



Antti Kälviäinen
Susanna Mähönen
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto
Sosionomi (AMK)
Sairaanhoidtaja (AMK)
Opinnäytetyö, 2024

OMAKAMU-TOIMINNAN MERKITYS PITKÄÄN MUKANA TOIMINNASSA OLLEILLE LAPSILLE JA PERHEILLE

TIIVISTELMÄ

Antti Kälviäinen & Susanna Mähönen

OmaKamu-toiminnan merkitys pitkään mukana toiminnassa olleille lapsille ja perheille.

44 s., 2 liitettä

Kevät 2024

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto

Sosionomi (AMK)

Sairaanhoitaja (AMK)

Opinnäytetyössä selvitettiin haastattelututkimuksella OmaKamu -toiminnassa pitkään mukana olleiden perheiden kokemuksia. OmaKamu kouluttaa ja ohjaa vapaaehtoisia aikuisia toimimaan kavereina lapsille ja nuorille. Haastatteluihin osallistui viisi huoltajaa, joiden lapsi on ollut mukana toiminnassa yli 5 vuotta. Haastattelut toteutettiin syksyllä 2023. Tulokset saatiin käyttämällä menetelmänä aineistolähtöistä sisällönanalyysiä.

Tutkimuksessa selvisi, että toimintaan oli hakeuduttu tukiverkoston puuttumisen vuoksi. Erilaiset perheitä kuormittavat tekijät kuten yksinhuoltajuus ja lapsen neuropsykiatriset haasteet olivat aiheuttaneet huoltajien uupumista. Uupuminen oli johtanut hakemaan apua ja huoltajat olivat ohjautuneet hakeutumaan mukaan OmaKamu-toimintaan. Osa taas koki, että lapsi tarvitsee puuttuvan vanhemman tai puuttuvien kavereiden tilalle aikuisen kaverin. Kamu-suhteesta oli muodostunut perheille ystävyysuhde, jonka toivottiin jatkuvan läpi elämän. Haastateltavat kokivat, että toiminta on antanut heille kaivattuja hengähdystaukoja ja lapselle merkityksellisen ihmissuhteen, jolla on ollut positiivinen vaikutus lapsen kasvuun ja hyvinvointiin. Onnistunut Kamu-parin valinta nähtiin tärkeimpänä tekijänä onnistuneelle Kamu-suhteelle. Merkittävämpänä riskinä taas nähtiin vapaaehtoisten sitoutumisen puute toimintaan. Pelättiin, että alkanut Kamu-suhde loppuu vapaaehtoiseksi hakeutuneen toimesta äkisti ja yllättäen. Tällä nähtiin olevan erittäin negatiivinen vaikutus lapselle.

Esitämme saatujen tulosten ja aineiston perusteella, että yhteiskunnan kannattaa tukea vapaaehtoistoimintaa, jolla on positiivinen vaikutus lasten ja nuorten hyvinvointiin.

Asiasanat: lasten ja nuorten hyvinvointi, perheiden hyvinvointi, vapaaehtoistoiminta

ABSTRACT

Antti Kälviäinen & Susanna Mähönen

The significance of the OmaKamu activity for the children and families who have participated long.

44 pages, 2 appendices

Spring 2024

Diaconia University of Applied Sciences

Bachelor's Degree Programme in Social Services

Bachelor's Degree in Health Care, Registered Nurse

The thesis explored the experiences of the families who participated in the OmaKamu activity through interviews. OmaKamu trains and supports adults who volunteer as long-term friends for children and youth. The interviews were held in the Autumn of 2023 for families whose child has been involved the activity more than five years. The results were obtained by inductive content analysis.

The study found that the families applied to the OmaKamu activities due to the lack of support networks. Therefore, various factors that burden families, such as single parenthood and the child's neuropsychological challenges, had caused exhaustion for the guardians. Some of the guardians interviewed felt that the child needed an adult friend in place of the missing parent or missing friends. The Kamu relationship had become a friendship for the families, which was hoped to continue throughout life and that the OmaKamu activity had given them much-needed breaks and the child a meaningful relationship that had a positive impact on the child's growth and well-being.

A successful Kamu pair selection was seen as the most important factor for a successful Kamu relationship. The volunteers' lack of commitment to the OmaKamu activity was seen as the most significant risk. The interviewees were afraid that the volunteers would end the Kamu relationship suddenly and unexpectedly. This was seen to have a very negative impact on the child. Based on the results and data obtained, we suggest that society should support voluntary activities that have a positive impact on the well-being of children and young people.

Keywords: Well-being of children and young people, well-being of families, voluntary activity

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	6
2 LASTEN JA PERHEIDEN HYVINVOINTI	7
2.1 Lapsen kasvu ja kehitys	7
2.1.1 Kehitysvaiheet.....	7
2.1.2 Psykkinen ja sosiaalinen kehitys ja sen tukeminen	11
2.1.3 Kognitiivinen kehitys ja sen tukeminen	13
2.2 Perheitä kuormittavat tekijät.....	14
2.3 Perheet yhteiskunnan peruspilarina	17
2.4 Perheen tueksi tarjottavat palvelut	18
3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET.....	19
4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	20
4.1 Työelämäkumppani OmaKamu ry	20
4.2 Kohderyhmä	21
4.3 Aineistonkeruumenetelmä	22
4.4 Aineiston analysointi	24
5 TUTKIMUSTULOKSET	28
5.1 Perheet ja toiminnan aloittaminen	28
5.2 Toiminnan merkitys lapselle.....	30
5.3 Huoltajat ja tarpeisiin vastaaminen	33
5.4 Kehittämissuhteita	34
6 POHDINTA	35
6.1 Opinnäytetyön prosessi.....	36
6.2 Eettisyys ja luotettavuus.....	36
6.3 Tutkimustulokset	38
6.4 Ammatillinen kasvu	41
6.5 Johtopäätökset.....	43
LÄHTEET	45

LIITE 1. Saatekirje	49
LIITE 2. Kysymysrunko teemahaastatteluun.....	50

1 JOHDANTO

Lapsuus ja nuoruus vaikuttavat ratkaisevasti siihen millainen persoona ihmisestä kasvaa. Varhaisina ikävuosina koetut asiat vaikuttavat huomattavasti enemmän, kuin myöhemmät ikävuodet. (Cacciatore ym., 2008, s. 43.) Sulku ja Aromaa (2001) toteavat, että tietty ihmisen psykososiaalinen kehitys tapahtuu vain lapsuuden aikana, eikä tätä tapahdu juurikaan enää aikuisena. Joskus perheelle voi tulla vastoinkäymisiä, jotka vaikuttavat lapsen elämään. Perheessä voi olla esimerkiksi sairautta, raha- tai ihmissuhdehuolia tai vanhempien ero. Näissä tilanteissa on tärkeätä, että lapsella on kuitenkin joku turvallinen ja läsnä oleva aikuinen elämässään. Lapselle on hyväksi mitä useampi turvallinen aikuinen hänen lähipiirissään on (Cacciatore ym., 2008, s. 45). Turvalliset ja hyvät ihmissuhteet edistävät lapsen hyvän itsetunnon kehittymistä. Hyvä itsetunto auttaa selviämään elämässä, tekemään itsenäisiä ratkaisuja ja olemaan lannistumatta vastoinkäymisten kohdatessa. Hyvä itsetunto korreloi myös hyvän koulumenestyksen kanssa, kun taas huonolla itsetunnolla nähdään olevan yhteys esimerkiksi somaattisiin sairauksiin. (Keltikangas-Järvinen, 1994, s. 46, s. 111)

Lasten ja nuorten hyvinvointi on erittäin tärkeätä perheiden lisäksi koko yhteiskunnalle. Lapsista ja nuorista on kasvamassa tulevaisuuden aikuisia. Ilman heitä yhteiskunnan rakenteet romahtavat. Kaikki perheet eivät ole yhtä hyvässä asemassa ja erilaiset haasteet voivat kohdata perhettä, jotka vaarantavat lasten kasvun ja kehityksen. Yhteiskunnan on siis järkevää huolehtia lastensa ja nuortensa hyvinvoinnista. (Sulku & Aromaa, 2001, s. 42–46.)

Opinnäytetyön tarkoituksena on tutkia millaisia merkityksiä OmaKamu-toimintaan osallistuneiden lasten huoltajat kokevat toiminnalla olleen omalle perheelleen. Tutkimuksen tuloksista teemme johtopäätöksiä, jotka auttavat OmaKamua kehittämään omaa toimintaansa. OmaKamu kouluttaa ja ohjaa vapaaehtoisia aikuisia toimimaan pitkäaikaisina kavereina eli Kamuina lapsille ja nuorille. OmaKamu-toiminnan tarkoituksena on lisätä lasten ja nuorten hyvinvointia. (OmaKamu, i.a.-a.)

2 LASTEN JA PERHEIDEN HYVINVOINTI

2.1 Lapsen kasvu ja kehitys

Lapsen kasvu ja kehitys voidaan jakaa varhaislapsuuteen, keskilapsuuteen ja nuoruuteen. Jokaisella ikäkaudella on oma tärkeä roolinsa lapsen kasvun ja kehityksen osana. Temperamentti tarkoittaa kunkin ihmisen ominaista käyttäytymistä ja reagointikykyä, joka määrittyy perinnöllisten tekijöiden kautta. Lapsen persoonallisuus ja minäkuva muokkautuvat vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa. Vauvalla on jo alusta asti kyky vuorovaikutukseen. Varhainen vuorovaikutus ja hoiva ovat edellytyksiä elämälle, kasvulle ja kehitykselle. Varhaislapsuudessa luodaan kivijalka myöhemmälle elämälle. Luodun kivijalan päälle on mahdollista rakentaa tietoja ja taitoja, joilla selviytyä elämässä eteenpäin. Motoriset taidot kehittyvät vauhdilla syntymän jälkeen. Pieni vauva kommunikoi itkun kautta ja voi tehostaa itkuja huitomalla sekä potkimalla. Kielen ymmärtäminen kehittyy yksinkertaisten sanojen ymmärtämiseen 9 kuukauden ikään mennessä. Sosiaaliset taidot puolestaan lähtevät kehittymään pian syntymän jälkeen. Lapsi tarkastelee omia läheisiään valppaana ja matkii heidän ilmeitään. (Sinkkonen & Korhonen, 2016, s. 179–181.)

2.1.1 Kehitysvaiheet

Varhaislapsuus sijoittuu 0–6 ikävuoteen. Ihmisen kehitysmuutokset ovat laajalaisimmat ensimmäisen elinvuoden aikana. Monia muutoksia tapahtuu niin kehossa kuin hermostossa. Lapsi oppii kehonhallintaa hermoston kehittyessä ja aistitoiminnot tarkentuvat. Havaitseminen ja asioiden tunnistaminen laajentuu. Lisäksi kommunikointi käynnistyy. Lapsi oppii niin valveilla ollessaan kuin nukkuessaan. Valvetilassa lapsi on aktiivisesti tekemisissä ympäristönsä kanssa ja pyrkii kokonaisvaltaisesti jäsentymättömästä tilasta jäsenettyyn toimintaan. Vastasyntynyt hahmottaa ääriiviivat lähellä olevasta henkilöstä eli näkö ei ole vielä tarkka vaan kohtalainen. Kahden ja puolen kuukauden iässä näkö tarkentuu, joka lisää valmiutta havaita ihmisiä, esineiden muotoja ja värejä. Kognitiivisen

kehityksen kannalta on keskeistä, miten lapsi suuntautuu uusiin asioihin, miten hän tottuu ja kykenee omaksumaan muutoksia. Alle 3-vuotiaana aivojen muovautuvuus on suurta ja uusia asioita omaksutaan erityisen hyvin. Lapsen taidot karttuvat aina merkityksellisessä kontekstissa. Näitä ovat esimerkiksi koti, päivähoitoympäristö ja sukulaiset, sillä näissä vallitsevat erilaiset vuorovaikutussuhteet. Perusturvallisuuden tunne syntyy, kun lapsella on luottamus häntä hoitaviin aikuisiin. Tämä luo hyvän pohjan kehitykselle, joka tapahtuu ympäristöä tutkimalla ja oppimalla. Tämä tukee myös lapsen sosiaalista ja emotionaalista kehitystä. (Nurmi ym., 2022, s. 22, 27–29.)

1–3-vuotiaita lapsia kutsutaan taaperoikäisiksi. Taaperolla on rajaton usko omiin kykyihinsä. Liikunnalliset taidot kehittyvät, leikit monipuolistuvat ja kyky pärjätä lyhyitä hetkiä itsekseen kehittyy. Taaperoa alkaa kiinnostaa muutkin lapset ja hän hakeutuu heidän seuraansa mielellään. Kyky huomioida toisia on vielä kehittymätön, jakaminen on vaikeaa ja leikki saattaa olla rajua muiden lasten kanssa. Taaperoikäisenä keskeisellä sijalla on puheen ja kielen kehittäminen ja sen merkitys. Kieli antaa mahdollisuuden mielen jäsentymisen mielikuviksi ja kertovan minän rakentumisen. Muille ihmisille voidaan sanojen avulla välittää ajatuksia, tarpeita ja tunteita eli tulla paremmin ymmärretyksi sekä ymmärtää myös muita. Kyky muodostaa kysymyksiä kehittyy taaperovaiheen lopussa. (Sinkkonen & Korhonen, 2016, s. 181–183.)

Taapero alkaa harjoittelemaan irrottautumaan pikkuhiljaa vanhemmistaan ja ymmärrys omasta erillisyydestä vanhempiin syventyy. Ajoittainen voimakas takertuminen hoivaajaan kuuluu myös kehitykseen. Taapero voikin olla hyvin mustasukkainen vanhemman huomion jakamisesta muille perheen lapsille. Rajojen testaaminen ja uhmaaminen kuuluu olennaisesti 2–3-vuotiaan lapsen kehitykseen. Vaillinaiset taidot sekä epäonnistumiset voivat aiheuttaa voimakasta pettymystä ja turhautumista. Lapsi voi reagoida voimakkaasti turhautuessaan, kuten purra, lyödä tai heitellä tavaroita. Kiukku hälvenee usein taaperon päästessä turvallisen aikuisen syliin. Taapero tarvitsee vielä aikuisen ohjeistusta ja apua, sillä oma tunteiden ja käytöksen säätely, oman toiminnan ohjaus, keskittymiskyky ja sääntöjen noudattaminen ovat vaillinaisia. (Sinkkonen & Korhonen, 2016, s. 181–183.)

Leikki-ikäiseksi lapseksi sanotaan 3–6-vuotiasta. He ovat päässeet eroon yleensä jo vaipoista ja ovat tyypillisesti uteliaita, aloitekykyisiä ja vilkkaita puuhaajia. Liikkuminen on riehakasta ja toimintaa leimaa omatoimisuus ja tarkoitussellisuus. Leikkiin tulee enemmän symboliikkaa ja mielikuvitus kehittyy vauhdilla. Sosiaaliset taidot kehittyvät, pysyvämpiä kaverisuhteita alkaa muodostumaan, toiset lapset otetaan paremmin huomioon ja leikit muuttuvat yhteisleikeiksi. Oman käytöksen ja tunteiden säätelyn keinot kehittyvät. Tämä voidaan nähdä muun muassa keskittymiskyvyssä, oman vuoron odottamisessa ja ohjeiden seuraamisena. Lapsi oppii tekemään omia valintoja ja uhma jää yleensä taakse. (Sinkkonen & Korhonen, 2016, s.183–184.)

