

KARELIA-AMMATTIKORKEAKOULU  
Sosiaalialan koulutusohjelma

Heidi Karvinen

KOULUTUSMATERIAALI PERHERETKITOIMINNAN  
VAPAAEHTOISILLE OHJAAJILLE

Opinnäytetyö  
Marraskuu 2019



**OPINNÄYTETYÖ**  
**Marraskuu 2019**  
**Sosiaalialan koulutus**

Tikkarinne 9  
80200 JOENSUU  
+358 13 260 600 (vaihde)

Tekijä  
Heidi Karvinen

Nimeke  
Koulutusmateriaali perheretkitoiminnan vapaaehtoisille ohjaajille

Toimeksiantaja  
Joensuun Pelastakaa Lapset ry

#### Tiivistelmä

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää vapaaehtoistoimintaa Joensuun Pelastakaa Lapset ry:n perheretkitoiminnassa. Perheretket on suunnattu perheille, joissa vanhemmalla tai vanhemmilla on ollut ongelmallista päihteiden käyttöä. Toiminnan tavoitteena on tukea lapsen ja vanhemman välistä vuorovaikutussuhdetta. Retkiä varten koulutetaan vapaaehtoisia ohjaajia, jotka toimivat ohjaajina yhdessä työntekijöiden kanssa. Opinnäytetyön tavoitteena oli lisätä vapaaehtoisten tietoa ja valmiuksia toimia perheretkitoiminnan ohjaajina.

Toiminnallisen osuuden tuotos on koulutusmateriaali. Koulutusmateriaali syntyi yhteistyökumppaneiden palaverien, projektityöntekijän eli kouluttajan kanssa tehdyn yhteistyön ja selvityksen pohjalta. Selvityksenä teemojen kartoittamiseksi käytettiin sähköistä kyselyä, joka teetettiin perheretkitoiminnan yhteistyökumppaneille. Koulutusmateriaali koostuu vapaaehtoistoiminnasta, lapsen ja vanhemman välisestä vuorovaikutussuhteesta, perheiden kohtaamisesta, ryhmätoiminnasta ja ryhmänohjauksesta.

Projektityöntekijä arvioi koulutusmateriaalia pitkin prosessia. Loppuarvioinnin perusteella materiaali sisältää tärkeää asiaa koulutuksen kannalta, materiaali on selkeää ja hyvin tiivistetty ja sen pohjalta on helppo suunnitella koulutus. Jatkossa voisi tutkia koulutusmateriaalin tarkoituksenmukaisuutta ja kehittää sitä vastaamaan paremmin vapaaehtoisten tarpeita. Perheretkitoiminnasta tutkimusta voisi tehdä toiminnan suunnittelusta, kehittämisestä ja arvioinnista.

Kieli  
suomi

Sivuja 54  
Liitteet 1  
Liitesivumäärä 1

#### Asiasanat

koulutusmateriaali, lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus, perheretkitoiminta, vapaaehtoistoiminta



**THESIS**  
**November 2019**  
**Degree Programme in Social Services**

Tikkarinne 9  
FI 80200 JOENSUU  
FINLAND  
Tel. +350 13 260 600 (switchboard)

Author  
Heidi Karvinen

Title  
Training Material for Volunteer Instructors in Family Trip Activity

Commissioned by  
Save the Children Joensuu

Abstract

The purpose of this study was to develop volunteering in family trip activity of Save the Children Joensuu. Family trips are aimed at families where the parent or parents have had problematic substance use. The aim of the activity is to support the interaction between the child and the parent. Volunteer instructors are trained for the trips, and they act as instructors together with the employees. The aim of the thesis was to increase the volunteers' knowledge and skills to act as instructors for family trip activity.

The output of the functional part of the thesis is a training material. The training material was created based on meetings with partners, collaboration with a project worker alias the trainer and a preliminary study. As a preliminary study for figuring out the themes, an electronic questionnaire was used and it was commissioned for the partners of family trip activity. The training material consists of volunteering, parent-child relationship, encounters with families, group activity and group counselling.

The project worker evaluated the training material along the process. Based on the final evaluation, the material contains important material for the training, the material is clear and well summarized, and it is easy to plan the training based on it. In the future, the relevance of the educational material could be explored and developed to better meet the needs of volunteers. Research on family trip activity could be done on the planning, development and evaluation.

