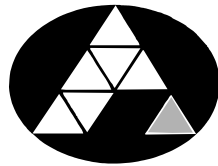


POHJOIS-KARJALAN AMMATTIKORKEAKOULU
Sosiaalialan koulutusohjelma

Anne Hiltunen
Kirsi Härkönen

”KUN PELKÄT SANAT EIVÄT AINA RIITÄ”
Menetelmäpaketti Punkaharjun SOS-Lapsikylän perhekuntou-
tuksen perhetyöntekijöille

Opinnäytetyö
Joulukuu 2011



POHJOIS-KARJALAN
AMMATTIKORKEAKOULU

OPINNÄYTETYÖ
Joulukuu 2011
Sosiaalialan koulutusohjelma

Tikkarinne 9
80200 JOENSUU
p. (013) 260 6600 p. (013) 260 6906

Tekijät

Anne Hiltunen, Kirsi Härkönen

Nimeke

"Kun pelkät sanat eivät aina riitä"

Menetelmäpaketti Punkaharjun SOS-Lapsikylän perhekuntoutuksen perhetyöntekijöille

Toimeksiantaja Punkaharjun SOS-Lapsikylä

Tiivistelmä

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli koota menetelmäpaketti erilaisista työmenetelmistä Punkaharjun SOS-Lapsikylän perhekuntoutushankkeen perhetyöntekijöille. Produktion oli tarkoitus vastata toimeksiantoon sekä antaa samalla opinnäytetyön tekijöille tilaisuus hyödyntää opittuja tietoja ja taitoja. Tarkoituksena oli myös perehtyä perheen kiintymyssuhteiden ja vuorovaikutuksen pulmiin sekä niiden tukemiseen. Punkaharjun SOS-Lapsikylän perhekuntoutushanke alkoi pilottihankkeena keväällä 2011.

Produktio on konkreettinen tuotos, jonka luomisessa on mukailtu projektityölle ominaisia vaiheita. Menetelmäpaketti on koottu käyttäen hyväksi alan kirjallisuutta, Internet-lähteitä sekä opintojen aikana kerättyjä erilaisia luovia ja toiminnallisia menetelmiä. Lähtökohtina menetelmien valitsemiselle olivat toimeksiantajan tarpeet ja odotukset. Työssä on pyritty huomioimaan erilaiset perhetyypit sekä resurssit, jotka perhekuntoutus asettaa. Opinnäytetyön teoreettinen tietoperusta käsittelee perhettä, perhekuntoutusta, perhetyössä käytettäviä menetelmiä, välineitä ja keinoja sekä syventyy tarkastelemaan perheen kiintymyssuhteita ja vuorovaikutusta.

Produktion päätösvaiheessa perhetyöntekijöitä on ohjeistettu menetelmien käyttöön otossa sekä niiden soveltamisessa erilaisiin tilanteisiin. Opinnäytetyö tukee perhekuntoutuksen kehittämistyötä sekä työntekijöiden osaamista haastavassa työympäristössä.

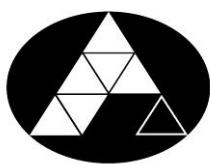
Jatkossa menetelmäpaketin toimivuutta on mahdollista arvioida sekä kehittää. Kehittämisideana on myös koota valmiita toimintamalleja ryhmämuotoisiin tapaamiskertoihin. Koska perhekuntoutushanke on vasta alkanut, voi tulevaisuudessa olla tarvetta kehittää, tutkia ja arvioida hankkeen toimivuutta ja tuloksellisuutta.

Kieli
suomi

Sivuja 89
Liitteet 2
Liitesivumäärä 49

Asiasanat

toiminnalliset menetelmät, perhekuntoutus, kiintymyssuhde, vuorovaikutus



NORTH KARELIA
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

THESIS
December 2011
Degree Programme in social services
Tikkarinne 9
80200 JOENSUU
FINLAND
Tel. 358-13-260 6600

Authors

Hiltunen Anne & Härkönen Kirsi

Title

"When words alone are not always enough"
Method Policy for the Social Workers of the Punkaharjus SOS Children's Village Family Rehabilitation

Commissioned by the SOS Children's village

Abstract

The purpose of this functional thesis was to collect a method policy for the social workers of the family rehabilitation in Punkaharju's SOS children's village. The SOS children's village has started a pilot project for family rehabilitation and an evaluation in spring 2011. This production is an assignment for them.

The production was purposed to respond to a given assignment and at the same time to give the writers an opportunity to utilize learned knowledge and skills. One purpose was also to familiarize the writers with the problems of emotional relationships and interaction in families and support social workers with problems.

The production is a concrete output which has been adapted from the creation of project-specific work steps. The method policy has been done by using the literature and Internet sources and also collecting a variety of creative and operational methods which have been used during the studies. Basis for selecting methods was the needs and expectations of the client. We have tried to notice different family types and resources set by family rehabilitation. The theoretical framework of the thesis deals with family, family rehabilitation, family work methods and tools and examines the family attachment and interaction more thoroughly.

The family workers have been instructed in the introduction of the methods and in adapting them to different situations. This production supports the development of family rehabilitation and the workers' skills in a challenging working environment.

Language
finnish

Pages 89
Appendices 2
Pages of Appendices 49

Keywords

functional thesis, family rehabilitation, emotional relationships, interaction

Sisältö

Tiivistelmä

Abstract

Sisältö	4
1 Johdanto	5
2 Perheet muuttuvassa yhteiskunnassa.....	7
3 Lastensuojelun perhetyö	8
3.1 Perheet ja vanhemmuus.....	8
3.2 Perhetyö	10
3.3 Lastensuojelullinen perhekuntoutus	12
3.4 Perhekuntoutuksessa käytettäviä työmenetelmiä.....	15
4 Perheen sisäiset kiintymyssuhteet	17
4.1 Vanhempien kiintymyssuhdemallien vaikutus lapseen	18
4.2 Erilaiset kiintymyssuhdemallit	19
5 Perheen sisäinen vuorovaikutus	21
5.1 Varhainen vuorovaikutus	22
5.2 Vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus	23
6 Punkaharjun SOS-Lapsikylän perhekuntoutus.....	24
6.1 Hankkeen kuvaus	24
6.2 Perhekuntoutuksen teoreettiset lähtökohdat	25
6.3 Perhekuntoutuksen asiakasprosessin kuvaus	27
7 Toiminnallinen osuus	28
7.1 Prosessin kuvaus	30
7.2 Projektin päättäminen ja tuotoksen kuvaus	33
8 Pohdinta.....	34
8.1 Tuotoksen tarkastelu suhteessa toimeksiantoon	34
8.2 Työn eettisyys ja luotettavuus.....	35
8.3 Oman ammatillisen kasvun arviointi	37
Lähteet.....	39

Liitteet

- Liite 1 Opinnäytetyön toimeksiantosopimus
Liite 2 ”Kun pelkät sanat eivät aina riitä” menetelmäpaketti

1 Johdanto

”Kaikki onnelliset perheet ovat toistensa kaltaisia, jokainen onneton perhe on onneton omalla tavallaan” (Tolstoi 2010, 6). Tässä Tolstoin Anna Karenina -romaanin ensimmäisessä lauseessa kiteytyy yksi tärkeimmistä opinnäytetyöme lähtökohdista. Lastensuojelun perhetyöntekijä tapaa työssään monenlaisia perheitä. Työtä tehdessä on tärkeää huomioida, että jokaisella perheellä on omanlaisensa ongelmat, eikä kahta täysin samalla tavalla onnetonta perhettä tule vastaan. Perhetyöntekijällä on hyvä olla erilaisia keinoja tukea perheitä, jotta nämä onnettomat perheet saavat tarvittavia välineitä onnellisen elämän tavoittelemiseen.

Lastensuojelun asiakkuuksien määrä on jatkanut nousuaan 1990-luvun alusta lähtien. Avohuollon palveluiden piirissä olevien lasten määrä on kasvanut huomattavasti, mutta yhä enemmän lapsia on jouduttu sijoittamaan aikaisempaa enemmän kodin ulkopuolelle. Lastensuojelun tarve syntyy monien eri tekijöiden yhteisvaikutuksista. Lastensuojelutarvetta kasvattavat muun muassa vanhempien tai lapsen mielenterveyden ongelmat sekä päihteiden väärinkäyttö. Yhä enemmän lastensuojeluun turvaudutaan myös silloin, kun vanhemmat ovat neuvottomia kasvatustehtävässään. Syinä näihin voivat olla rutiinien puute, arjen kaotisuus, vaikeudet perheen vuorovaikutuksessa tai perhe-elämän sekavuus. (Taskinen 2010, 7–8.) Perheen ongelmien kehittyessä yhä monimuotoisemmiksi, täytyy lastensuojelun avohuollon palveluiden pystyä vastaamaan tämän päivän tarpeisiin. Lastensuojelun perhetyön rinnalle onkin yhdeksi tukimuodoksi noussut lastensuojelullinen perhekuntoutus, joka tarjoaa perheille intensiivistä tukea tilanteissa, joissa on riskinä päätyä raskaampiin lastensuojelullisiin toimenpiteisiin.

Tämä opinnäytetyö on tehty toimeksiantona Punkaharjun SOS-Lapsikylän perhekuntoutushankkeeseen, joka aloitti toimintansa keväällä 2011. Perhekuntoutushankkeen tarkoituksena on kehittää toimiva toimintamalli perhekuntoutusta ja

vanhemmuuden arviointia varten. Perhekuntoutusta toteutetaan SOS-Lapsikylässä tai perheen omassa kodissa ja kuntoutusjakso kestää kolmesta kuuteen kuukautta. Asiakkaina voivat olla vanhempi tai vanhemmat lasten kanssa sekä nainen jo ollessaan raskaana. Perhekuntoutuksen tavoitteena ovat lapsen kasvuolosuhteiden turvaaminen, vanhempien tukeminen kasvatustehtävässä ja perheen voimavarojen vahvistaminen. Toimeksiantomme tarkoituksena oli koota SOS-Lapsikylän pilottihankkeen perhetyöntekijöiden käyttöön menetelmäpaketti, joka sisältää erilaisia menetelmiä ja välineitä perheen vuorovaikutuksen sekä kiintymyssuhteiden tukemiseen ja ylläpitämiseen.

Lähtökohtana opinnäytetyön aiheen valinnalle oli meidän molempien mielenkiinto lastensuojelua ja perhetyötä kohtaan. Näimme toiminnallisen opinnäytetyön antavan meille mahdollisuuden saada uusia kokemuksia ja syventää sekä hyödyntää jo oppiamme asioita. Perhekuntoutushankkeen toimiessa pilottina ei selkeää menetelmäpakettia SOS-Lapsikylän perhetyöntekijöiden tueksi ollut aiemmin kehitetty. Uskomme, että opinnäytetyömme toiminnallinen osuus palvelee hankkeen perhetyöntekijöitä ja he saavat konkreettisen tuotoksen myötä uusia menetelmiä työnsä tueksi.

Esittelemme tässä opinnäytetyön kirjallisessa osuudessa aluksi työmme teoreettisen tietoperustan. Lähestymme aiheitamme tarkastelemalla yhteiskunnan rakenteellisten muutosten vaikutusta suhteessa perheelle tarjottaviin palveluihin sekä avaamme perhetyön ja perheen käsitteitä. Tämän jälkeen syvennymme perheen sisäisiin kiintymyssuhteisiin ja vuorovaikutukseen, jotka ovat toimeksianton toteuttamisen kannalta tärkeät teoreettiset lähtökohdat. Luvusta kuusi eteenpäin kerromme SOS-Lapsikylän perhekuntoutushankkeesta sekä opinnäytetyömme toiminnallisesta osuudesta. Prosessimme olemme kuvanneet projektille ominaisten vaiheiden avulla. Lopuksi tarkastelemme produktiotamme suhteessa toimeksiantoon sekä pohdimme eettisyyttä ja omaa ammatillista kasvumme.

2 Perheet muuttuvassa yhteiskunnassa

Suomalainen yhteiskunta on vuosien saatossa muuttunut postmoderniksi tietoyhteiskunnaksi. Muutos on ollut nopeaa ja muutoksen suunta on jakanut väestöä moniin eriarvoisiin ryhmiin. Eriarvoistumiseen on vaikuttanut suomalaisen työelämän rakenteellinen muutos, jonka pohjalla ovat kansainvälinen kilpailu ja työvoimatarpeen väheneminen teollisuuden alalla. Myös sosiaali- ja terveysalan palvelurakenne on muuttumassa sirpaleisemmaksi, jolloin toiminta hajautuu valtion, kuntien ja järjestöjen lisäksi yhä enenevässä määrin myös yksityisille toimijoille. Palvelurakenteen muutoksilla on vaikutusta esimerkiksi alueelliseen tasa-arvoon ja maksukyvyyn mukaan eriytyviin palveluihin. (Törrönen 2010, 15–16.)

Lähtökohtana sosiaali- ja terveysalan palvelurakenteen muutoksessa on uusliberalistinen ajattelu, jonka edellytyksenä on palvelujen tehokkuus ja kustannusten pieneneminen. Tällöin myös kavennetaan julkisia hyvinvointipalveluja taloudellisin perustein sekä suurennetaan perheen omaa vastuuta lapsista ja muista sukulaisista. 1990-luvun laman myötä lapsiperheiden tukea leikattiin karsimalla perheiden ja erityisesti yksinhuoltajien verovähennyksiä. Kuntapalvelujen vähentäminen esimerkiksi kouluissa, lastensuojelussa ja nuorisotyössä pienentää perheiden mahdollisuuksia julkisin palveluin tuettuun tukeen. (Törrönen 2010, 16.)

Yhteiskunnan ja työelämän muutosten myötä myös perherakenteet kokevat muutoksia. Vaikka suomalaiset arvostavat perhettä ja parisuhdetta paljon, silti avioerot ovat lisääntyneet ja perheenperustamisikä noussut. Suomalaisten lasten ja nuorten keskimääräinen hyvinvointi ja terveys ovat yleisesti ottaen kohentuneet, mutta samanaikaisesti korjaavien palveluiden tarve on kasvanut nopeasti. Näin ollen selvitykset viittaavat siihen, että ongelmat kasautuvat melko pienelle vähemmistölle. Myös palvelujärjestelmän toiminnassa on suuria eroja eri kuntien välillä. Lasten ja nuorten ongelmat näkyvät erityisesti raskaiden erityis-

palveluiden, kuten lasten- ja nuorisopsykiatrian palveluiden, lastensuojelun sijoitusten ja erityisopetuksen kasvuna. Nämä palvelut ovat 2–4-kertaistuneet 1990-luvulta vuoteen 2005 mennessä. (Törrönen 2010, 17.)

Lasten elinympäristöön vaikuttaneet yhteiskunnan muutokset ovat heikentäneet lasten ja perheiden kykyä ratkaista ongelmiaan. Perheiden hajoaminen ja pieneminen, lähiverkostojen harveneminen ja sosiaalisten suhteiden väheneminen ovat nousseet uhkatekijöiksi perheen haavoittuvuutta ajatellen. Osalle perheistä kasaantuu enemmän ongelmia suhteessa muihin, ja näiden perheiden kohdalla moniongelmaisuus on tyypillistä. Yhteiskunnan asettamat muutospaineet näkyvät lastensuojelun avohuollon palveluiden kehittämisessä. Kustannustehokkaasti ajatellen avohuollon palvelut ovat pitkällä tähtäimellä tuottava investointi. Erilaiset tukimuodot, kuten tehostettu perhetyö ja perhekuntoutus tarjoavat perheille mahdollisuuden saada intensiivistä tukea arjen moninaisissa haasteissa. (Vilén, Vihunen, Vartiainen, Sivén, Neuvonen & Kurvinen 2006, 60–61, 65.)

3 Lastensuojelun perhetyö

3.1 Perheet ja vanhemmuus

Lastensuojelun perhetyötä tehtäessä keskiössä on aina koko perhe. Työn pohjana on ymmärrys perheestä ja siihen kuuluvista jäsenistä. Perheen määrittelyminen ei ole kuitenkaan yksiselitteistä. Kulttuurilla on suuri yhteys siihen, mikä katsotaan perheeksi. Länsimaisessa kulttuurissa perheeseen katsotaan kuuluvaksi vanhemmat ja kotona asuvat lapset. Suomen tilastokeskuksen mukainen perhe koostuu samassa asunnossa asuvista henkilöistä. Tilastokeskus on jakanut perheet lapsettomiin tai lasten kanssa asuviin avio- ja avopareihin, rekisteröityihin mies- ja naispareihin sekä yhden vanhemman perheisiin. Perheet, joissa on alle 18-vuotiaita lapsia, luokitellaan lapsiperheiksi. 76 prosenttia suomalaisista elää perheessä, joista lapsiperheitä on 41 prosenttia. Useissa perhetyö-

tä tekevissä palveluyksiköissä perhe määritellään niin, että siihen kuuluu lapsi sekä tämän viralliset huoltajat. (Vilén, Hansen, Janhunen, Kytöpuu, Salo, Seppänen P., Seppänen S. & Tapio 2010, 10.) Jokainen yksilö määrittää itse oman perheensä. Näin ollen jokaisella saman perheen jäsenellä on oma määrittämisensä ja käsitys perheestään. Käsitteenä perhe ymmärretään lapsen kotina, jossa on yksi tai kaksi aikuista huolehtimassa lapsen tarpeista. (Pohjola 2005, 43.)

Perhetyötä tehtäessä on tärkeää muistaa, että jokaisen perheen tarpeet ja voimavarat ovat erilaisia. Lapsiperhetyyppejä on useita, ja ne haastavat perheiden kanssa työskentelevän tarkastelemaan perhetyötä eri näkökulmista. Ydinperhe on yleisin perhemuoto, jolla tarkoitetaan perhettä, jossa on korkeintaan kaksi peräkkäistä sukupolvea. Yksinhuoltajaperheet ovat pääosin äidin ja lasten muodostamia perheitä. Yksinhuoltajaperheiden määrä Suomessa kaikista lapsiperheistä on viisi prosenttia. Uusperheessä toisella tai molemmilla avo- tai aviopuolisolla on yksi tai useampi alle 18-vuotias lapsi aikaisemmasta liitosta. Näiden yleisempien lapsiperhetyyppien lisäksi ovat olemassa adoptioperheet, sateenkaariperheet, monikulttuuriset perheet sekä sijaisperheet. (Vilén, Hansen, Janhunen, Kytöpuu, Salo, Seppänen P., Seppänen S. & Tapio 2010, 12–15.)

Vanhemmuuden tukeminen on usein pääroolissa perhetyön tavoitteita laadittaessa. Samalla tavoin kuin perhe-käsitteenä ei ole yksiselitteinen, myös vanhemmuuden käsitettä voidaan tarkastella monesta eri näkökulmasta. Biologisen vanhemmuuden lisäksi vanhemmuutta voidaan katsoa juridisen vanhemmuuden näkökulmasta, joka liittyy yhteiskunnan antamiin oikeuksiin ja velvollisuuksiin. Näitä oikeuksia on esimerkiksi lapsen oikeus perintöön. Juridinen vanhemmuus määräytyy biologisen vanhemmuuden perusteella, kuitenkin adoptiossa juridinen vanhemmuus siirtyy adoptiovanhemmille. Psyykkisellä vanhemmuudella tarkoitetaan vanhempaa, joka huolehtii lapsesta ja jonka lapsi kokee tunnetasolla vanhemmakseen. Psyykinen vanhempi on aikuinen, johon lapsi luottaa ja johon lapsi on kiintynyt. Sosiaalinen vanhemmuus viittaa sellaiseen aikuiseen, joka elää lapsen arjessa ja huolehtii tästä olennaisella tavalla. (Vilén ym. 2010, 12–15.)

3.2 Perhetyö

Perhetyölle ei ole olemassa tarkkaa määritelmää, eikä käsitettä ole määritelty laissa. Laajasti katsottuna perhetyöksi voidaan kutsua kaikkea perheiden kanssa tehtävää työtä. Lastensuojelulain mukainen perhetyö määriteltiin vanhassa lastensuojelulaissa muuksi lasta tukevaksi tukitoimeksi. Uudessa lastensuojelulaissa perhetyö mainitaan avohuollon tukitoimena. (Järvinen, Lankinen, Taajamo, Veistilä & Virolainen 2007, 55–56.) Perhetyötä voidaan tehdä monella eri taholla, kuten sosiaalityössä, neuvoloissa, päivähoitossa, kotipalveluissa ja seurakunnissa. Sillä voidaan tarkoittaa monia erilaisia työmuotoja, joita voidaan toteuttaa esimerkiksi keskusteluina, kotikäynteinä, leiri- ja kerhotoimintana, kuntoutuksina ja perhetapaamisina. (Vilén ym. 2010, 24–25.)

