

PERHEIDEN KOKEMUKSIA JÄRVENPÄÄN PERHEKOULUSTA

Henna Hiitola
Opinnäytetyö, kevät 2011
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Diak Etelä, Helsinki
Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosionomi (AMK) +
lastentarhanopettajan pätevyys

TIIVISTELMÄ

Hiitola, Henna. Perheiden kokemuksia Järvenpään perhekoulusta.

Helsinki, kevät 2011, 73 s., 2 liitettä.

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Diak Etelä, Helsinki. Sosiaalialan koulutusohjelma, sosionomi (AMK) + lastentarhanopettajan pätevyys.

Tämän opinnäytetyön tarkoitus oli selvittää perheiden kokemuksia keväällä 2009 Järvenpäässä järjestetystä perhekoulusta. Järvenpään perhekoulumalli on sovellettu rekisteröidystä Perhekoulu POP®-mallista. Perhekoulu alkoi Järvenpäässä hankkeena ja jatkui kunnan rahoituksella. Sen avulla pyrittiin ennaltaehkäisemään tulevaisuuden käytöshäiriöiden todennäköisyyttä lapsilla, joiden kasvattaminen asettaa vanhemmille keskitasoa suurempia haasteita. Tutkimuksessa selvitettiin vanhempien kokemuksia perhekoulusta, arjen muuttumista perhekoulun jälkeen, perheissä käytössä olevia toimintamalleja sekä lapsen käyttäytymisen että lapsen ja vanhemman välisen suhteen muuttumista.

Opinnäytetyö oli kvalitatiivinen tutkimus. Tutkimusaineiston keräämiseen käytettiin puolistrukturoitua kyselylomaketta, joka lähetettiin viidelle perheelle syksyllä 2009, kolme kuukautta perhekoulun päättymisen jälkeen. Aineisto koostui seitsemän vanhemman vastauksesta. Aineisto käsiteltiin teemoittelemalla. Tutkimusprosessi noudatti eettisiä periaatteita kaikissa työskentelyvaiheissa.

Tulokset osoittivat, että perheet olivat erittäin tyytyväisiä perhekouluun. Vanhemmat kokivat arjen helpottuneen perhekoulun jälkeen. Vanhemmat saivat perhekoulusta vinkkejä ylivilkkaan lapsen kanssa toimimiseen ja vanhemmuuteen. Kaikissa perheissä oli edelleen käytössä perhekoulussa saatuja toimintamalleja. Vanhemmat kokivat toisilta vanhemmilta saadun vertaistuen hyvin tärkeäksi. Vanhemmat kokivat kasvaneensa vanhempina ymmärtäväisemmiksi, ja he luottivat enemmän itseensä. Lapset käyttäytyivät perhekoulun jälkeen toivotulla tavalla ja sanoittavat tunteitaan enemmän. Saatuja tuloksia käytetään jatkosuunnittelun tueksi perhekoulun kehittämiseen.

Tutkimustulokset osoittavat, että perhekoulu on toimiva varhainen tukimuoto niille perheille, jotka tarvitsevat tukea arjesta selviytymiseen ylivilkkaan lapsen kanssa. Vanhemmat kokivat perhekoulun antavan lapsen kanssa toimintaan yksinkertaisia vinkkejä.

Asiasanat: perhekoulu, vanhemmuus, vertaistuki, kvalitatiivinen tutkimus

ABSTRACT

Hiitola, Henna

Families' Experiences of a Family School Activity Program in Järvenpää.
73p., 2 appendices. Language: Finnish. Helsinki, Spring 2011.

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

The objective of this study was to find out families' experiences of a Family School Activity Program organized in Järvenpää in the spring of 2009. It started as a project and was later funded by the municipality. It was launched to prevent the likelihood of behavior problems of those children whose parents encounter more difficulties in the upbringing. This study aimed to find out parents' experiences of the Family School Activity Program; how everyday life had changed after the program, what kind of operations models the families had used, how the child's behavior had changed and how the relationship between parents and the child had changed.

This study was a qualitative research. Research material was collected by using a half structured questionnaire. It was sent to the families in the autumn of 2009, three months after the Family School Activity Program ended in April 2009. Data consisted of the answers of seven parents. Data analysis was conducted by using themes. Ethical principles were followed in all parts of the research process.

The results showed that families seemed satisfied with the Family School Activity Program. Parents felt that their everyday life had become easier after the program and that they had received useful advice on how to act with an overactive child and on better parenting. All families were still using the operations model which they learned in the Family School Activity Program. Parents felt that the peer support from other parents was very important for them. Parents also found that they had grown as parents to be more understanding and they trusted themselves more. The children appeared to behave better after the Family School Activity Program speaking more about their feelings.

The results indicate that the Family School Activity Program is working well as early support for those families needing new methods to cope with an overactive child in the everyday life. All received results will be used for developing the Family School Activity Program.

Keywords: family school activity program, parenting, peer support

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	6
2 PERHEESTÄ, VANHEMMUUDESTA JA KASVATUKSESTA.....	8
2.1 Perhe ja arki	8
2.2 Vanhemmuus ja sen haasteet	10
2.3 Kasvatus.....	12
2.4 Vertaistuki kasvatuksen tukena	15
3 LAPSEN KEHITYKSESTÄ JA ERITYISTÄ TUKEA TARVITSEVISTA LAPSISTA.....	18
3.1 Lapsen kehitys 4–6-vuotiaana.....	18
3.2 Erityistä huomiota tarvitseva lapsi	20
3.3 Aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö ADHD	21
4 JÄRVENPÄÄN PERHEKOULU	25
4.1 Perhekoulun kulku.....	28
4.2 Lasten ryhmä.....	29
4.3 Vanhempien ryhmä	32
4.4 Perhekouluun osallistuminen ja omat kokemukset.....	36
5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	38
5.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymykset.....	38
5.2 Tutkimusmenetelmä	38
5.3 Aineiston analysointi.....	41
6 TUTKIMUSTULOKSET	44
6.1 Uudet ja muuttuneet toimintamallit perheiden arjessa.....	44
6.2 Muutokset lapsen ja vanhempien välisessä suhteessa	46
6.3 Perhekoulun merkitys.....	48
7 POHDINTA	51
7.1 Tulosten pohdinta ja johtopäätökset.....	51
7.2 Tutkimuksen eettisyys	56
7.3 Tutkimuksen luotettavuus.....	57

7.4 Opinnäytetyöprosessi ja oppiminen.....	59
7.5 Ammatillinen kasvu ja kompetenssit.....	61
LÄHTEET	64
LIITE 1 Vanhempien ryhmän ja ohjaajakoulutuksen sisältö.....	69
LIITE 2 Kyselylomake	70

1 JOHDANTO

Kasvatuksellisesti ylivilkkaat ja tarkkaavaisuushäiriöiset lapset ovat erityisen haasteellisia vanhemmille. Tällaisia lapsia kuvaillaan usein tottelemattomiksi, koska he eivät näytä välittävän sovituista säännöistä tai heitä on vaikea saada noudattamaan niitä. Sen vuoksi vanhemmat usein tuntevat voimattomuutta ja keinottomuutta kasvatuserityksissään. (Tasola & Lajunen 1997, 7.)

Opinnäytetyöni käsittelee keväällä 2009 Järvenpäässä järjestettyä ylivilkkailla lapsille ja heidän perheilleen suunnattua perhekoulua sekä siihen osallistuneiden perheiden ja etenkin vanhempien kokemuksia. Järvenpään perhekoulumalli on sovellettu ADHD-keskuksen käyttämästä rekisteröidystä Perhekoulu POP®-mallista. Perhekoulutoiminta alkoi Järvenpäässä hankkeen muodossa vuonna 2007 yhdessä viiden muun kunnan kanssa. Keväällä 2009 perhekoulu toimi kaupungin rahoituksella.

Halusin valita opinnäytetyölle aiheen, joka liittyy lapsiin. Se on vaatimuksena myös lastentarhanopettajan pätevyyden suorittamiselle. Perhekoulu vaikutti aiheena mielenkiintoiselta ja siinä oli mahdollisuus osallistua itse tutkimaansa toimintaan. ADHD:ta, jonka ydinoireena on ylivilkkaus, esiintyy 3-5 prosentilla päiväkotij- ja kouluikäisistä lapsista (Alijoki 2011). Tästä johtuen on melko todennäköistä, että tulevana lastentarhanopettajana tulen kohtaamaan ylivilkkaita lapsia työssäni. Oli mielenkiintoista lähteä opinnäytetyön kautta tutustumaan uuteen toimintamalliin, josta saa eväitä ylivilkkaan lapsen kanssa toimimiseen. Osallistuin perhekouluun kouluttautumalla lastenryhmän ohjaajaksi ja toimimalla lastenryhmässä ohjaajana. Olemalla mukana muutenkin kuin tutkijan roolissa opinnäytetyön tekoon saa lisämotivaatiota ja kokemuksesta tulee antoisampi.

Järvenpään Perhekoulua on tarkoitus kehittää jatkossa vastaamaan entistä paremmin perheiden tarpeita. Tässä lopputyössä aineisto koostuu seitsemän vanhemman vastauksesta kyselylomakkeeseen. Aineistosta raportoiduilla kokemuksilla saadaan tietoa perhekoulun toimivuudesta pidemmällä aikavälillä.

Käsittelen teoriaosuudessa perhettä, vanhemmuutta, lasta ja lapsen kasvatusta arjen, vanhemmuuden haasteiden ja vertaisuuden rinnalla. Perhekouluun osallistuneet lapset olivat 4–6-vuotiaita, minkä vuoksi rajasin lapsen kehitysvaiheen käsittelyn sen ikäisiin. Vertaisuuden merkitys nousi esiin aineistosta, jonka vuoksi käsittelen sitä myös teoriassa. Luvussa neljä esittelen perhekoulua yleisesti ja sen kulkua Järvenpäässä. Luvussa viisi käsittelen tutkimuksen toteutusta ja luvussa kuusi esittelen tutkimustuloksia peilaten niitä teoriaan. Luku seitsemän koostuu tutkimustulosten pohdinnasta ja niistä tehdyistä johtopäätöksistä. Pohdin siinä lisäksi tutkimuksen eettisyyttä ja luotettavuutta, opinnäytetyöprosessia kokonaisuudessaan ja siitä oppimista sekä ammatillista kasvuani työskentelyn aikana.

2 PERHEESTÄ, VANHEMMUUDESTA JA KASVATUKSESTA

Käsittelen perhettä, vanhemmuutta ja lapsen kasvatusta teoriassa, koska koen niiden olevan lähtökohtana jokaisella perhekouluun osallistuneella perheellä. Arki tuo haasteita perheelle ja vanhemmille, joten sen käsittely teoriassa on aiheellista. Nostan käsittelyyn perheen sisäisen ja ulkopuolisen sosiaalisen tuen, sillä ne ovat merkityksellisiä lapsiperheissä. Vertaistuen tärkeys vanhemmille nousi esiin keräämästäni aineistosta, joten sen käsittely teoriassa on perusteltua.

2.1 Perhe ja arki

Perhe on käsitteenä ainutlaatuinen kokonaisuus, joka elää, kasvaa ja kehittyy. Koti on perheelle kiintopiste, turvapaikka ja paikka, jossa saa olla oma itsensä. Perheen keskeinen tehtävä on tunne-elämän hoitaminen ja vahvistaminen, tilaisuuden antaminen rentoutumiseen ja voimien kokoamiseen, arvojen opettaminen, yhdessä elämisen ja ihmissuhdetaitojen opetteleminen. Perheessä lapsi opettelee sosiaalisen elämän pelisääntöjä ja saa valmiuksia toimia eri tilanteissa. (Jarasto & Sinervo 2000, 126–127.)

Perheellä on merkittävä vaikutus lapsen kehitykseen. Myös perheen sisäinen vuorovaikutus ja toiminnallinen rakenne ovat tärkeitä lapsen kehityksen kannalta. (Alasuutari 2003, 21.) Jokaisella perheellä on vahvat puolensa, joita korostamalla ja tukemalla saavutetaan paremmat mahdollisuudet vaikuttaa lapseen ja perheen elämään (Kinnunen 2006, 22).

Viime vuosina perheen perustaneet miehet ja naiset ovat olleet iältään aikaisempaa vanhempia. Perheen perustamista lykätään, koska sen yhdistäminen opintoihin tai yhteensovittaminen työelämään siirtymisen kanssa on haastavaa. Työelämän tehokkuusvaatimukset ja lisääntynyt epävarmuus työsuhteen jatkuvuudesta kuormittavat vanhempia. Kiire, työpaineet ja työttömyys vaikuttavat lapsiperheiden elämässä. Yksi suomalainen perhepolitiikan haasteista on ansio-

työn ja perhe-elämän yhteensovittaminen. Myös koulutuspolitiikan, työllisyyspolitiikan, asuntopolitiikan ja ympäristöpolitiikan ratkaisut vaikuttavat lapsiperheiden jokapäiväiseen elämään. Ne kaikki ovat osa perhepolitiikkaa. Suomalaisen perhepolitiikan tavoite on luoda lapsille turvallinen kasvuympäristö ja turvata vanhemmille aineelliset ja henkiset mahdollisuudet synnyttää ja kasvattaa lapsia. Tavoite on tukea vanhemmuuden ja perheen yhtenäisyyttä. (STM 2006.) Ennalta ehkäistävien toimenpiteiden rinnalle on nostettu terveyttä ja hyvinvointia edistävän näkökulman painottaminen (Pietilä-Hella 2010, 66).

Nykyperheissä arkea tuotetaan ja rakennetaan perheissä ympäröivän yhteiskunnan muodostamissa puitteissa ja kulttuurin edustamia tapoja ja perinteitä poimien. Ennen arkea kuvattiin selviytymistaisteluna jokapäiväisestä leivästä. Nykyisin arkea kuvaa enemmän kamppailu työn, perheen sekä muiden elämäntilanteiden yhteensovittamisesta sekä ajan riittävydestä tärkeinä pidettäviin asioihin. (Rönkä, Malinen & Lämsä 2009, 13.) Perheen on tärkeä löytää onnelliset tavat selvitä arjesta, niin että lapsella on hyvä olla (Mäkijärvi 2008, 23). Pieni lapsi arvostaa arkea ja sen puuhia. Hänet saa innostumaan helposti kotitöistä vaikka leikin varjolla. Kotityöt voivat tarjota turvallisuuden ja onnistumisen kokemuksia. Ne tuovat arkeen ja perhe-elämään säännönmukaisuutta, jota lapset rakastavat. Yhdessä tekeminen voi olla hauskaa ja jopa rentouttavaa. Onnellisuustutkimuksissa ydinpäätelminä ovat ajatus yksinkertaisen arjen arvokkuudesta ja onnesta. (Pollari & Puustinen 2006, 343–351.)

Pikkulapsiperheiden arkea kuvataan sanoin hulabaloo, arjen rumba ja hässäkkä. Ne kertovat osaltaan siitä, millaista arki pienten lasten perheissä on. Perheen arki kulkee sykleissä. Tietynlaiset tilanteet ja rutiinit toistuvat päivittäin ja viikoittain. Rytmii elämään syntyy vanhempien työajoista ja lasten hoitoajoista, ruokarytmistä ja nukkuma-ajoista. Lapset oppivat hahmottamaan arkea lähtemisen ja tulemisen kautta. (Rönkä, Malinen & Lämsä 2009, 12.)

Perheen ulkopuolelta saatu sosiaalinen tuki on yksi perheen keskeisistä voimavaroista. Se muodostuu ihmisistä, joilla on yhteisiä toimintoja tai he pitävät yhteyttä muuten toisiinsa. Sosiaalisen verkoston tuki voi olla sekä fyysistä auttamista että emotionaalista tukea. Lähiympäristöltä eli ystäviltä ja sukulaisilta

saadulla avulla ja tuella on todettu olevan yhteys perheen keskimääräistä parempaan sopeutumiseen ja vanhempien tavallista vähempään stressiin. Heikon sosiaalisen verkoston takia tukea täytyy hakea muualta. Sosiaalisen verkoston tuki voidaan perheessä kokea myös riittämättömänä, jolloin vanhemmat voivat kokea, ettei heitä ymmärretä. Joskus perheen sosiaalinen verkosto ja sen tarjoama tuki ovat kaukana. Monet perheet jättävät taakseen suvun tuen ja turvan muuttaessaan asumaan kaupunkilähiöihin. Suojaava yhteisö perheen ja lapsen ympäriltä saattaa puuttua lähes kokonaan. Saatua sosiaalinen tuki vaikuttaa vanhempiin ja heidän hyvinvointiinsa, joka heijastuu sitä kautta perheen lapsiin. (Kinnunen 2006, 21, 29, 39.)

Perheet reagoivat eri tavoin perhettä kohtaavissa vaikeuksissa. Eroavaisuuksia voi olla vanhempien selviytymiskeinoissa, lasten kyvyissä ja persoonallisuudessa, perheen sisäisessä sopusoinnussa sekä perheen valmiudessa ottaa vastaan tarvittavia palveluita. Perheen tukeminen ehkäistävien interventioiden kautta vaikuttaa lapseen, perheeseen ja yhteisöön. Pelkästään lapseen suunnattu interventio vaikuttaa myös koko perheeseen. (Kinnunen 2006, 21, 23, 31.) Perheitä uhkaavina tekijöinä pidetään muun muassa avioeroa, alkoholin väärinkäyttöä, väkivaltaa ja työttömyyttä. Pahin uhka perheelle on jättää hankalat asiat käsittelemättä. Selvittämättömät ongelmat kuten väkivalta- tai alkoholi-ongelmat eivät katoa itsestään, vaan niillä on taipumus pahentua. Vuorovaikutustaitoja, kuuntelua ja puheeksi ottamista voi oppia ja harjoitella. Halu ymmärtää ja suosua muutokseen ovat oleellisia. Vanha elämäntapa, tottumukset, itsensä puolusteleminen ja toisten syyttely hajottavat perheen sisäistä yhteyttä ja keskinäistä rakkautta. (Ijäs 2009, 21, 24.)

2.2 Vanhemmuus ja sen haasteet

Vanhemmuus on arvokas tehtävä, joka on elämän pituinen ja vuorovaikutteinen rooli. Se kehittyy yhdessä lapsen kanssa. Lapset tekevät vanhempia ja kasvatavat vanhemmista aikuisia. Oman vanhemmuuden juuret ovat vanhemmuuden kohteena olemisessa omassa lapsuudessa. Vastuullinen vanhemmuus on lapsen kehitykselle välttämätöntä ja myös yhteiskunnan jatkuvuuden kannalta tär-

keää. Vanhemmuuden tukeminen on siten myös yhteiskunnallinen tehtävä. (Schmitt 2006, 298, 307, 324.) Vanhemmat ja läsnäolo luovat kodin lapselle (Hellsten 2003, 132; Mäkijärvi 2008, 134). Vanhemmuus toteutuu arjen pienissä asioissa, jokapäiväisten asioiden keskellä (Kinnunen 2006, 31).

Ympäristö, jossa vanhemmat elävät, ja elämänhistoria vaikuttavat vanhemmuuteen. Siihen vaikuttavat myös perheeseen ja olosuhteisiin liittyvät tekijät, kuten parisuhde, ystävät, harrastukset, opiskelu, työ, taloudelliset tekijät, elämäntilanne sekä terveydelliset tekijät. Edellä mainitut tekijät voivat olla voimavaroja tai ne voivat lisätä huolia ja paineita. Huolet ja paineet puolestaan vaikuttavat siihen, miten hyvin tai huonosti vanhempi kestää kasvatukseen liittyviä ristiriitoja. Kun stressiä on paljon, vanhempi tukeutuu helpommin lapsen käyttäytymistä koskevissa havainnoissaan uskomuksiin ja tulkintoihin, joihin hän on tottunut ja sitä vähemmän hän näkee vaihtoehtoja toimintatavoilleen. Näin ollen stressi karsii vanhemman mahdollisuuksia muuttaa tilanteille antamia merkityksiä ja käyttäytymistään. (Tasola & Lajunen 1997, 11, 16.)

Tutkimusten mukaan nykypäivän vanhemmat toivovat lapsilleen onnellisuutta. He haluavat tarjota lapsilleen parasta. Vanhemmat toivovat, että heillä olisi aikaa olla yhdessä lastensa kanssa. Kun aikaa ei riitä työhön ja vapaa-aikaan, on helppoa paikata huonoa omaatuntoa tavaroilla ja hauskoilla tekemisillä. Vanhemmilta toivotaan ja toisaalta myös edellytetään läsnäoloa, lasten kanssa yhdessä tekemistä ja yhdessä lasten kanssa lähtemistä esimerkiksi ostoksille tai harrastuksiin. (Hansson & Oscarsson 2006, 10; Pietilä-Hella 2010, 54.)