Language

Finnish

Pages 54  
Appendices 1  
Pages of Appendices 1

Keywords

training material, parent-child relationship, family trip activity, voluntary

## Sisältö

1	Johdanto .....	3
2	Vapaaehtoistoiminta .....	4
2.1	Vapaaehtoistoiminnan määrittelyä .....	4
2.2	Vapaaehtoistoiminnan periaatteita .....	5
2.3	Vapaaehtoisen rooli .....	6
2.4	Vapaaehtoisen tukeminen .....	7
2.5	Vapaaehtoistoiminnan hyödyt ja motiivit .....	8
3	Lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutussuhde .....	9
3.1	Lapsen ja vanhemman välinen suotuisa vuorovaikutussuhde .....	9
3.2	Haasteet lapsen ja vanhemman välisessä vuorovaikutussuhteessa ..	11
3.3	Ongelmallisen päihteiden käytön vaikutukset lapsen ja vanhemman välisessä vuorovaikutussuhteessa .....	12
3.4	Lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutussuhteen tukeminen .....	15
3.5	Lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutussuhteen vahvistaminen .....	16
3.6	Perheleiri ja -retki lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutussuhteen vahvistajana .....	18
4	Perheiden kohtaaminen .....	20
4.1	Kohtaamisesta yleisesti .....	20
4.2	Lähestymistapoja perheiden kohtaamiseen .....	20
5	Ryhmätoiminta ja ryhmänohjaus .....	23
6	Perehdyttämisen ja koulutuksen tuottaminen .....	25
6.1	Perehdyttämisen määrittelyä .....	25
6.2	Koulutuksen suunnittelu .....	26
6.3	Vapaaehtoisen perehdyttäminen ja koulutus .....	27
7	Aikaisemmat opinnäytetyöt ja tutkimus aiheesta .....	29
8	Opinnäytetyön lähtökohdat .....	30
8.1	Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite .....	30
8.2	Toimeksiantaja .....	31
8.3	Perheretkitoiminta .....	32
9	Opinnäytetyön menetelmälliset valinnat ja toteutus .....	33
9.1	Toiminnallinen opinnäytetyö ja tutkimuksellinen kehittämistoiminta ..	33
9.2	Yhteistyökumppaneiden osallistaminen kehittämistoimintaan .....	35
9.3	Sähköinen kysely selvityksenä .....	36
9.4	Prosessikuvaus .....	38
9.4.1	Tavoitteen määrittely ja suunnittelu .....	40
9.4.2	Toteutus, arviointi ja päättäminen .....	42
10	Pohdinta .....	44
10.1	Prosessin pohdintaa .....	44
10.2	Luotettavuus ja eettisyys .....	46
10.3	Ammatillinen kasvu .....	48
10.4	Opinnäytetyön hyödynnettävyys ja jatkotutkimusideat .....	49
	Lähteet .....	50

### Liitteet

Liite 1 Kysely

## 1 Johdanto

Sosiaali- ja terveystyöjärjestöt tukevat omalta osaltaan erilaisissa elämäntilanteissa olevia ihmisiä. Sosiaali- ja terveystyöjärjestöt toimivat pitkälti vapaaehtoisvoimin. Sosiaali- ja terveystyöjärjestöissä toimii vuosittain puoli miljoonaa vapaaehtoista. Vapaaehtoistoiminta edistää ihmisten hyvinvointia merkittävästi. (SOSTE Suomen sosiaali ja terveys ry 2019.) Vapaaehtoistoiminnalla on myös suuri taloudellinen merkitys yhteiskunnalle (Marjovuori 2014, 11). Järjestöbarometrin (2018, 125) mukaan suurimmassa osassa valtakunnallisia järjestöjä vapaaehtoistoiminta, vapaaehtoisten määrä ja vapaaehtoisten tarve on lisääntynyt. Myös vapaaehtoisten koulutus, perehdytys ja osaaminen ovat lisääntyneet.

Toimeksiantajani Joensuun Pelastakaa Lapset ry toteuttaa perheretkitoiminnan pilotin vuosina 2019–2020. Perheretket on suunnattu perheille, joissa vanhemmalla tai vanhemmilla on ollut ongelmallista päihteiden käyttöä, mutta perheet ovat jo tuen piirissä. Toiminnan tavoitteena on tukea lapsen ja vanhemman välistä vuorovaikutussuhdetta ja tarjota lapselle ja vanhemmalle yhteisiä onnistumisen kokemuksia. (Projektityöntekijä 2019a.) Perheretkitoimintaa järjestetään yhteistyössä julkisen, yksityisen ja kolmannen sektorin toimijoiden kesken (Projektityöntekijä 2019b).

Retkiä varten koulutetaan vapaaehtoisia ohjaajia, jotka toimivat ohjaajina yhdessä työntekijöiden kanssa. Opinnäytetyöni tarkoituksena oli kehittää vapaaehtoistoimintaa Joensuun Pelastakaa Lapset ry:n perheretkitoiminnassa. Tavoitteena oli lisätä vapaaehtoisten tietoa ja valmiuksia toimia perheretkitoiminnan ohjaajina. Opinnäytetyöni on toiminnallinen, ja toiminnallisen osuuden tuotos on koulutusmateriaali. Koulutusmateriaali syntyi yhteistyökumppaneiden palaverien, projektityöntekijän eli kouluttajan kanssa tehdyn yhteistyön ja selvityksen pohjalta. Selvityksenä teemojen kartoittamiseksi käytettiin sähköistä kyselyä, joka teetettiin perheretkitoiminnan yhteistyökumppaneille.

Raportissa selvitetään aluksi opinnäytetyön tietoperustaa. Se rakentuu koulutuksen teemoista, joita ovat vapaaehtoistoiminta, lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutussuhde, perheiden kohtaaminen sekä ryhmätoiminta ja ryhmänohjaus.