Perhetyötä tehdään pääasiassa lastensuojelun avohuollossa ja sijaishuollossa. Asiakkaina ovat perheet, joilla on usein lastensuojelullisia ongelmia, mutta perhetyön asiakkuus ei automaattisesti käynnistä lastensuojelun asiakkuutta. Vanhemmat voivat olla väsyneitä arjen pyörykseen, heille voi olla haasteellista asettaa rajoja lapsilleen, taikka heillä voi olla päihde- tai mielenterveysongelmaa. Lapsi voi myös itse oireilla sillä tavoin, että huoli on herännyt, joko vanhempien taikka esimerkiksi koulun puolelta. Perhetyön keskeisin tavoite on lapsen sijoituksen ehkäiseminen tukemalla perhettä itsenäiseen selviytymiseen ja vanhemmuuteen. Perhetyöllä tarkoitetaan myös syvällisen tuen antamista perheelle ja puuttumista perheen elämään, jopa vahvojen ja virallisten väliintulojen kautta. (Saarnio 2004, 240.)

Perhetyön sisältö muotoutuu jokaisen perheen kohdalla yksilöllisesti. Sisältö voi olla muun muassa psyykkisen ja sosiaalisen vanhemmuuden tukemista sekä kasvatusta- ja hoitomenetelmissä ohjausta. Vanhempien ohjaaminen erityistä tukea tarvitsevien lasten kasvatuksessa ja hoidossa sekä perheen toimintakyvyn vahvistaminen uusissa elämäntilanteissa ja kriiseissä voivat myös kuulua perhetyön sisältöön. Perhetyön avulla voidaan myös tukea parisuhdetta vanhem-

muutta vahvistavaksi sekä ohjata kodin arjen ja arkirutiinien hallintaa. Työn sisältöön voi myös kuulua perheen ja perheenjäsenten sosiaalisten verkostojen tukemista. Toisinaan perhetyö kohdistetaan vain joihinkin perheenjäseniin. Oletuksena kuitenkin on, että työ hyödyttää koko perhettä. (Vilén ym. 2010, 25–27.)

Perhetyötä luonnehditaan työntekijän ja asiakkaan yhteiseksi matkaksi. Työn onnistuminen määritellään asiakasperheissä tapahtuvan positiivisen muutoksen myötä. Perhetyö ja tukeminen vanhemmuuteen kuuluvat sosiaali- ja terveysalan toimintapiiriin. Tärkeimpiä ajattelusuuntauksia perhetyössä ovat voimavarakeskeinen ajattelu ja ratkaisukeskeisyys, joka konkreettisesti tarkoittaa lähestymistapaa, jossa keskitytään ongelmien sijasta ratkaisuihin. Lastensuojelun perhetyö yhdistää viranomaisten perheelle kohdistaman tuen ja kontrollin. (Saarnio 2004, 240.)

Perheen tukemisen yhtenä tavoitteena on saada perheenjäsenet kokemaan voimaantumista. Englanninkieliselle sanalle ”empowerment” ei ole yksiselitteistä suomenkielistä käännöstä. Käsitettä käytettäessä voidaan puhua voimaantumisesta, valtaistumisesta ja vahvistumisesta. Perheestä puhuttaessa voidaan käyttää myös käännöstä valtaistuminen, jolloin tarkastellaan koko perheen kykyä ottaa vastuuta. Valtaistumisessa yksilö kokee voimaantumista, minkä kautta hän voi ymmärtää paremmin myös omia voimia suhteessa muihin. Valtaistumiseen liitetään usein asiakkaan oman asiantuntemuksen korostuminen. (Vilén ym. 2010, 26.)

Perhetyössä voimaantuminen pyritään saavuttamaan tasapainoisesti, koko perhe huomioiden. Voimaantumisen kokemusten luominen eri perheenjäsenille voi olla haastavaa. Useimmiten yhden perheenjäsenen voimaantuminen johtaa voimaantumisen kokemuksiin myös perheenä. Haasteena on kokemusten luominen niin, ettei se tapahdu kenenkään toisen perheenjäsenen kustannuksella. Voimaantuminen voi näkyä perheenjäsenissä eri tavoin. Perheenjäsenet voivat kokea muutoksia ajatusmaailmassa, ja he voivat tuntea lisääntyvää hyvinvointia ja tunnetta elämänhallinnasta. Muutokset voivat myös näkyä konkreettisesti toiminnassa, esimerkiksi arjen hallinnassa sekä perheenjäsenten välisessä vuo-

rovaikutuksessa. Voimaantuminen voi vaikuttaa käyttäytymiseen esimerkiksi vastuun ottamisena ja myönteisyytenä. Voimaantuminen voi olla hetkellistä tai se voi olla jotakin, jonka perhe saavuttaa pysyvämmiin. (Vilén ym. 2010, 26.)

3.3 Lastensuojelullinen perhekuntoutus

Sanaan kuntoutus liittyy jo itsessään jonkinlainen visio tulevaisuudesta sekä voimavarojen ja ratkaisujen löytymisestä. Kuntoutus on yleisnimike tavoitteelliselle toiminnalle sekä sellaisille tukitoimenpiteille, joilla pyritään parantamaan ihmisten toimintakykyä ja osallisuutta. Kuntoutuksen perustana on aina jokin suunnitelma ja toiminnalle asetetut tavoitteet ja sitä säätelevät useat lait, kuten kansanterveys- ja erikoissairaanhoidolaki, sosiaalihuoltolaki, vammaispalvelulaki ja lastensuojelulaki. (Pärnä 2010, 41–42.)

Kuntien sosiaalitoimet järjestävät avohuollon tukitoimena perheisiin kohdentuvia palveluita omana toimintanaan tai ostavat palvelut eri palveluntuottajilta. Näitä palveluita ovat esimerkiksi tuki vaikean elämäntilanteen selvittämiseen, perheyö ja lapsen kuntoutumista tukevat hoito- ja terapiapalvelut. (Lastensuojelulaki 417/2007.) Lastensuojelullinen kuntoutus on harkinnanvaraista ja pohjautuu aina lapsen asiakassuunnitelmaan, jossa tuen tarve, tavoitteet sekä aiotut tukitoimet määritellään (Pärnä 2010, 42).

Kuntoutuksen käsite ja sisältö ovat muotoutuneet yhteiskunnan muutoksien myötä. Kuntoutuksella ei enää tarkoiteta ainoastaan työkykyisyyden palauttamista, vaan se on laajentunut laaja-alaiseksi toiminnaksi, jonka keskeisinä tarkoituksina on ihmisen sosiaalisen syrjäytymisen ehkäiseminen ja arkisen hyvinvoinnin tukeminen. Kuntoutus on monitieteistä ja moniammatillista, ja sen painopiste on siirtynyt vajavuuskeskeisyydestä kohti voimavarojen ja osallisuuden vahvistamista. Kuntoutuspalveluissa korostetaan nykyään asiakaslähtöisyyttä, palveluohjauksellista työtettä sekä muutoksen tukemista arkisessa työympäris-

tössä. Myös asiakkaan oma rooli kuntoutuksen tavoitteiden asettajana ja aktiivisena osallistujana on vahvistunut. (Pärnä 2010, 42.)

Muun muassa kunnalliset ja yksityiset lastensuojelulaitokset voivat järjestää perhekuntoutusta. Sitä annetaan määräaikaisena hoitona lastensuojelun asiakasperheille sellaisissa tilanteissa, joissa perheen epävakaa tilanne voi vaarantaa lastensuojelun arvion mukaan lapsen kasvun ja kehityksen. Perhekuntoutuksessa voidaan hoitaa myös perheitä, joiden elämäntilanne on kriisiytynyt äkillisesti. Tällainen äkillinen kriisi voi olla muun muassa vanhemman äkillinen kuolema tai sairaus. Perheelle annettavan kuntoutuksen yleiset tavoitteet voivat olla lapsen fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen kasvun ja kehityksen turvaaminen perheessä tai lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutuksen arviointi. (Rönkö & Rytönen 2010, 30–31.)

Perhekuntoutusta voidaan ehdottaa riskitilanteissa, äkillisten tai pitkään jatkuneiden vaikeuksien ja kriisien yhteydessä. Sitä voidaan toteuttaa päivämutoisena kuntoutuksena esimerkiksi päivähoidon kanssa tai se voi olla avohuollon työmuotojen päätepesäkki eli työmuoto huostaanottovaihtoehdon lähituntumassa. Tässä tapauksessa kuntoutus toteutetaan viimeisenä tarkistuksena ennen huostaanottoa tai vaihtoehtoisten mahdollisuuksien kartoittamisena. Kuntoutuksen avulla voidaan tarvittaessa varmistaa huostaanoton huolellinen valmistelu ja luoda mahdollisimman hyvä sijoitusprosessi. Kuntoutusmallissa ei tähdätä yksittäiseen tekijään vaan kokonaisvaltaisiin ja laajoihin muutoksiin, jotka koskettavat perheen ja lasten elämänlaatua ja arkea. Asiakkuuden kriteerinä on lapsen hyvinvoinnin vakava vaarantuminen tai lapsen tilanteen ja tarpeiden selvittäminen. (Törrönen & Pärnä 2010, 239–241.)

Kuntoutuksen toteutuminen edellyttää aina perheeltä valmiuksia olla ja toimia tiiviisti yhdessä perheenä sekä kykyä käsitellä hankalia asioita. Perhekuntoutuksesta hyötyvät perheet, joiden omat ongelmat alkavat selkiytyä heille. Tällöin perhekuntoutus voi tukea ja vahvistaa jo alkanutta kehitystä. Kuntoutus perheyön työmuotona ei sovi silloin, jos työntekijällä on hyvin heikko luottamus vanhempien huolenpitokykyyn ja voimavaroihin. (Törrönen & Pärnä 2010, 244.)

Prosessimaisuus ja prosessien merkitys on vahvistunut perhekuntoutuksessa käytännön kokemuksen myötä. Kuntoutuminen itsessään on jo prosessi, jolloin vaikeita asioita tunnistetaan ja hyväksytään, harjoitellaan uudenlaisia tapoja toimia ja siirretään niitä arkeen testattaviksi sekä sovelletaan niitä osana arkea. Perhekuntoutuksessa prosessimaisuuden ymmärtäminen on tärkeää, sillä kuntoutuminen liittyy perheen yhteisen arjen ja toimintakyvyn parantamiseen eikä vain yhden asian tai ihmisen muutokseen. Kuntoutumisessa on kyse kunkin perheen jäsenen yksilöllisestä ja koko perheen yhteisestä prosessista samanaikaisesti. (Laine, Heino & Pärnä 2010, 144.)

Tavoitteiden asettelu on tärkeä asia, joka vie prosessia oikeaan suuntaan. Perhekuntoutuksen asiakasperheillä voi olla vaikeaa hahmottaa, millaisia tavoitteita heidän toivotaan tai odotetaan asettavan. Tavoitteita asetettaessa keskustellaan lastensuojelun asiakkuuden syistä, huolista ja muutosodotuksista yhdessä perheen kanssa. Tärkeää on, että jokaiselle osapuolelle saadaan selkeä ja yhteinen näkemys siitä, miksi tilanteessa ollaan ja mihin tavoitteiden avulla pyritään. Tavoitteet kuntoutuksessa tähtäävät kuitenkin aina lapsen hyvän ja turvallisen elämän toteutumiseen. Prosessin onnistumisen kannalta tärkeitä ovat myös kuntoutuksen pituus, intensiteetti, muut palvelut ja yhteistyö muiden ammattilaisten kanssa. Kuntoutuksen työmenetelmissä tai lähestymistavoissa voi olla eroja. Osa työmenetelmistä painottuu toiminnallisuuteen ja arkeen, osa taas psykososiaaliseen tukeen ja keskusteluihin. (Törrönen & Pärnä 2010, 243–244.)

Kuntoutusjakson keston määrittää sosiaalityöntekijä yhdessä perheen ja perheyöntekijän kanssa. Kuntoutuksen kokonaisuus kattaa perheen tarpeet ja tavoitteet. Työskentelyn tavoite on perheen tilanteen muutoksen aikaansaaminen. Kuntoutuksen aikana pyritään tuen avulla löytämään perheen omia voimavaroja ja vahvistaamaan vuorovaikutusta. Koska työskentely vaatii suunnitelman ja kuntoutus perustuu suunnitelmallisuuteen sekä tavoitteellisuuteen, edellyttää se sitoutumista ja motivoitumista niin perheeltä kuin työntekijöiltäkin. (Järvinen ym. 2007, 46–47.)

3.4 Perhekuntoutuksessa käytettäviä työmenetelmiä

Perhetyön menetelmät ovat perhetyöntekijän käytettävissä olevia työmuotoja, joiden avulla pyritään ratkaisemaan ongelmia, suorittamaan tiettyä tehtävää tai pääsemään tavoiteltuun päämäärään. Menetelmien on hyvä olla sellaisia, jotta niiden käyttöä voi opettaa ja soveltaa ongelmien käsittelyyn eri ympäristöissä. Osa käytettävistä menetelmistä on luotettavasti testattuja ja vakiintuneita, osa taas kokemuksen pohjalta muotoutuneita käytäntöjä. Viime vuosien aikana lukuisia menetelmiä on kehitetty muun muassa moniammatilliseen yhteistyöhön ja lastensuojeluun. Kehittämisen tuloksena on syntynyt esimerkiksi erilaisia verkostotyön menetelmiä, varhaisen vuorovaikutuksen vahvistamiseen käytettäviä menetelmiä ja erimuotoisia ryhmämenetelmiä. (Kananoja, Lähteinen & Marjamäki 2011, 155,156.)

Perheen lähtötilanteen kartoittaminen on perheen tukemisen kannalta ensisijaista. Tämän menetelmän tarkoituksena on saada asiakas tarkastelemaan omaa elämäänsä eri tavalla kuin ennen ja luomaan uudenlaista ymmärrystä niihin asioihin, jotka herättävät huolta. Perhetyössä on tärkeää huomioida perhe kokonaisuutena, jolloin kaikki perheenjäsenet ovat tukemisen kohteena. Tukemisella perhetyössä tarkoitetaan arvioinnin lisäksi arkitöissä opastamista ja auttamista, huolen jakamista, hoivan antamista, tiedon jakamista ja oma-aloitteisuuteen kannustamista. Tukeminen voi myös näkyä empaattisena läsnäolona, ratkaisujen ehdottamisena ja erilaisten asioiden opettamisena. Muutos uuteen suuntaan perheen hyvinvointia ajatellen voi alkaa vasta silloin, kun perheenjäsenet pystyvät yhdessä jakamaan saman huolen ja uskovat, että muutos on mahdollinen. (Vilén ym. 2010, 46–47.)

Perhetyössä havainnointi on yleinen menetelmä tilanteen kartoittamisessa sekä perheenjäsenten välisen vuorovaikutuksen arvioinnissa. Havainnoinnissa haastavinta on vuorovaikutuksen sisällön ja merkitysten tulkitseminen. Asiakas voi esimerkiksi sanoa jotakin ja tarkoittaa kuitenkin muuta. Myös tunteiden havainnointi voi olla haastavaa, asiakas voi perhetyöntekijän silmin näyttää vihaiselta,

mutta tuntee kuitenkin pelkoa. Havainnoinnissa on aina osittain kyse työntekijän tekemistä tulkinnoista, eivätkä ne välttämättä aina kohtaa todellista tilannetta. Työntekijän omat aiemmat kokemukset sekä ennakkokäsitykset ja -odotukset asioista sekä jaksaminen vaikuttavat aina havaitsemiseen. Havainnoinnin lisäksi perheen tilanteen kartoittamisessa voidaan hyödyntää verkostopalavereita sekä erilaisia toiminnallisia menetelmiä. (Vilén ym. 2010, 50–51.)

Lastensuojelullisessa perhetyössä voidaan tehdä yhteistyötä asiakasperheen sosiaalisten verkostojen kanssa. Perhetyössä verkostotyönmenetelmällä voidaan tarkoittaa yhteistyötä niiden ammattilaisten kanssa, joiden asiakkaana perhe on, tai se voi olla yhteistyötä pelkästään perheen tukiverkoston kanssa. (Järvinen ym. 2007, 153–154.) Tukiverkostolla tarkoitetaan niitä ihmisiä, jotka ovat perheelle tärkeitä ja joilta vanhemmat kokevat saavansa tukea arjessaan. Tukiverkostojen olemassa olo tärkeää, vaikka perheellä ei olisikaan erityisiä huolia. Niiden merkitys korostuu erityisesti silloin, kun vanhemmat väsyvät tai perheen elämässä tapahtuu suuria muutoksia, joissa perheenjäsenten hyvinvointi on vaakalaudalla. (Vilén ym. 2006, 120.)

Perheen verkostoja voidaan selventää tai arvioida esimerkiksi verkostokartan avulla. Tämän menetelmän avulla työntekijä voi selvittää, millaisia sosiaalisia suhteita perheellä on ja millä tavalla ihmissuhteet tukevat perhettä. Verkostokartan myötä voi tulla selville myös sellaisia ihmissuhteita, jotka vievät voimia ja sen avulla voi myös havaita, keitä kartalla ei näy lainkaan. (Vilén ym. 2006, 120–121.) Yksi verkostotyön työtavoista on läheisneuvonpito, jossa perhe pyrkii läheistensä ja viranomaisverkoston tuella löytämään ratkaisuja ongelmiinsa. Läheisneuvonpidon myötä voidaan myös selvittää lähiverkoston näkemyksiä perheen tilanteesta sekä huolen määrästä. (Sosiaaliportti 2011.)

Toiminnalliset ja elämykselliset menetelmät kuten seikkailu, musiikki ja liikunta sekä taidepajatoiminta ovat lapsen ja nuoren luonnollisia tapoja ilmaista itseään. Toiminnallisten menetelmien kautta lapsen myönteinen minäkuva vahvistuu sekä perheenjäsenten välinen vuorovaikutus voi parantua. Tällaisten menetelmien avulla voidaan käsitellä asioita, joista on vaikea puhua. Niiden avulla

voidaan lisäksi saada asioihin uusia näkökulmia. Olennainen osa toiminnallista menetelmää on toiminnan purku, jolloin keskustelun kautta voidaan etsiä perheen yhteisiä voimavaroja ja taitoja, joita he voivat hyödyntää keskinäisissä suhteissaan ja omassa arjessaan. Keskusteluissa työntekijän rooli on auttaa perhettä keskinäiseen vuorovaikutukseen ja kokemusten vaihtoon. (Laine, Heino & Pärnä 2010, 158–159.)

Menetelmien tavoitteena on antaa välineitä sanojen löytymisen tueksi. Tavoitteena on myös auttaa löytämään muotoa sellaisille ajatuksille ja tunteille, joiden sanoittaminen on haastavaa. Yhtenä päätarkoituksista on helpottaa vuorovaikutusta sekä tutkia asiakkaan historiaa, elämäntilannetta, riskitilanteita, haaveita sekä käsitystä itsestä ja muista. Samaan aikaan tarkastelussa ovat asiakkaan voimavarat, mielenkiinnon kohteet ja selviytymisen keinot. Menetelmien käytön avulla pyritään siihen, että asiakas liittää ajatukset, tunteet, mielikuvan ja toiminnan osaksi minuttaan ja tätä kautta muuttaa ajattelua ja toimintaa entistä tarkoituksenmukaisemmaksi. (Salo-Chydenius 2010.)

Toiminnallisten menetelmien käyttö on tarkoituksenmukaista silloin, kun perheen ongelman käsittelemiseen tarvitaan uutta lähestymistapaa. Tavoitteena on aina käynnistää prosesseja, jotka auttavat muutoksen aikaansaamisessa. Toiminnallisiin menetelmiin kuuluvat muun muassa tanssi, liike, kuvien käyttö ja kirjoittaminen. Näiden lisäksi perhetyössä voidaan käyttää esimerkiksi erilaisia janoja, mielikuva- ja rentoutusharjoituksia sekä haave- ja verkostokarttojen piirtämistä. (Järvinen ym. 2007, 145–146.)

4 Perheen sisäiset kiintymyssuhteet

Perhetyön keskeinen rooli on tukea ja korjata perheensisäisiä kiintymyssuhteita. Haasteet tai ongelmat vanhempien elämässä voivat vaikuttaa lapsen ja vanhemman välisen kiintymyssuhteen laatuun. (Rousu 2007, 71.) Kiintymyssuhdeteorian loi psykoanalyytikko John Bowlby (1907–1990). Lähtökohtana teorian

syntymiseen oli ajatus siitä, kuinka lapsen kokema äidin riisto ja äidin rakkauden menettäminen voivat uhata lapsen kehitystä. Kiintymyssuhteessa on kyse kahden inhimillisen olennon välillä syntyvästä suhteesta, jossa molemmat osapuolet vaikuttavat suhteen kehitykseen. Bowlby pyrkii selitysjärjestelmän keinoin teoriallaan selvittämään, miksi ihmiset pyrkivät muodostamaan vahvoja siteitä toisiinsa sekä miksi ja miten keskeisten ihmissuhteiden katkeaminen tai uhka siitä aiheuttaa ahdistusta. (Hautamäki 2001, 18.)

