



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

OPINNÄYTETYÖ

**Perhekuntoutusyksikkö Hermannin
perheryhmätoiminta**

Henri Mustonen

Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma (210 op)

5 / 2018

HUMANISTINEN AMMATTIKORKEAKOULU

Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma

TIIVISTELMÄ

Työn tekijä Henri Mustonen	Sivumäärä 47 ja 19 liitesivua
Työn nimi Perhekuntoutusyksikkö Hermannin perheryhmätoiminta	
Ohjaava(t) opettaja(t) Tuija Mehtonen	
Työn tilaaja ja/tai työelämäohjaaja Mikko Pärssinen Jatkopolut Oy	
Tiivistelmä <p>Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää Jatkopolut Oy:n Perhekuntoutusyksikkö Hermannin ryhmätoimintaa. Kehittämisen kohteeksi valikoitui tilaajan toiveesta perhekuntoutusyksikön viikoittain pidettävä perheryhmä. Perheryhmään osallistuu kaikki yksikköön sijoitetut perheet ja tarkoituksena on tehdä asioita yhdessä perheenä. Tavoitteena oli kehittää perheryhmän toimintaa siten, että sen toiminnassa korostuisi enemmän kuntouttava näkökulma. Konkreettisenä tuotoksena syntyi ryhmätoimintaan soveltuva työkirja. Työkirjasta löytyy toimivan ryhmän periaatteet sekä siinä on määritelty ja avattu tietyt teemat ja tavoitteet, joihin ryhmän toiminnalla halutaan jatkossa tähdätä. Työkirjaan on kasattu menetelmäesimerkkejä, joiden avulla näiden tavoitteiden ja teemojen käsittelyä voidaan ryhmässä harjoitella. Opinnäytetyössäni olen tutkinut myös muita perhetyön muotoja sekä selvittänyt perhetyön historiaa.</p> <p>Kehittämistyön lähestymistavaksi valittiin toimintatutkimus, koska työyhteisön jäsenet haluttiin osallisiksi toimintansa kehittämiseen. Tämä koettiin toimivaksi vaihtoehdoksi, sillä juuri heidän viikoittaista työtään ollaan kehittämässä. Kehittämismenetelmiksi valikoitui osallistuva havainnointi, yksilöhaastattelu sekä aivoriihityöskentely. Valitut kehittämismenetelmät soveltuvat hyvin toimintatutkimuksen menetelmiksi ja kyseisten menetelmien avulla myös työyhteisön mielipiteet ja toiveet saatiin hyvin nousemaan esille.</p> <p>Kehittämistyöstä syntyneitä tuotoksia pystytään hyödyntämään perhekuntoutusyksikön viikoittaisessa ryhmätoiminnassa, mutta menetelmät soveltuvat hyvin myös toisenlaisiin ryhmätoimintoihin. Menetelmät ovat muokattavissa ja sovellettavissa, joten niiden käyttöä ei ole rajattu mihinkään yksittäiseen ympäristöön tai suunniteltu yhdelle kohderyhmälle. Menetelmiä suunniteltaessa on täytynyt huomioida perhekuntoutuksen asiakaskuntaa, eli ikäjakauma sijoittuu vauvasta aikuiseen. Näin ollen menetelmiä on mahdollista hyödyntää ryhmätoiminnoissa, joissa on kaikenikäisiä henkilöitä.</p> <p>Työn tarkoituksena on ollut myös tuoda esille yhteisöpedagogien ammattitaitoa työskennellä erilaisissa ympäristöissä sekä osoittaa valmiuksia ja taitoja työelämän kehittämiseksi. Työstä ilmenee yhteisöpedagogien monipuolinen osaaminen eri-ikäisten henkilöiden kohtaamisessa, ohjaamisessa sekä eri kohderyhmille sopivien menetelmien suunnittelussa.</p> <p>Työn tilasi Jatkopolut Oy:n perhekuntoutusyksikkö Hermannin perheterapeutti Mikko Pärssinen. Jatkopolut Oy on yksityinen lastensuojelun palveluja tarjoava yritys. Perhekuntoutusyksikkö Hermannin sijaitsee Kuopiossa ja yksikössä on paikkoja yhteensä viidelle perheelle.</p>	
Asiasanat perhetyö, perhekuntoutus, ryhmätoiminta, lastensuojelu	

HUMAK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES
Degree programme in civic activity and youth work

ABSTRACT

Author Henri Mustonen	Number of Pages 47 & 19 pages of attachments
Title The family rehabilitation unit Hermanni's family group activity	
Supervisor(s) Tuija Mehtonen	
Subscriber and/or Mentor Mikko Pärssinen Jatkopolut Oy	
Abstract <p>The aim of this thesis was to develop the group activities within the family rehabilitation unit Hermanni, which operates under Jatkopolut Oy. The object was to develop a weekly held family group within the family rehabilitation unit, which was selected because of the customer's wishes. All the families involved in the unit participate in the family group's activities and the intention was to do things together as a family. The aim was to develop the family group's activities so that a rehabilitating approach would be emphasized. As a concrete outcome, a workbook suitable for group activities was created. The workbook contains the principles of a functioning group and it defines and establishes certain themes and objectives, towards which the aim of the group's activities will be in the future. The workbook has been put together by using methodological examples, which can be employed to practice these themes and objectives within the groups. In my thesis, I have also examined other forms of family work and explained the history of family work.</p> <p>The chosen approach for this development work is operational research, since it was wanted that the members of the work community would participate in the development of their work. This was experienced as a viable option, as their weekly work was currently being developed. The selected methods of development were participant observation, individual interviews and brainstorming. The chosen methods of development are well suited to the methods of operational research and by employing these methods, the opinions and wishes of the work community were also highlighted.</p> <p>The results generated by the development work can be utilized in the weekly work of the family rehabilitation unit, but the methods are also well suited for other group activities. The methods can be customized and applied, so their usage is not limited to any single environment or designed for one target group. The clientele of the family rehabilitation unit had to be taken into consideration when designing the methods, ergo the age distribution varies from infants to adults. Therefore, it is possible to utilize these methods in group activities, which include people of all ages.</p> <p>The purpose of this thesis was also to highlight the expertise of community educators, while working in different environments, and to exhibit preparedness and skills needed for the development of working life. This work demonstrates the versatile expertise of community educators in meeting and guiding different aged people and in designing suitable methods for different target groups.</p> <p>The work was commissioned by Jatkopolut Oy's family rehabilitation unit Hermanni's family therapist Mikko Pärssinen. Jatkopolut Oy is a private company, which offers child welfare services. The family rehabilitation unit Hermanni is located in Kuopio and altogether the unit has space for five families.</p>	
Keywords family work, family rehabilitation, group activity, child protection	

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ ABSTRACT

1 JOHDANTO	5
1.1 Jatkopolut Oy	5
1.2 Tausta ja tarve	7
2 PERHETYÖ	8
2.1 Taustaa perhetyölle	9
2.2 Ennaltaehkäisevä perhetyö	11
2.3 Lastensuojelun perhetyö	12
2.4 Yhteisöpedagogi perhetyössä	13
3 PERHEKUNTOUTUS	15
3.1 Perhekuntoutusyksikkö Hermannin	16
3.2 Toimintaa ohjaava lainsäädäntö	19
4 KEHITTÄMISTYÖ	20
4.1 Osallistuva havainnointi	22
4.2 Yksilöhaastattelu	24
4.3 Aivoriihityöskentely	26
5 MENETELMÄLLINEN TYÖKIRJA	28
5.1 Työkirjan kuvaus	28
5.2 Tavoitteet ja teemat	30
5.3 Työkirjan menetelmien valinta	37
6 POHDINTA	40
6.1 Työkirjan arviointi	41
6.2 Kehittämismenetelmien arviointi	43
6.3 Opinnäytetyön yhteenveto	45
LÄHTEET	46
LIITTEET	48

1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni tavoitteena on kehittää Jatkopolut Oy:n Perhekuntoutusyksikkö Hermannin perheryhmätoimintaa. Perheryhmä on viikoittain toistuva ryhmä, johon osallistuvat kaikki yksikköön sijoitetut perheet ja niiden jäsenet. Ideana perheryhmässä on ollut, että tehdään yhdessä perheinä mukavia asioita. Tilaajan toiveena oli, että opinnäytetyöni keskittyisi tuomaan kuntouttavaa näkökulmaa mukaan ryhmätoimintaan.

Perheryhmätoiminta on aloitettu, kun toinen ryhmämuoto lopetettiin Hermannissa. Koettiin hyväksi ideaksi, että perustetaan viikoittain toimiva ryhmä, jossa ovat mukana kaikki perheet. Tämä on ollut lähtökohta ryhmän toiminnalle, mutta sille ei ole aikaisemmin mietitty suurempia tavoitteita tai määritelty, mihin toiminnalla halutaan pyrkiä. (Jatkopolut 2017.) Tästä sain idean lähteä luomaan ryhmälle uudenlaista runkoa, jossa määritellään ryhmän ja toiminnan tavoitteet ja teemat, joita halutaan käsitellä. Opinnäytetyöni tuotti tilaajalle kehittämissuositusten työkirjan muodossa, jossa on kuvattu ryhmän toiminnallinen rakenne sekä tavoitteet ja teemat. Kirjaan on luotu teemoihin soveltuvia menetelmäesimerkkejä, joiden avulla kyseisiä asioita päästään ryhmätoiminnassa kokeilemaan.

Opinnäytetyössäni esittelen työn tilaajan Jatkopolut Oy:n toimintaa sekä kuvaan kehittämistyössä käytettyjä menetelmiä. Konkreettisenä tuotoksena syntyneen työkirjan sisällön käyn myös lävitse perustellen, minkä takia sieltä tietyt asiat ja menetelmät löytyvät. Käsittelen myös yleisesti mitä perhetyö on ja avaan hieman sen historiaa.

1.1 Jatkopolut Oy

Jatkopolut Oy on yksityinen yritys, joka on perustettu vuonna 2007. Yritys tuottaa avo- ja sijaishuollon palveluita Itä-Suomen alueella. Varsinaiset toimipisteet sijaitsevat Kuopiossa ja Varkaudessa, lähiaikoina on avautumassa uusi toimipiste Janakkalaan. Työssään Jatkopolut toteuttavat yritykselle tärkeitä arvoja, joita ovat luotettavuus, moniammatillisuus, asiakaslähtöisyys sekä innovatiivisuus. Toiminnan perusta-

na on korkeatasoinen koulutus ja ammatillisuus. Vahvuudekseen Jatkolut määrittelevät paikallisen tuntemuksen sekä vahvat verkostot. (Jatkolut 2017.)

Jatkolukujen työyhteisö koostuu useista eri ammattialoista. Työyhteisössä on työntekijöitä eri koulutustaustoilla, kuten lähihoitajia, sairaanhoitajia, toiminterapeutteja, sosionomeja, sosiaalityöntekijöitä, perheterapeutteja, opettajia, fysioterapeutteja sekä nuoriso- ja vapaa-ajan ohjaajia. (Jäntti 2017.) Jatkolukujen voi todeta olevan moniammatillinen työyhteisö, jossa on usean eri toimialan osajia. Tämä on tärkeä osa lastensuojelutyössä, sillä asiakkaiden on mahdollista saada nopeasti tukea ja apua ongelmiinsa yritykseltä itseltään eikä välttämättä tarvitse lähteä etsimään ulkopuolista apua.

Jatkolut tekee yhteistyötä useiden eri tahojen kanssa. Tiivistetysti voi todeta, että yhteistyötä tehdään niiden kanssa, joiden kanssa Jatkolukujen asiakkaat tekevät myös yhteistyötä. Eli tässä näkyy asiakaslähtöinen ajattelutapa, jossa huomioidaan asiakkaan yksilölliset tarpeet ja toimitaan niiden mukaan. Yhteistyötä tehdään usein esimerkiksi terveydenhuollon, päihdepalveluiden, poliisin, sosiaalitoimen, koulujen, päiväkotien, virastojen sekä eri kaupunkien kanssa. Eri kaupunkien kanssa yhteistyötä tehdään sellaisissa tilanteissa, jos jostain toisesta kaupungista on sijoitettuna perheitä tai nuoria Jatkolukujen yksiköihin. (Jäntti 2017.) Erityisen tärkeänä pidän asiakaslähtöisyyden ja asiakkaiden tarpeen huomioimista verkostotyössä. Asiakkaat ovat saattaneet olla jo pitkän aikaa jonkin tietyn palvelun asiakkaita, joten on tärkeää, ettei sijoituksen aikana tuota yhteistyötä ja kontaktia ei unohdeta.

Rahoitusyhtiö omistaa Jatkoluilta 80 %, loput 20 % omistavat puoliksi Tommi Laitinen sekä Tommi Holopainen (Jäntti 2017). Tommi Laitinen on liiketoiminnanjohtaja laitospalveluissa ja Tommi Holopainen liiketoiminnanjohtaja avopalveluissa. (Jatkolut 2017.) Toiminnan rahoitus perustuu tehtyyn työhön. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että kunta ostaa Jatkoluilta haluamansa palvelun ja maksaa siitä tietyn suuruisen summan. Tällä rahalla muun muassa pystytään järjestämään asiakkaiden majoitus sekä huolehtimaan tarvittavista elintarvikkeista sekä hygieniatarvikkeista. (Jäntti 2017.)

Jatkopolut tarjoaa avohuollon ja sijaishuollon palveluita. Laitospalveluita löytyy tällä hetkellä Kuopion alueelta. Kuopiossa toimii kaksi nuorille tarkoitettua sijoituspaikkaa, jotka ovat Nuortenkoti Polku Haapaniemellä sekä Nuortenkoti Pysäkki Särkiniemessä. Nuortenkoti Polku on 14 paikkainen lastensuojelun erityisyksikkö, joka tarjoaa palveluita kiireellisiin ja arviointia vaativiin lastensuojelutilanteisiin sekä pidempiaikaisiin sijaishuollon sijoituksiin. Nuortenkoti Pysäkki tarjoaa sijaishuollon palveluita 13–17 vuotiaalle nuorille, joilla on esimerkiksi päihderiippuvuuksia tai peliriippuvuus. Pysäkissä on seitsemän paikkaa ja sen toiminta perustuu päihde- ja huumetyöhön, päihdekartoitukseen, riippuvuustyöskentelyyn sekä perhetyöhön. Pysäkissä sijoitus on jaettu kolmeen jaksoon, joita ovat kartoitusjakso, työskentelyjakso sekä kotiutumisjakso. (Jatkopolut 2017.) Laitospalveluihin kuuluu myös Perhekuntoutusyksikkö Hermanni, jonka toiminnan kuvaan myöhemmin yksityiskohtaisemmin.

Jatkopolkujen avopalvelut ovat erittäin laajat. Avopalveluista löytyy muun muassa tukihenkilötoimintaa, tuettua asumista, avopysäkki, perhetyötä, valvottuja tapaamisia, perhearvioita, läheisneuvonpitoa sekä erityisryhmien iltapäivätoimintaa (Jatkopolut 2017). Avopalvelut ovat hyvä ja kattava kokonaisuus, josta löytyy apua useisiin erilaisiin haasteisiin.

1.2 Tausta ja tarve

Idea tehdä opinnäytetyö perhekuntoutusyksikköön perustui omaan mielenkiintoni kyseistä ympäristöä kohtaan. Lähestyin tilaajaa harjoittelun merkeissä, jolloin samalla opinnäytetyö tuli puheeksi. Tilaajan puolelta tuli toive, että kehittämistyö liittyisi perheryhmään, tuomalla siihen mukaan kuntouttavan näkökulman. Harjoitteluni aikana pääsin osallistumaan perheryhmän toimintaan muutaman kerran, ja havaintojeni perusteella sain idean kehittämistyöstä. Havaintojeni pohjalta huomasin ryhmän toiminnasta puuttuvan tavoitteellinen toiminta eikä sille ole eritelty mitään tiettyjä teemoja tai aiheita, joita halutaan vahvistaa. Ryhmän toiminta oli hyvin samantyylistä, kuin toisessa viikoittain toistuvassa ryhmässä, jonka idea on olla enemmän vapaamuotoista yhdessä tekemistä. Tämä tuli ilmi myös työntekijöiden kanssa käydyistä keskusteluista ja he kokivat ehdotukseni hyväksi.

Perhetyössä on tärkeää, että ryhmätoiminnoissa on määritelty selkeät tavoitteet ja teemat, joihin toiminnalla pyritään. Teemat voivat käsitellä esimerkiksi arjen rutiineja tai lasten hoitamista, eli millaisin menetelmin näitä taitoja voidaan vahvistaa. Näin perheet saavat apua ja tukea sekä pääsevät harjoittelemaan vaikeaksi koettuja asioita tuetussa ympäristössä. (Järvinen, Lankinen, Taajamo, Veistilä & Virolainen 2007, 167–168.)

2 PERHETYÖ

Tässä luvussa pohdin alkuun sitä, mikä oikeastaan on perhe ja mitä sillä tarkoitetaan. Esittelen lisäksi yleisesti perhetyötä ja sen historiaa. Opinnäyteyöni sijoittuu perhekuntoutusyksikköön, mutta koen tärkeäksi osaksi käsitellä myös perhetyötä omana osanaan. Katson perhekuntoutuksen olevan yksi osa perhetyötä, joten tuntui loogiselta ottaa se huomioon työssäni.

Mikä oikeastaan on perhe? Perheen voidaan katsoa olevan biologiaa ja politiikkaa, mutta myös muuttuva kokemus. Erilaiset perhemallit voidaan nähdä mielikuvina, joiden avulla jokainen ihminen pyrkii jäsentämään omaa kuuluvuuttaan perheeseen ja perhe-elämään. Voidaan siis todeta, että perhe on mielikuva ja kokemus. (Rönkkö & Rytönen 2010, 9.)

Perhe koostuu yksilöistä, joiden keskinäiset suhteet erottavat perheen kaikista muista yhteiskunnallisista ryhmistä ja yhteisöistä. Perhesuhteita määrittävät muun muassa moraaliset ja yhteiskunnalliset ulottuvuudet sekä biologiset, emotionaaliset ja sosiaaliset suhteet. Jotkut perhesuhteet kestävät läpi koko elämän ja on todella yleistä, että monia perhesuhteita eletään samanaikaisesti. Esimerkiksi sama henkilö voi perheessä toimia samaan aikaan isänä ja veljenä. Miten perhesuhteet sitten eroavat esimerkiksi ystävyys-suhteista? Suurin ero on siinä, että perhesuhteisiin kuuluu vastuita ja velvoitteita. (Rönkkö & Rytönen 2010, 10.)

Perheet syntyvät siteistä ja suhteista, jotka muotoutuvat esimerkiksi yhteiskunnan ja uskonnollisten normien ja lakien säätelemänä. Perheet voidaan nähdä myös ryhmi-

nä, jotka koostuvat eri sukupuolista ja sukupolvista, joissa on hyvin eri-ikäisiä jäseniä. Yleisesti kun puhutaan perheestä, niin sen ajatellaan lähtevän liikkeelle siitä, että on parisuhde, johon syntyy lapsi. Näin syntynyt lapsi saa itselleen perheen ja suvun ja vanhemmat saavat isyyden ja äitiyden ja sisarukset sisaruuden. Tämä on se yleisin ajattelutapa, kun puhutaan perheestä, mutta tosiasiasa jokainen perhe on yksilöllinen, joka muodostaa omanlaisensa perhekulttuurin. (mt., 10.) Mikä perhe siis lopulta on ja miten se määritellään? Itse ajattelen perheen perustuvan yksilön omaan kokemukseen siitä, missä hän kokee olevansa arvostettu ja kunnioitettu, hänellä on selkeä oma rooli ja kokemus siitä, että saa rakkautta ja huolenpitoa.

2.1 Taustaa perhetyölle

Suomalaisessa yhteiskunnassa perheistä on huolehdittu eri aikakausina eri tavoin. Nykyistä monimuotoista perhetyötä voidaan pitää lastensuojelun ja kotipalvelujen historiallisen kehityksen tuloksena. Perhetyön nykyiseen muotoon on vaikuttanut myös menestyksekkäs neuvolatoiminta, päivähoidon yleistyminen, jota kautta naisilla on ollut mahdollisuus lähteä aikaisemmin mukaan työelämään. (Järvinen ym. 2007, 50.)

Sosiaalityön ammatillisen murroksen voidaan katsoa alkaneen 1970-luvun lopulla. Tuolloin alettiin yliopistoissa kouluttamaan sosiaalityöntekijöitä. 1980-luvulla puolestaan alettiin kouluttamaan opistoasteen sosiaaliohjaajia ja sosiaalikasvattajia. Viime vuosikymmenen merkittävin uudistus on ollut ammattikorkeakoulu, josta on ollut mahdollisuus hankkia itselleen sosionomin pätevyys. (Reijonen 2005, 8.)

Nykypäivän sosiaalityö on siis alkanut muotoutumaan 1970-luvun lopulla, mutta perhetyön historia ulottaa juurensa kuitenkin paljon tätä pidemmälle. Suomalaisen lastensuojelun alun voi katsoa alkaneeksi seurakuntien ja kuntien vastuulla olleesta vaivahoidosta. Mukana on myös ollut hyväntekeväisyys- ja kansalaisaktiivisuusyhdistykset. Vuonna 1865 kunnallisasetus siirsi vaivahoidon järjestämisen vastuun seurakunnilta kunnille ja vuonna 1879 säädetty vaivahoitoasetus velvoitti kunnat pakolliseen vaivahoitoon. Käytännössä tämä tarkoitti, että kunnat olivat nyt velvollisia avustamaan turvattomia alaikäisiä ja työttömiä aikuisia. 1900-luvun vaihteessa sosiaalireforismi, työväenliike ja kristillissosiaaliset liikkeet tekivät kansanvalistuspyrki-

myksiä, jotka korostivat erityisesti perheiden tukemista. Tämä tarkoitti sitä, että äitejä valistettiin lasten kasvatustehtävissä ja paremmin toimeentulevien tuli huolehtia ja ottaa vastuuta vähäosaisista. (Järvinen ym. 2007, 50–51.)