Lisäksi tietoperustaan kuuluu perehdyttämisen ja koulutuksen tuottaminen sekä aiheesta tehdyt aikaisemmat opinnäytetyöt ja tutkimus. Sen jälkeen kuvataan opinnäytetyön lähtökohdat, mihin sisältyy tarkoitus ja tavoite ja opinnäytetyön taustaa. Tämän jälkeen pureudutaan opinnäytetyön menetelmällisiin valintoihin ja toteutukseen. Lopuksi on pohdittu opinnäytetyön toteutusta, luotettavuutta ja eettisyyttä, omaa ammatillista kasvua sekä opinnäytetyön hyödynnettävyyttä ja jatkotutkimusaiheita.

## **2 Vapaaehtoistoiminta**

### **2.1 Vapaaehtoistoiminnan määrittelyä**

Vapaaehtoistoiminta ja -työ ovat määritelmänä jakaneet mielipiteitä. Joidenkin mielestä termien välillä on eroa ja toiset pitävät niitä synonyymeinä. (Laimio & Välimäki 2011, 9.) Jos termien välille halutaan tehdä eroa, voidaan vapaaehtoistoiminnan katsoa olevan kollektiivista toimintaa, kun taas vapaaehtoistyön yksilön tekemää (Willberg 2015, 6). Käytän opinnäytetyössäni termiä vapaaehtoistoiminta, koska Willbergin (2015, 6) mukaan vapaaehtoistyö sanana voi viitata siihen, että kyse on työstä. Projektityöntekijän (2019c) mukaan vapaaehtoistoimintaa terminä käytetään yleisesti käytännössä.

Vapaaehtoistoimintaa ovat perinteisesti järjestäneet järjestöt, seurakunta ja julkinen sektori (Laimio & Välimäki 2011, 16). Vapaaehtoistoiminta voi olla organisoitua tai organisoimatonta toimintaa (Willberg 2015, 6). Laimio ja Välimäki (2011, 11) jakavat vapaaehtoistoiminnan tukea tuottavaan vapaaehtoistoimintaan, osallistavaan vapaaehtoistoimintaan, tuettuun vapaaehtoistoimintaan, vertaistoimintaan, palvelutoimintaan, talkoo-, keräys- ja tapahtumatoimintaan ja järjestötoimintaan sekä yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen.

Perheretkitoiminnassa kyse on osallistavasta vapaaehtoistoiminnasta. Osallistavassa vapaaehtoistoiminnassa vapaaehtoinen aktivoi ja mahdollistaa asiakkaan osallistumisen esimerkiksi harrastustoimintaan. (Laimio & Välimäki 2011, 11.)

Perheretkillä vapaaehtoiset omalta osaltaan mahdollistavat perheiden osallistumisen perheretkille.

## 2.2 Vapaaehtoistoiminnan periaatteita

Vapaaehtoistoimintaa tehdään jonkin tärkeän asian puolesta ja sitä voi tehdä kuka tahansa. Vapaaehtoistoiminta perustuu vapaaehtoisuuteen. Se on omasta tahdosta lähtevää, vapaaehtoisella on oikeus valita tehtävänsä ja sitoutua siihen itselleen sopivaksi ajaksi. Hänellä on myös oikeus kieltäytyä tehtävästä, jos se ei sovi hänelle. Vapaaehtoistoiminta on palkatonta. (Eläkeliitto 2008, 16–17; Kansalaisareena 2019.)

Vapaaehtoistoiminta on vastavuoroista toimintaa. Tämä tarkoittaa, että tukea saava ei ole autettava ja kohde vaan toiminta rikastuttaa molempien elämää. (Harju, Niemelä, Ripatti, Siivonen & Särkelä. 2001, 34.) Tärkeää toiminnassa on ihmisten välinen kunnioitus ja tasa-arvoisuus. Vapaaehtoisen tulee kunnioittaa tukea saavien itsemääräämisoikeutta. Tämä tarkoittaa, että jokaisella on oikeus tehdä itse omaan elämäänsä liittyviä valintoja (Eläkeliitto 2008, 16–17; Harju ym. 2001, 34).

Vapaaehtoinen on vaitiolovelvollinen. Vaitiolovelvollisuus koskee tietoja vapaaehtoisen kohtaamista ihmisistä sekä mahdollisesti muita asioita. Vapaaehtoinen voi kertoa tietoja kohtaamistaan ihmisistä heidän luvallansa esimerkiksi ammatillisille, jotka ovat tekemisissä kyseisten ihmisten kanssa. Ongelmatilanteissa vapaaehtoisen tuleekin keskustella asioista yhdyshenkilönsä kanssa. Salassapidosta sovitaan vapaaehtoisen kanssa tehtävässä sopimuksessa. Salassapidosta on säädetty useissa eri laeissa, joita voidaan myös soveltaa vapaaehtoiisiin. (Willberg 2015, 15.)

Vapaaehtoisuudesta huolimatta toiminta edellyttää sitoutumista (Eläkeliitto 2008, 17). Kuuluvaisen (2015, 49) mukaan vapaaehtoistoiminnassa sitoutuminen tarkoittaa vapaaehtoisen osallistumista, motivoitumista ja halua pysyä mukana toiminnassa sekä vastuun ottamista toiminnasta. Mykkänen-Hännisen (2007, 63)

mukaan vapaaehtoistoiminnassa sitoutuminen on kiinnittymistä toimintaan ja työyhteisöön.