Kiintymyssuhteen tunnusmerkkinä on vahva tunneside lapsen ja vanhemman välillä, mikä sisältää molemminpuolista tyydytystä tuovia elementtejä. Suhde kehittyy vuorovaikutuksen kautta jatkuvasti, pysyy elinikäisenä ja se vaikuttaa sekä lapsen että vanhemman elämään kauaskantoisesti. Turvallinen kiintymys hoitavaan aikuiseen nähdään perustana lapsen myöhemmille ihmissuhteille ja kyvylle toimia niissä vastavuoroisesti. Turvallisella kiintymyksellä on myös yhteys lapsen itseluottamukseen, emotionaaliseen kehittymiseen, mielenterveyteen ja stressinsietokykyyn. (Korhonen & Sukula 2004, 17–18.)

4.1 Vanhempien kiintymyssuhdemallien vaikutus lapseen

Kiintymyssuhteen edellytyksenä on fyysinen ja emotionaalinen läheisyys sekä molemminpuolinen aktiivisuus. Lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutuksen tulee siis olla vastavuoroista jotta kiintymyssuhde syntyy. (Korhonen & Sukula 2004, 21.) Keskeistä varhaisessa kiinnittymisessä on, että lapsi voi kokea läheisyyden, eron ja jälleennäkemisen turvallisella tavalla. Kiintymyssuhteessaan traumatisoituneen lapsen kohdalla nämä ominaisuudet ovat olleet toistuvasti puutteellisia tai mieltä järkyttäviä. Läheisyys on saattanut olla vaarallista, ero on ollut jätetyksi tulemista ja jälleennäkeminen on ollut epävarmaa. (Kalland 2001, 204.)

Aikuisen yksi tärkeimmistä kehitystehtävistä on kyky solmia läheisiä ihmissuhteita ja ylläpitää niitä. Parisuhde on tärkeä ihmissuhde aikuisiässä. Parisuhteessa yksilö muodostaa kiintymyssuhteen hänelle tärkeään ihmiseen, joka luo pe-

rusturvallisuutta ja auttaa hyväksymään omaa persoonallisuutta. Suhteen toimivuudella on suora yhteys vanhemmuuden kehittymiseen. Lapsen kehitykseen vaikuttavat hänen ympärillään olevat ihmissuhdemallit ja niiden toimivuus. Omassa lapsuudessaan turvallisen kiintymyssuhteen luonut aikuinen omaa kyvyn huomioida oman lapsensa tarpeita herkästi ja tätä kautta hän kykenee luomaan lapselleen turvallisen kiintymyssuhteen. Lastensuojelun asiakkaina olevien perheiden vanhempien kokemat ei-turvalliset kiintymyssuhdemallit näyttävät siirtyvän sukupolvelta toiselle. Vanhempien omaan lapsuuteen liittyvät kiintymyssuhdehäiriöt voivat asettaa haasteita vanhemmuuden kuntouttamiselle. Toisaalta vaikka kiintymyssuhdemallit olisivatkin turvallisia, ne eivät aina välity lapselle. Tämä voi johtua perheessä vallitsevasta stressitilanteesta, kuten esimerkiksi jatkuvista taloudellisista ongelmista, jotka vaikuttavat vanhempien jakamiseen. Lastensuojelullisella kuntouttavalla työllä on mahdollista pyrkiä muuttamaan kiintymyssuhdemalleja myönteisemmäksi ja tätä kautta voidaan saada aikaan mahdollisuus katkaista kielteisten mallien siirtyminen sukupolvelta toiselle. (Rousu 2007, 70–71.)

4.2 Erilaiset kiintymyssuhdemallit

Pieni lapsi pyrkii aktiivisesti kiinnittymään siihen henkilöön, joka häntä päivittäin hoitaa. Lapsi hakee yhteyttä äitiinsä erilaisten tapojen avulla, kuten katse, hymy, itku, ääntely, syliin pyrkiminen ja kiinni tarraaminen. (Hautamäki 2001, 21–22.) Kun lapsen tarpeisiin vastataan oikein ajoitetusti, oikeudenmukaisesti ja ennustettavasti, lapsi alkaa luottaa hoivan saamiseen. Toistuvien myönteisten kokemusten myötä lapsi kiinnittyy häntä hoitavaan aikuiseen. (Korhonen & Sukula 2004, 17.) Tällöin puhutaan turvallisesta kiintymyssuhteesta, jolloin lapsella on lupa ilmaista perustunteita ja häntä myös tuetaan niiden käsittelemisessä. Turvallisessa kiintymyssuhteessa lapsi kokee saamansa hoivan ja huolenpidon ansiosta itsensä rakastettavaksi ja ympäröivän maailman turvalliseksi paikaksi. (Tapio ym. 2010, 103–104.)

Välttelevässä kiintymyssuhteessa lapsi oppii, ettei hoitava aikuinen ole saatavilla tai hän ei reagoi lapsen sisäiseen hätään. Lapsi tottuu siihen, ettei hänen tunteillaan ja tarpeillaan ole suurta merkitystä, koska aikuinen ei vastaa niihin. Välttelevä kiintymyssuhde voi näyttäytyä hiljaisena ja passiivisena lapsen tarpeiden ohittamisena tai vaihtoehtoisesti aktiivisena kontrolloimisena silloin, kun lapsi aikuisen mielestä vaatii liikaa tai näyttää vaikeita tunteitaan. Välttelevässä kiintymyssuhteessa lapsi voi olettaa, että olemalla kiltti ja ahkera hän voi saavuttaa parhaiten aikuisen hyväksynnän. Kielletyt ja tukahdetut tunteet usein kasaantuvat, ja lapsi voi alkaa esimerkiksi oireilla raivoamalla, itkemällä ja uhmaamalla rajoja. Aikuisiässä välttelevän oletusmallin omaksuneelle ihmiselle rakkauden osoittaminen ja vastaanottaminen voi olla vaikeaa, myös toiselle antautuminen ja toiseen luottaminen on hankalaa. Välttelevästi kiinnittynyt aikuinen haluaa olla omalle lapselleen ideaalivanhempi, mutta pettyy itseensä helposti huomattuaan oman tarvitsevuutensa estävän ihanteellisen vanhemmuuden toteutumisen. (Tapio ym. 2010, 105–106.)

Ristiriitaisessa kiintymyssuhteessa lapsi kokee aikuisen olevan ennustamaton ja epäjohdonmukainen reaktioissaan. Syynä epäjohdonmukaisuuteen voi olla päihteiden käyttö, oman terveyden tai elämäntilanteen vaihtelut tai epä tietoisuus siitä, miten lapsen kanssa tulisi olla. Ristiriitaisessa kiintymyssuhteessa tunteiden ilmaisu on usein vääristynyttä ja liioiteltua ja aikuisten reaktiot arvaamattomia. Lapsi oppii, että vain vahvoihin tunteisiin ja tarpeiden ilmaisuihin vastataan. Aikuinen, joka on kasvanut ristiriitaisessa kiintymyssuhteessa, vetoaa vahvasti tunteisiin ja kokee arvottomuutta ilman toisilta saamaa hyväksyntää. (Tapio ym. 2010, 107–108.)

Kaoottisessa kiintymyssuhteessa lapsen vanhemmat ovat usein ennakoimattomia ja arvaamattomasti käyttäytyviä, ja lapsen perushoitoa on laiminlyöty. Tunteiden ja tarpeiden näyttäminen tekee lapsesta haavoittuvan, joka tarkoittaa kaoottisessa kiintymyssuhteessa usein altistumista hyväksikäytölle ja/tai huonolle kohtelulle. Lapsen elämä on toistuvasti traumaattista, ja hän joutuu kokemaan kipua, joka on usein sekä psyykkistä että fyysistä. Kaoottisessa kiintymyssuhteessa lapsi kokee ympäröivän maailman vaaralliseksi, ja pyrkii selviy-

tymään yksin ilman aikuisia. Lapsi on toisia kohtaan varautunut eikä kykene luottamaan toisiin ihmisiin. Hän voi joko vetäytyä kokonaan kuoreensa eikä pyydä apua keneltäkään, mutta voi myös hakea lohtua keneltä tahansa vieraaltakin ihmiseltä. Aikuisuuteen kasvaminen tässä kiintymyssuhteessa on vaikeaa. Ilman varhaista tukea ja riittävää terapeutista hoitoa kaoottisessa kiintymyssuhteessa elävä ei kykene psyykeensä puolesta rakastamaan itseään ja muita. (Tapio ym. 2010, 108–110.)

5 Perheen sisäinen vuorovaikutus

Yhteiskunnan muutoksen myötä myös kasvatuskulttuuri on muokkaantunut. Lasten kasvatuksesta ollaan yhä etenevissä määrin huolestuneita. Huoli kohdistuu lähinnä kotikasvatukseen ja vanhemmuuden tilaan. Ongelmien takana nähdään piilevän vaikeus rajojen asettamiselle, joka voi johtaa liian varhaisen lapsuuden loppumiseen. Vielä pari sukupolvea taaksepäin oli selvää, että aikuinen on auktoriteetti, kun nykyisin taas aikuinen kääntyy lapsen puoleen kuunnellen ja kysellen. Entisten auktoriteettisuhteiden tilalle ovat tulleet vuorovaikutus- ja kiintymyssuhteet. (Korhonen 2006, 51, 55.) Vuorovaikutustaitojen ja persoonallisuuden kehitystä voidaan kutsua sosiaaliseksi kehitykseksi. Lapsen sosiaaliseen kehitykseen vaikuttavat erityisesti vanhemmilta saadut mallit. Lapsi niin sanotusti imee itseensä vanhemmiltaan saamiaan arvoja ja asenteita, käyttäytymismalleja sekä sukupuolirooleja. Nämä kaikki asiat välittyvät lapselle vuorovaikutuksen kautta. (Vilén ym. 2006, 156.)

Vanhempien parisuhdetta pidetään perheen ydinsuhteena, jonka vahvistaminen on sekä lapsen että koko perheen hyvinvoinnin kannalta arvokasta ja tärkeää. Toimivan parisuhteen kivijalkana on toimiva vuorovaikutus. Näitä taitoja yksilö kehittää koko elämänsä ajan. Vanhempien omaksumat ihmissuhdetaidot siirtyvät tuleville sukupolville ja ovat muottina lapsen kehittäessä omia vuorovaikutusmallejaan. Puhuminen, kuunteleminen ja sanattoman viestinnän käyttö ovat

hyvän vuorovaikutuksen ylläpitämisen peruselementtejä. Parisuhteen yleisimmät ongelmat ovat lähtöisin puolisoiden kommunikointivaikeuksista. (Tapio ym. 2010, 120, 124.)

5.1 Varhainen vuorovaikutus

Varhaisella vuorovaikutuksella tarkoitetaan vanhemman ja lapsen vuorovaikutuksen yhteensopivuutta, vastavuoroisuutta ja samantahtisuutta. Varhainen vuorovaikutus alkaa jo raskauden aikana, jolloin tuleva vauva on vanhempien mielissä ja äidin mielikuvat vauvasta, omasta äitiydestä, vauvan isästä ja omista vanhemmista muokkautuvat. Kiintymyssuhde kehittyy vauvalle jo heti varhaisen kokemusten pohjalta. Heti vauvan syntymästä lähtien hänellä on taitoja etsiä vuorovaikutusta ja hän pystyy säätelmään omaa käyttäytymistään vuorovaikutussuhteessa. Vanhempi antaa vauvalle hoivaa, ravintoa ja suojaa, johon vauva vastaa. Suuri osa vanhemmista toimii luonnollisesti vauvan kanssa oikein, koskettaa vauvaa hellästi, puhuu lempeällä äänellä, katsoo vauvaa läheltä ja suojaa vauvan ympäristöä. Vuorovaikutuksen samantahtisuudella tarkoitetaan vanhemman taitoja ja haluja sovittaa omaa toimintaansa vastaamaan lapsen tarpeisiin, rytmeihin ja vuorovaikutuksellisiin kykyihin. (Järvinen ym. 2007, 109–110.)

Vauvan turvallinen kiinnittyminen vanhempiin tapahtuu, kun vanhempi toimii sensitiivisesti, ennustettavasti ja johdonmukaisesti vauvan kanssa. Tämän on se pohja, josta vauva oppii, kannattaako tunteita ilmaista ja kenelle. Vuorovaikutukseen kuuluu oikea-aikainen lapsen tarpeiden tyydytys, jolloin pohja perusluottamukselle kehittyy. Kiinnittyminen ja kiintyminen vanhempiin ovat lapsen kehityksen kivijalka, joka lisää jatkuvuuden kokemusta. Kosketusaisti kehittyy lapselle ensimmäisenä ja se vahvistaa kiintymistä. Kosketus on vauvalle erittäin tärkeää, yhtä tärkeää kuin ravinto aivojen kehityksen kannalta. Kosketus on ensi askel sosiaalisuuden ja vuorovaikutuksen opetteluun. (Järvinen ym. 2007, 110–111.)

Kiintymyssuhde muovautuu turvalliseksi tai turvattomaksi sen mukaan, kuinka hyvin vanhempi tulkitsee lapsen viestit ja vastaa lapsen tarpeisiin. Kun lapsi kiintyy turvallisesti vanhempaan, hänelle muodostuu käsitys siitä, että hän voi olla oma itsensä, näyttää kaikkia tunteitaan, häntä kuullaan ja rakastetaan, otetaan syliin ja kosketetaan. Vuorovaikutuksen toimiessa hyvin vanhemman ja lapsen välillä vanhempi nauttii suhteestaan lapseen ja kykenee vuorovaikutustilanteissa vastavuoroisuuteen. Lapsi taas oppii tunnistamaan omia tarpeitaan ja tunnetilojaan, millä on suuri merkitys lapsen emotionaalisen itsesäätelyn ja myönteisen itsetunnon rakentumisen syntymiseen. (Järvinen ym. 2007, 112.)

Varhaisten vuorovaikutuskokemusten kautta lapsi saa kuvan siitä, millainen hän on, millaisia ympärillä olevat ihmiset ovat ja kuinka ihmissuhteet toimivat. Saatu kiintymyssuhdemalli toimii mallina kaikille tuleville ihmissuhteille. Kiintymyssuhdemalli on sisäistetty selviämismekanismi, joka myös kertoo tarinan itsestä ja omasta maailmankuvasta. Se antaa mallin siitä, kuinka vanhempana ja aikuise-
na toimitaan. (Järvinen ym. 2007, 112.)

5.2 Vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus

Mahdollisia kiintymysvaurioita voidaan ennaltaehkäistä tai korjata kiinnittämällä huomiota lapsen ja aikuisen väliseen vuorovaikutukseen. Vuorovaikutustyyppit jaetaan sensitiiviseen ja responsiiviseen vuorovaikutustyyliin, passiiviseen vuorovaikutustyyliin, kontrolloivaan vuorovaikutukseen ja hajanaiseen vuorovaikutustyyliin. (Tapio ym. 2010, 133.)

Sensitiivisessä ja responsiivisessa vuorovaikutustyyliissä vanhempi luo vastavuoroisen yhteyden lapseen olemalla tämän saatavilla, äänтелеillä ja olemalla ilmeikäs. Vanhemman ja lapsen välillä on katsekontakti, ja vanhempi reagoi lapsen perustarpeisiin ja vastaa niihin. Sensitiivisessä ja responsiivisessa vuorovaikutuksessa lapsi saa päivittäin kokemuksia siitä, että häntä hoidetaan ja

huomioidaan ja aikuisen tunneilmaisut ovat aitoja ja myönteisiä. Passiivisessa vuorovaikutustyyliässä vanhempi on ilmeetön ja eleetön, hoitaen kuitenkin lapsen perustarpeita, mutta ilman katsekontaktia ja myönteisiä tunneilmaisuja. Lapselle saatetaan esimerkiksi laittaa usein tutti suuhun tilanteissa, joissa lapsen ääntely on sosiaalista seurustelua eikä itkua. Lasta saatetaan myös nukkuttaa kohtuuttoman paljon ja rauhoitella liikaa tilanteissa, joissa lapsi kaipaisi seurustelua. Passiiviseen vuorovaikutustyyliin yhdistetään usein vanhempien ongelmat, esimerkiksi masennus ja päihdeongelmat. (Tapio ym. 2010, 133–134.)

Kontrolloivan vuorovaikutuksen peruspiirteinä on vanhemman ajoittainen voimakas yhteyden hakeminen lapseen. Tämä näkyy esimerkiksi innokkaana halailuna tai suukotteluna, pakottamalla lapsi katsekontaktiin ja olemalla tunkeileva. Toisina hetkinä vanhempi voi unohtaa lapsen hetkellisesti kokonaan, eikä huomaa häntä. Hajanaisessa vuorovaikutustyyliässä vanhempi on poissaoleva eikä lapsen perustarpeet tule kohdatuksi. Vanhempi saattaa toimia huomioimatta lapsen ikää, ja vaatia tältä ikätasoonsa nähden mahdottomuuksia. Vanhemman tunneilmaisut ovat poikkeavia, esimerkiksi hän nauraa silloin, kun lapsi on itkuinen. Hajanaisessa vuorovaikutuksessa elävä lapsi on reagoimaton, ei hymyile eikä reagoi toisen ihmisen lähestymiseen tai tekee sen hyvin vaimealla tai oudolla tavalla. Lapsi saattaa nukkua paljon, ja olla itsekseen lattialla passiivisena ilman, että tutkisi leluja tai ympäristöä. (Tapio ym. 2010, 135–136.)

6 Punkaharjun SOS-Lapsikylän perhekuntoutus

6.1 Hankkeen kuvaus

Aikaisemmin sijaishuollon palveluihin painottunut SOS-Lapsikylä Ry on monipuolistanut toimintaansa kehittämällä aktiivisesti lastensuojelun avohuollon palvelujaan. Kehittämistyön myötä sijaishuollon ohella SOS-Lapsikylä tarjoaa avohuollon tukitoimi-palveluja, kuten tukiperhe- ja leiritoimintaa, tuettuja ja valvottu-

ja tapaamisia, perheinterventioita sekä perhetyötä. Yhtenä suurimmista kehittämisseurauksista SOS-Lapsikyläyhdistyksessä on kehittämishanke, jonka tarkoituksena on kehittää perhekuntoutusta ja vanhemmuuden arviointia. Pilot-tihanke käynnistyi Punkaharjun SOS-lapsikylässä keväällä 2011. Hankkeen tavoitteena on kehittää toimintamalli koko perheen sijoittamisesta lapsikylään perhekuntoutusta ja vanhemmuuden arviointia varten.

Perhekuntoutusta tehdään intensiivisesti koko perheen sijoituksena lapsikylässä tai vaihtoehtoisesti niin sanotusti kotiin kannettuna perheen kotona, jolloin työntekijöiden läsnäolo on harvempaa ja perheen oma kyvykkyys korostuu. Molemmat perhekuntoutuksen tavat ovat yksilöllisesti perheelle suunnattuja. Perhekuntoutuksen tavoitteena on lapsen kasvuolosuhteiden turvaaminen, vanhempien tukeminen kasvatustehtävässä ja koko perheen omien voimavarojen vahvistaminen. Opastus, tukeminen ja ohjaaminen ovat perhekuntoutuksessa keinoja, joiden avulla pyritään siihen, että lapsen asuminen kotona on lapsen kannalta hyvä ja turvallinen ratkaisu. Tuki voi olla esimerkiksi normaalin arjen opettelemista tai se voi olla myös tunteiden ilmaisun ja hallinnan opettelua. (SOS-Lapsikylä 2011.)

Perhekuntoutuksen sisältö rakentuu yksilöllisesti perheen tarpeiden ja asiakassuunnitelmassa sovittavien tavoitteiden mukaisesti. Kuntoutusprosessin kesto on myös tapauskohtainen, kuitenkin vähintään kolmesta kuuteen kuukauteen. Perhekuntoutukseen voi tulla asiakkaaksi vanhempi tai vanhemmat yhdessä lasten kanssa tai jo raskauden aikana. Perhekuntoutukseen tulevien perheiden oletetaan kykenevän toimimaan osan vuorokaudesta ja viikonloppuisin itsenäisesti. Näin ollen asiakasperheen jäsenillä ei voi olla akuuttia, hoitoa vaativaa päihde- tai mielenterveysongelmaa. (SOS-Lapsikylä 2011.)

6.2 Perhekuntoutuksen teoreettiset lähtökohdat

SOS-Lapsikylän perhekuntoutustyön tausta-ajatuksena ovat perheen näkeminen systeeminä sekä ratkaisukeskeinen ja voimavarasuuntautunut työskentely-

tapa. Perhekuntoutuspalvelussa huomioidaan myös kiintymyssuhteet ja traumaterapeuttinen näkökulma. Punkaharjun SOS-Lapsikylän perhekuntoutuksella on käytössään Theraplay-terapia sekä MIM-vuorovaikutushavainnointityöväline ja siihen koulututtuneet terapeutit. (SOS-Lapsikylä 2011.)

Ratkaisukeskeisen ja voimavarasuuntautuneen työskentelytavan lähtökohtana on ajatus siitä, että jokainen ihminen on itse elämänsä paras asiantuntija. Tämä tarkoittaa sitä, että perhe asettaa itse tavoitteet työskentelylle. Voimavarakeskeisyyden lähtökohtana työskentelyssä on pyrkiä kartoittamaan ja hyödyntämään kunkin perheenjäsenen kyvyt ja taidot. Työskentelytavassa on olennaista yhteistyö ja kannustus. Asiakkaan verkostojen ja läheisten katsotaan olevan asiakkaalle voimavara sekä tuki työskentelylle. (SOS-Lapsikylä 2011.)

