juuri tuollaisena kuin olet**

Kerron joka päivä lapselleni, että hän on minulle tärkeä ja ihana juuri sellaisena kuin hän on ja että rakastan häntä.

Rakkauteni näkyy myös teoissa, esimerkiksi ohi kulkiessani hipaisen lasta hellästi olkapäälle tai pyydän lapseni kainalooni sohvalle.

#### **Mitä olet puuhannut?**

Olen kiinnostunut lapseni puuhista ja osoitan sen hänelle.

Kysyn, mitä teit pihalla, kerhossa tai päiväkodissa, mitä äsken leikit tai mitä aiot tehdä pian pihalla.

#### **Leikimme yhdessä**

Leikin lapseni kanssa. Leikkiessämme kunnioitan lapseni aloitteita, en silloin pyri ohjailemaan lastani vaan nauttimaan yhteisestä ajasta ja ihastelemaan hänen tekemistään.

### Hyvää kosketusta kuvaavat kortit

#### **Läheisyys tuntuu hyvältä**

Huolehdin joka päivä useaan kertaan hyvästä kosketuksesta.

Otan lapseni syliin tai kainaloon, pidän lähelläni, pajailen, rapsuttelen, hieron jalkoja tai rasvaan käsiä. Tartun hetkeen koskettaa hellästi, esimerkiksi kassajonossa seistessämme pajaan selkää tai päiväkotiin kävellessämme kuljemme käsi kädessä.

#### **Riehutaan yhdessä**

Lapset rakastavat riehumista!

Peuhaamme ja riehume yhdessä, kutittelen lastani tai leikimme jahtaamisleikkiä. Yhdessä hassuttelu ja peuhupaini vahvistavat keskinäistä yhteyttämme.

### Tunteiden käsittelyä kuvaavat kortit

#### **Selviämme yhdessä**

Tästä kyllä selvittää yhdessä!

Solmin yhteyden lapseen, kun olen joutunut ojentamaan häntä tai kun känkkäränkkä on käynyt kylässä. Tarjoan lapselleni läheisyyttä ja juttelemme tapahtuneesta. Välitän lapselleni tunteen, että rakkauteni lapseen jatkuu ehdoitta myös huonon hetken jälkeen.

#### **Keskustelemme tunteista**

Keskustelen lapseni kanssa siitä, miltä hänestä tai muista joku asia saattaa tuntua.

Hyväksyn kaikki tunteet. Tyynnytän lasta, kun hän on tunnemyrskyn keskellä. Vaikka hyväksyn myös negatiiviset tunteet, ohjaan lasta tunteiden hallintaan: esimerkiksi ketään ei saa vahingoittaa, vaikka suuttuttaa.

Muistan, että tunteet tarttuvat. Pyrin itse tartuttamaan perheessämme myönteisiä tunteita.

Kannan vastuun omista tunteistani ja pyydän anteeksi, jos olen itse suuttuneena käyttäytynyt väärin muita kohtaan.

**Positiivista palautetta kuvaavat kortit****Kannusta minua!**

Lapsi haluaa olla yhteistyössä vanhemman kanssa, jolta saa kannustusta.

Eryteisesti jos lapseni temperamentti on haastava tai hän on erityislapsi, syntyy arkeen usein kitkaa, jolloin lapsi voi kokea olevansa jollakin tavalla vääränlainen. Etsin joka päivä lapselleni onnistumisen kokemuksia, jotta hänen itsetuntonsa ja kyky toimia erilaisissa tilanteissa vahvistuu.

**Kiitos ja kehu vahvistavat hyvää**

Vahvistan hyvää käyttäytymistä useilla tavoilla:

Kehun suoralla palautteella ”Taas sinä osasit, hyvä!”

Kehun kysymällä: ”Kuinka ihmeessä osasit?”

Kehun leikkisästi: ”Sinähän olet pian yhtä taitava kuin isäsi!”

Kiitän yrittämisestä: ”Hienoa että yritit, ensi kerralla onnistuu!”

Kehun eleillä. Näytän peukkuja, taputan innokkaasti, pörrötän tukkaa tai teemme ylävitokset.

**Puhun hyvää lapsesta**

Kerron muille, lapselle tärkeille ihmisille hyviä asioita lapsesta niin, että lapsi kuulee. Kun lapsi kuulee vanhemman olevan iloinen esimerkiksi hyvästä käytöksestä tai sinnikkäästä uuden taidon harjoittelusta, vahvistuu lapsen halu toimia edelleen vanhemman toiveiden mukaan.

**Myönteistä, jämäkkää ohjaamista kuvaavat kortit****Haasteet opeteltaviksi taidoiksi**

Kun lapsi toimii jossakin asiassa jatkuvasti ongelmallisella tavalla, toimin näin:

Mietin lapsen kanssa millainen taito hänen tulisi oppia, jotta ongelmasta päästään eroon.

Kannustan lasta aina, kun hän harjoittelee tai edistyy taidossaan. Sovimme lapsen kanssa, kuinka opittua taitoa juhliitaan yhdessä.