Perhe, vanhemmuus ja etenkin riittävän hyvä vanhemmuus herättävät keskustelua. Hoiva ja sen antaminen ovat keskeisinä teemoina vanhemmuudessa. (Pietilä-Hella 2010, 52–53.) Vanhemmuuden valoisat puolet korvautuvat nuoruutta tavoittelevassa, kiireisessä ja uraputkessa kilpailevan aikuisen maailmassa helposti narsistisella vanhemmuudella. Hyvä vanhemmuus on itsensä hyväksymistä ja sen hyväksymistä, että kuuluu eri sukupolveen kuin lapset ja iso vanhemmat. Hyvä vanhempi varjelee lasta aikuisuuteen kuuluvilta huolilta. (Hermanson & Martsola 2006, 9–10.)

Vanhemmilla on eniten tietoa omasta lapsestaan, minkä vuoksi vanhemmat ovat erityisen arvokkaita yhteistyökumppaneita jokaiselle lasten kanssa työskentelevälle (Kinnunen 2006, 23). Lapsi tarvitsee turvallisen aikuisen rinnalleen, tapahtuipa elämässä, mitä tahansa. Lapsi sopeutuu monenlaisiin elämäntilanteisiin, jos häntä tuetaan siinä.

Vanhempien väsyminen, kiireisyys ja kasvatusotteen kirpoaminen jättää perheen lapset yhä enemmän yksin. Näissä perheissä lapset kantavat huolta ja vastuuta itsestään, sisaruksistaan ja vanhemmistaan. Vaativa työ ja sosiaalisten verkostojen mureneminen verottavat vanhemmuutta. Tämän vuoksi vanhemmilla ei aina ole kasvatuspulmissa ketään, keneltä kysyä neuvoa. (Kinnunen 2006, 39–40.) Vanhempien huolenaiheet ja masennus vievät voimavaroja ja siten vähentävät lapsen tukemista arjessa ja erilaisten taitojen opettelussa (Nurmi ym. 2006, 55). Perheen ja vanhempien vuorovaikutusmalleilla on keskeinen merkitys sosiaalisten taitojen omaksumisessa. Ilmapiiri ja vuorovaikutussuhteet perheessä, vanhempien kesken ja lapsen ja vanhemman välillä vaikuttavat epäsuorasti sosiaalisten taitojen kehittymiseen. (Nurmi ym. 2006, 54–55.)

Vanhemmuuden ilot ja surut kuuluvat jokapäiväiseen perhe-elämään. Vanhempana jaksamisesta ovat huolissaan lähes puolet lapsiperheiden vanhemmista. Huolta tuovat muun muassa työelämän paineet, ristiriidat parisuhteessa sekä omaan terveyteen liittyvät ongelmat. Erimielisyyksiä pikkulapsiperheissä vanhemman ja lapsen välille tuovat ruokailuun, nukkumiseen ja pukemiseen liittyvät asiat. (Lammi-Taskula & Bardy 2009, 60.)

2.3 Kasvatus

Lasten kasvatuksella tarkoitetaan lasten opastamista, ohjausta ja tukemista sekä sen edistämistä, että he saavat kasvaa omaksi itsekseen ja samalla toisten kanssa toimeen tuleviksi, sosiaalisiksi persooniksi (Ijäs 2009, 49). Kasvatuksessa on kyse lapselle osoitetusta rakkaudesta ja arvostuksesta, tukemisesta, läsnäolosta ja auttamisesta. Kasvattajan tulee luottaa omaan vaistoonsa ja koke-

mukseensa sekä omaan käytännölliseen järkeen ja tunteeseen. (Luumi 2003, 104–105.)

Nykypäivän kasvatusilmapiiriä on kuvailtu hajanaiseksi ja kahtiajakaantuneeksi, leväperäiseksi sekä ristiriitaiseksi. Hajanaisuus ja ristiriitaisuus nousee esiin siinä, että toisilla vanhemmilla on voimavaroja olla riittävän hyvä vanhempi ja toiset taas eivät ymmärrä, mitä on olla lapsen vanhempi. Moninaisessa, melko lailla rahan hallitsemassa, yhteiskunnassa on hyvin erilaisia kasvattajia. Osa vanhemmista on tietoisia kasvatustavoistaan. Osalla ei puolestaan ole juurikaan resursseja eikä voimavaroja paneutua kasvatuskysymyksiin tai lapsiin ylipääntään. (Linnatsalo 2002.)

Kasvatuksen sanotaan muuttuneen nykyään tietoisemmaksi toiminnaksi. Lapsiin luotetaan enemmän. Samaan aikaan kuitenkin lasten kanssa vietetään ennistä vähemmän aikaa. (Linnatsalo 2002.)

Kasvatuskäsitykset ovat aina suhteessa arvokkaaseen, hyvään ja paremmaksi tekemiseen. Ympäröivä yhteiskunta ja kulttuuri vaikuttavat ratkaisevasti siihen, mitä kasvatuksessa arvostetaan ja pidetään tärkeänä sekä miten kasvattajat viime kädessä toimivat. (Tiilikka 2005, 27.)

Lapsen kasvattaminen ei ole vaikeaa, jos vanhempi luottaa itseensä ja hänellä on kyky kuunnella lasta (Mäkijärvi 2008, 7, 136). Vanhempien kuuluu huolehtia lapsen fyysisestä hyvinvoinnista ja hoivasta sekä luoda sellaiset olosuhteet, jotka tukevat lasta ja auttavat häntä kasvamaan. Suhde lapsen ja vanhemman välillä rakentuu ja muuttuu ajan ja lapsen kehityksellisten tarpeiden mukana. (Poikkeus 2002, 160–161.)

Lasten ensisijaisten kasvattajien, äidin ja isän rinnalle on tullut uusia epäsuoria kanssakasvattajia muun muassa media, mainokset, nuorten idolit ja muoti (Luumi 2003, 104). Keskustelua kasvatuksesta käytäessä kritiikkiä kohdistetaan kodin lisäksi muihinkin lapsen hoidosta vastaaviin kohteisiin (Mäkijärvi 2008, 15). Lapsen kehitykseen vaikutetaan kodin ja vanhempien lisäksi päiväkodissa, koulussa ja yhteiskunnassa. Lapsiin kohdistuvat asenteet ja tapa, jolla heitä

kohdellaan, vaikuttaa lasten vointiin ja siihen, kuinka he suhtautuvat ja kohtelevat toisia lapsia. Vastuu lapsista on myös poliitikoilla, jotka säästöjen nimissä pidättyvät sijoittamasta päiväkoteihin, kouluihin, monitoimitaloihin, urheiluun, kulttuuriin ja sairaanhoitoon. Kuinka paljon lapsiin liittyvistä resursseista voidaan säästää ilman, että ne alkavat vaikuttaa kielteisesti perheisiin ja sen kautta yhteiskuntaan yleisemmin. (Hansson & Oscarsson 2006, 14–15.)

Kasvatettaessa uutta sukupolvea tarvitaan sopivassa suhteessa arkijärkeä, elämäkokemusta, rauhallista suhtautumista elämään, vakautta ja pysyvyyttä. Lapsi tarvitsee aina aikuisen, johon hän voi turvautua. Ennen kaikkea lapsi kaipaa jatkuvuutta ja turvallisuutta. (Hermanson & Martsola 2006, 9–10.) Suotuisassa kasvuympäristössä aikuinen toimii johdonmukaisesti, ennakoivasti ja lasta arvostavasti. Lapsen luottamus hänestä huolehtiviin aikuisiin tuottaa tunteen perusturvallisuudesta, joka luo hyvän pohjan ympäristön tutkimiselle ja oppimiselle. (Nurmi ym. 2009, 19.)

Lapsen kehityksen kokonaisvaltainen tukeminen ja perheiden kotikasvatuksen tukeminen on asetettu suomalaisen päivähoidon tehtäväksi laissa lastenpäivähoidosta (1973/367). Tehdyissä tutkimuksissa on käynyt ilmi, että vanhempien ja kasvatushenkilöstön toimiva yhteistyö vaikuttaa myönteisesti lapsen kehitykseen. (Poikonen & Lehtipää 2009, 70–73, 81.)

Lapsiin liittyviä hoitotehtäviä siirtyy koko ajan enemmän suvuilta, perheiltä ja vanhemmilta yhteiskunnan ylläpitämiin palvelujärjestelmiin. Lapsen perustarpeisiin vastaaminen on vähitellen siirtynyt ja siirtymässä vanhemmilta ammattihenkilöstölle. Nykyisin lasten opetus, terveydenhuolto, päivähoito ja harrastukset tapahtuvat suurimmaksi osaksi kodin ulkopuolella. Tänä päivänä keskustellaan ja kiistellään kenelle kasvatusvastuu ja -velvollisuus kuuluvat. Lapsuus on muuttunut asiakkuudeksi. (Tamminen 2004, 141–142.) Varhaislapsuuden kehitykselle merkityksellisiä konteksteja ovat koti- ja päivähoitoympäristöt sekä sukulais- ja läheisverkostot ja niissä vallitsevat vuorovaikutussuhteet. (Nurmi ym. 2009, 18–19.)

2.4 Vertaistuki kasvatuksen tukena

Vertaistuki on omaehtoista ja yhteisöllistä tukea sellaisten ihmisten kesken, joita yhdistää jokin kohtalonyhteys, esimerkiksi jokin sairaus, kuten reuma tai diabetes, tai erityispiirre, kuten ylivilkkaus tai ylipaino. Kohtalonyhteydellä tarkoitetaan poikkeavaa ja sellaista tilaa, joka edellyttää enemmän sosiaalista tukea. Vertaisuudesta saatua voimaa, jota samanlaisessa tilanteessa olevat ihmiset voivat saada toisiltaan, on lähdetty hyödyntämään jo 1900-luvun alkupuolella. Aluksi sitä hyödynsivät kuurot ja näkövammaiset ja myöhemmin liikuntavammaiset. Vammaisjärjestöjen lisäksi vertaistoiminta on tullut tutuksi muun muassa Anonyymien Alkoholistien ja Painonvartijoiden hyödyntämänä. (Malinen & Nieminen 2001, 23.)

Vertaistukiryhmiä on nykyisin Suomessa runsaasti. Samankaltaisuuden on havaittu yhdistävän, jonka vuoksi vertaisuuden hyödyntäminen on lisääntynyt ja uusia tukiryhmiä perustetaan yhä enemmän. Vertaistuki perustuu samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien ihmisten vapaaehtoiseen vuorovaikutukseen. Se on erityisesti tunnetason tukea, mutta myös yhteiseen kokemukseen perustuvan tiedon välittämistä. (Malinen & Nieminen 2001, 23.) Vertaisryhmässä häpeä häлventyy ja rohkeus keskustella arkaluontoisista asioista kasvaa. Luottamus on ehdoton vertaisryhmän toimivuudelle. (Ijäs 2009, 24.)

Vertaisryhmän jäsenet ovat tasa-arvoisessa asemassa toistensa kanssa. Vertaisryhmätoiminnassa voidaan jakaa tuntemuksia, tietoa, emootioita ja kokemuksia saaden näin tukea toisilta. Yhteisten kokemusten ja yhteisen kielen kautta ryhmän jäsenet voivat ymmärtää toisiaan, jopa varsinaisia asiantuntijoita paremmin, ja näin auttaa toistaan. (Kinnunen 2006, 35.) Vertaistukitoimintaa voidaan luonnehtia ihmiseltä ihmiselle -toiminnaksi, joka on vapaaehtoista ja palkatonta. Vertaistuki perustuu antamiseen ja saamiseen. Siinä kuunnellaan toisten kokemuksia ja samalla kerrotaan omista kokemuksista ja vaihdetaan käytännön neuvoja ja ohjeita. (Malinen & Nieminen 2001, 24.)

Vertaistuen merkitystä erityisesti lapsiperheiden kohdalla on korostettu prosessin myönteisellä lopputuloksella. Sosiaalista tukea saaneet perheet ovat koke-

neet voimavarojen lisääntymistä, jonka myötä uupuminen on vähentynyt ja hyvinvoinnin tunne lisääntynyt. Tehdyt tutkimukset korostavat vertaistuen ja vertaistoiminnan tärkeyttä. (Pietilä-Hella 2010, 66, 79.) Vertaissuhteet kehittyvät jokaisen oman tarpeen ja toiveen mukaan. Vertaisryhmissä voi syntyä ystävyssuhteita, jotka tarjoavat jatkuvaluonteista tukea. Tutkimusten mukaan pienten lasten vanhemmille on tarjolla monenlaisia vertaisryhmiä. Vertaistoimintaa järjestetään perheille, joilla on erilaisia haasteita elämässä. Vanhempainryhmien avulla perheet pääsevät eroon eristäytymisestä. Vertaisryhmän ydin on, että jokainen sen jäsen löytää oman paikkansa ja säilyttää sen. Vertaisten toimintamuodot ja yhteenliittymisen syyt ovat olleet aikaisemmin enemmänkin sairauden, yllättävän elämänmuutoksen, tietynlaisen elämäntilanteen tai kriisin aiheuttamia. Nykyisin ongelmakeskeisyyden korostumisen sijaan ja sen rinnalle on muodostunut vertaistoimintaa, jossa samassa tilanteessa oleminen ja yhteiset mielenkiinnon kohteet ovat vertaisuutta lisääviä tekijöitä. Yhteisenä tekijänä pidetään halua jakaa kokemuksia vertaisryhmässä. Vertaisryhmän muodosta kertoo yhteistyökumppanit ja vetäjän rooli, kokemuksellinen tieto ja asiantuntijatieto. Usein vertaistoiminnassa on mukana toimintaa ohjaava vapaaehtoinen, vertaiskouluttaja tai ammattilainen. (Kinnunen 2006, 35–37; Pietilä-Hella 2010, 62, 78–79.)

Alkoholi- ja väkivaltaongelmat, vaikeudet parisuhteessa, kasvatuskysymyksissä ja talousasioissa ovat kaikki tavallisia ihmisten elämässä. Lähtökohta vertaisryhmän avoimeen keskusteluun on tieto siitä, että muillakin on samoja ongelmia kuin meillä. (Ijäs 2009, 24.)

Tälläkin hetkellä lapsiperheille tarjotaan vertaistukitoimintaa monella saralla. Esimerkiksi Neuvokeskus tarjoaa tukea eroperheille. Eroneuvo-tilaisuuksista on mahdollisuus saada tietoa ja vertaistukea. Neuvokeskus tarjoaa myös Vanhemman Neuvo -vertaistukiryhmätoimintaa avuksi eron jälkeisen vanhemmuuden kysymyksiin sekä Eroryhmiä, joissa haetaan työkaluja eron jälkeiseen elämän jälleenrakennukseen. Neuvokeskuksessa on vertaistukiryhmiä myös lapsille ja nuorille. Esimerkiksi lasten Taikuri-ryhmä ja nuorten Vetskari-ryhmä on kohdennettu eronneiden vanhempien lapsille. Yhden Vanhemman Perheiden Liitto ry järjestää vertaistukitoimintaa vanhemmille, jotka ovat jääneet lapsen

kanssa yksin. Miessakit ry tarjoaa vertaistoimintaa eronneille miehille, jotka haluavat vain miehille suunnattuun toimintaan. Myös Pienperheyhdistys sekä Suomen Uusperheellisten Liitto ry toteuttaa vertaisryhmiä. (Neuvokeskus i.a.) Leijonaemot ry tarjoaa vertaistukitoimintaa erityislasten vanhemmille pian jo 15 paikkakunnalla. (Leijonaemot ry 2011). Kaiken kaikkiaan jo pelkästään lapsiperheille on tarjolla paljon erilaista vertaisryhmätoimintaa.

3 LAPSEN KEHITYKSESTÄ JA ERITYISTÄ TUKEA TARVITSEVISTA LAPSISTA

Käsittelen teoriassa lapsen kehityksen piirteitä. Rajasin käsittelyn 4–6-vuotiaaseen, koska perhekouluun osallistuneet lapset olivat vastaavan ikäisiä. On oleellista tietää, miten lapsi kehittyy tietyssä ikävaiheessa, jotta voi käsittää millainen käytös on normaalista poikkeavaa. Nostan esiin otteita erityistä tukea tarvitsevien lasten piirteistä. ADHD-diagnoosi ei ollut kriteerinä perhekouluun osallistuneille lapsille, mutta koin sen käsittelyn teoriassa tärkeäksi, koska yli-viikkailta lapsilla diagnosoidaan toisinaan ADHD.

3.1 Lapsen kehitys 4–6-vuotiaana

Jokainen meistä aloittaa elämänsä lapsena. Lapsi ja lapsuus ovat kaikille tuttuja. Siitä huolimatta on paljon asioita, joita ei lapsuuteen ja lapsiin liittyen tiedetä. Lapsuuden jatkuvaa muutosta ei nähdä, eikä huomata kuinka moni asia vaikuttaa joka hetki lapsuuteen ja maailman lapsiin. Maailmanlaajuisesti ja suhteellisesti lapsuus muuttuu vaikeammaksi ja ankarammaksi. (Tamminen 2004, 139.)

Lapset kehittyvät yksilöllisesti ja omaan tahtiin (Jarasto & Sinervo 2000, 60–61). Eivätkä kaikki uudet taidot ilmaannu kaikille lapsille samassa järjestyksessä (Nurmi ym. 2009, 18). Lapsi tarvitsee monenlaisia virikkeitä oppiakseen asioita. Rakkaiden ihmisten äänet ja kosketus ovat kuitenkin kaikkein tärkeimpiä. Vanhempien ääni, sylin lämpö, kaikkien perheenjäsenten läheisyys ovat merkittävimpiä lapsen rauhallisessa ja turvallisessa kasvussa ja kehityksessä. (Mäkijärvi 2008, 14.)

Lapsen sosiaaliset taidot kehittyvät kolmen ja kuuden ikävuoden välillä. Sosiaalisilla taidoilla tarkoitetaan valmiuksia selvittää arkipäivän tilanteissa kohtaamista ongelmista ja henkilökohtaisten päämäärien saavuttamista tavoilla, jotka johtavat positiivisiin seuraamuksiin sosiaalisissa tilanteissa, esimerkiksi siihen, että lapsi pääsee mukaan leikkiin. Tämä edellyttää lapselta empatiakykyä sekä ky-

kyä arvioida ja ennakoida oman toimintansa seuraamuksia. Lapsen on tärkeää ymmärtää omia tunteitaan ja osata ilmaista niitä tilanteeseen sopivalla tavalla. Se, kuinka hyvin tämä onnistuu, on yhteydessä lapsen kognitiivisiin taitoihin, minäkuvaan ja asemaan ryhmässä. Lapsi oppii vähitellen arvioimaan oman käyttäytymisensä seuraamuksia esimerkiksi leikkitalanteissa. Lapsi oppii paljon asioita leikkimällä (Mäkijärvi 2008, 21). Yhteiset leikit tarjoavat hyvän mahdollisuuden harjoitella toisten mielipiteiden ja ehdotusten huomioon ottamista sekä niihin vastaamista. Myös oman vuoron odottamista, oman käyttäytymisen muuttamista pyydetyllä tavalla ja tavaroiden jakamista toisten kanssa voidaan opetella samalla. (Nurmi ym. 2006, 54–55.) Leikki on myös keino kehittää lapsen keskittymistaitoja (Mäkijärvi 2008, 21).

4–5-vuotias lapsi pyrkii sopeutumaan ympäristön asettamiin vaatimuksiin eri tavoin. Hän on sosiaalisesti riippuvainen ja samaan aikaan riippumaton. Aikuis-kontaktit ovat vähemmän fyysisiä, ja usein puhe ja katse riittävät. Lasta ei tarvitse enää ohjata kädestä pitäen, sillä hän ymmärtää sanallisia kehotuksia ja neuvoja. Ristiriitatilanteissa lapsi hyökkää etupäässä sanallisesti aikuisen kimp-puun, harvemmin nyrkeillään. (Jarasto & Sinervo 2000, 60–61.) Vanhemmista eroaminen, lelujen jakaminen ja vuoron odottaminen on varhaisvuosia helpom-paa, vaikei sujukaan aina ongelmitta. Lapsi alkaa huomioida toisia ihmisiä enemmän. Hän nauttii samanikäisten seurasta. Hän on itsenäinen monessa asiassa, eikä vaadi huomiota enää niin paljon. Hän tarvitsee vanhempaa kui-tenkin vielä moneen. Vanhemmat tukevat lapsen moraalialia ja sosiaalista kehitys-tä sekä asettavat rajoja. Lapsi pitää rooli- ja mielikuvitusleikeistä ja yksinkertai-sista sääntöleikeistä ja -peleistä. Häviäminen on lapselle vielä haasteellista. Voimakas mielikuvitus, villit tarinat ja liioittelu ovat omiaan 4-5-vuotiaalle. Lapsi aloittaa omien kykyjen ja taitojen arvioinnin vertaamalla itseään kavereihinsa. Lapsi pahoittaa mielensä herkästi. Hän on innokas liikkuja, mutta voi olla myös rajua ja uhkarohkeaa. Lapsi hyppii, kiipeää, juoksee, painii ja harjoittelee erilaisia motorisia taitoja. (MLL i.a.)