Perhetyössä systeeminen näkemys tarkoittaa perheen vuorovaikutusjärjestelmää, jossa kukin perheen jäsenistä vaikuttaa käyttäytymisellään ja ilmaisullaan toisiinsa ja on myös samalla itse toisten vaikutusten kohde. Lähtökohtana työskentelylle on, että vaikuttamalla yhteen perhesysteemin vuorovaikutusjärjestelmän osaan eli perheenjäseneseen, voidaan saada käyntiin muutosprosessi myös systeemin muissa osissa. Yksilöitä ja perhettä tarkastellaan sen pohjalta, kuinka he kommunikoivat toistensa kanssa ja toimivat perheessään yhdessä tai erikseen sekä kuinka he perheenä toimivat suhteissa ulkopuolisiin systeemeihin, esimerkiksi päivähoitoon, kouluun tai naapurustoon. (Rönkkö & Rytönen 2010, 89–93.)

Perheen keskinäisen vuorovaikutuksen ja kiintymyssuhteiden seuraamiseen ja tukemiseen on kehitelty erilaisia työvälineitä. Yksi näistä on Theraplay-terapia, joka vahvistaa lapsen kiintymyssuhteita, itsetuntoa ja sosiaalisia suhteita. (Sosiaaliportti 2011.) Suomessa Theraplay-terapia on käytössä monimuotoisesti. Sitä käytetään muun muassa erilaisten varhaisvaiheiden kehityksellisten ongelmien, kuten syömis- ja unihäiriöiden hoidossa, vuorovaikutushäiriöiden ja emotionaalisten häiriöiden hoidossa sekä käyttäytymisen säätelyn, vaikeiden traumaperäisten sopeutumishäiriöiden ja kiintymyssuhdeongelmien hoidossa. MIM-havainnointi on osa Theraplay-menetelmää. MIM on vuorovaikutuksen

havainnointimenetelmä, jossa pienten tehtävien avulla pyritään saamaan esille lapsen ja vanhemman välisen suhteen eri osa-alueita, kuten hoivaavuutta, leikkisyyttä, vanhemman kykyä opettaa lastaan ja olemaan saatavilla tunneta-solla. MIM-havainnoinnin toteutus ja arviointi vaatii kouluttautumista. (Seppänen ym. 2010, 225.)

Traumaterapeuttisen näkökulman tausta-ajatuksena on se, että sukupolvelta toiselle siirtyviä traumoja voidaan avata. Psykkinen trauma voi syntyä monien eri tekijöiden summana. Traumasta voidaan puhua silloin, kun ihminen on ollut hengenvaarassa tai hän uskoo olleensa hengenvaarassa. Traumatisoitumiseen liittyy usein oireita, joita voivat olla esimerkiksi unihäiriöt, masentuneisuus ja ahdistuneisuus. Traumaattisia oireita voi syntyä jonkin ärsykkeen myötä. (SOS-Lapsikylä 2011.) Traumat voivat häiritä lapsen kehitystä kahdella eri tavalla. Traumaattinen kokemus voi olla niin voimakas, että lapsen kehitys sekä sosiaalinen vuorovaikutus häiriintyvät. Samoin trauman vaikutukset voivat kasaantua jos ympäristö ei huomioi lapsen yrityksiä säädellä, ymmärtää ja tulla toimeen traumaattisten kokemusten kanssa. Trauman voimakkuudella ei välttämättä ole väliä, mutta vauriot voivat olla suuria, jos se ajoittuu tiettyyn kehitysvaiheeseen tai lapsi on erityisen haavoittuva. Kiintymyssuhteen tuntemus korostuu, kun lapsen traumakokemuksia pyritään ymmärtämään. (Punamäki 2001, 191.)

6.3 Perhekuntoutuksen asiakasprosessin kuvaus

SOS-Lapsikylän perhekuntoutukseen asiakasperheet ohjautuvat lähettävien kuntien aloitteesta. Yhteydenoton jälkeen alkaa suunnitteluvaihe, jossa työskennellään yhdessä asiakkaan, lastensuojelun sosiaalityöntekijän sekä perhekuntoutuksen henkilöstön kesken. Suunnitteluvaiheessa tutustuminen ja palvelutarpeen kartoitus sekä perheen sitoutuminen työskentelyyn ja palveluun ovat keskeisimmät asiat. Perheen osallistuminen tavoitteiden asettamiseen ja sitoutuminen ovat tärkeitä, jotta prosessia voidaan viedä eteenpäin. (SOS-Lapsikylä 2011.)

Sopimuksen tekemisen jälkeen alkaa työskentely, joka jaetaan kartoitus- ja kuntoutusvaiheeseen. Kartoitusvaiheen tavoitteena on perheen kokonaistilanteen jäsentäminen, vanhemman vahvuuksien ja muutostarpeiden kartoittaminen ja suunnitelman tekeminen kuntoutusvaiheelle. Huomiota kiinnitetään vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen ja kodin arjen toimintoihin. (SOS-Lapsikylä 2011.)

Kuntoutusvaiheessa tavoitteena on lapsen ja kodin hoitaminen ympärivuorokautisesti ja arjen rytmittäminen lapsen tarpeista lähtien perhetyöntekijän tukeamana. Kuntoutusvaiheen teemoina ovat lapsen hoito, muun muassa ruokkiminen, asianmukainen pukeminen, ulkoilu, nukuttaminen, terveellinen ruoka, vauvan/lapsen hygienia. Teemana on myös vanhemman/vanhempien fyysinen ja psyykinen hyvinvointi ja sosiaalinen verkosto. Kuntoutusvaiheessa voidaan myös käsitellä esimerkiksi talouden suunnittelua, kodinhoidollisia tehtäviä, terveydenhuoltoa ja virastoissa asiointia. Tavoitteiden toteutumista arvioidaan perheen kanssa viikoittain ja sovituin väliajoin asiakassuunnitelmaneuvotteluissa. (SOS-Lapsikylä 2011.)

Kuntoutuksen päätösvaiheessa pidetään päätösneuvottelu ja sovitaan jatkotoimenpiteistä. Kuntoutusjakson päätyttyä SOS-Lapsikylän perhetyöntekijä voi tarvittaessa tehdä tukikäyntejä perheessä tai perheelle voidaan järjestää tukijaksoja lapsikylässä. Perhekuntoutuksen loppuessa kartoitetaan myös muita tukitoimia, kuten esimerkiksi asiakkaan oman kunnan tarjoamaa perhetyötä ja muita lapsiperheiden palveluja. (SOS-Lapsikylä 2011.)

7 Toiminnallinen osuus

Opinnäytetyömme on produktio, jonka toteutimme seuraamalla projektityölle ominaisia vaiheita. Produktio termillä on kuvattu elokuvien, TV-esitysten, teatterinäytäntöjen, kirjallisten tuotoksien ja esiintyvien taiteilijoiden tuotetta. Produktio on yksi projektityypeistä. (Virkki & Somermeri 2000, 9.) Projektilla tarkoitetaan

aikataulutettua, tietyillä panoksilla kestäviin tuloksiin pyrkivää tehtäväkokonaisuutta. Jokaisella projektilla on omat, juuri kyseistä projektia määrittelevät tavoitteensa. (Silfverberg 2004, 18.)

Projektityö jaetaan neljään eri vaiheeseen, joita ovat:

- 1) projektin asettaminen
- 2) projektin suunnittelu
- 3) projektin toteutus
- 4) projektin päättäminen

(Virkki & Somermeri 2000, 29).

Ennen projektin suunnitteluvaihetta on selvitettävä, mihin lopputulokseen toimeksiantaja odottaa projektin päättyvän. Projektissa työskentelevien on tärkeää perehtyä organisaation käytössä oleviin toimintatapoihin sekä mahdollisiin aiemmin toteutettuihin projekteihin ja kehittämishankkeisiin. Projektin asettamisen myötä kaikille osapuolille selviää, miksi juuri tämä projekti on päätetty käynnistää. (Virkki & Somermeri 2000, 35.) Projektin suunnittelu alkaa perustietojen keruulla ja analysoinnilla, alustavalla rajauksella sekä tärkeimpien sidosryhmien selvittämisellä. Perusteellisen pohjatyon avulla on helppo laatia projektille realistinen ja riittävän konkreettinen suunnitelma. Onnistuneen projektin lähtökohtana on hyvä suunnittelu ja projektisuunnitelman toteuttaminen. Projekti on oppiva prosessi, jossa suunnitelmia on mahdollista muuttaa, jos toteutuksen aikana huomataan, että alkuperäinen suunnitelma ei johdakaan projektin tavoitteiden toteutumiseen. (Silfverberg 2004, 23, 30.)

Toteutusvaiheessa pyritään saavuttamaan projektille asetettu tavoite. Toteutusvaihe koostuu usein konkreettisesta tekemisestä sekä pohtivasta ja analysoivasta tasosta. (Toikko & Rantanen 2009, 59.) Projektimuotoisessa työssä on aina alkunsa ja loppunsa. Projektin päättäminen on suunniteltua ja se päättyy, kun tavoitteisiin on päästy tai kun se muuttuu tehottomaksi olosuhteiden muutosten vuoksi. Päätös vaiheen tärkeimpiä toimenpiteitä ovat tulosten siirto toimeksiantajalle ja loppuraportin laatiminen. Loppuraportin yhteydessä arvioidaan projektille asetettujen tavoitteiden toteutumista. (Rissanen 2002, 171, 173.)

7.1 Prosessin kuvaus

Idea valitsemaamme opinnäytetyöhön lähti liikkeelle meidän kummankin halusta tehdä toiminnallinen opinnäytetyö lastensuojelun kentälle. Tietoomme tuli, että Punkaharjun SOS-Lapsikylässä alkaa uusi perhekuntoutus- ja arviointihanke keväällä 2011. Otimme yhteyttä SOS-Lapsikylän kylänjohtajaan sekä erityistyöntekijään. He kertoivat meille perhekuntoutuksen lähtökohdista ja toteutuksesta. Tämän lisäksi tutustuimme SOS-Lapsikylä Ry:n toimintaan Internet-sivuston, kirjallisuuden ja esitteiden avulla, jotta saisimme kokonaiskuvan organisaatiosta. Vuoden 2010 lopussa olimme yhteydessä toimeksiantajaan sähköpostilla ja puhelimitse. Yhteydenpidon myötä heräsi yhteinen ajatus siitä, millainen toimeksianto palvelee sekä SOS-Lapsikylän hanketta että meidän opintojamme.

Toimeksiantajan toive oli, että kokoaisimme heille paketin erilaisista perhetyössä käytettävistä menetelmistä. Koska Punkaharjun perhekuntoutus- ja arviointihanke toimii pilottina ja se on uusi palvelu SOS-Lapsikylä Ry:n toiminnassa, heillä ei ole käytössään monipuolista skaalaa menetelmiä. Käytettävissä olevia menetelmiä ovat sijaishuollon puolella käytetyt Theraplay-terapia ja MIM-menetelmät sekä yleisimmät toiminnalliset menetelmät, kuten vanhemmuuden roolikartta, sukupuoli ja elämänjana. Hankkeen toimijat näkivät tarpeelliseksi, että kuntoutuksen työntekijöillä olisi käytössään runsaasti erilaisia työvälineitä, jolloin asiakkaan yksilöllinen huomioiminen mahdollistuu.

Tämä toimeksianto kuulosti meistä mielenkiintoiselta, sillä pääsimme työssä hyödyntämään jo oppimiamme taitoja sekä jakamaan saamiamme kokemuksia erilaisten menetelmien käytöstä. Lisäksi näimme mahdollisuuden olla mukana kehittämässä yhteiskunnallisestikin tärkeää palvelumuotoa. Ensimmäinen opinnäytetyön ideapaperimme toimitettiin oppilaitokseen lokakuussa 2010. Toimeksianto (liite 1) perhekuntoutukseen tehtävästä menetelmäpaketista varmistui tammikuussa 2011, mikä kuitenkin allekirjoitettiin vasta myöhäisemmässä vaiheessa.

Talven 2011 aikana jäsensimme itsellemme opinnäytetyön teoreettisen viitekehysten lukemalla teoriaa perhetyöstä, vanhemmuudesta, kuntoutuksesta ja asiakkaan muutosprosessista. Keväällä teimme alustavan aikataulun projektille ja lähetimme opinnäytetyön suunnitelman toimeksiantajalle. Toukokuussa 2011 haastattelimme perhekuntoutuksessa työskentelevää perhetyöntekijää. Haastattelun myötä saimme paljon tietoa siitä, mitä toimeksiantaja toivoo menetelmäpaketilta ja millaisiin tilanteisiin he kokevat tarvitsevänsä enemmän välineitä.

Haastattelussa nousi esille erityisesti vuorovaikutukseen ja kiintymyssuhteeseen liittyvät pulmat. Perhekuntoutuksen asiakkaat ovat jokainen omanlaisiaan ja jokaisen perheen kuntoutukseen tulon syyt ovat yksilölliset. Jokaisen perhekuntoutukseen tulevan perheen kohdalla näkyy kuitenkin tarve tukea niin vuorovaikutusta kuin kiintymyssuhteitakin. Menetelmistä voi olla apua silloin, kun vuorovaikutuksessa tai kiintymyssuhteissa on ongelmia, mutta myös silloin, kun niitä tarvitsee vain ylläpitää. Haastattelun myötä päätimme rajata projektin tuotoksen käsittelemään pääasiassa vuorovaikutuksen ja kiintymyssuhteen tukemiseen käytettäviä menetelmiä. Tämän jälkeen opinnäytetyömme teoreettinen viitekehys ja projektin suunnitelma muokkautuivat lopulliseen muotoonsa, jonka pohjalta lähdimme toteuttamaan projektia. Lähtökohtana projektillämme oli löytää ratkaisuja siihen, millä tavoin tai keinoin perhetyöntekijä voi tukea perheen vuorovaikutusta ja kiintymyssuhteita kuntoutusjakson aikana.

Toteutusvaihe käynnistyi loppukesästä, jolloin aloimme kerätä erilaisia menetelmiä. Niitä etsimme Internetistä ja alan kirjallisuudesta. Olemme keränneet opintojemme aikana omaa menetelmäpakkia, johon olemme kirjanneet ylös kaikki vastaan tulleet toiminnalliset ja luovat menetelmät. Tätä pakkia pystyimme myös hyödyntämään projektissamme. Menetelmät muokkasimme vastaamaan perhekuntoutuksen tarpeita. Huomioimme toteutusvaiheessa erilaiset perhetyypit sekä perhekuntoutusprosessin eri vaiheet. Pyrimme soveltamaan menetelmistä sellaisia, joita voi käyttää monipuolisesti, esimerkiksi raskaana olevien, vauvaperheiden sekä sellaisten perheiden kanssa, joissa lapset ovat jo

vanhempia. Internet-sivuilta ja muista käyttämistämme lähteistä löytyi lukematon määrä menetelmiä, mutta teimme valinnat huomioiden asiakasryhmän sekä tekemämme rajauksen.

Menetelmien osoittauduttua sopiviksi, muokkasimme ja sovelsimme ne niin, että niitä voi käyttää kuntoutusprosessin eri asiakkaiden kanssa. Näin ollen saimme menetelmiä, jotka ovat kohdennettu niin vanhemmalle, pariskunnille, lapsille, koko perheille kuin työntekijöidenkin avuksi. Löysimme menetelmiä, joita voi käyttää kuntoutusprosessin alkuvaiheessa havainnoinnin tukena, tilanteen kartoittamisessa sekä kiintymyssuhteiden ja perheen välisen vuorovaikutuksen sen hetkisen tilan selvittämisessä. Prosessin edetessä osa menetelmistä pyrkii korjaamaan tai tukemaan kiintymyssuhteita ja lisäämään perheen välistä vuorovaikutusta. Kuntoutusprosessin päätyttyä perhetyöntekijä käy mahdollisesti kotikäynnillä perheen luona, jolloin hän voi hyödyntää havainnointilomaketta ja kiinnittää sen avulla huomiota perheen ja kodin tilanteeseen. Havainnointilomake voi olla myös apuna dokumentoinnissa. Lisäsimme menetelmäpakettiin myös rentoutusharjoituksia, joita voi käyttää tilanteeseen virittäytymisessä tai pitkän tapaamisen päätteeksi. Jokaisen menetelmän kohdalla on kerrottu, mihin tarkoitukseen menetelmää voi käyttää sekä erilaisia ideoita niiden soveltamisesta.

Syyskuussa 2011 tapasimme vakituisen perhetyöntekijän uudestaan. Tapaamisessa oli mukana hänen sen hetkinen työparinsa. Kävimme heidän kanssaan läpi ne menetelmät, joita heillä on ollut tähän asti käytössään sekä saimme varmuuden sille, että projektimme vastaa toimeksiantoa. Toteutusvaiheen aikana kirjoitimme opinnäytetyön kirjallista osuutta, jonka myötä arvioimme ja pohdimme projektin toteutusta. Pidimme myös koko projektin ajan päiväkirjaa, joka auttoi meitä hahmottamaan projektin etenemistä aloitusvaiheesta päätökseen asti.

7.2 Projektin päättäminen ja tuotoksen kuvaus

Projektin päätösvaiheessa jaottelimme menetelmät aihepiireittäin ja viimeistelimme menetelmäpaketin sisällön sekä kuvituksen. Menetelmäpaketin kirjoitusasun valitsimme selkeäksi ja pirteäksi. Kuvitukseen kysyimme apua Punkaharjun SOS-Lapsikylän lapsilta, mutta prosessin lopussa kiire yllätti meidät, emmekä ehtineet saada heidän piirustuksiaan. Näin ollen hyödynsimme SOS-Lapsikylän Internet-sivustoa sekä omia kuvatiedostojamme, jotta saimme menetelmäpakettiin ilmettä ja eloa kuvituksen avulla. Hankimme menetelmäpaketille kansion, johon kokosimme valmiin kirjallisen tuotoksen sekä oheismateriaalin. Kansion näimme hyväksi vaihtoehdoksi sen takia, että perhetyöntekijät voivat täydentää menetelmäpakettia hyväksi koetuilla menetelmillä sekä mahdollisesti poistaa sellaisia, jotka eivät sovellu heidän työtapoihinsa. Opinnäytetyön kirjallisen osion loppuunsaattaminen jäi viimeiseksi tehtäväksemme.

Menetelmäpaketin valmistuttua toimitimme valmiin kansion oheismateriaaleineen toimeksiantajalle. Samalla ohjeistimme perhetyöntekijöitä menetelmien käyttöönotossa sekä niiden soveltamisessa. Kävimme jokaisen menetelmän läpi, jotta heille jäi omakohtainen kokemus menetelmän tarkoituksesta. Halusimme ohjeistaa perhetyöntekijöitä tarkasti, jotteivät menetelmät jäisi vieraaksi ja mahdollisesti sen takia käyttämättömiksi. Yhdessä perhetyöntekijöiden kanssa lisäsimme kansioon heillä jo valmiina olleet menetelmät, esimerkiksi vanhemmuuden roolikartan ja ajankäyttöympyrän. Menetelmäpaketti ja opinnäytetyön kirjallinen osuus lähetettiin myös sähköisenä versiona toimeksiantajalle. Meille ilmeni vasta päätösvaiheen aikana, että projektimme tuotos tullaan ottamaan käyttöön kaikissa SOS-Lapsikylä Ry:n perhekuntoutusta tarjoavissa yksiköissä. Näin ollen menetelmäpaketti voidaan jakaa helposti eri toimipaikoille sähköisessä muodossa. Saimme myös toimeksiantajalta suullista palautetta yhteistyöstä ja toimeksiannon toteutumisesta. Tämä tapaamiskerta oli selkeä päätös projektillemme.

Valmis tuotos vastaa sekä toimeksiantoa että työlle asettamiemme tavoitteita ja rajoituksia. Menetelmäpaketin (liite 2) sisällysluettelossa näkyy järjestyksessä

ensin vuorovaikutukseen ja sen jälkeen kiintymyssuhteisiin liittyvät menetelmät. Paketista löytyy myös havainnoinnin menetelmiä, jotka ovat tarkoitettu työntekijän tueksi, kun halutaan havainnoida vuorovaikutuksen ja kiintymyssuhteiden ilmentymistä. Osa menetelmistä auttaa työntekijää ja asiakasta hahmottamaan asiakkaan elämänhistoriaa ja nykyhetkeä, joiden avulla voidaan löytää syitä nykyhetken pulmiin mutta myös huomata piilossa olleita voimavaroja. Osa taas keskittyy tulevaisuuden tarkasteluun ja näiden menetelmien avulla asiakas voi herätä asettamaan itselleen tärkeitä tavoitteita tulevaisuutta ajatellen. Eri-laisten harjoitusten ja tehtävien kohdalla on tärkeää, että ne puretaan osallistujien kesken, eli keskustellaan tunteita herättäneistä ajatuksista sekä annetaan palautetta puolin ja toisin. Koko menetelmäpaketin tarkoituksena on saada perhe ilmaisemaan rehellisesti tunteitaan ja mieltä painavia asioita.