Kirjainten tunnistaminen sekä laskemisen taito ja hienomotoriikka, kuten piirtäminen ja askartelun taito kehittyvät. Kielen kehitys etenee myös todella nopeasti ja kyky kysellä, pohtia asioita sekä keskustella asioista tulevat paremmiksi. Lapsi pitää tämän ikäisenä usein loruista ja riimittelystä sekä satujen lukemisesta. Lapsi haluaa esitellä taitojaan muille ja nauttii omista taidoistaan. Lapsen itsetunto kasvaa ja kehittyy huomion, kehuja ja kiitosten myötä ja kannustaa uusien taitojen opetteluun. Leikki-ikäinen tarvitsee kuitenkin vielä aikuisen turvaa ja lohdutusta pahoittaessaan mielensä. Lapsi tarvitsee apua vaikeiden tunteiden käsittelyyn. Vertailu ikätovereihin voi aiheuttaa huonommuuden tunteita, sillä lapsen kyky erottaa omat ja muiden taidot on kehittynyt. Totuus ja toiveet eivät erotu toisistaan vielä kunnolla. Mielikuvitus on erittäin vilkasta ja voi ilmetä myös ajoittain pelkoina ja mielikuvituskavereina. Tämän ikäinen lapsi ymmärtää hyvän ja pahan sekä oikean ja väärän väliset erot. Lapsella on vielä oma näkökulma kaikkiin asioihin, mutta kykenee vanhempiansa avulla miettimään tekojensa seurauksia. (Sinkkonen & Korhonen, 2016, s.183–184.)

Seuraava kehitysvaihe on keskilapsuus, joka ajoittuu 6–7 vuoden iästä noin 12-vuotiaaksi. Keskilapsuudessa lapsi siirtyy pois kotoa laajempiin sosiaalisiin konteksteihin, joita ovat esikoulu ja koulu. Tämä vaikuttaa lapsen kognitiiviseen ja sosioemotionaaliseen kehitykseen ja saa aikaan huomattavia muutoksia käyttäytymisessä. Uusi rooli koululaisena sekä oppijana heijastaa selvemmin lapsen kykyä suoriutua hänelle eteen tulevista uusista haasteista. (Nurmi ym., 2022, s. 77–78.)

6–12-vuotiaan lapsen maailma alkaa suuntautua pikkuhiljaa kavereihin ja kodin ulkopuoliseen maailmaan. Esikouluvaiheessa ohimenevä levottomuus ja uhmakkuus tulevat esiin. Lapsi saattaa takertua ajoittain jälleen vanhempaan ja olla aikaisempaa ailahtelevampi. Lapselle voi tulla pelkoja eroon joutumisesta, sairastumisesta, kuolemasta ja epäonnistumisesta. Nukkuminen yksin voi muuttua myös hankalaksi. Alakoululaisen omatoimisuus kasvaa, hän usein nauttii pärjäämisestä ja on innostuva sekä aktiivinen. Lapsi kykenee tulemaan paremmin toimeen muiden lasten kanssa ja kavereiden mielipiteillä on suuri merkitys. Oman vuoron odottamista, neuvottelutaitoja ja kaikkien huomioimista harjoitellaan. Pienempien kiistojen sovittelu muiden lasten kanssa sujuu jo melko hyvin, mutta riitojen ratkaisemiseen tarvitaan kuitenkin yleensä vielä aikuisten apua. Lapsen moraalit on myös kehittynyt ja hän osaa tuntea syyllisyyttä. (Sinkkonen & Korhonen, 2016, s. 184–186.)

Lapsen varhaisiin defensseihin eli puolustusmekanismeihin kuuluvat muun muassa silmien sulkeminen: mitä ei näe, ei sitä voi olla olemassa, taantuminen sekä asioiden jakaminen täysin hyvään tai kokonaan pahaan. Kun ikää ja taitoja kertyy, niin myös defenssit kehittyvät, tilalle tulee torjunta ja huumori. Lisäksi kehittyy kyky reaktionmuodostukseen. Tällainen voi olla esimerkiksi pienempään sisarukseen kohdistuva mustasukkaisuus. Kasvun ja kehityksen myötä minän suojautumis- ja sopeutumiskeinot kehittyvät sekä monipuolistuvat. Yksittäisten defenssien yksipuolinen ja joustamaton käyttö sekä suojautumiskeinojen kehittymättömyys voivat olla viitteitä psykiatrisesta häiriöstä. Stressi- ja häiriötilanteet saattavat taannuttaa lapsen käyttämään kehityksen alkuvaiheen minän puolustuskeinoja. (Sinkkonen & Korhonen, 2016, s. 188.)

2.1.2 Psyykkinen ja sosiaalinen kehitys ja sen tukeminen

Lapsen kehityksen ja psyykkisen hyvinvoinnin kannalta keskeistä on positiivisten käsitysten muodostuminen omasta osaamisesta ja selviytymisestä eri vuorovai- kutusympäristöissä. Myöhemmiltä käyttäytymisongelmilta suojaavia tekijöitä ovat myönteinen minäkäsitys, tavoitteellisuus ja toiveikkaus. Mikäli lapsi epäonnistuu myönteisen minäkäsityksen muodostamisessa, syntyy tunteita huonommuu- desta ja alemmuudesta. Jos nämä tunteet säilyvät, muodostavat ne uhan lapsen älylliselle ja emotionaaliselle kehitykselle ja tämä heijastuu kielteisesti lapsen ko- kemaan hyvinvointiin ihmissuhteissaan. Ne lapset, joille ei ole keskilapsuuden aikana kehittynyt myönteistä minäkäsitystä itsestään ja miten olla yhteisön jäsen, ovat muita alttiimpia ahdistukselle, masennukselle ja eristäytymiselle. Nämä si- säänpäin suuntautuvat tunne-elämän ongelmat heijastuvat ulospäin suuntautu- vana oireiluna, esimerkiksi käytöshäiriöinä, levottomuutena ja aggressiivisuu- tena, luoden uhan lapsen tasapainoiselle kehitykselle. (Nurmi ym., 2022, s. 77– 78.) On myös tärkeätä, että lapsi ei joudu ottamaan vastuuta liikaa ja itsenäisty- mään liian varhain. Liian aikainen itsenäistyminen luo turvattomuutta ja altistaa ongelmakäyttäytymiselle. (Sulku & Aromaa, 2001, s. 60.)

Sosiaalisten taitojen kehittyminen on lapselle todella tärkeätä. Sosiaaliset taidot tarkoittavat kykyä ottaa toiset huomioon, säädellä omaa käyttäytymistä tilanteen mukaan ja kykyä tulla muiden kanssa toimeen (Juusola, 2011, s. 30). Sosiaalisen kehityksen kannalta on tärkeätä, että lapsi pääsee puhumaan omista tunteistaan ja ajatuksistaan (Juusola, 2011, s. 17). Lasten ja nuorten sosiaaliset piirit ovat moninkertaistuneet ja monimutkaistuneet viime vuosina. Tähän ovat vaikuttaneet esimerkiksi uusioperheet, globalisaatio ja sosiaalinen media. Toiset lapset ovat luonnostaan sosiaalisesti lahjakkaampia kuin toiset. Sosiaalisia taitoja on kuiten- kin mahdollista oppia aivan samalla tavalla kuin mitä tahansa muitakin taitoja. (Juusola, 2011, s. 7–8.) Juusola (2011) toteaaakin, että jokainen aikuinen voi toi- mia sosiaalisten taitojen valmentajana lapselle. Sosiaaliset taidot ovat tärkeitä ystävyysuhteiden hankkimiseksi ja ylläpitämiseksi. Huonot sosiaaliset taidot voi- vat pahimmillaan johtaa yksinäisyyteen. Yksinäisyys taas johtaa helposti huo- noon itsetuntoon ja masennuksen oireisiin.

Hyvä itsetunto auttaa myös kestämaan pettymyksiä ja epäonnistumisia elämässä, ja sen nähdään olevan tärkein selittäjä hyvälle koulumenestykselle (Keltikangas-Järvinen, 1994, s. 25, 46). Itsetunto tarkoittaa yksilön kokemusta itsestään. Hyvällä itsetunnolla varustettu ihminen arvostaa itseään ja näkee itsensä arvokkaana. Hän osaa myös arvostaa muita. (Marjamäki ym., 2015, s. 79.) Onnistumiset ja kehuminen kasvattavat itsetuntoa ja vastaavasti epäonnistumiset vaikuttavat itsetuntoon heikentävästi. Koulussa huono itsetunto voi aiheuttaa käytöshäiriöitä, jotka liittyvät epäonnistumisen pelkoon. (Cacciatore ym., 2008, s. 15–17, 28.) Huono itsetunto vaikuttaa negatiivisesti ihmisen motivaatioon, sosiisiin suhteisiin, tunne-elämään ja jopa oppimiskykyyn (Liukkonen ym., 2019, 156).

Tervettä itsetuntoa rakentavat vuorovaikutus muiden ihmisten kanssa ja oma pohdinta maailmasta. Kannustaminen itsenäiseen ajatteluun lisää lapsen luottamusta hänen omaan harkintaansa ja pohdintaansa. Lapset usein kyselevät aikuisilta asioita ja haastavat heidän tietämystään. Aikuinen voi näissä hetkissä antaa huomiota lapselle, joka osoittaa, että lapsen pohdinnat ovat tärkeitä. (Cacciatore ym., 2008, s. 56–58.) Lapsen kuunteleminen on erittäin tärkeitä. Tämä osoittaa hänelle, että hän on tärkeä ja keskustelun arvoinen ja rakentaa lapselle hyvää minäkuvaa. Kun lapsi arvostaa itseään, hän pystyy myös vastaanottamaan hänelle annettuja hyviä ohjeita ja neuvoja. Kun lapsi uskoo, että hän on suojelemisen arvoinen, hän uskoo hänelle annetut neuvot, jotka ovat hänen parhaakseen. (Cacciatore ym., 2008, s. 61.)

Lapsuudessa luodaan perusta omalle identiteetille. Lapsi luo omat käsityksensä elämästä, siitä millainen maailma on, kuinka ihmisten kanssa toimitaan, millaisia muut ihmiset ovat ja pystyykö hän luottamaan muihin. Hyvät suhteet ja kohtaamiset turvallisten ja rohkaisevien aikuisten kanssa ovat siis todella tärkeitä lapselle. (Mattila, 2011, s. 18, s. 23.) Lapsi tarvitsee jatkuvasti muistutusta siitä, että hän on hyväksytty ja hyvä sellaisena kuin on. Kun hänelle tärkeät ihmiset arvostavat häntä, hän oppii arvostamaan itse itseään. (Mattila, 2011, s. 31–32.) Lapsen keräämät hyvät kokemukset tallentuvat hänen mieleensä ja toimivat häntä vahvistavasti rohkaisten ja lohduttaen (Mattila, 2011, s. 98). Lapsen kasvu ja kehitys helpottuu, kun hänellä on mahdollisuus jakaa ajatuksiaan ja tunteitaan turvallisen

aikuisen kanssa (Mattila, 2011, s. 67–69). Aikuisen luoma turvallisuuden tunne syntyy lapselle silloin, kun kohtaaminen on aitoa. Jos kohtaaminen on teennäistä, lapsi saa signaalin siitä, ettei hän ole oikeasti tärkeä ja kiinnostava. (Mattila, 2011, s. 128.)

2.1.3 Kognitiivinen kehitys ja sen tukeminen

Liikuntataidot auttavat lasta kehittämään hänen minäkuvaansa ja itseluottamustaan. Ulkona liikkuminen ja touhuaminen kehittää lasten kognitiivisia kykyjä. (Marjamäki ym., 2015, s. 21–22; Ojanen, i.a.) Liikunta ja harrastukset tukevat myönteisesti lapsen kehitystä opettaen sosiaalisia taitoja, ryhmässä toimimista, ohjeiden kuuntelemista, pettymysten sietämistä, ja antaen onnistumisen kokemuksia (Sulku & Aromaa, 2001, s. 61; Juusola, 2011, s. 89). Liikunnalla voidaan parantaa esimerkiksi muistamista, tarkkaavaisuutta ja ajattelun kehitystä. (Ojanen, i.a.)

Liikkumissuosituksat ovat olemassa syystä ja suositukset perustuvat tutkittuun tietoon. Vuoden 2021 liikkumissuosituksessa 7–17-vuotiaille nuorille suositellaan reipasta, monipuolista ja rasittavaa liikkumista vähintään tunnin ajan päivässä ikä ja yksilön toimintakyky huomioiden. Pitkäkestoista paikallaanoloa tulisi välttää. Monipuolisesti liikkumalla voidaan vahvistaa liikuntataitoja. Maailman terveysjärjestö WHO on julkaissut vuonna 2020 kansainväliset liikkumisen suositukset. Suosituksia laatineita varten oli perustettu työryhmä, joka kokosi tutkittuun tietoon perustuvaa näyttöä liikuntasuosituksille. Liikunnalla on todettu olevan vaikutusta kehon rasvan määrään, luuston terveyteen, sydämen terveyteen, fyysiseen kuntoon, mielenterveyteen, kognitiivisiin toimintoihin, unen määrään ja laatuun sekä prososiaaliseen käyttäytymiseen eli esimerkiksi vertaissuhteisiin. Tutkimusnäyttö on osoittanut vähintään 60 minuutin liikkumissuosituksen olevan enemmän suuntaa antava, sillä mikä tahansa liikkuminen on hyvästä, vaikka sitä ei tapahtuisi päivittäin 60 minuutin ajan. Terveysvaikutuksia esiintyy jo pienellä liikunta määrällä (Sääkslahti, ym., 2021.)

Pitkäkestoisella paikallaanoloalla on huomattu olevan vaikutusta lapsen terveyteen usealla osa-alueella. Suuri paikallaan olon määrä on yhteydessä muun muassa sydämen ja verenkiertoelimistön terveyteen, kehon rasvamäärään, fyysiseen kuntoon, käytöshäiriöiden esiintymiseen ja itsearvostukseen. Paikallaanoloajalla ja haitallisilla vaikutuksilla terveyteen on huomattu olevan enemmän haittoja, jos paikallaanoloaikaan liittyy esimerkiksi viihteellistä ruutu-aikaa tai television katselua. Paikallaanoloaika voi kuitenkin olla muita muuten terveydelle hyödyllisiä toimintoja, kuten opiskelua, käsitöitä, musiikin harrastamista ja lukemista. (Sääkslahti, ym., 2021.)

Lasten ja nuorten liikkumista kartoittavien kyselyjen mukaan liikkumissuosituksia täyttävien lasten ja nuorten osuus pienenee iän mukana (Sääkslahti, ym., 2021). LIITU-tutkimus on 7–15-vuotiaiden liikuntakäyttäytymistä ja liikkumista kartoittava seurantatutkimus (Kokko & Martin, 2023). Vuonna 2018 julkaistujen tulosten mukaan lapset ja nuoret viettivät keskimäärin puolet valveillaoloajastaan maaten tai istuen. Pienin paikallaanoloaika esiintyi 7-vuotiailla, mutta mitä vanhemmaksi tultiin, sitä enemmän aikaa vietettiin paikallaan. (Sääkslahti, ym., 2021.) Sukupuoli-eroja esiintyi suositusten saavutuksissa poikien ja tyttöjen välillä. Pojat saavuttivat suositukset kaikissa ikäryhmissä tyttöjä yleisimmin. (Kokko & Martin, 2023.)