5–6-vuotiaan lapsen suhde aikuiseen on tasapainoisempi ja rauhallisempi, kos-ka lapsi osaa kertoa sanallisesti toiveistaan ja odotuksistaan. Yhteentörmäyk-sissä aikuisen kanssa syntyy toisinaan yhä raivonpuuskia, mutta ne ovat hilli-

tympiä ja menevät nopeammin ohi kuin aikaisemmin. Uhmaa ja haukkumista esiintyy. (Jarasto & Sinervo 2000, 66–67.) Lapsi on toisinaan rauhaton ja voi olla tunteiltaan ailahtelevainen. Hän on jo monessa asiassa itsenäinen ja oma-toiminen. Vaikka vanhempien silmissä lapsi voi näyttää jo isolta, hän tarvitsee yhä päivittäistä huolenpitoa ja hellyyttä. Lapsi on aloitteellinen ja sopeutuva, mutta haluaa välillä olla pieni ja saada hoivaa. Vanhempien on tärkeää tukea lapsen kaveripiiriin ja liikkumiseen liittyvää itsenäistymistä sekä moraalin kehittymistä. Lapsi kaipaa rohkaisua ja kiitosta yrittämisestään. Itsekritiikin herääminen voi aiheuttaa lapsessa epäonnistumisen pelkoa. Lapsella on voimakas mielikuvitus ja hän oivaltaa paremmin, mikä on totta ja mikä kuvittelua. Roolileikeissä lapsi jäljittelee mielellään itselle tärkeitä aikuisia. Lapsi nauttii vitseistä ja sanaleikeistä, mutta ei halua olla itse huumorin kohteena. Hän nauttii peleistä ja leikeistä, joissa on selkeät säännöt. Peleissä häviäminen on vielä haastavaa. Oman ikäiset kaverit ovat lapselle tärkeitä. Lapsi nauttii liikkumisesta eri tavoin esimerkiksi kiipeillen, juosten ja tanssien. (MLL i.a.)

3.2 Erityistä huomiota tarvitseva lapsi

Perheeseen toivotaan aina tervettä lasta. Jos lapsi ei kehitykään odotusten mukaan, vanhemmat tarvitsevat eri alojen ammattilaisten ohjausta ja tukea. Vanhemmille voi muodostua huoli saavatko kaikki perheen lapset tasapuolista kohtelua kotona erityislapsesta huolimatta. (Kinnunen 2006, 21.) Perheen jokainen lapsi on merkittävällä tavalla yksilö (Mäkijärvi 2008, 25).

Normaaliuden rajat ja ihanneihmisen kriteerit ovat tiukentuneet yhteiskunnassamme. Tämä on lisännyt diagnoosien määrää ja yhä pienempiin poikkeamiin puuttumista. Ongelmien lisääntyminen ja vaikeutuminen vahvistaa ajatusta suomalaisessa yhteiskunnassa vallitsevasta pahoinvoinnista. (Kinnunen 2006, 23.) Lasta on vaikea määritellä erityisen tuen tarvisijaksi, koska kriteereistä ei olla yksimielisiä. Yritykset luokitella ja määritellä lasten vaikeuksia herättävät ristiriitaisia tunteita. Nimeäminen erityisen tuen tarvisijaksi voi tuntua leimaavalta. Diagnoosin leimaavuuden nähdään kasvattavan kuilua parempi- ja huonompiosaisten välillä. Kuvauksiin lasten vaikeuksista liittyy negatiivisia merkityksiä,

jotka voivat tuoda perheille ja lapsille itselleen ongelmia. Täytyy kuitenkin muistaa, että diagnoosi kuvaa useimmiten vain yhden osa-alueen lapsen kehityksestä eikä anna kuvaa lapsen muista ominaisuuksista. Lapsi voi olla lahjakas jollakin muulla alueella. Diagnosoinnista huolimatta täytyy aina muistaa, että myös ne lapset, joilla on erityistarpeita, ovat ensisijaisesti lapsia. (Alijoki 2006, 5, Kinnunen 2006, 23.) Lapsi tulee nähdä yksilönä eikä diagnoosina. Erityisyydestään huolimatta jokainen lapsi tarvitsee aina myönteistä palautetta. (Kinnunen 2006, 22–23). Haastavasti käyttäytyvät lapset tarvitsevat enemmän lämpöä ja kiintymystä. (Helkama 2006, 133.)

Erityistä tukea tarvitsevien lasten vaikeuksien kirjo on laaja (Alijoki 2006, 5) ja lapsen haastavuus voi tulla esiin monella tapaa. Haastavuuden ilmenemistapoja on erilaisia, kuten vaativuus, uhmakkuus, levottomuus, tarkkaamattomuus, impulsiivisuus, aggressiivisuus, piittaamattomuus, vaikeus sietää pettymyksiä, pelokkuus, arkuus, vetäytyvyys, aloitekyvyttömyys, masentuneisuus, ahdistuneisuus, hitaus, kömpelyys sekä jumiutuminen. (Alijoki 2011.)

Vanhemmuuden kannalta lapsen haastavuus nousee itseensä liittyvissä ajatuksissa, tunteissa ja kokemuksissa sekä arjessa. Itse vanhemmuuteen liittyviä ajatuksia ovat alemmuudentunne, uhka itsearvostukselle, keinottomuus ja avuttomuus. Tunteet ja kokemukset, joita vanhemmilla esiintyy, ovat häpeä, syyllisyys, toivottomuus, suru, alakuloisuus, katkeruus, kiukku, raivo, stressi, uupumus ja väsymys. Haastavan lapsen perheen arkeen kuuluu toistuvat ristiriidat ja niiden selvittely, eristäytyneisyys, viranomaisneuvottelut, rasitteet muille ihmisuhteille, parisuhdeongelmat ja pulmat sisarusuhteissa. (Alijoki 2011.) Erityislapsi tuo perheeseen lisähaastetta, joka vaikuttaa perheen toimintaan ja ratkaisuihin monin tavoin. Tilanne perheessä voi olla vaativa erilaisten käytännön ongelmien vuoksi. (Kinnunen 2006, 30.)

3.3 Aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö ADHD

ADHD (Attention deficit hyperactivity disorder) on neurobiologinen kehityksellinen häiriö. Suomessa sen diagnosinimityksenä käytetään aktiivisuuden ja

tarkkaavuuden häiriö. Sen ydinoireet liittyvät tarkkaamattomuuteen, ylivilkkauksen ja impulsiivisuuteen. Tarkkaamattoman lapsen on vaikea keskittyä leikkiin ja tehtäviin. Hän häiriintyy helposti ulkopuolisista ärsykkeistä. Yliaktiivisen lapsen on hankalaa pysyä paikoillaan. Hänellä on toistuvia vaikeuksia harrastuksissa tai leikeissä. Hän puhuu usein todella paljon. Impulsiivisella lapsella on vaikeuksia odottaa vuoroaan. Hän keskeyttää toisia usein ja on tunkeileva toisia kohtaan. (Alijoki 2011; Heikkilä 2009, 11; Suomen lastenhoitoyhdistys i.a.)

ADHD:ta esiintyy 3-5 prosentilla päiväkotij- ja kouluikäisistä lapsista ja se on yleisempää pojilla kuin tytöillä. Tarkkaavaisuuden häiriö on suhteellisen pysyvä, mutta ylivilkkaus ja impulsiivisuus lievenevät iän myötä. (Alijoki 2011.)

3–6-vuotiaalla lapsella ADHD on havaittavissa suunnitelmallisen ja pitkäkestoisen leikin vähyytenä. Lapsella esiintyy motorista levottomuutta ja jatkuvaa liikumisen tarvetta. Kehitys on usein jäljessä iänmukaisesta. Tämä on huomattavissa esimerkiksi kuivaksi oppimisen, siisteyden, pukemisen, omatoimisuuden päivittäistoiminnoissa ja tavaroiden keräämisen viivästymisenä. Lapsella voi esiintyä uhmakkuutta sosiaalisissa tilanteissa suhteessa muihin lapsiin ja vanhempiin. Kerhoihin ja päiväkotiin sopeutumisessa voi olla vaikeuksia. (Heikkilä 2009, 12.)

Tarkkaavaisuus on monimutkainen inhimillinen prosessi, joka on hyvin haavoittuvainen. Tarkkaavaisuuden häiriintyessä jokin seuraavista tapahtumasarjoista ei sujukaan helposti ja automaattisesti: huomion kiinnittyminen, ylläpitäminen ja suojaaminen häiriöiltä, havaitseminen, havaitun käsitteleminen ja huomion edelleen siirtäminen sekä aistiärsyksen vastaanottaminen. ADHD on yleisin lapsuusiän käyttäytymisongelma. Se ilmenee kehitykseen nähden sopimattomana ja sitkeänä yliaktiivisuutena, impulsiivisena ja/tai tarkkaamattomana käyttäytymisenä, joka tulee esiin niin kotona kuin päiväkodissa tai koulussakin. Varhaisessa lapsuudessa oireina painottuu tyypillisesti ylivilkkaus; lapsi ei malta istua paikoillaan, on jatkuvasti liikkeessä, karkailee, joutuu vaaratilanteisiin, sanoo usein aikuisille vastaan ja toimii oman päänsä mukaan. Esikouluiässä oireina ovat keskittymisongelmien lisäksi aggressiivisuus, rajojen rikkominen ja konfliktit toisten lasten kanssa. Kouluiässä lapselle saattaa ilmaantua huonommuuden

tunteita, kielteisiä itsearvioita, kokemuksia erilaisuudesta ja epäonnistumisesta. (Poikkeus ym. 2002, 163.)

ADHD:ta on vaikea todeta, koska lapsella voi olla sopivia oireita, jotka kuitenkin johtuvat vain ”vaikeasta” luonteesta. Ammatillaiset etsivät ominaisuuksia, jotka ovat niin vakavia, että niistä tulee ongelmia sekä lapselle että läheisille. Lapsen elinympäristöä tutkitaan, jotta saadaan varmuus, ettei kotona ole tapahtunut mitään sellaista, joka aiheuttaisi käytöksen, kuten vanhempien avioero tai muu lasta järkyttävä asia. Monet lapset eivät saa purkaa henkistä energiaansa liikuntaan, joka väsyttäisi heidät. (Mackonochie 2006, 38.)

Vilkas lapsi ei kuitenkaan aina välttämättä kärsi ADHD:sta. Hän on ehkä vain impulsiivisempi ja vilkkaampi kuin toiset lapset eikä tarvitse yhtä paljon unta. Lapsen ylivilkkauksen määrittelee vanhempien ja muiden ihmisten näkemykset. Tutkimusten mukaan jopa 30 prosenttia vanhemmista pitää alle kouluikäistä lastaan ylivilkkaana. Vaihe alkaa yleensä noin kahden vuoden iässä, jolloin lapsi on äänekkäämpi ja vilkastuu. Ylivilkkaalla lapsella käytös muistuttaa muiden lapsien käytöstä, se on vain paljon voimakkaampaa. Joidenkin asiantuntijoiden mukaan yliaktiivisuus on toinen ääripää normaalille käytökselle. (Mackonochie 2006, 36.)

Mahdollisia syitä ADHD:lle on esitetty useita, mutta useimmissa tapauksissa syy jää epäselväksi. Syiksi on esitetty ympäristön kemikaaleja ja muita haitallisia aineita, ruoka-allergioita ja -yliherkkyyksiä sekä ruoan keinotekoisia lisäaineita, kuten väri-, maku- ja säilöntäaineita. Taustalla voivat olla myös lääkkeet ja kofeiini, jota on monissa virvoitusjuomissa ja suklaassa. Taipumus voi tulla myös geeneissä, sillä usein ominaisuus on peritty. Harvoin syynä voi olla pieni synnytyksestä seurannut aivovaurio. Ympäristö ei itsessään aiheuta ADHD:ta, mutta se voi vaikeuttaa sitä. ADHD:sta kärsivillä lapsilla on usein muitakin vaikeuksia, kuten unihäiriöitä, aggressiivista käyttäytymistä tai oppimisvaikeuksia. Lapsella voi olla vaikeuksia sopeutua muiden joukkoon ja muodostaa kaverisuhteita. Myös kehityshäiriöt, kuten kömpelyys ja viivästynyt puhumaan oppiminen, liittyvät joskus ADHD:hen. (Alijoki 2011, Mackonochie 2006, 36.)

Tärkeintä on selittää lapselle, että käytöksestään huolimatta häntä tullaan aina rakastamaan ja tukemaan. Lapsen on hyvä tietää, että vanhempi voi auttaa häntä hallitsemaan käytöstään. Hänelle opetetaan, että tunteita voi hallita ja purkaa muutenkin kuin huonolla käyttäytymisellä. ADHD-lapsen vanhemmat ovat usein uupuneita. Vanhemman on tärkeää varata aikaa myös itselleen. Jos ADHD tuo ongelmia perheeseen tai vaikuttaa vanhemman ja lapsen suhteeseen, kannattaa hakea apua. (Mackonochie 2006, 38.)

Ylivilkkaan lapsen vanhempana toimiminen on vaativaa, koska lapsi haastaa aikuista, ja vanhemmuuteen liittyy tavallista enemmän keinottomuuden ja voimattomuuden kokemuksia sekä vähemmän nautintoa ja iloa. (Poikkeus 2002, 160–161.) Vanhemmat ovat saaneet usein syytelyä huonosta kasvatuksesta ja siitä, että he antavat lapsen tehdä, mitä tämä tahtoo. (Mackonochie 2006, 37–38.)

4 JÄRVENPÄÄN PERHEKOULU

KUUMA-kuntien eli Järvenpään, Keravan, Nurmijärven, Mäntsälän, Pornaisen ja Tuusulan Perhekoulu hanke järjestettiin 2007–2008, jonka jälkeen perhekoulu toimi Järvenpäässä vielä puoli vuotta kaupungin rahoituksella. Järvenpään perhekoulumalli on sovellettu ADHD-keskuksen käyttämästä rekisteröidystä Perhekoulu POP®-mallista. Se on toiminut ADHD-keskuksessa jo vuodesta 1999 ja menetelmän käytöstä on paljon tutkittua tietoa ja kokemusta. (KUUMA 2004, ARVO 2009.)

Perhekouluohjelmaan perustuva ryhmätoiminta (Preschool Overactivity Programme) on lastenpsykiatrien Joanne Bartonin ja Seija Sandbergin kehittämä. Sandberg toi toiminnan Suomeen. Syksyllä 1999 vanhemmille tarkoitettu perhekoulun käsikirja suomennettiin ja ensimmäinen perhekouluryhmä aloitti Helsingissä. Perhekoulun vahvuutena on se, että lapset toimivat omassa ryhmässään samaan aikaan, kun asiantuntijan ohjaama vanhempien vertaisryhmä koontuu. Perhekoulussa on siis kaksi ryhmää: ohjausryhmä vanhemmille sekä käyttäytymisterapeuttisten periaatteiden mukaan toimiva lasten ryhmä. Perhekoulutoiminnan olennaisin vaikuttamisen kohde on lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus. Lisäämällä vanhemman luottamusta itseensä kasvattajana, tehokkaampia ohjauskeinoja opettamalla sekä pyrkimällä muuttamaan lapsen ja vanhemman välistä vuorovaikutusta myönteisemmäksi, vahvistetaan vanhemman mahdollisuuksia lapsen käyttäytymisen hallinnan opettelun tukemisessa. (Poikkeus ym. 2002, 159–160, 170).

Perhekoulussa etsitään uusia tapoja suhtautua ylivilkkaaseen lapseen ja ohjata lapsen käyttäytymistä toivotumpaan suuntaan. Menetelmät, joita perhekoulussa käytetään, perustuvat tutkittuihin ja testattuihin käyttäytymisen hallinnan ohjelmiin. Lapsi kohtaa eri tilanteissa yhdenmukaiset toimintatavat, kun perhekouluun osallistuu lapsen ja hänen vanhempansa lisäksi lapsen päiväkodin tai kerhon henkilökuntaa. Perhekoulu on lapselle ohjaavaa ja kuntouttavaa toimintaa, vanhemmille harjoittelua lapsen kohtaamiseen sekä työntekijälle koulutusta temperamentiltaan tavallista vilkkaampien lasten kanssa toimimiseen. Samal-

la, kun autetaan aikuinen-lapsi-vuorovaikutusta, vahvistetaan lapsen positiivista minäkuvaa ja tuetaan lapsen kokonaisvaltaista kehitystä ja käyttäytymisen hallintaa. (Seppälä 2009.) Perhekoulussa on tarkoitus antaa lapselle myönteisiä kokemuksia ryhmätoiminnasta, kohottaa lasten itsetuntoa ja harjoitella keskittymistä. Tavoitteena on myös vahvistaa pitkäjänteisyyttä, antaa mahdollisuus harjoitella sosiaalisia taitoja ja sääntöjen mukaan toimimista sekä tarjota lapselle onnistumisen kokemuksia. Lapset harjoittelevat toisten huomioon ottamista ja oman toimintansa ohjailua. Jokaisella kerralla toiminnassa on sama rakenne, jotta rutiinit, turvallisuus, ennakointi ja oma-aloitteisuus mahdollistuvat. (Järvenpään Perhekoulu. Lasten ryhmän runko-moniste i.a.)

Järvenpäässä perhekouluun voi hakeutua suoraan hakemuksella, joita saa neuvoloista, erityislastentarhanopettajalta tai perhepalveluista (Seppälä 2009). Jos vanhemmilla, päivähoitopaikalla, terveydenhoitajalla, perhepsykologilla, perhevalmennuksella, toimintaterapeutilla tai puheterapeutilla herää huoli esimerkiksi lapsen rientävyydestä, asia voidaan ottaa neuvolatyöryhmään. Neuvolatyöryhmässä kartoitetaan kaikkia mahdollisia tukimuotoja. Jos perhekoulu tuntuu ensisijaiselta vaihtoehdolta, perhe voi tehdä hakemuksen perhekouluun. (Kulonen 2010b.)

Perhekoulukoulutuksen voi hankkia ADHD-liitosta osallistumalla perhekoulun lasten ryhmään ohjaajana ja myöhemmin vanhempain ryhmään havainnoijana (Kulonen 2011b). ADHD-keskuksen perhekoulunohjaajakoulutukseen voi hakea vapaamuotoisella hakemuksella tai soittamalla (Ruoho 2011). Järvenpään Perhekoulussa on viisi perhekoulu-koulutuksen käynnyttä vetäjää. Perhekoulukoulutus oli ostettu ADHD-liitolta ja se oli ylisektorista ja kuntarajoja ylittävää. Koulutus räätälöitiin yhdessä Mäntsälän, Nurmijärven, Tuusulan, Keravan ja Järvenpään kanssa. Kustakin kunnasta koulutukseen sai osallistua viisi työntekijää. Koulutusryhmät olivat moniammatillisia. Järvenpäästä koulutukseen osallistui kaksi toimintaterapeuttia, kaksi erityislastentarhanopettajaa ja lastentarhanopettaja. Muista kunnista mukana oli psykologeja ja muita lasten kanssa työskenteleviä. (Kulonen 2011b.)

Perhekoulua on tutkittu moneen otteeseen. Tutkimustuloksissa on nähtävissä perhekoulun positiivisia vaikutuksia perheiden selviämiseen lasten kanssa. Lapsen vastustelevaa käytöstä hallitaan paremmin ja lapsen tunne-elämän ongelmia pystytään käsittelemään paremmin, kuin ennen perhekoulua. Lapset ovat hyötäneet niin ikään perhekoulusta. Heidän raivokohtauksensa ovat lieventyneet, eikä niitä tule enää yhtä usein. Lasten sosiaaliset taidot ovat edistyneet myönteiseen suuntaan. (Jyväskylän yliopisto 2002.) Perhekoulu antaa mahdollisuuden muutokseen perhe-elämässä. Perhekouluun osallistuneet vanhemmat ovat arvioineet perhekoulun lisänneen perheen hyvinvointia. Perhekoulussa opitut menetelmät kantoivat kotona vielä viiden kuukaudenkin kuluttua. Päivähoidon työntekijät kokivat saaneensa perhekoulusta neuvoja impulsiivisten lasten kanssa toimimiseen erilaisissa tilanteissa, joka tulee näkymään koko päiväkodin työskentelyssä. (Seppälä 2009.)

Perhekoulua järjestetään monella eri paikkakunnalla. Jokaisen paikkakunnan perhekoulu pohjautuu Joanne Bartonin ja Seija Sandbergin kehittämään kuntoutusmenetelmään. Perhekoulu löytyy muun muassa Helsingistä, Jyväskyläs-tä, Lappeenrannasta, Järvenpäästä, Oulusta, Kajaanista, Sotkamosta ja Suomussalmelta. Esimerkiksi Helsingissä perhekoulua järjestetään muun muassa Suomen lastenhoitoyhdistyksen ADHD-keskuksessa, jossa perhekoulua tarjotaan suomeksi ja ruotsiksi (Suomen lastenhoitoyhdistys i.a.). Jyväskylässä perhekoulua koordinoi oppimisvaikeuksien monitieteisen tutkimuksen ja kehittämistyön yksikkö Niilo Mäki instituutti (NMI 2011; NMI 2007). Lappeenrannassa perhekoulua toteutetaan Lapsi- ja nuorisovastaanoton ja perheneuvolan yhteistyönä (Eksote i.a.).