Lastensuojelun perhetyön voidaan katsoa alkaneen sodan jälkeisessä Suomessa. Sodan jälkeen käynnistyivät ensimmäiset Mannerheimin lastensuojeluliiton järjestämät kodinhoitajatyön koulutukset. Kodinhoidon tarkoituksena oli tarjota köyhille ja monilapsisille perheille tukea lasten hoidossa sekä auttaa kodin arkisissa askareissa. Varsinainen idea perhetyöstä on rantautunut suomeen Ruotsista yhdyskuntatyön mukana. Vuonna 1976 Mannerheimin lastensuojeluliitto aloitti tehostetun perhetyön kokeilun, jonka tarkoituksena oli tuottaa palveluita moniongelmaisille perheille. Tärkeimmiksi asioiksi katsottiin perheen innostaminen vuorovaikutukseen lähiympäristönsä kanssa ja vanhempien tukeminen lasten- ja kodinhoidossa. Tehostettu perhetyö levisi todella nopeasti ja vuonna 1980 palvelua oli saatavilla jo 80 kunnassa. (Reijonen 2005, 8-9.)

Vuonna 1939 aloitettiin myös Valton Terveystieteiden tutkimuskeskuksessa kodinhoitajakoulutus ja vuonna 1945 Väestöliitto aloitti kotisisar-koulutuksen. Kotisisarkoulutuksen tavoitteena oli kotisisaria hoitamaan asutuskeskuksissa asuvia suurperheitä. Kodinhoitotoiminta virallistui vuonna 1951, jolloin säädettiin laki kunnallisista kodinhoitajista. Laissa kodinhoitajan tehtäviin määrättiin muun muassa huolehtia vähävaraisista ja suurista perheistä. (Järvinen ym. 2007, 51–52.)

Suomalaisen hyvinvointiyhteiskunnan syntyvuosikymmeneksi on usein määritelty 1960-luku. 1960-luku toi mukanaan uusia tuulia lasten ja perheiden palveluihin. Yhteiskunnallisessa päätöksen teossa korostui ajatus sosiaalisesta turvallisuudesta jokaisen kansalaisen oikeutena. Tämän johdosta syntyi muun muassa kaikille kansalaisille suunnattu sosiaaliturva ja yksi merkittävistä uudistuksista lapsiperheille oli lapsilisän saaminen. (mt., 51.)

1980- ja 1990-lukujen vaihteessa tapahtui merkittävä murros lastensuojelun perhetyön kehittymiselle. Vuosikymmenen vaihteessa tapahtui lastensuojelun laitusrakenteiden muutos. Laitoksista alettiin tehdä enemmän avoimuudellista lastensuojelutyötä. Työntekijät itse kutsuivat tätä perhetyöksi. Laitusrakenteiden muutos oli todella mer-

kittävä asia lastensuojelun perhetyön kehittymiselle. Laitosten rinnalle alkoi synty-
mään perhetyötä tekeviä yhteisöjä, joilla ei ollut tarjolla laitospalveluita. Kunnat alkoi-
vat palkata enemmän työntekijöitä perhetyöntekijä nimikkeellä lastensuojelun avo-
huollon työhön. (Reijonen 2005, 9.) 90-luvun lama aiheutti myös osaltaan paljon vai-
keuksia lapsiperheille, joten alkoi vahva verkostoitumisen ja moniammatillisen työs-
kentelyn aikakausi. Lastensuojelu ja kotipalvelu näkivät toisensa aivan uudella tavalla
yhteistyökumppaneina perheiden tukemisessa. Vanhempien tukeminen lasten ja
nuorten kasvatuksessa ja hoidossa nähtiin yhteisenä tehtävänä, johon kotipalvelulla
oli käytännön osaamista ja lastensuojelussa puolestaan paljon perheitä, jotka tarvit-
sivat erityistä tukea. (Järvinen ym. 2007, 53.)

2.2 Ennaltaehkäisevä perhetyö

Perusidean ennaltaehkäisevälle työlle saa jo sen nimestä. Sanat ennalta ja ehkäisy
viittaavat jo siihen, että perheen ongelmiin pyritään puuttumaan varhaisessa vai-
heessa, etteivät ongelmat ehdi kasvaa isommiksi. Ennaltaehkäisevä perhetyö on siis
varhaista puuttumista perheen ongelmiin, jonka kautta pyritään parantamaan per-
heen voimavaroja.

Ennaltaehkäisevä perhetyö on lapsiperheiden kotipalvelua sekä ohjaavaa perhetyö-
tä. Perhetyö perustuu perheiden vapaaehtoisuuteen eikä näin ollen edellytä lasten-
suojelun asiakkuutta. Perustehtävänä ennaltaehkäisevässä perhetyössä on perhei-
den elämänhallinnan ja omien voimavarojen käyttöönoton tukeminen sekä arkisista
asioista selviytymisen vahvistaminen. Ennaltaehkäisevä perhetyö on tarkoitettu sel-
laisille lapsiperheille, jotka kokevat omat voimavaransa riittämättömiksi, jonka johdos-
ta perhe tarvitsee lyhytaikaista tukea arkisista asioista selviytymiseen. Lähtökohtai-
sesti perhettä pyritään auttamaan kokonaisuutena, mutta ennaltaehkäisevässä työs-
sä huomioidaan myös jokaisen perheen jäsenen yksilölliset tarpeet. Tyypillisesti pro-
sessi alkaa palvelusuunnitelman tekemisellä, jossa kartoitetaan perheen tilannetta ja
selvitetään perhetyön tavoite. Ennaltaehkäisevässä perhetyössä hyödynnetään myös
yhteistyötä muiden perhettä tukevien tahojen kanssa. (Ensi- ja turvakotienliitto 2017.)

Ennaltaehkäisevä perhetyö on usein palkitseva työmuoto niin perheelle kuin perhetyöntekijälle. Syy tähän on se, että muutoksia perheen voimavarojen kehittämiseen saadaan lisättyä lyhyessäkin ajassa. Ennaltaehkäisevän perhetyön asiakkaita ovat yleensä perheet, jotka odottavat lasta tai joilla on alle kouluikäisiä lapsia. Perhetyöntekijä voi tukea perhettä esimerkiksi kotikäyntien merkeissä, jolloin työntekijällä on mahdollisuus nähdä, miten perheen arki sujuu kotona. Perhetyöntekijä voi käydä myös tapaamassa perheen lapsia muun muassa päiväkodissa ja koulussa. Perhetyöntekijän työtehtäviä voi olla näiden lisäksi myös erilaisten vertaisryhmien perustaminen ja niiden ohjaaminen. (Järvinen ym. 2007, 35.)

Ennaltaehkäistävästä perhetyöstä voi erottaa useita eri toimijoita. Näitä ovat muun muassa lapsiperheiden kotipalvelu, neuvolan perhetyö, päivähoidon perhetyö sekä koulussa tehtävä perhetyö.

2.3 Lastensuojelun perhetyö

Lastensuojelullisin perustein järjestettävä perhetyö on aina sosiaalityöntekijän päätöksellä perheelle maksutonta. Näin ollen se on lastensuojelullista, suunnitelmallista ja tavoitteellista toimintaa. Usein se on myös erittäin intensiivistä toimintaa, jolla pyritään tukemaan lasta ja hänen perhettään. Tavoitteena on perheen tilanteen tarkempi selvittely ja arviointi sekä työskentely yhdessä sovitun tavoitteen saavuttamiseksi. Lastensuojelun perhetyötä toteutetaan usein moniammatillisesti. Perheelle voidaan rakentaa tukitiimi, joka muodostetaan vastaamaan jokaisen perheen yksilöllisiin tarpeisiin. Tukitiimi voi koostua esimerkiksi sosiaalityöntekijöistä, perhetyöntekijöistä ja psykologeista. Perhe työskentelee yhteistyössä tiimin kanssa ja heidän tavoitteenaan on saada muodostettua perheelle turvallinen, terveellinen ja sujuva arki. (Järvinen ym. 2007, 43.)

Lastensuojelun asiakasperheet tulevat usein perhetyön asiakkaiksi tilanteissa, joissa perheen ongelmat ovat jo kasautuneet ja kriisiytyneet. Näissä tilanteissa on usein havaittavissa, että lapsen kasvu ja kehitys ovat vaarassa kodissa vallitsevien olosuhteiden takia. Yleensä näiden perheiden kanssa työskentely kestää pitkään. Lastensuojelun asiakkaana olevat perheet voidaan velvoittaa ottamaan perhetyötä perhee-

seensä. Jos perheen tilanne ja olosuhteet vaarantavat lapsen turvallisen kasvun, voidaan perhetyöllä puuttua perheen elämään, vaikka perheenjäsenet eivät itse huomaisi avun ja tuen tarvetta. Perhetyön avulla perheelle annetaan mahdollisuus parantaa tilannettaan ja perheenjäsenten välisiä suhteita. Mikäli perhe päättää suostua perhetyöhön, voidaan sillä parhaimmassa tapauksessa välttää lasten sijoittaminen kodin ulkopuolelle ja perhe saadaan pidettyä yhdessä. (Järvinen ym. 2007, 44.)

Lastensuojelun perhetyön tavoitteet määritellään asiakassuunnitelmapalaverissa, johon osallistuu perheen lisäksi sosiaalityöntekijä sekä mahdollisesti muut tahot, jotka ovat perheen kanssa tekemisissä tavalla tai toisella. Tavoitteet ovat jokaisen perheen kohdalla omanlaisensa ja riippuvat täysin perheen tilanteesta. Tavoitteet voivat liittyä esimerkiksi kodin olosuhteiden muuttumiseen, lapsien tukemiseen tai vanhempien ohjaamiseen vanhemmuuteen liittyvissä kysymyksissä ja tukeminen kohti parempaa vanhemmuutta. Moniongelmaisissa perheissä perhetyö ei välttämättä yksinään riitä parantamaan perheen tilannetta. Perhetyö on kuitenkin tärkeässä osassa näissäkin perheissä, sillä perhetyön avulla voidaan selvittää perheen tilannetta ja tehdä jatkosuunnitelmia, että miten perheen kanssa jatkossa edetään ja missä asioissa pyritään tukemaan ja ohjaamaan perhettä. (mt., 44.)

2.4 Yhteisöpedagogi perhetyössä

Yhteisöpedagogin työ on vaativaa ihmissuhde- ja vuorovaikutustyötä. Työssään yhteisöpedagogi tarvitsee osaamista ihmisten kasvusta, kehityksestä, yhteiskunnan rakenteista ja toiminnasta sekä ymmärrystä ja tietoa erilaisista kulttuureista ja osallisuudesta. (Humak 2018.) Yhteisöpedagogi pyrkii edistämään ihmisten osallisuutta yhteisöihin ja yhteiskuntaan. Työssään yhteisöpedagogi tapaa eri-ikäisiä ja erilaisia taustoja omaavia ihmisiä. Pyrkimyksenä on ohjata, tukea ja aktivoida kohtaamiaan henkilöitä. Ihmisten kiinnittymistä yhteisöön ja yhteiskuntaan pyritään edistämään erilaisten käytännön menetelmien sekä pedagogisen osaamisen avulla. Yhteisöpedagogilta vaaditaan hyviä ihmissuhdetaitoja, sillä työtä tehdään päivittäin ihmisten parissa. Usein työtä tehdään myös erilaisissa ryhmätoiminnoissa, joten yhteisöpedagogin tulee tiedostaa, mikä on ryhmä ja minkälainen on toimivan ryhmän rakenne ja periaate. (Ammattinetti 2018.)

Edellä kuvatut määritelmät antavat perustelut mielestäni sille, minkä takia yhteisöpedagogi on hyvä työntekijä perhetyössä. Yhteisöpedagogilta vaaditaan hyviä ihmissuhdetaitoja, ryhmänohjaustaitoja sekä asiakkaiden osallistamista, tukemista ja aktivoimista. Ajateltuna perhetyötä esimerkiksi perhekuntoutusyksikössä, näen yhteisöpedagogilla selkeästi roolin siinä työssä. Perheiden kanssa toimiessa edellytetään hyvää ihmistuntemusta ja taitoa keskustella. Perheet tarvitsevat lisäksi tukemista ja aktivoimista erilaisiin toimintoihin, jotta selviäisivät jatkossa paremmin omin avuin. Lisäksi jos lähdetään ajattelemaan yhteisöpedagogia nimenä, niin sen voidaan katsoa tarkoittavan esimerkiksi yhteisöjen kehittäjää. Perhe on yhteisö ja yhteisöpedagogi antaa tukea ja auttaa työssään yhteisöjä toimimaan yhdessä. Tässä tapauksessa kohteena on siis perhe, jonka yhteisöllisyyttä on tarkoitus parantaa ja kehittää. Yhteisöpedagogin koulutus ja ammattitaito vastaavat tähän siis todella hyvin.

Yhteisöpedagogeilla on laaja osaaminen erilaisista menetelmistä ja toimimisesta ohjaajana. Perhetyössä tarvitaan myös hyviä ohjaajan taitoja, sillä asiakkaita ohjataan ja autetaan ongelmiansa parissa. Ohjaajan taidoista tärkeimpiä ovat itsensä tunteminen ja kehittäminen. Havainnointitaidot ovat ohjaajalle myös tärkeitä, sillä niiden avulla ohjaaja tunnistaa ohjauksen tarpeita sekä osaa valita oikeita ohjauksen tapoja. Ohjaajan on osattava myös suunnitella ja toteuttaa erilaisia toiminnallisia kokonaisuuksia. Tavoitteiden asettaminen ja niihin pääsemiseen tarvittavien keinojen tiedostaminen ovat myös tärkeitä taitoja hyvälle ohjaajalle. Hyvän ohjaajan on osattava ja tunnettava laajasti erilaisia menetelmiä eri aihepiireistä. (Kalliola, Kurki, Salmi & Tamminen-Vesterbacka 2010, 12.) Edellä kuvatut määritelmät hyvälle ohjaajalle osuvat mielestäni hyvin yhteisöpedagogien kohdalle. Ajateltuna perhetyötä perhekuntoutuksessa, niin työntekijät ovat siellä töissä ohjaajan nimikkeellä. Näin ollen näiden perustelujen ja niiden sopivuuden osuessa hyvin yhteisöpedagogeihin voi todeta, että yhteisöpedagogeille on selkeästi paikka ja tarvetta perhetyössä. Koulutus painottuu yhteisöjen kehittämiseen ja auttamiseen, jota perhetyö ja perhekuntoutus nimenomaan ovat.

3 PERHEKUNTOUTUS

Tämän luvun aiheena on tarkastella yleisesti mitä perhekuntoutuksella tarkoitetaan. Käsittelen myös varsinaisen opinnäytetyöni kohteen, eli Perhekuntoutusyksikkö Hermannin toimintaa. Tähän tiedonhankintaan olen kerännyt materiaalin haastatteleamalla yksikössä työskentelevää työntekijää.

Kuntouttava sijoitus voidaan toteuttaa esimerkiksi lastensuojelulaitoksissa tai päihdehuollon hoitolaitoksissa, joissa on mahdollista järjestää monipuolisia perhekuntoutuspalveluita. Perhekuntoutukseen on mahdollista tulla koko perheenä, tai vaihtoehtoisesti vain osa perheenjäsenistä. Kuntoutusta on mahdollista saada myös raskaana ollessa, jos se katsotaan parhaaksi tavaksi turvata syntymättömän lapsen terveydellinen tilanne. Perhekuntoutusta on saatavilla ympärivuorokautisena palveluna laitoksissa tai vaihtoehtoisesti myös päivämuotoisena kuntoutuksena. Näiden lisäksi vaihtoehtona on myös laitosten yhteydessä olevia perheasuntoja, joihin perheelle tarjotaan tehostettua tukea. Perhekuntoutus eroaa perhetyöstä siinä määrin, että perhekuntoutus tapahtuu laitospäristössä, kun perhetyötä tehdään yleensä perheen kotona. (Thl 2017a.)

Työmuotona perhekuntoutus soveltuu hyvin osaksi lastensuojelun avohuollon työskentelyä sekä huostaanoton lakkauttamista varten. Perhekuntoutuksen on todettu olevan tehokas apu myös silloin, kun perheessä on uhka lapsen sijoittamisesta kodin ulkopuolelle. Perheelle on tällöin tarjottu mahdollisuus tulla kuntoutukseen, jonka avulla mahdollinen lapsen sijoittaminen voidaan välttää. Perhekuntoutuksessa tukea ja kuntoutusta tarjotaan suunnitellusti koko perheelle ja toiminnalla on tietyt tavoitteet. Kuntoutuksen tavoitteena on kasvuolojen turvaaminen, vanhempien tukeminen kasvatustehtävissä sekä perheen omien voimavarojen vahvistaminen. Kuntoutuksen peruslähtökohtina voidaan pitää perheenjäsenten välisen vuorovaikutuksen vahvistamista erilaisin toiminnallisina menetelmin, arjen taitojen harjoitteluun sekä säännöllisen ja turvaa luovan päivärytmin löytäminen. Kuntoutukseen osallistuminen on perheelle maksutonta sekä vapaaehtoista. (Thl 2017a.)

Perhekuntoutus on avohuollon tukitoimi ja näin ollen siihen osallistuminen on vapaaehtoista perheelle. Toisaalta kun ajattelen tuota vapaaehtoisuutta, niin tietyllä tapaa en koe asiaa näin. Jos perheelle tarjotaan kuntoutukseen osallistumista sillä perusteella, että muuten lapsi sijoitetaan kodin ulkopuolelle, niin perheellä on kaksi vaihtoehtoa, joista valita. Joko osallistua kuntoutukseen tai vaihtoehtoisesti lapsi viedään perheeltä pois. Osallistuminen kuntoutukseen on vapaaehtoista, mutta jos vaihtoehtona on lapsen sijoittaminen muualle, on siinä melko suuri paine vanhemmille osallistua kuntoutukseen. Tietysti, jos kuntoutusta perheelle ehdotetaan, niin perheessä on jotain todella vakavia ongelmia, mutta terminä vapaaehtoisuus on tässä yhteydessä harhaanjohtava. Parempi olisi puhua vaihtoehtoista, joiden väliltä perhe pystyy valitsemaan.

3.1 Perhekuntoutusyksikkö Hermanni

Perhekuntoutusyksikkö Hermanni on lastensuojelun laitospalvelu, jossa on paikkoja yhteensä viidelle perheelle. Osallistuminen kuntoutukseen on perheille vapaaehtoista, eli kyseessä on sijoitus avohuollon tukitoimenpiteenä. Perhekuntoutuksen toiminta on ympärivuorokautista toimintaa, eli perheiden on mahdollista saada tukea ja apua arjen haastavissa tilanteissa työntekijöiltä vuorokauden jokaisena ajankohtana. (Pärssinen 2018.)

Jatkopolkujen perhekuntoutus on perheiden toimintakyvyn arviointia arkisissa tilanteissa. Tavoitteena on kartoittaa perheen nykyinen tilanne ja arvioida sitä, pystyykö perhe suoriutumaan arkisista haasteista omassa kotonaan. Perheet ohjautuvat Hermanniin sosiaalitoimen kautta. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että sosiaalitoimi on yhteydessä Hermanniin ja kertoo, millainen tarve kyseisellä perheellä on. Hermannissa on ollut myös perheitä, jotka ovat itse ilmoittaneet halustaan päästä yksikköön. Joskus tilanne kotona saattaa olla kaoottinen, joten pieni hengähdystauko arjesta voi helpottaa perheen tilannetta. (Jäntti 2017.)

Kuntoutus koostuu kahdesta jaksosta, joita ovat arviointijakso sekä kuntoutusjakso. Arviointijakso on nimensä mukaisesti perheen toimintakyvyn ja keskinäisten suhteiden arviointia. Keskimäärin arviointijakso kestää noin 3 kuukautta, jonka jälkeen

edessä voi olla kotiutuminen tai perheen tilanteesta riippuen siirtyminen kuntoutusjaksolle. Kuntoutusjakso on kestoaltaan usein pidempiaikainen kuin arviointijakso, mutta sen pituus riippuu jokaisen perheen yksilöllisestä tilanteesta. Kuntoutusjaksolla paneudutaan syvemmin perheen haasteisiin ja harjoitellaan niiden voittamista tuetussa ympäristössä. Arjen haasteet ovat yksilöllisiä jokaisen perheen kohdalla ja ongelmat voivat olla moninaisia. Esimerkiksi ongelmia saattaa ilmetä parisuhteessa, vanhempien ja lasten välisessä vuorovaikutuksessa, lapsen rajattomuudessa sekä perheväkivaltaa saattaa esiintyä eri perheissä. Näihin ongelmiin pyritään löytämään ratkaisuja ja harjoittelemalla niitä käytännössä. Perheillä on jaksojen aikana tietyin väliajoin asiakassuunnitelmapalavereita sekä verkostopalavereita. Näissä palavereissa käydään läpi perheen sen hetkistä tilannetta ja keskustellaan jatkosuunnitelmista. Usein perheen sijoitus Hermannisiin myös päättyy tällaiseen palaveriin, jossa käydään läpi, mitkä ovat perheen suunnitelmat kotiutumisen jälkeen. Yleensä perheelle tarjotaan kotiin perhetyötä, ettei heti kotiutumisen jälkeen jää täysin omilleen. (Jäntti 2017.)

Jokaisella perheellä on omat syynsä, minkä takia heidät on kuntoutukseen sijoitettu. Sijoituksen alussa käydään perheen tilanne lävitse ja sovitaan, mitkä ovat perheen tavoitteita kuntoutuksessa. Perhe saa itse määrittellä tavoitteensa, eli toiminta on perhelähtöistä. Perhelähtöisyydellä tarkoitetaan, että perhe on itse oman tilanteensa ja arkensa asiantuntija ja tiedostaa, missä asioissa kaipaavat tukea. Perhelähtöisyydessä on tärkeää myös huomioida perheenjäsenten väliset suhteet, huomioida perhe kokonaisuutena ja yksilöinä sekä huomioida perheiden ainutlaatuisuus ja erilaisuus. (Järvinen ym. 2007, 24.)