2.2 Perheitä kuormittavat tekijät

Monenlaiset elämäntilanteet ja kriisit voivat aiheuttaa turvallisuuden tunteen horjumista lapsessa. Esimerkiksi vanhempien ero tai perheenjäsenen sairastuminen voivat olla tällaisia (Forss & Vatula-Pimiä, 2014, s. 91). Vanhempien on tärkeätä pitää huolta omasta jaksamisestaan, sillä vain toimintakykyinen aikuinen on turvallinen ja läsnä oleva (Marjamäki ym., 2015, s. 46; Sinkkonen, 2012, s. 18). Vanhemmuus voi olla kuormittavaa, esimerkiksi jos lapsi on vaikeahoitoinen tai perheessä on monta pientä lasta (Sinkkonen 2012, s. 121). Jos omassa kodissa puuttuu vanhemmuutta, lapsella syntyy tarve hakeutua muiden aikuisten pariin saamaan tarvitsemaansa vahvistusta. Lapselle on joka tapauksessa aina hyväksi, mitä enemmän hänellä on turvallisia aikuisia elinpiirissään. (Cacciatore ym., 2008, s. 45.) Yleensä lapsen turvallisuuden tunnetta on tukemassa perheen

lisäksi myös lähisukulaiset. Nykyään monilta perheiltä kuitenkin puuttuu sukulaisverkosto tai he asuvat kaukana, eivätkä ole arjessa jatkuvasti mukana. Näissä tapauksissa on kuitenkin mahdollista löytää erilaisia tukiverkostoja esimerkiksi vapaaehtoistoiminnasta. (Marjamäki ym., 2015, s. 46.)

Yksinhuoltajuus voi kuormittaa perhettä. Yksinhuoltaja tarkoittaa vanhempaa, joka asuu lastensa kanssa ilman toista vanhempaa. Suurin osa yksinhuoltajista Suomessa on naisia. Yksinhuoltajaksi päädytään erilaisista syistä, esimerkiksi puolison kuoleman tai eron myötä. (Hakovirta & Väestöliitto, 2006.) Suomessa vuonna 2020 kaikista perheistä 13 % oli yhden vanhemman perheitä (Tilastokeskus, 2021). Kahden vanhemman perheessä tyypillisesti molemmat käyvät palkkatöissä ja lastenhoitoa voidaan jakaa. Jos yksinhuoltajalta puuttuvat tukiverkostot, hän voi joutua hoitamaan lapsia yksin ja perhe joutuu tulemaan toimeen yhden ihmisen palkkatuloilla. On tärkeää kuitenkin huomauttaa, että osa yksinhuoltajista pärjää varsin hyvin ja heidän lapsensa voivat hyvin (Sinkkonen, 2012, s. 16).

Yksinhuoltajat ja heidän lapsensa kokevat keskimääräistä enemmän terveydellisiä ja sosiaalisia haittoja, joista suurin osa johtuu korkeasta köyhyysasteesta. Useissa korkean tulotason maissa on yritetty vähentää köyhyysastetta asettamalla työllisyysvaatimuksia yksinhuoltajille, jotka saavat sosiaalietuuksia. On olemassa näyttöä siitä, että työllistyminen ei kuitenkaan välttämättä vähennä köyhyyttä tai paranna yksinhuoltajien ja heidän lastensa terveyttä. Tutkimukset osoittavat, että yksinhuoltajilla on suurempi riski kokea masennusta tai psykiatrisia sairauksia. Heillä on myös suurempi riski oireilla päihdeillä tai päätyä itsemurhaan. Tämä voi heijastua yksinhuoltajien lasten koulumenestykseen ja olla osatekijänä käyttäytymisongelmien puhkeamisen kanssa. (Campbell ym., 2016.)

Lapsen neuropsykiatriset haasteet lisäävät vanhempien riskiä uupua. Erityistä tukea tarvitsevan lapsen hoitaminen lisää kuormitusta ja voi luoda vanhemmalle kokemusta poikkeuksellisesta vanhemmuudesta. Uupunut vanhempi huolehtii lapsesta robottimaisesti ja on henkisesti poissaoleva, jolloin lapsen emotionaaliset tarpeet jäävät täyttämättä (Sorkkila ym., 2021, s. 47–49). Vanhempien ja erityisesti erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhempien jaksamisesta on siis

tärkeää pitää huolta. Vanhempien uupumista ehkäisee sosiaalinen tuki sekä mahdollisuus riittävään lepoon.

Neuropsykiatriset häiriöt sijoittuvat neurologisten ja psykiatristen häiriöiden väli-
maastoon. Neuropsykiatrisen häiriön kehitymisessä perimällä on keskeinen mer-
kitys, mutta myös ympäristötekijät ja kokemukset vaikuttavat aivojen kehitykseen,
selviytymistaitojen kehittymiseen ja toimintakykyyn. Neuropsykiatrisen häiriön oi-
reet voivat ilmetä jo lapsuudessa, jolloin se on kehityksellinen eli neurobiologinen.
Ihmisen toimintakyky voi muuttua esimerkiksi onnettomuuden tai aivosairauden
vuoksi, jolloin kyseessä on ns. hankinnallinen tai sekundaarinen neuropsykiatri-
nen häiriö. Neuropsykiatrisina häiriöinä voidaan pitää kielellisen kehityksen häi-
riötä ja oppimisvaikeuksia esimerkiksi lukemisen, kirjoittamisen ja matemaattis-
ten taitojen erityisvaikeuksia. Neuropsykiatriset häiriöt tuovat arkeen haasteita
esimerkiksi havainnoin, toiminnanohjauksen, tunteiden ja käyttäytymisen sääte-
lyn osalta, mutta haasteet voivat liittyä myös sosiaalisiin taitoihin. Nämä haasteet
heijastuvat laaja-alaisesti eri elämän osa-alueille ja voivat ilmaantua koulussa,
työelämässä, sosiaalisissa suhteissa ja vaikeuttavat arjen sujuvuutta. (Savikuja
& Puustjärvi, 2022, s. 15–19).

Aspergerin oireyhtymä ja aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriö eli ADHD ovat
yleisimpiä neuropsykiatrisia häiriöitä. Oireet aiheuttavat usein haasteita opiskelu-
ja työelämässä ja tämä voi aiheuttaa osattomuuden kokemista yhteiskunnasta.
Aspergeriin kuuluu tyypillisesti kommunikaatiohaasteet, erityiset ja intensiiviset
mielenkiinnonkohteet ja erittäin tarkat rutiinit, joista on vaikea joustaa. Aspergeriin
liittyvät sosiaaliset haasteet voivat aiheuttaa eristäytymistä, joka voi aiheuttaa
syrjäytymistä ja mielenterveysongelmia. (Appelqvist-Schmidlechner, 2018, s. 10–
13.) Aspergerin oireyhtymä on sittemmin poistunut diagnoosina ja sen nähdään
olevan osa autismin kirjoa. Asperger on kuitenkin usein diagnoosin saaneille osa
identiteettiä ja se tulee varmasti vielä säilymään puhekielessä. (Autismiliitto,
2022.) ADHD aiheuttaa yliaktiivisuutta, impulsiivista käyttäytymistä ja keskitty-
miskyvyttömyyttä. ADHD voi myös aiheuttaa itsetunto-ongelmia ja haasteita so-
siaalisten suhteiden luomisessa. (Appelqvist-Schmidlechner, 2018, s. 10–13.)

2.3 Perheet yhteiskunnan peruspilarina

Olemme edellä pyrkineet osoittamaan lapsuuden ajan erityisyyttä ihmisen elämässä, lapsen kasvun ja kehityksen hyviä edellytyksiä ja perheiden mahdollisesti kohtaamia haasteita. Lapset ovat tulevaisuuden aikuisia. Yhteiskunnan näkökulmasta heistä on siis tulossa uusia työntekijöitä, omistajia, kuluttajia ja sijoittajia. Lasten nykyinen kasvuympäristö ja kasvuolosuhteet määrittelevät pitkälti sen millainen yhteiskunnastamme kehittyy tulevaisuudessa. Kykenevät ja resilientit aikuiset ovat toimivan yhteiskunnan perusedellytys, joiden puuttuessa yhteiskunnan rakenteet romahtavat. Kaikki perheet eivät ole yhtä hyvässä asemassa ja erilaiset haasteet voivat kohdata perhettä, jotka vaarantavat lasten kasvun ja kehityksen. Yhteiskunnan on näin ollen välttämätöntä huolehtia lastensa ja nuortensa hyvinvoinnista ja tarjottava sosiaalista tukea perheille, pysyäkseen toimintakykyisenä myös tulevaisuudessa. (Sulku & Aromaa, 2001, s. 42–46.)

Kumpusalo (1991) kuvaa sosiaalista tukea yhteisöllisyytenä. Hänen mukaansa sosiaalinen tuki voidaan jakaa aineelliseen, toiminnalliseen, tiedolliseen, emotionaaliseen ja henkiseen tukeen. (Forss & Vatula-Pimiä, 2014, s. 168.) Forssin ja Vatula-Pimiän (2014) mukaan yhteiskunnan tarjoama sosiaaliturva pystyy huolehtimaan lähinnä vain aineellisista perustarpeista ja -palveluista. Kolmas sektori pystyy kuitenkin vastaamaan myös muihin sosiaalisen tuen tarpeisiin (Forss & Vatula-Pimiä, 2014, s.169).

Tutkijat näkevät, että vanhemman stressi vaikuttaa myös epäsuorasti hänen lapsiinsa. Stressaantunut vanhempi on kireä ja poissaoleva. Hän ei myöskään kykene vaistoamaan tarvittavalla herkkyydellä lapsensa tarpeita. (Sulku & Aromaa, 2001, s. 53.) Stressiä vanhemmille voivat aiheuttaa esimerkiksi taloudelliset paineet, kuormittava työ tai puuttuva vapaa-aika. Reivisen ja Vähäkylän (2012) mukaan perheiden erilaiset ongelmat lisäävät merkittävästi lasten syrjäytymisriskiä. Kuitenkin myönteiset ihmissuhteet, harrastusmahdollisuudet ja hyvinvoinnin tukeminen voivat toimia suojaavina tekijöinä (Reivinen & Vähäkylä, 2012, s. 38–39). Lasten ja nuorten hyvinvointia parannetaan tukemalla vanhempien ja perheiden hyvinvointia (Reivinen & Vähäkylä, 2012, s. 49).

2.4 Perheen tueksi tarjottavat palvelut

Suomessa julkinen sektori tukee monilla eri palveluilla perheitä. Palveluiden tarkoitus on tukea huoltajia turvaamaan lasten hyvinvointi ja kasvatus. Varhaiskasvatus ja esiopetus tukevat lapsen kasvua ja kehitystä sekä tietenkin oppimista. Neuvolat ja kasvatus- ja perheneuvonta huolehtivat perheiden neuvonnasta ja antavat asiantuntija-apua laaja-alaisesti eri tilanteissa. Lastensuojelu huolehtii ensisijaisesti avohuollon tukitoimin perheiden hyvinvoinnin tukemisesta. Jos lapsen turvallisuus vaarantuu eikä sitä voida turvata avohuollon tukitoimilta, otetaan lapsi huostaan ja sijoitetaan sijaishuoltoon. Terveyspalvelut huolehtivat lasten ja nuorten terveydellisestä hyvinvoinnista esimerkiksi neuvolan, kouluterveydenhuollon tai opiskeluterveydenhuollon kautta. (Sosiaali- ja terveysministeriö, i.a.) Julkisen sektorin lisäksi yksityinen sektori tarjoaa lasten ja nuorten hyvinvointia tukevia palveluita. Yksityiset yritykset esimerkiksi tuottavat lastensuojelupalveluja.

Yksi tärkeä osa lasten ehkäisevää terveydenhuoltoa on kasvun seuranta. Sen tarkoituksena on löytää jo aikaisessa vaiheessa lapsuusiän vähäoireisia kasvusairauksia ja puuttua poikkeavaan painoon ennen alipainoisuuden tai lihavuuden kehittymistä. Hyvinvointi on tärkeä edellytys lapsen johdonmukaiselle kasvuille. Koko väestöön kohdistuva tiivis kasvunseurantajärjestelmä toimii suomalaisissa neuvoloissa ja kouluterveydenhuollossa. Seurantaohjelma pitää sisällään vähintään 24 terveystarkastusta paino- ja pituusmittauksineen ennen peruskoulun päättymistä. Suomessa kasvukäyriä käytetään iän mukaiselle painolle, pituudelle, painoindeksille, pituuteen suhteutetulle painolle ja päänympärykselle. Kasvun järjestelmällisessä seurannassa tarvitaan myös raja-arvot eli seulasäännöt sille, mikä kasvussa on normaalia sekä niin poikkeavaa, että jatkotutkimuksille on tarvetta ja ovat perusteltuja. (Saari, & Sankilampi, 2016.)

Julkipisten ja yksityisten palveluiden lisäksi kolmas sektori huolehtii lasten ja nuorten hyvinvoinnista. Erilaiset järjestöt, yhdistykset ja liitot tuottavat tietoa ja toimintaa, jotka edistävät näitä tavoitteita. Näitä ovat esimerkiksi Aseman lapset ry, Diakonissalaitos, Mannerheimin lastensuojeluliitto, Mieli Ry, OmaKamu ry,

Pelastakaa Lapset ry, SOS-Lapsikylä säätiö, Suomen 4H-liitto, Suomen Icehearts ry, Suomen Punainen Risti, Väestöliitto ja Yhden Vanhemman Perheiden Liitto ry.

Lisäksi erilaiset uskonnolliset yhteisöt, kirkot ja seurakunnat tarjoavat toimintaa lapsille ja perheille. Esimerkiksi Evankelis-luterilainen kirkko järjestää mm. päiväkerhotoimintaa, musiikkileikkikouluja, pyhäkouluja sekä leirejä. Kirkolta saa myös tukea vanhemmuuteen (Suomen Evankelis-luterilainen kirkko, i.a).

3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää huoltajia haastatteleamalla, millainen merkitys OmaKamu-toiminnalla on siihen osallistuville lapsille ja perheille. Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa työelämäkumppanille tietoa heidän toimintansa merkityksistä siinä pitkään mukana olleille perheille. Tuotetun tiedon avulla työelämäkumppanilla on mahdollisuus kehittää toimintaansa ja käyttää tuloksia omassa viestinnässään haluamallaan tavalla.

Etsimme vastauksia seuraaviin tutkimuskysymyksiin:

Millaisia merkityksiä lasten huoltajat kokevat OmaKamu-toiminnalla olevan lapselleen ja perheelleen?

Miksi perheet ovat hakeutuneet toimintaan mukaan ja onko toiminta vastannut tarpeisiin?