Perhekoulusta kehitetään jatkuvasti variaatioita yhdistellen perhekoulun toimintamallia esimerkiksi Vanhempana vahvemmaksi -malliin. Kaakkois-Suomessa Kehikko eli lasten ja nuorten hyvinvoinnin kehittämisverkosto on kehittänyt ”Mieite” -ryhmätoimintaa. Sen lähtökohdina ovat olleet pienten lasten vanhempien toive, tarve kasvatuskeskusteluista sekä muiden vanhempien että ammattilaisten kanssa. Kyseisestä ryhmätoiminnasta ollaan oltu kiinnostuneita muuallakin. (Socom i.a.)

4.1 Perhekoulun kulku

Keväällä 2009 Järvenpään Perhekoulu toteutui Järvenpään perhepalveluiden tiloissa joka maanantai 16. helmikuuta – 18. toukokuuta. Perhekoulussa oli kolme ryhmää ohjaajakoulutusryhmä, lasten ryhmä ja vanhempain ryhmä. Ohjaajakoulutusryhmä kokoontui ensimmäisenä. Ohjaajakoulutusryhmä koostui jokaisen lapsen päiväkodista tai kerhosta tulleesta aikuisesta. Kanssani kouluttamassa oli erityisavustaja, lastenohjaaja, kaksi lastentarhanopettajaa ja kaksi lastenhoitajaa. Kun perheet saapuivat paikalle, vanhemmat ohjattiin omaan tilaansa vanhempain ryhmän kouluttajien kanssa ja lapset toiseen tilaan lasten ja ohjaajien ryhmän kouluttajien ja ohjaajien kanssa.

Perhekoulu koostui neljästä vaiheesta. Ensimmäisessä vaiheessa helmikuun puolesta välistä helmikuun loppuun kaikki viisi perhekouluun osallistunutta perhettä haastateltiin noin tunnin mittaisella haastattelulla. Haastattelussa selvitettiin perheen motivaatiota, sitoutumista ja pyydettiin vanhempia kuvailemaan lastaan. Haastattelussa käytiin läpi perhekoulun struktuureja, vanhempien huolenaiheita lapsesta, asioita, joihin vanhemmat haluavat muutosta, sekä lapsen vahvuuksia ja haasteita. (Kulonen 2010a.) Toisessa vaiheessa maaliskuun alussa alkoi ohjaajakoulutus. Koulutus sisälsi teoriaosuuden ja lasten ryhmän toimintaan sekä tiloihin tutustumisen. Samalla kertaa perheet tulivat tutustumiskäynnille, jossa tutustuttiin lasten ryhmän tiloihin ja leikkeihin kouluttajien ja ohjaajien kanssa. Jokaiselle perheelle oli varattu 45 minuuttia tutustumisaikaa. (Järvenpään Perhekoulu. Perhekoulun toteutus kevät 2009-moniste i.a.)

Vaihe kolme alkoi maaliskuun toisella viikolla, jolloin virallinen perhekoulu alkoi. Perhekoulu alkoi aina ohjaajakoulutuksella erityislastentarhanopettajan johdolla. Siinä käytiin läpi erilaisia teemoja (liite 1) Perhekoulukirjan pohjalta. Ohjaajakoulutuksen jälkeen käytiin läpi, kuka ohjaajista ohjaa ketäkin lasta sillä kerralla lasten ryhmässä, missä järjestyksessä lapset tulevat leikkitilaan sekä mistä leikkihetkestä mietitään palaute lapsen päiväkirjaan. Perhekoulun lasten ryhmän kouluttajana ja käytännön asioista vastaajana toimi toimintaterapeutti. Kouluttamassa olleista ohjaajista viisi ohjasi lapsia ja kaksi toimi havainnoijana.

Havainnoijien kanssa sovittiin, mitä sillä kerralla havainnoidaan lapsesta. (Järvenpään Perhekoulu. Lasten ryhmän runko-moniste i.a.)

Perhekoulun lasten ryhmän toiminnan päätyttyä lapset lähtivät takaisin vanhempiensa luokse ja ohjaajat kokoontuivat vielä tunniksi purkamaan toimintaansa. Jokainen lasta ohjannut sai täytettäväkseen lomakkeen, jossa pohdittiin teoriaosuudessa läpi käytyjen asioiden, esimerkiksi positiivisen palautteenannon tai peukun käytön, toimivuutta ja onnistumista. Lisäksi pohdittiin lapsen onnistumisia ja sitä, miten ohjaaja onnistumisia mahdollisti. Ohjaajien täyttämän lomakkeen pohjalta kerätään vanhemmille kirjallinen palaute, jossa käydään läpi lapsen vahvuuksia ja sitä, mitkä toiminta- ja ohjaustavat tukevat lasta. Havainnoijien näkemyksistä kerätään myös palautetta vanhemmille. Ohjaajan antamalla palautteella on kuitenkin suurempi merkitys, koska hän on päässyt leikkimään lapsen kanssa ja kokeilemaan käytännössä ohjaustapoja, jotka toimivat. Palaute lapsesta annetaan tiedoksi myös päiväkotiin. Näin toimivat toimintatavat siirtyvät lapsen arkeen päiväkodissa. Yhteisvaikutus ja muutos tapahtuvat täten kotona vanhempien toiminnassa ja päiväkodissa. (Kokkonen 2011.)

Neljännessä eli viimeisessä vaiheessa toukokuun puolen välin tienoilla perhekoulun viimeisen ryhmäkerran jälkeen perheille järjestettiin palautekeskustelut. Kaikille vanhemmille järjestettiin tunnin mittainen keskustelu, johon osallistuivat vanhempien lisäksi kouluttajat lasten ja vanhempien ryhmästä. (Järvenpään Perhekoulu. Perhekoulun toteutus kevät 2009-moniste i.a.)

4.2 Lasten ryhmä

Järvenpään perhekoulun lasten ryhmä koostui viidestä lapsesta, kahdesta työstä ja kolmesta pojasta, eri Järvenpään päiväkodeista ja kerhoista. Lapset olivat 4–6-vuotiaita. Perheet olivat hakeneet perhekouluun erilaisten syiden takia. Rientävyyden, haastavuuden ja ylivilkkauden lisäksi heillä esiintyi muun muassa vetäytymistä omaan maailmaansa ikään kuin lapsi laittaisi verhot kiinni ja siten sulkisi muut ulkopuolelle, aistiyliherkkyyttä, puheen tuottamisen vaikeutta sekä tilan täyttämistä jatkuvalla omalla puheella. ADHD-diagnoosia ei ollut

yhdelläkään lapsista. Perhekouluun osallistuvilla lapsilla on usein heikot leikki-
taidot, vaikeutta leikin aloittamisessa ja/tai lopettamisessa ja leikissä pysyminen
ja siten ehyen leikkikokonaisuuden rakentaminen on vaikeaa (Kokkonen 2011).

Lasten ryhmän tavoitteena on antaa lapsille myönteisiä kokemuksia ryhmässä
toimimisesta. Ryhmässä tarjotaan lapselle onnistumisen kokemuksia ja annea-
taan mahdollisuus harjoitella sosiaalisia taitoja ja leikkitaitoja. Tavoitteena on
kohottaa lapsen itsetuntoa, harjoitella keskittymistä, vahvistaa impulssikontrollia
sekä harjoitella sääntöjen mukaan toimimista. Lasten ryhmässä harjoitellaan
pitkäjänteisyyttä, keskittymistä, toisten huomioon ottamista, oman toiminnan
ohjailua sekä impulssikontrollin säätelyä. Perhekoulussa rutiinit, turvallisuus,
ennakointi ja oma-aloitteisuus mahdollistuvat. Jokaisella lapsella oli koko per-
hekoulukerran ajan oma ohjaaja, joka vaihtui jokaisella kerralla. Ohjaajat toimi-
vat huolehtien vain ohjaamastaan lapsesta sekä ennakoiden muutokset lapsel-
le. Ohjaajat pitävät kiinni säännöistä ja toimintaperiaatteista, huomioivat toivot-
tua käytöstä, kiittävät ja antavat positiivista palautetta, mahdollistavat onnistu-
misia sekä puuttuvat heti aggressiiviseen käytökseen varoituksella ja jäähyllä.
Ristiriitatilanteissa ohjaaja antaa lapselle vaihtoehtoja, selittelyä ja kaupankäyn-
tiä ei käytetä. (Kokkonen 2011.)

Lasten ryhmässä jokaisella kerralla toiminnassa käytettiin samaa runkoa. Kou-
luttaja haki yhden lapsen kerrallaan leikkitalaan. Lapsen kanssa käytiin läpi kuvi-
en ja sanallisen selityksen avulla; monesko perhekoulukerta on menossa, missä
järjestyksessä toimintaa on, mitkä ovat perhekoulun säännöt ja kuka ohjaajista
leikkii lapsen kanssa. Lasten ryhmän toiminta jakautui vapaavalintaiseen leik-
kiin, jumppaan, valittuun leikkiin, meuhetkeen ja päiväkirjan kirjoitukseen.

Vapaavalintaisessa leikissä lapsi harjoittelee leikkitaitoja ja sosiaalisia taitoja
aikuisen tuella. Aikuinen mahdollistaa onnistumisen kokemuksia leikissä ja tu-
kee lapsen pysymistä leikissä. (Kokkonen 2011.) Vapaavalintaisessa leikissä on
mahdollisuus valita: automatto ja autot, junarataleikki, kotileikki, lääkärileikki,
palapelit tai lukunurkka. Kolmella viimeisellä kerralla vapaavalintaisessa leikissä
käytettiin mahdollisuutta yhteisleikkiin lasten ja ohjaajien kesken. Lapsen annea-
taan kuljettaa leikkiä, johon aikuinen osallistuu ja tarvittaessa näyttää mallia

lapsen kehitystason huomioiden. Ohjaaja antaa lapselle positiivista palautetta onnistumisista.

Jumpassa harjoitellaan leikin valitsemista, jossa kuvat ovat tukena, oman vuoron odottamista, impulssikontrollin hallintaa, leikin aloittamista sekä lopettamista aikuisen tuella ohjatussa tilanteessa. Jumpassa lapsella on mahdollisuus energian purkamiseen ja karkeamotoristen taitojen harjoitteluun. Jumppatilassa on viisi eri pistettä: trampoliini, tikan heitto ja tasapainolauta, kilpikongan kävelytys ja syöttäminen, puolapuilla kiipeily ja eläinten pelastaminen sekä vatsalauta. Lapsi kiertää kaikissa pisteissä ohjaajansa kanssa. (Järvenpään Perhekoulu. Lasten ryhmän runko-moniste i.a.)

Valitussa leikissä lapsi pääsee harjoittelemaan aikuisen tuella leikin valintaa, oman vuoron odottamista, pettymyksen sietoa sekä sosiaalisia taitoja ja onnistumisen kokemuksia. Leikkeinä ovat muovailu, lääkrileikki, rakentelu Zoop-rakennuspalikoilla, lautapelit sekä Duplo-maatilaleikki. Lasta kannustetaan vuorovaikutukseen ja pyritään pitämään lapsen ajatukset leikissä. Lapsen tekemiseen osallistutaan seuraten lapsen ideoita. (Järvenpään Perhekoulu. Lasten ryhmän runko-moniste i.a.)

Mehuhetken tavoitteena on harjoitella sosiaalisia taitoja, kuuntelemista ja keskustelua, keskittymistä, impulssien kontrollia, rauhoittumista sekä vuoron odottamista. Jokaiselle lapselle annetaan yksilöllisesti positiivista palautetta onnistumisesta, esimerkiksi kiitoksen sanomisesta. Mehuhetkellä on tärkeää huomioida kaikkia lapsia. Pyrkimyksenä on luoda vapautunut tunnelma ja keskustelua niin ohjaajan ja lapsen välillä kuin myös lapset keskenään. (Järvenpään Perhekoulu. Lasten ryhmän runko-moniste i.a.)

Kaikilla lapsilla on pieni kansio, johon tehdään päiväkirjan muodossa muisto jokaisesta perhekoulukerrasta. Päiväkirjaan kirjoitetaan palautetta onnistumisista. Ohjaaja keskustelee lapsen kanssa asioista, missä lapsi kokee sillä kertaa onnistuneensa. Lapsi saa päiväkirjan mukaansa viimeisellä perhekoulukerralla. Päiväkirja hetkellä harjoitellaan yhdessä toimimista pöydän ääressä ja palautetaan päivän toimintaa mieleen, harjoitellaan sosiaalisia taitoja, jakamista, vuo-

ron odottamista sekä ”saanko” ja ”ole hyvä” -keskustelua. (Järvenpään Perhekoulu. Lasten ryhmän runko-moniste i.a.)

Jos lapsella on perhekoulun aikana vaikeuksia asettua toimintaan ja olla yhteistyössä ohjaajan kanssa ja hän rientää, kokeillaan huomiotta jättämistä ja varoitusta. Jos kouluttaja huomaa lapsilla ei-toivottua käytöstä, hän muistuttaa koko ryhmää säännöistä. Jos lapsi tämän jälkeen jatkaa ei-toivottua käytöstä, hän menee oman ohjaajansa kanssa jäähyllä toiseen huoneeseen. Jäähy kestää noin yhden minuutin ikävuotta kohden eli viisivuotias lapsi on jäähyllä noin viisi minuuttia. Jäähyn jälkeen lapsi palaa yhdessä ohjaajansa kanssa takaisin leikkimään. (Järvenpään Perhekoulu. Lasten ryhmän runko-moniste i.a., Kokkonen 2011.)

4.3 Vanhempien ryhmä

Lasten ryhmän aloittaessa toimintansa vanhemmat kokoontuvat kouluttajien kanssa saamaan neuvoja vanhemmuuteen ja lapsensa kasvatukseen. Vanhempien ryhmä tarjoaa sosiaalista ja henkistä tukea. Ryhmän päätavoitteina on tarjota uusia toimintamalleja, joilla hallita lasta, kun hän käyttäytyy haastavasti arkipäiväisissä tilanteissa, tukea vanhemman ja lapsen välisen myönteisen vuorovaikutussuhteen kehittymistä sekä vahvistaa vanhempien auktoriteettia ja uskottavuutta kasvatustilanteissa. Näihin tavoitteisiin päästään ohjaamalla vanhempia huomioimaan lapsen myönteistä käyttäytymistä, lisäämällä vanhempien kykyä toimia johdonmukaisesti, opastaa vanhempia antamaan välitöntä palautetta sekä opettaa vanhemmille itsesäätelyä ja oman käyttäytymisen hallintaa. (Jyväskylän yliopisto 2002; Kainuun maakunta 2008; Poikkeus ym. 2002, 172.)

Perhekouluohjelmassa vanhempien ryhmän toiminta perustuu Perhekoulu-käsikirjan teemoihin ja niihin liittyviin kotitehtäviin. Vanhemmat käyvät samoja teemoja läpi, joita kouluttautumassa olleet lasten ohjaajat kävivät läpi hetkeä aikaisemmin. (Poikkeus ym. 2002, 172.) Järvenpään perhekoulun vanhempien ryhmän kouluttajina toimivat tutkimuksen aikana toimintaterapeutti ja lastentarhanopettaja.

Kokoontumisen aluksi käydään läpi edellisellä kerralla annetut kotitehtävät. Mitä kotitehtävän puitteissa on tehty ja miten se on onnistunut. (Järvenpään Perhekoulu. Perhekoulun toteutus kevät 2009-moniste i.a.; Kulonen 2010a.) Kotitehtävien käsittelyn jälkeen ohjaajat virittävät uuden teeman perhekoulukirjan pohjalta. Teeman alustamisen yhteydessä herätellään keskustelua vanhempien kokemuksista lapsen kanssa kyseisestä aiheesta ja jo toimivista keinoista. Teeman syventämiseen voidaan käyttää symboli- tai roolityöskentelyä sekä kuvallista ilmaisua. (Poikkeus ym. 2002, 172.)

Käsiteltävinä teemoina ovat ylivilkkaus, lapsen käyttäytyminen, vuorovaikutus lapsen kanssa, käskyjen käyttö, myönteisen käyttäytymisen vahvistaminen, palkintojen käyttö, rajojen asettaminen, jäähyn käyttö, kodin ulkopuoliset tilanteet sekä tulevaisuus. Jokaisesta teemassa on teoriaosuus ja kotitehtävä. Teemat jakautuvat tasaisesti kymmenelle perhekoulukerralle.

Perhekoulussa käsitellään ylivilkkautta. Mistä se johtuu? Voiko sitä hoitaa? Kotitehtävänä on järjestää lapsensa kanssa yhteistä toimintaa 20–30 minuuttia. (Sandberg ym. 2008, 8, 21.) Lapsen käyttäytymisen ymmärtämiseen paneudutaan yhtenä teemoista. Teemassa käsitellään lapsen huomion hakemista, tilanteiden hallintaa, lapsen heikkoa itsetuntoa ja leikkimistä. Kun vanhempi ymmärtää, mistä lapsen huono käytös johtuu, hän voi saada selville, miten lasta voi auttaa. Kotitehtävänä on leikkiä lapsen kanssa päivittäin 10–30 minuutin ajan. (Sandberg ym. 2008, 22.)

Vuorovaikutukseen lapsen kanssa syvennyttään yhdellä kertaa. Vuorovaikutuksen perustaitojen ja käskyjen käsittely johtavat teeman ytimeen. Kuunteleminen, katsekontakti, kehonkieli ja tunneilmaisu ovat olennainen osa vuorovaikutusta lapsen kanssa. Keskittymällä kuuntelemaan on mahdollisuus yrittää ymmärtää kuulemaansa ja sanojen takana olevia tunteita. Katsekontaktin avulla sanottavan vaikuttavuus lisääntyy. Ohje menee todennäköisemmin perille, kun sen antaa lapsen lähellä katsekontaktin kanssa kuin, että sen huutaa toisesta päästä huonetta. Käskyillä on tärkeä osa lapsen käyttäytymisen hallinnassa. Selkeiden käskyjen avulla lasta autetaan tietämään, mitä häneltä odotetaan. Kotitehtävänä

on harjoitella selkeiden, suorien ja tarkasti suunnattujen käskyjen antamista. (Sandberg ym. 2008, 35–37.)

Teemaa myönteisen käyttäytymisen vahvistaminen käsitellään kehumisen ja tunnustuksen antamisen, lapsen itseluottamuksen rakentamisen ja muiden ihmisten kanssa toimeentulon kautta. Teema johdattaa vanhemman oman itseluottamuksen rakentamiseen, itsekontrollin ja itsestä huolehtimisen sekä veljes- ja sisarsuhteiden käsittelyyn. Myönteisen käyttäytymisen vahvistamisessa lasta palkitaan ja hänelle annetaan tunnustusta oikeanlaisesta käytöksestä. Myönteistä käyttäytymistä vahvistamalla lapsi todennäköisesti alkaa toistaa käytöstä, josta häntä kehuu. Palautteen anto jo yrityksestä on tärkeää lapselle. Kotitehtävänä on kiinnittää huomiota lapsen myönteiseen käyttäytymiseen ja muistaa kehua lasta. (Sandberg ym. 2008, 49.)

Palkintojen käytöstä keskusteltaessa käydään läpi yllätyspalkintoja, etukäteen suunniteltuja palkintoja sekä tarrakortin käyttöä. Lapsessa haluttujen muutosten suhteen tulee olla realistinen. Liian suuria muutoksia ei kannata yrittää saada aikaan yhdellä kertaa. Rohkaistaessa lasta myönteiseen käytökseen palkitseminen on tärkeä tekniikka. Palkinnon täytyy olla jotain konkreettista esimerkiksi tarrojen keräämistä tarrakorttiin, erityisiin harrastuksiin pääsemistä tai erikoislahjoja esimerkiksi leluja tai rahaa. Palkintoja voidaan käyttää opeteltaessa uusia asioita tai pyrittäessä hallitsemaan ongelmallista käytöstä. Kotitehtävänä on laatia yhdessä lapsen kanssa tarrakortti. Tarrakortit ovat yksi aineellisen palkinnon muoto. Niillä kannustetaan lasta käyttäytymään oikein. Lapsi saa tarran korttiinsa, kun hän on käyttäytynyt toivotulla tavalla. Aikuinen päättää aina, saako lapsi tarran käyttäytymisestään vai ei. Tarroja voidaan kerätä esimerkiksi ruokailuun tai pukemiseen liittyen, kuten pysyn tuolillani ruokapöydässä tai puen itse aamulla. (Sandberg ym. 2008, 67, 70–71, 74.)

Teema rajojen asettaminen ja valintojen käyttö johdattaa käsittelemään rajoja sekä valintojen tekemistä ja niiden seurauksia. Aikuinen päättää millaisia rajoja asettaa ja mitä sääntöjä kodissa noudatetaan. Rajoilla pyritään vaikuttamaan lapsen käytökseen ja tapaan toimia. Valintojen käyttö voi olla apuna lapsella ongelmien ratkaisuisissa. Vanhempi voi tarjota vaihtoehtoja, joiden avulla päätök-

sen teko helpottuu. Esimerkiksi sadevaatteiden käytöstä keskusteltaessa vanhempi voi kertoa, että jos lapsi menee ilman sadevaatteita ulos, hänen vaatteensa kastuvat ja hänen on iltapäivällä leikittävä sitten sisällä. Jos lapsi kuitenkin menee ilman sadevaatteita ulos, hän joutuu kohtaamaan valintansa seurauksen iltapäivällä halutessaan ulos. Hän ei voi mennä ulos, koska vaatteet ovat märkänä. Kotitehtävänä on auttaa lasta tekemään toimintaansa koskevia valintoja ja antaa hänen kohdata valintojensa seuraukset. (Sandberg ym. 2008, 75, 78–79, 82.)