Yleisenä tavoitteena jokaiselle perheelle voi määrittellä, että kuntoutuksen avulla perhe pystyttäisiin pitämään yhdessä ja perhe voisi kokonaisuudessaan palata takaisin kotiin. Perheet käyvät jaksojen aikana kotiharjoitteluissa ja harjoitteluiden ajaksi tehdään sopimukset, mihin kirjataan harjoittelun tavoitteet sekä tietyjä tehtäviä, mistä perheiden täytyy yrittää harjoittelun aikana suoriutua. Yleinen käytäntö on, että työntekijät käyvät harjoittelun aikana tekemässä kotikäyntejä perheen kotiin. Perheillä on myös koko ajan mahdollisuus soittaa yksikköön, jos tarvitsevat tukea tai neuvoa harjoittelunsa aikana. (Jäntti 2017.) Asiakaslähtöisyyden huomioiminen tavoitteita miettiessä on todella tärkeää. Kun tavoitteet ovat perheen itse määrittelemiä, on motivaati-

tio niiden saavuttamiseen myös korkeampi, kuin tähdätä sellaisiin tavoitteisiin, jotka ovat työntekijöiden asettamia.

Asiakaslähtöisyydellä tarkoitetaan asiakkaiden tarpeiden ja toiveiden kuuntelemista. Asiakaslähtöinen lähestymistapa tukee perhetyön aikana perheen valinta- ja päätösvaltaa ja siten edesauttaa asiakkaiden valtaistumista. Valtaistuminen tarkoittaa sitä, että asiakas ymmärtää oman tilanteensa paremmin ja tunnistaa mahdolliset ongelmat sekä niiden seuraukset sekä on motivoitunut työskentelemään korjatakse ongelmat. Tiivistetysti asiakaslähtöisyyden huomioimisen voi katsoa koostuvan asiakkaan kunnioittamisesta, avoimuudesta, luottamuksellisuudesta sekä jokaisen oman yksilöllisen tilanteen huomioimisesta. (Järvinen ym. 2007, 18.)

Perhetyössä on tärkeää myös muistaa lapsilähtöisyys ja pitää se koko ajan toimintaa ohjaavana muotona. Lasten hyvinvointi ja lasten turvallisen kasvuympäristön luominen on perhetyön ja perhekuntoutuksen tärkeimpiä tavoitteita. Jokaisella lapsella on oikeus turvalliseen ympäristöön, eikä lapsen ympärillä saa olla mitään uhkia, jotka mahdollisesti vaarantavat hänen fyysisen tai psyykkisen kehityksensä. Myös kansainvälinen YK:n lapsen oikeuksien yleissopimus korostaa lapsen edun merkitystä kaikissa lapsia koskevissa päätöksissä. Lähtökohtaisesti lapsilähtöisyys tarkoittaa, että lapsi huomioidaan moniulotteisesti. Lapsilähtöisyys ei tarkoita pelkästään lapsi-myönteisyyttä, vaan se on aina myös konkreettisia valintoja. Tällä tarkoitetaan sitä, että lasta on kuunneltava ja otettava hänen mielipiteensä huomioon lasta koskevissa asioissa. Tärkeintä on miettiä ja pohtia, että miten tilanne vaikuttaa lapsen mielikuviin ihmisistä ja heidän välisistä suhteista. (Järvinen ym. 2007, 28.)

Hermannisiin sijoitetut perheet ovat moninaisia, on yksinhuoltaja perheitä, suurperheitä, maahanmuuttajaperheitä sekä vastasyntyneiden perheitä. Perheiden koot vaihtelevat hyvin paljon kuten myös lasten ikä. Ikäjakauma lasten kohdalla on vastasyntyneestä aina teini-ikäisiin asti. Hermannissa on myös ollut sellaisia perheitä, jossa äiti on ollut viimeisillään raskaana ja tullut yksikköön jo ennen lapsen syntymään. Lapsen syntymän jälkeen äiti ja lapsi ovat tulleet suoraan synnytyslaitokselta Hermannisiin arviointijaksolle. (Jäntti 2017.)

Hermannissa järjestetään arkipäivisin paljon erilaista ryhmätoimintaa ja kokouksia, missä asiakkaiden on mahdollisuus kertoa mielipiteitään ja saada äänensä kuuluviin. Maanantaisin on Hermannin kokous, jonka tarkoitus on päästää asiakkaat ääneen kertomaan ajatuksiaan ja toiveitaan. Tiistaisin on perheryhmä, johon kaikki perheet osallistuvat kokonaisuudessaan tekemään erilaisia vaihtuvia aktiviteetteja. Torstaina on vanhempien- ja lastenryhmät, lastenryhmässä tehdään erilaisia lapsille soveltuvia asioita, vanhempienryhmää käy pitämässä perheterapeutti, joka suunnittelee jokaiselle kerralla erilaisia keskustelunaiheita. Perjantaisin on toimintailta, jonka sisältöön asiakkaat saavat vaikuttaa. Ideana on, että toiminta olisi rennompaa ja vapaamuotoisempaa kuin viikon muissa ryhmissä. (Jäntti 2017.)

3.2 Toimintaa ohjaava lainsäädäntö

Perhetyö on sosiaalihuoltolain mukainen palvelu, eikä vaadi lastensuojelun asiakkuutta. Lastensuojelun asiakkaana oleva lapsi ja hänen perheensä ovat kuitenkin oikeutettuja saamaan sosiaalihuoltolain mukaista perhetyötä tai lastensuojelulain mukaista tehostettua perhetyötä. (Thl 2017b.) Käytännössä tämä tarkoittaa, että perheen ei tarvitse olla lastensuojelun asiakas saadakseen perhetyön tukea itselleen. Tämä on syntynyt sosiaalihuoltolain uudistuksen myötä, jonka tavoitteena on ollut madaltaa lapsiperheiden tuen hakemisen kynnystä (Kähkönen 2014). Sosiaalihuoltolain mukaan jokainen perhe, joka tarvitsee tukea voimavarojensa vahvistamiseksi tai ohjausta vuorovaikutuksen parantamiseksi, ovat oikeutettuja saamaan perhetyön palveluja itselleen (Sosiaalihuoltolaki § 18). Mielestäni uudistus on todella hyvä, sillä perheiden kynnys hakea apua on varmasti pienempi, kun ei automaattisesti leimaudu lastensuojelunasiakkaaksi. Kyseessä voi olla vanhempien uupuminen tai lapsen sairastuminen, jotka eivät vielä ole perusteita lastensuojelullisille toimenpiteille. Perhekuntoutukseen tämä ei vaikuta, siihen osallistuminen edellyttää edelleen lastensuojelun asiakkuuden.

Perhetyötä ja perhekuntoutusta ohjaa myös lastensuojelulaki. Lastensuojelulain tarkoituksena on turvata jokaisen lapsen oikeus turvalliseen kasvuympäristöön, tasapainoiseen ja monipuoliseen kehitykseen sekä erityiseen suojeluun (Lastensuojelulaki § 1). Perhekuntoutuksessa tämä tarkoittaa käytännössä, että lapselle ja perheelle

tarjotaan tuettu ja turvallinen ympäristö, jossa lapsen kehitys pystytään turvaamaan. Tähän päästään luomalla perheeseen selkeä päivärytmi, joka jo itsessään tuo turvallisuuden tunnetta. Usein perheillä on tässä ongelmia, että lapsilla ei ole mitään tiettyä rytmiä, jonka mukaan he elävät. Kokemukseni mukaan lasten ja nuorten on ollut sijoituksessa hankalaa sopeutua yksikön rytmeihin vaikka voisi kuvitella niiden helpottavan elämää ja tuovan turvaa. Olen tätä asiaa pohtinut ja tullut siihen tulokseen, että säännöllinen päivärytmi mikä jollekin on täysin normaalia ja hyväksi koettua, on näille lapsille ja perheille todella vieras ajatus. Ehkä se johtuu siitä, että he ovat tottuneet tietynlaiseen epävarmuuteen ja muuttuviin tekijöihin, joten yhtäkkiä tasaisen ja toistuvan rytmin noudattaminen voi tuntua heistä todella epänormaalilta ja he ikään kuin kaipaavat epäsäännöllistä elämää, koska ovat siihen koko elämänsä tottuneet.

Itse kokisin myös, että perhetyötä ohjaa myös yleisesti Suomen lainsäädäntö. Koen kaiken järjestettävän toiminnan taustalla on aina lainsäädäntö, joka määrittää raamit kaikelle. Tämän isomman kokonaisuuden alle on sitten säädetty uusia lakeja, jotka määrittelevät tarkemmin jonkin tietyn kohderyhmän tai asian säännöt ja lait. Tarkoitin tällä sitä, että jos joku pykälä tai asia puuttuu sosiaalihuoltolaista tai lastensuojelulaista, mutta löytyy se jostain toisesta Suomea koskettavasta laista, niin se pätee silti myös perhetyössä.

4 KEHITTÄMISTYÖ

Kehittämistyö lähti liikkeelle suunnittelulla ja pohdinnalla, mitä nyt loppujen lopuksi kehitetään ja mitä pysyvää ja konkreettista halutaan saada aikaan. Tämä edellytti keskusteluja tilaajan ja organisaation muiden työntekijöiden kanssa, joiden pohjalta ajatus kehittämistyöstä alkoi selkeytymään. Kun selkeä idea löytyi, oli vuorossa lähestymistavan ja menetelmien miettiminen. Näiden miettiminen osoittautui helpoksi ja selkeäksi, kun tiedossa oli mitä tarkalleen tullaan kehittämään. Kehittämistyöni lähestymistavaksi valitsin toimintatutkimuksen. Tavoitteenani on ollut saada työntekijöiden mielipiteet ja toiveet kuulluksi ryhmään liittyvissä asioissa. Koin toimintatutkimuksen tämän perusteella parhaaksi lähestymistavaksi tässä kehittämistyössä.

Luonteeltaan toimintatutkimus on osallistavaa tutkimusta, jonka avulla pyritään yhdessä ratkaisemaan käytännön ongelmia sekä saamaan muutoksia aikaan. Toimintatutkimuksella etsitään ratkaisuja ongelmiin, jotka voivat olla teknisiä, sosiaalisia, eettisiä tai ammatillisia. Tavoitteena on ratkaista ongelmia ja samanaikaisesti luoda ja tuottaa uutta tietoa kehittämiskohteesta. Toimintatutkimus on lähestymistapa, jossa ollaan kiinnostuneita siitä, miten asioiden pitäisi olla, eikä vain siitä, miten ne ovat. Asioita ja ongelmia ei siis pelkästään kuvailla, vaan tavoitteena on nykyisten toimintamallien kehittäminen ja muuttaminen. Toimintatutkimukseen liittyy vahvasti käytännönläheisyyden vaatimus. Tällä tarkoitetaan, että sen tulee tavoittaa tavalliset ihmiset ja heidän jokapäiväinen toimintansa. Tiivistettynä toimintatutkimus on ongelmakeskeistä, käytäntöön suuntaavaa sekä osallistavaa kehittämistyötä. (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2015, 58.) Tämän pohjalta kehittämistyöni lähestymistavaksi toimintatutkimus tuntui todella luontevalta ja selvältä valinnalta. Tavoitteenani on kehittää käytännön työtä ja muuttaa nykyisiä toimintamalleja. Ideanani on ollut myös koko ajan osallistaa työntekijät mukaan kehittämistyöhön, ja toimintatutkimus mahdollistaa sen hyvin.

Toimintatutkimus ei itsessään ole tutkimusmenetelmä, vaan lähestymistapa. Verrattuna perinteisempään tutkimukseen toimintatutkimus eroaa siitä siten, että perinteisesti halutaan tietää, että miten asiat ovat. Toimintatutkimus puolestaan keskittyy siihen, miten asiat voisi tehdä paremmin. Toimintatutkimusta ohjaa siis käytännöllinen intressi, kun perinteisempää tutkimusta ohjaa teoreettinen intressi. Toiminta ei viittaa esimerkiksi koneiden tai laitteiden toimintaan, jotka pohjautuvat fysikaalisiin luonnonlakeihin. Toimintatutkimuksessa toiminnalla tarkoitetaan ihmisten välistä toimintaa toistensa kanssa, eli voidaan puhua sosiaalisesta toiminnasta. (Heikkinen 2015, 204–205.)

Toimintatutkimus katsotaan yleensä laadulliseksi, eli kvalitatiiviseksi lähestymistavaksi (Ojasalo ym. 2015, 61). Yksinkertaisimmillaan kuvattuna laadullinen tai kvalitatiivinen tarkoittaa aineiston muodon kuvausta, eli se ei sisällä numeraalista tietoa (Eskola & Suoranta 2008, 13). Tämä ei kuitenkaan sulje pois sitä mahdollisuutta, ett-eikö tutkimuksessa voisi käyttää myös määrällisiä menetelmiä. Suunniteltaessa käytettäviä menetelmiä on tärkeää muistaa, että kyseessä on osallistava tutkimus, jonka perusteella myös menetelmien on hyvä olla osallistavia. Osallistavat menetelmät

mahdollistavat pääsyn syvemmälle organisaation asioihin sekä työntekijöiden ajatuksiin. Menetelmien avulla kehittämistyön näkökulma laajenee myös verrattuna siihen, jos käytössä olisi vain virallisia aineistoja ja asiakirjoja. Toimintatutkimukseen soveltuvia hyviä osallistavia menetelmiä ovat esimerkiksi haastattelut, havainnointi, aivoriihikeskustelut sekä muut ryhmäkeskustelut. Hyvä menetelmä on myös osallistujille annettavat päiväkirjat, joiden pohjalta on mahdollista löytää yksittäisten tapahtumien ja toimintojen kuvauksia kohdeorganisaatiossa. (Ojasalo ym. 2015, 61–62.)

Menetelmiä valittaessa pohdin mitkä menetelmät sopisivat parhaiten omaan kehittämistyöhöni ja millä menetelmillä saisin kaipaamaani tietoa sekä vastauksia kysymyksiini. Menetelmien valintaa ohjaa yleisesti ajatus minkälaista tietoa etsitään ja keneltä tai mistä sitä on mahdollista hankkia (Hirsijärvi, Remes & Sajavaara 2008, 179). Harjoitteluni aikana pääsin mukaan perheryhmän toimintaan, joten koin hyväksi menetelmäksi osallistuvan havainnoinnin. Näin pystyin osallistumaan ryhmään ja tekemään havaintoja sen toiminnasta. Toisena menetelmänä hyödynsin yksilöhaastattelua, jolla halusin saada selkeän kuvan siitä, mitä on Jatkopolkujen perhekuntoutus ja yleisesti tietoa heidän toimintatavoistaan. Kolmantena menetelmänä hyödynsin aivoriihikeskustelua, johon osallistui perhekuntoutuksen vakituiset työntekijät. Aivoriihen pääpaino oli perheryhmän kehittämisessä ja sen uudelleen suunnittelussa. Näiden menetelmien valinnat ja käytännön toteutukset kuvaan seuraavaksi tarkemmin.

4.1 Osallistuva havainnointi

Ensimmäiseksi menetelmäksi valitsin havainnoinnin, jonka toteutin osallistumalla perheryhmän toimintaan harjoitteluni aikana. Tämän katsoin olevan tilanteeseen sopivin menetelmä, sillä kyselyiden ja haastatteluiden avulla saa selville sen, mitä henkilöt ajattelevat, tuntevat ja uskovat, mutta niiden avulla ei saa sitä tietoa, mitä todellisuudessa tapahtuu. Havainnoinnin avulla pystyy tarkkailemaan ja seuraamaan toteutuvatko henkilöiden mainitsevat asiat oikeasti käytännössä. (Hirsijärvi ym. 2008, 207.) Havainnoinnin on katsottu olevan myös yksi tehokkaimmista aineistonkeruutavoista toimintatutkimuksessa (Ojasalo ym. 2015, 61). Tämän perusteella havainnoinnin valinta menetelmäksi tässä kohtaa tuntui kaikkein järkevimmältä ja parhaimmalta vaihtoehdolta.

Osallistuvalla havainnoinnilla tarkoitetaan aineiston keruutapaa, jossa havaintoja tekevä osallistuu jollakin tavalla tutkimansa yhteisön toimintaan. Osallistava havainnointi eroaa normaalista arkipäivän havainnoinnista siten, että havainnoija toimii itselleen oudossa yhteisössä, tutkittavan yhteisön jäsenet keskittyvät omiin tehtäviinsä yhteisössä eivätkä voi tutkijan tavoin keskittyä havainnointiin ja näiden lisäksi tutkija tallettaa keräämänsä tiedot. (Eskola & Suoranta 2008, 98–99.)

Osallistuvaa havainnointia voi tehdä eritavoin, kuten osallistua aktiivisesti yhteisön toimintaan tai tehdä ulkopuolisena henkilönä havaintoja seuraamalla tilannetta sivusta. Havainnoinnista voi kertoa kohderyhmälle tai vaihtoehtoisesti jättää kertomatta. Tärkeää on kuitenkin huomata ero havainnoinnin ja vakoilun välillä. Joskus on sellaisia tilanteita, että on parempi toimia siten, ettei kohderyhmä tiedä, että toimintaa tarkkaillaan. (Eskola & Suoranta 2008, 99.)

Itse toteutin havainnoinnin siten, että osallistuin ryhmän toimintaan samalla tavalla kuin kaikki muutkin ohjaajat. Perheryhmään osallistuneille perheille en maininnut tekeväni samaan aikaan havaintoja ryhmän toiminnasta. Koin tämän hyväksi ratkaisuksi, sillä asian tuominen perheiden tietoon olisi saattanut vaikuttaa heidän käyttäytymiseensä ryhmässä. Halusin saada ryhmästä mahdollisimman todenmukaisen kuvan ja tällä tavoin koin onnistuvani siinä parhaiten. Yleensä on kohteliasta tuoda havainnoinnin kohteena oleville tiedoksi, että toimintaa tarkkaillaan. Tässä kohtaa kuitenkin koin, että saan luotettavamman kuvan ryhmästä, jos asia ei ole osallistujien tiedossa. Lisäksi en ole tehnyt havaintoja, jotka kohdistuvat selkeästi joihin perheisiin, eli en ole käyttänyt työssäni yhdenkään perheen tai edes yhden perheenjäsenen toimintaa esimerkkeinä. Havaintoni ovat perustuneet täysin ryhmän toimintaan, yleisesti vanhempien ja lasten väliseen toimintaan sekä ryhmässä toimivien ohjaajien toimintaan ja ryhmätapaamisten sisältöihin. Jos olisin käyttänyt työssäni esimerkkeinä joidenkin perheiden tilanteita ja tapahtumia ryhmässä, silloin olisin ollut velvollinen ilmoittamaan perheille havainnointini perustuvan heidän tekemiseensä ja olisin tarvinnut luvan käyttää havaintoja esimerkkeinä työssäni.

Ryhmätilanteiden jälkeen kirjasin omat havaintoni ylös siten, etteivät perheet olleet sitä näkemässä. Tietyllä tapaa tämä oli haasteellista, sillä ryhmän aikana tapahtui

paljon asioita, joten sen jälkeen kaiken muistaminen oli hankalaa. Helpottavana tekijänä oli muut ryhmään osallistuneet ohjaajat, joiden kanssa pystyin käymään ryhmätillan lävitse ja täydentämään omia havaintojani heidän havainnoillaan. Ajatus siitä, että olisin ryhmän aikana kirjannut paperille koko ajan havaitsemiani asioita, ei tuntunut hyvältä idealta. Se olisi varmasti herättänyt ihmetystä osallistujien kesken, että minkä takia joku kirjoittaa vähän väliä jotain ylös.

Ryhmän toimintaan pääsin osallistumaan yhteensä viisi kertaa ja sain siitä riittävästi kaipaamaani tietoa ryhmästä. Havaintojeni pohjalta oli helpompaa lähteä suunnittelemaan, miten ryhmää voisi kehittää. Jos olisin käyttänyt menetelmänä esimerkiksi kyselyä, en usko että olisin saanut yhtä kattavaa ja luotettavaa tietoa.

4.2 Yksilöhaastattelu

Yksilöhaastattelun valitsin tiedonkeruumenetelmäksi halutessani tietoa yrityksen toiminnasta, toimintatavoista sekä arvoista. Koin haastattelun hyväksi menetelmäksi saada vastauksia suoraan työntekijältä ja ajatukseni oli, että tällä tavoin saan todella käytännönläheisiä vastauksia ja tietoja. Samoja asioita, mitä haastattelun pohjalta sain irti, olisi löytynyt myös perehdytyskansiosta sekä yrityksen nettisivuilta, mutta haastattelun avulla pääsin pintaa syvemmälle yrityksen toimintatapoihin. Miksi haastattelin vain yhtä työntekijää, enkä esimerkiksi koko työyhteisöä ryhmähaastattelun muodossa? Syynä tähän oli ensinnäkin se, että yksilöhaastattelun avulla näin, miten yksittäinen henkilö näkee yrityksen toiminnan ja arvot ja kohtaavatko ne yleisessä tiedossa määriteltujen asioiden kanssa. Koen, ettei tällaisten asioiden selvittäminen vaadi koko työyhteisön mielipidettä, vaan niiden tulee olla jokaisella työntekijällä samat. Toisena syynä olivat aikataululliset ongelmat, sillä työtä tehdään kolmessa vuorossa, joten kaikkien saaminen yhtä aikaa haastattelutilanteeseen olisi ollut todella haasteellista.

Haastattelu on ainutlaatuinen tiedonkeruumenetelmä, sillä siinä ollaan suorassa kielellisessä vuorovaikutuksessa tutkittavan kanssa. Haastattelun suurena etuna on se, että aineiston keruuta voidaan säädellä joustavasti tilanteen edellyttämällä tavalla ja vastaajaa myötäillen. Haastattelun pohjalta saatuja vastauksia on mahdollista tulkita

enemmän ja laajemmin, kuin esimerkiksi postikyselystä saatuja vastauksia. (Hirsjärvi ym. 2008, 199–200.)