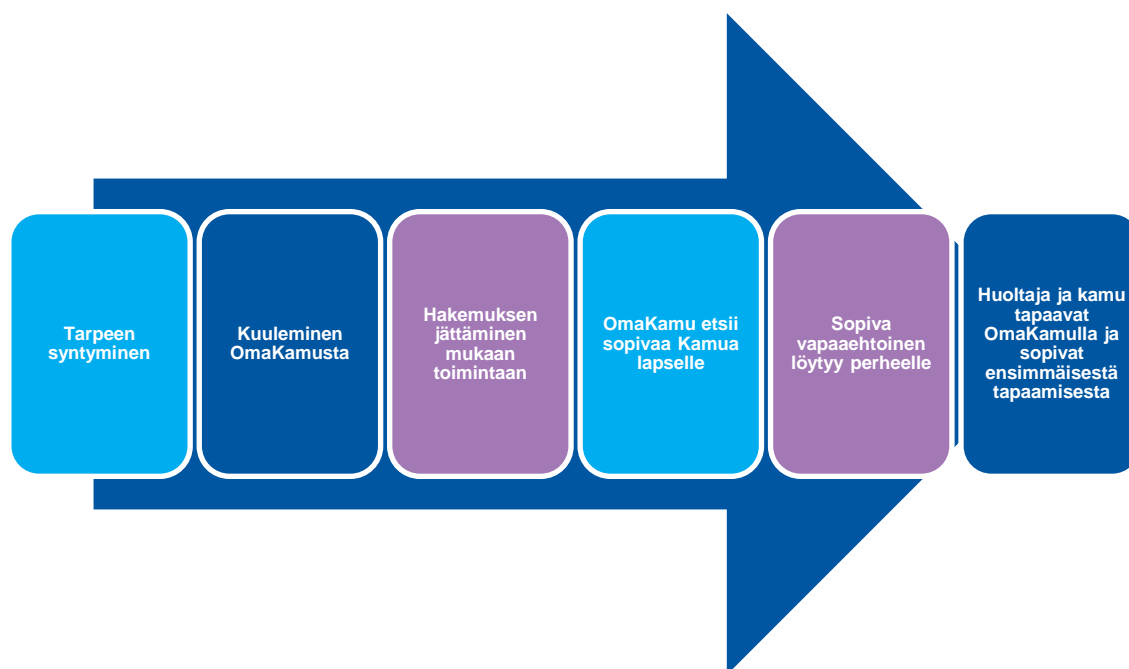
Millaisia kokemuksia perheillä on ollut toiminnassa mukana olemisesta?

4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

4.1 Työelämäkumppani OmaKamu ry

Opinnäytetyömme tutkimusaihe on tullut työelämäkumppaniltamme OmaKamu ry:ltä. OmaKamu ry on vuonna 2013 perustettu järjestö, jonka tavoitteena on lisätä lasten ja nuorten hyvinvointia. OmaKamu kouluttaa ja ohjaa vapaaehtoisia aikuisia toimimaan pitkäaikaisina kavereina eli ”Kamuina” lapsille. (OmaKamu, i.a.-a.) Kamuksi voi hakea kuka tahansa vastuuntuntoinen aikuinen, jolla on halua ja voimavaroja olla mukana aikuista tarvitsevan lapsen elämässä (OmaKamu, i.a.-e). Toimintaa järjestetään Helsingissä, Espoossa, Vantaalla, Lahdessa, Hämeenlinnassa, Tampereella ja Oulussa (OmaKamu, i.a.-b). OmaKamu pyrkii kehittämään ja laajentamaan toimintaansa niin, että toimintaa olisi tarjolla ympäri Suomea (OmaKamu, i.a.-a).

OmaKamun toimintamalli on ammattilaisten kehittämää, jolla on tarkoitus varmistaa toiminnan turvallisuus, vaikuttavuus ja kustannustehokkuus (OmaKamu, i.a.-a). OmaKamu-toiminta on perheille maksutonta ja se on tarkoitettu ensisijaisesti 4–14-vuotiaille lapsille, joiden elämässä on vähän läheisiä ja luotettavia aikuisia. OmaKamun kouluttamat vapaaehtoiset sitoutuvat antamaan omaa aikaansa lapselle säännöllisesti muutaman kerran kuukaudessa. Kamut voivat esimerkiksi auttaa lasta tutustumaan uusiin harrastuksiin tai ystäviin. Perhe voi hakea lapselleen Kamua ja OmaKamu-toiminnanohjaaja etsii vapaaehtoisista sopivan Kamun, jonka mielenkiinnon kohteet ja harrastukset sopivat yhteen perheen ja lapsen kanssa. Ensimmäisellä tapaamisella on mukana lapsen huoltaja, tuleva Kamu ja OmaKamu-toiminnanohjaaja. Tapaamisella käydään toiminnanohjaajan johdolla läpi Kamu-suhteeseen liittyvät asiat. (Kuvio 1.) Jos Kamu-suhde päätetään aloittaa, seuraa tätä kolmen kuukauden tutustumisaika. Jos ensimmäiset kolme kuukautta menevät hyvin, voivat osapuolet sopia Kamu-suhteen jatkamisesta. (OmaKamu, i.a.-c.) Kamu-suhde jatkuu toistaiseksi voimassa olevana ja on voimassa viimeistään siihen saakka, kunnes lapsi täyttää 18 vuotta (Eeva Airikala, toiminnanohjaaja, henkilökohtainen tiedonanto, 19.6.2023).



Kuvio 1. OmaKamu-toimintaan mukaan hakemisen prosessi

4.2 Kohderyhmä

Tutkimuksen kohderyhmänä oli OmaKamu-toimintaan yli 5 vuotta osallistuneet lapset ja perheet. OmaKamun työntekijät lähettivät kaikille 27 huoltajalle, joiden lapsi on ollut yli 5 vuotta OmaKamu-toiminnassa, kyselyn, jossa kerrottiin opin- näytetyöstämme ja tiedusteltiin halukkuudesta osallistua haastateltavaksi. Kyse- lyyn liitettiin mukaan kirjoittamamme saatekirje (LIITE 1). 6 huoltajaa ilmoittivat olevansa kiinnostuneita osallistumaan tutkimushaastatteluun. Saimme sovittua 5 huoltajan kanssa ajan haastattelulle. Yhtä henkilöä emme saaneet enää tavoitet- tua. Suurin osa lapsista oli 12–14-vuotiaita haastatteluiden aikaan ja yksi lapsista oli jo tullut täysi-ikäiseksi. Lapsia ja perheitä edustaa tutkimuksessamme haas- tatteluun osallistuneet lasten huoltajat. Ajattelimme, että huoltajien haastattele- minen lasten sijaan on tutkimuksen kannalta eettisempi ja käytännöllisempi vaihtoehto. Lapsen voi olla vaikeaa hahmottaa tutkimuksen ja siihen osallistumisen merkitystä (Vastuullinen tiede, 2018). Mielestämme huoltajat pystyvät paremmin hahmottamaan ja tuomaan esille toiminnan merkitystä lapselle ja perheelle. Opin- näytetyössämme tuodaankin selvästi esille, että kysymyksessä ovat huoltajien kokemukset. Huoltajat ovat myös kokonaisvaltaisesti ja yhteiskunnallisesti

vastuussa lapsestaan (THL, 2023). Tämäkin mielestämme osoittaa, että on eettisesti kestävää ajatella, että huoltajat edustavat varsin hyvin omia lapsiaan tällaisessa tutkimuksessa.

4.3 Aineistonkeruumenetelmä

Valitsimme aineistonkeruumenetelmäksi teemahaastattelun. Haastattelu on hyvin joustava menetelmä, koska siinä ollaan suoraan kontaktissa tutkittavan kanssa. Haastattelutilanne mahdollistaa haastattelijan ohjata keskustelua haluaansa suuntaan ja näin pyrkiä edistämään tiedonhankintaa. Tutkimushaastattelussa korostetaan sitä, että haastateltava on subjekti eli aktiivinen tiedon tuottaja. (Hirsjärvi & Hurme, 2022, s. 32–33.) Teemahaastattelu on puolistrukturoitu haastattelumenetelmä. Tämä tarkoittaa, että haastattelun aihepiirit ovat kaikille samat, mutta keskustelu on silti melko vapaata. Kysymyksiä ja niiden järjestystä ei ole lukittu, kuten strukturoidussa lomakehaastattelussa. Toisaalta teemahaastattelu ei ole yhtä vapaa kuin syvähaastattelu. (Hirsjärvi & Hurme, 2022, s. 47–48.) Olimme kirjoittaneet etukäteen haastattelurungon, jota käytimme (LIITE 2). Haastatteluissa kävimme läpi kaikki kysymykset, mutta järjestys saattoi vaihdella. Haastateltavat puhuivat hyvin avoimesti ja spontaanisti, joten aihe saattoi vaihtua hyvin luontevasti toiseen heidän puheensa aikana. Tällöin annoimme haastateltavan kertoa tästä aiheesta vapaasti ja kysyimme tarkentavia kysymyksiä. Kun tarkentavia kysymyksiä ei enää tullut, palasimme alkuperäiseen haastattelurunkoon. Haastattelurungon valmistelemisen lisäksi perehdyimme aiheisiin huolellisesti, että pystyimme keskustelemaan aiheista laajasti ja ohjaamaan keskustelua niin, että saimme varmasti kysymyksiimme vastauksia.

Haastattelu tutkimusmenetelmänä sisältää myös haasteita. Haastattelijan tulisi olla taidokas ja kokenut tehtävässään. Hänen tulisi esittää kysymykset selkeästi ja ohjata keskustelua tarkoituksen mukaisesti suuntiin. Haastattelijan tulisi olla luottamusta herättävä ja huomiota herättämätön. Hyvä haastattelijalla osaa säätää omaa käytöstään tilanteeseen sopivaksi ja mukautuu sosiaalisesti haastateltavan mukaan. (Hirsjärvi & Hurme, 2022, s. 70.) Perehdyimme näihin haasteisiin ja

katsoimme, että menetelmä on validi tutkimustamme varten. Meillä on työkokemusta vuorovaikutustyöstä ja kokemusta tutkimushaastattelutavasta olemisesta.

Emme suorittaneet varsinaisia esihaastatteluja, mutta koimme, että ensimmäisenä suoritettu haastattelu toimi tällaisena. Esihaastattelut ovat kuin harjoitushaastatteluja. Esihaastatteluissa koetellaan tehtyä haastattelurunkoa ja haastattelujen perusteella saadaan tietoa millaisia kysymyksiä kannattaa esittää ”oikeissa” haastatteluissa. Esihaastattelu myös selvittää kuinka paljon aikaa tarvitsee varata haastatteluja varten. (Hirsjärvi & Hurme, 2022, s. 75.) Olimme varanneet yhden tunnin jokaista haastattelua varten. Tämä osoittautui onnistuneeksi haastattelun kestoksi. Haastattelut kestivät n. 40–50 minuuttia ja saimme tässä ajassa käytyä hyvin läpi kaikki kysymykset ja kerättyä runsaasti aineistoa tutkimusta varten.

Haastattelut pidettiin syys- ja lokakuun aikana 2023. Alkuperäinen tarkoituksemme oli järjestää haastattelun Helsingin Itäkeskuksessa OmaKamun toimistolla. Haastateltavien pyynnöstä pidimme lopulta 3 haastattelua Teamsin välityksellä ja 2 haastattelua OmaKamun tiloissa. Vedimme haastattelut yhdessä, mutta kuitenkin niin, että toinen sai olla päävastuussa haastattelun etenemisestä ja haastattelurungon läpikäymisestä. Näin toiselle osallistujalle vapautui aikaa keskittyä esittämään spontaaneja syventäviä kysymyksiä. Vetovastuut jaettiin tasan puoliksi. Meillä kummallakaan ei ollut kokemusta tutkimushaastatteluiden järjestämisestä ja pyrimme siihen, että molemmat saavat yhtä paljon vastuuta ja mahdollisuuden oppia. Haastatteluiden jälkeen refleктоimme lyhyesti yhdessä, miten haastattelu onnistui, millaisia ajatuksia jäi ja miten mahdollisesti voisimme toimia paremmin seuraavassa haastattelussa.

Nauhoitimme haastattelut älypuhelimien puheentallennusohjelmalla ja Microsoft Teamsin tallennusohjelmalla. Tallennemateriaalia syntyi yhteensä 221 minuuttia. Nauhoitteet litteroitiin Microsoft Word -ohjelmalla joulukuussa 2023 ja tammi-kuussa 2024. Litteroitua aineistoa kertyi 99 sivua ja 19149 sanaa. Litteroinnissa käytettiin asetuksina Calibri-fonttia, fontin kokoa 12 ja riviväliä 1. Nauhoitteita ja litteroitua materiaalia säilytettiin Diakonia-ammattikorkeakoulun pilvitalennuspalvelussa. Pilvipalvelu on suojattu salasanalla ja tiedostoihin on pääsy vain tämän

opinnäytetyön tekijöillä. Nauhoitteet, litteroinnit ja muu haastatteluihin liittyvä materiaali tuhotaan välittömästi opinnäytetyön julkaisemisen jälkeen.

Haastattelun luotettavuutta voidaan kyseenalaistaa, sillä haastateltava saattaa olla taipuvainen antamaan sosiaalisesti korrekteja vastauksia (Hirsjärvi & Hurme, 2022, s. 32). Yritimme tehdä haastattelutilanteesta haastateltavalle turvallisen tunteisen tilan, että he pystyisivät kertomaan avoimesti ja kaunistelematta niin kuin kokevat asioiden olevan. Osallistujat pysyvät tässä raportissa täysin anonyymeinä ja huolehdimme siitä, että heitä ei voida tunnistaa tekstistämme. Uskoaksemme tämä helpotti haastateltavia kertomaan vapautuneemmin omia kokemuksiaan kaunistelematta niitä. Osa haastateltavista kertoikin meille avoimesti omasta elämästään ja taustoitti laajasti syitä, miten he ovat päätyneet hakemaan apua. Kaikki haastateltavat toivat myös esille kokemiaan epäkohtia OmaKamu-toiminnassa. Tarkoituksenamme oli alun perin, että haastateltavien on mahdollista pysyä täysin anonyymeinä, jos OmaKamu järjestää meille haastateltavat henkilöt. Päädyimme lopulta käytännön syistä siihen, että kontaktoimme itse haastateltavat ja sovimme haastatteluajankohdat.

4.4 Aineiston analysointi

Aineiston analysoimiseen päätimme käyttää menetelmänä aineistolähtöistä sisällönanalyysia. Ennen varsinaista analyysivaihetta purimme aineiston eli litteroimme sen. Aluksi kirjasimme nauhoitukset tekstitiedoiksi sanatarkasti. Osa haastatteluista saatiin litteroitua alustavasti Microsoft Teamsin tekstitys- ja transkriptio-ominaisuudella. Tämä työkalu nopeutti litteroimistyötä hieman. Tekoälyn tuottama teksti ei kuitenkaan ollut täydellistä ja se ei tunnistanut kaikkia sanoja oikein, joten tekstiä täytyi oikolukea huolellisesti. Jaoimme litterointityön puoliksi niin, että toinen litteroi kolme lyhyempää ja toinen kaksi pidempää haastattelua. Tämän jälkeen tutustuimme kerättyihin aineistoihin huolellisesti eli luimme ne. Selvensimme aineistoa ennen analyysivaihetta eli karsimme siitä turhia osia pois, kuten epäoleellisia asioita ja turhia toistoja. Haastateltavat vastasivat kysymyksiin pohdiskelevasti, jolloin he saattoivat esimerkiksi toistaa saman sanan tai virkkeen kaksi kertaa. Tätä karsimista teimme yhdessä oikolukemisen yhteydessä.