8 Pohdinta

8.1 Tuotoksen tarkastelu suhteessa toimeksiantoon

Toimeksiantona meillä oli koota erilaisista menetelmistä koostuva työvälinepaketti SOS-Lapsikylän perhekuntoutushankkeen perhetyöntekijöille. Aluksi pohdimme yhdessä toimeksiantajan kanssa, että keräisimme menetelmiä laajasti perhetyön eri osa-alueilta. Alkuperäisenä ajatuksena oli kerätä menetelmiä esimerkiksi arjen mallittamiseen, ajankäyttöön, rentoutumiseen, vuorovaikutukseen ja kiintymyssuhteisiin painottuen. Meille kuitenkin selkeni ajatus siitä, että jokainen perhekuntoutukseen tuleva perhe on yksilöllinen, eikä kaikilla asiakkailla ole esimerkiksi pulmia arjen sujuvuudessa. Näin ollen päädyimme rajaamaan menetelmäpaketin käsittelemään pääasiallisesti kahta teemaa, jotka nousevat esiin kaikkien perheiden asiakasprosessissa. Kokosimme menetelmäpakettiin vuorovaikutusta ja kiintymyssuhteita käsitteleviä menetelmiä monipuolisesti, jotta niiden avulla voisi tukea, korjata ja ylläpitää perheen sisäisiä suhteita. Ilman selkeää rajausta tuotos olisi liian suuri suhteessa opinnäytetyön tavoitteeseen.

Toimeksiannon toteutumisen onnistumiseksi perehdyimme ensin asiaa koskevaan teoriaan, jonka myötä saimme kokonaiskuvan perhekuntoutuksen merkityksestä ja toimenkuvasta lastensuojelun kentällä. Teoriaan tutustumisen myötä osasimme lähteä etsimään sellaisia menetelmiä, joita on mahdollista muokata perhekuntoutuksen asiakkaille. Sellaisenaan käytettäviä menetelmiä ei löytynyt juuri yhtään, joten sovelsimme menetelmät sellaisiksi, että ne vastasivat toimeksiantajan odotuksia ja tarpeita. Toimeksiantajan toiveena oli, että menetelmiä voi käyttää sekä yksilöohjauksessa että erilaisissa koko perhettä koskevissa ohjaustilanteissa. Osaa menetelmistä pystyy käyttämään esimerkiksi kahden äidin kanssa työskennellessä, jolloin menetelmä voi toimia osana vertaistukea.

Tulevaisuudessa tuotostamme voi kehittää monipuolisemmaksi sekä arvioida sen toimivuutta. Yksi kehittämisidea on lähteä kokoamaan erilaisia menetelmäpaketteja ryhmämuotoisiin tapaamisiin sekä kerätä menetelmiä muihin perhekuntoutuksen osa-alueisiin, kuten arjen hallintaan, lapsen hoivaamiseen ja päivärytmin vakiinnuttamiseen. Perhekuntoutushankkeen ollessa vasta alkuvaiheessa voi tulevaisuudessa olla tarvetta kehittää, tutkia ja arvioida itse hankkeen toimivuutta ja tuloksellisuutta.

8.2 Työn eettisyys ja luotettavuus

Sosiaalialan eettisesti hyvät käytännöt kunnioittavat jokaisen ihmisen omia arvoja ja ainutlaatuisuutta. Ne edellyttävät työntekijältä yksilöllistä perehtymistä asiakkaan elämäntilanteisiin ja työtapaan, jossa annetaan tilaa asiakkaan omalle osallisuudelle. Eettisesti on tärkeää vahvistaa asiakkaan edellytyksiä ottaa vastuuta omasta elämästään ja ratkaisuistaan. Sosiaalialan ammattilaisten eettisenä velvollisuutena on hankkia perusteellinen tietopohja työnsä tueksi ja kehittää omaa osaamistaan jatkuvasti. Vaihtoehtoisten työkäytäntöjen ja käytettävissä olevan tiedon etsiminen ja siihen perehtyminen on erityisen tärkeää varsinkin silloin, kun työskennellään sellaisten asiakkaiden kanssa, joilla on rajallisesti voimavaroja. (Kananoja, Lähteinen & Marjamäki 2011, 130, 132.)

Tällä opinnäytetyöllä tarjoamme perhetyöntekijöille työvälineitä, joiden avulla he pystyvät toteuttamaan eettisesti hyviä käytäntöjä ja näin ollen huomioimaan asiakkaita yksilöllisesti. Menetelmäpaketti toimii sekä työntekijää ohjaten että asiakkaan oman elämäntilanteen hahmottamisen välineenä. Menetelmien kautta pyritään selventämään, mihin asioihin ratkaisua tarvitaan sekä löytämään sellaisia voimavaroja, jotka auttavat ja tukevat muutosprosessia. Työntekijän toimiessa eettisesti oikein, hän huomioi perheen kokonaisuutena ja sen jäsenet yksilöinä sekä pyrkii lisäämään asiakkaan ymmärrystä siitä, että yhden jäsenen toiminta vaikuttaa koko perheeseen. Opinnäytetyömme antaa työntekijöille tilaisuuden kehittää omaa osaamistaan sekä luo uusia toimintamalleja työn tueksi.

Hirsjärven, Remeksen ja Sajavaaran (1997) mukaan tutkimusta tehtäessä tutkimustoiminnan eri vaiheissa tulee tehdä tietoisia ja eettisesti perusteltuja ratkaisuja (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 1997, 27). Valitsimme tutkimusaiheemme oman mielenkiintomme sekä aiheen merkittävyyden vuoksi. Näemme työmme merkittäväksi, koska perhekuntoutus on melko uusi palvelumuoto ja sen kehittäminen edesauttaa välttämään raskaampia lastensuojelullisia toimenpiteitä. Projektin aikana olemme huomioineet eettisyyden toimeksiantajan kanssa tehdyssä yhteistyössä. Olemme toimineet avoimesti ja antaneet toimeksiantajalle mahdollisuuden kommentoida tuotostamme tietyin väliajoin. Tällöin olemme voineet tehdä tarvittavia ratkaisuja prosessin aikana luotettavasti ja rehellisesti. Toimeksiannolle oli tietyt raamit, joiden sisällä saimme toimia vapaasti. Avoin yhteistyö lisäsi työn luotettavuutta. Avoimuuden myötä menetelmäpaketissa näkyy toimeksiantajan odotukset sekä ratkaisumme, joille olemme saaneet toimeksiantajan hyväksynnän. Meille itsellemme oli tärkeää projektin tuotoksen työstämisen aikana perustella tekemämme valinnat; esimerkiksi menetelmien keruun aikana pohdimme ja perustelimme itsellemme, miksi valitsimme juuri sen menetelmän tuotokseemme. Halusimme tehdä toimivan työvälineen toimeksiantajalle, eikä vain kerätä menetelmiä huomioimatta työn lähtökohtia.

Työn luotettavuutta olisimme saaneet lisää kokeilemalla itse erilaisia menetelmiä perhekuntoutuksessa olevien asiakkaiden kanssa. Perhekuntoutuksen

tulevat asiakkaat elävät kuitenkin kriisitilanteessa, jolloin on tärkeintä luoda luottamussuhde kuntoutuksen työntekijöiden ja asiakasperheen välille. Olisimme toimineet eettisesti väärin, jos olisimme lähteneet testaamaan menetelmiä asiakkaiden kanssa, koska luottamusta ei olisi ehtinyt syntyä meille asetetun aikataulun vuoksi. Täten menetelmien kokeilu ja toimivuuden toteaminen jää perhetyöntekijöiden tehtäväksi. Olemme huomioineet vastuamme menetelmäpaketin kokoamisessa sekä tekijänoikeudellisissa seikoissa. Kokoamamme menetelmät eivät ole suoraan kopioituja, vaan olemme muokanneet ja soveltaneet ne vastaamaan toimeksiantajan toiveita. Menetelmien lähteet olemme koonneet menetelmäpaketin loppuun.

8.3 Oman ammatillisen kasvun arviointi

Lähtökohtana opinnäytetyön aiheen valinnalle oli meidän molempien mielenkiinto lastensuojelua ja perhetyötä kohtaan. Näimme toiminnallisen opinnäytetyön antavan meille paljon kokemusta tulevaan työelämään, koska kumpikin meistä kokee hyötывänsä enemmän konkreettisen tuotoksen tekemisestä. Sisäistimme teoreettisen tietoperustan helpommin, kun pystyimme liittämään sen itse toimintaan. Tätä kautta opinnäytetyön tekeminen tuntui mielekkäältä ja antoi meille mahdollisuuden hyödyntää aiemmin opittuja asioita ja kokemuksia.

Opinnäytetyön alkuvaiheessa lähdimme innokkaasti suunnittelemaan, että tehdään menetelmäopas ajattelematta sen kummemmin, kuinka tärkeässä osassa teoreettinen tietoperusta ja sen ymmärtäminen oikeasti ovatkaan. Ohjaajien kanssa käydyn keskustelun myötä ymmärsimme, ettei toimintamme voi olla pelkästään erilaisten menetelmien keruuta ja kokoamista kansioon, vaan ensin on perehdyttävä itse toimipaikan asiakkaisiin sekä heidän pulmiinsa ja sitä kautta lähteä teorian avulla rajaamaan työtä sellaiseksi, joka vastaa jokaisen osapuolen odotuksia. Myöhemmin ymmärsimme selvemmin sen, että teoreettinen viitekehys luo pohjan koko projektille.

Opimme tämän opinnäytetyöprosessin aikana hyödyntämään monipuolisesti aiempia tietoja ja taitoja. Projektiopintojen, luovien menetelmien ja harjoittelujen kautta saamiemme kokemusten avulla pääsimme syventämään oppimaamme sekä osaksi myös jakamaan uutta tietoa toimeksiantajalle. Tämän opinnäytetyön myötä saimme lisää valmiuksia kehittämistyöhön. Erityisesti tiedon hankinta ja sen soveltaminen korostui oppimisprosessin aikana. Aikataulussa pysyminen oli haasteellista, varsinkin projektin loppuvaiheessa jouduimme kiristämään tahtia. Ajan ollessa rajallinen, jouduimme luopumaan myös monista ideoistamme. Pyysimme muun muassa apua SOS-Lapsikylän lapsilta menetelmäpaketin kuvitukseen, mutta emme ehtineet saada kuvia työn valmistumiseen mennessä. Prosessin loppuvaiheen kiireen vuoksi ymmärsimme aikataulutuksen ja aikataulussa pysymisen tärkeyden projektin onnistumisen kannalta. Käsitimme myös, että välillä täytyy luopua ideoista ja muuttaa suunnitelmaa, vaikka alkupe-
räinen aikomus olisi omasta mielestä vastannut paremmin odotuksia. Vaikka joitakin ideoita emme pystyneet toteuttamaan, oli meillä aina varasuunnitelmia, joiden avulla saimme projektin onnistuneesti päätökseen. Olemme tyytyväisiä lopputuotokseen ja omalla työllämme vaikuttaneet siihen, että SOS-Lapsikylän perhekuntoutuksessa on mahdollisuus tukea jokaista omalla tavallaan onnetonta perhettä.

Lähteet

- Hautamäki, A. 2001. Kiintymyssuhdeteoria- teoria yksilön kiin(nit)tymisestä tärkeisiin toisiin ihmisiin, kiintymyssuhteen katkoksista ja merkityksestä kehitykselle. Teoksessa Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.) Varhaiset ihmissuhteet. Vantaa: Tummavuoren kirjapaino Oy. 13–66.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 1997. Tutki ja kirjoita. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Järvinen R., Lankinen A., Taajamo T., Veistilä M. & Virolainen A. 2007. Perheen parhaaksi -perhetyön arkea. Helsinki: Edita Prima.
- Kalland M. 2001. Kiintymyssuhdeteorian kliininen merkitys: soveltaminen erityistilanteissa. Teoksessa Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.) Varhaiset ihmissuhteet. Vantaa: Tummavuoren kirjapaino Oy. 198–233.
- Kananoja A., Lähteinen M. & Marjamäki P. 2011. Sosiaalityön käsikirja. Tallinna: Tallinna Raamatutrükikoda.
- Korhonen, A. & Sukula, S. 2004. Vauva-perhetyö. Juva: WS Bookwell Oy.
- Korhonen M. 2006. Sukupolven merkitys vuorovaikutuksessa. Teoksessa Karila K., Alasuutari M., Hännikäinen M., Nummenmaa A. & Rasku-Puttonen H. (toim.) Kasvatusvuorovaikutus. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy. 51, 55.
- Laine, S., Heino, L. & Pärnä, K. 2010. Perhekuntoutuksen moniammatilliset käytännöt. Teoksessa Törrönen, M. & Pärnä, K. (toim.) Voimaannuttavat suhteet perhekuntoutuksessa. Porvoo: Bookwell Oy. 137–165.
- Lastensuojelulaki 417/ 2007.
- Puonti, A., Saarnio, T. & Hujala A. 2004. Lastensuojelu tänään. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.
- Pohjola, K. 2005. Perhe ja lapsen perhe. Teoksessa Reijonen, M. (toim.) Voimaa perhetyöhön. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy, 43–60.
- Punamäki R-L. 2001. Kiintymyssuhteen ja traumaattisen kokemuksen yhteys. Teoksessa Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.) Varhaiset ihmissuhteet. Vantaa: Tummavuoren kirjapaino Oy. 174–197.
- Pärnä, K. 2010 Perhekuntoutus lasten ja perheiden palveluna. Teoksessa Törrönen, M. & Pärnä, K. (toim.) Voimaannuttavat suhteet perhekuntoutuksessa. Porvoo: Bookwell Oy. 41–50.
- Rissanen, T. 2002. Projektilla tulokseen -projektin suunnittelu, toteutus, motiivointi ja seuranta. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Rousu, S. 2007. Lastensuojelun tuloksellisuuden arviointi organisaatiossa. Helsinki: Kuntatalon Paino.
- Rönkkö L. & Rytkönen T. 2010. Monisäikeinen perhetyö. Helsinki: Wsoypro Oy.
- Saarnio, T. 2004. Perhetyö lastensuojelutyössä. Teoksessa Puonti, A., Saarnio, T. & Hujala A. (toim.) Lastensuojelu tänään. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy, 240–254.
- Salo-Chydenius S. 2010. Toiminnalliset ja luovat menetelmät. <http://www.paihdelinkki.fi/tietoiskut/651-toiminnalliset-ja-luovat-menetelmat> 23.10.2011.

- Seppänen P., Hansen M., Janhunen T., Kytöpuu K., Salo S., Seppänen S., Tapio N. & Vilén M. 2010. Perhetyön työkalupakki täydentyy. Teoksessa Vilén M., Seppänen P., Tapio N. & Toivanen R. (toim.) Kohtaamisia lapsiperheissä. Helsinki: Oy Nord Print Ab. 208–257.
- Silfverberg, P. 2004. Projektiopas. Suomen ympäristökeskus.
<http://www.ymparisto.fi/download.asp?contentid=23557> 4.10.2011.
- Sosiaaliportti 2011. Theraplay – menetelmä. <http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/lastensuojelunkasikirja/tyovalineet/tyomenetelmat/theraplay/> 27.9.2011.
- SOS-Lapsikylä 2011. Perhekuntoutustiedote.
- Suomen Theraplay-yhdistys ry. Theraplay pähkinänkuoressa.
<http://www.theraplay.fi/index.php?k=4194> 27.9.2011.
- Tapio, N., Seppänen, P., Hyppönen, T., Janhunen T., Prusila, L., Salo, S., Toivanen, R. Vilén, M. Parisuhde ja vanhemmuus. Teoksessa Vilén, M., Seppänen, P., Tapio, N. & Toivanen, R. (toim.) Kohtaamisia lapsiperheissä. Helsinki: Oy Nord Print Ab. 101–167.
- Taskinen S. 2010. Lastensuojelulain soveltaminen. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Toikko, T. & Rantanen T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy-Juvenes Print.
- Tolstoi, L. 2010. Anna Karenina. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino Oy.
- Törrönen, M. 2010. Lapsuuden elinolot ja hyvinvoinnin edellytykset. Teoksessa Törrönen, M. & Pärnä, K. (toim.) Voimaannuttavat suhteet perhekuntoutuksessa. Porvoo: Bookwell Oy. 15–39.
- Vilén, M., Hansen, M., Janhunen, T., Kytöpuu, K., Salo, S., Seppänen, P., Seppänen, S. & Tapio, N. 2010. Perhe ja perhetyö. Teoksessa Vilén, M., Seppänen, P., Tapio, N. & Toivanen, R. (toim.) Kohtaamisia lapsiperheissä. Helsinki: Oy Nord Print Ab. 9–59.
- Vilén, M., Vihunen, R., Vartiainen, J., Sivén, T., Neuvonen, S. & Kurvinen, A. 2006. Lapsuus -erityinen elämänvaihe. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.
- Virkki, P. & Somermeri, A. 2000. Projektityö -kehittämisen moottori. Helsinki: Oy Edita.



POHJOIS-KARJALAN
AMMATTIKORKEAKOULU

OPINNÄYTETYÖN TOIMEKSIANTO

SOPIJAOSAPUOLET:

TOIMEKSIANTAJA Punkaharjun SOS-lapsikylä

Yhteystiedot: Koivukuja 7 58500 Punkaharju, Puh. (015) 555 0000

Sähköpostiosoite: punkaharjun@sos-lapsikyla.fi

OPISKELIJA Kirsi Härkönen & Anne Hiltunen

Yhteystiedot: [redacted] (Kirsi), [redacted] (Anne)

TOIMEKSIANTOSOPIMUS:

Opiskelijat kokoavat Punkaharjun SOS-lapsikylän perhekuntoutus- ja arviointi hankkeen käyttöön perhetyön menetelmistä ja työvälineistä koostuvan paketin.

Osapuolet ovat tänään sopineet toimeksiannosta seuraavaa: (esim. rahoitus, aikarajat, tekijänoikeudet)

Toimeksiantaja
Toimeksiantaja maksaa menetelmissä käytettävien oheistuotteiden kustannukset itse.

Opiskelija(t)
Opiskelijat maksavat opinnäytetyön teosta mahdollisesti aiheutuvat kustannukset itse.
Opinnäytetyö valmistuu viimeistään lokakuussa 2011, jolloin materiaali luovutetaan perhetyöntekijöille.

Opinnäytetyön ohjaajana PKAMK:ssa toimii Sari Johansson & Riitta Dal Maso

Päiväys ja allekirjoitukset

7.10.2011

Tanja Meri
Toimeksiantajan edustaja
Tanja Meri

Anne Hiltunen Kirsi Härkönen
Opiskelija

Anne Hiltunen Kirsi Härkönen

"KUN PELKÄT SANAT EIVÄT AINA
RIITÄ"

MENETELMÄPAKETTI SOS-LAPSIKYLÄN
PERHEKUNTOUTUKSEEN



Tämä menetelmäpaketti on koottu Punkaharjun SOS-Lapsikylän perhekuntoutukseen perhetyöntekijöiden työvälineeksi. Menetelmien avulla perhetyöntekijä voi käsitellä perheen sisäisiä vuorovaikutussuhteita, kiintymyssuhteita ja parisuhdetta. Menetelmiä voidaan soveltaa niin, että ne sopivat yksilö- sekä koko perheen kanssa työskentelyyn. Menetelmien valinnoissa on erityisesti huomioitu se, että niitä voi käyttää keskustelun tukena, kun puhutaan vaikeista asioista sekä ne tuottavat työntekijälle tärkeää lisätietoa perheen tilanteesta.

Menetelmäpaketti on kahden sosionomiopiskelijan tekemä opinnäytetyö ja se on tehty yhteistyönä Punkaharjun SOS-Lapsikylän perhekuntoutuksen kanssa.



SISÄLLYSLUETTELO

VUOROVAIKUTUS.....	4
VUOROVAIKUTUKSEN HAVAINNOINTILOMAKE TYÖNTEKIJÄLLE.....	5
VANHEMMUUDEN TALO	9
PERHEKUKKANEN.....	17
PEKKA JA HULLUNKURISET PERHEET -KORTIT.....	18
BIISIKARTTA.....	19
SARJAKUVA.....	20
PERHENOPAT	21
PARASTA MEIDÄN PERHEESSÄ.....	22
VIIKONLOPPU KOTONA	22
KIRJE VANHEMMILLE/LAPSELLE	22
PERHEEN SÄÄNNÖT	23
HYVÄT UUTISET	24
MITEN MEILLÄ RIIDELLÄÄN?.....	25
KIINTYMYSSUHDE	26
MITÄ AJATTELEN ITSESTÄNI?.....	28
LAPSEN ASIOIDEN LÄPIKÄYMINEN VANHEMPIEN TAPAAMISESSA.....	29
LAPSEN KANSSA MIETTITÄVIÄ ASIOITA	33
PAHOJEN SALAISUUKSIEN ARKKU	34
TUNNEHAHMO	35
MINUN UNELMANI- JA VOIMATAULU.....	36
ELÄMÄNJANA JA ELÄMÄNKAARI	37
TUKIVERKOSTO	38
PARISUHDE.....	39
TUNTEENI PARISUHTEESSA/VANHEMMUUDESSA	40
PARISUHDE JA HAAVEET	41
TUNTEITA HERÄTTÄVÄT ASIAT PARISUHTEESSA	42
TÄRKEÄT ASIAT VANHEMMUUDESSA	43
JÄNNITYS-RENTOUTUS - HARJOITUS	44
SULAVA KYNTTILÄ - RENTOUTUSHARJOITUS.....	45
KUNTOUTUKSEN JÄLKEEN.....	46
LÄHTEET	48

VUOROVAIKUTUS

Vuorovaikutus on jatkuva ja tilannesidonnainen tulkinta-prosessi. Vuorovaikutus on kuin näyttämö, jossa ilmaisemme ja rakennamme identiteettiämme, esitämme tunteitamme, tulemme nähdyksi ja ilmaisemme toiveitamme sekä tarkoituksiamme.