Haastattelutyyppejä on erilaisia, kuten strukturoitu haastattelu, teemahaastattelu, puolistrukturoitu haastattelu, avoin haastattelu sekä ryhmähaastattelu. Strukturoitu haastattelu on lomakehaastattelu, jossa hyödynnetään valmiiksi tehtyä lomaketta. Lomakkeessa kysymysten esittämisjärjestys on täysin määrätty. Puolistrukturoidussa haastattelussa kysymykset on laadittu enakkoon, mutta haastattelija voi vaihdella niiden järjestystä haastattelun kulun mukaisesti. Avoin haastattelu muistuttaa tilanteena kaikista eniten keskustelua. Haastattelun aikana haastattelija ja haastateltava keskustelevat erilaisista aiheista. Ryhmähaastattelu tarkoittaa nimensä mukaisesti sitä, että haastatteluun osallistuu yhdellä kertaa useita haastateltavia. Teemahaastattelu on lomake- ja avoimen haastattelun välimuoto. Teemahaastattelulle on tyypillistä, että haastattelun aihepiirit ovat tiedossa, mutta kysymysten tarkka muoto ja järjestys puuttuvat. (Hirsjärvi ym. 2008, 202–203; Eskola & Suoranta 2008, 85–86; Ojasalo ym. 2015, 107–112).

Omassa haastattelussani tunnistan erilaisia haastattelutyyppejä. Haastattelin yhtä henkilöä reilun tunnin ajan ja minulla oli tietyt teemat tiedossa, joista halusin tietoa. Toisaalta tilanne oli hyvin keskustelunomainen ja tunnelmaltaan rento ja sujuva, eikä ollenkaan tietyn kaavan mukaan etenevä. Kysymykset olivat etukäteen suunniteltu, mutta niiden pohjalta syntyi paljon keskustelua, mikä johdatti uusiin kysymyksiin haastattelutilanteessa. Koen haastatteluni olleen teemahaastattelun ja avoimen haastattelun välillä oleva hyvässä vuorovaikutuksessa käyty vapaamuotoinen keskustelu. Tähän vaikutti se, että haastateltava oli tullut minulle tutuksi harjoitteluni myötä, joten ilmapiiri oli sen pohjalta varmasti paljon rennompaa, kuin jos olisin haastatellut täysin tuntematonta henkilöä. Haastattelun lopputuloksen kannalta en koe sillä olleen kovin suurta merkitystä, että oliko haastateltava minulle entuudestaan tuttu vai ei. Uskon, että vaikka haastateltava olisi ollut minulle täysin vieras henkilö, olisin saanut vastaukset kaipaamiini kysymyksiin. Tietysti se, että haastateltava oli tuttu ja keskustelun ollessa hyvin vapaamuotoinen syntyi siinä ikään kuin itsestään uusia kysymyksiä ja keskustelunaiheita. En tiedä, olisiko samanlaista tapahtunut, jos kyseessä olisi ollut täysin vieras henkilö.

Haastattelusta saatuihin tuloksiin olen tyytyväinen ja koen saaneeni tietoa juuri niistä asioista, joista halusin tietää enemmän. Haastattelun aikana kirjasin koko ajan haastateltavan vastauksia ylös tietokoneelle sekä nauhoitin haastattelun kaiken varalta, jos haluan myöhemmin palata tarkemmin johonkin tiettyyn kohtaan. Koin järkeväksi vaihtoehdoksi kirjata vastauksia haastattelutilanteen aikana ylös, sillä minulla oli valmiit kysymykset, joihin halusin vastaukset, niin tällä tavalla pystyin säästämään omaa aikaani. Vaihtoehtoisesti olisin voinut pelkästään nauhoittaa haastattelun ja myöhemmin kuunnella sen läpi ja poimia vastaukset sitä kautta, mutta se olisi vienyt enemmän aikaa ja ollut loppujen lopuksi huonompi vaihtoehto.

4.3 Aivoriihityöskentely

Aivoriihi on luovan ongelmanratkaisun menetelmä, jossa tavoitteena on kehittää suuri määrä ideoita turvallisessa ympäristössä siten, että jokainen osallistuja saa äänensä kuuluviin. Aivoriiehen periaatteena on, että määrä tuottaa laatua. Käytännössä tämä tarkoittaa, että mitä enemmän ideoita syntyy, sitä todennäköisemmin joukossa on hyviä ja laadukkaita ideoita. Aivoriiehen vahvuus pohjautuu siihen, että se tuottaa runsaasti ideoita ja toisten osallistujien ajatusten perusteella syntyy uusia ideoita, joiden pohjalta voidaan löytää uusia näkökulmia ja tapoja tehdä jotain totuttua asiaa. (Innokylä 2017.)

Aivoriihi voidaan jakaa kolmeen vaiheeseen, joita ovat ongelman määrittely, ideointivaihe sekä ratkaisuvaihe. Ideointivaiheessa osallistujat saavat vapaasti kertoa omia ideoitaan ja ajatuksiaan. Ideana on, ettei hurjilta tuntuvia ideoitakaan tarvitse pelätä tuoda esille. Ideointivaiheen on hyvä kestää ainakin 15–20 minuuttia. Ratkaisuvaiheessa esille tulleita ideoita ryhmitellään, arvostellaan sekä parannellaan. (Työkalupakki 2017.)

Menetelmänä aivoriihi on hyvä isomman ryhmän kanssa, etenkin kun halutaan tuottaa paljon uusia ideoita. Isossa ryhmässä ideoita syntyy enemmän kuin pienemmässä ryhmässä. Aivoriihessä on myös omat ongelmansa, niin kuin jokaisessa menetelmässä. Esimerkiksi isossa ryhmässä on helpompi jättäytyä taka-alalle ja osa saattaa kokea tällaiset tilanteet ahdistavina ja jättää sen takia mielipiteensä ilmaisematta.

Ryhmissä on aina myös vahvempia ja näkyvämpiä persoonia, jotka saattavat huomattaankin johtaa ideointia ja toiset jäävät taka-alalle. Ohjaajana on hyvä pohtia etukäteen tilanteen luomista sellaiseksi, että jokainen pääsee ainakin kerran ääneen ja saa oman puheenvuoronsa. (Lavonen & Meisalo 2017.)

Aivoriihen valitsin menetelmäksi, koska halusin osallistaa työyhteisön työntekijät mukaan toiminnan kehittämiseen. Kehittämistyö koskee heidän viikoittaista työtään, joten koin todella tärkeäksi, että siinä tulee näkymään niiden henkilöiden mielipiteet, kokemukset ja ajatukset, jotka kyseistä toimintaa järjestävät. Keskustelu pidettiin Perhekuntoutusyksikkö Hermannissa ja siihen osallistui yksikön vakituiset työntekijät. Ennakoon olin jo ilmoittanut keskustelun painottuvan perheryhmän kehittämiseen. Ideana tässä oli, että jokainen osallistuja pystyi halutessaan jo etukäteen miettimään, mitä uudistusta ryhmätoiminta omasta mielestään kaipaisi.

Tavoitteenani oli saada tilanteeseen mahdollisimman rento ilmapiiri ja että ideoita syntyisi paljon. Tilanne sujui mielestäni hyvin, tosin olin laskenut enemmän sen vaaraan, että työntekijöiltä tulee enemmän ideoita ja toiveita ryhmää kohtaan. Tämä ylitti hieman, koska aiemmissa keskusteluissa usea henkilö mainitsi, että ideoita varmasti tulee reilusti. Onneksi olin varautunut tilanteeseen kirjaamalla ylös aiheeseen liittyviä kysymyksiä, joiden avulla pystyin synnyttämään lisää keskustelua ja vähitellen homma lähti paremmin käyntiin ja ideoita alkoi syntyä enemmän. Oman oppimisen kannalta aivoriihimenetelmä oli erittäin hyvä, sillä ymmärsin sen, että vaikka aivoriihen ideana on vapaamuotoinen keskustelu, jossa jokainen saa vapaasti ilmaista mielipiteensä, on sen vetäjällä hyvä olla varmuuden vuoksi aiheeseen liittyviä kysymyksiä tai keskustelun avauksia.

Kokonaisuudessaan tilanne kesti reilun tunnin, jonka aikana saimme määriteltyä ryhmätoiminnalle tavoitteita sekä mietittyä, miten ryhmän toimintaa voisi muuttaa. Suurin osa osallistujista kertoi omia mielipiteitään ja ideoitaan hyvin, jotkut jäivät selvästi kuuntelijan ja sivustaseuraajan rooliin. Tämä on yksi aivoriihen haasteista, että miten saada jokainen osallistuja ilmaisemaan mielipiteensä.

5 MENETELMÄLLINEN TYÖKIRJA

Idea työkirjan tekemisestä syntyi, kun keskustelujen ja omien havaintojeni pohjalta huomasin, että ryhmälle ei ole varsinaisia tavoitteita määritelty eikä ryhmässä ole selkeitä aloitus- ja lopetusvaiheita. Alkuperäinen idea oli tehdä menetelmäpaketti perheryhmään, joita voisi ryhmätoiminnassa hyödyntää. Näiden ajatusten pohjalta sain idean tehdä työkirjan tai oppaan, jossa on selkeästi kuvattu minkä takia ryhmä on olemassa, mitkä ovat sen tavoitteet ja miten ryhmätilanne kannattaa toteuttaa. En halunnut hylätä menetelmäpaketin tekoa kokonaan, joten päätin jokaisen työyhteisön kanssa määriteltyyn tavoitteeseen kehitellä menetelmäesimerkin, jota voisi tulevaisuudessa hyödyntää.

Käytännössä työkirjan hyödyntäminen ja kokeilu jää työyhteisön vastuulle, sillä en aikataulullisten haasteiden vuoksi päässyt sitä itse ryhmän toiminnassa kokeilemaan. Alkuperäinen suunnitelma oli, että pääsen menetelmiä käyttämään ryhmän kanssa, mutta se ei ollut mahdollista.

5.1 Työkirjan kuvaus

Työkirjasta käy selväksi, mikä perheryhmä on ja minkä takia sen on alun perin aloitettu. Kirjassa on kuvattu ryhmälle yhteisesti aivoriihikeskustelussa sovitut tavoitteet ja teemat, joita ryhmän toiminnalla halutaan jatkossa vahvistaa. Kirjasta löytyy ohjeet myös ryhmätoiminnan rakenteelle, eli miten ryhmätilanne kannattaa viedä alusta loppuun.

Kirjassa jokainen tavoite on avattu ja perusteltu minkä takia niiden vahvistaminen perheenjäsenten välillä on tärkeää. Jokaisesta tavoitteesta on luotu 1-2 menetelmäesimerkkiä, joiden avulla toimintaa voi lähteä kokeilemaan. Menetelmät on suunniteltu siten, että niiden toiminta tähtää asetettuihin tavoitteisiin. Ryhmätilanteen rakenteeseen on myös ohjeet, eli miten ryhmä kannattaa aloittaa ja miten lopettaa.

Menetelmiä ei ole suunniteltu kohdennetun pidempikestoisen toiminnan kannalta, eli ideana ei ole se, että toiminta aloitetaan jollain menetelmällä ja viikoittain tähdätään

aina eteenpäin kohti lopullista tavoitetta. Syynä tähän on, että kuntoutuksessa olevien perheiden sijoitusajat ovat yksilöllisiä, joten jatkumon suunnittelu on käytännössä mahdottomuus. Jos ajatellaan esimerkiksi 10 kerran jatkumoa, jolloin lopussa olisi toivon mukaan päästy alussa asetettuun tavoitteeseen, olisi se kyseiseissä ympäristössä todella haastavaa. Esimerkkitalanne on sellainen, että toiminta aloitettaisiin kolmen perheen kanssa, jotka ovat silloin yksikössä. Puolivälissä saattaisi tulla yksikköön uusi perhe ja jossain vaiheessa joku aiemmista perheistä voisi kotiutua. Näin ollen jatkumo ei ole toimiva kummankaan esimerkkitapauksen kannalta. Puolivälissä saapunut perhe olisi jäänyt kokonaan paitsi alun toiminnoista ja puolestaan kotiin lähtevältä perheeltä jäisi osa toiminnoista myös puolitiehen. Näin ollen kumpikaan esimerkkiperheistä ei pääsisi alussa asetettuun tavoitteeseen. Tämän vuoksi päädyimme siihen, että päämäärä ryhmälle on se, että toiminta on perheiden mielestä mukavaa ja antoisaa yhdessä tekemistä, jossa on kuitenkin taustalla kuntouttava näkökulma ja muita tavoitteita. Ideana on saada perhe toimimaan ja tekemään asioita perheenä ja jokainen perheenjäsen tuntee kuuluvansa osaksi sitä ja löytää itselleen selkeän roolin. Tämä on ollut lähtökohtainen ajattelutapa, kun on mietitty muita tavoitteita ja menetelmiä, joiden avulla tähän isompaan tavoitteeseen tähdätään.

Asettamalla yhden isomman päätavoitteen oli helpompaa miettiä, minkälaisia muita tavoitteita kannattaa asettaa, jotka omalta osaltaan tukevat päätavoitetta. Menetelmien suunnittelu oli myös helpompaa, kun taustalla oli selkeitä ajatuksia siitä, mihin toiminnalla halutaan oikeasti vaikuttaa ja pyrkiä. Koin tämän paremmaksi vaihtoehdoksi kun muutaman kerran jatkumon, jossa olisi ollut omat tavoitteensa. Nyt jokaisella ryhmäkerralla voidaan käyttää erilaisia menetelmiä, jotka tukevat asetettuja tavoitteita. Näin ollen ei myöskään haittaa, jos yksikköön tulee uusia perheitä tai joku perhe lähtee pois, kun jokaisella kerralla on tietyt ja samat tavoitteet ja päämäärät.

5.2 Tavoitteet ja teemat

Tavoitteiksi ja teemoiksi, joita ryhmätoiminnassa halutaan käsitellä, valittiin aivoriihi-keskustelun yhteydessä perheenjäsenten välinen vuorovaikutus, läheisyys, perheenjäsenten välinen kohtaaminen, arkiset askareet ja rutiinit sekä perheiden yhteisöllisyys. Tavoitteet valittiin sillä perusteella, kun mietittiin millaisissa asioissa perheillä on usein haasteita. Lisäksi ryhmätapaamisten sisältöä haluttiin selkeyttää aikaisemmasta. Yhdessä pohdimme sitä, että ryhmän alussa olisi hyvä olla jonkinlainen selkeä yhteinen aloitus ja ryhmän loputtua jonkinlainen yhteinen lopetus. Selkeä aloitus ja lopetus luovat ryhmäläisille tunteen siitä, että he oikeasti kuuluvat johonkin ryhmään ja ovat osa sitä. Tärkeää on huomioida jokainen osallistuja ryhmätilanteen aluksi, jotta jokainen tulee nähdyksi ja kuulluksi. Hyvä aloitus takaa sen, että ryhmän ilmapiiri alkaa heti muotoutua oikeaan suuntaan. Hyvä lopetus puolestaan vetää ryhmätapaamisen yhteen. Lopetuksen yhteydessä on tärkeää antaa ryhmäläisille mahdollisuus antaa palautetta ja kertoa omia kokemuksiaan kyseisestä ryhmäkerrasta. Ohjaajana täytyy muistaa antaa positiivista palautetta, jos jokin on mennyt erityisen hyvin. Vastavuoroisesti voi hienotunteisesti ilmaista, jos jossain kohdassa keskittyminen on herpaantunut tai toiminta on muuten ollut levotonta tai sopimatonta. (EHYT ry 2015, 14–23.)

Vuorovaikutus

Vuorovaikutuksella tarkoitetaan vähintään kahden ihmisen välistä vastavuoroista kommunikaatiota. Vuorovaikutus on kaikkea sitä, millä tavalla ollaan toisten ihmisten kanssa. Vuorovaikutus voi olla esimerkiksi sanoja, ilmeitä tai eleitä. Vuorovaikutusta voi tapahtua myös internetissä, jolloin se voi olla esimerkiksi kirjoittamista. Ihmissuhteissa yksi tärkeimmistä vuorovaikutuksen muodoista on puhuminen. Puheen tueksi tarvitaan kuitenkin ilmeitä ja eleitä, sillä pelkät sanat eivät välttämättä riitä, tai ainakaan ole hyvää ja kunnioittavaa vuorovaikutusta. Puhuesssa tärkeää on keskittyä myös äänensävyyn, sillä on eriasia puhuuko rauhallisesti ja kunnioittavasti vai tuleeko puhe ulos enemmän huutona. Ilman toimivaa vuorovaikutusta on mahdotonta tietää, mitä toinen milloinkin ajattelee. Jos tekee pelkästään omia johtopäätöksiä, voi tulla suuriakin väärinkäsityksiä. Kaikissa ihmissuhteissa on tärkeää voida kertoa

omista tunteistaan ja toiveistaan. Erityisesti se korostuu lähimmissä ihmissuhteissa, kuten perheenjäsenten välisissä suhteissa. (Väestöliitto.fi 2018.)

Vanhemman ja lapsen välisen vuorovaikutuksen voidaan katsoa koostuvan kahdesta tasosta, joita ovat toiminnan taso sekä tunteiden ja mielikuvien taso. Tasot limittyvät ja vaikuttavat toisiinsa. Esimerkiksi lapsen äänneet, katseet ja toiminnat herättävät vanhemmissa vastauksia toiminnan tasolla samanaikaisesti rakentaen mielikuvia ja tunteita lapsista. Prosessi toimii myös toisin päin. Vuorovaikutusprosessi koostuu monesta osatekijästä. Mielikuvien ja tunteiden tasolla vanhempiin liittyviä ominaisuuksia ovat muun muassa vanhempien tausta, suhde lapseen, empatiakyky sekä vanhemman lapseen kohdistamat mielikuvat. Mielikuvien ja tunteiden tasolla lapseen liittyviä tekijöitä ovat lapsen minuuden kehitysaste, lapsen mielikuvat vanhemmista sekä lasten temperamentti. Toiminnan tasolla vuorovaikutukseen vaikuttavia tekijöitä ovat esimerkiksi arjen sujuminen, lapsen kehitystaso sekä käytetyt kontaktikeinot. (Putkisaari 2009, 11–12.)

Vanhempien ja lasten välinen vuorovaikutus koettiin perheryhmän toiminnassa tärkeäksi teemaksi ja tavoitteeksi, johon ryhmän toiminnalla pyritään jatkossa vaikuttamaan. Ilman toimivaa molemmin puoleista vuorovaikutusta ei voi olla sujuvaa arkea ja perhe-elämää. Itse koen vuorovaikutuksen olevan sellaista, jossa molemmat osapuolet ymmärtävät toisiaan ja jokainen saa ilmaistua toiselle omat tunteensa ja mielihiteensä. Vuorovaikutus ei ole pelkästään puhetta, kirjoitusta, ilmeitä tai eleitä vaan se voi tapahtua myös esimerkiksi kuvien tai viittomien avulla.

Kohtaaminen

Kohtaamisella tarkoitetaan sitä, miten toinen ihminen huomioi toisen nähdessään tämän. Teologian tohtori ja psykoterapeutti Lassi Pruuki (2015) toteaa ihmisten välisen kohtaamisen olevan parhaimmillaan aitoa vuorovaikutusta, jossa vastuu on molemmilla osapuolilla. Pruukin mielestä hyvä kohtaaminen koostuu siitä, että näyttää toiselle osapuolelle, että kuuntelee mitä hänellä on kerrottavanaan ja on kiinnostunut tämän asioista. Kuuntelu ei yksinään tee kohtaamisesta hyvää, vaan itse on myös muistettava lähteä keskusteluun mukaan, sillä toinen osapuoli odottaa kuitenkin, että keskustelua syntyy. Kohtaamisessa on tärkeää myös miettiä omia eleitä, sillä niistä

pystyy päättelemään, onko toinen oikeasti kiinnostunut vai ei. Hyvään kohtaamiseen kuuluu myös, että antaa toisen rauhassa kertoa asiansa eikä lähde itse kesken tilanteen tulkitsemaan asioista omia johtopäätöksiä. Tärkeää on myös uskaltaa sanoa toiselle, jos ei juuri nyt pysty tai jaksa keskittyä ja keskustella. Toista osapuolta kohtaan on reilumpaa olla rehellinen kuin esittää läsnä olevaa ja kiinnostunutta. (Pruuk 2015.)

Kohtaaminen ja vuorovaikutus liittyvät paljon toisiinsa. Vuorovaikutustilanteessa on tärkeää kohdata toinen osapuoli aidosti ja kunnioittavasti. Vuorovaikutusta voi tapahtua, mutta jos siinä tapahtuva kohtaaminen on välinpitämätöntä ja toinen on selvästi poissaoleva, jää toiselle osapuolelle tilanteesta huono kokemus, joka voi jatkossa lisätä kynnystä hakeutua kyseisen ihmisen seuraan. Vanhemman ja lapsen välinen kohtaaminen on erittäin tärkeää hyvän ja luottamusta herättävän suhteen muodostumisen kannalta. Jos lapselle jää kokemus, ettei vanhempi huomii häntä tai kuuntele hänen mielipidettään, ei lapsi välttämättä enää myöhemmin yritäkään hakeutua keskusteluihin vanhempansa kanssa. Lapsen kasvun ja kehityksen kannalta on mielestäni tärkeää, että lapselle tulee kokemus siitä, että hänen mielipiteitään kuunnellaan ja hänet otetaan perheessä tosissaan. Tämän vuoksi perheryhmän toiminnassa halutaan myös panostaa lasten ja vanhempien väliseen kunnioittavaan ja hyvään kohtaamiseen. Perheessä ei ole hyvä olla ja elää, jos ei koe olevansa kunnioitettu ja arvostettu toisten perheenjäsenten keskuudessa.