Sitoutua voi toimintaan yleisesti tai tiettyyn tehtävänkuvaan. Usein tavoitteena on, että vapaaehtoiset pysyvät mahdollisimman pitkään toiminnassa mukana ja hankkivat vähitellen tarpeellista osaamista. Toiminnan onnistumisen ja jatkuvuuden kannalta sitoutuminen on merkittävää, etenkin yhdistyksissä, joissa ei ole palkattuja työntekijöitä. Eri tehtävät vaativat eriasteista sitoutumista. Esimerkiksi projektimainen sitoutuminen edellyttää tiettyä ajanjaksona sitoutumista toimintaan. (Kuuluvainen 2015, 49.) Vapaaehtoinen sitoutuu noudattamaan toiminnassaan organisaation toimintaperiaatteita. Sitoutuminen yhteiseen toimintakulttuuriin edesauttaa kohderyhmän saamaa yhdenmukaista kohtelua. Tämä on myös turvallisuussyistä tärkeää. (Mykkänen-Hänninen 2007, 34, 59.)

Vapaaehtoisen on omalta osaltaan tärkeää olla luottamuksen arvoinen (Harju ym. 2001, 35). Vapaaehtoistoiminnassa luottamuksen rakentaminen toimijoiden kesken on tärkeää yhteistoiminnan onnistumiseksi. Keskinäinen luottamus edesauttaa kommunikointia ja tehtävien jakamista. Keskinäinen luottamus syntyy tutustumisesta, omana itsenä olemisesta ja toisten hyväksymisestä, yhdessä toimimisesta, selkeistä pelisäännöistä ja avoimesta tiedottamisesta. (Kuuluvainen 2015, 62–63.)

### **2.3 Vapaaehtoisen rooli**

Vapaaehtoistoiminnassa toimenkuvat voidaan määritellä eri tavoin. Toimenkuvat voidaan määritellä etukäteen, ne voidaan suunnitella yhdessä, vapaaehtoinen voi luoda toimenkuvan tai ne syntyvät työryhmien kautta. Ammattimaisesti johdettussa vapaaehtoistoiminnassa roolien ja toimenkuvien suunnittelu on keskeistä. (Kuuluvainen 2015, 65.) Perheretkitoiminnassa vapaaehtoisen rooli on määritelty etukäteen.

Etukäteen määritellyt toimenkuvat auttavat vapaaehtoisten rekrytoinnissa. Sillä myös edistetään vapaaehtoisten selkeää työntekijästä eroavaa roolia. Kun roolit



on suunniteltu tarkasti, kaikki yhdistyksen toimijat ovat selvillä siitä, mitä vapaaehtoisen työnkuvaan kuuluu. Etukäteen määritelty rooli antaa myös vapaaehtoiselle selkeämmän käsityksen siitä, millaiseen rooliin hän on sitoutumassa. Toimenkuvia määriteltessä tärkeitä asioita ovat tehtävän kesto ja siihen käytettävä aika, velvollisuudet ja tehtävät, toimintaympäristö, vapaaehtoiselta toivottu tai vaadittu osaaminen, koulutus tehtävään ja tuki vapaaehtoiselle. (Kuuluvainen 2015, 66–67.)

Vapaaehtoistoiminta ihmisten parissa painottuu ihmisten väliseen kohtaamiseen ja vuorovaikutuksessa tapahtuvaan tukemiseen. Vapaaehtoinen toimii rinnalla kulkijana. Vapaaehtoinen toimii oman persoonansa ja elämäkokemuksensa pohjalta. (Mykkänen-Hänninen 2007, 35, 50–51.) Vapaaehtoistoiminta täydentää ammattilaisten toimintaa, ei korvaa sitä (Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta ETENE 2014, 9). Vapaaehtoisella on toiminnassa tavallisen ihmisen vastuu lähimmäisestään. Tarvittaessa vapaaehtoinen ohjaa tukea saavan ammattilaisen luo. (Harju ym. 2001, 35.)

## **2.4 Vapaaehtoisen tukeminen**

Ihmisten ja heidän elämäntilanteidensa kohtaaminen vapaaehtoistoiminnassa on usein tunteita ja kysymyksiä herättävää sekä henkisesti kuormittavaa (Syrjänen 2017, 121). Siksi on tärkeää, että vapaaehtoinen saa tukea jaksamiselleen, ja hänellä on mahdollisuus purkaa tuntemuksiaan (Mykkänen-Hänninen 2007, 61). Ammattimaisesti johdetussa organisaatiossa on yleensä työntekijä, jonka tehtävänä on olla vapaaehtoisen tukena ja käytettävissä tarvittaessa (Kuuluvainen 2015, 80). Ammattilainen voi tarjota tukea vapaaehtoiselle olemalla konkreettisesti läsnä tai niin, että vapaaehtoisella on mahdollista tarvittaessa kysyä häneltä apua. Tiedollinen ja emotionaalinen tuki edesauttavat vapaaehtoisen suoriutumista tehtävässä ja kehittymistä. Välitön tuki auttaa ennen kaikkea akuuteissa tilanteissa. Muuten tukimuotona voi toimia työnohjaus. (Mykkänen-Hänninen 2007, 61, 64.)