Jäähyn käyttöä käsiteltäessä käydään läpi jäähyn toteutusta ja sitä, miten toimia, jos lapsi kiukuttelee. Lapsen häiritsevälle käyttäytymiselle on useita syitä. Lapsi voi esimerkiksi haluta huomiota, tuntea itsensä riittämättömäksi tai haluta hallita tilannetta. Kun lapsi käyttäytyy huonosti, on rangaistus joskus paikallaan. Jäähy on tehokas tapa vähentää lapsen häiriökäyttäytymistä, koska sillä voidaan katkaista lapsen ei-toivottu käytös. Lasta estetään saamasta huonolla käytöksellä lisää huomiota. Jäähy antaa sekä vanhemmalle että lapselle aikaa rauhoittua. Kotitehtävänä on päättää millaiseen käytökseen soveltaa jäähyä ja kuinka sitä aikoo toteuttaa. Lapselle selitetään mistä jäähyssä on kyse. (Sandberg ym. 2008, 83, 90.)

Kodin ulkopuoliset tilanteet teemaa käsiteltäessä käydään läpi missä lapsi käyttäytyy sopimattomasti, mistä huono käytös johtuu, kuinka suhtautua häiritsevään käyttäytymiseen ja säilyttää rauhallisuus. Vanhemman esimerkki, kuinka erilaisissa tilanteissa käyttäytyään, on tärkeää. Kodin ulkopuolisissa tilanteissa vanhemman on hyvä ennakoida häiritsevän käyttäytymisen mahdollisuus. Kotitehtävänä on ajatella jotakin julkista tilannetta, joka on aikaisemmin tuottanut vaikeuksia. Tehtävänä on tehdä suunnitelma, miten hallita lapsen käytös vastaavanlaisessa tilanteessa ja harjoitella sitä lapsen kanssa muutaman kerran. (Sandberg ym. 2008, 91.)

Tulevaisuutta ja sitä, miten hallita tulevia käyttäytymisongelmia käsitellään tarkkaavuuden, keskittymisen ja impulsiivisuuden sekä ongelmanratkaisun ja ihmisuhteiden kautta. Lapsen kasvaessa kodin sääntöjä on tarpeen tarkistaa ja muuttaa niitä tarvittaessa. Aikuinen näyttää esimerkkiä miten käyttäytyä erilai-

sisä tilanteissa. Kotitehtävänä on jatkaa yhteisiä toiminta- ja leikkihetkiä lapsen kanssa sekä miettiä, mitä haluaa vielä harjoitella ja tehdä siitä oma tehtävä. (Sandberg ym. 2008, 99.) Viimeisellä kerralla palataan aikaisemmillä kerroilla käsiteltyihin asioihin ja nostetaan sieltä olennaisimmat vielä tarkasteluun. Jokainen vanhempi on saanut arkeen uusia keinoja auttaa lasta hänen käytösongelmissaan. Vanhemman on tärkeää muistaa huolehtia itsestään. (Sandberg ym. 2008, 109.)

4.4 Perhekouluun osallistuminen ja omat kokemukset

Osallistuin keväällä 2009 Järvenpäässä järjestettyyn perhekouluun toimimalla lasten ryhmässä ohjaajana ja havainnoijana. Osallistumalla perhekoulun toimintaan sain konkreettisen kuvan perhekoulusta ja minulla oli mahdollisuus ymmärtää sen toimintatapoja ja siihen osallistuneita perheitä ja ammattilaisia paremmin. Kymmenen perhekoulukerran aikana pääsin näkemään jokaisen lapsen todellisen käyttäytymisen ja kehittymisen perhekoulun aikana. Näin alkutilanteen, kun lapset tulivat perhekouluun ja pääsin seuraamaan lasten matkan perhekoulun loppuun saakka. Se auttoi minua ymmärtämään vanhempia ja heidän vastauksiaan kyselylomakkeessa.

Lasten ryhmässä toimimisen kautta teoriasta nostetut asiat saivat uuden merkityksen. Lapset kohdattuani ymmärsin miksi katsekontaktin merkitystä korostettiin teoriaa läpikäydessä niin paljon. Sen vuoksi, että katsekontaktin saaminen oli niin vaikeaa perhekouluun osallistuneiden lasten kohdalla. Kun lapsi ei katso aikuista, joka puhuu hänelle, ei ole myöskään takuuta, että lapsi kuuntelee häntä. Teoriassa käytiin läpi myös lapsen huomiotta jättämistä. Kun lapsi jäi ilman huomiota toimiessaan lasten ryhmässä ei-toivotulla tavalla, hän useimmiten muutti käytöstään.

Lapsia ohjatessani kohtasin myös jäähyhetken. Jäähyllä lapsen kanssa ollessani havaitsin sen toimivuuden ja rauhoittavan vaikutuksen. Lapsi sai tilan ja ajan rauhoittua ja lopettaa ei-toivotun käytöksen. Jälleen kerran teorian toimivuus käytännössä varmistui. Uskon, että vanhempien ja ammattilaisten on hel-

pompi toimia johdonmukaisina kasvattajina, kun he näkevät toimintansa positiivisen vaikutuksen.

Leikkiminen toisen lapsen kanssa osoittautui haasteelliseksi perhekouluun osallistuneille lapsille. Aikuisen tarjoaman tuen, tilanteen ja tunteiden sanoittamisen sekä annetun käyttäytymismallin avulla lapset saivat onnistumisen kokemuksia ja eväitä yhteisleikkiin. Lapsen ohjaaja ikään kuin silotteli tien lasten yhteisleikille ja oli rinnalla tietä kulkemassa. Hyvän huomiointi, kannustus, kosketus ja katsekontakti rohkaisivat lapsia leikkimään toisen lapsen kanssa. Aluksi ohjaajat olivat leikissä suuremmassa roolissa ohjaten leikkiä tarpeen vaatiessa. Myöhemmin yhteisleikin sujussa paremmin ohjaajalla oli mahdollisuus jättäytyä sivummalle. Lasten kanssa toimivien, niin vanhempien kuin ammattihenkilöstön, on hyvä pitää mielessä, että lapsi tarvitsee aikuisen tukea ja ohjausta monissa asioissa.

Perhekoulun aikana ymmärryksenä vanhempia ja ammattilaisia kohtaan kasvoi. On ymmärrettävää, että vanhemmat hukkaavat toimivat käytännöt ja tavat arjen hulinassa, jossa ylivilkas lapsi koettelee jatkuvasti. Samaa voivat kokea myös ammattilaiset esimerkiksi päiväkodissa, kun ryhmässä on yksi tai useampi ylivilkas lapsi, joka tarvitsee erityistä huomiota ja hallinnan taitoa.

5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

5.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymykset

Tutkimuksen tarkoituksena oli hankkia tietoa perheiden kokemuksista Järvenpään Perhekoulusta. Perheiden kokemuksia käytetään jatkosuunnittelun tueksi perhekoulun kehittämiseen. Tutkimuskysymys on:

Millaisia kokemuksia vanhemmilla on perhekoulusta?

Sen alakysymykset ovat:

- *Miten arki on muuttunut perhekoulun jälkeen?*
- *Millaisia toimintamalleja perheen arjessa käytetään?*
- *Miten lapsi ja lapsen ja vanhemman välinen suhde ovat muuttuneet?*

5.2 Tutkimusmenetelmä

Opinnäytetyöni tutkimus on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus. Laadullinen tutkimus on prosessi. Tutkimusprosessin aikana aineistoon liittyvät näkökulmat ja tulkinnat kehittyvät, koska laadullisessa tutkimuksessa aineiston keruun väline on inhimillinen eli tutkija itse. Kyse on tutkimustoiminnan ymmärtämisestä myös eräänlaisena oppimistilanteena. Laadullista tutkimusta luonnehditaan jatkuvaksi päätöksentekotilanteeksi, jossa tutkimusongelma täsmentyy tutkimusta tehdessä. (Kiviniemi 2007, 70–71.) Niin kävi myös tässä opinnäytetyössä. Sillä tutkimuskysymykseni jatkoivat muotoutumistaan vielä aineiston käsittelyn aikana. Merkityksellistä on löytää tutkimuksen edetessä ne johtavat ideat, joihin nojaten tutkimuksellisia päätöksiä tehdään. (Kiviniemi 2007, 73.)

Kentältä kerättävän aineiston merkitys teoreettisen tarkastelun jäsentäjänä korostuu laadullisessa tutkimuksessa. Käytännön kentältä nousevien näkökulmien suhdetta tutkimusta käsitteellistäviin teoreettisiin näkökulmiin voidaan pitää vuorovaikutteisena. Kentältä nousevat näkökulmat tuovat uusia käsitteellistyksiä ja uutta teoriaa tarkasteltavana olevasta ilmiöstä tutkijan oman kiinnostuksen ja tutkimusta ohjaavien johtoajatusten ja teoreettisten olettamusten rinnalle. (Kiviniemi 2007, 74.) Tässäkin tutkimuksessa uusia näkökulmia teorian tarkasteluun löytyi aineiston käsittelyn yhteydessä.

Laadullisella tutkimusmenetelmällä tehdyssä tutkimuksessa tarkastellaan sosiaalista, ihmisten välistä maailmaa. Siinä ilmenee ihmisestä lähtöisin olevia ja ihmiseen päätyviä tapahtumia, kuten toimintaa, ajatuksia ja asetettuja päämääriä. Tutkimuksen tavoitteena on selvittää ihmisten omia kokemuksia ja kuvauksia koetusta todellisuudesta. (Vilkkä 2005, 97.)

Laadullisella tutkimusmenetelmällä tehtävässä tutkimuksessa tutkijan tulee täsmentää, tutkitaanko kokemuksiin vai käsityksiin liittyviä merkityksiä, sillä käsitysten ja vastaavien kokemusten välillä ei aina löydy yhteyttä. (Vilkkä 2005, 97.) Tässä tutkimuksessa tutkitaan perhekouluun osallistuneiden perheiden kokemuksia. Tutkittavien kokemukset ovat aina omakohtaisia, eivätkä ne tule koskaan täysin ymmärretyiksi (Vilkkä 2005, 97–98).

Laadullinen tutkimus sisältää monia erilaisia lähestymistapoja, perinteitä sekä aineistonkeruu- ja analyysimenetelmiä. Siinä voidaan käyttää rinnakkain eri menetelmiä. Se, mitä menetelmiä milloinkin valitaan, riippuu tutkimustehtävistä ja -ongelmista. Aineistolähtöisyys luonnehtii laadullista tutkimusta, mutta se ei ole pelkästään sitä. Siinä on usein mukana myös määrällisiä elementtejä. Laadullinen tutkimus rakentuu aiemmista tutkittavasta aiheesta tehdyistä tutkimuksista sekä muotoilluista teorioista, empiirisistä aineistoista, jotka ovat osaksi tekstimuotoisia tai sellaiseksi muutettuja aineistoja sekä tutkijan omasta ajattelusta ja päättelystä. Laadullista tutkimusta luonnehtivat pienet aineistokoot, tutkittavien näkökulmien huomioiminen sekä aineistolähtöisyys. Laadullisessa tutkimuksessa tutkitaan elämismailmaa. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 4–6.) Laadullisen tutkimuksen yleisimpiä aineistonkeruumenetelmiä ovat

muun muassa kysely, haastattelu, kirjeet ja havainnointi. (Tuomi & Sarajärvi 2006, 73.) Käytin itse tässä opinnäytetyössä kyselyä. Laadullinen aineisto on yksinkertaisuudessaan aineisto, joka on ilmaisultaan tekstiä. Osallistuvuus ja tutkittavien näkökulma on keskeistä laadullisissa tutkimuksissa. Myös tutkijan omilla havainnoilla on tärkeä merkitys. (Eskola & Suoranta 1998, 15–16, Järvenpää 2006.) Tässä laadullisessa tutkimuksessa kuvattu tapahtuma on perhekoulu.

5.3 Tutkimusaineistonkeruu

Tutkimuksen kohderyhmänä on Järvenpään Perhekouluun keväällä 2009 osallistuneet perheet. Laadin kyselylomakkeen yhteistyössä perhekoulun vetäjien ja opinnäytetyöryhmän kanssa. Sain opinnäytetyölle tutkimusluvan varhaiskasvatuksen johtajalta Mirja Varikselta syyskuun alussa 2009.

Valitsin aineistonkeruumenetelmäksi kyselyn. Kyselylomaketutkimuksessa tutkija ei vaikuta läsnäolollaan tai olemuksellaan tutkittavaan tai hänen vastauksiinsa. Tutkimusaineiston kerääminen kyselylomakkeella parantaa myös tutkimuksen luotettavuutta, koska jokaiselle vastaajalle esitetään kysymykset täysin samassa muodossa. (Valli 2001, 101.) Kyselyllä on tarkoitus saada tietää, mitä ihminen ajattelee ja miksi hän toimii niin kuin toimii. Kysely määrittellään menettelytavaksi, jossa tiedonantaja täyttää kyselylomakkeen valvotussa tilanteessa tai kotonaan. Oletuksena on, että vastaaja kykenee, osaa ja haluaa ilmaista itseään kirjallisesti haluamallaan tavalla. (Tuomi & Sarajärvi 2006, 74–75.) Huonona puolena kyselylomaketutkimuksessa pidetään väärinymmärtämisen mahdollisuutta (Valli 2001, 101). Otin sen kuitenkin huomioon kyselylomaketta tehdessäni lisäämällä siihen yhteystietoni ja kehottamalla vastaajia ottamaan yhteyttä, jos heillä on jotain kysyttävää. Tutkimuskysymys ja sen alakysymykset on kohdennettu kyselylomakkeella kerättyyn tietoon.

Puolistrukturoitu kysely (liite 2) lähetettiin perhekouluun osallistuneille perheille syksyllä 2009. Kyselylomake on liitteenä. Jokaiseen perheeseen lähetettiin molemmille vanhemmille oma kappaleensa. Kyselylomakkeita palautettiin täytettyi-

nä takaisin seitsemän kappaletta. Kaikki perheet vastasivat kyselyyn ja kahdesta perheestä lomakkeen palauttivat täytettynä molemmat vanhemmat.

Kyselylomakkeessa oli kahdeksan avointa kysymystä. Niissä selvitettiin arjen sujumista perhekoulun jälkeen, käytössä olevia perhekoulusta opittuja toimintakäytäntöjä, perhekoulun vaikutuksia vanhemmuuteen ja suhteeseen lapsen ja vanhemman välillä, käyttäytymisen muutoksia lapsessa ja vanhemmissa. Päädyin laittamaan kyselyyn pääasiassa avoimia kysymyksiä, jotta vanhemmat saivat vastata niihin niin, kuin asiat heillä ovat. Koen, että suljettujen kysymysten vaarana olisi se, että jokin oleellinen asia saattaisi jäädä huomioimatta. Valitsin kysymykset sillä perusteella, että perhekoululla on pyrkimys saada arkea sujuvammaksi. Perhekoulussa käydään läpi uusia toimintamenetelmiä, joilla arki voi helpottua. Kun arki helpottuu, eikä ole vain taistelua päivästä toiseen, on vanhemman ja lapsen suhdekin oletettavasti toisenlainen.

Päädyin laittamaan kyselyyn muutaman suljetun kysymyksen, joilla kartoitin sitä, kuinka paljon perhekoulu on auttanut vanhempia omassa vanhemmuudessaan. Koen, että lapsilta kysyminen oli helpointa suljetuilla kysymyksillä. Heiltä kysyttiin vaihtoehtokysymyksellä millaista perhekouluun lähteminen oli ja hymynaamojen avulla selvitettiin lapsen mielipidettä perhekoulusta. Kaikissa kolmessa suljetussa kysymyksessä oli mahdollisuus myös kommenttien kirjoittamiseen.

5.3 Aineiston analysointi

Laadullisen tutkimuksen aineiston analyysilla luodaan aineistoon selkeyttä ja tuotetaan siten uutta tietoa tutkittavasta asiasta. Analyysilla pyritään tiivistämään aineisto kadottamatta sen sisältöä. Käytin opinnäytetyön kyselyaineiston analysointimenetelmänä teemoittelua. Siinä aineistosta nostetaan esiin tutkimusongelmaa selventäviä teemoja. Tällöin tiettyjen teemojen esiintymistä ja ilmenemistä aineistossa voidaan vertailla. Aineistosta pyritään löytämään keskeiset aiheet, joista erotellaan tutkimusongelmien kannalta olennaisimmat. Teemat, eli keskeiset aiheet, muodostetaan aineistolähtöisesti etsimällä teksti-

massasta sen eri vastauksia yhdistäviä tai erottavia seikkoja. Aineistoa järjestellessä teemojen mukaan, kunkin teeman alle kootaan kustakin haastattelusta ne kohdat, joissa puhutaan kyseisestä teemasta. Järjestelyn voi tehdä käsin leikkaamalla tulostetusta aineistosta kaikki tiettyyn teemaan liittyvät kohdat ja järjestelemällä ne omiksi kokonaisuuksikseen. Teemojen käsittelyn yhteydessä tutkimusraportissa esitetään yleensä näytepaloja eli sitaatteja. Aineistosta lainatut kohdat antavat havainnollistavia esimerkkejä ja todistavat lukijalle, että tutkijalla on todella ollut aineisto, johon analyysi pohjautuu ja että aineisto on antanut johtolankoja juuri kyseisten teemojen muodostamiseen. Sitaattien käytössä tulee kuitenkin olla kriittinen ja raporttia kirjoittaessa miettiä, mikä kunkin sitaatin tehtävä on ja onko se tarpeellinen juuri kyseisessä kohdassa. Sitaatteja käytettäessä tulee pohtia esitetäänkö niiden yhteydessä vastaajien taustatietoja vai jätetäänkö ne pois. (Eskola & Suoranta 1998, 137, 174–179., Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 104–105.) Käytän vastaajista juoksevaa numerointia, joilla eri vastaajien vastaukset sitaateissa ovat erotettavissa.

Aloitin aineiston eli kyselylomakkeiden vastausten käsittelyn litteroimalla ne tietokoneen kirjoitusohjelmalla. Aineisto kirjoitetaan usein tekstinkäsittelyohjelmalla sen hallitsemista ja analysoimista helpottavaan muotoon (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 77). Minulla oli vanhemmille lähetetty kyselylomake avoimena tietokoneella ja paperiversiot vanhempien vastauksista. Kirjoitin kunkin kysymyksen alle kaikkien vanhempien vastaukset. Näin pystyin näkemään kaikkien vastaukset samanaikaisesti. Vastauksia lukiessani muodostin teemat, jotka kirjoitin papereille ja aloin leikata vastauksia irti toisistaan. Leikkasin vastaukset kysymys kerrallaan ja järjestin niitä samalla teemojen alle. Järjestettyäni kaikki vastaukset teemojen alle, oli selvästi nähtävissä, että osa asioista toistui. Teemoiteltuani kaikki vastaukset siirryin takaisin tietokoneen ääreen. Kirjoitin kirjoitusohjelmaan teemoitteluni tulokset. Näin vastauksia oli mahdollisuus käsitellä helpommin. Taulukossa 1 on esitelty muodostuneet teemat.

TAULUKKO 1. Kyselylomakkeiden sisällön teemoittelu

TEEMAT	TEEMOJA KONKRETISOIVIA KUVAAUKSIA
UUDET JA MUUTTUNEET TOIMINTAMALLIT PERHEIDEN ARJESSA	<ul style="list-style-type: none"> -rutiinit -vaihtoehdot ja valinnat -ennakointi -tarrataulukko -kuunteleminen ja keskusteleminen -lapsen ottaminen mukaan arkipuuhiin
MUUTOKSET VANHEMPIEN JA LAPSEN VÄLISESSÄ SUHTEESSA	<p>VANHEMMAT</p> <ul style="list-style-type: none"> -parempia vanhempia -ymmärtäväisempiä -lisää itsevarmuutta ja -luottamusta -kärsivällisempiä -kannustavampia -vähemmän huomiota negatiiviseen -positiivisten asioiden painottaminen -rauhallisempia -varmempia -auravaisempia -enemmän voimavaroja -vähemmän syyttelyä -enemmän huomiota asioiden ilmaisuun -kuuntelee paremmin -pidempi pinna -oman lapsensa asiantuntija <p>LAPSET</p> <ul style="list-style-type: none"> -rauhallisempi -keskustelee enemmän -itsevarmempi -käyttäytyy paremmin -luottavaisempi -avoimempi -selittää enemmän -sanoittaa tunteitaan enemmän -tiedostaa, ettei tahtoaan aina saa läpi
PERHEKOULUN MERKITYS	<ul style="list-style-type: none"> -aikuisen toimintatapojen muutos -vertaistuki

6 TUTKIMUSTULOKSET

6.1 Uudet ja muuttuneet toimintamallit perheiden arjessa

Perheet kertoivat, miten perhekoulun opit näkyvät heillä arjessa tällä hetkellä, kun perhekoulusta oli kulunut noin neljä kuukautta. Perheet kertoivat arjen olevan rauhallisempaa, miellyttävämpää ja sujuvan nykyään melko hyvin. Perhekoulu oli helpottanut lasten kanssa toimimista ja kommunikointia. Perheen ilma-
piiriä kuvailtiin positiiviseksi ja rauhallisemmaksi. Asioita oli opittu tekemään eri tavalla ja toimivammin. Rutiinit onnistuivat perheissä ilman väittelyä ja asiat sujuivat kuin luonnostaan. Yksi perhe koki, ettei käytäntöjä ja toimintatapoja tarvitse enää jatkuvasti miettiä.