Arjen hallinta

Usein ajatellaan arkisten asioiden olevan niin tuttuja, että arjessa tapahtuvat ilmiöt ja tapahtumat tuntuvat itsestään selviltä. Ihmisillä ei ole usein edes aikaa jäädä pohtimaan tai kyseenalaistamaan arjessa tapahtuvia asioita. Lapsiperheet kuvaavat arkeaan usein hässäkäksi, jossa pääosaa näyttelevät rutiinit, toistot ja sykliisyys. Samat asiat toistuvat päivästä, viikosta ja kuukaudesta toiseen samankaltaisina. Arkea rytmittävät vanhempien työ, lasten koulupäivät sekä hoitopäivät, harrastukset, ulkoilut, ruokailut sekä nukkumarytmit. Perheen arki on jatkuvaa liikettä, missä tapahtuu koko ajan jotakin. Arki perheissä on jokapäiväistä tunteiden siirtämistä, ilmapiirin luomista sekä käytäntöjen ja aikataulujen yhteensovittamista. Arjessa haasteita aiheuttavat asioiden yhteensovittaminen, kuten esimerkiksi työn ja perhe-elämän yhteensovitta-

minen sekä ajan löytäminen omille harrastuksille. (Kyrönlampi-Kylmänen 2010, 15–16.)

Edellä kuvattu määritelmä arjelle on mielestäni onnistunutta arjen hallintaa ja suunnittelua. Se toistaa itseään ja arjessa on tietyt rutiinit ja rytmit, jotka helpottavat sen sujumista. Aina perheissä arki ei ole kuitenkaan tarkoin suunniteltua ja rytmitettyä, vaan se voi vaihdella päivästä toiseen hyvinkin eritavalla. Vanhempien olisi tärkeää muistaa rutiinien ja toistojen tekevän lapsen elämästä tuttua ja turvallista. Rutiinit auttavat lasten lisäksi myös aikuisia, esimerkiksi ajankäytön hallinnassa. Arjen hallinnassa sanaa toistuvuus voidaan pitää yhtenä arjen tukirakenteista. Asioiden ennakoitavuudella ja toistettavuudella vapautuu energiaa ja aikaa muihin tehtäviin ja asioihin. Kun asiat ovat tuttuja ja sujuvat aina samalla rutiinilla, ei niiden suorittaminen tarvitse juuri lainkaan tietoista ajattelua. Vanhempien täytyy pystyä hahmottamaan arkisten rutiinien luovan edellytykset elämän mielekkyyden kokemiselle. Hyvään arkeen kuuluu, että perusrutiinit, kuten siivoaminen, pyykinpesu, kaupassa käynti, ulkoilu ja lasten hyvä perushoito sujuvat ja vanhemmat pystyvät omalla toiminnallaan hallitsemaan näitä asioita. Jos perheen arjesta puuttuvat säännölliset rakenteet, aiheuttaa se lapselle turvattomuuden tunnetta. Rutiinien ja toistuvuuden puute arjessa on kaoottista ja ennakoimatonta, jossa jokainen tekee mitä sattuu ja milloin tahansa. Lapsen tasapainoisen kehityksen kannalta perheen säännötön ja rytmiton arki on aina riski. Tutkimuksissa on havaittu sekasortoisen ja kaoottisen arjen lisäävän selkeästi lasten ongelmakäyttäytymistä, hidastaa kielen kehitystä sekä vähentää lapsen kykyä osallistua yhteistoiminnalliseen leikkiin. (Kyrönlampi-Kylmänen 2010, 19–20.)

Useilla perhekuntoutukseen osallistuvilla perheillä on ongelmia arjen hallinnan kanssa ja tämän vuoksi arkisten asioiden käsittely ryhmätoiminnassa koettiin tärkeäksi teemaksi ja tavoitteeksi. Perheiden arki saattaa olla todella kaoottista ja vaihtelevaa, joka ei luo minkäänlaista turvaa lapselle. Lapsi joutuu koko ajan miettimään, mitä seuraavaksi tapahtuu. Lapsella ei ole varmaa käsitystä siitä, mitä tapahtuu esimerkiksi päivällisen jälkeen tai mitä tehdään, kun koulupäivä on ohitse. Tätä pyritään helpottamaan ja harjoittelemaan erilaisten arkea selkeyttävien ja helpottavien menetelmien avulla.

Perheen yhteisöllisyys

Perheiden yhteisöllisyydellä tarkoitetaan sitä, miten perhe toimii yhdessä ja kokeeko jokainen perheenjäsen kuuluvansa juuri tähän perheeseen. Yhteisöllisyyden perusta on, että perheenjäsenet tunnustuvat toistensa olemassaolon ja näyttävät sen myös toiselle osapuolelle. Yksinkertaisuudessaan se voi tapahtua toivottamalla hyvät huomenet, kun näkee toisen aamulla ensimmäisen kerran. Kun selkeästi näyttää huomioivansa toisen olemassaolon ja esimerkiksi kahden ihmisen katseet kohtaavat, tulevat he toisilleen näkyviksi ja olemassa oleviksi. (Lähteenoksa 2008, 25.)

Yhteisöllä tarkoitetaan jotain ryhmää tai joukkoa, johon koetaan kuuluvansa. Jos ajatellaan perhettä yhteisönä, ei sitä voida rajata pelkästään vanhempiin ja lapsiin. Riippuen perheestä, saattaa yhteisöön kuulua myös isovanhempia, serkkuja tai muita läheisiä ihmisiä, jotka perhe itse kokee tärkeiksi ja määrittelee heidät perheeseen kuuluviksi. Tämän pohjalta voidaan sanoa, että ihmislapsella on yhteisöllinen kasvatusta. Yhteisöllinen kasvatusta tarkoittaa sitä, että lapsen kasvatukseen osallistuu vanhempien lisäksi monta muuta osapuolta. (Rotkirch 2014, 13.) Perheen sisällä pitäisi pyrkiä yhteisölliseen kasvatukseen, ettei lapsen kasvattaminen jäisi pelkästään toisen vanhemman vastuulle. Valitettavasti tätäkin tapahtuu usein, että vastuu kasvatuksesta jää vain toiselle osapuolelle. Kenenkään ei tarvitse joutua tai jaksaa huolehtia kasvatuksesta yksin, vaan vastuuta on syytä pyrkiä jakamaan. Tämän pohjalta yhteisöllisyyden lisääminen koettiin perheryhmässä tärkeäksi tavoitteeksi, jotta kaikki perheeseen kuuluvat aikuiset osallistuisivat tasapuolisesti tai ainakin enemmän lasten kasvatukseen.

Yhteisöllisellä kasvatuksella on myös kääntöpuolensa, jonka takia on tärkeää pohtia jokaisen roolia kasvatuksessa. Yhteisön tarjoama apu kasvatuksessa luo vanhemmille lisää tilaa ja antaa mahdollisuuden omaan aikaan, mikä on jaksamisen kannalta tärkeä asia. Toisaalta tämä saattaa aiheuttaa tunnetta siitä, että tarvitseeko minun nyt jäädä tähän, koska toiset ihmiset pitävät huolta ja hoitavat minun lastani? (Rotkirch 2014, 16.)

Perheen yhteisöllisyyttä ja yhteisöllistä kasvatusta tarkastellessa on tärkeää miettiä ja pohtia sitä, minkälainen rooli jokaisella yhteisön jäsenellä on. Vanhempien on oltava

selvillä omasta roolistaan, mitkä asiat ovat heidän vastuullaan ja missä asioissa voi pyytää apua esimerkiksi isovanhemmilta. Tilanne ei ole toimiva silloin, jos päävastuu kasvatuksesta siirtyy joillekin muille kuin omille vanhemmille. Perheryhmässä on tavoitteena vaikuttaa ja selkeyttää näitä asioita perheyhteisön sisällä. Tämän tavoitteen täyttymiseen on luotu erilaisia menetelmiä, joiden avulla yhteisöllisyyttä pystytään harjoittelemaan, lisäämään ja ennen kaikkea selkeyttämään. Yhteisöllistä kasvatusta voi tapahtua laajassa tai pienemmässä mittakaavassa. Kaikilla perheillä ei ole tai he eivät koe perheeseensä kuuluuvan muita läheisiä aikuisia, jotka voisivat ottaa vastuuta kasvatuksesta. Tällaisessa tilanteessa on tärkeää vanhempien keskenään olla tietoisia siitä, miten kasvatusvastuu jaetaan. Toisaalta voi olla myös tilanne, jossa perheessä ei ole ketään muuta, kuin toinen vanhempi. Tällöin on mahdollista saada apua esimerkiksi perhetyöltä, ettei joudu täysin yksin selviytymään kaikesta.

Läheisyys

Läheisyys ja sen osoittaminen toiselle perheenjäsenelle valittiin yhdeksi ryhmän tavoitteeksi, koska useasti perhekuntoutukseen osallistuvilla perheillä on ongelmia tämän asian kanssa. Vaikka kyseessä on oma lapsi tai vanhempi, voi molemmilla osapuolilla olla vaikeuksia osoittaa läheisyyttä toista kohtaan. Vanhemmalle voi olla vaikeaa ottaa syyliin omaa lastaan ja lohduttaa, kun lapsella on pahamieli. Halauksen antaminen lapsen tullessa kotiin voi tuntua oudolta eikä välttämättä tunnu luontevalta sanoa omalle lapselle, että minä välitän sinusta. Lapsella voi olla samoja tuntemuksia omaa vanhempaansa kohtaan. Jos lapsi ei ole ikinä saanut kokea läheisyyttä ja hellyyttä, ei lapsi osaa itsekään sitä näyttää. Jos hänellä on pahamieli, hän ennemmin pitää tunteen sisällään, kuin yrittäisi hakea läheisyyttä ja lohtua omalta vanhemmaltaan.

Ihmisen perustarpeisiin kuuluu olla lähellä toista ihmistä. Yksin emme ole olemassa itsellemme emmekä sen johdosta myöskään toiselle ihmiselle. Läheisyys auttaa meitä hahmottamaan sitä, että kuka minä olen ja mitä minä haluan ja mitä en halua. Läheisyyden tarpeeseen liittyy myös se syy, että ihminen haluaa läheisyyttä ja kosketusta sellaiselta ihmiseltä, joka herättää itsessään miellyttäviä tunteita. (Energiakeskus.com 2018.)

Läheisyys merkitsee syvää ja kestäväää yhteyttä ihmisten välillä. Sitä voidaan kuvata energiavirtana kahden tai useamman ihmisen välillä. Läheisyys ilmenee monin eri tavoin eri ihmisten keskuudessa, kuten perheenjäsenten, ystävien ja joukkuetoverien välillä. Vertauskuvallisesti voidaan sanoa, jos ruoka toimii polttoaineena kehon toiminnalle, on läheisyys sielun polttoainetta. Ihminen on luotu läheisyyteen ja meitä muistutetaan siitä myös joka puolella, missä olemmekin. Näemme ystävien halaavan toisiaan, vanhempien pitävän lastaan kädestä kiinni kävellessään. Läheisyys tulee tärkeäksi ihmisille siitä hetkestä alkaen, kun synnymme tähän maailmaan. Vastasyntynyt lapsi nostetaan heti lähelle äitiä, jotta lapsi kokee turvallisuutta ja saa heti oman äidin läheisyyttä. Elämämme ensimmäisinä hetkinä koemme ensimmäiset hyväksytyksi tulemisen kokemukset ja johonkin kuulumisen kokemukset sen perusteella, miten meille osoitetaan läheisyyttä. Jos lapsi saa läheisyyttä, oppii hän myös itse jo muutaman kuukauden ikäisenä osoittamaan läheisyyttä vanhemmilleen. (MacDonald 1992, 16–22.)

Miksi läheisyys on ihmisille niin tärkeää? Jos ajatellaan, että ihminen saa läheisyyttä ja kosketusta toiselta ihmiseltä, on sillä paljon hyvinvointia edistäviä asioita. Kosketuksen on tutkittu vähentävän stressiä, ärtyneisyyttä, levottomuutta ja parantavan unen laatua. Vastakohtana läheisyyden ja kosketuksen puute voivat aiheuttaa keskittymisvaikeuksia, aggressiivisuutta, ahdistuneisuutta sekä riippuvuutta nautintoa tuottaviin aineisiin. Ihminen kaipaa läheisyyttä ja kosketusta koko elämänsä ajan. Ajateltuna ihmisen eri aisteja, kehittyy kosketusaisti ensimmäisenä ja se on myös aisti, joka säilyy pisimpään elämän loppuhetkillä. Ihmisellä on luontainen kosketuksen ja hellyyden tarve ja sitä pyritään tyydyttämään kulttuurin ja sääntöjen tarjoamin keinoin. Jos ihminen ei saa läheisyyttä ja kosketusta toiselta ihmiseltä, hakee hän sen jostain muualta. Esimerkiksi pieni lapsi saattaa tyydyttää läheisyyden tarpeensa halailemalla pehmoleluja. (Cacciatore, Ingman-Friberg, Kauppinen, Laru & Pekkola 2018.)

Läheisyys on ihmiselle perustarve, jota ihminen pyrkii saamaan tavalla tai toisella. Läheisyyden kokeminen antaa meille energiaa ja voimaa ja sillä on tutkitusti positiivisia vaikutuksia. Erityisen tärkeää läheisyyden kokeminen on perheenjäsenten välillä, sillä kenelläpä meistä olisi hyvä olla perheessä, jossa ei saa läheisyyttä esimerkiksi omilta vanhemmiltaan? Läheisyys tuntuu hyvältä sekä vanhemmasta että lapsesta. Läheisyyden lisääminen ja harjoittelu on tämän takia tärkeä teema ja tavoite

perheryhmän toiminnassa. Perhe ei voi toimia parhaalla mahdollisella tavalla eikä siinä ole kaikkien hyvä olla, jos ei koe saavansa läheisyyttä tai kosketusta sellaisilta ihmisiltä, jotka ovat itselleen tärkeitä.

Kokonaisuutta ajatellen perheryhmän toimintaan valitut teemat nivoutuvat hyvin toisiinsa ja koen, että jokainen teema ja tavoite tukevat muita tavoitteita.

5.3 Työkirjan menetelmien valinta

Työkirjan menetelmien valinnassa ja suunnittelussa on pidetty koko ajan mielessä lapsilähtöisyys. Tavoitteenani on ollut luoda sellaisia menetelmiä, joihin lasten on helppo osallistua ja he saavat itselleen selkeästi jonkun roolin. Ideana on ollut myös, että ryhmässä tapahtuva toiminta olisi kaikille perheenjäsenille mielekästä, mutta menetelmät tähtäisivät samalla ryhmälle asetettuihin tavoitteisiin. Vanhempien kohdalla menetelmissä on panostettu siihen, että vanhempien olisi helppoa ottaa ohjaajan rooli ja sitä kautta saada tukea sekä kehittää vanhemmuuttaan. Ajatukseni on ollut, että vanhemmat ottavat isompaa roolia menetelmien toteuttamisessa ja ohjaajat ovat varmistamassa toiminnan aloittamisen ja avustavat ja tukevat tarvittaessa. Näin ohjaajat pääsevät tekemään myös paremmin omaa työtään, eli seuraamaan ja arvioimaan miten perhe toimii yhdessä ja mitä puutteita heidän toiminnassaan mahdollisesti havaitaan. Lopputulemana ideaali tilanne on, että jokaiselle perheenjäsenelle on jäänyt ryhmätilanteesta hyvä mieli ja he ovat saaneet onnistumisen kokemuksia yhdessä perheenä.

Seuraavaksi kuvailen eri tavoitteiden alle suunnittelemani menetelmiä, millaisia ne ovat luonteeltaan ja sisällöltään ja miksi olen juuri sen tyyliä menetelmiä valinnut. En avaa tässä kohtaa tarkemmin menetelmien sisältöä ja ohjeistusta, ne löytyvät työkirjasta.

Vuorovaikutuksen harjoitteluun olen valinnut yksinkertaisia ja helposti toteuttavia menetelmiä. Ideana on ollut, että vuorovaikutuksen harjoittelu tapahtuu hauskojen ja tunnelmaa vapauttavien leikkien ja pelien muodossa. Tavoitteena on ollut, että jokainen osallistuja innostuu leikeistä ja peleistä ja vuorovaikutuksen harjoittele-

minen tapahtuu ikään kuin vahingossa ja sitä tulee tavallaan väkisinkin harjoitelluksi, jos vain osallistuu toimintaan. Valitsin tämän tyyllisen toiminnan sen takia, koska en halunnut kenellekään tulevan sellainen olo, että tilanteet ovat kiusallisia ja jäykkiä. Yleensä leikit ja pelit vapauttavat tunnelmaa ja ihmiset ovat niistä niin innoissaan, että kaikki ylimääräinen miettiminen jää hetkeksi aikaa pois. Se on tässäkin kohtaa tavoitteena, että jokainen voi vapautuneesti osallistua ja heittäytyä mukaan.

Läheisyyden harjoittelussa painopiste on ollut nimenomaan perheenjäsenten välisen läheisyyden näyttämisen kehittämisessä. Menetelmät on valittu siten, että läheisyyden näyttäminen ja antaminen aloitetaan vähitellen, matalan kynnyksen toimintojen kautta. Tämä siitä syystä, ettei kenellekään tule ahdistunutta tai vaivaantunutta oloa, jos ei ole tottunut läheisyyttä ja kosketusta saamaan itse tai antamaan sitä toiselle. Koin järkeväksi tavaksi toteuttaa läheisyyden harjoittelemisen tällä tavalla, ettei asioita joutuisi kohtaamaan ja toteuttamaan liian nopeasti. Näiden menetelmien avulla jokainen voi vähitellen harjoitella läheisyyden antamista toiselle sekä opetella sitä myös itse vastaanottamaan.

Perheen jäsenten väliseen kohtaamiseen valitsin sellaisia menetelmiä, joissa jokainen saa kokea tulevansa kohdatuksi kunnioittavasti ja arvostetusti. Lisäksi jokainen pääsee harjoittelemaan miten itse kohtaa toisen kunnioittavasti ja miten toiselle voi omalla toiminnallaan ja sanomisillaan saada hyvän mielen. Näissä menetelmissä ohjaajat saattavat joutua ottamaan isompaa roolia, sillä joissain menetelmissä täytyy pystyä kirjoittamaan. Lapset eivät välttämättä osaa vielä itse kirjoitusta tuottaa, joten ohjaaja voi toimia heidän apunaan kirjureina. Joissain menetelmissä on ollut ideana myös, että jokaiselle jää itselleen jotain konkreettisia positiivisia muistoja tilanteesta. Näiden avulla voi jälkikäteen lukea ja tutkia, mitä hyvää muut minussa näkee ja saada sitä kautta jälleen voimaa ja uskoa omaan tekemiseensä.

Arjen hallintaan liittyvien menetelmien kehittäminen ja miettiminen oli selkeästi kaikkein haastavinta. Jos ajatellaan toimivaan arkeen kuuluvan säännölliset ruokailut, herätykset, nukkumaanmenot sekä muut yleiset juoksevat asiat, niin miten niitä voi harjoitella siten, että esimerkiksi siivoaminen on jokaiselle miellyttävä ja hauska kokemus? Lähdin lähestymään asiaa siten, että perheet itse suunnittelevat viikko-ohjelman, johon on merkattu selkeästi, mitä mihinkin aikaan tapahtuu. Selkeällä

merkkauksella tarkoitetaan tässä kohtaa sitä, että myös pienet lapset ymmärtävät, mitä tulee esimerkiksi iltapalan jälkeen tehdä. Jotta arjen sujuminen ja siihen sitoutuminen pysyisi toivotulla tasolla, voi perhe asettaa itselleen tiettyjä tavoitteita. Esimerkiksi jos viikon aikana tietty määrä sovitusta asioista on toteutunut, voi siitä saada jonkun pienen palkinnon. Tässä täytyy muistaa, että tarkoituksena on opetella arjen hallintaa ja saada arki pysyvästi toimivaksi, eikä pelkästään tähdätä viikoittaiseen palkintoon. Tarkoitan tällä sitä, ettei käy niin, että tekemistä ohjaa pelkästään palkinnon saaminen eikä kiinnostus ole niinkään arjen sujuvuudessa. Kokonaisuudessaan tavoitteena on ollut osallistaa perhettä suunnittelemaan ja määrittelemään minkälaisia asioita ja toimintoja heidän arkeensa kuuluu. Jokainen perheenjäsen pääsee kertomaan, mitkä asiat hänelle on arkisessa elämässä tärkeitä ja minkä takia niiden sujuminen ja toteutuminen on perheen toiminnan kannalta tärkeää. Perheet pääsevät yhdessä suunnittelemaan ja seuraamaan arjen kehitystä ja sujuvuutta ja saavat sitä kautta onnistumisen kokemuksia, joista myös seuraa pieniä, arkea piristäviä palkintoja.

Yhteisöllisyyden lisäämisen menetelmiä pohtiessani oivalsin, että oikeastaan kaikki aiemmat menetelmät ja niissä tapahtuva tekeminen lisäävät perheen yhteisöllisyyttä. Yhteisöllisyys kehittyy aina, kun perheet tekevät jotain yhdessä. Päätin kuitenkin vielä erikseen luoda menetelmiä, jotka tähtäävät nimenomaan yhteisöllisyyteen ja sen lisäämiseen. Nämä menetelmät ovat sellaisia, joiden toteutumiseen tarvitaan koko perheen panosta. Näissä jokainen perheenjäsen saa selkeän roolin ja koko perhe tekee asioita yhdessä. Olen pyrkinyt luomaan erilaisia hauskoja pelejä ja leikkimielisiä kilpailuja, joiden tavoitteena on, että tekeminen itsessään on niin mukavaa, että kaikki ylimääräinen unohtuu ympäriltä. Tarkoitan tällä, että vaikka kyseessä olisi pienimuotoinen kilpailu, niin tekeminen on kaikkien osallistujien mielestä hauskaa ja rentouttavaa ja kilpailun miettiminen unohtuu kokonaan. Muutenkin näissä menetelmissä on ollut tavoitteena se, että tekeminen on hauskaa yhdessä puuhastelua, jonka lopputulemana on, että kaikilla on ryhmän jälkeen hyvä mieli ja on saanut onnistumisen kokemuksia. Onnistumisen kokemukset antavat meille voimaa arkeen ja auttavat jaksamaan.