Varhaisella vuorovaikutuksella tarkoitetaan vanhemman ja lapsen vuorovaikutuksen yhteensopivuutta, vastavuoroisuutta ja samantahtisuutta.

Perhetyöntekijä voi käyttää työskentelynsä tukena menetelmiä, jotka tukevat vuorovaikutustilannetta. Vuorovaikutus on keino tuottaa tietoa, luoda yhteistyötä ja ilmaista itseä.

Mahdollisia kiintymysvaurioita voidaan ennaltaehkäistä tai korjata kiinnittämällä huomiota lapsen ja aikuisen väliseen vuorovaikutukseen. Vuorovaikutustyyppit jaetaan

- sensitiiviseen-,
- responsiiviseen-,
- passiiviseen- ja
- hajanaiseen vuorovaikutustyyliin sekä
- kontrolloivaan vuoro-

- Sensitiivisessä ja responsiivisessa vuorovaikutustyyllissä vanhempi luo vastavuoroisen yhteyden lapseen olemalla lapsen saatavilla, äänтелеvä ja olemalla ilmeikäs
- Passiivisessa vuorovaikutustyyllissä vanhempi on ilmeeton ja eleeton, hoitaen kuitenkin lapsen perustarpeita, mutta ilman katsekontaktia ja myönteisiä tunteilmaisuja.
- Hajanaisessa vuorovaikutustyyllissä vanhempi on poissaoleva eikä lapsen perustarpeet tule kohdatuksi.
- Kontrolloivan vuorovaikutuksen perusteina on vanhemman ajoittainen voimakas yhteyden hakeminen lapseen.

Vuorovaikutuksen toimiessa hyvin vanhemman ja lapsen välillä, vanhempi nauttii suhteestaan lapseen ja kykenee vuorovaikutustilanteissa vastavuoroisuuteen. Lapsi taas oppii tunnistamaan omia tarpeitaan ja tunnetilojaan, joilla on suuri merkitys lapsen myönteisen itsetunnon rakentumisen syntymiseen.

Järvinen R., Lankinen A., Taajamo T., Veistilä M. & Virolainen A. 2007.

VUOROVAIKUTUKSEN HAVAINNOINTILOMAKE TYÖNTEKIJÄLLE

Rastita tekemäsi havainnoinnin mukaan ne kohdat, jotka pitävät paikkaansa vanhemman ja lapsen kohdalla.

Asiakas: _____ Pvm: _____

VANHEMMAN MUODOSTAMA YHTEYS LAPSEEN

- Katsooko vanhempi lasta?
- Pyrkiikö vanhempi saamaan katsekontaktin lapseen?
- Hymyileekö vanhempi lapselle? Ja vastaako vanhempi lapsen hymyyn?
- Ilahtuuko vanhempi, jos lapsi hymyilee?
- Seuraako vanhempi lasta silloin, kun puuhaa muita asioita?

LAPSEN HOIVAAMINEN

- Koskeeko vanhempi lasta koko kämmenellä, varovasti vai kovakouraisesti?
- Helliikö vanhempi luontevasti lasta?

Kuinka lapsi reagoi, kun on vanhemman sylissä?

Kuinka vauva kannattelee itseään? Onko vetto tai jännittynyt?

LAPSEN JA TILANTEEN JÄSENTÄMINEN

- Valmistaako vanhempi lapselle muuttuvia tilanteita ja toimintoja?
- Kertooko vanhempi lapselle tilanteen, kun esimerkiksi siirrytään paikasta toiseen?
- Havaitsevatko vanhempi lapsen perustarpeet?

Miten vanhempi tunnistaa lapsen erilaiset itkut?

Miten hän reagoi niihin?

- Vaatiiko vanhempi lapselta asioita, joita hän ei vielä osaa?

Mitä? _____

Kuinka vanhempi saa lapsen rauhoittumaan?

Kuinka vanhempi huomioi lapsen pahan olon?

Kuinka vanhempi valmistaa lapsen lähestyvään eroon?

- Vilkuttaaako?
- Kertooko lapselle lähdöstään?

Kuinka vanhempi reagoi palatessaan takaisin?

Kuinka lapsi reagoi vanhemman palaamiseen?

LAPSEN JA VANHEMMAN VÄLINEN LEIKKI

- Leikkiikö vanhempi lapsen kanssa?
- Laulaako tai loruttaako vanhempi lapselle?

Miten leluja käytetään? Saako lapsi leikkiä niillä rauhassa?

Muita huomioita:

VANHEMMAN TUNTEIDEN ILMAISU

Millaisia tunteita vanhempi näyttää ollessaan kontaktissa lapseen?

- Iloisia?
- Neutraaleja?
- Myönteisiä?

Onko vanhempi ajoittain

- poissaoleva?
- Kyllästynyt?
- Vetäytynyt?

Onko vanhempi

- ärtyisä?
- Vaativa?
- Vihainen?

Muistiinpanoja:

Alkuperäinen lähde: Vilén, M., Seppänen, P., Tapio, N., Toivanen, R. 2010

VANHEMMUUDEN TALO

Vanhemmuuden talon ideana on pohtia ja tarkastella koko perheen toimintatapoja, vuorovaiikutusta sekä perheessä vallitsevia arvoja. Menetelmän ideana on se, että vanhemmat toimivat perheessä ”talon rakentajina”, eli tekevät oman perheensä näköisen talon. Menetelmää voi käyttää työskentelyvälineenä ja keskustelun herättelijänä siten, että vanhemmat rakentavat omaa taloaan vaihe vaiheelta, jonka jälkeen puolisoiden ajatukset käydään läpi ja kootaan yhteiselle fläppitaululle.

Talon rakentaminen lähtee liikkeelle talon perustuksista, jonka jälkeen taloa rakennetaan keskustellen vaihe vaiheelta: pystytetään seinät, lisätään eristeet ja katto, asennetaan ikkunat ja ovet paikoilleen ja muurataan savupiippu. Menetelmän toteutukseen tarvitaan paperia, kyniä ja fläppitaulu. Talon piirtäjänä voi toimia joko työntekijä tai vanhemmat itse. Prosessiin on hyvä varata aikaa yhdestä kahteen tuntiin per kerta. Taloa on mahdollista rakentaa syventyen kunkin rakennusvaiheen teemaan pala palalta tai käydä läpi yksi tai kaksi vaihetta kerrallaan. Prosessin aikana työntekijä alustaa kutakin rakennusvaihetta kyseiseen aiheeseen liittyvien apukysymysten avulla.



1) Talon perustus/kivijalka = ARVOT

Talon perustus voi kuvastaa arvoja tai muita tärkeitä asioita, kuten esimerkiksi rakkaus, välittäminen, luottamus, parisuhde ja toisten perheenjäsenten huomiointi. Ensimmäisessä vaiheessa voi keskustella myös niistä asioista, jotka saattavat murentaa talon perustusta/kivijalkaa. Nämä murentavat asiat voidaan piirtää säröiksi kivijalkaan.

Apukysymykset:

- Mistä vanhemmuuden talon perustus koostuu?
- Mikä pitää talon paikallaan?
- Mikä vanhemmuudessa on sellaista, minkä varaan kaikki muu rakentuu?
- Mitkä ovat perheen tärkeimmät arvot?
- Miten perheessä otetaan toiset huomioon?
- Miten rakkaus ja luottamus näkyvät perheessä?

2) Seinät = VUOROVAIKUTUS PERHEESSÄ

Talon seinät ja eristys voivat kuvata perheen sisäistä vuorovaikutusta, turvallisuutta ja lämpöä, esimerkiksi yhteistä aikaa, puhumista ja läheisyyttä. Seinistä puhuttaessa voidaan miettiä miten lämpö pidetään seinien sisäpuolella, eli kuinka perheen sisäinen vuorovaikutus toimii. Keskusteluun on hyvä nostaa myös asioita, jotka heikentävät vuorovaikutusta perheessä. Näitä asioita voi kirjata ”lämpövuodoiksi” seinien ulkopuolelle.

Apukysymykset:

- Mitkä asiat suojelevat taloa ulkopuoliselta uhalta?
- Kuvaille perheen vuorovaikutusta ja sitä miten se ilmenee?
- Miten vuorovaikutus mielestäsi toimii perheessä?
- Mitkä asiat heikentävät perheen sisäistä vuorovaikutusta?
- Onko perheessä turvallista olla?
- Mitkä asiat tuovat turvallisuuden tunnetta?

3) Katto = PERHETTÄ KANNATTELEVAT TUKIRAKENTEET JA VERKOSTOT

Talon katto voi kuvata esimerkiksi perhettä kannattelevia tukirakenteita, kuten verkosto, lähipiiri, sukulaiset ja ystävät. Kannattelevia rakenteita voivat olla myös oma aika ja harrastukset, omasta itsestä ja omasta jaksamisesta huolehtiminen, avun pyytäminen sekä avun vastaanottaminen. Voimavaroja vieviä asioita voi kirjata talon yläpuolelle sadepisaroiksi. Keskustelussa on hyvä pohtia, ovatko katto ja sen tukirakenteet tarpeeksi kannattelevia, etteivät sadepisarat pääse talon sisälle.

Apukysymykset:

- Millaiset asiat muodostavat talon katon?
- Mitkä asiat kannattelevat talon kattoa?
- Millainen lähiverkosto perheellä on?
- Mistä saa apua, jos sitä tarvitaan?
- Mikä auttaa jaksamaan äitinä/isänä?
- Mistä saa voimavaroja?
- Mitkä asiat vievät voimavaroja?
- Mitä tapahtuu, jos kattoa ja tukirakenteita ei olisi?



4) Ikkunat = YKSITYISYYS JA JULKISUUS

Vanhemmuuden talon ikkunat kuvaavat perheen tarvetta avoimuuteen suhteessa ympäristöönsä ja avoimuutta toisiin ihmisiin. Ikkunoista keskusteltaessa voidaan esimerkiksi miettiä, miten paljon valoa ikkunoista on hyvä päästää sisään ja voiko näkyvyyttä tulla liikaa. Jos perheessä on paljon salaisuuksia, voi pohtia, käykö niiden kantaminen ennen pitkää raskaaksi. Keskustella voi myös siitä, minkä verran perhe tarvitsee omaa aikaa, tilaa ja kanssakäymistä muiden kanssa ja milloin vuorovaikutus ja avoimuus alkavat kuormittamaan perhettä. Perhe saa itse valita kuinka paljon ja minkä kokoisia ikkunoita taloon piirtää.

Apukysymykset:

- Näkeekö taloon helposti sisälle vai ovatko verhot tiukasti ikkunoiden edessä?
- Mitä yksityisyys merkitsee perheelle?
- Kuinka paljon perheen sisäisiä asioita halutaan näyttää muille?
- Minkä verran muiden on tarpeen tietää meidän perheen asioista?
- Onko perheessä salaisuuksia, jotka eivät ole muiden tiedossa?
- Viettääkö perhe aikaa ainoastaan keskenään?
- Käykö perheessä vieraita sopivassa määrin vai liikaa?

5) OVI = YKSILÖN VAPAUUS JA RAJAT

Ovi kuvastaa yksilön vapautta, lupaa omille henkilökohtaisille asioille ja lupaa poistua välillä talosta sekä rajojen asettamista perheessä: kuka päättää asioista ja kuinka niistä päätetään. Ovi voi kuvata myös sitä, kuka päättää siitä, kuinka paljon muuta elämää saa tulla perheen sisälle.

~~Apukysymykset:~~

- Kuka päättää milloin ovi on auki ja milloin se pysyy lukossa?
- Mitä tapahtuisi, jos ovea ei koskaan avata?
- Onko perheen kaikilla vai ainoastaan perheen joillakin jäsenillä vapaus tehdä joitakin asioita ilman perhettä?
- Kuka asettaa perheessä rajat ja päättää asioista?
- Onko rajoista kiinni pitäminen helppoa vai vaikeaa?
- Toimitaanko rajoja asetettaessa johdonmukaisesti?
- Mitä tapahtuu, jos rajat puuttuvat kokonaan?

6) Savupiippu = TUNTEIDEN KÄSITTELY

Savupiippu toimii vanhemmuuden paineiden purkamisen välineenä ja höyryjen päästäjänä. Savupiippu voi kuvata esimerkiksi perheen riitelemiskulttuuria ja tunteiden ilmaisua. Keskustelussa voidaan esimerkiksi miettiä sitä, mikä toimii savupiippuna, eli miten perheessä on tapana purkaa stressiä ja vanhemmuuden paineita.

Apukysymykset:

- Pääsevätkö savut ja höyryt purkautumaan piipusta? Jos pääsevät, miten? Jos eivät pääse, mistä se johtuu ja mihin se voi johtaa?
- Miten perheessä ilmaistaan tunteita?
- Onko erilaisten tunteiden ilmaisu sallittua?
- Miten perheessä riidellään?
- Kuinka riidat sovitaan?
- Mitä riidoista opitaan?

Kun vanhemmuuden talo on ulkoisesti valmis, on aika mennä talon sisälle.

Sisäpuolen tarkasteluun kannattaa varata oma aikansa, ettei kerralla tule liikaa asioita käsiteltäväksi. Talon sisälle mentäessä voi keskustella koko perheen yhteisestä ajasta, parisuhteen omasta ajasta, perheen tavoista, perinteistä ja valtasuhteista.

Apukysymykset:

- Miten vietätte aikaa perheenä yhdessä?
- Jääkö parisuhteen hoitamiseen tarpeeksi tilaa ja aikaa?
- Saavatko kaikki huomiota tasapuolisesti?
- Minkälaisia tapoja tai perinteitä perheellä on?
- Miten muutoksia keitetään?
- Kuka käyttää perheessä valtaa?
- Millaista vallankäyttöä perheessä on?
- Minkälainen tunneilmapiiri perheessä vallitsee tällä hetkellä?
- Minkälaista sen toivottaisiin olevan?

Aihetta voi myös käsitellä tunnekorttien avulla.

Prosessin lopussa työntekijä voi kysyä vanhemmilta palautetta, esimerkiksi, antoiko talon rakentaminen uusia näkökulmia yleisellä tasolla tai selkeyttikö työskentely omaa käsitystä vanhemmuudesta.

Alkuperäinen lähde: Vilén, M., Seppänen, P., Tapio, N., Toivanen, R. 2010

PERHEKUKKANEN

Perhekukkas-askartelun tavoite on positiivisen palautteen antaminen ja vastaanottaminen perheenjäsenten kesken.

Perhekukkanen on askartelutehtävä, jossa perheelle annetaan yhteinen pyöreä kukan keskusta, joka kuvaa koko perhettä. Kukan keskusta kirjoitetaan ja piirretään mukavia asioita perheestä. Tämän jälkeen perheenjäsenille annetaan terälehtiä, jotka kuvaavat niitä ihmisiä, jotka ovat perheenjäsenille tärkeitä. Terälehtiin kirjoitetaan ja piirretään henkilön nimi sekä rohkaisevia ja positiivisia asioita hänestä.

Tarvikkeet:

Paperista/pahvista tehty kukan keskus sekä terälehdet, kyniä ja sinitarraa kukan kokoamiseen.



Alkuperäinen lähde: Perhepolku. 2009.

PEKKA- JA HULLUNKURISSET PERHEET - KORTIT

Näiden korttien avulla perhetyöntekijä voi keskustella joko yhden perheenjäsenen tai koko perheen kanssa perheen rakenteesta, perheenjäsenten välisestä vuorovai-
kutuksesta, luonteenpiirteistä ja arvoista. Korttien avulla voi nostaa esille per-
heen voimavaroja mutta myös perheessä esiintyviä pulmatilanteita. Perheenjäseniä
voi pyytää kokoamaan korttipakan korteista omanlaisensa perheen. Niiden avulla
voi keskustella myös unelmaperheestä sekä siitä mikä toimii perheessä tällä hetkel-
lä ja mihin halutaan muutosta. Perhetyöntekijä voi pyytää perheenjäsentä valitse-
maan sellaisen kortin, joka kuvaa häntä itseään ihmisenä tai osana perhettä.



Kuvan lähde:

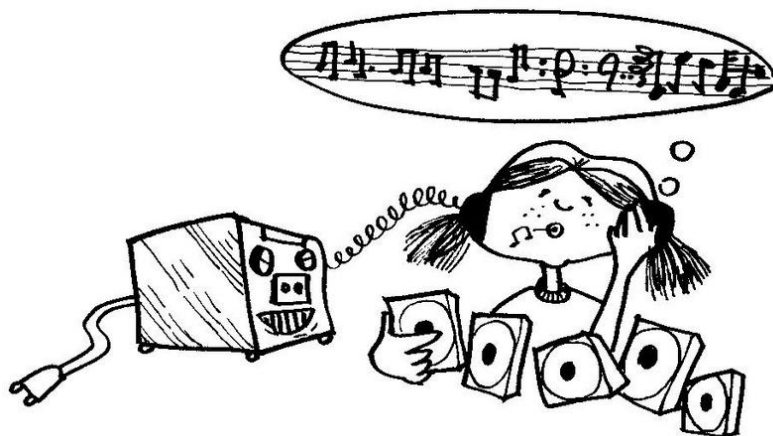
[http://www.kepa.fi/kumppani/arkisto/2003_6/
3314](http://www.kepa.fi/kumppani/arkisto/2003_6/3314)

BIISIKARTTA

Jos perheellä on pulmia muistojen ja elämäntilanteen sanoittamisessa, voi perhetyöntekijä käyttää vuorovaikutuksen tukena musiikkia. Perhetyöntekijä voi kehoittaa esimerkiksi vanhempia valitsemaan sellaisia kappaleita, jotka kuvaavat muun muassa

- perheenjäseniä
 - omaa itseä
 - puolisoa
 - lapsia
- koko perhettä
- kokemuksia
- menneisyyttä
- tämän hetkistä tilannetta
- toiveita tulevasta

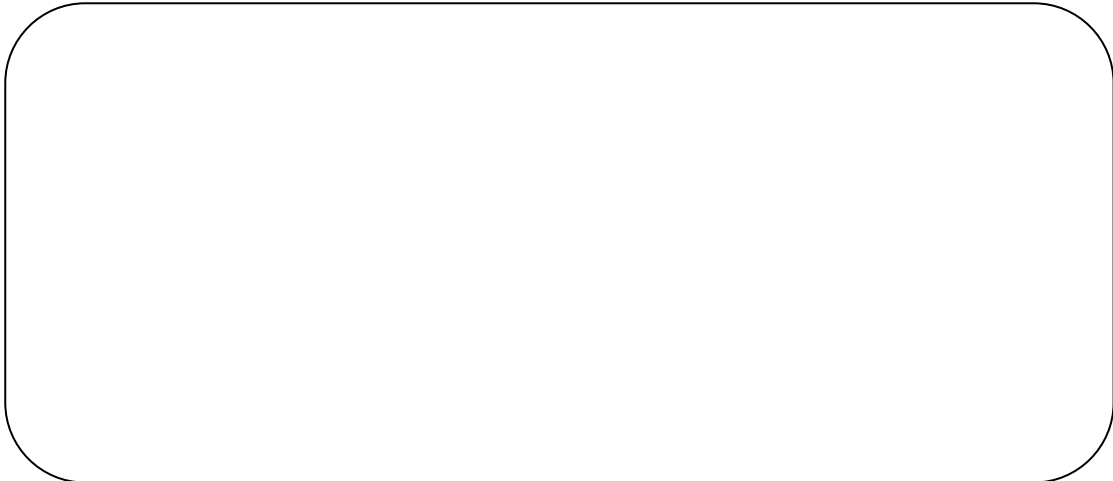
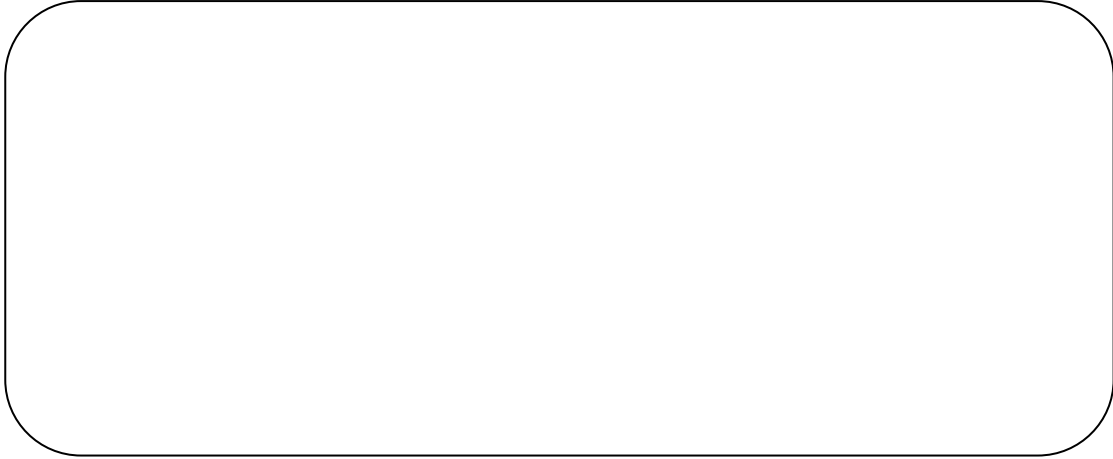
Kappaleiden valitsemisen jälkeen voidaan harjoitus purkaa ja keskustella perheen kanssa musiikin herättämistä tunteista. Perheen halutessa laulun sanat voidaan tulostaa perheen käyttöön tai niitä voi hyödyntää myöhemmin muissa menetelmissä, esimerkiksi voimataulu- tai elämänjanatyöskentelyssä.