Vapaaehtoisten kohdalla yleistä on ryhmätyönohjaus, jossa ohjattavana on yhtä aikaa useampia. Työnohjaus mahdollistaa uusien näkökulmien saamista toisten

kokemusten ja yhteisen keskustelun kautta sekä kasvattaa yhteenkuuluvuuden tunnetta. (Syrjänen 2017, 121.) Vapaaehtoisten tapaamiset mahdollistavat vertaistuen saamisen. Usein vapaaehtoiset saavat tukea myös koulutuksen kautta. (Kuuluvainen 2015, 80.)

Vapaaehtoisten tukemiseen voi soveltaa kannustavan ohjauksen otetta. Kannustavaan ohjaukseen kuuluu kuusi elementtiä. Nämä ovat kiinnostuneisuus jaksamisesta ja ideoista, aito kuuntelu, arvostus ja kiittäminen, muutostarpeiden kuuntelu sekä näkeminen osana yhteisöä. (Pessi & Oravasaari 2010, 178.)

## **2.5 Vapaaehtoistoiminnan hyödyt ja motiivit**

Vapaaehtoisuus on kaksisuuntainen prosessi. Tällä tarkoitetaan, että toiminta hyödyttää kohdetta tai ihmisten parissa toimiessa tuettavaa sekä tekijää. Vapaaehtoistoiminnan avulla voidaan monin tavoin edistää ihmisten hyvinvointia muun muassa ehkäisemällä yksinäisyyttä ja syrjäytymistä sekä lisäämällä osallisuutta. (Kansalaisareena 2019.)

Pessi ja Oravasaari (2010, 14, 113–114) ovat teettäneet tutkimuksen vapaaehtoistoiminnasta RAY:lle (nyk. STEA). Tutkimus teetettiin RAY:n avustusta saaneille järjestöille ja vapaaehtoistoimijoille. Tutkimuksen mukaan järjestöt kokivat vapaaehtoistoiminnan erityisen merkityksellisenä järjestöjen toiminnalle, ihmisten väliselle sosiaaliselle vuorovaikutukselle ja yleisesti kansalaistoiminnan edistämiseksi. Tutkimuksessa myös kysyttiin, miten teemojen merkitykset ilmenevät konkreettisesti. Konkreettisesti teemat ilmenevät tutkimuksen mukaan muun muassa yhteistyönä, vuorovaikutuksena, yhteisöllisyytenä, hyvinvointina, itsetunnon nousuna, vertaistuen toteutumisenä, vastavuoroisuutena ja syrjäytymisen ehkäisemisenä.

Pessi ja Oravasaari (2010, 141, 145) selvittivät tutkimuksessa myös vapaaehtoistyöntekijöiden motiiveja lähteä mukaan vapaaehtoistoimintaan. Vastauksissa ilmenivät kolme teemaa: halu auttaa, oma kokemus, kuten sairaus ja vertaistuki sekä murros elämässä, kuten eläkkeelle jääminen. Lehtosen ja Salovaaran

(2009, 12) mukaan vapaaehtoistoimintaan voi motivoida halu tehdä jotakin mielekästä, tuntea itsensä merkitykselliseksi sekä kehittää itseään. Lisäksi toimintaan voi houkutella auttamisen halu ja omien arvojen toteuttaminen. Myös kokeilunhalu voi motivoida toimintaan mukaan. Vapaaehtoinen voi haluta kokeilla ja käyttää omia taitojaan ja vastapainoa työlle. Yhteisöllisyyden kaipuu voi olla myös motivoiva tekijä. Vapaaehtoinen ehkä kaipaa sosiaalista verkostoa, haluaa uusia ihmissuhteita ja tehdä asioita yhdessä toisten kanssa.

### **3 Lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutussuhde**

#### **3.1 Lapsen ja vanhemman välinen suotuisa vuorovaikutussuhde**

Suotuisa lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus on vastavuoroista (Järvinen, Lankinen, Taajamo, Veistilä & Virolainen 2012, 148). Vastavuoroisuudella tarkoitetaan sitä, että lapsi ja vanhempi pyrkivät vaikuttamaan toinen toisiinsa ja reagoivat toisiinsa. Molemmat tekevät vuorovaikutuksessa aloitteita ja kohdistavat odotuksiaan toista kohtaan. (Rusanen 2011, 78.)

Kiintymyssuhdeteorian mukaan turvallisuus on ihmisen kehittymisen lähtökohta. Vanhemman tehtävänä on luoda ja ylläpitää lapsen turvallisuuden tunnetta. Lapsen kokiessa olonsa turvalliseksi, hän voi kehittyä täyspainoisesti. Lapsen kasvaessa hän ottaa yhä enemmän vastuuta omasta turvallisuudestaan. (Hughes 2011, 31–32.)

Lapsen kokemus turvallisuudesta syntyy aikuisen kyvystä olla sensitiivinen. Sensitiivisyys on herkkyyttä havainnoida toisen tunteita ja tarpeita ja kykyä vastata niihin riittävän oikealla tavalla. (Vilén, Tapio, Janhunen, Kytöpuu, Salo, Seppänen, Seppänen & Tapio 2010, 66.) Sensitiivinen vanhempi virittäytyy lapsen kanssa samaan tunnetilaan ja jakaa sen lapsen kanssa (Tapio, Seppänen, Hypönen, Janhunen, Prusila, Salo, Toivanen, Vilén 2010, 127). Virittäytymisessä lapsen tunnetilaan on kyse oman käyttäytymisen sovittamisesta siihen. Virittäytyminen on kahdenkeskistä, mikä merkitsee, että myös lapsi sovittaa käyttäytymisensä aikuisen mukaan. (Launonen 2007, 23.)