**Ohjaan rauhallisesti ja jämäkästi**

Kun haluan lapseni noudattavan ohjeitani, varmistan ensin, että lapseni kuuntelee. Voin mennä hänen lähelleen, ottaa hänen kätensä käsiini ja katsoa silmiin. Annan ohjeen selvästi yksi asia kerrallaan, en kysy tai ehdota.

Pysyn jämäkkänä ja rauhallisena, vaikka lapseni suuttuisi tai pahoittaisi mielensä. Voin kertoa ymmärtäväni hänen suuttumuksensa, mutta vaadin silti noudattamaan ohjeitani. Jos lapseni ei parin kehotuksen jälkeen noudata ohjeitani, teemme asian yhdessä.

**Päivittäisiä rutiineja ja rytmiä kuvaavat kortit****Ihana nähdä sinut taas!**

Kun tapaan lapseni uudestaan oltuamme erossa, osoitan hänelle, että olen iloinen saadessani hänet taas luokseni.

Tervehdin lastani nimeltä, katson silmiin, otan lapseni lähelleni esimerkiksi halaamalla tai kantamalla hänet autoon. Varaan hoitopäivän jälkeen 15 minuuttia rauhalliseen läsnäoloon, luemme, leikimme tai juttelemme yhdessä. Vasta sen jälkeen laitan ruokaa tai ryhdyn muihin kotitöihin.

**Hellästi eron hetkeen**

Kun eroamme lapseni kanssa, jätän hänet eron hetkeen hellästi, silloin minulla ei ole kiire mihinkään.

Halaan lastani ja toivotan hänelle mukavaa päivää. Kerron palaamiseni hetkestä lapseni ymmärtämällä tavalla, esimerkiksi että palaan hakemaan hänet kun hän on syönyt välipalan.

**Kauniita unia**

Ennen unia huolehdin, että lapseni saa rauhallisen hetken, jonka aikana tarjoan hänelle läheisyyttä. Sylittelen tai kainattelen lapseni kanssa, pajailen, rapsuttelen tai hieron hellästi.

Voin lukea lapselleni sadun, laulaa unilaudun, lorutella unilorun tai juttelemme päivän tapahtumista. Peittelen unille, toivotan hyvät päiväunet tai hyvää yötä.



**Lempeästi uuteen päivään**

Käyn herättämässä lapseni hellästi ja kiireettömästi uuteen päivään, varaan aikaa sylittelyyn tai kainalossa istumiseen.

**Yhteinen ateria luo iloa**

Olen vanhempana kuin lintuemo poikasilleen, annan lapsilleni hyvää, ravitsevaa ruokaa. Syömmme yhdessä aterian ainakin kerran päivässä, jaamme pöydässä aterian lisäksi ajatuksemme ja kuulumisemme.

**Teemme kotitöitä**

Otan lapseni mukaan kotitöihin, teemme ruokaa, pihatöitä tai pyykin viikasta yhdessä. Yhteinen tekeminen tarjoaa läsnäolon lisäksi lapselleni oppia vastuun ottamisesta ja arjen taitoja myöhempää elämää varten.

**Ulkona koemme yhdessä**

Kun lähdemme ulos, juttelen lapseni kanssa siitä mitä näemme ja koemme. Ulkoillessamme en keskity kännykkään.

**Lukuhetki joka päivä**

Luen lapselleni joka päivä.

Saduilla ja vanhemman kertomuksilla esimerkiksi oman suvun vaiheista on suuri merkitys läheisyyden luojana sekä lapsen empatian, moraalin, kielen ja mielikuvituksen kehittämisessä.

**Leppoisa yhdessäolo**

Etsimme iloa arkeen, varaamme aikaa pelkästään leppoisaan yhdessäoloon. Teemme koko perhe joka viikko yhdessä jotakin kivaa, katsomme esimerkiksi lasten leffaa tai teemme retken, pelaamme korttia, rakennamme lumiukon tai nautimme sauna-illasta.

**Vanhemman oma valinta myönteisen vuorovaikutuksen tavasta****Myönteinen kohtaaminen**

Näistä korteista voin huomata erilaisia esimerkkejä siitä, kuinka voin kohdata lapseni myönteisellä tavalla. Jokaisella perheellä on myös monia ihan omia tapoja hyviin kohtaamisiin. Millaisen uuden hyvän kohtaamisen tavan haluat ottaa käyttöön elämäänne?

**MALLISIVUT KORTTIEN TULOSTUSTIEDOSTOSTA**

Sydänpäpset-kortit  
Riikka Gerlander  
Tulostus kaksipuoleisena, 2 arkkia per sivu. Leikkaa katkoviivaa pitkin. Voit laminoida kortit tai tulostaa tukevalle (värilliseen) paperille.

*Huomaan sinut*

*Pysähdyn kuuntelemaan  
ja keskustelemaan*

Huomaan joka päivä useaan kertaan lapseni.  
Hymyilen hänelle ja katson silmiin.

Tartun joka päivä lapsen aloitteeseen.  
Kun lapsi kysyy minulta asioita tai haluaa  
näyttää minulle jotakin, antaudun keskusteluun  
tai kumarrun katsomaan.

Kun pysähdyn kuuntelemaan ja keskittymään  
lapsen niin näytän, että hän on arvokas, jolloin  
myös hänen itsetuntonsa vahvistuu.