Kuvan lähde:
http://www.4h.fi/kerhot/kerhonohjaajille/kuvia/markkinointiin/muut_kuvat/

SARJAKUVA

Piirrä sarjakuva perheesi päivästä. Käsittele sarjakuvassa aamu, päivä sekä ilta. Nosta sarjakuvassa esille ne asiat, jotka ovat päivän aikana perheelle tavanomaisia.



Alkuperäinen lähde: Riihonen & Räsänen 2010

PERHENOPAT

Taittele paperista tai käytä puisia kuutioita perhenoppien tekemiseen. Toisen nopan sivuille kirjoitetaan perheenjäseniä: ISÄ, ÄITI, SISKKO, VELI jne. Jokaiselle perheelle tehdään oma noppa ja jos perhe on pieni voi nopan sivuille kirjoittaa esimerkiksi lemmikin nimen tai tähden, joka tarkoittaa, että siihen saa keksiä kenet tahansa henkilön esimerkiksi sukulaisen tai ystävän.

Toiseen noppaan kirjoitetaan sanat: AINA, EI KOSKAAN, JOSKUS, USEIN, TÄNÄÄN sekä piirretään tähti, joka tarkoittaa, että sanan saa keksiä itse. Noppia heitetään yhtä aikaa ja heittäjä keksii sanoilla alkavia asioita, esimerkiksi: Äiti aina laittaa ruokaa, minä joskus kiusaan pikkuveljeä.

Noppien avulla vanhemmat voivat käydä läpi myös omaa lapsuuttaan.



Kuvan lähde:
[http://shop.blossom.fi/kylit-
taulut/family-sana-iso-1](http://shop.blossom.fi/kylit-
taulut/family-sana-iso-1)

PARASTA MEIDÄN PERHEESSÄ

Anna lapselle iso kartonki, jolle hän voi koota hyviä asioita perheestään piirtämällä, kirjoittamalla, leikkaamalla lehdistä kuvia ja tekstejä jne. Kartongin keskelle voi liimata tai piirtää kuvan omasta perheestä. Harjoituksen voi myös tehdä niin, että vanhempi on mukana miettimässä ja avustamassa lasta.

VIIKONLOPPU KOTONA

Varaa lapselle kaksi A4-paperia sekä värikyniä. Toiselle paperille piirretään tavallinen viikonloppu kotona ja toiselle millainen viikonloppu olisi, jos lapsi saisi itse päättää. Lasta voi johdatella tehtävään esittämällä kysymyksiä, esimerkiksi ”Millaisia asioita kuuluu tavalliseen viikonloppuun?”, ”Mitä teillä tehdään ja mitä ei?”, ”Millaisia asioita viikonloppuisin tapahtuu?”, ”Mitä haluaisit viikonloppuisin tapahtuvan?”

Piirtämisen jälkeen asioita käsitellään yhdessä lapsen ja vanhempien kanssa. Keskustelussa voidaan nostaa esille muutoksen mahdollisuuksia, voiko lapsen unelmien viikonlopusta siirtää asioita tavalliseen viikonloppuun.

KIRJE VANHEMMILLE/LAPSELLE

Vanhemmat voivat kirjoittaa lapselleen tai lapsi vanhemmille kirjeen, jossa voi nostaa sellaisia asioita esille, joista ei välttämättä osata puhua suoraan. Kirjeen kirjoittaja saa itse päättää, mitä valmiille kirjeelle tehdään, halutaanko se näyttää vai pitää itsellään tai esimerkiksi tuhota.

Harjoitusta voi soveltaa niin, että vanhemmat voivat kirjoittaa kirjeen esimerkiksi omille vanhemmilleen tai ihmiselle, joka on vaikuttanut heidän elämäänsä paljon.

PERHEEN SÄÄNNÖT

Lapsilla on paljon erilaisia oikeuksia, asioita, jotka kuuluvat kaikille lapsille. Lasten oikeudet ovat samalla sääntöjä aikuisille. Väritä laatikoista ne kolme sääntöä, jotka ovat mielestäsi tärkeimmät.

LASTEN
MIELIPITEET ON
HUOMIOITAVA

AIKUISTEN PITÄÄ
SUOJELLA LAPsia
VAARALLISILTA
ASIOILTA

LAPSI TARVITSEE
TURVAA JA
HELLYYTTÄ

LAPSI SAA OLLA
OMA ITSENSÄ

LASTA EI SAA
HAUKKUA TAI
PELOTELLA

LASTA EI SAA
SATUTTAA
LYÖMÄLLÄ,
TUKISTAMALLA
TAI POTKIMALLA

LASTEN EI KUULU
NÄHDÄ
VÄKIVALTA

AIKUISTEN PITÄÄ
KUUNNELLA
LAPsia

VANHEMPIEN
KUULUU TEHDÄ
MYÖS MUKAVIA
ASIOITA LAPSEN
KANSSA

AIKUISTEN
TEHTÄVÄ ON
HOITAA LASTA
HYVIN

LAPSI TARVITSEE
TÄRKEITÄ
IHMISIÄ
ELÄMÄÄNSÄ

LAPSEN PARAS ON
TÄRKEIN

23

HYVÄT UUTISET

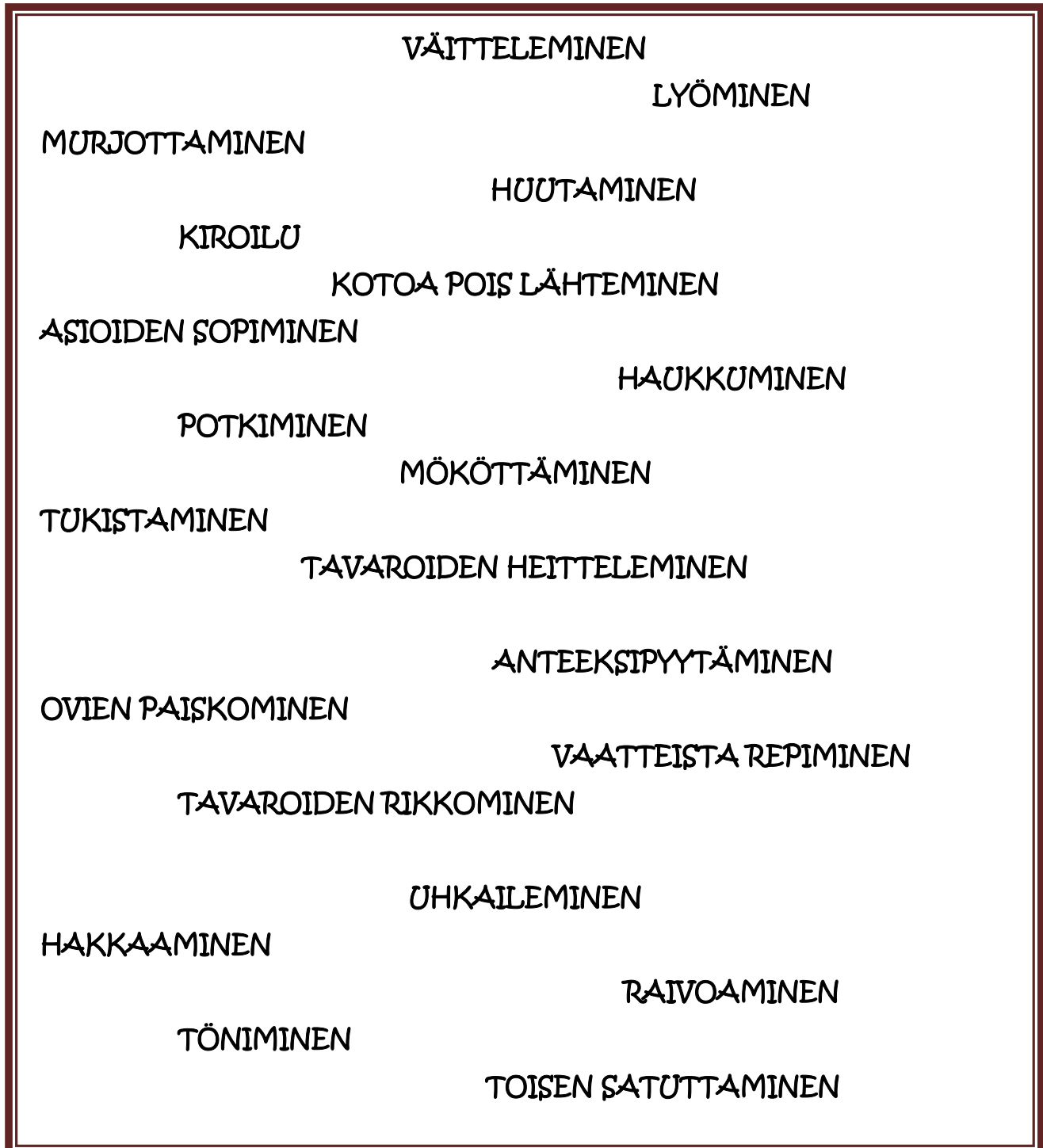
Tee perheen kanssa ”hyvien uutisten sanomalehti”. Niitatkaa muutama paperi yhteen ”lehdeksi”. Pyydä perhettä kirjoittamaan ylös hyviä uutisia, joihin he törmäävät, silloin kun he viettävät itsenäistä aikaa perhekuntoutuksessa. Hyvät uutiset voivat olla esimerkiksi kuultuja asioita, joita muut ovat sanoneet tai tapahtumia kotona tms. ”Lehteen” voi myös leikata kuvia tai piirtää hyviä uutisia.



Alkuperäinen lähde: Perhepolku 2009

MITEN MEILLÄ RIIDELLÄÄN?

Kaikissa perheissä on joskus riitoja ja eri perheissä riidellään eri tavoin. Miten teillä kotona riidellään? Ympyröi sopivat asiat.



KIINTYMYSSUHDE

Kiintymyssuhteessa on kyse kahden inhimillisen olennon välillä syntyvästä suhteesta, jossa molemmat osapuolet vaikuttavat suhteen kehitykseen.

Kun lapsen tarpeisiin vastataan oikein ajoitetusti, oikeudenmukaisesti ja ennustettavasti, lapsi alkaa luottaa hoivan saamiseen. Toistuvien myönteisten kokemusten myötä lapsi kiinnittyy häntä hoitavaan aikuiseen. Tällöin puhutaan turvallisesta kiintymyssuhteesta, jolloin lapsella on lupa ilmaista perustun-

Kiintymyssuhde kehittyy vuorovaikutuksen kautta jatkuvasti ja on elinikäinen. Kiintymyssuhteen kehittyminen vaikuttaa sekä lapsen että vanhemman elämään kauaskantoisesti. Turvallinen kiintymys hoitavaan aikuiseen nähdään perustana lapsen myöhemmille ihmissuhteille ja kyvylle toimia niissä vastavuoroisesti.

Kiintymyssuhteessa on kyse kahden inhimillisen olennon välillä syntyvästä suhteesta, jossa molemmat osapuolet vaikuttavat suhteen kehitykseen.



Välttelevässä kiintymyssuhteessa lapsi oppii, että

- hoitava aikuinen ei ole saatavilla
- aikuinen ei reagoi lapsen sisäiseen hätään
- hänen tunteillaan ja tarpeillaan ei ole merkitystä

Välttelevä kiintymyssuhde voi näyttäytyä hiljaisena ja passiivisena lapsen tarpeiden ohittamisena tai vaihtoehtoisesti aktiivisena kontrolloimisena silloin, kun lapsi aikuisen mielestä vaatii liikaa tai näyttää vaikeita tunteitaan.

Kaoottisessa kiintymyssuhteessa lapsen vanhemmat ovat usein ennakkoimattomia ja arvaamattomasti käyttäytyviä, ja lapsen perushoitoa on laiminlyöty.

Lapsen elämä on toistuvasti traumaattista, ja hän joutuu kokemaan kipua, joka on usein sekä psyykkistä että fyysistä. Kaoottisessa kiintymyssuhteessa lapsi kokee ympäröivän maailman vaaralliseksi, ja pyrkii selviytymään yksin ilman aikuisia. Lapsi on toisia kohtaan varautunut eikä kykene luottamaan toisiin ihmisiin. Lapsi voi joko vetäytyä kokonaan kuoreensa eikä pyydä apua keneltäkään, mutta voi myös hakea lohtua keneltä tahansa vieraaltakin ihmiseltä.

Keskeistä varhaisessa kiinnittymisessä on, että lapsi voi kokea läheisyyden, eron ja jälleennäkemisen turvallisella tavalla. Kiintymyssuhteessaan traumatisoituneen lapsen kohdalla nämä ominaisuudet ovat olleet toistuvasti puutteellisia tai mieltä järkyttäviä. Läheisyys on saattanut olla vaarallista, ero on ollut jätetyksi tulemistä ja jälleennäkeminen on ollut epävarmaa.

Rjistiriitaisessa kiintymyssuhteessa lapsi kokee aikuisen olevan ennustamaton ja epäjohdonmukainen reaktioissaan.

Rjistiriitaisessa kiintymyssuhteessa tunteiden ilmaisu on usein vääristynyt ja liioiteltua ja aikuisten reaktiot arvaamattomia.

MITÄ AJATTELEN ITSESTÄNI?

Rengasta ne sanat, jotka mielestäsi kuvaavat sinua.

RÄJÄHTÄVÄ	LEIKKIŠÄ	YSTÄVÄLLINEN	RENTO
TARKKA	LUOVA	ILOINEN	MÄÄRÄILEVÄ
AHNE	HASSU	TYTYVÄINEN	LAISKA
HUOLIMATON	VALEHTELIJA	EPÄVARMA	KILTTI
HAUŠKA	REILU	VASTUUNTUNTOINEN	
SURULLINEN	PAHA	KÄRSIVÄLLINEN	VAKAVA
RAUHALLINEN	ÄLYKÄS	PELOKAS	VILKAS
JÄNNITTYNYT	ILKEÄ	UJO	MUKAVA
RUMA	YLPEÄ	MIELLYTTÄVÄ	YKSINÄINEN
ÄÄNEKÄS	KÄTEVÄ	VIHAINEN	TOIMELIAS
INHOTTAVA	LAIHA	PINNALLINEN	IHANA
PEHMEÄ	POHDIŠKELEVA	KOVA	HILJAINEN
HYVÄ	PUHELIAS	VAIKEA	OUTO
LIHAVA	HYVÄNTUULINEN	SULKEUTUNUT	ONNELLINEN

LAPSEN ASIOIDEN LÄPIKÄYMINEN VANHEMPIEN TAPAAMISESSA

Lapsen nimi _____

Päivämäärä _____

Vanhempi, jonka kanssa asiaa käsitelty _____

Työntekijät _____

1. Mitä lapsellesi kuuluu? Arvioi lapsen tilanne nolasta kymmeneen.

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Mitkä asiat ovat hyvin?

Oletko jostain asiasta huolissa-
si?

+

-

+

-

+

-

+

-

2. Millainen lapsesi mielestäsi on?

Ympyröi vaihtoehdot, jotka parhaiten kuvaavat lastasi:

Viisas	räjähtävä	leikkisä	kekseliäs
ystävällinen	tarkka	iloinen	hassu
määräilevä	ahne	tyytyväinen	huolimaton
valehtelija	epävarma	kiilti	hauska
reilu	surullinen	tuhma	nätti
kärsivällinen	vakava	rauhallinen	älykäs
pelokas	vilkas	ujjo	hassu
jännittynyt	ilkeä	rento	ruma
ylpeä	miellyttävä	yksinäinen	kätevä
vihainen	toimelias	inhottava	laiha
pinnallinen	pohdiskeleva	kova	luova
laiha	hiijainen	hyvä	puheliias
rakas	filosofinen	mukava	outo
hyväntuulinen	laiska	sulkeutunut	kärsimätön

3. Lapsesi positiivisia ominaisuuksia ovat:

4. Missä asioissa lapsesi on hyvä?

5. Miten osoitat lapsellesi, että hän on sinulle tärkeä?

6. Mistä huomaat, että lapsesi on

- Hyvällä tuulella?
- Pelloissaan?
- Vihainen?
- Satuttanut itsensä?
- Surullinen?

7. Mitä lapsesi tarvitsisi mielestäsi juuri nyt?

8. Kerro millaisia tarpeita olet huomannut lapsellasi olevan?

9. Ympyröi tarvelistasta tarpeet, joita lapsellasi mielestäsi on?

Ilo	Lohdutus	Rakkaus
Hellyys	Kannustus	Kieltäminen
Oma tila	Turva	Puhuminen
Kuuntelu	Aikuisen aika	Yhdessä tekeminen
Läheisyys	Huomio	Huolettomuus
Uni	Suojelu	Pysäyttäminen
Hoiva	Ystävien tarve	Itsestä pitäminen
Ihmisiin liittymisen tarve		Elämysten tarve
Seivän aikuisen tarve		Apua tunteiden nimeämiseen
Apua tunteiden ilmaisuun		Nähdyksi tuleminen
	Nälän ja janon tyydyttämisen tarve	

Alkuperäinen lähde: Socca

LAPSEN KANSSA MIETTÄVIÄ ASIOITA

- Kenen tehtävä perheessä on siivota/pestä pyykkiä/ tehdä ruokaa/käydä kaupassa?
 - Mitä tapahtuu, jos vanhemmat eivät huolehdi kodista tai lapsistaan?
 - Voiko lapsi joskus joutua huolehtimaan vanhemmista? Milloin?
 - Millaisia tehtäviä aikuisilla on teidän perheessä? Entä lapsilla?
 - Kuka teidän perheessä päättää säännöt?
 - Oletko sinä joutunut joskus huolehtimaan äidistä, isästä tai sisaruksista?
 - Keneltä voi saada apua, jos vanhemmat eivät pysty huolehtimaan kodista tai lapsistaan?
-
- Millaisia vaikeuksia voi olla aikuisella?
 - Entä lapsilla?
 - Onko olemassa sellaisia vaikeuksia, joista ei voi selviytyä?
 - Miten erilaisiin vaikeuksiin voi saada apua?
 - Voivatko kaikki ihmiset saada apua vaikeuksiinsa?
 - Millaisia vaikeuksia tai vaikeita asioita teillä kotona on?
 - Millaisiin asioihin sinä tarvitsisit apua?
 - Millaisiin asioihin vanhempasi mielestäsi tarvitsisivat apua?
 - Kuka auttaa sinua erilaisissa vaikeissa asioissa?
 - Millaisissa asioissa vanhempasi auttavat sinua?
 - Mitä tapahtuu, jos pyytää apua perheen vaikeuksiin?
 - Millaisiin asioihin olet pyytänyt apua?
 - Millaisiin asioihin olet saanut apua?

PAHOJEN SALAISUUKSIEN ARKKU

On olemassa hyviä salaisuuksia, joiden ajatteleminen tuntuu hyvältä ja tekee iloiseksi. On myös pahoja salaisuuksia, joiden ajatteleminen tuntuu pahalta, tekee surulliseksi tai pelottaa. Kuvittele, että sinun pahat salaisuutesi ovat tässä arkussa. Kuinka täyteen arkku tulisi? Väritä niin iso osa arkusta.



Riikonen & Räsänen 2010

TUNNEHAHMO

Pyydä perheenjäseniä muovailemaan taikataikinasta tai askartelumassasta sellainen hahmo, jolta hänen huolensa/pelkonsa/surunsa/ikävänsä/ilonsa tai muu tunne näyttäisi, jos sen voisi nähdä. Tehtävää ohjeistaessa voi valita, toivooko perheen mieltävän jonkin tunteen liittyen perhekuntoutukseen, perheen sisäisiin suhteisiin tms. Kehota perhettä miettimään, minkä kokoinen, minkä muotoinen, minkä tuntuinen jne. tunne olisi.