Arki on rauhallisempaa ja miellyttävämpää. Kaikki rutiinit sujuvat ilman väittelyä (lähes aina) (Vastaaaja 1)

Arki sujuu nykyisin melko hyvin. En koe, että tarvitsisi miettiä käytäntöjä, toimintatapoja jatkuvasti. Asiat sujuvat kuin luonnostaan... (Vastaaaja 1)

Perheet kertoivat perhekoulusta opituista toimintamalleista, jotka heillä on käytössä. Perhekoulun kuvailtiin tuoneen pieniä niksejä arkeen. Perheissä käytössä olevia toimintamalleja olivat rutiinit, vaihtoehdot ja valinnat, ennakointi, tarrataulukko, kuunteleminen ja keskusteleminen sekä lapsen arkipuuhin mukaan ottaminen.

Monet perhekoulun opit ovat edelleen käytössä, yksi tai muutama kerrallaan. (Vastaaaja 6)

Perheet kokivat rutiinien helpottaneen arkea ja muuttaneen sitä sujuvammaksi. Vastauksissa nousi esiin ilta- ja aamurutiinit ja eriteltyinä rutiinit vaatteiden pukemisessa, ruokailussa ja nukkumaan menossa. Yksi perhe mainitsi, että päivät sujuvat hyvin, jos arkirutiineissa ei ole paljon muutoksia. Perheissä oli opittu keinoja, joilla lasta saa ohjattua. Lapsen mukaan ottaminen esimerkiksi arkipuuhin koettiin helpottavan arkielämää.

Isoimpana ”oppina” arkeen on tullut lapsen kuunteleminen ja lapsen mukaan ottaminen esim. arkipuuhiin. (Vastaaja 4)

Sujuvimpina rutiineina vaatteiden pukeminen, ruokailut, nukkumaan meno (Vastaaja 2)

Vaihtoehtojen ja valinnan käyttö nousi esiin vastauksista yhtenä arjessa mukana olevista toimintatavoista. Esimerkiksi vanhemmat voivat antaa lapselleen kaksi vaihtoehtoa: huivi ja hattu, joista lapsi voi itse valita kumman haluaa laittaa päähänsä. Tarrataulukon käyttö oli tuonut arjessa helpotusta ruokailun sujumiseen ja omien jälkien siistimiseen.

Valinta esim. vaatteet (antaa muutaman vaihtoehdon) (Vastaaja 7)

Tarrankeräyssysteemi toiminut hyvin... (Vastaaja 6)

Ennakoinnin kuvattiin tuovan perheiden arkeen sujuvuutta. Perheet pitivät ennakointia tehokkaana perhekoulun oppina. He kertoivat ennakoinnin auttavan, jos arkirutiineihin on tullut muutoksia. Toimintojen ennakointia edellytetään vanhemmilta.

Ennakointi, jos muutoksia arkirutiineihin on tullut (auttaa). (Vastaaja 7)

Ennakoidaan enemmän toimintoja (Vastaaja 2)

Perheet kertoivat pyrkivänsä kieltojen käyttöä vähentämällä siirtymään kohti selittävämpää kasvatusta. Vanhempien turha puhuminen, komentelu, nalkutus oli vähentynyt ja rauhoittanut omaa ja lasten oloa. Vanhempien puhetyyli oli muuttunut. Älä-sanat ja isi-päätteiset sanat oli pyritty jättämään pois. Isoimpana oppina arjessa yksi perhe koki olevan lapsen kuunteleminen.

”Turha puhuminen, komentelu, nalkutus” (vanhempien puolelta) on vähentynyt (Vastaaja 6)

Mietin tarkemmin miten asian ilmaisen. (Vastaaja 5)

Helpottanut...kommunikoinnissa heidän kanssa (Vastaaja 2)

6.2 Muutokset lapsen ja vanhempien välisessä suhteessa

Perhekoulu oli tuonut muutoksia vanhempien ja lapsen väliseen suhteeseen. Muutokset olivat olleet positiivisia ja rakentavia.

Lähentänyt suhdetta... (Vastaja 2)

Antoi paljon keinoja parempaan yhteispeliin lapsen ja perheen kesken. (Vastaja 1)

Vanhemmat kokivat olevansa perhekoulun jälkeen parempia ja ymmärtäväisempiä vanhempia. Heillä oli enemmän itsevarmuutta, ja luottamusta itseensä oli saatu myös lapselta enemmän. He olivat kärsivällisempiä ja kannustavampia lasta kohtaan.

Tunne olevani parempi ja ymmärtäväisempi vanhempi nyt kun ymmärrän paremmin syyt lapseni käyttäytymiseen. (Vastaja 4)

Ymmärrän enemmän (Vastaja 3)

...opettanut ymmärtämään lapsen tarpeita. (Vastaja 2)

Tunnen olevani varmempi ja rauhallisempi ja osaan näyttää positiiviset tunteet lapsille helpommin. (Vastaja 6)

Tuonut itsevarmuutta arjen eteenpäin viemiseen. (Vastaja 1)

Vanhemmat osasivat jättää negatiiviset asiat vähemmälle huomiolle ja painottaa positiivisia. He tukivat lasta enemmän. Vanhemmat kokivat olevansa rauhallisempia, varmempia ja osaavansa näyttää positiiviset tunteensa lapselle helpommin. He nauroivat enemmän. He olivat löytäneet voimavaroja yliviikkiaan lapsen rakastamiseen ja hoivaamiseen, ja voimavarat olivat lisääntyneet. Vanhemmat olivat vähentäneet syyttelyä eivätkä he enää suuttuneet lapselle, jos tämä toimi väärin. He miettivät tarkemmin, miten asiat ilmaisevat ja mitä voisi tehdä toisin.

Osaan jättää negatiiviset asiat vähemmälle huomiolle ja painottaa positiivisia. (Vastaja 6)

Tuki lapselle, kasvanut. (Vastaja 7)

Tullut ”varmaan” paremmaksi vanhemmaksi, ei heti suutu lapselle että miksi teit noin. (Vastaaja 7)

Vanhemmat kuuntelivat lasta paremmin. Yksi perhe kertoi tunteesta kuin vanhemmat ja lapsi ymmärtäisivät enemmän. Perhekoulu oli opettanut näkemään ja tavallaan ”pelaamaan” lapsen mielen kanssa sekä pidentänyt pinnaa.

Pidentänyt pinnaa sekä opettanut näkemään ja tavallaan ”pelaamaan” lapsen mielen kanssa (Vastaaja 3)

Vanhemmat kokivat, että he tietävät, mikä on parasta heidän lapselleen. He ymmärsivät lasta, lapsen käyttäytymistä ja tarpeita paremmin. Perhekoulu oli lähentänyt ja syventänyt suhdetta vanhemman ja lapsen välillä. Suhteen vanhemman ja lapsen välillä koettiin voivan paremmin.

Suhde voi paremmin... (Vastaaja 4)

Pk:ssa käsitellyt asiat auttoivat näkemään miten asioita kannattaa hoitaa eri lasten kanssa kun oli itsellä vielä semmoinen käsitys että samaa puuta kaikki (Vastaaja 3)

Perhekoulu oli tuonut muutoksia lapseen ja hänen käyttäytymiseensä. Lapsi oli rauhallisempi, hän suhtautui asioihin rauhallisemmin ja malttia oli enemmän.

Lapsi on luottavaisempi ja avoimempi. (Vastaaja 2)

Hän on rauhallisempi (Vastaaja 4)

Lapsi on rauhallisempi ja selittää enemmän. (Vastaaja 3)

Malttia ja rauhallisuutta on tullut lisää (Vastaaja 2)

Perheet kertoivat lapsen suhteen vanhempiin parantuneen. Lapset kokivat tulevansa paremmin kuulluksi ja ohjatuksi elämään. Lapsi käytti enemmän selittävää kertomusta ja keskustelua lapsen ja vanhemman välillä oli enemmän.

Suhde on parantunut. Lapsi, lapset kokevat tulevansa paremmin kuulluksi ja ohjatuksi elämään. (Vastaaja 1)

Tunteiden sanoittaminen oli lisääntynyt. Lapsen itsevarmuus oli parantunut, ja sitä kautta asiat sujuivat kivuttomammin päivittäin. Lapsi käyttäytyi toivotulla tavalla, totteli ja toimi niin kuin kehoitetaan. Lapsi tiesi, ettei aina saa tahtoaan läpi eikä voi tehdä mitä haluaa. Asioista oli helpompi sopia. Lapsi oli luottavampi ja avoimempi.

Lapsen itsevarmuus on parantunut. Sitä kautta asiat sujuvat kitkattomammin päivittäin. (Vastaja 1)

Asioista on helpompi sopia. Lapsi suhtautuu rauhallisemmin. Tunteiden sanottaminen on lisääntynyt. (Vastaja 6)

6.3 Perhekoulun merkitys

Perheet pitivät perhekoulua hyvänä kokemuksena. He suosittelisivat sitä ehdottomasti muillekin, koska perhekoulusta saa avaimia solmutilanteisiin ja kuulee ammattilaisten näkökulmia erilaisiin tilanteisiin.

Kokonaisuutena hyvä kokemus. (Vastaja 1)

Auttaa toimimaan lapsen sekä muun perheen kanssa paremmin. (Vastaja 7)

Olen saanut tarvitsemaani tukea. (Vastaja 6)

Perhekoulun oppeja pidettiin erittäin hyvinä, yksinkertaisina ja kaikkien kokeiltavissa olevina. Perhekoulun tulisi olla kaikille mahdollinen, koska opitut asiat hyödyttäisivät ketä tahansa.

Antanut käytännön opastusta asioihin joita ei aina tule heti ajatella. (Vastaja 7)

Perhekoulun tulisi olla kaikille mahdollinen. Opitut asiat hyödyttäisivät ketä tahansa. Asiat ovat loppujen lopuksi yksinkertaisia, mutta niin helppo kadottaa jokapäiväisessä elämässä. (Vastaja 1)

Perheet kertoivat perhekoulun aukaisseen silmät sille tosiasialle, että pitkälti lapsen ongelmat kumpuavat aikuisten käyttäytymisestä ja toimintatavoista.

Vanhemmat olivat saaneet työkaluja arjen ja ongelmatilanteiden hallitsemiseen. Perhekoulu oli antanut paljon keinoja parempaan yhteispeliin lapsen ja perheen kesken. Vanhemmat saivat käytännön opastusta asioihin, joita ei aina tule heti ajatelleeksi, esimerkiksi lapsen juostessa karkuun on turha huutaa ”älä juokse” vaan kannattaa huutaa ”pysähdy”, sillä selkeät käskyt toimivat parhaiten. Perhekoulun oppeja pidettiin loppujen lopuksi yksinkertaisina, mutta niin helposti jokapäiväisessä elämässä kadotettavina.

Ymmärrän paremmin oman käytökseni/sanomisienei seurauksien vaikutuksia lapseeni (Vastaja 4)

...lapsen ongelmat kumpuavatkin meidän aikuisten käyttäytymisestä ja toimintatavoistamme. (Vastaja 4)

Perhekoulun koettiin kasvattavan lasta ja aikuista tulevaisuutta varten. Sen uskottiin auttaneen jaksamaan paremmin.

Se kasvattaa niin lasta kuin aikuista tulevaisuutta varten. (Vastaja 2)

Sieltä oli saanut neuvoja kuinka toimia, kun perheessä on yksi lapsi, joka tarvitsee enemmän huomiota, niin ettei tämän lapsen ohjailu olisi muilta pois. Perhekoulu oli auttanut vanhempia toimimaan lapsen ja muun perheen kanssa paremmin.

Jos perheessä on yksi joka tarvitsee enemmän huomiota niin sen lapsen ohjailu ilman että se olisi muilta pois (Vastaja 3)

Perhekoulu oli tarjonnut vertaistukea vanhemmille. Vanhemmat olivat kokeneet saaneensa muiden vanhempien ja ohjaajien kanssa juttelemisestä todella hyviä neuvoja. Yhteisissä keskusteluissa muiden kanssa vanhemmat kertoivat ymmärtäneensä, etteivät he ole asian kanssa yksin. Asioista, jotka olivat vaivanneet vanhempia, oli voinut keskustella muiden kanssa. Vanhemmat kokivat, että niin hyvien kuin vaikeidenkin asioiden jakaminen toisten kanssa oli todella hyödyllistä ja mukavaa.

...vertaistuki on tärkeää (Vastaja 4)

Muiden vanhempien kanssa juttelemisesta ja ohjaajien on saanu todella hyviä neuvoja. (Vastaja 2)

Yhteisistä keskusteluista muiden kanssa, asiassa ei ole yksin (Vastaja 5)

Todella hyödyllistä ja mukavaa päästä jakamaan niin hyviä kuin vaikeitakin asioita muiden kanssa. (Vastaja 6)

7 POHDINTA

7.1 Tulosten pohdinta ja johtopäätökset

Tutkimuksessa kävi ilmi, että perheillä oli hyviä kokemuksia perhekoulusta. He suosittelisivat sitä ehdottomasti muillekin, koska perhekoulu antaa avaimia solmutilanteisiin ja siellä kuulee ammattilaisten näkökulmia erilaisiin tilanteisiin. Vanhemmat pitävät perhekoulun oppeja yksinkertaisina, mutta ovat kuitenkin niin helposti kadotettavissa jokapäiväisessä elämässä. Perhekoulun uskotaan auttaneen jaksamaan paremmin. Perheet kertovat perhekoulun aukaisseen silmät sille tosiasialle, että lapsen ongelmat kumpuavat pitkälti aikuisten käyttäytymisestä ja toimintatavoista. Perhekoulun koetaan kasvattavan niin lasta kuin aikuistakin tulevaisuutta varten. Vanhempien mielestä perhekoulun tulisi olla kaikille mahdollinen, koska siellä opitut asiat hyödyttäisivät ketä tahansa.

Mäkijärven (2008, 23) mukaan perheen on tärkeää löytää onnelliset tavat selvitä arjesta, niin että lapsella on hyvä olla. Tutkimuksen mukaan perheiden arki on perhekoulun jälkeen rauhallisempaa, miellyttävämpää ja sujuu nykyään melko hyvin. Rutiinit helpottavat ja muuttavat arkea toimivammaksi. Päivät sujuvat hyvin, jos arkirutiineissa ei ole paljon muutoksia. Jos arkirutiineihin on tullut muutoksia, ennakointi auttaa.

Nurmen ym. (2006, 55) mukaan ilmapiiri ja vuorovaikutussuhteet perheessä, vanhempien kesken ja lapsen ja vanhemman välillä, vaikuttavat epäsuorasti sosiaalisten taitojen kehittymiseen. Tutkimukseen osallistuneet vanhemmat kuvailevat ilmapiirin perheessä olevan perhekoulun jälkeen positiivisempi ja rauhallisempi. Tämän myötä voi olettaa, että lapsella on paremmat kehitymisolosuhteet kotonaan.

Hanssonin ja Oscarssonin (2006, 10) mukaan nykypäivän vanhemmat toivovat lapsilleen onnellisuutta ja haluavat tarjota lapsilleen parasta. Perhekoulun käyneet vanhemmat kokivat olevansa perhekoulun jälkeen parempia ja ymmärtäväisempiä vanhempia. He ymmärtävät lasta, lapsen käyttäytymistä ja tarpeita

paremmin. Vanhemmat ovat saaneet perhekoulusta lisää varmuutta ja luottamusta itseän ja sitä kautta asiat sujuvat kivuttomammin. Kuten Mäkijärvinen (2008, 136) toteaa, lapsen kasvattaminen on helpompaa, jos vanhemmat luottavat itseensä.

Kinnunen (2006, 30) toteaa erityislapsen tuovan perheeseen lisähaastetta, mikä vaikuttaa perheen toimintaa ja ratkaisuihin monin tavoin. Poikkeuksen (2002, 160–161) mukaan ylivilkkaan lapsen vanhempana toimiminen on vaativaa, koska lapsi haastaa aikuista, ja vanhemmuuteen liittyy tavallista enemmän keinotomuuden ja voimattomuuden kokemuksia sekä vähemmän nautintoa ja iloa. Tämän tutkimuksen mukaan perhekoulusta saatujen neuvojen avulla vanhemmat osaavat näyttää positiiviset tunteensa lapselle paremmin ja he nauravat enemmän. Perhekoulu on tuonut vanhemmille keinoja, joilla lasta saa ohjattua ja he ovat oppineet tekemään asioita eri tavalla ja siten toimivammin.

Poikkeus (2002, 160–161) tuo esiin, että vanhempien vastuu on huolehtia lapsen fyysisestä hyvinvoinnista ja hoivasta sekä luoda lapselle olosuhteet, jotka tukevat ja auttavat lasta kasvamaan. Myös Pietilä-Hella (2010, 53) korostaa, että hoiva ja sen antaminen ovat keskeisiä vanhemmuuden teemoja. Tutkimuksen mukaan vanhemmat ovat löytäneet perhekoulun ansiosta voimavaroja ylivilkkaan lapsen rakastamiseen ja hoivaamiseen. Helkama (2006, 133) painottaakin, että erityisesti haastavasti käyttäytyvät lapset tarvitsevat enemmän lämpöä ja kiintymystä.

Nurmi ym. (2006, 55) kuvailee vanhempien huolenaiheiden ja masennuksen vievän voimavaroja ja siten vähentävän lapsen tukemista arjessa ja erilaisten taitojen opettelussa. Perhekoulun jälkeen vanhemmat kokevat tukevansa lasta enemmän. Tämän voisi olettaa olevan seurausta siitä, että perhekoulun myötä vanhempien huolenaiheet ovat vähentyneet ja voimavarat sen myötä lisääntyneet.

Poikkeuksen (2002, 160–161) mukaan suhde lapsen ja vanhemman välillä rakentuu ja muuttuu ajan ja lapsen kehityksellisten tarpeiden mukana. Tämän tutkimuksen mukaan perhekoulu on lähentänyt ja syventänyt vanhemman ja lap-

sen välistä suhdetta. Pietilä-Hella (2010, 54) toteaa, että vanhemman ja lapsen suhteen laadun kannalta on tärkeää, että vanhempi on paikalla ja viettää aikaa yhdessä lapsensa kanssa. Vanhemmilta toivotaan ja toisaalta myös edellytetään läsnäoloa, lasten kanssa yhdessä tekemistä ja yhdessä lasten kanssa lähtemistä esimerkiksi ostoksille tai harrastuksiin. Perhekouluun osallistuneet vanhemmat kokevat lapsen mukaan ottamisen arkipuuhiin helpottavan arkielämää. Pollarin ja Puustisen mukaan (2006, 350–351) pienet lapset arvostavat arkea ja sen puuhia. Heidät saa innostumaan kotitöistä, vaikka leikin varjolla. Kotityöt voivat tarjota turvallisuuden tunnetta ja onnistumisen kokemuksia.

Kinnusen (2006, 23) mukaan vanhemmilla on eniten tietoa omasta lapsestaan, minkä vuoksi vanhemmat ovat erityisen arvokkaita yhteistyökumppaneita jokaiselle lasten kanssa työskentelevälle. Myös tutkimukseen osallistuneet vanhemmat kokevat, että he tietävät, mikä on parasta heidän lapselleen.

Perhekoulu on auttanut vanhempia toimimaan lapsen ja muun perheen kanssa paremmin. Kinnusen (2006, 21) mukaan vanhemmille voi muodostua huoli siitä, saavatko kaikki perheen lapset tasapuolista kohtelua erityislapsesta huolimatta. Sitä pohtivat vanhemmat myös perhekoulussa. He kokevat saaneensa perhekoulusta neuvoja siihen, kuinka toimia niin, ettei enemmän huomiota tarvitsevan lapsen ohjailu ole pois perheen muilta lapsilta. Kuten Mäkijärvi (2008, 25) toteaa, jokainen perheen lapsi on merkittävällä tavalla yksilö.