Sensitiivinen vanhempi pyrkii ymmärtämään motiiveja lapsen käyttäytymisen takana (Tapio ym. 2010, 127). Sensitiivinen vanhempi kykenee ilmaisemaan aitoja, myönteisiä tunteita lapselle. Hän hymyilee ja iloitsee lapsesta aidosti, hänen äänensä ja katseensa on lämmin. Hän näyttää välittävänsä ja saa lapsen hyvälle mielelle. Hän myös huomaa, kun lapsi tarvitsee lohdutusta ja saa lapsen rauhoittumaan. (Salo 2012, 92.)

Osa turvallisuutta on ennakoitavuus. Ennakoitavuus on arjen säännöllisyyttä ja vanhemman johdonmukaista käytöstä. Suurimman osan arjesta olisi hyvä olla ennakoitavissa. (Sinkkonen 2012, 103–104, 270.) Osa ennakoitavuutta on kohtalaisen säännöllinen päivärhythmi. Siihen sisältyy esimerkiksi riittävä uni, liikunta ja säännöllinen ruokarytmi. (Tapio ym. 2010, 160.) Ennakoitavuuteen sisältyvät myös rutiinit. Ne ovat sisäistettyjä sopimuksia ja sääntöjä. (Puura 2019, 73, 89.)

Lapsen ja vanhemman väliseen vuorovaikutussuhteeseen kuuluu myös lapsen ohjaaminen. Vanhempi ohjaa lasta tämän ikään ja kehitystasoon sopivalla tavalla. Tärkeää on tukea lapsen itsenäisyyttä ja tarjota onnistumisen kokemuksia. Lapsen toiminnan ohjaamiseen kuuluu myös rajojen asettaminen. Lapsen kanssa keskustellaan rajoista ja perustellaan niitä. (Salo 2012, 96; Cacciatore, Korteniemi-Poikela & Huovinen 2008, 265.)

Lasta tulisi kuulla ja hänen kanssaan tulisi voida puhua vaikeistakin asioista (Vilén ym. 2010, 12). Vanhemman pitäisi tukea lasta ilmaisemaan tunteitaan ja tarpeitaan (Tapio ym. 2010, 145). Kaikki lapsen tunteet tulisi sallia. Lapsi oppii vähitellen itse sanoittamaan tunteitaan aikuisen avustuksella. (Saukkola & Laane 2017, 123–124.) Vanhempi voi auttaa lasta tunteiden säätelyssä jakamalla tunteita lapsen kanssa. Vanhempi voi vahvistaa tai lieventää lapsen tunteita. Iän myötä lapsi oppii yhä enemmän säätelämään itse tunteitaan. (Puura 2019, 143–144.) Myös vanhemmalla on lupa ilmaista tunteitaan ja tarpeitaan (Vilén, Hansen, Janhunen, Kytöpuu, Salo, Seppänen, Seppänen, Tapio 2010, 12). Vanhemman on kuitenkin tärkeää osata säädellä omia kielteisiä tunteita, eikä purkaa niitä lapseen (Salo 2012, 93).

Lapselle on tärkeää, että hänet hyväksytään ja häntä arvostetaan omana itsenään (Tapio ym. 2010, 141). Lapsi tarvitsee vanhemman henkistä ja fyysistä läsnäoloa mahdollisimman paljon. Vanhemman tulisi aina olla lapsen saavutettavissa. (Cacciatore ym. 2008, 264.) Yhtä lailla, kun vanhempi opettaa lasta, myös lapsi opettaa vanhempansa. Vanhemmuus vaatii kykyä oppia uutta ja kasvaa lapsen kanssa yhdessä. (Tapio ym. 2010, 131.)

### **3.2 Haasteet lapsen ja vanhemman välisessä vuorovaikutussuhteessa**

Lapsen kasvuun ja kehitykseen vaikuttavat tekijät voidaan jakaa riskitekijöihin ja kompensoiviin eli suojaaviin tekijöihin. Riskitekijöiden ja suojaavien tekijöiden välinen tasapaino on oleellinen lapsen kasvun ja kehityksen kannalta. (Söderholm & Politi 2012, 84–85.) Riskitekijöistä yleisimpiä ovat vanhemman psyykinen sairaus, päihderiippuvuus sekä huono tai epäsopiva tapa tai puutteellinen kyky hoidata lasta. Niitä ovat myös muun muassa peruselintiloihin liittyvä puute ja sosiaalinen eristäytyneisyys. Riskitekijä voi myös olla lapsen ominaisuus, kuten lapsen temperamentti tai erityisherkyys. (Järvinen ym. 2012, 127, 195.) Suojaavina tekijöinä voidaan pitää riskitekijöiden vastakohtia (Itäpuisto 2008, 111). Useat riskitekijät ja ongelmien kasautuminen perheessä luovat turvattomuutta ja johtavat usein lapsen tarpeiden laiminlyöntiin (Kivitie-Kallio & Autti-Rämö 2012, 198).