Kun hahmo on kuivunut, sen voi maalata. Jutelkaa perheen kanssa siitä, mitä he haluavat tunnehahmolleen tehdä: säilyttää vai päästä eroon siitä?

Taikataikinahan ohje:

1 kkp suolaa

1 kkp jauhoja

6-8 rkl vettä

Sekoita ainekset keskenään. Taikinan tulee olla niin paksua, että se irtoaa helposti kulhon reunoista ja sitä on helppo muovailla. Paistetaan 150–170 asteessa vähintään tunti työn koosta riippuen tai 120 asteessa pidempi aika.

Alkuperäinen lähde: Perhepolku 2009



MINUN UNELMANI- JA VOIMATAULU

Pyydä perheen jäseniä miettimään, millaisista asioista he unelmoivat ja haaveilevat. Anna heille iso kartonki, jolle he voivat koota asioita, joista unelmoivat piirtämällä, kirjoittamalla, leikkaamalla lehdistä kuvia ja tekstejä jne. Kartonkiin voi askarrella kehykset erivärisestä kartongista.

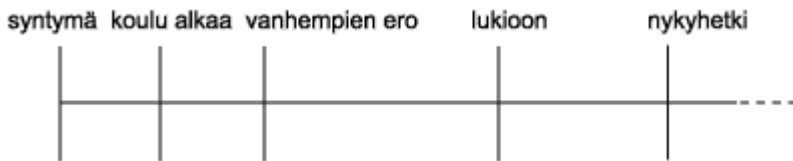
Voimataulussa kartonki voidaan jakaa neljään yhtä suureen osaan, joilla jokaisella on oma teemansa:

<p>Teksti, joka on sinulle tällä hetkellä erityisen tärkeä, se voi olla runo, laulun sanat, ote kirjasta jne.</p>	<p>Yksi lause vieressä olevasta tekstistä. Tässä lauseessa kiteytyy ajatus, joka antaa sinulle erityisen paljon voimaa tähän hetkeen.</p>
<p>Kuva asiasta, josta pidät. Kuva voi olla valokuva tai lehdestä leikattu. Voit myös itse piirtää kuvan.</p>	<p>Valokuva sinusta itsestäsi, siinä kuvassa sinä olet parhaimmillasi, tunnet itsesi tyytyväiseksi ja onnelliseksi. (Kuva herättää myönteisiä tunteita itseäsi ja kuvaustilannetta kohtaan.</p>

ELÄMÄNJANA JA ELÄMÄNKAARI

Perinteinen elämänjana

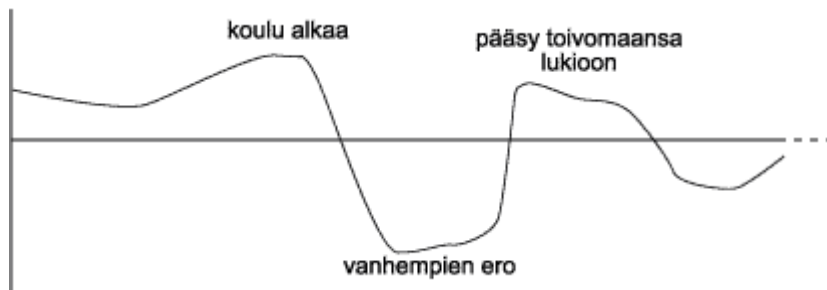
Perinteistä elämänjanaa voi käyttää asiakkaan kanssa tämän menneisyyden käsittelemisessä, tueksi keskustelulle tai herättelijänä ongelmien tai pulmien syntymisen etsinnässä.



Elämänkaari

Elämänkaaren piirtämisvaiheessa asiakas voi miettiä elämänsä ylä- ja alamäet samaan aikaan, kun kartoittaa tärkeitä vaiheita eletyssä elämässään.

Elämänkaaren voi myös soveltaa käsittelemään jotain tiettyä, rajattua aikaa, esimerkiksi seurustelusuhdetta alkutapaamisesta tähän päivään, äitiyttä raskauden alkamisesta nykyhetkeen tms.



Elämänjanaa voi myös tehdä musiikin avulla. Asiakas voi valita erilaisia musiikkikappaleita, jotka hän yhdistää omaan elämäänsä, esimerkiksi aloittaa lapsuudesta ja käydä musiikin avulla läpi mieleen jääneet kokemukset, elämäänsä vaikuttaneet asiat, ihmiset ym. Kappaleet voidaan käydä yhdessä asiakkaan kanssa läpi tämän kertoessa, mitä kyseiset kappaleet hänessä herättävät ja mihin tilanteeseen tai elämän vaiheeseen hän kappaleen mielessään liittää.

Perheen kanssa voi myös askarrella isolle fläpille/kartongille kuntoutuksen aikajanan, mitkä ovat olleet kuntoutuksen aikana tärkeitä ja mieleenpainuvia vaiheita, missä kohdassa kuntoutusta on tapahtunut muutoksia ym.

Alkuperäinen lähde: Sosiaaliportti

TUKIVERKOSTO

Perheeseeni kuuluu _____

Parhaita ystäviäni ovat _____

Kavereihin liittyvistä huolista kerron _____

Kouluun liittyvistä huolista kerron _____

Kotiin ja perheeseen liittyvistä huolista kerron _____

Kun minua pelottaa, turvan antaa _____

Iloisista asioista kerron _____

Kun olen surullinen, minua lohduttaa _____

Jos joku satuttaa minua, kerron siitä _____

Kun haluan hellyyttä, saan sitä _____

Mukavia asioita kanssani tekee _____

Hyvälle tuulelle minut saa _____

Kun olen sairas, minua hoitaa _____

Jos tarvitsen apua koulutehtävissä, minua auttaa _____

Alkuperäinen lähde: Perhepolku 2009

PARISUHDE

Parisuhdeporkkanat:

Tehtävien ja erilaisten välineiden avulla pariskunnat voivat keskittyä toisiinsa yhdessä tekemisen kautta. Tällöin vuorovaikutus ei perustu pelkästään sanalliseen ilmaisuun. Työntekijä valitsee pariskunnalle sopivat ”porkkanat” alla olevista tehtävistä ja käy ne läpi parin kanssa. Tarkoituksena on se, että pariskunta tekee tehtävät rauhassa mutta työntekijä voi olla tarvittaessa paikalla ohjaamassa. Tärkeää on kuitenkin huomioida, että antaa tarpeeksi tilaa pariskunnalle itselleen ja heidän väliselle vuorovaikutukselle.

TEHTÄVÄ 1. Tarvitaan: Paperia, kyniä, huivit.

Ottakaa paperia ja kynä. Piirtäkää silmät sidottuina toistenne kasvot paperille. Esitelkää kuvat toisillenne.

TEHTÄVÄ 2. Tarvitaan: Paperia ja kyniä

- Muistelkaa asioita, joihin aikanaan rakastuitte toisissanne. Lukekaa asiat lopuksi ääneen toisillenne.

- Piirtäkää toistenne käden ääri viivat paperille, niin että pienempi käsi jää isomman sisäpuolelle.

TEHTÄVÄ 3. Tarvitaan: Pahvista leikattuja sydämiä, kyniä, CD-soitin/tietokone

- Kirjoittakaa sydänten sisälle positiivisia adjektiiveja, eli sanoja, jotka kuvaavat kumppanin hyviä puolia. Lukekaa lopuksi hyvät asiat toisillenne.

- Valitkaa kappale, josta toinen tulee mieleen. Etsikää kappale esimerkiksi youtubesta tai levyiltä ja soittakaa toisillenne. Kappaleen aikana ei saa puhua.

TEHTÄVÄ 4. Tarvitaan: CD-soitin, patjat, pensseli, nystyräpallo, rauhoittavaa musiikkia

Ottakaa vuoron perään esine, jolla hierotte puolisonne selkää tämän ollessa vatsallaan patjalla. Taustalla soi rentouttavaa musiikkia. Vaihtakaa osia kappaleen vaihtuessa.

Aikuperäinen lähde: Vilén, M., Seppänen, P., Tapio, N., Toivanen, R. 2010

TUNTEENI PARISUHTEESSAVANHEMMUUDESSA

Ympyröi ne tunteet, joita olet tuntenut kuntoutuksen aikana ajatellen parisuhdetasi/vanhemmuitasi. Arvioi tämän jälkeen tunteen voimakkuus asteikolla 1 – 10.

Ahdistus	Alakuloisuus	Alemmuus
Anteeksiantamisen ja -saamisen tunteet	Arkuus	Arvokkuus
Avuttomuus	Epätoivo	Epävarmuus
Haikeus	Hellyys	Helpottuneisuus
Hengellisyys	Hermostuneisuus	Huolestuneisuus
Huvittuneisuus	Hylätyksi tulemisen tunne	Hyväksyntä
Hyväntuulisuus	Hyvä olo	Hämmennys
Häpeä	Hätäntyneisyys	Ikämeissään olo
Ikävä	Ilo	Inho
Innostuneisuus	Intohimo	Ivallisuus
Jännitys	Järkytys	Kaipa
Kateus	Katkeruus	Katumus
Kiihtymys	Kiintymys	Kiitollisuus
Kostonhalu	Kunnioitus	Kyllästyneisyys
Kyynisyys	Kärsimys	Leikkisyys
Levottomuus	Loukkaantuneisuus	Luottamus
Masentuneisuus	Myötäelämisen tunne	Nolous
Nöyryys	Oikeudenmukaisuus	Onni
Paha olo	Pelko	Pettymys
Pitkästyneisyys	Rakkaus	Rauhallisuus
Rentous	Riehakkuus	Riemu
Riittämättömyys	Rohkeus	Sisukkuus
Stressaantuneisuus	Seksuaalisuuden tunne	Suru
Suuttumus	Syällisyys	Säikähdys
Sääli	Toiveikkaus	Toivottomuus
Turhautuneisuus	Turvallisuus	Turvottomuus
Tuskastuneisuus	Tyytymättömyys	Tyytyväisyys
Uupumus	Varmuus	Välinpitämättömyys
Väsymys	Väsymys	Yksinäisyys

Alkuperäinen lähde: Perhepolku 2009

PARISUHDE JA HAAVEET

Listaa paperille haaveita, toiveita ja tarpeita ajatellen parisuhdettasi. Keksi niille mahdollisimman monta toteuttamis/saavuttamistapaa. Listan valmistuttua, pohdi mikä asia on tällä hetkellä ajankohtaisin ja tärkein sekä mikä olisi toimivin vaihtoehto keksimistäsi toteutustavoista. Jaa listaamasi asiat kumppanisi kanssa, sekä säilytä lista mahdollista myöhempää tutkailua varten.



TUNTEITA HERÄTTÄVÄT ASIAT PARISUHTEESSA

Jatka lauseita haluamallasi tavalla.

1. Minua ilahduttaa, kun...
2. Itkin, kun...
3. Olen kateellinen siitä, että...
4. Pidän siitä, että...
5. Ärsyttää se, että...
6. Rakastun aina uudelleen, kun...
7. Olen epävarma tilanteissa, joissa...
8. Minua pelottaa, jos...
9. Hienoa on se, että...
10. Olen jättänyt sanomatta kumppanilleni, että...
11. Kaikkein mieluiten olisin...
12. Parasta parisuhteessamme on...
13. Tällä hetkellä tärkeintä on se, että...
14. Toivoisin tulevaisuudelta...
15. Toivoisin parisuhteelta...

Alkuperäinen lähde: Perhepolku 2009

TÄRKEÄT ASIAT VANHEMMUUDESSA

Kirjoittakaa tähtiin asioita, jotka ovat teille tärkeitä vanhemmuudessanne. Nämä ovat asioita, joista saa elämän tähtihetkiä. Tehtävän voi tehdä yksin tai pareittain.



JÄNNITYS-RENTOUTUS – HARJOITUS

Harjoituksen tarkoituksena on jännittää ja rentouttaa eri lihasryhmät kerrallaan ja aistia miltä jännittyneisyys ja rentoutuminen tuntuvat. Harjoitus on hyvä tehdä esimerkiksi nojatuolissa, mahdollisimman hyvässä asennossa. Jännitys pidetään yllä 5 - 7 sekuntia, jonka jälkeen rentoutumisen annetaan levitä jännittyneisyyden vastapainoksi 10 – 15 sekunniksi. Ohjaaja voi pitää huolta ajan kulumisesta sekä ohjeiden ääneen lukemisesta. Tämä harjoitus voidaan tehdä tapaamisen päätteeksi.

Kädet, kasvot, kaulat ja hartiat:

1. Purista oikea käsi nyrkkiin.
2. Purista vasen käsi nyrkkiin.
3. Purista molemmat kädet nyrkkiin.
4. Nosta käsivarret koukkuun ja jännitä olkavarren lihaksia. Huomioi, että ranne ja kädet pysyvät rentona.
5. Jännitä olkavarren alapuolen lihakset ojentamalla kädet suoriksi ja painamalla kämmeniä reisiä vasten.
6. Rypistä otsaasi nostamalla kulmakarvoja ylöspäin.
7. Rypistä kulmakarvoja.
8. Sulje silmät tiukasti kiinni niin, että silmäluomet pysyvät sileinä.
9. Jännitä leuat puremalla hampaita yhteen.
10. Paina kieli kitalakeen.
11. Jännitä huulet mutristamalla suuta.
12. Paina pää taaksepäin niskatukea tai selkänöjää vasten. Palaa varovasti takaisin normaaliin asentoon.
13. Paina pää alaspäin, leuka rintaan.
14. Nosta hartiat kohti korvia.
15. Nosta hartiat korvia kohti ja pyöritä niitä molempiin suuntiin, etu- ja takaperin, myötä- ja vastapäivään.

Hengitys, vatsa, selkä ja jalat:

16. Hengitä tasaisesti ja rauhallisesti vatsan avulla.
17. Vedä henkeä syvään, pidätä hengitystä muutamia sekunteja ja päästä ilma vapaasti ulos keuhkoistasi. Pidä pieni tauko ennen seuraavaa uloshengitystä.
18. Jännitä vatsa työntämällä sitä ulospäin.
19. Jännitä vatsa vetämällä sitä sisäänpäin.
20. Jännitä selkä kaarelle.
21. Jännitä pakaralihakset yhteen.
22. Jännitä jalat yhteen.
23. Paina kantapäät lattiaan.
24. Paina varpaat lattiaan.
25. Taivuta jalkaterät kasvoja kohti pitäen kantapäät paikoillaan lattiassa.

Lopuksi rentoutumista voi vahvistaa olemalla hetken aikaa paikoillaan silmät kiinni, jonka jälkeen palaututaan rentoutuneesta tilasta vähitellen tähän hetkeen.

SULAVA KYNTTILÄ – RENTOUTUSHARJOITUS

Asetu mukavaan makuuasentoon ja sulje silmäsi.
Kuvittele, että makaat auringossa lämpimänä päivänä.
Sinut on tehty vahasta. Olet kuin valtavan suuri kynttilä.
Auringon paistaessa varpaasi alkavat sulaa.
Seuraavaksi alkavat sulaa jalkasi ja nilkkasi. Tunne lämmin auringonpaiste säärilläsi.
Polvesi sulavat... Sitten reitesi.
Takamuksesi ja lantiosi alkavat sulaa. Alavartalosi on pehmeä ja lämmin.
Tunne miten sormesi sulavat ruohikolle. Sitten sulavat kätesi ja ranteesi.
Kynnänpääsi alkavat sulaa... Ja sitten olkapääsi.
Tunne lämmin auringonpaiste rinnallasi ja kaulallasi.
Anna koko vartalosi sulaa maan sisään. Olosi on aivan rento ja mukava.
Olet täysin rauhallinen.

Aikuperäinen lähde: Hyppönen 2004, Rijkonen & Räsänen 2010

KUNTOUTUKSEN JÄLKEEN

Kun perhe on kotiutunut kuntoutuksesta, voi kotikäynneillä havainnoida esimerkiksi seuraavia asioita:

Kodin koko	<ul style="list-style-type: none"> • Onko kodissa tilaa tarpeeksi perheen tarpeisiin? • Onko lapsella/lapsilla oma ikätasoon sopiva tila kotona, esim. leikkitala, oma huone missä tehdä läksyjä ym.?
Nukkumisjärjestelyt	<ul style="list-style-type: none"> • Onko kaikilla perheenjäsenillä oma sänky, patja ja peitvaatteet? • Kuka nukkuu kenenkin kanssa?
Ruokailujärjestelyt	<ul style="list-style-type: none"> • Onko kaikille perheenjäsenille ikätasoon sopivat ruokailupaikat? • Onko keittiössä tarvittavat välineet ruoanlaittoa varten? • Ovatko keittiön tasot riittävän siistit ruoanvalmistukseen? • Näyttääkö keittiö siltä, että siellä tehtäisiin ruokaa?
Kodin turvallisuus lapsen näkökulmasta	<ul style="list-style-type: none"> • Huomioi esimerkiksi: rikkinäiset/suojaamattomat sähköasiat, terävät veitset, pesuaineet, rikkinäiset huonekalut, rappuset/portit, parvekkeelle pääsy, ovien lukot, myrkylliset kasvit ja lääkkeet

Kodin siisteys	<ul style="list-style-type: none"> • Onko kodissa liikaista tai sotkuista? • Aiheuttaako kodin siisteystaso huolta lapsen näkökulmasta, esim. pienen lapsen kohdalla tukehtumisvaara? • Onko keittiössä tiskaamattomia tiskejä huomattava määrä? • Onko asunnon jokainen huone siisti? (kylpyhuone, makuuhuoneet, olohuone, vaatehuone, keittiö)
Viihtyvyys	<ul style="list-style-type: none"> • Näyttääkö asunto kodikkaalta? • Miten kukin viihtyy asunnossa? • Onko piha viihtyisä lasten kannalta? • Kuinka perhe tulee toimeen naapureiden kanssa? • Kuinka kaukana hoitopaikka, koulu ja harrastukset ovat?
Perheen vuorovai- kutukset ja kodin ilma- piiri	<ul style="list-style-type: none"> • Onko lapsi terve, puhdas, sopivasti pukeutunut suhteessa vuoden aikaan? • Vaikuttavatko vanhemmat väsyneiltä, ylipirteiltä, sairailevilta tms.? • Mitä ja miten he puhuvat toisilleen ja millaista sanatonta viestintää perhe käyttää? • Miten lapset/vanhemmat käyttäytyvät kotona? • Käyttäytyvätkö he eritavalla kuin kuntoutusjakson aikana? • Millainen ilmapiiri kodissa on? • Kuinka lapset mahdollisesti kokevat kodin ilmapiirin?

Alkuperäinen lähde: Vilén, M., Seppänen, P., Tapio, N., Toivanen, R. 2010

LÄHTEET

- Hautamäki, A. 2001. Kiintymyssuhdeteoria- teoria yksilön kiin(nit)tymisestä tärkeisiin toisiin ihmisiin, kiintymyssuhteen katkoksisista ja merkityksestä kehitykselle. Teoksessa Varhaiset ihmissuhteet (toim.) Sinkkonen, J. & Kalland, M. Vantaa: TummaVuoren kirjapaino Oy. 13–66.
- Hyppönen M. & Linnossuo O. 2004. Zip Zap ja Boing. Saarijärvi: Saarijärven Offset.
- Järvinen R., Lankinen A., Taajamo T., Veistilä M. & Virolainen A. 2007. Perheen parhaaksi -perhetyön arkea. Helsinki: Edita Prima.
- Korhonen, A. & Sukula, S. 2004. Vauva-perhetyö. Juva: WJ Bookwell Oy.
- Muukkonen, T. & Tulensalo, H. 2004. Kohtaavaa lastensuojelua – lapsikeskeisen lastensuojelun sosiaalityön tilannearvion käsikirja. http://www.hel.fi/wps/wcm/connect/38507c804a176e1e9490fc3d8d1d4668/01_lastensuojelua.pdf?MOD=AJPERES 12.9.2011.
- Perhepolku. 2009. Pieniä polkuja -tukea päihdeperheiden lasten kanssa työskenteilyyn. Jyväskylän katulähetys, perhepolku-projekti.
- Riihonen, K. & Räsänen, R. 2010. Elämän taidot -opas nuorten ryhmätoimintaan. Jyväskylä: Kopijyvä Oy.
- Socca. <http://www.socca.fi/kehittaminen/lastensuojelu/tyokalupakki/lomakkeita>
- Sosiaaliportti. 2011. Aikajanoja. <http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/lastensuojelunkasikirja/tyovalineet/tyomenetelmat/aikajanoja/> 10.10.2011.
- Vilén, M., Seppänen, P., Tapio, N., Toivanen, R. (toim.) 2010. Kohtaamisia lapsiperheissä – menetelmiä perhetyöhön. Helsinki: Oy Nord Print Ab.
- Menetelmäpaketin kuvituksessa olemme hyödyntäneet SOS-Lapsikylän Internet-sivujen materiaaleja ja omia kuvatiedostoja. Muilta sivuilta otettujen kuvien kohdalla olemme merkinneet suoran lähteen sivun alareunaan.