6 POHDINTA

Opinnäytetyöni tavoitteena oli kehittää Jatkopolut Oy:n perhekuntoutusyksikkö Hermannin toimintaa. Kehittämistyöni kohteena oli viikoittain järjestettävä perheryhmä, johon tilaaja toivoi kuntouttavan näkökulman lisäämistä. Tarkoituksena oli edelleen pitää mukana ryhmän alkuperäinen tavoite ja idea, eli jokaisella osallistujalla olisi ryhmän jälkeen hyvä mieli ja perheet pääsevät yhdessä tekemään asioita. Tämä on ollut alusta asti ryhmän tärkein ajatus ja tavoite, joka haluttiin edelleen säilyttää sellaisenaan kehittämistyön jälkeenkin. Kuntouttava näkökulma tulee esille, jos ryhmätilanteiden jälkeen osallistujilla on sellainen tunne, että yhdessä tekeminen oli mukavaa ja onnistunutta ja jokainen sai itselleen siinä jonkinlaisen roolin. Tällaisen kohderyhmän kohdalla pelkästään jo se, että kaikilla on ollut mukavaa tehdä yhdessä asioita perheenä, on iso asia.

Erilaisten työryhmän kanssa käytyjen keskustelujen ja kehittämismenetelmien pohjalta syntyi idea työkirjan/oppaan tekemisestä, johon on määritelty tarkemmin ryhmän tavoitteet ja teemat, joita toiminnassa halutaan vahvistaa ja harjoitella. Työkirjaan on kuvattu, mitä perheryhmätoiminta perhekuntoutuksessa on ja minkä takia se on alun perin haluttu toimintaan mukaan. Kirjasta löytyy ohjeet hyvän ryhmäkerran rakentamiseen, eli miten ryhmätilanne kannattaa aloittaa ja miten lopettaa ja perusteltu minkä takia tällaiset asiat ovat ylipäättänsä tärkeitä ryhmätoiminnan kannalta. Kirjaan on avattu myös yhdessä työryhmän kanssa määritellyt tavoitteet ja teemat, selitetty mitä ne tarkoittavat ja minkä takia ne ovat tärkeitä harjoiteltavia asioita perheenjäsenten välillä. Työkirja toimitetaan Jatkopolut Oy:lle sähköisenä versiona. Päädyimme tähän ratkaisuun, jotta työkirjaan on mahdollista lisätä uusia menetelmiä tai poistaa huonoksi koettuja menetelmiä tai muokata niitä.

Alkuperäinen ajatukseni oli, että työkirjasta jäisi pois menetelmäesimerkit, joiden avulla voitaisiin harjoitella asetettuja tavoitteita. Koin kuitenkin kehittämistyöni jäävän vajavaiseksi, jos menetelmät jäisivät kokonaan pois. Tämän pohjalta lähdin suunnittelemaan kohderyhmälle sopivia kuntouttavia menetelmiä. Menetelmien valinnan taustalla on koko ajan ollut lapsilähtöisyys, eli tavoitteenani on ollut luoda sellaisia menetelmiä, joihin myös lapset voivat helposti osallistua ja saavat itselleen selkeän

roolin ryhmätilanteissa. Ikä asettaa tietysti tiettyjä haasteita, perhekuntoutuksessa voi olla vastasyntyneistä ylöspäin olevia lapsia, joten heidän roolinsa saattaa usein jäädä iän takia pienemmäksi, mitä vanhemmilla osallistujilla.

Jos ajatellaan esimerkiksi vuorovaikutuksen harjoittelemista, saattaa helposti tulla ajatelleeksi, ettei vastasyntyneen ja vanhempien välinen vuorovaikutus voi olla kovin merkityksellistä tai onko sitä edes ollenkaan. Todellisuudessa vauvalla on jo pienestä asti tarve olla vuorovaikutuksessa. Ensimmäisissä ihmissuhteissa vauva oppii, että millainen hän itse on ja millaisia muut ihmiset hänen ympärillään ovat, miten muut ihmiset kohtelevat häntä ja miten vauva pystyy vaikuttamaan toisiin ihmisiin. Vuorovaikutuksessa lapsen mieleen syntyy malli yhdessä olemisesta, joka on pohja myöhemmälle vuorovaikutukselle, eli miten hän vanhempana osallistuu vuorovaikutustilanteisiin ja havainnoi niiden sisältöä. Hyvä varhainen vuorovaikutus ei ole taikatemppuja tai ihmeitä, pysyvät ihmissuhteet ja säännöllinen normaali arki luovat perustaa varhaisvuosien turvalliselle kasvulle. Arjessa toistuvat rytmit, kuten syömiset ja muut vauvanhoitotilanteet ovat vuorovaikutustilanteita, joissa opetellaan yhdessä elämistä ja harjoitellaan vuorovaikutusta perheenjäsenten välillä. (MLL.fi 2018.)

Menetelmien kohdalla koen onnistuneeni valinnoissani hyvin ja olen perustellusti valinnut tiettyjä menetelmiä kohderyhmälle. Menetelmät ovat hauskaa yhdessä tekemistä, joka tapahtuu pääasiassa leikin kautta. Vanhemmat pääsevät niissä harjoittelemaan vanhemman roolia ja opastamaan ja auttamaan lapsiaan. Lapset saavat onnistumisen kokemuksia ja kokemusta siitä, että perhe toimii yhdessä, perheenä. Ryhmän tärkein tavoite on kuitenkin se, että ryhmätilanteen oltua ohi kaikilla olisi hyvä mieli ja jokainen olisi saanut positiivisia kokemuksia. Ne antavat perheelle voimaa ja auttavat jaksamaan arjessa eteenpäin.

6.1 Työkirjan arviointi

Menetelmällisen työkirjan lopputulokseen olen tyytyväinen. Työkirjasta tuli juuri sellainen, kuin mitä tilaajan kanssa sovittiin. Koen työkirjan vastanneen siihen tarpeeseen, jota alun perin lähdettiin kehittämään. Kirjaa voisi kuvata myös eräänlaiseksi ryhmätoiminnan oppaaksi, koska siinä on selkeästi määritelty toimivan ryhmänoh-

jauksen rakenteet sekä se sisältää paljon erilaisia menetelmiä. Näitä menetelmiä on mahdollista käyttää ja soveltaa lähes minkä tahansa kohderyhmän kanssa, joten kirjan hyöty ei kosketa pelkästään tilaajan kohderyhmää, vaan sitä pystyy hyödyntämään myös muut työntekijät, jotka työskentelevät erilaisten ryhmien parissa.

Rakenteeltaan työkirja on mielestäni selkeä ja helposti ymmärrettävä. Tavoitteenani oli kuvata esimerkkimenetelmät selkeästi ja yksinkertaisesti, jotta kuka tahansa pystyy ne toteuttamaan, vaikka ei olisi koskaan aikaisemmin kyseisestä menetelmästä edes kuullutkaan. Alkuun sopivien menetelmien keksiminen ja löytäminen tuntui haastavalta, mutta lopulta ymmärsin, ettei pyörää tarvitse lähteä keksimään uudestaan. Hyviä ja toimivia menetelmiä on tarjolla runsaasti ja niitä soveltamalla sain luotua mielestäni hyvän ja kattavan menetelmäpaketin, jonka avulla ryhmän toimintaa on helpompi lähteä viemään kohti sille asetettuja tavoitteita.

Työkirjan osalta minua jäi ainoastaan harmittamaan se, etten päässyt aikataulullisten ongelmien vuoksi käytännössä kokeilemaan menetelmiä kohderyhmän kanssa. Osaa menetelmistä olen kuitenkin aikaisemmin kokeillut niin pienten lasten kuin aikuistenkin kanssa, joten siltä osin olen luottavaisin mielin, että menetelmät ovat sopivia ja toimivia myös tässä tilanteessa. Tietysti työkirjan hyödynnettävyyden ja toimivuuden olisi päässyt tällä tavoin itse käytännössä kokeilemaan, mutta nyt sen kokeilu jää tilaajan vastuulle. Uskon tilaajan hyötyvän tästä kehittämistyöstä ja saavan siitä vinkkejä ja uudistuksia omaan toimintaansa. Tiedostan myös sen, että kaikki menetelmät eivät välttämättä toimi kaikkien kanssa ja tilanteet yksikössä vaihtelevat hyvin paljon riippuen siitä, minkälainen kokoonpano on yksikköön sijoitettuna. Voi olla, että joidenkin kanssa on mahdotonta tiettyjä menetelmiä käyttää, mutta juuri tämän takia työkirja jää sähköisenä versiona tilaajan käyttöön. Sieltä on mahdollista poistaa huonoksi havaittuja menetelmiä ja vastaavasti lisätä sinne uusia menetelmiä, joiden on havaittu olevan hyviä ja toimivia tällaisessa ryhmätoiminnassa.

6.2 Kehittämismenetelmien arviointi

Kehittämismenetelmien valinnassa pyrin panostamaan siihen, että sain mahdollisimman paljon työyhteisöä osallistettua kehittämistyön suunnitteluun. Koin todella tärkeäksi sen, että kun ollaan kehittämässä heidän viikoittaista työtään, täytyy heidän myös päästä itse vaikuttamaan siihen todella paljon, että millaiseksi sitä mahdollisesti muokataan. Yksikön ohjaajat tuskin olisivat olleet kovin innoissaan siitä, että ulkopuolinen henkilö tulee kertomaan näkemyksensä siitä, miten heidän tulisi jatkossa hoitaa työskentelynsä ryhmän kanssa ja millaista toimintaa ryhmään täytyisi tuoda. Tämän pohjalta lähdin valitsemaan sellaisia menetelmiä, joissa työntekijöiden panos ja mielipide pääsivät vahvasti esille.

Yksilöhaastattelu oli mielestäni hyvä valinta kerätä tietoa yksikön toiminnasta ja heidän asiakaskunnastaan. Haastattelun avulla sain selkeän kuvan siitä, mitä perhekuntoutusyksikkö Hermannissa tehdään ja miten erilaisten perheiden ja ongelmien kanssa he ovat päivittäin tekemisissä. Haastattelun avulla sain kattavasti ja ennen kaikkea nopeasti tietoa haluamistani asioista. Haastattelu oli muutenkin mielekäs tehdä ja koen saaneeni siitä paljon enemmän irti, kuin jos olisin tässä kohtaa käyttänyt esimerkiksi kyselyä. Haastattelun avulla sain rehellisiä vastauksia ja haastateltavan tuli vastata niihin saman tien ilman sen suurempia miettimisiä. Tästä jäi minulle myös sellainen kuva, että työntekijöillä on selkeä käsitys työpaikkansa arvoista ja toimintatavoista ja ovat muutenkin perillä yrityksen asioista. Kokonaisuudessaan koen haastattelun olleen hyvä ja onnistunut ja ennen kaikkea vastannut omiin tarpeisiini ja kiinnostuksen kohteisiin.

Aivoriihityöskentelyssä tavoitteenani oli osallistaa työyhteisön jäseniä ja saada heidän näkemyksiään ja mielipiteitään esille perheryhmään liittyen. Ideana oli se, että yhdessä mieltisimme, mikä on ryhmän tarkoitus, minkä takia se oikeastaan on alun perin perustettu ja mihin sen toiminnalla halutaan vaikuttaa ja panostaa. Koin aivoriihen hyväksi menetelmäksi, sillä siinä jokaisella osallistujalla on mahdollisuus tuoda esille omia näkemyksiään ja ideoitaan, eikä mitään tyrmätä heti aluksi huonoiksi ideoiksi. Tiedostin aivoriiheen liittyvät haasteet, eli osa saattaa jäädä selkeästi taka-alalle eikä tuo mielipiteitään esille. Toisaalta ajattelin, että kyseessä on toisilleen en-tuudestaan tutut työkaverit, joten en usko kenenkään osallistujan jännittäneen tätä

tilannetta niin paljon, että sen takia jätti mielipiteidensä ilmaisun vähemmälle. Luulen, että osan mielestä ryhmä on toiminut tähän asti hyvin eikä kaipaa sen suurempaa kehittämistä ja taas toisilla on ollut pitempään jo se ajatus, että ryhmän toiminnalle täytyisi tehdä jotain, mikä selkeyttää sitä. Tämä näkyi aivoriihikeskustelussa selkeästi.

Lopputulokseen olen todella tyytyväinen ja koen menetelmän toimineen tässä kehittämistyössä. Saimme yhdessä määriteltä ryhmän tarkoituksen ja pohdimme toimivan ryhmän rakennetta, mitä sen kulussa tulee ottaa huomioon ja mitkä ovat tärkeitä asioita. Määrittelimme myös ryhmälle tietyt tavoitteet, joita sen toiminnassa halutaan vahvistaa ja harjoitella. Uskon, että tällä tavoin tilaajan on helpompi ottaa kehittämistyöni käytännön toimintaan mukaan, kun sen suunnitteluun ja sisältöön on päässyt vaikuttamaan juuri ne henkilöt, joiden viikoittaiseen työskentelyyn tämä kehittämistyö on vaikuttanut. Näin ollen heidän motivaationsa lähteä muuttamaan ja kehittämään tuttua ja turvallista toimintaa on parempi kun ovat saaneet itse olla sitä suunnittelemassa ja kertomassa mielipiteitään. Tilanne olisi varmasti toisenlainen, jos minä olisin itse määritellyt mielestäni hyvät ja tärkeät tavoitteet ryhmälle. Koen, että silloin olisin vähätellyt työntekijöiden ammattitaitoa ja heille olisi saattanut tulla sellainen olo, että ulkopuolinen henkilö luulee tietävänsä tästä heidän työstään paremmin ja enemmän kuin he itse.

Osallistuvassa havainnoinnissa tavoitteenani oli selkeyttää itselleni perhekuntoutusyksikön ryhmätoimintaa sekä havainnoida, miten ohjaajat ja perheet toimivat ryhmien aikana. Havainnoinnista kaikki lähti oikeastaan liikkeelle, sillä sen pohjalta minulle alkoi vähitellen syntyä idea siitä, mitä mahdollinen kehittämistyöni voisi olla. Osallistuva havainnointi oli itselleni aika selkeä valinta yhdeksi menetelmäksi, sillä tiesin pääseväni osallistumaan ryhmän toimintaan muutaman kerran. Näin ollen koin itseni ja muiden osallistujien kannalta helpoimmaksi ja varmimmaksi tavaksi kerätä luotettavaa ja laadukasta tietoa ryhmän toiminnasta ilman, että osallistumiseni vaikuttaisi millään tavalla osallistujien toimintaan. En lähtenyt havainnoimaan eri perheiden ongelmia tai puutteita, vaan yleisesti ryhmän toimintaa, sen rakennetta ja yleistä ilmapii-riä. Näin ollen en kokenut aiheelliseksi tuoda osallistujille esille, että samalla kun olen yksi ohjaajista ryhmässä, teen havaintoja ryhmän toiminnasta. Jos olisin tehnyt havaintoja joka kerta eri perheestä ja käyttänyt näitä tilanteita esimerkkeinä opinnäyte-

työssäni, olisin tietenkin joutunut kysymään kyseisiltä perheiltä luvan tähän. Havainnoinnin avulla sain selkeän käsityksen ryhmän sen hetkisestä tilanteesta ja sain ideoita, mitä asioita voisi mahdollisesti kehittää. Koen menetelmävalinnan tässä kohtaa todella onnistuneeksi ja oikeaksi valinnaksi. Havainnoinnin hyödyntäminen auttoi minua myös muiden menetelmien kanssa, kuten esimerkiksi aivoriivessä. Ennen aivoriiven pitämistä listasin itselleni varmuuden vuoksi ylös keskustelun aiheita, jos näyttäisi siltä, että keskustelu alkaa hyytymään tai haluan kuulla työyhteisön mielipiteitä havaitsemistani kehittämiskohteista.

6.3 Opinnäytetyön yhteenveto

Kokonaisuutta ajatellen ja kehittämistyöni lopputulosta tarkastellen olen tyytyväinen tekemiini päätöksiin kehittämismenetelmien valinnassa. Tavoitteenani oli osallistaa mahdollisimman paljon yrityksen työntekijöitä ja saada heidän mielipiteensä ja näkemysensä vahvasti esille. Tässä koen onnistuneeni hyvin ja toivon, että tilaajalle on oikeasti hyötyä tekemästäni työstä. Uskon sen ainakin olevan kokeilemisen arvoinen kehittämistyö joka varmasti selkeyttäisi jatkossa ryhmän toimintaa.

Prosessina opinnäytetyö on ollut haasteellinen ja mielekäs. Haasteita aiheutti työn aloitusvaiheessa lähinnä aiheen rajaaminen ja päättäminen, että mitä lähdetään kehittämään. Kehittämistyöstä olen oppinut, että suunnitelmat voivat muuttua useaan kertaan ja alkuun hyvältä tuntunut idea jää työstä pois kokonaan.

Kehittämistyötä tehdessä opin tiedostamaan miten tärkeää hyvän ja toimivan suunnitelman tekeminen on. Itselleni tämä tuotti alkuun vaikeuksia, sillä minulla oli kova halu päästä nopeasti tekemään työ valmiiksi. Pitkäaikaisessa ja laajassa kehittämistyössä on tärkeää ensiksi miettiä rauhassa mitä lähdetään kehittämään ja millaisin menetelmin. Kun on tehnyt hyvän ja toimivan suunnitelman, on itse työn toteuttaminen ja raportointi helpompaa.

LÄHTEET

Ammattinetti 2018. Viitattu 7.2.2018.

<http://www.ammattinetti.fi/amatit/detail/9adc6e710a65344601d71245390a0cf5>.

Cacciatore, Raisa & Ingman-Friberg, Susanne & Kauppinen, Pamela & Laru, Suvi & Pekkola, Jussi 2018. Kosketuksen merkityksestä. Viitattu 12.1.2018.

http://www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus/tietoa_vanhemmille/pienten_lasten_vanhemat/lapsijaseksuaalisuus/usein-kysytyt-kysymykset/lapsen-itsetyydytys-tai-unnutus/kosketuksen-merkityksesta/.

Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry 2015. Ryhmäilmiö. Ryhmänohjaajan käsikirja. Pori: Brand ID Oy.

Energiakeskus 2018. Viitattu 12.1.2018.

<http://www.energiakeskus.com/energiasivut/ihmissuhteet/laheisyys.php>.

Eskola, Jari & Suoranta, Juha 2008. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Heikkinen, Hannu L. T 2015. Toimintatutkimus: Kun käytäntö ja tutkimus kohtaavat. Teoksessa Raine Valli & Juhani Aaltola (toim.) Ikkunoista tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Juva: PS-kustannus.

Hirsjärvi, Sirkka & Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2008. Tutki ja kirjoita. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Humanistinen ammattikorkeakoulu 2018. Viitattu 7.2.2018.

<https://www.humak.fi/opiskelijaksi/yhteisopedagogi/yhteisopedagogi-amk/>.

Innokylä 2017. Viitattu 21.12.2017. <https://www.innokyla.fi/web/malli109565>.

Jatkopolut 2017. Viitattu 21.2.2018. <http://www.jatkopolut.fi>.

Järvinen, Ritva & Lankinen, Aila & Taajamo, Terhi & Veistilä, Minna & Virolainen, Arja 2007. Perheen parhaaksi. Perhetyön arkea. Helsinki: Edita Publishing Oy.

Jääntti, Ari 2017. Perhekuntoutusyksikkö Hermannin ohjaajan haastattelu. Perhekuntoutusyksikkö Hermannin toiminta. 17.11.2017 Kuopio.

Kalliola, Tiina & Kurki, Arja & Salmi, Marjaana & Tamminen-Vesterbacka, Tutta 2010. Matkalla ohjaajuuteen. Helsinki: Kustannus-Osakeyhtiö Kotimaa / Kirjapaja.

Kyrönlampi-Kylmänen, Taina 2010. Lapsen hyvä arki. Kustannus-Osakeyhtiö Kotimaa. Helsinki: Kirjapaja.

Kähkönen, Essi 2014. Sosiaalihuoltolain uudistus madaltaa tuen hakemisen.

kynnystä. Viitattu 20.12.2017. <https://tesso.fi/artikkeli/lapsiperheille-tukea-nopeasti-ja-jarkevasti>.

Lastensuojelulaki 2007/417. Viitattu 20.11.2017.

<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417#L1P1>.

Lavonen, Jari & Meisalo, Veijo 2017. Luovan ongelmanratkaisun työtavat. Viitattu 21.12.2017. <http://www.edu.helsinki.fi/malu/kirjasto/lor/main.htm>.

- Lähteenoksa, Meri 2008. Viisas arki. Opas yhteisöllisyyteen. Helsinki: Like Kustannus.
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2018. Viitattu 21.1.2018. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemmuus-ja-kasvatus/lapsen-ja-vanhemman-varhainen-vuorovaikutus/>.
- McDonald, Gail & McDonald, Gordon 1992. Till the Heart Be Touched. Fleming H. Revell Company.
- Ojasalo, Katri & Moilanen, Teemu & Ritalahti Jarmo 2015. Kehittämistyön menetelmät. Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Pruuk, Lassi 2015. Kohtaaminen – läsnäolon aakkoset. Viitattu 10.1.2018. <https://yle.fi/aihe/artikkeli/2015/03/16/kohtaaminen-lasnaolon-aakkoset..>
- Pärssinen, Mikko 2018. Jatkopolut Oy:n Perhekuntoutusyksikkö Hermannin perheterapeutti.
- Putkisaari, Hilikka 2009. Sanaton matka. Vuorovaikutus puhumattoman autistisen lapsen kuvataideterapiassa. Tampere: Juvenes Print Oy.
- Reijonen, Mikko (toim.) 2005. Voimaa perhetyöhön. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Rotkirch, Anna 2014. Yhdessä. Lapsen kasvatus ei ole yksilölaji. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.
- Rönkkö, Leena & Rytönen, Timo 2010. Monisäikeinen perhetyö. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Sosiaalihuoltolaki 1301/2014. Viitattu 20.11.2017. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141301#Pidp451289136>.
- Terveiden ja Hyvinvoinninlaitos 2017a. Viitattu 18.12.2017. <https://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/avohuolto/lastensuojelun-avohuollon-tukitoimet/perhekuntoutus>.
- Terveiden- ja Hyvinvoinninlaitos 2017b.. Viitattu 20.11.2017. <https://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/avohuolto/lastensuojelun-avohuollon-tukitoimet/perhetyo>
- Työkalupakki 2017. Viitattu 21.12.2017. <http://www.tyokalupakki.net/pages/index.php?id=83&pid=4>.
- Väestöliitto 2018. Viitattu 10.1.2018. <https://www.vaestoliitto.fi/nuoret/mina-ja-muut/ihmisuhteet/vuorovaikutus/>

LIITTEET

PERHERYHMÄN MENETELMÄLLINEN TYÖKIRJA

MIKÄ PERHERYHMÄ?