Varhaiseen vuorovaikutukseen lapsen ja vanhemman välillä ongelmia voi tuoda, jos vanhemman omat varhaiset vuorovaikutuskokemukset ovat olleet epäsuotuisia. Nämä ongelmat siirtyvät herkästi sukupolvelta toiselle. (Järvinen ym. 2012, 194.) Vaarat, kuten ristiriidat tai ennalta arvaamattomat tilanteet voivat horjuttaa lapsen turvallisuuden tunnetta. Turvallisuuden tunne täytyy aina luoda uudelleen. Turvallisuuden ollessa epävarmaa, sen saavuttamisesta tulee tärkein tavoite. Lapsen turvallisuuden tunteen horjuessa suuresti tai pidempään, vaatii turvallisuuden tunteen rakentaminen uudestaan pidemmän ajan. (Hughes 2011, 31–32, 37, 39.)

Haasteet lapsen ja vanhemman välisessä vuorovaikutuksessa voivat ilmetä vanhemman osalta hänen sensitiivisyytensä puutteena, suhtautumisena lapseen ja

tämän toimintaan vihamielisesti sekä tunkeilevuutena. Tunkeilevuus lasta kohtaan voi ilmetä aikuisen toiminnan, kuten fyysisen käsittelyn pakottavuutena ja lapsen aloitteisiin vastaamatta jättämisenä. Se voi myös ilmetä lapsen käyttämisenä aikuisen tarpeiden toteuttamiseen. Aikuisen epäsopiva vuorovaikutus voi ilmetä lapsessa muun muassa passiivisuutena, ilmeettömyytenä, pakonomaisena sopeutuvuutena, aggressiivisuutena ja stressinä kuten surullisuutena ja rauhattomuutena. (Mäkelä & Salo 2012, 264.)

Kahdenkeskisen virittäytymisen seurauksena esimerkiksi vanhemman ollessa hermostunut, myös lapsi ärsyyntyy. Jos vanhempi on masentunut ja passiivinen, myös lapsi vetäytyy pois kontaktista ja passivoituu. (Launonen 2007, 23.) Lapsi peilaa minäkuvaansa suhteessa siihen, miten aikuinen suhtautuu häneen. Jos lapsi kokee, että vanhempi ei arvosta häntä, ei hän myöskään itse osaa arvostaa itseään. (Saukkola & Laane 2017, 15; Solantaus 2011, 15.)

### **3.3 Ongelmallisen päihteiden käytön vaikutukset lapsen ja vanhemman välisessä vuorovaikutussuhteessa**

Perheretkille tulevilla perheillä on taustallaan ongelmallista päihteiden käyttöä. Jotta vapaaehtoiset osaisivat tukea lapsen ja vanhemman välistä vuorovaikutussuhdetta, on heidän tärkeää ymmärtää myös lähtökohdat, mitä perheillä voi olla. Vanhempien päihdeongelmat vaikuttavat aina negatiivisesti perhe-elämään. Päihdeongelman vaikutukset riippuvat käytön säännöllisyydestä, päihderiippuvuuden asteesta, käytetyistä aineista ja siitä, minkälaisia muita ongelmia perheessä on. (Kivitie-Kallio & Autti-Rämö 2012, 198.)

Lapsen näkökulmasta vanhemman päihteiden käyttö voi olla haitallista, silloinkin kun se ei aikuisen mielestä ole. Olennaista lapsen kannalta on, miten päihteiden käyttö vaikuttaa vanhemman käytökseen ja perhe-elämään. Vanhemman päihteiden käyttö on lapsen kannalta haitallista, kun vanhempi on toistuvasti lapsen edessä päihteiden alaisena, vanhemman käytös aiheuttaa lapsessa negatiivisia tuntemuksia, lapsen tarpeista ei huolehdita ja hänen turvallisuutensa vaarantuu päihteiden käytön vuoksi. (Itäpuisto & Taitto 2010, 6.)

Vanhemman käytös muuttuu usein päihteiden käytön alaisena, krapulassa ja vie-roitusvaiheessa. Vanhemmasta voi tulla itsekeskeinen, jolloin hänen omat tar-peensa ovat ensisijaisia. Vanhempi voi vaatia lapselta liikaa tai tulkita hänen käy-töstään väärin. Lapsen käytös voi tuntua vanhemmasta negatiiviselta. Vanhem-masta voi tulla epäjohdonmukainen, välinpitämätön ja loukkaava. (Solantaus 2011, 6.) Vanhemman käytös voi olla epäsensitiivistä. Toisinaan vanhempi voi huolehtia lapsesta ja toisinaan ei. Tällöin lapsen saama hoito ja huomio ei ole lapsen kannalta ennustettavaa. Vanhemman käytös voi olla lasta kohtaan arvaa-matonta. Vanhempi voi olla aggressiivinen, jopa väkivaltainen. (Kivitie-Kallio & Autti-Rämö 2012, 198–199.)