Oikolukemisen jälkeen tekstistä poistettiin sellaiset asiat, jotka eivät liittyneet suoraan tutkimukseen. Tällaisia olivat esimerkiksi haastateltavien kertomukset omasta elämästään ennen hakeutumista OmaKamu-toimintaan. Haastatteluissa päädyttiin myös välillä keskustelemaan esimerkiksi haastateltavien lasten tulevaisuuden suunnitelmista. Nämä eivät luonnollisesti liittyneet tutkimukseen ja poistettiin aineistosta aikaisessa vaiheessa. Tämän jälkeen pyrimme tiivistämään tekstiä niin, että jos sama asia toistui haastatteluissa monessa kohtaa, tämä asia jätettiin tekstiin yhden kerran ja poistettiin muista kohdista. Haastatteluissa osoitautui tyypilliseksi, että haastateltavat halusivat ilmeisesti painottaa jotain tiettyä asiaa tuomalla tämän keskustelussa esille monta kertaa. Tällaisia olivat esimerkiksi huoli Kamu-suhteen katkeamisesta tai Kamun positiivinen merkitys perheelle.

Hirsjärven ja Hurmeen (2022, s.152–156) mukaan aineiston analyysi on kolmi-vaiheinen prosessi. Prosessin vaiheet ovat 1. Aineiston kuvailu, 2. Aineiston luokittelu ja 3. Aineiston yhdistely (Kuvio 2). Aineiston kuvailun vaiheessa pyritään kartoittamaan yleiskuvaa aineistosta. Aineistolta haetaan vastauksia kysymyksiin kuka, missä, milloin, kuinka paljon ja kuinka usein. Kuvailuvaiheessa aineistosta ei tehdä vielä johtopäätöksiä. Kuvailuvaiheen jälkeen aineistoa luokitellaan. Tämä tarkoittaa, että tekstin osia luokitellaan erilaisilla käsitteillä ja määritelmillä. (Hirsijärvi & Hurme, 2022, s. 152–156.) Kuvailuvaihe toteutui tekstejä lukemalla ja oikolukemalla. Meille syntyi työvaiheen aikana yleiskäsitys aineistosta ja selkeä mielikuva siitä, millaisia asioita aineistosta nousee erityisesti esille ja mitkä asiat toistuvat yksittäisissä haastatteluissa sekä usean eri haastateltavan puheissa.



Kuvio 2. Aineiston analyysin kolmivaiheinen prosessi (Hirsjärvi & Hurme, 2022, s.152)

Teimme haastattelukysymyksistämme sekä aineistossa toistuvista teemoista koodeja, joiden mukaan luokittelimme aineiston. Luokittelun jälkeen järjestimme aineiston luokittelujen mukaan. Koodit kehittyivät aineiston kuvailuvaiheessa syntyneistä havainnoista. Luokittelun tarkoituksena oli hahmottaa, millaiset asiat ja teemat toistuivat haastatteluissa. Käytimme aineiston luokitteluun seuraavia koodeja:

- #toiminnassamukana – Kauanko perhe on ollut toiminnassa mukana?
- #miksimumkaan - Mitkä olivat alkuperäiset syyt hakeutua toimintaan mukaan?
- #pelot – Oliko huoltajalla jotain pelkoja etukäteen ennen toiminnan aloittamista?
- #prosessi – Miten toimintaan mukaan pääseminen eteni.
- #nepsy – Puhetta lapsen neuropsykiatrisista haasteista.
- #tukiverkosto – Puhetta tukiverkoston puuttumisesta tai laajentamisesta.
- #match – Puhetta lapsen ja Kamun yhteensopivuudesta ja parittamisen onnistumisesta.
- #ihmissuhde – Puhetta Kamu-suhteesta aitona ihmissuhteena.
- #kamusuhde – Puhetta Kamu-suhteesta kaveritoimintana.
- #retketjätapahtumat – Puhetta OmaKamun järjestämistä tapahtumista.
- #tapaamistiheys – Kuinka usein lapsi ja Kamu ovat yleensä tavanneet?
- #tapaamistensisältö – Millaisia tapaamiset ovat? Mitä he ovat tehneet yhdessä?
- #yhteydenpito – Kamun ja perheen väliseen yhteydenpitoon liittyvät asiat.
- #aikahyödynnetty – Miten huoltajat ovat hyödyntäneet Kamutapaamisista vapautuneen ajan?

#vaikutuksetvanhemmalle – Millaisia vaikutuksia huoltajat kertovat toiminnalle olleen itselleen.

#vaikutuksetlapselle – Miten huoltajat kokevat toiminnan vaikuttaneen lapseensa.

#haasteet – Millaisia haasteita toiminnan aikana on ilmennyt?

#muuttunusuhde – Puhetta siitä miten Kamu-suhde tai lapsen tarpeet ovat muuttuneet Kamu-suhteen aikana.

#toiminnanmerkitys – Millaisia merkityksiä haastateltavat kokivat toiminnalla olevan itselleen, perheelleen tai yhteiskunnallisesti.

#vapaaehtoistoiminta – Puhetta vapaaehtoistoiminnasta ja sen merkityksestä.

#rahankäyttö - Miten Kamu-suhteessa on sovittu rahankäytöstä?

#urheilu – Puhetta urheilusta ja liikunnasta.

#kehittäminen – Puhetta siitä, miten toimintaa voisi kehittää.

#omakamukoulutus – Puhetta OmaKamu-koulutuksesta.

#ilmankoulutusta – Puhetta siitä, että Kamut ovat vapaaehtoisia, vailla soveltuvaa ammatillista koulutusta.

#sovitutasiat – Millaisista asioista perhe ja Kamu ovat sopineet keskenään Kamu-suhteen alettua?

#odotukset – Millaisia odotuksia haastateltavilla oli OmaKamu-toiminnalle ennen toiminnan aloittamista?

#vastaukset – Haastateltavien vastauksia siihen, onko toiminta vastannut omiin odotuksiin?

Kun aineisto oli luokiteltu edellä mainittujen koodien avulla, aineisto järjestettiin koodien mukaan. Näin haastateltavien vastaukset samoista teemoista saatiin vedettyä yhteen ja niitä oli helpompi tarkastella yhdessä. Tämän jälkeen tekstiä tiivistettiin uudelleen. Tämä tarkoitti haastateltavien vastausten toistojen poistamista ja yhdistämistä. Luokittelu ja aineiston uudelleen järjestäminen mahdollisti meidän hahmottaa mitkä asiat yhdistivät haastateltavia, millaiset merkitykset korostuvat ja millaisen kokonaiskäsityksen vastauksista voi muodostaa.

Tämän jälkeen pyritään yleensä yhdistämään aineistoa. Tämä tarkoittaa, että etsitään merkityksiä ja säännönmukaisuuksia eri luokkien välillä. Tässä voidaan

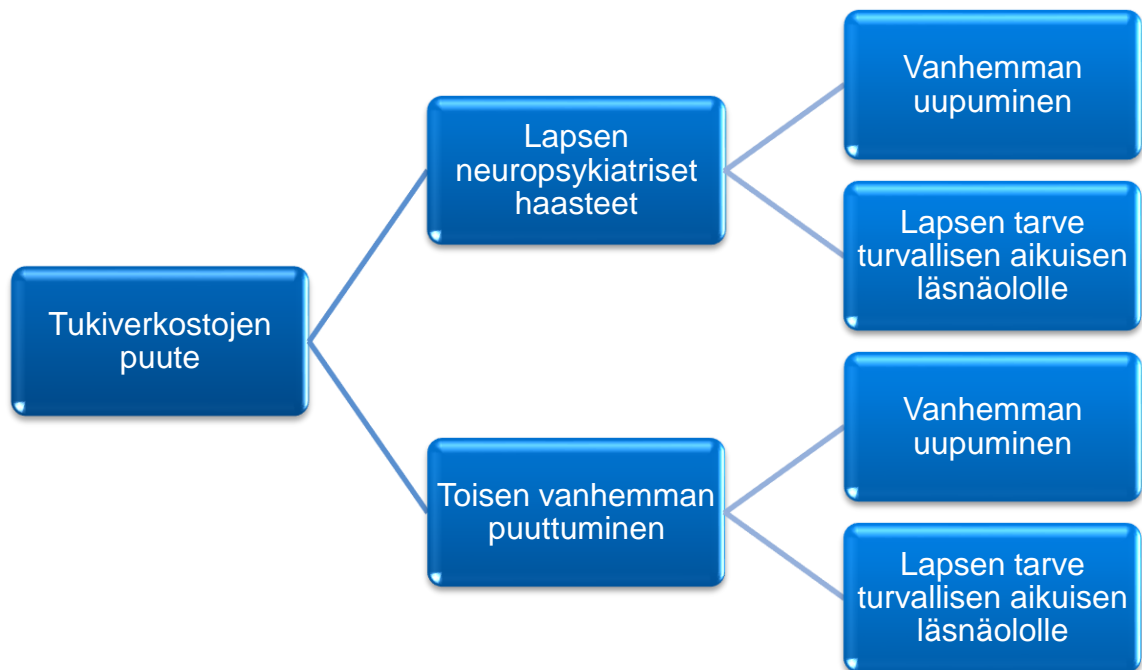
löytää korrelaatioita eri asioiden välillä. (Hirsjärvi & Hurme, 2022, s.152–157.) Pyrimme esittelemään näitä yhteyksiä tuloksissa.

Aineistosta voidaan tehdä erilaisia tulkintoja, joihin vaikuttaa se mitä tekstistä yritetään etsiä (Hirsjärvi & Hurme, 2022, 157–158). Tulokset on kirjoitettu tulkintamme pohjalta. Tulkintamme mukaan oli erityisesti syytä nostaa esille kaikki toimintaa kohtaan esitetty kritiikki sekä asiat, jotka toistuivat joko useasti yhden haastateltavan puheissa tai toistuivat useamman haastateltavan puheissa. Pyrimme myös esittelemään haastateltavien esille tuomia asioita, jotka vastaavat tutkimuskysymyksiimme.

5 TUTKIMUSTULOKSET

5.1 Perheet ja toiminnan aloittaminen

Kaikkia perheitä yhdisti huoltajien mukaan tukiverkostojen puuttuminen tai niitä haluttiin lisää. Mainittiin esimerkiksi, että sukulaiset eivät asu lähellä. Tulkintamme mukaan tukiverkostojen puuttuminen on juurisyy, jonka vuoksi Oma-Kamu-toimintaan oli hakeuduttu mukaan (kuvio 3). Useita haastateltavia yhdisti se, että he olivat jääneet yksin lastensa kanssa. Heistä osa kertoi hakeneensa apua omaan väsymykseensä. Eräs yksinhuoltajista kuitenkin kertoi, ettei hakenut tukea omaan jaksamiseensa, vaan haki Kamua lapsen tarpeita ajatellen. Kaksi haastateltavista ilmaisivat, että lapsen neuropsykiatriset haasteet liittyivät siihen, miksi toimintaan hakeuduttiin mukaan. Neuropsykiatriset haasteet ovat näkyneet perheissä mm. lapsen ylivilkkautena ja sosiaalisina haasteina sekä vanhempien uupumisena. Tulkitsimme, että tukiverkostojen puute yhdistettynä joko toisen vanhemman puuttumiseen tai lapsen neuropsykiatrisiin haasteisiin, johti joko vanhemman uupumiseen tai kokemukseen siitä, että lapsi tarvitsee arkeensa huoltajan tai huoltajien lisäksi uuden turvallisen aikuisen (kuvio 3).



Kuvio 3. Syyt toimintaan hakeutumiselle

Ennen toiminnan alkamista osa oli pelännyt, että jos Kamu onkin mahdollisesti hakeutunut mukaan toimintaan väärillä motiiveilla. Toinen esille noussut pelko oli Kamu-suhteen äkillinen katkeaminen. Haastateltavien mukaan on tärkeää, että alkanut suhde ei katkea yllättäen, sillä tämä luo lapselle hylkäämisen kokemuksen. Haastateltavat kertoivat pelkojen hälvenneen, kun he tapasivat tulevan Kamun. Esille nousi omaan intuitioon luottaminen ja Kamun oma avoimuus. Haastateltavat kokivat tärkeänä, että Kamu kertoo itsestään ja miksi itse on hakeutunut toimintaan.

Mulla oli niin kauan epäileväinen olo kunnes hän kertoi, että.. – Se toi mulle semmoisen tunteen sitten, että häneen voi luottaa.

Ja kyllä mulle tuli heti semmoinen fiilis, että tää on hyvä juttu.

Haastateltavat olivat kuulleet OmaKamu-toiminnasta neuvolasta tai joltain tutulta henkilöltä. Kaikki kertoivat, että hakuprosessi oli sujuva ja nopea. Kamu löytyi tyypillisesti muutamassa viikossa. Haastateltavat pohtivat, että prosessin sujuvuus on tärkeätä ja usein tuen tarve on akuutti, kun toimintaan hakeudutaan mukaan.

Kaikki haastateltavat kertoivat, että Kamu-parin valinta on heidän kohdallaan erittäin onnistunut. Haastateltavat kokivat, että sopivien parien onnistunut yhdistäminen on erittäin oleellista toiminnan onnistumisen kannalta. OmaKamu kertoo-kin ottavansa Kamuja ja lapsia yhdistäessään huomioon heidän omat toiveensa ja mielenkiinnon kohteensa (OmaKamu, i.a.-d). Yksi haastateltavista kertoi, että he jopa rajasivat Kamun sukupuolen hakuvaiheessa.

Meillä on käynyt onni, että meillä on löytynyt matchien match. Tai, että me olemme Kamun kanssa matchien match, meidän perhe. Siinä on käynyt hirveä lottovoitto, mikä ei aina käy.

5.2 Toiminnan merkitys lapselle

Haastateltavat kertoivat, että Kamu on kuin ystävä, perheenjäsen, korvaa isän puuttumista tai on vähän niin kuin isovanhempi. Haastateltavat kuvasivat Kamusuhdetta lapsen ja Kamun väliseksi erityiseksi suhteeksi.

Tärkeä suhde, jossa lapsi on pystynyt puhumaan sellaisista asioista, joista hän ei halua vanhempien kanssa keskustella.

Kamu on antanut lapseni tehdä rohkeasti asioita, joita en itse olisi uskaltanut antaa tehdä. Mä tiedän, että olen vähän ylisuojelevainen.

Heillä on sellainen omanlainen suhde.

Kivaa, semmoista vuorovaikutteista, että molempia kiinnostaa.

En ole udellut mitä he tekevät, se on heidän juttunsa.

Haastateltavat kokivat, että Kamusta on tullut heidän lapsilleen tärkeä ja merkityksellinen ihmissuhde. He kokivat, että Kamu-suhteella on ollut positiivisia vaikutuksia lapsen henkiseen hyvinvointiin. Yksi kertoi, että hänen lapsensa sosiaaliset taidot olivat kehittyneet. Toinen uskoi, että Kamu-suhde on vaikuttanut merkittävästi lapsen itsetuntoon.

Kauheasti voimaantunut, kun hän on päässyt Kamun kanssa fudiskentälle. Enhän minä nyt siellä fudiskentällä silleen niin.. – Mä uskon kyllä siihen, että se on jotenkin kuitenkin, että hänellä on ollut tommoinen erityinen Kamu, joka tulee häntä varten. Että Kamu keskittyy yksin häneen, kuuntelee hänen juttujaan ja tekee hänen kanssaan niitä asioita, mitä hän haluaa, niin sen on pakko vaikuttaa itsetuntoon positiivisesti. – Hän saa sen jakamattoman huomion ja Kamu tulee häntä varten, niin onhan se tosi merkityksellistä ja aivan varmasti vaikuttaa siihen itsetuntoon ja kokemukseen, että hän on tärkeä. – Ne tekivät kaikkea semmoista rohkeata ja urheilullista ja lapseni jotenkin ylitti itsensä ja en tiedä oliko siinä vähän jotain näyttämistä Kamulle, varmaan. Mutta kyllä varmaan teki sille ihan hyvää.