Perheryhmätoiminta on alun perin aloitettu, kun todettiin, että toinen vanhempien ryhmä ei palvellut kaikkien perheiden tarpeita riittävästi. Tästä syntyi idea, että lähdetään kokeilemaan toisenlaista ryhmätoimintaa, jossa perheet tekevät yhdessä. (Jatkopolut 2017.) Tässä työkirjassa määritellään perheryhmän tarkoitus, tavoitteet sekä asiat, joita halutaan vahvistaa ja harjoitella ryhmätoiminnassa. Teemat on selitetty auki mitä ne tarkoittavat sekä työkirjasta löytyy muutamia menetelmäesimerkkejä, joiden avulla näitä asioita voi ryhmässä harjoitella.

1.1 Ryhmän toiminta

Perheryhmä toimintaa järjestetään kerran viikossa noin 1-1.5 tuntia kerrallaan. Ennen varsinaisen toiminnan alkamista käydään lyhyesti lävitse, mitä tällä kerralla on ohjelmassa. Tällä tavoin saadaan osallistujat virittäytymään alkavaa ryhmätoimintaa varten.

Toiminnan tulee olla lapsilähtöistä, jotta lapsille tulee kokemus siitä, että pystyvät osallistumaan toimintaan eivätkä ole vain sivustaseuraajia. Ohjaajien tehtävänä ei ole ottaa ohjausvastuuta kokonaan itselleen, vaan päävastuu lasten ohjaamisesta on vanhemmilla. Ohjaajat toimivat tarvittaessa tukena ja apuna, lähtökohtaisesti tavoitteena kuitenkin osallistaa vanhempia ohjaustehtäviin. Tärkeää on muistaa huomioida myös se, että toiminta on sellaista, johon vanhempien taidot ja jaksaminen riittävät.

Ryhmän loppuksi pidetään purkutilanne, jossa jokainen pääsee kertomaan ajatuksia ryhmästään. Purkutilannetta suunniteltaessa lapsilähtöinen ajattelutapa

on hyvä pitää mielessä, sillä lapsi ei välttämättä kykene tuottamaan suoraan sanallista palautetta ryhmästä. Tässä kohtaa voi hyödyntää jotain muuta menetelmää, millä oman mielipiteen saa tuotua ilmi.

1.2 Ryhmän tavoitteet

Perheryhmän tavoitteet on pyritty pitämään maltillisina ja arkielämään liittyvinä. Tavoitteiden asettamisessa haasteena on työnluonne, sillä tilanteet muuttuvat nopeasti ja suunnitelmia joutuu muuttamaan nopeallakin tahdilla. Tästä syystä pidemmän tähtäimen tavoitteiden asettaminen ryhmälle on haasteellista.

Päällimmäinen pidemmän tähtäimen tavoite on se, että ryhmäntoiminta on mukavaa yhdessä tekemistä, josta jokaiselle jää lopuksi hyvä mieli. Tämä on pää-tavoite, joka ohjaa ryhmän suunnittelua ja toimintaa sekä johdattaa kohti muita tavoitteita.

Tavoitteena on suunnitella ryhmässä tapahtuvat toiminnot siten, että jokainen osallistuja löytää itselleen jonkinlaisen rooliin ja tunteen siitä, että on osallisena ryhmässä. Tavoitteena on löytää jokaiselle perheelle ja jokaiselle perheenjäsenelle omia vahvuusalueitaan, missä on hyvä ja mistä saa onnistumisen kokemuksia. Hyvin onnistunut ryhmätilanne, jossa itsellä on ollut jokin selkeä rooli ja se on vaikuttanut hyvään lopputulokseen, on todella voimaannuttava kokemus, joka antaa uskoa ja jaksamista arkeen. Tavoitteena ryhmässä on siis tukea enemmän perheiden vahvuuksia ja suunnitella toimintaa siten, että he pääsevät näitä taitojaan hyödyntämään. Onnistumisen kokemukset kantavat hedelmää ja niillä voi olla todella merkittävä vaikutus yksilön toimintaan jatkossa.

2 RYHMÄSSÄ KÄSITELTÄVÄT TEEMAT

Perheryhmän toimintaan on yhdessä mietitty kohderyhmille sopivia teemoja, joita halutaan käsitellä. Teemojen määrittelyssä on käytetty samaa ajattelutapaa

mitä tavoitteiden määrittelyssä, eli hyvin arkipäiväisiä asioita, jotka kaipaavat käsittelyä ja harjoittelua.

2.1 Perheenjäsenten välinen vuorovaikutus

Vuorovaikutuksella tarkoitetaan vähintään kahden ihmisen välistä vastavuoroista kommunikaatiota. Vuorovaikutus on kaikkea sitä, millä tavalla ollaan toisten ihmisten kanssa. Vuorovaikutus voi olla esimerkiksi sanoja, ilmeitä tai eleitä. Ihmissuhteissa yksi tärkeimmistä vuorovaikutuksen muodoista on puhuminen. Puheen tueksi tarvitaan kuitenkin ilmeitä ja eleitä, sillä pelkät sanat eivät välttämättä riitä, tai ainakaan ole hyvää ja kunnioittavaa vuorovaikutusta. Puhuesssa tärkeää on keskittyä myös äänensävyyn, sillä on eriasia puhuuko rauhallisesti ja kunnioittavasti vai tuleeko puhe ulos enemmän huutona. Ilman toimivaa vuorovaikutusta on mahdotonta tietää, mitä toinen milloinkin ajattelee. Jos tekee pelkästään omia johtopäätöksiä, voi tulla suuriakin väärinkäsityksiä. Kaikissa ihmissuhteissa on tärkeää voida kertoa omista tunteistaan ja toiveistaan. Erityisesti se korostuu lähimmissä ihmissuhteissa, kuten perheenjäsenten välisissä suhteissa. (Väestöliitto.fi 2018.)

2.2 Läheisyys

Ihmisen perustarpeisiin kuuluu olla lähellä toista ihmistä. Yksin emme ole olemassa itsellemme emmekä sen johdosta myöskään toiselle ihmiselle. Läheisyys auttaa meitä hahmottamaan sitä, että kuka minä olen ja mitä minä haluan ja mitä en halua. (Energiakeskus.com 2018.) Läheisyyden tarpeeseen liittyy myös, että ihminen haluaa läheisyyttä ja kosketusta sellaiselta ihmiseltä, joka herättää itsessään miellyttäviä tunteita. Kosketuksen ja läheisyyden on tutkittu vähentävän stressiä, ärtyneisyyttä, levottomuutta ja parantavan unen laatua. Vastakohtana läheisyyden ja kosketuksen puute voivat aiheuttaa keskittymisvaikeuksia, aggressiivisuutta, ahdistuneisuutta sekä riippuvuutta nautintoa tuottaviin aineisiin. Ihminen kaipaa läheisyyttä ja kosketusta koko elämänsä ajan. Ajateltuna ihmisen eri aisteja, kehittyä kosketusaisti ensimmäisenä ja se on myös aisti, joka säilyy pisimpään elämän loppuhetkillä. Ihmisellä on luontainen kosketuk-

sen ja hellyyden tarve ja sitä pyritään tyydyttämään kulttuurin ja sääntöjen tarjoamin keinoin. Jos ihminen ei saa läheisyyttä ja kosketusta toiselta ihmiseltä, hakee hän sen jostain muualta. (Cacciatore, Ingman-Friberg, Kauppinen, Laru & Pekkola 2018.)

2.3 Kohtaaminen

Kohtaamisella tarkoitetaan sitä, että miten toinen ihminen huomioi toisen nähdessään tämän. Hyvä ja kunnioittava kohtaaminen koostuu siitä, että näyttää toiselle osapuolelle, että kuuntelee mitä hänellä on kerrottavanaan ja on kiinnostunut tämän asioista. Kuuntelu ei yksinään tee kohtaamisesta hyvää, vaan itse on myös muistettava lähteä keskusteluun mukaan, sillä toinen osapuoli odottaa kuitenkin, että keskustelua syntyy. Kohtaamisessa on tärkeää myös miettiä omia eleitä, sillä niistä pystyy päättelemään, onko toinen oikeasti kiinnostunut vai ei. Hyvään kohtamiseen kuuluu myös se, että antaa toisen rauhassa kertoa asiansa eikä lähde itse kesken tilanteen tulkitsemaan asioista omia johtopäätöksiä. Tärkeää on myös uskaltaa sanoa toiselle, jos ei juuri nyt pysty tai jaksaa keskittyä ja keskustella. (Pruuk 2015.)

2.4 Arkiset askareet ja rutiinit

Perheen arki on jatkuvaa liikettä, missä tapahtuu koko ajan jotakin. Arki perheissä on jokapäiväistä tunteiden siirtämistä, ilmapiirin luomista sekä käytäntöjen ja aikataulujen yhteensovittamista. Arjessa haasteita aiheuttavat asioiden yhteensovittaminen, kuten esimerkiksi työn ja perhe-elämän yhteensovittaminen sekä ajan löytäminen omille harrastuksille. (Kyrönlampi-Kylmänen 2010, 15–16.) Perheen sisällä olisi tärkeää muistaa, että rutiinit ja toistot tekevät lapsen elämästä tutun ja turvallisen. Rutiinit auttavat lasten lisäksi myös aikuisia, esimerkiksi ajankäytön hallinnassa. Arjen hallinnassa sanaa toistuvuus voidaan pitää yhtenä arjen tukirakenteista. Asioiden ennakoitavuudella ja toistettavuudella vapautuu energiaa ja aikaa muihin tehtäviin ja asioihin. Kun asiat ovat tuttuja ja sujuvat aina samalla rutiinilla, ei niiden suorittaminen tarvitse juuri lainkaan tietoista ajattelua. (Kyrönlampi-Kylmänen 2010, 19–20.)

Hyvään arkeen kuuluu, että perusrutiinit, kuten siivoaminen, pyykinpesu, kaupassa käynti, ulkoilu ja lasten hyvä perushoito sujuvat ja vanhemmat pystyvät omalla toiminnallaan hallitsemaan näitä asioita. Jos perheen arjesta puuttuvat säännölliset rutiinit, aiheuttaa se lapselle turvattomuuden tunnetta. Rutiinien ja toistuvuuden puute arjessa on kaoottista ja ennakoimatonta, jossa jokainen tekee mitä sattuu ja milloin tahansa. Lapsen tasapainoisen kehityksen kannalta perheen säännötön ja rytmitön arki on aina riski.

2.5 Perheen yhteisöllisyys

Perheiden yhteisöllisyydellä tarkoitetaan sitä, miten perhe toimii yhdessä ja koee jokainen perheenjäsen kuuluvansa juuri tähän perheeseen. Yhteisöllisyyden perusta on, että perheenjäsenet tunnustuvat toistensa olemassa olon ja näyttävät sen myös toiselle osapuolelle. Yksinkertaisuudessaan se voi tapahtua toivottamalla hyvät huomenet, kun näkee toisen aamulla ensimmäisen kerran. Kun selkeästi näyttää, että huomioi toisen olemassaolon ja esimerkiksi kahden ihmisen katseet kohtaavat, tulevat he toisilleen näkyviksi ja olemassa oleviksi. (Lähteenoksa 2008, 25.)

3 MENETELMIÄ RYHMÄÄN

Tässä osiossa on menetelmäesimerkkejä, joita ryhmän toiminnassa voi hyödyntää. Menetelmät ovat suunniteltu ryhmän tavoitteiden mukaisesti ja niissä on huomioitu lapsilähtöisyys. Tästä osiosta löydät vinkkejä ryhmätilanteen aloitukseen ja lopetukseen sekä muihin teemoihin liittyviä menetelmiä. Menetelmiä ei ole tarkoituksella tehty kovin montaa, sillä näiden on tarkoitus olla johdattelevia ja suuntaa antavia, joiden pohjalta toimintaa voi jatkaa samaan suuntaan, jos ne koetaan toimiviksi tietyn porukan kanssa.

3.1 Aloitus ja lopetus

Ennen ryhmäläisten saapumista on tärkeää miettiä, että miten kaikki näkevät toiset osallistujat sekä ryhmän vetäjät. Tämä onnistuu esimerkiksi laittamalla

kaikille tuolit puoliympyrän muotoon, jotta jokainen näkee varmasti kaikki osallistujat. Tärkeää on, ettei kukaan jää taka-alalle tai ryhmäläiset muodosta omia pienempiä kuppikuntia sivummalle. Ryhmätilanteen aluksi on tärkeää muistaa tervehtiä ja huomioida kaikki ryhmän jäsenet. Hyvänä lisänä toimii myös katsekontaktin ottaminen sekä hymyileminen osallistujille. Eleet vaikuttavat hyvin paljon osallistujien tunteeseen siitä, että huomioidaanko heidät kunnioittavasti vai ei. Tervehtiminen on aina erityisen tärkeää ryhmätilanteen alussa, sillä kenestä meistä tuntuisi mukavalta mennä esimerkiksi töihin tai lääkäriin, jos pomo tai vastaanottava lääkäri ei tervehtisi, kun saavut paikalle? Entä lämmittääkö pomon aito hymy enemmän kuin ilmeettömät kasvot maanantaiaamuna? Pidä siis mielessä, että miten haluaisit itse tulla kohdatuksi. Ennen toiminnan aloittamista on hyvä kertoa, että mitä tänään on ohjelmassa ja minkä takia. (EHYT ry 2015, 14.)

Ennen varsinaisen toiminnan aloittamista kannattaa ryhmäläisiä valmistella tilanteeseen ja varmistaa, että alussa jokainen pääsee ääneen. Näin jokaiselle tulee tunne siitä, että kuulun tähän ryhmään ja minulla on siinä oma paikka ja rooli.

Esimerkki 1 ryhmätapaamisen aloitukseen: Ideana on kysyä ryhmäläisiltä miinuksia ja plussia. Jokainen saa vuorollaan kertoa kuluneen viikon ajalta asioita, jotka ovat onnistuneet hyvin ja puolestaan jotain sellaista, missä ei ehkä toiminut täysin oikein tai jotain meni hieman pieleen. Positiivinen asia kannattaa kertoa viimeisenä, jotta kierroksesta jää varmasti hyvä mieli. Menetelmää voi soveltaa myös siten, että kerrotaan pelkästään onnistuneita asioita.

Menetelmää voi muokata halutessaan siten, ettei kenenkään tarvitse välttämättä kertoa yksin koko ryhmälle onnistumisiansa tai epäonnistumisiansa. Jos menetelmän haluaa toteuttaa näin, voi hyödyntää esimerkiksi janatyöskentelyä. Ohjaaja opastaa, että siirtyessään huoneen toiseen päähän on jokin asia onnistunut, menemällä keskelle se on sujunut ihan hyvin ja menemällä toiseen päähän se on sujunut huonosti. Tässä käytännön esimerkki:

Ohjaaja kysyy: Tänään suoriuduin omasta mielestäni aamun tehtävistä... Tämän jälkeen ryhmäläiset siirtyvät siihen kohtaan huonetta, mikä kuvastaa par-

haiten heidän aamuaan. Esimerkiksi jos aamu on sujunut hyvin, siirrytään huoneen toiseen päähän. Aamun ollessa hieman kaoottinen, siirrytään toiseen päähän. Näin kenenkään ei tarvitse koko ryhmän edessä yksin kertoa omasta aamustaan.

Menetelmään tarvittava tila ja materiaalit: Tilaksi sopii mikä tahansa tila, jossa on vähän liikkumavaraa. Materiaalin suhteen ei tarvitse hankintoja tehdä.

(Menetelmän lähde: EHYT ry.)

Esimerkki 2 ryhmätapaamisen aloitukseen: Tehdään kaikki yhdessä. Tässä menetelmässä ideana on se, että ryhmäläiset asettuvat aluksi ringiin seisomaan. Tämän jälkeen jokainen saa vuorollaan kertoa oman nimensä ja näyttää liikkeen ja puheen avulla, mitä on tänään tehnyt. Tämän jälkeen kaikki ryhmäläiset yhdessä toistavat henkilön nimen ja kertovat ja näyttävät, mitä hän on tänään tehnyt. **Esimerkkinä näin:** Minä olen Pekka ja tänään söin ison munkin (Pekka näyttää elein, miten söi munkkia). Tämän jälkeen kaikki muut yhdessä toistavat: Hän on Pekka ja söi tänään ison munkin (Munkin syönti näytetään myös).

Tarvittava materiaali: Ei tarvita.

Ryhmätapaamisen lopetus on myös tärkeä osa ryhmän toimintaa. Ryhmää ei kannata koskaan lopettaa ilman minkäänlaista purkua tai palautteen antoa. Ryhmän ohjaajan antama tunnustus on välttämätöntä ryhmän rakentumiselle ja näin myös ryhmän jäsenet oppivat kunnioittamaan ja arvostamaan toisiaan sekä ohjaajaa. (EHYT ry 2015, 23.)

Esimerkki 1 ryhmätilanteen lopettamisesta: Vedä tapaaminen lyhyesti yhteen, nosta esille jokin asia, jonka haluat ryhmäläisten muistavan. Käy lyhyesti läpi, mitä tänään tehtiin. Muista kiittää ryhmää ja nosta esille vähintään yksi positiivinen asia, joka liittyy ryhmään. Kiittää kannattaa aina, vaikka siihen ei aina välttämättä aihetta olisikaan.

Menetelmään tarvittava materiaali: Ei tarvita.

(Menetelmän lähde: EHYT ry.)

Esimerkki 2 ryhmätilanteen lopettamisesta: Tässä menetelmässä hyödynnetään tunnekortteja, kuten esimerkiksi nallekortteja. Jokainen osallistuja saa valita itselleen kortin, jossa oleva kuva sopii omasta mielestä parhaiten kuvaamaan omaa mielipidettä kuluneesta ryhmäkerrasta. Esimerkiksi jos koit onnistumisen ja ilon tunteita, valitse kuva, jossa on iloinen nalle. Halutessaan jokainen voi avata vielä tarkemmin, minkä takia on kyseisen kortin valinnut ja kertoa, mikä meni juuri tällä kertaa hyvin tai mikä erityisesti tuntui mukavalta.

Menetelmään tarvittava materiaali: Tunnekortit, esimerkiksi nallekortit tai muut vastaavat kuvakortit, joiden avulla pystyy tuntemuksiaan selkeästi ilmaisemaan.

(Menetelmän lähde: Humanistinen ammattikorkeakoulu.)

3.2 Vuorovaikutuksen harjoittelu

Perheenjäsenten välinen vuorovaikutus on kaiken perusta, sillä ilman sitä perhe ei voi toimia parhaalla mahdollisella tavalla. Vuorovaikutukseen liittyvät harjoitteet kannattaa suunnitella siten, että ne vapauttavat tunnelmaa ja jokaiselle jää niistä hyvä mieli. Ajatuksena tilanne, jossa ohjaaja käskee perheenjäseniä vain keskustelemaan keskenään, ei varmasti vie tilannetta parempaan suuntaan.

Esimerkki 1: Tässä menetelmässä on ideana, että vuorovaikutus tapahtuu toiminnan yhteydessä. Perheelle tai koko ryhmälle annetaan ohjeeksi järjestäytyä jonoon seisomaan. Tämän jälkeen ohjaaja antaa ohjeita, minkä mukaan jonoissa tulee muuttaa järjestystä. Jono voidaan muodostaa esimerkiksi pituuden, iän, kengän koon tai hiusten pituuden perusteella. Menetelmää voi soveltaa myös siten, että kommunikointi täytyy tehdä ilmeiden ja eleiden avulla. Jos erilaisten jonojen muodostaminen alkaa tuntua liian helpolta, voi ohjaaja vaikeuttaa tehtävää seuraavalla tavalla: perheille annetaan ohjeeksi, että lattiaan saa esimer-

kiksi osua 4 jalkaa, 3 kättä, yksi peppu jne.. Jälleen perhe joutuu yhdessä miettimään, että millä tavoin kyseinen tehtävänanto täytetään.

Tarvittava materiaali: Materiaali ei tarvita, tilan täytyy olla sen verran iso, että toimintojen suorittaminen onnistuu.

Esimerkki 2: Tämän menetelmän nimi on kohteliaisuushippa. Ryhmästä valitaan yksi tai useampi kiinniottaja, riippuen ryhmän koosta. Kun hippa saa jonkun pelaajista kiinni, tulee tämän jäädä paikalleen kättelyasentoon. Muut pelaajat voivat pelastaa kiinni jääneen kättelemällä häntä ja lausumalla samalla jonkun kohteliaisuuden, kuten esimerkiksi ”sinulla on kaunis hymy”. Pelastettu kiittää kehuista ja voi jatkaa peliä. Pelin päätyttyä kannattaa kysellä osallistujien mielipiteitä siitä, että miltä tuntui antaa toiselle positiivista palautetta, oliko luonnollista vai tuntuiko vaikealta.

Tarvittava materiaali: Riittävän iso tila, mieluiten ulkona toteutetaan ulkona tai liikuntasalissa, jotta on riittävästi tilaa liikkua.

(Lähde: Vuorovaikutuspakki.blogspot.fi 2018.)