Kinnusen (2006, 22) mukaan lapset tarvitsevat aina myönteistä palautetta. Sen vuoksi onkin hienoa, että perhekoulun jälkeen vanhemmat osaavat jättää negatiiviset asiat vähemmälle huomiolle ja painottaa positiivisia. He ovat vähentäneet syyttelyä, eivätkä enää suutu heti lapselle, jos tämä toimii väärin. Vanhemmat kokevat olevansa kärsivällisempiä ja kannustavampia lasta kohtaan.

Tämän tutkimuksen mukaan perhekoulu on helpottanut lasten kanssa toimimista ja kommunikointia. Lapset käyttäytyvät toivotulla tavalla, he tottelevat ja toimivat, niin kuin kehoitetaan. Lapset myös tietävät, etteivät saa tahtoaan aina läpi ja ettei voi tehdä, mitä haluaa. Mackonochien (2006, 38) mukaan lapselle on tärkeää selittää, että hänen käytöksestään huolimatta häntä tullaan aina rakas-

tamaan ja tukemaan. Lapsen on hyvä tietää, että vanhempi voi auttaa häntä hallitsemaan käytöstään. Hänelle opetetaan, että tunteita voi hallita ja purkaa muutenkin kuin huonolla käyttäytymisellä.

Vanhemmat kokevat lapsen käyttävän perhekoulun jälkeen enemmän selittävää kertomusta. Jarasto ja Sinervo (2000, 66–67) toteavatkin lapsen suhteen aikuiseen olevan tasapainoisempi ja rauhallisempi lapsen osatessa kertoa toiveistaan ja odotuksistaan sanallisesti.

Perhekoulu on tarjonnut vertaistukea vanhemmille. Pietilä-Hellan (2010, 79) mukaan tutkimuksissa korostetaan vertaistuen ja vertaistoiminnan tärkeyttä. Myös tämän tutkimuksen mukaan kokemusten jakaminen vertaisryhmässä on ollut vanhemmille hyödyllistä ja mukavaa. Vanhemmat ovat kokeneet saaneensa muiden vanhempien ja ohjaajien kanssa juttelemisesta todella hyviä neuvoja. Yhteisissä keskusteluissa muiden kanssa vanhemmat kertovat ymmärtäneensä, etteivät he ole asian kanssa yksin. Kinnusen (2006, 39) mukaan perheen ulkopuolelta saatu sosiaalinen tuki on perheelle voimavara. Myös Tuusulassa järjestettyä perhekoulua tutkittaessa on käynyt ilmi, että perhekoulussa saatu vertaistuki on merkityksellinen (Koskenmäki 2009).

Yhteenvedona voi todeta, että kaikki viisi perhekouluun osallistunutta perhettä ovat olleet erityisen tyytyväisiä perhekouluun ja heidän kokemuksensa ovat olleet positiivisia. Vanhemmat ovat saaneet tukea ja uusia toimintamalleja arjessa selviytymiseen ylivilkkaan lapsen kanssa. Perhekoulu on tuonut lisää ymmärrystä vanhemmille lapsia kohtaan ja päinvastoin. Perhekoulun voi todeta auttaneen vanhempia olemaan parempia, ymmärtäväisempiä ja itseensä enemmän luottavaisempia vanhempia. Se on auttanut lapsia luottamaan itseensä ja aikuiseen enemmän. Perhekoulua ennen lapset hakivat huomiota negatiivisella toiminnalla, koska he olivat tottuneet saamaan huomiota siten.

Vanhemmat kokivat vertaistuen saamisen muilta vanhemmilta erityisen tärkeäksi. He kokivat ymmärryksen, että muissakin perheissä on samankaltaisia vaikeuksia, auttaneen hyväksymään oman lapsensa ja itsensä vanhempana paremmin. Opinnäytetyötä tehdessäni jäin pohtimaan perheiden tilannetta perhe-

koulun päätyttyä. Perhekoulun aikana he saivat paljon tukea vanhemmuuteensa niin ammattilaisilta kuin toisiltaan, mutta entä sen jälkeen. Perhekoulun jälkeiselle vertaisryhmälle olisi varmasti kysyntää. Siellä vanhemmat voisivat jakaa kokemuksia arjen sujumisesta perhekoulun jälkeen ja muistella yhdessä toisiaan tukien perhekoulusta saatuja oppeja. Vauhdikkaassa arjessa uudet toimivat toimintamallit voivat helposti taas jäädä arjen jalkoihin, jonka vuoksi niistä muistuttelu ei varmasti olisi pahitteeksi. Perhekoulua olisi tärkeää järjestää myös jatkossa ja suuremmalle osalle vanhemmista. Tälläkin hetkellä Helsingissä perhekouluun jonotetaan, josta voi todeta, että kysyntää on enemmän kuin tarjontaa.

Perhekoulua menetelmänä on tutkittu jo aikaisemmin. Nyt opinnäytetyössäni olen tutkinut perhekoulun jälkeistä aikaa. Jatkotutkimusten kannalta olisi kiinnostavaa tietää kuinka pitkälle perhekoulun opit kantavat. Kolmen kuukauden kuluttua perhekoulun päättymisestä kaikilla perheillä oli ainakin muutama perhekoulussa opituista toimintatavoista vielä käytössä. Miten perheillä menee puolen vuoden ja vuoden päästä? Vieläkö perhekoulun opit kannattelevat?

Itseäni kiinnostaisi myös vertailu perhekouluun osallistuneiden ylivilkkaiden lasten ja muilla tavoin autettujen ylivilkkaiden lasten välillä. Kiinnostavaa olisi tutkia myös perhekouluun osallistuneiden lasten koulun käyntiä. Lähinnä siltä kannalta, että miten lapsuudessa ylivilkasta lasta tukemalla voidaan vaikuttaa lapsen menestymiseen koulumaailmassa.

Kaiken kaikkiaan perhekoulu on antanut paljon niin perheille, vanhemmille kuin lapsillekin. Uusia taitoja ja oivalluksia on tullut suunnattoman paljon. On hienoa huomata, kuinka yksinkertaisilla neuvoilla ja opeilla perheiden arkeen on saatu helpotusta. Vanhemmat pärjäävät vanhempina paremmin ja lapset saavat ansaitsemaansa kohtelua ja tukea kasvussaan.

7.2 Tutkimuksen eettisyys

Eettiset kysymykset ovat tutkimustoiminnan lähtökohta (Tuomi 2007, 143). Tieteen eettiset kysymykset liittyvät tutkijan tekemiin valintoihin. Tutkimuseettiset kysymykset liittyvät tutkimuksen tiedonhankintaan, tutkittavien anonymiteettiin ja tutkijan vastuuseen tutkimustulosten sovelluksista. Tutkimusetiikkaa edistävillä ohjeilla pyritään auttamaan tutkijaa toimimaan oikein, mutta loppujen lopuksi tutkija on ratkaisujensa kanssa yksin. Alan kirjallisuuteen tutustuminen auttaa omien ratkaisujen etsimisessä. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 19.) Eettisesti oikein toimiva tutkija kuvaa ja raportoi tutkimustulokset ja käytetyt menetelmät huolellisesti (Tuomi 2007, 146).

Hankkiessani teoriaa opinnäytetyöhöni pyrin löytämään mahdollisimman tuoreita teorialähteitä ja kasaamaan teoriaa useammasta lähteestä. Opinnäytetyön tekijänä minulla on ollut oikeus ja velvollisuus valita, mitä aineistoa työhöni hyödynnän. Eettisesti oikein työskentelemällä olen suhtautunut käyttämiini aineistoihin kunnioituksella ja hyödyntänyt niitä eettisesti oikealla tavalla. Pohdin jo opinnäytetyön alkuvaiheessa tutkimuslupaa hakiessa tutkittavien informointiin ja anonymiteettiin liittyviä ongelmia, jotka liittyvät laadullisen tutkimuksen tutkimusetiikkaan (Tuomi & Sarajärvi 2006, 125). Informoin kyselylomakkeen alustuksessa vastaajia vastausten luottamuksellisesta käsittelystä ja siitä, ettei vastaajien henkilöllisyyttä voi tunnistaa opinnäytetyöstä. Koska vastaajia ei ollut tarpeen tunnistaa kyselylomakkeista, en kysynyt tunnistetietoja siinä lainkaan. Toimittuani lasten kanssa lasten ryhmässä pystyin tunnistamaan osan heistä kyselylomakkeiden vastauksista, mutta perhekoulun ulkopuoliset ihmiset eivät pysty heitä tunnistamaan. Käytän sitaateissa vastaajien juoksevaa numerointia, joka vahvistaa vastaajien anonymiteettiä. Kerroin kyselylomakkeen alustuksessa vastaajille hävittäväni kerätyn aineiston asiaan kuuluvalla tavalla opinnäytetyöni valmistuttua.

Tutkimusta tehdessä tutkija kohtaa erilaisia päätöksiä, joiden kautta tutkimusetiikka joutuu koetukselle. Tutkimuksen eettisiä ongelmakohtia ovat esimerkiksi tutkimuslupaan liittyvät kysymykset, aineiston keruuseen liittyvät ongelmat, tutkimuskohteen hyväksikäyttö, osallistumiseen liittyvät ongelmat sekä tutkimus-

sesta tiedottaminen. (Eskola & Suoranta 1998, 52.) Olen pyrkinyt käsittelemään eettiset ongelmat asiaan kuuluvalla tavalla. Olen hankkinut tietoa ja hakenut apua päätösten tekoon kirjallisuudesta, keskusteluista toisten tutkimusten tekijöiden kanssa sekä opinnäytetyötä ohjaavalta opettajaltani. Opinnäytetöissä myös opettajat ovat vastuussa oppilaiden tekemistä eettisistä ratkaisuista (Tuomi 2007, 149). Tämän vuoksi on ollut tärkeää tehdä tiivistä yhteistyötä ohjaavan opettajan kanssa sekä käyttää hyväksi kaikki opinnäytetyön ryhmä- ja yksilöohjaukset.

7.3 Tutkimuksen luotettavuus

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arvioinnissa on huomioitava tutkijan oma toiminta. Tutkimuksen luotettavuutta tulee arvioida jokaisen tehdyn valinnan kohdalla koko prosessin ajan. (Vilkka 2005, 159.) Luotettavuutta ja pätevyyttä voidaan lisätä kuvaamalla mahdollisimman hyvin aineiston syntymistä, purkamista ja analysointia sekä niissä käytettyjä periaatteita. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 26). Olen pyrkinyt tähän myös itse kuvaamalla työskentelyvaiheita aineistonparissa mahdollisimman tarkasti. Tutkimusprosessin valintoja, ongelmia ja haasteita on hyvä tarkastella huolellisesti ja dokumentoida kriittisesti ne tekijät, jotka ovat tutkijan näkemyksen mukaan vaikuttaneet tutkimuksen kulkuun ja tuloksiin. Luotettavuuden arviointi mahdollistuu tarkastelemalla tutkimuksen tekoa vaihe vaiheelta ja pohtimalla, onko kuljettu reitti ollut sopiva halutun päämäärän tavoittamiseksi. Tutkimusta arvioitaessa on hyvä tiedostaa, että kaikki tutkimus on tutkijan tekemää rakennelmaa tietyistä puitteista tietyillä rakennusaineilla. Joku toinen olisi voinut tehdä samoista palasista hieman toisen näköisen rakennelman. Tutkimus on yhdenlainen versio tutkittavasta aiheesta. Tuloksista voidaan tehdä joitakin johtopäätöksiä, mutta tulokset ovat aina kontekstuaalisia eli mm. aikaan, paikkaan ja tutkijaan sidottuja asioita. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 26–27.)

Tutkimuksen luotettavuutta pohdittaessa on mietittävä tutkimuksen luonteen ja tutkimusaiheen mahdollista vaikutusta tutkimukseen osallistuneiden vastauksiin (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 26–27). Perhekouluun osallistues-

sani pääsin näkemään lasten käytöksessä tapahtuneen muutoksen. Sen myötä uskon, että vanhemmilla ei ole ollut syytä kaunistella vastauksiaan, vaan he ovat voineet kertoa kokemuksistaan perhekoulussa totuudenmukaisesti. Tutkimustuloksiin on hyvä suhtautua kriittisesti ja pohtia sitä, mitä ja mistä ne oikein kertovat. Tutkimuksen luotettavuutta ja pätevyyttä voidaan parantaa arvioivalla ja kriittisellä työasenteella. Laadullisessa tutkimuksessa arviointi on kokonaisvaltaista kriittistä pohdintaa. Tutkimuksen tekemisessä uteliaalla, mutta samalla terveen skeptisellä asennoitumisella pääsee pitkälle. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 26–27.)

Aineiston keräämisestä ja analysoinnista käydään luotettavuuskeskustelua (Tuomi & Sarajärvi 2006, 125). Teemoitellessani vastauksia otin kaikki vastaukset huomioon yhtä tärkeinä. Tämä tuo metodin käyttöön luotettavuutta. Perheiden kokemuksia perhekoulusta selvitetessä on jokaisen perheen kokemus oleellinen. Etenkin, kun perhekouluun osallistui vain viisi perhettä. Olen numeroinut kaikkien vastaajien vastaukset juoksevin numeroin 1–7. Halusin korostaa tutkimuksen luotettavuutta tuomalla vastauksista sitaatteja raporttiin ja mainitsemalla niissä myös vastaajien numerot. Näin käy ilmi, että jokaisen vastaajan vastaukset ovat yhtä merkityksellisiä ja niistä on otettu esimerkkejä.

Luotettavuuden kannalta tutkimuksen raportista on oleellista selvittää tutkimuksen kohde ja tarkoitus, aineistonkeruu, tutkimuksen kesto, aineiston analyysi, tutkimuksen luotettavuus ja raportointi (Tuomi & Sarajärvi 2006, 137). Olen kuvannut raportissa tarkasti perhekoulua ja siihen osallistuneita perheitä, jotka ovat tutkimukseni kohteena. Kerron tutkimuksen eli tässä perhekoulun kestosta. Tuon selkeästi esille miksi teen tutkimukseni. Kerron tarkasti aineiston keruusta ja sen käsittelystä. Tutkimuksen luotettavuutta lisää selkeästi ja ymmärrettävästi kerrotut työskentelyvaiheet aineiston parissa (Tuomi & Sarajärvi 2006, 138). Tämän vuoksi pyrin kuvaamaan aineiston keräämisen ja analysoinnin vaiheet mahdollisimman tarkasti.

7.4 Opinnäytetyöprosessi ja oppiminen

Opinnäytetyön tarkoitus on osoittaa opiskelijan opinnoissaan saamia tietojen sekä taitojen käyttö- ja sovellustaitoja. Opinnäytetyö on opiskelijan osoitus osaamisesta ja pätevyydestä sosionomina. Tavoitteena on tehdä opinnäytetyö yhteistyössä työelämän kanssa, jolloin myös työelämä hyötyy opinnäytetyöstä. Aloitin opinnäytetyöprosessin syksyllä 2008 osallistumalla opinnäytetyöaiheiden esittelytoriin ja tutustumalla opinnäytetöiden aihevälitykseen. Aluksi aiheen valinnassa oli ongelmia, koska opinnäytetöiden aihevälitys ei ollut ajan tasalla. Sain neuvon soittaa sosiaalialan osaamiskeskus Sosiaalitaidon yhteyshenkilölle, jolta sain kaksi aihe-ehdotusta. Valitsin vaihtoehdoista Järvenpään perhekoulun. Osallistuin perhekouluun keväällä 2009 ja lähdin pohtimaan ja ideoimaan yhdessä perhekoulukouluttajan kanssa opinnäytetyöni tutkimuksen suuntaviivoja. Oli mielenkiintoista osallistua itse toimintaan, josta opinnäytetyön tekee. Näin ollen todella tiedän, mistä kirjoitan ja pystyn kirjoittamaan myös omasta kokemuksestani.

Keräsin vanhempien kokemuksia kyselylomakkeella, jonka tekemisen koen olleen melko haastavaa. Myöhemmin aineistoa käsitellessä tuli mieleen, että joidakin asioita olisi voinut kysyä lomakkeessa eri tavalla. Aineistosta olisi myös saanut laajemman haastattelemalla vanhempia. Se oli kuitenkin siinä vaiheessa myöhäistä. Kyselyn toimittaminen muutama kuukausi perhekoulun jälkeen perheille ja vastausten kerääminen perheiltä onnistui helposti perhekoulun vetäjien avulla. Kyselylomake lähetettiin perheille syksyllä 2009. Sain vanhempien vastaukset perhekoulun vetäjien lähettämänä postitse kotiin. Olin vastausten kanssa aluksi vähän hukassa, mitä tehdä ja miten. Työtäni ohjaavan opettajan kanssa pohdittuani päädyin teemoittelemaan vastaukset ja pääsin työssäni eteenpäin. Itselläni ei ole tutkimuksen teosta lainkaan aikaisempaa kokemusta, joten epävarmuuden tunteet työn teossa ovat olleet tuttuja. Esimerkiksi teemoittelun tuntuessa helpolta mietin, teenkö jotain väärin, koska se tuntuu niin helpolta.

Opinnäytetyötä suositellaan tekemään yhdessä toisen opiskelijan kanssa. Ymmärrän sen täysin, koska silloin on mahdollisuus päästä kehittämään tiimityöskentelytaitoja ja monia muita sosiaalialan ammattilaiselle tärkeitä asioita. Pää-

dyin kuitenkin tekemään opinnäytetyöni yksin, koska prosessin alkaessa olin juuri vaihtanut siirto-opiskelijana koulua ja en sen vuoksi tuntenut muita opiskelijoita ja heidän työskentelytapojaan. Yksin opinnäytetyön teossa on hyvät ja huonot puolensa. Aikataulullisesti yksin voi työskennellä silloin, kun itselle sopii. Toisaalta silloin helposti työn teko siirtyy, kun kukaan muu ei ole patistamassa. Yksin työskennellessä mielipiteitä on vain yksi, minkä vuoksi täytyy luottaa omiin ratkaisuihin ja uskoa itseensä ja osaamiseensa.

Teoriaan ja aikaisempiin tutkimuksiin perhekoulusta tutustuminen ja samansuuntaisten tutkimustulosten löytäminen on luonut uskoa myös oman opinnäytetyön tekoon ja onnistumiseen. Oman työskentelyni tueksi olen pyytänyt ihmisiä sekä perhekoulusta että kokonaan työni ulkopuolelta lukemaan ja kommentoimaan työtäni. Se on ollut antoisaa, koska toisinaan omalle työlle sokeutuu, eikä asioita osaa katsoa toisesta näkökulmasta. Myös opettajan kommentit ja työn kehittämisehdotukset ovat olleet tärkeitä. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä -kirja (2007) on kulkenut mukani koko prosessin ajan.

Siirsin opinnäytetyön valmistumisen joulukuulta 2010 toukokuulle 2011, koska koin, ettei minulla ollut aikaa eikä jaksamista työstää opinnäytetyötä kunnialla loppuun joulukuuksi. En ole katunut päätöstäni, koska haluan paneutua työhöni kunnolla ja ajan kanssa. Aloittuani työskentelemään kokopäiväisesti tammi-kuussa 2011 opinnäytetyönteko kohtasi uusia haasteita. Koen kuitenkin, että päättäväisyydellä, asioiden priorisoinnilla ja aikataulutuksella opinnäytetyöni valmistuu suunnittelemani aikataulussa. Ollessani viimeisessä työharjoittelussa syksyllä 2010 lastensuojelussa, jossa nyt työskentelen sosiaaliohjaajana, sain kunnian esitellä perhekoulua työyhteisölle. Esittelyn myötä pääsin työharjoittelussa mukaan lastensuojelutarpeenselvitykseen, jossa toin esiin perhekoulun näkökulmia ylivilkkaan lapsen kanssa toimimiseen. Nyt työskennellessäni sosiaaliohjaajana lastensuojelussa olen aloittamassa tekemään perhetyötä perheessä, jossa on ylivilkas lapsi. Tavoitteenani on kertoa perheelle perhekoulun opeista ja motivoida heitä osallistumaan syksyllä alkavaan perhekouluun. Voin siis todeta, että tekemästäni opinnäytetyöstä on ollut minulle paljon hyötyä jo nyt.

Opinnäytetyön aihe on ajankohtainen, koska perhekoululle tulee olemaan kysyntää ja tarvetta jatkossakin. Perheissä, vanhemmuudessa ja lapsissa tulee olemaan haasteita myös tulevaisuudessa ja niihin tarvitaan tukea ja ohjeistusta. Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää perheiden kokemuksia perhekoulusta, joita tullaan käyttämään jatkosuunnittelun tueksi perhekoulun kehittämiseen. Mielestäni tavoite toteutui omalta osaltani hyvin, sillä kaikki perheet vastasivat kyselyyn ja sain vastauksista riittävästi aineistoa työtäni varten. Työn tekeminen oli mielekästä ja antoisaa. Perhekoulun opit ovat arkipäiväisiä ja hyödyllisiä jokaiselle perheelle. Niistä tulee olemaan hyötyä minulle jatkossa työskennellessäni lapsiperheiden parissa ja toivottavasti tulevaisuudessa myös oman perheen kanssa.