Kaikki kokivat, että Kamun kanssa on ollut helppo kommunikoida ja sopia asioista. Yhteydenpitoa kuvattiin avoimeksi, joustavaksi ja rennoksi. Rahan käytöstä oli yleensä sovittu niin, että huoltajat maksavat lapsensa kulut ja Kamu maksaa omansa. Yleensä alussa yhteydenpito oli ollut hyvin tiivistä ja säännöllistä ja Kamut olivat olleet hyvin aktiivisia ja oma-aloitteisia. Ajan kuluessa ja lapsen kasvettua tapaamiset olivat harventuneet ja epäsäännöllistyneet. Haastateltavat kuvasivat, että Kamu on ollut mukautuvainen ja tehnyt lapsen kanssa sellaisia asioita, joista lapsi on kiinnostunut. Yksi Kamu oli jopa opettanut lapsen uimaan.

Haastateltavat kokivat, että Kamu-suhde on aito ihmissuhde. He kuvasivat suhdetta ystävydeksi ja yksi haastattelijoista jopa koki, että Kamu on heille kuin perheenjäsen.

Olemme matkustaneet Kamun kanssa ulkomaille muutaman kerran. – Se on todella vahva suhde, että kuten sanoin, hän on meille kuin perheenjäsen.

Lasten Kamut olivat olleet mukana myös esimerkiksi lapsen rippijuhlissa ja syntymäpäivillä. Useampi haastateltavista kertoi, että lapset olivat olleet yötä Kamun luona tai Kamun kesämökillä. Monen kohdalla Kamusta oli tullut myös huoltajien ystävä. Yksi haastateltavista kertoi, että Kamu tuntee myös hänen vanhempansa ja hänen ystäviään. Haastateltavat kokivat myös, että Kamut eivät toimi velvollisuudentunnosta, vaan saavat suhteesta myös aidosti itselleen jotakin.

Toiminnallisuus oli selvästi Kamu-suhteen keskiössä. Kaikki haastateltavat kertoivat, että Kamu-suhde on hyvin lapsikeskeinen ja yhteinen tekeminen liittyy lähtökohtaisesti lapsen omiin kiinnostuksen kohteisiin. Kamut ovat käyneet lasten kanssa esimerkiksi uimassa, elokuvissa, museoissa, syömässä, pelanneet lautapelejä tai harrastaneet liikuntaa yhdessä. Yhdessä olemiseen sisältyy myös vuorovaikutusta ja juttelua. Yksi haastateltavista painotti, että Kamu-suhde on erittäin toiminnallinen ja tapaamisilla tuskin käydään syvällisiä keskusteluja. Toinen haastateltava kertoi, että hänen lapsensa nimenomaan haluaa keskustella Kamun kanssa filosofisista asioista. Kaikkien haastateltavien lapset ovat osallistuneet aktiivisesti Kamun kanssa OmaKamun omiin tapahtumiin ja retkiin.

Kaikki haastateltavat kertoivat, että Kamu-suhde on muuttunut merkittävästi lasten kasvamisen myötä. Lasten tullessa teini-ikään, omista harrastuksista ja kavereista on tullut entistä tärkeämpiä lapselle. Haastateltavat kuitenkin kokivat, että tämä on normaalia kehitystä. He kuitenkin toivoivat, että vaikka Kamu-suhde muuttuu ja tapaamiset harvenevat, suhde kuitenkin säilyisi läpi elämän. Yksi haastateltavista kertoikin, että vaikka virallinen Kamu-suhde on jo päättynyt, tapaamiset jatkuvat edelleen niin kuin ennenkin. Yhtä lukuun ottamatta kaikki kertovat, että tapaamisia on edelleen säännöllisesti. Yksi haastateltavista kertoi, että tapaamiset ovat viime vuosina loppuneet kokonaan ja suhteen nykytilanne on epäselvä.

5.3 Huoltajat ja tarpeisiin vastaaminen

Kaksi haastateltavaa kertoivat, että Kamu-suhde ei ole vaikuttanut heidän omaan ajankäyttöön millään tavalla. Kolme haastateltavaa sen sijaan kertoivat saaneensa ylimääräistä aikaa, jota he olivat käyttäneet esimerkiksi opiskeluun, työntekoon tai kaupassa käymiseen. Yksi haastateltavista kertoi, että he olivat käyneet jopa päivärasteilyllä. Toinen kertoi, että yleensä hän on vain nauttinut hiljaisuudesta.

Kaksi haastateltavaa kuvailivat, että kamutapaamisista vapautunut oma aika on ollut heille kaivattu hengähdystauko ja se on auttanut henkisesti sekä parantanut heidän jaksamistaan ja hyvinvointiaan.

Todella paljon helpottanut, koska mä olen ollut sellaisessa hälytystilassa, stressitilassa. – Näin taakse päin ajateltuna mietin, että miten hitto mä oon jaksanut. Miten se tunti on riittänyt muka viikossa? Mutta silloin mä muistan, että se että mä odotin sitä päivää, että se tunti tulee. Mä tiesin, että silloin mä saan vaan olla ja se oli ihan parasta. – Se oli mulle sellainen henkireikä, sain istua vaan ja olla hiljaa.

Se on ollut tosi merkityksellinen kaksi- tai kolmetuntinen. Tai semmoinen odotettu hengähdystauko siihen. Mä olen kuvannut sitä, että mä tuun ihan eri ihmisenä.

Haastateltavat kuvasivat, että OmaKamu ja Kamut tekevät arvokasta työtä ja he ovat kiitollisia siitä, että ovat saaneet olla mukana. He kertoivat, että Kamu-suhteella on ollut suuri merkitys heille ja heidän lapsilleen. He näkivät merkitystä yhdessä vietetyllä ajalla ja sillä, että heidän lapsellaan on yksi tärkeä ja turvallinen aikuinen enemmän mukana heidän elämässään.

On ollut ihan lottovoitto saada OmaKamu ja enempää en olisi voinut toivoa

Ajattelen, että OmaKamu tekee mahtavaa työtä.

Kolme haastateltavista koki, ettei minkäänlaisia haasteita ole ilmennyt koko Kamu-suhteen aikana. Yksi pelkäsi, että hiipunut Kamu-suhde katkeaisi mahdollisesti kokonaan. Hän kertoi, että näkisi tämän erittäin negatiivisena asiana. Toinen haastateltava kertoi, että hänellä on negatiivinen kokemus epäonnistuneesta Kamu-suhteesta heidän toisen lapsensa kohdalla. Kamu-suhde katkesi yllättäen lyhyen ajan jälkeen ja huoltajat sekä lapsi olivat todella pettyneitä. He kuitenkin etsivät uutta Kamua tilalle, joten heidän uskonsa OmaKamu-toimintaan ei selvästikään ole loppunut. Hän kuvasikin toisen lapsen kohdalla onnistunutta Kamu-suhdetta, niin, että Kamusta on tullut heille kuin perheenjäsen.

Haastateltavat kertoivat, että ovat saaneet toiminnasta sen mitä ovat lähteneet hakemaan. Osa haastateltavista kertoi, että ovat osallistuneet vapaaehtoisina puhujina OmaKamu-koulutuksiin. He kertoivat, että ovat halunneet tavallaan korvata sitä mitä ovat itse saaneet.

5.4 Kehittämisehdotuksia

Haastatteluista nousi muutamia kehitysehdotuksia. Ehdotettiin, että OmaKamu tai Kamut voisivat tutustuttaa lapsia erilaisiin lajeihin, jotta lapsi voisi löytää mahdollisesti jonkin liikuntamuodon, josta voisi innostua. Pohdittiin myös, että miehiä tarvittaisiin enemmän mukaan vapaaehtoisiksi.

Lisäksi haastatteluissa nousi erityisesti esille vapaaehtoisen sitoutumisen ja Kamu-suhteen jatkuvuuden tärkeys.

Tärkeätä on juuri se, että se ei katkea yhtäkkiä. Tietenkin on vaikeata sitouttaa ihmisiä sillä tavalla. Mutta mä sanoin, että kannattaa miettiä kaksi kertaa pystyykö oikeasti sitoutumaan, koska ne ovat monesti semmoisia lapsia, että ehkä ei toivoisi enää niitä hylkäämisiä.

Tämä oli outo tilanne. Lapsi tutustui häneen ja tykkäsi hänestä. Sitten joudutaan sanomaan hänelle, että Kamu ei tule enää. – Se on lapselle iso asia. Hän oli todella surullinen.

Esille nousi myös lasten mahdollisten neuropsykiatristen haasteiden esille nostamisen tärkeys. Toivottiin, että OmaKamu-koulutuksessa käytäisiin läpi vapaaehtoisten kanssa miksi lapset mahdollisesti toimivat tietyillä tavoilla ja kuinka tilanteissa tulisi toimia. Kaikki haastateltavat olivat yhtä mieltä siitä, että vapaaehtoiseksi Kamuksi hakeutuvalla ei tarvitse olla ammatillista koulutusta esimerkiksi kasvatus-, terveys-, tai sosiaalialalta. Tärkeämpänä koettiin vapaaehtoiseksi hakevan sosiaaliset taidot, oikeat motiivit ja omana itsenä oleminen. Haastateltavat ajattelivat, että vapaaehtoisina toimivat Kamut kokevat varmasti saavansa itsekin iloa tapaamisista. Eräs haastateltavista pohti, että pitäisikö vapaaehtoisten soveltuvuutta testata mahdollisesti jotenkin. Toinen pohti, että Kamuksi ei pitäisi ottaa liian nuoria henkilöitä ja toivoi, että OmaKamu voisi velvoittaa vapaaehtoisia sitoutumaan toimintaan paremmin.

6 POHDINTA

Tämän opinnäytetyön mukaan OmaKamu-toiminnassa pitkään mukana olleiden perheiden juurisyy hakeutua toimintaan oli tukiverkostojen puuttuminen. Tämän vuoksi perheitä kuormittavat tekijät, kuten yksinhuoltajuus ja lapsen neuropsykiatriset haasteet ovat aiheuttaneet huoltajien uupumista. Syyksi hakeutumiselle kerrottiin myös lapsen tarve turvalliselle aikuiselle. Haastatteluihin osallistuneet perheet kokivat toiminnalla olevan positiivisia merkityksiä lapselleen ja perheelleen. OmaKamu-toiminta oli vastannut perheiden odotuksiin ja ylittänyt ne. Esitämme, että OmaKamu-toiminta on perheille merkityksellistä ja sillä on edellytykset vähentää vanhempien kuormitusta ja lisätä lasten ja nuorten hyvinvointia.

6.1 Opinnäytetyön prosessi

Yhteistyömme OmaKamu ry:n kanssa alkoi marraskuussa 2022. OmaKamu tarjosi kumppanuutta opinnäytetyöntekijöille, jotka olisivat kiinnostuneita tutkimaan heidän toimintaansa. Löysimme ilmoituksen Diakonia-ammattikorkeakoulun Osallistavan kehittämisen torilla syksyllä 2022, joka järjestettiin verkossa. Tapasimme OmaKamun työntekijät ja sovimme alustavasti yhteistyöstä. Tapasimme OmaKamun työntekijät uudelleen helmikuussa 2023, jolloin rajasimme ja tarkensimme tutkittavaa aihetta yhdessä. Tapaamisen pohjalta kirjoitimme opinnäytetyön suunnitelman, joka tuli hyväksytyksi toukokuussa 2023. Alun perin olimme kiinnostuneita tutkimaan OmaKamu-toiminnan vaikutuksia siihen osallistuneille perheille. Diakonia-ammattikorkeakoulun lehtoreilta saadun palautteen myötä totesimme tutkimusaiheen liian kunnianhimoiseksi ja päädyimme tutkimaan vaikutusten sijasta merkityksiä. Kohderyhmäksi valikoitui pitkään toiminnassa mukana olleet perheet. Päätimme hakea mukaan 4–6 perhettä haastateltavaksi. Haastattelut toteutuivat syys- ja lokakuun 2023 aikana. Haastattelujen litterointi toteutui joulukuussa 2023 ja tammikuussa 2024. Analysointi ja tulosten kirjoittaminen toteutui helmi- ja maaliskuussa 2024. Esitimme opinnäytetyön raportin käsikirjoituksen maaliskuussa 2024. Täydensimme raporttia saadun palautteen perusteella ja julkaisimme opinnäytetyömme huhtikuussa 2024.

6.2 Eettisyys ja luotettavuus

OmaKamu ehdotti helmikuussa 2023, että voisimme esimerkiksi haastatella Kamuja ja PikkuKamuja pareittain tai Kamuja ja PikkuKamujen huoltajia. Eettisten pohdintojen jälkeen päädyimme siihen, että emme haastattele lapsia. Päädyimme siihen, että lasten huoltajat ovat valideja edustamaan koko perhettänsä ja siis myös lapsensa näkökulmaa tutkimuksessa. Päädyimme myös siihen, että emme haastattele Kamuja. Otanta oli niin pieni, että Kamujen vastausten anonymisointi olisi ollut haastavaa toteuttaa niin, etteivät perheet olisi voineet tunnistaa itseään vastauksista.

Tutkimuksen luotettavuuden kannalta on hyvä ottaa huomioon, että tutkimuksessa keskityttiin toiminnassa jo pitkään mukana olleisiin perheisiin. Mielestämme on epätodennäköistä, että haastateltavaksi olisi päätyneet huoltajia, joilla on ollut huono kokemus OmaKamu-toiminnasta yli 5 vuotta sitten, jotka kuitenkin edelleen olisivat olleet mukana toiminnassa. Toisaalta haastateltavat toivat kuitenkin avoimesti esille myös toimintaan liittyneitä haasteita. Yksi haastateltavista esimerkiksi kertoi, että hänen toisen lapsensa kohdalla Kamu-suhde ei sujunut ja vapaaehtoinen lopetti suhteen muutaman tapaamisen jälkeen. Toinen kertoi, että Kamu-suhde on hiipunut ja tällä hetkellä ei ole selvää jatkuuko suhde enää. Meille jäikin sellainen käsitys, että haastateltavien oli helppo vastata meille kysymyksiin rehellisesti ja avoimesti. Haastateltavat kertoivat esimerkiksi omista haastavista taustoistaan ja haasteista OmaKamu-toiminnassa.

Haastateltaville kerrottiin etukäteen saatekirjeessä (LIITE1) ja muistutettiin myös haastattelun alussa, että haastattelut nauhoitetaan ja nauhoitteet tuhotaan välittömästi opinnäytetyön julkaisemisen jälkeen. Kerroimme haastateltaville, että aiomme esittää tutkimuksen tulokset niin, että niistä ei voida tunnistaa ketään. Haastateltavat saivat opinnäytetyön luettavaksi ja tarkastettavaksi ennen julkaisua. Litterointivaiheessa anonymisoimme tekstit ja häivytimme mm. lasten ja Kamujen nimet. Tuloksissa esiteltävissä sitaateissa on erityisesti häivytetty kaikki mahdollinen yksilöivä tieto. Tallenteet ja litterointimateriaali säilytettiin tietoturvallisesti Diakonia-ammattikorkeakoulun pilvipalvelussa. Pilvipalvelu on suojattu salasalla ja palveluun on pääsy vain opinnäytetyön tekijöillä. Kaikki tallenteet, litteroinnit ja sähköpostikeskustelut tuhotaan välittömästi opinnäytetyön julkaisemisen jälkeen.