Esimerkki 3: Tässä harjoitteessa jokainen pääsee olemaan haluamansa julkisuudesta tuttu henkilö tai satuhahmo. Ideana on, että vuoronperään yksi osallistujista keksii, että hän on esimerkiksi NallePuh. Tätä ei kuitenkaan kerrota muille ryhmäläisille, vaan toisten tehtävänä on esittää kysymyksiä ja sitä kautta arvata, että kuka mahtaa olla kyseessä. Kysymykset voivat olla esimerkiksi seuraavia: Onko kyseessä mies? Onko eläin? Syökö hunajaa? Kysymyksiin saa vastata ainoastaan kyllä tai ei.

Tarvittava materiaali: Ei tarvita.

(Lähde: Keski-Suomen Opisto.)

3.3 Läheisyyden harjoittaminen

Läheisyyden tunne on meille ihmisille tärkeää ja erityisen tärkeää se on lapsen ja vanhemman välillä. Lapselle tulee kokemus siitä, että vanhempi oikeasti välittää hänestä ja pystyy tarvittaessa antamaan läheisyyttä. Aina läheisyyden näyttäminen ei ole kuitenkaan helppoa tai luontaista, vaikka kyseessä olisi oma lapsi. Tällaisessa tilanteessa kannatta lähteä liikkeelle matalan kynnyksen toiminnasta, jossa läheisyyttä ja kosketusta annetaan ikään kuin huomaamatta.

Esimerkki 1: Perheelle annetaan pallo sekä patja ja vuorollaan jokainen pääsee patjalle makaamaan. Ideana on, että toiset hierovat patjalla makaavaa palloilla. Vähitellen jos tilanne alkaa tuntumaan luonnolliselta, voi pallon jättää pois ja kevyesti hieroa toista käsillä sekä silittää päästä ja muualta kehosta. Näin jokainen perheenjäsen voi vähitellen omien tuntemuksiensa mukaan antaa toiselle läheisyyttä.

Tarvittava materiaali: Jumppapatja sekä hierontaan soveltuva pallo (esimerkiksi tennispallo tai nystyräpallo)

(Lähde: liikeimpulssi.fi 2018.)

Esimerkki 2: Tämän menetelmän nimi on satuhieronta. Ideana on, että lapsi saa tässä olla rentoutujan roolissa ja vanhemmat pääsevät harjoittamaan läheisyyden antamista lapselleen. Lapsi menee makaamaan maahan esimerkiksi patjan päälle ja ottaa itselleen mahdollisimman mukavan asennon. Vanhemmat alkavat lukemaan lapselle satua ja samalla sadun ohjeiden mukaan koskettavat lastaan. Sadussa voi olla esimerkiksi kohta, jossa sanotaan että ”koira juoksee mäkeä ylös”, jolloin vanhempi voi tehdä sormillaan juoksuliikettä lapsen selkää pitkin. Rooleja voi myös vaihtaa, mutta silloin ohjaajan on toimittava sadun lukijana, koska pienimmät lapset eivät itse lukea osaa.

Tarvittava materiaali: Jumppapatja sekä satukirja

(Lähde: satuhieronta.fi)

3.4 Kunnioittava kohtaaminen perheenjäsenten välillä

Perheenjäsenten välinen kohtaaminen on todella tärkeä asia perheen arjessa. Jokaiselle pitäisi tulla kokemus siitä, että minut kohdataan kunnioittavasti ja minut huomioidaan samalla tavalla kuin kaikki muut. Kohtaamisia tapahtuu jatkuvasti päivän mittaan ja välillä on hyvä muistaa sanoa toiselle jotain positiivista. Joka kerta, kun toinen tulee kohdalle, ei tarvitse tietenkään olla keksimässä jotain, mutta pieni kehu päivän aikana voi tuottaa toiselle suurta iloa ja mielihyvää.

Esimerkki 1: Tässä esimerkissä puhutaan hyvää selän takana toisesta. Perheenjäsenet menevät piiriin istumaan ja vuorotellen jokainen kääntyy selkää toisiin päin ollessaan ikään kuin poissa tilanteesta. Tämän jälkeen jokainen muu perheenjäsen saa vuorollaan sanoa selkää muihin päin olevasta jotain positiivista, kuten esimerkiksi: ”Äiti tekee aina hyvää ruokaa”. Ideana on, että jokainen kuulee mitä positiivista hänestä sanotaan. Kun jokainen on päässyt vuorollaan olemaan kehuttavana, voi tilanteesta keskustella vielä perheen kanssa, kuten miltä tuntui saada positiivista palautetta ja miltä sen antaminen toiselle tuntui.

Tarvittava materiaali: Ei tarvita.

(Lähde: Keski-Suomen Opisto.)

Esimerkki 2: Kirjoitetaan toiselle jotain positiivista. Tässä menetelmässä jokainen laittaa selkäänsä paperin, jonka voi halutessaan leikata esimerkiksi sydämen muotoon tai mihin vain itse haluaa. Kun paperi on kiinnitetty selkään, saa jokainen käydä kirjoittamassa toisen paperiin jotain positiivista. Kun kaikki ovat kirjoittaneet toisilleen, saa jokainen lukea itsekseen mitä positiivisia asioita hänelle on kirjoitettu. Paperi jää jokaiselle muistoksi ja sitä voi vaikeissa tilanteissa palata lukemaan ja saada sen avulla jälleen uskoa omaan tekemiseensä. Ohjaajat toimivat kirjoitusapuna lapsille, jos he eivät osaa vielä itse kirjoittaa.

Tarvittava materiaali: Paperia, sakset, lankaa (paperin kiinnitykseen), kyniä kirjoittamiseen

(Lähde: Keski-Suomen Opisto.)

3.5 Arjen rutiinit

Arjen rutiinit ovat perheille todella tärkeitä ja etenkin lapsille säännölliset ja tutut rutiinit luovat turvallisuuden tunnetta. Arkisten asioiden harjoittelu kuuluu aluksi tylsältä, jos miettii että miten voi harjoitella siivoamista siten, että se olisi mielekästä ja hauskaa toimintaa. Tässä kannattaa hyödyntää leikinomaisia menetelmiä, joissa on kuitenkin taustalla arjenhallintaan ja rutiineihin liittyvät ajatukset.

Esimerkki 1: Tämän menetelmän jokainen perhe suorittaa oman perheen kesken. Ideana on suunnitella perheelle oma viikkokalenteri, johon on suunniteltu perheelle tietyt rytmit. Perheet askartelevat itselleen mieleisensä viikko-ohjelmajohjan esimerkiksi isolle kartongille. Kartonki jaetaan alueisiin siten, että jokaiselle viikonpäivälle tulee oma sarake ja jokainen sarake jaetaan vielä siten, että siitä pystyy erottamaan aamun, päivän, illan ja yön.

Jokaiseen vuorokauden ajankohtaan askarrellaan tai piirretään, mitä silloin perheen arjessa tapahtuu. Esimerkiksi aamun kohdalle voi askarrella herätyskellon, joka tarkoittaa, että on aika nousta ylös. Aamun kohdalle voi lisäksi askarrella aamupalan, hampaiden pesun sekä kouluun ja töihin lähdön. Samalla kaavalla täytetään vuorokauden muut ajankohdat. Askarrettujen ja piirrettyjen kuvien avulla myös pienet lapset hahmottavat, että mitä milloinkin tapahtuu ja mitä pitää tehdä.

Perheen motivaation säilyttäminen sekä sitoutuminen päivärytmin toteutumiseen on tärkeää varmistaa. Tässä voidaan hyödyntää erilaisia palkintoja. Perheet voivat jokaisen päivän kohdalle merkitä hymynaamoja, jos asiat ovat sujuneet niin kuin oli suunniteltu. Perheelle voidaan asettaa viikolle tietty tavoitemäärä hymynaamoissa ja jos se täyttyy, saa perhe itselleen jonkinlaisen mieluisen palkinnon. Tämä tuo piristystä arkeen ja perhe huomaa, että arki voi olla sujuvaa ja mukavaa.

Tarvittava materiaali: Askartelutarvikkeet, joiden avulla saadaan mieleisen näköinen viikko-ohjelma pohja tehtyä ja rakennettua.

(Lähde: EHYT ry.)

3.6 Perheen yhteisöllisyyden lisääminen

Perheen yhteisöllisyyden lisäämisen on tärkeää ja etenkin se, että jokainen perheen jäsen kokee kuuluvansa osaksi tätä perhettä ja näkee, että itsellä on jokin selkeä rooli perheessä. Yhteisöllisyyttä voi lisätä ja harjoitella erilaisilla toiminoilla, joissa perheet tekevät yhdessä asioita, eli perheenä. Tähän kohtaan olen suunnitellut viiden lajin leikkimieliset olympialaiset, joissa korostuu perheenjäsenten välinen yhteistyö ja toisen kannustaminen. Jokainen pääsee osallistumaan toimintaan ja saa itselleen selkeän roolin. Lajeja voi halutessaan lisätä tai vähentää, lapsilähtöisyys huomioiden viisi lajia on hyvä määrä, jotta pienten lasten mielenkiinto ja jaksaminen riittävät hyvin.

Olympialaiset: Olympialaiset ovat matalan kynnyksen liikunnallista toimintaa, jossa ajatuksena on hauskanpito yhdessä liikunnan merkeissä. Halutessaan olympialaisista voi muodostaa yksikössä leikkimieliset kilpailut, mutta lopullisten tulosten julkistamisessa voi vain todeta, että kilpailu oli tasainen ja kaikki ovat voittajia. Näin perheen pienimmille ei tule pahamieli ja jokaiselle jää loppujen lopuksi voittajafiilis. Jokaiselle osallistujalle voi antaa hyvin menneistä suorituksista pienen palkinnon, jolloin viimeistään unohtuu, että mitään pienimuotoista kilpailua ylipäättänsä edes olluakaan. Alapuolelta löytyy useita erilaisia lajeja, joista ohjaajat voivat valita sellaiset, jotka sopivat parhaiten juuri kyseiselle kohderyhmälle.

1. TENNISBALLON VIERITYS HULAVANTEESEEN

- Ryhmälle jaetaan yhteensä 10 tennispalloa. Tennispallot laitetaan heittopaikalle, joka on sopivan matkan päässä renkaasta (heittomatka määritellään ryhmän mukaan). Ideana on saada vieritettyä mahdollisimman monta tennispalloa hulavanteeseen niin, että pallot jäävät vanteen sisälle. Aikaa rastin suorittamiseen on ryhmän koosta riippuen 3-5 minuuttia. Jokainen ryhmän jäsen pääsee vierittämään palloa.

Heittopaikalle muodostetaan jono. Jonon ensimmäinen vierittää yhden pallon, jos pallo jää renkaan sisälle, niin pallo jätetään sinne eikä sitä haeta pois. Jos pallo taas ei jää renkaaseen, niin heittäjä hakee pallon ja tuo sen jonossa seuraavana olevalle. Eli samalla pallolla heitetään niin kauan, että joku saa sen jäämään renkaan sisälle. Jos ryhmä saa ennen ajan loppumista kaikki 10 palloa renkaan sisälle, saavat he hakea kaikki pallot takaisin ja jatkaa niillä vierittämistä. Ajan täytyttyä ohjaajalle ilmoitetaan kuinka monta palloa renkaaseen saatiin vieritettyä.

2. RINGETEN/RENKAAN HEITTO KEPPIIN

- Ryhmälle jaetaan 5 ringetteä/rengasta. Ryhmäläiset asettuvat jonoon ja yksi ryhmästä ottaa kepin (esim. harjanvarsi) ja menee seisomaan vastapäätä jonon ensimmäistä sovitun matkan päähän (heittomatka määritellään jälleen ryhmän mukaan). Jonon ensimmäinen ottaa 5 rengasta käteensä ja yrittää saada heitettyä ne kaikki keppiin, jota toinen ryhmäläinen pitää kädessään. Kepin pitäjä saa liikuttaa keppiä, mutta hän ei itse saa ottaa askelia mihinkään suuntaan. Aikaa rastin suorittamiseen on 3-5 minuuttia ryhmän koosta riippuen. Kun heittäjä on heittänyt kaikki renkaansa, huutaa kiinniottaja kuinka monta rengasta keppiin jäi ja vie renkaat jonon seuraavalle. Tämän jälkeen kiinniottaja siirtyy jonon perälle ja renkaan heittäjä siirtyy kiinniottajaksi. Jos ensimmäinen heittäjä saa esim. 3 rengasta keppiin, niin tähän lukuun lisätään aina seuraavan heittäjän saamat renkaat jne.. Eli lasketaan kaikki saadut renkaat yhteen ja ajan täytyttyä ilmoitetaan ohjaajalle kuinka monta rengasta yhteensä saatiin. Jos ryhmä on pieni, niin kiinniottajan voi jättää pois ja laittaa esim. tötsän tietyn matkan päähän ja renkaita yritetään heittää siihen.

3. HERNEPUSSIN HEITTO TAKAPERIN

- Hernepussin heitossa ryhmälle annetaan 1 hernepussi. Ryhmäläiset menevät jonoon heittopaikalle ja yksi ryhmästä menee kiinniottajaksi

sovitun matkan päähän. Heittäjä on selin kiinniottajaan. Yksi piste tulee siitä, jos kiinniottaja saa hernepussin ilmasta kiinni. Hernepussi ei saa koskettaa maata. Kiinniottaja ei saa liikkua, vaan hänen tulee pysyä koko ajan paikallaan. Tukiaskelien ottaminen voidaan sallia, mutta se helpottaa todella paljon. Kun heittäjä on heittänyt hernepussin, niin hän siirtyy sen jälkeen kiinniottajaksi. Kiinniottaja puolestaan siirtyy jonon viimeiseksi ja samalla vie hernepussin jonossa seuraavana olevalle. Aikaa rastin suorittamiseen on 3-5 minuuttia. Ajan täytyttyä ilmoitetaan ohjaajalle, kuinka monta koppia yhteensä saatiin.

4. BOCCIA PALLOJEN HEITTO HULAVANNE RENKAISIIN

- Ryhmälle jaetaan 3 boccia palloa. Laitetaan hulavanteita 3 peräkkäin tietyn matkan päähän heittoviivasta. Lähimmästä vanteesta saa 1 pisteen, keskimmäisestä 3 pistettä ja kauimmaisesta 5 pistettä. Ryhmäläiset asettuvat jonoon heittoviivan taakse. Aikaa rastin suorittamiseen on 3-5 minuuttia ryhmän koosta riippuen. Jonon ensimmäinen ottaa itselleen kaikki 3 palloa ja yrittää saada heitettyä ne hulavanteiden sisälle niin, että pallot jäävät niiden sisälle. Heitettyään kaikki 3 palloa heittäjä hakee pallot ja tuo ne jonon seuraavalle ilmoittaen samalla kuinka paljon hän sai pisteitä ja siirtyy sen jälkeen jonon viimeiseksi. Jälleen lasketaan kaikki saadut pisteet yhteen ja ilmoitetaan ajan loputtua ohjaajalle yhteispistemäärä.

Heitettävänä esineenä voidaan käyttää myös jotain muuta, kuin boccia palloa. Tärkeää on kuitenkin huomioida, että heitettävä esine ei pompi paljoa, koska muuten sen saaminen renkaan sisälle on todella haastavaa. Renkaissa voi myös soveltaa, käyttäen esimerkiksi ämpäreitä tai tekemällä paperista tai teipistä ympyröitä lattiaan.

5. JALKAPALLON POTKAISU MAALIIN/TÖTSIEN VÄLIIN

- Ryhmälle annetaan yksi jalkapallo. Ryhmäläiset menevät jonoon potkaisuviivan taakse. Rastin suorittamiseen on aikaa 3-5 minuuttia ryhmän koosta riippuen. Potkaisumatka määritellään myös ryhmän mu-

kaan. Ideana on, että jonon ensimmäinen yrittää potkaista pallon maaliin/tötsien väliin. Jos tässä onnistutaan, tulee siitä 1 maali. Potkaisun jälkeen vetäjä hakee pallon jonon seuraavalle ja siirtyy itse jonon perälle. Kaikki saadut maalit lasketaan yhteen ja ilmoitetaan ajan loputtua ohjaajalle.

6. HERNEPUSSIN HEITTO ÄMPÄRIIN

- Ryhmälle jaetaan 5 hernepussia. Ryhmäläiset asettuvat jonoon heittoviivan taakse. Heittomatka määritellään ryhmän mukaan. Aikaa rastin suorittamiseen on 3-5 minuuttia ryhmän koosta riippuen. Jonon ensimmäinen ottaa kaikki 5 hernepussia ja yrittää heittää ne ämpäriin. Heitettyään kaikki hernepussit, hakee heittäjä hernepussit jonon seuraavalla ja ilmoittaa, montako pussia hän sai ämpäriin ja siirtyy sitten jonon perälle. Ajan loputtua ilmoitetaan ohjaajalle kuinka paljon pisteitä tuli.

7. HULAVANTEEN LÄPI RINGISSÄ

- Ryhmäläiset menevät ringiin ja ottavat toisiaan käsistä kiinni. Ohjaaja laittaa johonkin väliin hulavanteen. Rastin ideana on, että 3-5 minuutin aikana ryhmän tulee saada mahdollisimman monta kertaa hulavanne kiertämään kaikkien läpi ringissä. Yksi kierros tulee siitä, kun rengas tulee takaisin siihen väliin, johon ohjaaja on sen aluksi laittanut. Kädet eivät saa irrota toisistaan suorituksen aikana kertaakaan. Ajan täytyttyä ohjaajalle ilmoitetaan, että kuinka monta kierrosta hulavanne ehti kiertää. Jos kierros on ajan täytyttyä kesken, ei puolikkaita kierroksia lasketa vaan pelkästään kokonaiset.
- Huomioi menetelmässä ryhmien koot, kaikissa ryhmissä tulee olla saman verran osallistujia. Menetelmän voi tehdä myös yhdessä isossa ryhmässä, esimerkiksi ryhmätilanteen loppuun. Näin se toimii hauskana lopetuksena, jolloin aikaisempien lajien leikkimielinen kilpailu myös unohtuu.

Näiden olympialaisten tarkoituksena on yhteisöllisyyden lisääminen sekä yhdessä tekeminen. Ideana on, että jokainen pääsee osallistumaan ja lajit on suunniteltu siten, että jokainen saa onnistumisen kokemuksia. Lajit ja niiden säännöt ovat sovellettavissa ikä- ja kohderyhmien mukaan. Esimerkiksi ajan käyttöä eri lajeissa kannattaa miettiä pienten lasten kannalta, 5 minuuttia voi olla aivan liian pitkä aika yhteen lajiin. Yksi laji voi kestää esimerkiksi vain 1-2 minuuttia.

Tarvittava materiaali: Eri lajeihin tarvittavat materiaalit, riittävästi tilaa lajien suorittamiseen.

(Lähde: Keski-Suomen Opisto)

4 YHTEENVETO

Tämän työkirjan tavoitteena on selkeyttää ryhmätapaamisten sisältö ja niiden kulkua. Työkirjassa on määritelty, että millainen on hyvä ryhmätapaaminen ja mitä siihen kuuluu. Ryhmätoiminnan aloitus ja lopetus on perusteltu, että minkä takia ne ovat tärkeitä asioita ryhmän toiminnan kannalta ja lisäksi niihin on annettu esimerkkejä, miten ryhmätilanteen voi aloittaa sekä lopettaa.

Työkirjassa on avattu perheryhmässä käsiteltävät teemat ja tavoitteet, eli mitä ne käytännössä oikeastaan tarkoittavatkaan. Jokaisen tavoitteen alle on listattu erilaisia menetelmiä, joiden avulla näitä asioita päästään ryhmän toiminnassa harjoittelemaan.

Tämä kyseinen työkirja jää Jatkopolkujen perhekuntoutusyksikkö Hermannin käyttöön sähköisessä muodossa. Sähköiseen muotoon päädyttiin sen takia, jotta halutessaan kuka tahansa voi jatkaa työkirjaa lisäämällä sinne esimerkiksi uusia, hyväksi havaittuja menetelmiä.

Menetelmät eivät ole tekijän itsensä keksimiä vaan niitä on löydetty niin internetistä, kirjoista kuin aikaisempien opintojen ja omien kokemusten perusteella. Menetelmiä on pyritty muokkaamaan tarvittaessa siten, että ne ovat kohderyhmälle sopivia. Jokaisen menetelmän ohjeistuksen alle on merkattu alkuperäinen

lähde, josta tekijä on menetelmät saanut alun perin tietoonsa. Kaikista menetelmistä ei alkuperäistä lähdettä ollut enää saatavilla tai tekijän muistissa, että missä on siihen alun perin tutustunut.

Yksilöhaastattelun kysymykset

Haastattelu 17.11.2017

Perhekuntoutusyksikkö Hermannin ohjaaja Ari Jänntti 8:00-8:45.

1. Organisaation kuvaus, mikä on Jatkolut? Mitä kaikkea siihen kuuluu?
2. Mitä eri ammattilaisia teillä työskentelee?
3. Keiden kanssa teette yhteistyötä? Kuka rahoittaa toiminnan?
4. Mitkä ovat Jatkolukujen arvoja?
5. Mitä on perhekuntoutus Jatkoluilla? Mistä se koostuu?
6. Mikä on kuntoutuksen tavoite? Millä tavoin tavoitteeseen pyritään?
7. Millä tavalla asiakkaat ohjautuvat perhekuntoutukseen? Kauanko perhekuntoutus jakso kestää?
8. Millaisia eri perhemuotoja Jatkolukujen perhekuntoutuksessa on havaittavissa?
9. Onko kaikissa Jatkoluille tulleissa perheissä havaittavissa samoja ongelmia? Minkälaisia ongelmia kohtaatte?
10. Mitä tapahtuu sen jälkeen, kun perhe lähtee pois perhekuntoutusyksiköstä?
11. Voiko perhe kieltäytyä kuntoutukseen osallistumisesta? Onko kieltäytymisellä seurauksia?
12. Vaatiiko perhekuntoutukseen osallistuminen aina lastensuojelun asiakkuuden?
13. Mistä koostuu tavallinen arkipäivä perhekuntoutuksessa?