7.5 Ammatillinen kasvu ja kompetenssit

Sosiaalialan koulutuksessa ammattikorkeakouluissa sosionomi (AMK) tutkinnon ydinosaaminen on määritelty kompetenssein. Kompetenssit sisältävät sen osaamisen, joka valmistuvan tulisi hallita sosiaalialan ammattilaisena tulevassa työssään. Osaamisen alueet on jaettu sosiaalialan eettiseen osaamiseen, asiakastyön osaamiseen, sosiaalialan palvelujärjestelmäosaamiseen, kriittiseen ja osallistavaan yhteiskuntaosaamiseen, tutkimukselliseen kehittämisosaamiseen sekä johtamisosaamiseen. (Sosiaaliportti 2010.) Opinnäytetyöprosessin ja opintojen ollessa loppusuoralla olen pohtinut, miten opinnot ja opinnäytetyön teko on auttanut minua pääsemään näihin kompetensseihin. Olen miettinyt ammatillista kehittymistäni ja valmiuksiani työelämässä.

Opinnäytetyöprosessin aikana eettisyys nousi useaan otteeseen pinnalle ja tietoisuus sosiaalialan eettisistä ohjeista korostui. Minulle on ollut opintojen alusta lähtien selvää, että sosiaalialalla on tietyt eettiset ohjeet, joita on tärkeää noudattaa. Opinnäytetyöprosessin aikana kohtasin monia eettisiä kysymyksiä esimerkiksi tutkittavien anonymiteetin säilymistä pohtiessani sekä tutkimuslupaa hakiessani. Sosiaalialan eettisessä osaamisessa korostetaan yksilön ainutkertaisuutta. Mielestäni tämä korostuu myös erityistä huomiota tarvitsevien lasten kohdalla. Perhekoulussa pyrittiin löytämään jokaiselle perheelle juuri heidän

perheessään ja juuri heidän lapsensa kanssa toimivat käytännöt. Perhekoulu on antanut oppeja niin vanhemmille kuin ammattilaisillekin lapsen tasa-arvoiseen kohteluun lasten ryhmässä ja perheen muiden lasten kanssa.

Yhteistyö perhekoulun kanssa opinnäytetyöni kautta on tuonut tietoisuuteeni yhden osan perheille järjestetystä tukitoimesta, jonka myötä sosiaalialan palvelujärjestelmäosaamiseni on kehittynyt. Tulen varmasti viemään jatkossakin perhekoulun oppeja muiden ihmisten tietoisuuteen. Toiminta perhekoulussa perustuu osaltaan moniammatillisuuteen, joka on antanut mahdollisuuden kehittää omaa työskentelyä moniammatillisessa työryhmässä. Vaikken ole päässyt kehittämään tiimityöskentelytaitojani prosessin aikana parin kanssa, olen oppinut hakemaan apua muilta ihmisiltä ja etsimään yhteistyökumppaneita toisella tapaa.

Reflektiivinen ja tutkivatyöote ovat osana sosiaalialan kompetensseja. Opinnäytetyöprosessini aikana oma tutkiva työotteeni on kehittynyt. Teoriaan perehtyminen, oman aineiston käsitteleminen ja tutkimusmetodien päättäminen ovat kaikki olleet osanaan kehittämässä itseäni ja luomassa kriittistä ajattelua. Reflektiivisyys on tärkeä taito itseä kehittäessä. Reflektiivisyyteen liittyy olennaisesti myös palaute. Palautteen vastaanottaminen opinnäytetyöstä on ollut melko helppoa, koska olen todennut, että palautteen antajat ovat olleet oikeassa ja antaneet palautetta aiheellisesti. Opinnäytetyöstäni ja perhekoulusta tietämättömien palaute on ollut erityisen tärkeää, koska silloin olen saanut tietooni onko kirjoittamani teksti ymmärrettävissä aiheesta sen enempää tietämättä.

Prosessin aikana olen kiinnittänyt huomiota tekstin tuottamiseen. Olen saanut aikaisemmin kommentteja, että tuottamani teksti on selkeää ja suoraa. Raporttia kirjoittaessani olen pyrkinyt tuottamaan selkeää ja rikasta tekstiä. Se on ollut osittain melko haasteellista, mutta uskon oppineeni paljon prosessin aikana.

Suorittamani sosionomi (AMK) tutkinnon ohella saan pätevyyden toimia lastentarhanopettajana. Tekemästäni opinnäytetyöstä tulee olemaan erittäin paljon hyötyä tulevaisuudessa työskennellessäni lastentarhanopettajana. Ylivilkkaita ja muuten erityistä huomiota tarvitsevia lapsia on nykyisin paljon päiväkotiryhmis-

sä, joten neuvot heidän kanssaan työskentelyyn tulevat tarpeen. Uskon, että taitava ja osaava työntekijä on hyödyllinen myös lapselle, koska silloin lapsi saa tarvitsevansa huomion ja ohjauksen. Perhekoulu on tarjonnut minulle mahdollisuuden oppia uusia taitoja myös kokeilla niitä käytännössä perhekoulun lasten ryhmässä.

Opinnäytetyöprosessi on kehittänyt ammatillisuuden lisäksi minua ihmisenä. Olen oppinut priorisoimaan asioita ja järjelemään mikä on elämässäni merkityksellistä. Minulle oli tärkeää valmistua suunnitelmani mukaan toukokuussa 2011 ja koska päätin niin, olen sen myös itselleni mahdollistanut. Opintojen ja opinnäytetyön teon aikana kehittymistä on tapahtunut paljon ja sitä on vielä paljon jäljellä. Sosiaali-alan tutkinto antaa pohjan, josta lähdetään työelämään kehittymään lisää.

LÄHTEET

- Alasuutari, Maarit 2003. Kuka lasta kasvattaa? Vanhemmuuden ja yhteiskunnallisen kasvatuksen suhde vanhempien puheessa. Helsinki: Gaudeamus.
- Alijoki, Alisa 2006. Erityistä tukea tarvitsevien lasten polut esiopetuksesta alkuopetukseen. Helsingin yliopisto. Käyttäytymistieteellinen tiedekunta, soveltavankasvatustieteen laitos. Väitöskirja. Viitattu 15.1.2011.
<http://ethesis.helsinki.fi/julkaisut/kay/sovel/vk/alijoki/erityist.pdf>
- Alijoki, Alisa 2011. Lehtori, Helsingin yliopisto. Lahti. Esi- ja alkuopetus koulutuksen luento 14.1.
- ARVO 2009. Lapsuuden arvokas arki. Järvenpään Perhekoulu – Avuksi Arkeen. Viitattu 25.1.2010.
http://www.sosiaalitaito.fi/ep/tiedostot/materiaali010909_koulutus.pdf
- Eksote i.a. Lappeenrannan Perhekoulu. Viitattu 17.2.2011.
<http://www.eksote.fi/Kiinteasivu.asp?KiinteasivuID=532&NakymaID=11>
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 5.painos. Tampere: Vastapaino.
- Hansson, Jorunn & Oscarsson, Christina 2006. Onnellinen lapsuus. Helsinki: Otava.
- Heikkilä, Mirja 2009. Kuntoutustoiminnan laatukäsikirja. Hyvistä käytännöistä laatua ADHD-liiton sopeutumisvalmennuskursseilla. Helsinki: Tyyli-paino.
- Helkama, Klaus 2006. Lapsen moraalien kehitys. Teoksessa Jari Sinkkonen (toim.) Pesästä lentoon: kirja lapsen kehityksestä kasvattajalle. 3.painos. Helsinki: WSOY, 121–135.
- Hellsten, Tommy 2003. Vanhemmuus: vastuullista vallankäyttöä. Helsinki: Kirjapaja.
- Hermanson, Elina & Martsola, Riitta (toim.) 2006. Aikuinen vanhemmuus: kaatoavan kasvatuksen jäljillä. Helsinki: Kirjapaja.

- Ijäs, Kirsti 2009. Arvot asuvat kotona. Helsinki: Kirjapaja.
- Jarasto, Pirkko & Sinervo, Nina 2000. Alle kouluikäisen lapsen maailma. Helsinki: Gummerus.
- Jyväskylän yliopisto 2002. Perhekoulusta apua haastavan lapsen kasvattajille. Viitattu 18.2.2011.
<https://www.jyu.fi/ajankohtaista/arkisto/2002/08/tiedote-2007-09-18-15-39-48-093986>
- Järvenpää, Eila 2006. Professori: Helsingin yliopisto. SoberIT jatko-opintoseminaari. Viitattu 15.1.2011.
<http://www.cs.tut.fi/~ihtesem/k2007/materiaali/luento4.pdf>
- Järvenpään Perhekoulu. Lasten ryhmän runko-moniste i.a.
- Järvenpään Perhekoulu. Perhekoulun toteutus kevät 2009-moniste i.a.
- Kainuun maakunta 2008. Kainuun perhekoulu. Viitattu 18.2.2011.
<http://maakunta.kainuu.fi/perhekoulu>
- Kinnunen 2006. Vertaistuki erityislapsen vanhempien voimavarana. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteen laitos. Pro gradu -tutkielma.
- Kiviniemi, Kari 2007. Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa Juhani Aaltola ja Raine Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2: Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus, 70–85.
- Kokkonen, Ulla 2011. Toimintaterapeutti: Järvenpään kaupunki. Järvenpää. Sähköpostiviesti 23.2.2011.
- Koskenmäki, Sari 2009. Vanhempien kokemusten arviointia ADHD-liiton perhekoulusta Tuusulassa – haastavasti käyttäytyvien lasten vanhempien vertaistukiryhmä. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Diak Etelä, Järvenpää. Sosiaalialan koulutusohjelma, sosionomi (AMK). Opinnäytetyö. Viitattu 6.3.2011.
https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/4597/Koskenmaki_jarvenpaa_2009.pdf?sequence=2
- Kulonen, Kirsti 2010a. Toimintaterapeutti: Järvenpään kaupunki. Järvenpää. Puhelinkeskustelu 28.10.2010.
- Kulonen, Kirsti 2010b. Toimintaterapeutti: Järvenpään kaupunki. Järvenpää. Sähköpostiviestit 3.11.2010 ja 22.2.2011.

- Kuokkanen, Ritva; Kivirinta, Mervi; Määttänen, Jukka & Ockenström, Leena
2007. 4. uudistettu painos. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- KUUMA 2004. KUUMA-hanke – kumppanuutta yli kuntarajojen. Viitattu
17.5.2010. <http://www.kuuma.fi/etusivu.asp>
- Lammi-Taskula, Johanna & Bardy, Marjatta 2009. Vanhemmuuden ilot ja mur-
heet. Teoksessa Johanna Lammi-Taskula, Sakari Karvonen &
Salme Ahlström (toim.) Lapsiperheiden hyvinvointi 2009. Helsinki:
Terveystieteiden tutkimuskeskus, 60–67. Viitattu 15.1.2011
<http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/0e6f5676-9ccf-4490-8496-45c7b3acce5f>
- Leijonaemot 2011. Leijonaemot. Viitattu 20.3.2011. <http://www.leijonaemot.fi/>
- Linnatsalo, Saara. Kasvatuksellinen hyväksyntä ja torjunta kolmessa sukupol-
vessa. Oulun yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Viitattu
22.4.2011. <http://herkules oulu.fi/isbn9514268660/html/index.html>
- Luumi, Pertti 2003. Elämän mittainen projekti. Teoksessa Marianne Heikkilä ja
Pertti Luumi (toim.) Rakasta lasta - Suojele lapsuutta. Helsinki: LK-
kirjat, 102–105.
- Mackonochie, Alison 2006. Uhmaikä: leikki-ikäisen ongelmallinen käyttäyty-
minen. Helsinki: Perhemediat.
- Malinen, Anu & Nieminen, Kati 2001. Vertaistuki. Vertaistuki voimavarana. Hel-
sinki: Invapaino.
- MLL i.a. Kasvu ja kehitys. Viitattu 6.1.2011.
http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/
- Mäkijärvi, Leena 2008. Aikuisen vastuu: miten kasvatan tämän ajan lasta?
Asikkala: Kirjatalo.
- Neuvokeskus i.a. Apua erossa vanhemmille, lapsille ja nuorille. Viitattu
20.3.2011. http://www.lskl.fi/neuvokeskus/tukea_eroperheelle
- NMI 2007. Perhekouluesite. Viitattu 17.2.2011.
<http://www.nmi.fi/perhekoulu/perhekoulunesite04102007.pdf>
- NMI 2011. Niilo Mäki Instituutti. Viitattu 17.2.2011. <http://www.nmi.fi/instituutti/>
- Nurmi, Jari-Erik; Ahonen, Timo; Lyytinen, Heikki; Lyytinen, Paula; Pulkkinen,
Lea & Ruoppila, Isto 2009. Ihmisen psykologinen kehitys. 1.–
4.painos. Helsinki: WSOY.

- Pietilä-Hella, Riitta 2010. Tuntemattomista vertaistuttaviksi. Esikoisäitien ja -isien perhevalmennusprosessi Espoon uudentyyppisessä perhevalmennuskokeilussa. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Poikkeus, Anna-Maija; Laakso, Marja-Leena; Aro, Tuija; Eklund, Kenneth; Katajamäki, Johanna & Lajunen, Kaija 2002. Vanhemmat kouluun: Tuki-toimintaa vilkkaiden lasten perheille. Teoksessa Anna Rönkä & Ulla Kinnunen (toim.) Perhe ja vanhemmuus: suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen. Jyväskylä: PS-kustannus, 159–187.
- Poikonen, Pirjo-Liisa & Lehtipää, Riina 2009. Päivähoidon ja kodin jaettu kasvatustehtävä: kasvatuskumppanuus perheen voimavarana. Teoksessa Anna Rönkä, Kaisa Malinen ja Tiina Lämsä (toim.) Perhe-elämän paletti: vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa. Jyväskylä: PS-kustannus, 69–88.
- Pollari, Riitta & Marja Puustinen 2006. Perheessämme elää vapaamatkustaja. Teoksessa Jari Sinkkonen (toim.) Pesästä lentoon: kirja lapsen kehityksestä kasvattajalle. 3.painos. Helsinki: WSOY, 343–354.
- Ruoho, Tiina 2011. Lapsiperhetyön asiantuntija: ADHD-keskus. Helsinki. Sähköpostiviesti 1.3.2011.
- Rönkä, Anna; Malinen, Kaisa & Lämsä, Tiina 2009. Pikkulapsiperheiden arjen paletti. Teoksessa Anna Rönkä, Kaisa Malinen ja Tiina Lämsä (toim.) Perhe-elämän paletti: vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa. Jyväskylä: PS-kustannus, 11–19.
- Saaranen-Kauppinen, Anita & Puusniekka, Anna 2009. Menetelmäopetuksen tietovaranto KvaliMOTV. Kvalitatiivisten menetelmien verkkooppikirja. Viitattu 20.3.2011. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietovarasto. http://www.fsd.uta.fi/julkaisut/motv_pdf/KvaliMOTV.pdf
- Sandberg, Seija; Santanen, Solveig; Jansson, Annina; Lauhaluoma, Hillevi & Rinne, Outi 2008 (toim.) Perhekoulun käsikirja. Käytännön opas vanhemmille. Helsinki: Suomen lastenhoitoyhdistys.
- Schmitt, Florence 2006. Riittävän hyvä vanhemmuus. Teoksessa Jari Sinkkonen (toim.) Pesästä lentoon: kirja lapsen kehityksestä kasvattajalle. 3.painos. Helsinki: WSOY, 298–326.

- Seppälä, Tarja 2009. Oppia perheen ongelmatilanteiden hallintaan. Järvenpään kaupungin tiedotuslehti syksy 2009, 4. Viitattu 8.1.2011.
http://www.jarvenpaa.fi/liitetiedostot/editori_materiaali/7584.pdf
- Socom i.a. Lasten ja nuorten hyvinvoinnin kehittäminen – Kehikko - Kehittämiskohteet. Viitattu 25.2.2011.
http://www.socom.fi/hankkeet/h_kehikko_kehittamiskohteet.html#Avoimen
- Sosiaaliportti 2010. Sosionomi (AMK) -tutkinto. Viitattu 20.3.2011.
http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/sosiaalialanamkverkosto/sosiaaliala_ammattikorkeakouluissa/sosionomi_amk_tutkinto/
- STM 2006. Perhepolitiikka Suomessa. Viitattu 18.2.2011.
http://www.stm.fi/julkaisut/nayta/_julkaisu/1058023
- Suomen lastenhoitoyhdistys i.a. ADHD-keskus. Viitattu 7.2.2011.
<http://bvif.fi/suomeksi/adhd-center/>
- Tamminen, Tuula 2004. Olipa kerran lapsuus. Helsinki: WSOY.
- Tasola, Sirkka & Lajunen, Kaija 1997. Yliviikkaiden ja keskittymättömien lasten vanhemmille tarkoitettu valmennusohjelma: käsikirja. Jyväskylä: Sirkka Tasola.
- Tiilikka, Aila 2005. Äitien kasvatuskäsityksiä ja arviointeja hyvästä päiväkotikasvatuksesta. Oulun yliopisto. Kasvatustieteiden ja opettajankoulutuksen yksikkö. Kasvatustieteiden tiedekunta. Oulu: Oulun yliopisto.
- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2006. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 1.–4.painos. Helsinki: Tammi.
- Tuomi, Jouni 2007. Tutki ja lue: johdatus tieteellisen tekstin ymmärtämiseen. Helsinki: Tammi.
- Valli, Raine 2001. Kyselylomaketutkimus. Teoksessa Juhani Aaltola & Raine Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1: Metodien valinta ja aineiston keruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Vilka, Hanna 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Tammi.

LIITE 1 Vanhempien ryhmän ja ohjaajakoulutuksen sisältö

2.3.2009 oli tutustumiskerta, jolloin vanhemmat ja lapset pääsivät tutustumaan tulevaan toimintaan ja mukana oleviin ohjaajiin.

9.3.2009 alkoi todellinen perhekoulu. Silloin aiheena käsiteltiin ylivilkkautta. Toimin itse sillä kerralla lasten ryhmässä havainnoijan roolissa.

16.3.2009 käsiteltiin lapsen käyttäytymisen ymmärtämistä. Toimin sen kerran 5-vuotiaan pojan ohjaajana.

23.3.2009 aiheena oli vuorovaikutus lapsen kanssa. Ohjasin toista 5-vuotiasta poikaa.

30.3.2009 käsiteltiin myönteisen käyttäytymisen vahvistamista. Toimin kolmannen 5-vuotiaan pojan ohjaajana.

6.4.2009 käytiin läpi palkintojen käyttöä. Ohjasin 4-vuotiasta tyttöä.

20.4.2009 käsiteltiin rajojen asettamista. Sillä kerralla ohjasin 5-vuotiasta tyttöä.

27.4.2009 aiheena oli jäähyn käyttö. Ohjasin 4-vuotiasta tyttöä.

4.5.2009 kävimme läpi kodin ulkopuolisia tilanteita. Toimin havainnoijana.

11.5.2009 oli viimeinen perhekoulukerta, jolloin käsiteltiin tulevaisuutta. Toimin havainnoijana.

LIITE 2 Kyselylomake

Hyvät kevään 2009 perhekoululaiset

2.9.2009

Olen sosionomi (AMK) -opiskelija Diakonia-ammattikorkeakoulusta Helsingistä. Osallistuin keväällä 2009 Järvenpäässä järjestettyyn perhekouluun kouluttautumalla ja toimimalla ohjaajana lasten ryhmässä.

Teen opintoihini kuuluvan opinnäytetyöni perhekouluun liittyen. Opinnäytetyöni tavoitteena on selvittää kokemuksianne perhekoulusta. Antamianne vastauksia käytetään jatkosuunnittelun tueksi perhekoulun kehittämiseen. Vastaukset käsitellään luottamuksellisesti eikä teidän henkilöllisyyttänne voida tunnistaa opinnäytetyöstä.

Vastaan mielelläni kysymyksiin, jos haluatte kysyä jotakin. Vastauksia voi tarvittaessa jatkaa kääntöpuolelle tai erilliselle paperille. Kiitos ajastanne!

Henna Hiitola

Henna.Hiitola@student.diak.fi

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Diak Etelä, Helsinki

Miten perhekoulun opit näkyvät arjessanne tällä hetkellä? Kerro käytännön esimerkkejä arjen tilanteista.

Mistä perheenne kokee hyötynne eniten perhekoulussa? Miksi?

Suosittelisitko perhekoulua muille vastaavanlaisessa tilanteessa oleville perheille? Millä perusteella?

Miten perhekoulu on vaikuttanut vanhemmuuteesi?

Miten perhekoulu on muuttanut suhdettasi lapseenne?

Miten perhekoulu on muuttanut lapsesi suhtautumista teihin vanhempiin?

Perhekoulu on auttanut minua vanhempana

paljon

jonkin verran

vähän

Kommentit:

Millaisia muutoksia omassa ja lapsenne käyttäytymisessä on havaittavissa perhekoulun jälkeen?

Millaisia uusia toimintakäytäntöjä arjessanne on havaittavissa?

Perhekouluun lähteminen oli lapselle

helppoa

vaihtelevaa

vaikeaa

Kommentit:

Lapsen mielipide perhekoulusta



Kommentit:

Kiitos vastauksestanne!