Olemme noudattaneet opinnäytetyötä tehdessämme Hyvän tieteellisen käytännön peruseriaatteita. Näitä ovat luotettavuus, rehellisyys, arvostus ja vastuunkanto. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 2023, s. 12.) Olemme huomioineet luotettavuuden koko opinnäytetyön prosessin ajan alkaen opinnäytetyön suunnitelman tekemisestä. Olemme pyrkineet tekemään valintoja, jotka lisäävät tutkimuksen ja aineiston luotettavuutta. Olemme huomioineet luotettavuuden valitessamme lähdeaineistoa. Olemme myös pyrkineet olemaan mahdollisimman avoimia siitä, miten olemme saaneet tutkimuksen tulokset. Tässä näkyy myös

rehellisyys. Olemme myös antaneet kaikille haastateltaville mahdollisuuden kommentoida opinnäytetyötä ja tutkimustuloksia. Haastateltavat eivät puuttuneet mihinkään, eivätkä pyytäneet oikaisua. Arvostus on lähtenyt tekijöiden keskinäisestä kunnioituksesta. Olemme toimineet ja työskennelleet tasavertaisina kumppaneina ja tehneet kaikki päätökset yhdessä. Olemme myös kunnioittaneet ja arvostaneet yhteistyökumppaneitamme ja heiltä tullutta palautetta ja toiveita. Arvostimme myös haastatteluihin osallistuneita henkilöitä ja pyrimme viestimään heille, kuinka tärkeätä heidän osallistumisensa oli työmme onnistumisen kannalta. Arvostimme haastateltavien tuottamaa tietoa ja suhtauduimme siihen neutraalisti ja empaattisesti. Arvostimme myös opinnäytetyötä ohjaavien opettajien antamaa tukea ja palautetta. Samoin arvostimme opponenteilta saatua palautetta. Olemme kehittäneet tätä raporttia näiden palautteiden pohjalta ja emme olisi päässeet näin hyvään lopputulokseen ilman kyseisiä palautteita. Olemme myös kantaneet vastuun opinnäytetyön suunnittelusta, etenemisestä ja valmistumisesta.

6.3 Tutkimustulokset

Tuloksista meille selvisi, että haastateltuja perheitä yhdisti tukiverkostojen puuttuminen. Mainittiin esimerkiksi, että sukulaiset eivät asu lähellä. Forss ja Vatula-Pimiä (2014, s. 115) puhuvatkin modernisoituneen yhteiskunnan haasteista, joissa ihmiset ja perheet pyrkivät selviytymään yksin ilman ns. lähiyhteisön tukea. Vielä sata vuotta sitten Suomessa oli tyypillistä, että koko kyläyhteisö huolehti jäsenistään ja esimerkiksi toisten perheiden lapsista. Muuttoliikkeen, maahanmuuton ja muuttuneiden työmarkkinoiden myötä tällainen yhteisöllisyys on kadonnut (Forss & Vatula-Pimiä, 2014, s. 115, 168). Tämä kehitys on johtanut siihen, että helposti oletetaan yhteiskunnan huolehtivan kaikista apua tarvitsevista. Kuten totesimme aiemmin, yhteiskunnan tarjoama sosiaaliturva pystyy huolehtimaan lähinnä vain aineellisista perustarpeista ja -palveluista (Forss & Vatula-Pimiä, 2014, s. 168).

Vapaaehtoistoiminnalle on erittäin suuri tarve. Sosiaali- ja terveystyöpalvelut voivat tietenkin myös tukea perheitä. Annettava ammatillinen tuki on kuitenkin hyvin

erilaista kuin vapaaehtoistoimintaan pohjautuva tuki. Haastateltavat kuvasivat suhdetta Kamun kanssa ystävyydeksi ja aidoksi ihmissuhteeksi. Kaikki olivat vakuuttuneita siitä, että Kamu tapaa lasta vapaasta tahdostaan ja kokee saavansa siitä myös itse jotakin. Mielestämme tutkimuksemme osoittaa mitä OmaKamu-toiminta voi parhaimmillaan tarjota. Vapaaehtoiseksi hakeutuu ihmisiä, jotka haluavat auttaa ja tarjota omaa aikaansa jonkun toisen lapselle. Nämä ihmiset eivät kuitenkaan löytäisi autettavia perheitä ilman OmaKamun organisoimaa toimintaa. OmaKamun prosessit myös turvaavat sen, että vapaaehtoinen ei ole hakeutunut mukaan vääristä syistä. Ystävyys on luonnollisesti kehittynyt vuosien aikana Kamun ja perheiden vuorovaikutuksessa. Kaikki huoltajat toivoivat, että suhde jatkuisi läpi elämän. Jos näin tapahtuu, OmaKamun työ kantaa vielä vuosikymmentenkin jälkeen, toiminnan jo päätyttyä. Haastateltavamme nostivat esiin myös hyvän jakamisen eteenpäin. Monet olivat itse osallistuneet OmaKamun koulutuksiin kokemusasiantuntijoina, sillä he halusivat antaa uusille Kamuille vinkkejä, ja OmaKamu järjestölle takaisin siitä mitä olivat itse saaneet hyvän Kamu-suhteen myötä.

Mielestämme tärkein esille noussut haaste on, miten voidaan turvata, että alkanut Kamu-suhde ei pääty äkisti ja yllättäen. Laimion & Välimäen (2011) mukaan ihmiset hakeutuvat yleensä vapaaehtoistoimintaan, koska haluavat auttaa muita ja löytää uusia ihmissuhteita. Omien motiivien tunnistaminen auttaa sitoutumaan toimintaan (Laimio & Välimäki, 2011). Vapaaehtoistoiminta perustuu osallistujien omaan haluun toimia ilman esimerkiksi rahallista vastiketta. Toiminta onnistuu parhaiten, kun vapaaehtoiset toimivat oman sisäisen motivaationsa ajamina. Vapaaehtoisia ei voida sitouttaa pakottamalla. Parhaiten onnistutaan, kun hakuvaiheessa selvitetään vapaaehtoiseksi hakevan omia motiiveja ja painotetaan sitoutumisen merkitystä.

Vapaaehtoisen tulee olla aidosti kiinnostunut lapsesta ja hänen mielenkiinnon kohteistaan. Lapsi tunnistaa onko aikuinen aidosti kiinnostunut hänestä (Mattila, 2011, s. 128). Vapaaehtoistoiminnan alussa suhde voi olla verrannollinen ammatilliseen suhteeseen. Ammatilliset suhteet ovat kuitenkin aina määräaikaista ja tilapäisiä. Ammatillisen suhteen tulisi pysyä ammatillisena ja näin ollen mahdollisuus ystävyyden syntymiselle on suljettu pois. Olemme aiemmin esittäneet,

kuinka tärkeitä turvallisen aikuisen läsnäolo on lapsen kasvun ja kehityksen kannalta. Tutkimuksemme mukaan Kamut ovat toimineet perheiden lapsille juuri tällaisena turvallisenä ja luotettavana aikuisena. Kamu-toiminta on voinut jopa mahdollisesti tukea lapsen hyvän itsetunnon kehitystä. Olemme osoittaneet lapsuuden ajan tärkeyttä ihmisen elämässä. Lapsuuden aika määrittelee paljon sitä, millainen ihmisestä tulee ja mitkä ovat hänen edellytyksensä hyvään elämään aikuisuudessa. Olemme myös osoittaneet mikä merkitys kompetenteilla ja resilienteillä aikuisilla on yhteiskunnalle. Mielestämme on perusteltua väittää, että yhteiskunnan kannattaa tukea kolmannen sektorin vapaaehtoistoimintaa, joka parantaa lasten ja perheiden hyvinvointia.

Yli puolet haastateltavista kertoivat, että toimintaan on hakeuduttu huoltajien tarpeiden vuoksi. Huoltajat ovat olleet uupuneita tai pelänneet uupuvansa. Hyvinvointialueiden tarjoamat palvelut ovat määräaikaista, eivätkä voi tarjota vuosia kestävästä tukea. Näissä ei myöskään synny aitoja ihmissuhteita, jotka tukevat perhettä myös pelkällä olemassa olemisellaan. Vanhemman uupuminen voi myös johtaa siihen, ettei tämä pysty olemaan henkisesti läsnä lapselle. Tällöin perheen ulkopuolisen turvallisen aikuisen läsnäolon tarve lapselle korostuu. Vapaaehtoisen Kamun on mahdollista toimia tällaisena aikuisena.

Lasten neuropsykiatriset haasteet tulivat haastatteluissa korostetusti esille. Haastateltavat toivoivat, että niitä käsiteltäisiin OmaKamu-koulutuksissa vapaaehtoiseksi hakeutuvien kanssa. Lapsen neuropsykiatriset haasteet voivat kuormittaa vanhempia, erityisesti jos vanhempi on yksinhuoltaja ja/tai häneltä puuttuvat tarvittavat tukiverkostot. Tämän perusteella voidaan olettaa, että OmaKamu-toimintaan hakeutuu mahdollisesti paljon erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhempia. Vapaaehtoisten on hyvä ymmärtää miten erilaiset lasten erityispiirteet näkyvät heidän toiminnassaan ja kuinka tähän on hyvä reagoida. Jatkotutkimuksena voisi olla hyvä selvittää kuinka paljon toimintaan hakeutuu erityistä tukea tarvitsevia lapsia ja kuinka heidän tarpeitaan voitaisiin ottaa paremmin huomioon.

Haastateltavat kertoivat, että heidän lapselleen löytyi Kamu nopeasti. Haastatteluissa pohdittiin prosessin sujuvuuden ja nopeuden tärkeyttä. Yleensä tarve on

akuutti, kun toimintaan hakeudutaan mukaan. Jatkotutkimuksena olisi hyvä selvittää, kuinka nopeasti perheet pääsevät nykyään mukaan toimintaan ja kuinka prosessia voitaisiin mahdollisesti nopeuttaa. Tutkimusten tulokset voivat myös vaihdella kohderyhmän mukaan. Samanlaisen tutkimuksen voisi tehdä esimerkiksi toiminnassa 1–2 vuotta mukana olleille perheille. Tällainen tutkimus voisi olla jopa mahdollisesti tärkeämpi OmaKamu-toiminnan kehittämisen kannalta.

Kehittämissuositukseksi nostettiin nuorten liikkumisen tukeminen esimerkiksi harrastuksiin tutustuttamalla. Säännöllinen liikunta on tärkeää nuorten terveydelle ja hyvinvoinnille (Kokko ym., 2021, s. 23). Kuitenkin vain hyvin harva nuori liikkuu lasten ja nuorten liikkumissuosittelun mukaan (Kokko ym., 2021, s. 9). Kamut voisivat tapaamisilla viedä lapsia tutustumaan uusiin liikuntaharrastuksiin. Lapsen olisi mahdollista löytää hänelle sopiva ja häntä kiinnostava harrastus. Lähes kaikki haastateltavista kertoivat, että tapaamisiin on liittynyt usein urheilu ja liikunta. Vastauksista sai kuitenkin käsityksen, että urheilu- ja liikuntaharrastukset ovat kiinnostaneet lasta valmiiksi ja Kamu on halunnut tehdä lasta kiinnostavia asioita. Kamu-suhteen voidaan kuitenkin ajatella tukeneen lapsen kiinnostusta urheilu- ja liikuntaharrastuksiin. Esille nostettiin myös, että miehiä ei hae juuri ollenkaan vapaaehtoiseksi. Osa haastateltavista koki todella tärkeäksi, että Kamuksi tuli miespuolinen henkilö. Voisi olla hyvä selvittää, miten miespuolisia henkilöitä voitaisiin houkutella enemmän hakeutumaan vapaaehtoisiksi.

6.4 Ammatillinen kasvu

Opimme opinnäytetyön prosessin aikana tekemään tutkimushaastattelun, aineistolähtöisen sisällönanalyysin sekä laadullisen tutkimuksen. Meillä ei ollut aiempaa kokemusta vastaavanlaisen tutkimuksen tekemisestä ja suoritamme molemmat ensimmäistä korkeakoulututkimoksemme. Opimme tutkimushaastattelustan, että aiheeseen perehtyminen on todella tärkeää onnistuneen tiedonkeruun kannalta. Ymmärsimme myös esihaastatteluiden merkityksen. Haastattelutaitomme kehittyivät haastatteluiden aikana ja meille hahmottui käsitys siitä, millaisia asioita haastatteluissa nousee esille. Ensimmäiset haastattelut auttoivat meitä kysymään tarkempia kysymyksiä myöhemmissä haastatteluissa. Emme

ymmärtäneet etukäteen, kuinka työläs litterointivaihe on. Suunniteltu aikataulumme venyi huomattavasti ja tähän vaiheeseen meni oikolukeminen ja tiivistäminen mukaan lukien eniten aikaa koko prosessissa. Aineistolähtöisen sisällönanalyysin tekeminen oli meille myös uusi opetettava asia. Tämän tutkimuksen tekemisen myötä osaamme hahmottaa mitä sisällönanalyysin tekeminen tarkoittaa ja kuinka se tehdään.

Halusimme tehdä opinnäytetyömme yhteistyössä OmaKamun kanssa, sillä koimme OmaKamu-toiminnan olevan meistä merkitykselliseltä. Meillä molemmilla oli omakohtaista kokemusta erilaisista vapaaehtoistöistä ja koimme mielekkäänä tutkia millaisia merkityksiä vapaaehtoistyöllä voi olla siihen osallistuville perheille. Kun aloimme tutkimaan aihetta ja keräämään aineistoa, ymmärsimme, että tällainen toiminta voi vaikuttaa moninaisesti perheisiin ja toiminnalla voidaan nähdä todella paljon erilaisia merkityksiä. Toiminta voi vaikuttaa perheisiin henkisesti, sosiaalisesti ja terveydellisesti. Toiminnan on mahdollista tukea sekä mielenterveyttä että fyysistä terveyttä. Haastattelujen, tutkimuksen teon ja aineistonkeruun myötä meille on vahvistunut systeemisen ajattelun merkitys sosiaali- ja terveysalan ammattiosaamisena.

Opinnäytetyömme sai ymmärtämään erilaisten verkostojen merkityksen, erityisesti silloin kun perhe kohtaa haasteita. Ymmärryksemme kasvoi yli koulutusalojen ja pyrimme tulevana sosiaali- ja terveysalan ammattilaisina pitämään itsemme tietoisina erilaisista järjestöistä. Voimme kertoa perheitä kohdatessamme heille mm. OmaKamu-toiminnasta ja miten tähän toimintaan voi hakeutua. Lisäksi ymmärryksemme neuropsykiatristen häiriöiden kuormituksesta vanhemmalle ja niiden esiintyvyydestä lapsilla ja nuorilla sekä diagnoosin saannin vaikeudesta on kasvanut opinnäytetyöprosessin aikana.

6.5 Johtopäätökset

Vuonna 2021 julkaistussa tieteellisessä artikkelissa on pyritty selvittämään sekä hyvien kokemusten kuin myös haitallisten kokemusten vaikutusta perheen terveyteen aikuisiässä. Artikkelin mukaan aiemmissa tutkimuksissa on osoitettu olevan vaikutusta lapsuuden kokemuksilla aikuisiän terveyteen. Ihmiset, joilla on ollut hyvä lapsuus ovat paremmin pystyneet käsittelemään aikuisena vastoinkäymisiä. Puolestaan turvattoman lapsuuden kokeneet ovat altistuneita ahdistuneisuudelle, masennukselle sekä päihteiden väärinkäytölle myöhemmin. (Daines, ym., 2021, s. 21, 651.) Hyvällä Kamu-suhteella voi olla tutkimusten valossa täten suurta merkitystä yksilön elämään aikuisiällä. Kamu on voinut täyttää tyhjän aukon perheessä. Lapsella ja Kamulla on voinut syntyä vahva kiintymyssuhde, jonka vuoksi katkennut suhde voi tuntua niin lapsesta kuin perheestäkin raskaalta.

Yhteiskunnassamme olisi hyvä panostaa neuropsykiatristen häiriöiden diagnoosinnan nopeutumiseen sekä vanhemman tai vanhempien että erityisesti neuropsykiatrisen häiriön omaavan lapsen ja nuoren tukemiseen. Uupunut vanhempi ei kykene tarjoamaan lapselleen riittävää läsnäoloa. Kun vanhemman voimavarat ovat heikot, tämä voi heijastua vanhemman fyysiseen, psyykkiseen, sosiaaliseen ja kognitiiviseen toimintakykyyn sekä lapsen tai nuoren toimintakykyyn. Lasta tai nuorta, jolla on jokin neuropsykiatrinen häiriö kannattaa tukea, sillä heissä on valtavasti potentiaalia ja yhteiskuntamme tarvitsee toimivia yksilöitä, jotka voivat osallistua yhteiskunnan rakentamiseen ja sen kehittämiseen. Ei ole kenenkään eduksi, jos lapsi tai nuori kokee heti varhaislapsuudesta asti, että hän ei saa tukea yhteiskunnalta. Tuen ja avun puute on omiaan ruokkimaan epäonnistumisen tunnetta ja ettei koe itse olevansa kyvykäs tai ansaitsevansa onnistumisia. Tämä taas heijastuu minäkuvaan, itsetuntoon ja koko toimintakykyyn. Tämä voi johtaa terveydenhuollon puolella esimerkiksi kasvaviin jonoihin sekä odotusaikoihin mielenterveyspalveluissa. Perusterveydenhuollossa tämä voi näkyä niin, että lapsella tai nuorella voi olla somaattisia oireita, esimerkiksi vatsakipua, unettomuutta ja ruokahaluttomuutta.

Olisi erittäin tärkeää, että terveydenhuollossa pyrittäisiin tarjoamaan myös lääkkeettömiä hoitokeinoja neuropsykiatrisen häiriön omaavalle lapselle tai nuorelle.

Keinoina voisi olla esimerkiksi aktiviteetin etsiminen, kuten liikunta, koska fyysinen rasitus auttaa motoristen taitojen kehittymistä ja keskittymisen suuntaamista. Haastateltujen huoltajien mukaan heidän lapsensa olivat kokeneet Kamun kanssa vietetyn ajan, hänen läsnäolonsa ja liikuntaharrastukset erittäin merkitykselliseksi. Lapset olivat saaneet olla turvallisen aikuisen kanssa ja tehdä uusia asioita. Tämä oli vahvistanut monen vanhemman mielestä heidän lapsensa minäkuvaa ja itsetuntoa. Positiivisten kokemusten vahvistaminen auttaa yksilöä jaksamaan eteenpäin ja haastamaan itseään myös tulevaisuudessa.

OmaKamu ry aikoo mahdollisesti käyttää tutkimustuloksia oman toimintansa kehittämiseen sekä viestinnässä yhteistyökumppaneille ja nykyisille sekä mahdollisesti tuleville rahoittajille. Uskomme, että tutkimuksemme voi osoittaa rahoittajille, miksi toimintaa kannattaa tukea taloudellisesti. Tuloksia aiotaan käyttää myös OmaKamu-koulutuksissa. Tuleville vapaaehtoisille voidaan kertoa, millaisia merkityksiä toiminnalla on ollut pitkään mukana olleille perheille. (Eeva Airikkala & Hanna Karosto, toiminnanohjaaja, henkilökohtainen tiedonanto 23.2.2024.)

LÄHTEET

- Appelqvist-Schmidlechner, K., Lämsä, R., & Tuulio-Henriksson, A. (2018). Oma väylä: Kelan neuropsykiatrisen kuntoutuksen soveltuvuus, hyödyt ja koettu vaikuttavuus. Kela.
- Autismiliitto. (31.5.2022). *Asperger – osa autismikirjoa*. <https://autismiliitto.fi/autismi/erilaista-autismia/asperger-osa-autismikirjoa/>
- Cacciatore, R., Korteniemi-Poikela, E., & Huovinen, M. (2008). *Miten tuen lapsen ja nuoren itsetuntoa*. WS Bookwell Oy.
- Campbell, M., Thomson, H., Fenton, C., & Gibson, M. (2016) 16:188, s.1-9 *Lone parents, health, wellbeing and welfare to work: a systematic review of qualitative studies*. BMC Public Health.
- Daines, C.L., Hansen, D., Novilla, M.L.B. et al. (2021). *Effects of positive and negative childhood experiences on adult family health*. BMC Public Health <https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-021-10732-w#citeas>
- Forss, P., Vatula-Pimiä, M., & Ericsson, S. (2014). *Sosiaalinen turva ja hyvinvointi* (5. uud. p.). Edita.
- Hakovirta, M., & Väestöliitto. Väestöntutkimuslaitos. (2006). *Yksinhuoltajaäitien työllisyys, toimeentulo ja työmarkkinavalinnat*. Väestöliitto, Väestöntutkimuslaitos.
- Hirsjärvi, Sirkka, ja Helena Hurme. (2022). Tutkimushaastattelu: Teemahaastattelun Teoria Ja Käytäntö. 2. painos. Gaudeamus. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162984/OKM_2021_19.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Juusola, M. (2011). *Vahvaksi rakastetut lapset*. Otava.
- Keltikangas-Järvinen, L. (1994). *Hyvä itsetunto*. WSOY.
- Kokko, S., & Martin, L. (toim.). (2023). Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa: LIITU-tutkimuksen tuloksia 2022. Opetus- ja kulttuuriministeriö; Valtion liikuntaneuvosto. <https://www.liikuntaneuvosto.fi/wp-content/uploads/2023/03/Lasten-ja-nuorten-liikuntakayttaytyminen-Suomessa-2022-2.pdf>

- Kokko, S., Hämylä, R., Martin, L., Rinta-Antila, K., Villberg, J., Simonsen, N., . . . Activity, A. P. (2021). *Nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa: LIITU-tutkimuksen tuloksia 2020*. Opetus- ja kulttuuriministeriö; Valtion liikuntaneuvosto.
- Laimio, A., & Välimäki, S. (2011). *Vapaaehtoistoiminta kehittyy*. Keski-Suomen Sosiaaliturvayhdistys.
- Liukkonen, T., Seppänen, H., Simola, T., Holm, P., & Müller, E. (2019). *Lapsen ja perheen tukena* (1. painos.) Sanoma Pro Oy.
- Marjamäki, E., Kosonen, S., Törrönen, S., Hannukkala, M., & Meilahti, S. (2015). *Lapsen mieli: Mielenterveystaitoja varhaiskasvatukseen ja neuvolaan* (2. p.). Suomen Mielenterveysseura.
- Mattila, K. (2011). *Lapsen vahvistava kohtaaminen*. PS-kustannus.
- Nurmi, J-E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L., & Ruoppila, I. (2022). *Ihmisen psykologinen kehitys*. 9.painos. PS-kustannus.
- Ojanen, R. (i.a.). *Liike on tärkeä*. Opetushallitus. Saatavilla 21.3.2024. <https://www.oph.fi/fi/oppimateriaali/kouluikaisten-terveyden-polku/liike-tarkea#>
- OmaKamu. (i.a.-a) OmaKamu ry. Saatavilla 17.4.2023. <https://omakamu.fi/omakamu-ry/>
- OmaKamu. (i.a.-b). OmaKamu-koulutukset. Saatavilla 17.4.2023. <https://omakamu.fi/koulutukset/>
- OmaKamu. (i.a.-c). Keitä Kamut ovat tai mitä Kamun kanssa voi tehdä? Saatavilla 17.4.2023. <https://omakamu.fi/hae-kamua-lapsellesi/>
- OmaKamu. (i.a.-d). Usein kysytyt kysymykset. Saatavilla 29.1.2024. <https://omakamu.fi/ukk/>
- OmaKamu. (i.a.-e). *Tule Kamuksi lapselle*. Saatavilla 11.3.2024. <https://omakamu.fi/ryhdy-kamuksi/>
- Saari, A., & Sankilampi, U. (2016). *Suomi on lasten kasvunseurannan edelläkävijä - onko hyödyistä näyttöä?* Lääketieteellinen aikakausikirja Duodecim. <https://www.duodecimlehti.fi/duo13039>
- Savikuja T. & Puustjärvi A. (2022). *Nepsy-opas – Tukea neuropsykiatriisiin haasteisiin*. 2.painos. PS-Kustannus.
- Sinkkonen, J. (2012). *Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun*. Werner Söderström Osakeyhtiö.

- Sinkkonen, J., & Korhonen, L. (2016). *Pulassa lapsen kanssa*. 2., uudistettu painos. Kustannus Oy Duodecim.
- Sorkkila, M., Fågel, P., Kukkonen, S., Aunola, K., Opettajankoulutuslaitos, laitos, P., . . . Psychology, D. o. (2021). *Erityislasten vanhempien kokema uupumus ja tuen tarve*. Niilo Mäki Instituutti.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. (i.a). *Palvelut perheille*. Saatavilla 19.4.2024. <https://stm.fi/palvelut-perheille>
- Sulku, S., & Aromaa, J. (2001). *Kohtaamispaikkana lapsuus: Vuoropuhelua lapsen maailmasta*. Edita.
- Suomen Evankelis-luterilainen kirkko. (i.a). *Lapsille ja lapsi perheille*. Saatavilla 19.4.2024. <https://evl.fi/tervetuloa-kirkkoon/tule-mukaan/lapsille-ja-lapsiperheille/>
- Sääkslahti, A., Tammelin, T., Vasankari, T., Korsberg, M., Blom, A., Borodulin, K., Heinonen, O., Hietanen-Peltola, M., Huovinen, T., Kokko, S., Lintunen, T., Miettinen, M., Pietilä, M., Pihlainen, K., Saari, A., & Viitanen, M. (2021). *Liikkumissuositus 7–17-vuotiaille lapsille ja nuorille*. Opetus- ja kulttuuriministeriö. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162984/OKM_2021_19.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- THL. (17.3.2023). *Lapsen huolto, tapaaminen ja asuminen*. <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/sote-palvelut/perheoikeudelliset-palvelut/lapsen-huolto-tapaaminen-ja-asuminen>
- Tilastokeskus. (2021). *Perheet 2020*. (Suomen virallinen tilasto). https://www.stat.fi/til/perh/2020/perh_2020_2021-05-28_fi.pdf
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta, kustantaja, Keiski, R. L., Hämäläinen, K., Karhunen, M., Löfström, E., Näreaho, S., . . . Aittasalo, M. (2023). *Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa: Tutkimuseettisen neuvottelukunnan HTK-ohje 2023*. Tutkimuseettinen neuvottelukunta.
- Vastuullinen tiede. Tutkimusetiikka ja tiedeviestintä Suomessa. (15.3.2018). *Kuka suostuu lasten ja nuorten tutkimuksessa?* <https://vastuullinentiede.fi/fi/tutkimuksen-suunnittelu/kuka-suostuu-lasten-ja-nuorten-tutkimuksessa>

Vähäkylä, L., & Reivinen, J. (2012). *Kansan terveys, yksilön hyvinvointi. Gaudemus.*

LIITE 1. Saatekirje

SAATEKIRJE

Hyvä tutkimukseen osallistuja,

Olemme sosionomi- ja sairaanhoitaja opiskelijoita Diakonia-ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyön laadullisena tutkimuksena, jossa selvitetään OmaKamu-toiminnan merkitystä perheille ja lapsille. Lisäksi tutkimuksen tarkoituksena on osoittaa OmaKamu-toiminnan yhteiskunnallista merkitystä.

Opinnäytetyö toteutetaan teemahaastatteluna. Pyydämme teitä osallistumaan haastatteluun. Tarvitsemme mukaan 4-6 huoltajaa, joiden lapsi on ollut OmaKamu toiminnassa mukana yli 5 vuotta. Osallistuminen on vapaaehtoista ja luottamuksellista. Haastattelut toteutetaan yksilöhaastatteluina OmaKamun toimitiloissa Helsingin Itäkeskuksessa syys-lokakuun 2023 aikana ja haastatteluun varataan aikaa noin yksi tunti.

Osallistujien henkilöllisyys ei tule ilmi missään vaiheessa opinnäytetyön prosessia. Ennen haastatteluita keräämme suostumuksen suostumuslomakkeilla, jotka säilytämme asianmukaisesti. Haastattelut äänitetään. Kaikki haastatteluun liittyvä aineisto tuhoetaan asianmukaisesti tietoturvakäytäntöjä noudattaen.

Laitamme teille tämän kirjeen liitteenä haastatteluohjeet, joihin toivomme teidän tutustuvan ennen haastattelua.

Opinnäytetyömme ohjaajana toimii lehtori Mika Alavaikko, Diakonia ammattikorkeakoulu, mika.alavaikko@diak.fi

Annamme mielellämme lisätietoa tutkimuksesta. Voitte olla yhteydessä sähköpostitse: antti.kalviainen@student.diak.fi tai susanna.mahonen@student.diak.fi

Ystävällisin terveisin Antti Kälviäinen ja Susanna Mähönen

LIITE 2. Kysymysrunko teemahaastatteluun

1. OmaKamu-toiminnan alkaminen

Milloin ja miksi haitte lapselle Kamua? Millainen lapsen/perheen tilanne oli? Millaisia syitä toimintaan hakeutumisella oli?

2. Toiminnan toteutuminen

Millaisia tapaamiset ovat olleet? Kuinka usein lapsi ja Kamu tapaavat? Kuinka pitkiä tapaamiset ovat? Mitä Kamu ja lapsi tekevät tapaamisilla?

3. Kamu-suhde

Mikä Kamu-suhteessa on toiminut hyvin? Mitä lapsi on kertonut suhteesta? Millainen ihmissuhde on? Onko Kamu-suhteessa ollut haasteita? Minkälaisia nämä haasteet ovat olleet? Miten haasteet ovat selvinneet?

4. Tarpeisiin vastaaminen

Minkälaisiin tarpeisiin Kamu-suhdetta lähdettiin hakemaan? Mitä odotuksia lapsella ja perheellä oli toiminnalle? Onko näihin tarpeisiin vastattu? Ovat lapsen tarpeet muuttuneet? Onko OmaKamu-toiminta vaikuttanut perheen elämään ja lapsen hyvinvointiin?

5. Kamun ja huoltajan suhde

Millä tavoin pidätte yhteyttä Kamun kanssa? Oletteko tyytyväinen yhteydenpitoon? Onko Kamun kanssa helppo keskustella lapsen asioista? Miten olette sopineet rahankäytöstä? Oletko tyytyväinen siihen, miten Kamu-suhteessa käytetään rahaa? Mitä toivot Kamu-suhteelta jatkossa?

6. OmaKamu järjestönä

Mitä toivot OmaKamulta järjestönä jatkossa? Millainen merkitys OmaKamulla on sinulle, perheellesi ja lapsellesi?