Päihteiden käyttäjä yrittää yleensä salata käyttöönsä, mikä johtaa valehteluun. Va-lehtelusta voi tulla osa tavanomaista elämää. (Solantaus 2011, 14.) Myös lapsi voi joutua valehtelemaan päihteitä käyttävän vanhempansa puolesta (Itäpuisto 2008, 103). Tavallista päihteiden käyttäjälle on myös lupausten rikkominen. Päih-deriippuvuus aiheuttaa sen, että päihteet ovat vanhemmalle tärkein asia ja muut asiat toissijaisia. Valehtelu ja lupausten rikkominen johtavat usein siihen, että lapsi menettää luottamuksen vanhempaansa kohtaan. Myös riitely kuuluu tyypil-lisesti perheeseen, jossa on päihteiden ongelmakäyttöä. Pahimmillaan riitely voi johtaa väkivaltaan. (Solantaus 2011, 15, 24–25.)

Arki voi olla kaoottista, vailla rutiineja, jos se on riippuvainen päihteiden käytöstä ja vanhemman voinnista. Lapsi pyrkii sopeutumaan kuhunkin tilanteeseen. (Itä-puisto 2008, 37; Solantaus 2011, 7.) Lapsi voi joutua kokemaan tilanteita, jotka ovat kohtuuttomia hänen ikäänsä ja kehitykseensä nähden. Lapsella ei ole vält-tämättä mahdollisuutta ilmaista tunteitaan. (Solantaus 2011, 7.)

Vanhempien ongelmallinen päihteiden käyttö ja vaikeat tilanteet voivat saada lap-set kehittämään itselleen erilaisia selviytymiskeinoja. Yhtenä selviytymiskeinona lapsi voi ottaa aikuisen, vastuunkantajan roolin ja kantaa vastuuta itsestään, si-saruksistaan ja vanhemmistaan. Toinen selviytymiskeino on hakea huomiota ikä-villä keinoilla. Lapsi hakee huomiota kielteisellä tavalla, kun on tottunut saamaan kielteistä palautetta. Kolmas selviytymiskeino on eristäytyä muista ja viettää ai-kaa yksin. Neljäntenä selviytymiskeinona lapsi voi kiinnittää huomiota itseensä

hauskuuttamalla muita. Lapsen ei välttämättä ole tarvinnut kehittää itselleen erityisiä selviytymiskeinoja, jos perheessä on riittävästi suojaavia tekijöitä. (Cacciatore ym. 2008, 111–113; Itäpuisto & Taitto 2012, 10.)

Päihdeongelmat perheessä tuottavat lapselle negatiivisia tunteita. Negatiiviset tunteet ja stressi voivat ilmetä kehossa erilaisia oireina ja sairauksina. Lapset kokevat perustunteina pelkoa, vihaa ja häpeää. Näiden lisäksi lapsi voi kokea muita negatiivisia tunteita. Lapsi voi pelätä vanhemman käytöstä päihtyneenä tai sitä, milloin vanhempi alkaa taas juoda. Pelko vanhemman päihtyneenä olemisesta voi liittyä esimerkiksi vanhemman väkivaltaisuuteen tai vanhemman käyttäytymisen muuttumiseen. Väkivalta tai vanhemman epäoikeudenmukainen ja häiritsevä käyttäytyminen saa aikaan vihaa. Vihan lisäksi lapsi voi tuntea häpeää juomisesta, vanhemman käytöksestä, perheen tilanteesta tai muista ongelmista. Häpeä voi myös siirtyä lapseen itseensä kohdistuvaksi. (Itäpuisto 2008, 33–36.)

Lapsen itseensä kohdistuvia ja hänen asemaansa liittyviä tunteita ovat turvattomuus, ahdistus, epätoivo ja avuttomuus. Lapsi voi kokea päihteiden olevan vanhemmalle tärkeämpiä kuin hän. Hän voi pelätä tulevansa vanhempansa hylkäämäksi konkreettisesti tai henkisesti. Lapsi voi kokea olevansa yksin ilman tukea. Jos vanhemmat ovat välinpitämättömiä lasta kohtaan, hän voi kokea itsensä merkityksettömäksi. Lapsi voi kokea perheenjäsentensä puolesta surua, huolta ja epätoivoa. Lasta voi ahdistaa, jos toinen vanhempi, jolla ei ole päihdeongelmaa, on kyvytön puolustautumaan ja alistuu. (Itäpuisto 2008, 36–37.)

Lapsi voi kokea itsensä syylliseksi vanhemman päihteiden käyttöön ja riitoihin. Vanhempi voi myös itse syyllistää lasta. Vanhempi kokee usein huonommuutta tilanteessa, mutta ei pysty tekemään sille mitään (Solantaus 2011, 7, 21.) Perheessä, jossa on päihteiden ongelmakäyttöä, lapsen tunteet voivat olla ristiriitaisia. Lapsi kokee usein rakkautta ja myötätuntoa perhettään kohtaan. Positiiviset tunteet ovat usein päällimmäisinä, kun vanhempi on selvin päin. (Itäpuisto 2008, 37.)



### 3.4 Lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutussuhteen tukeminen

Perheen tukemisen perustana toimii hyvä yhteistyösuhde, luottamus ja empaattinen suhtautuminen (Korhonen 2017, 4). Ollakseen empaattinen täytyy olla sensitiivinen. Empatia on kykyä ymmärtää mitä toinen ihminen kokee, eli itsensä asettamista toisen ihmisen asemaan ja tunteiden jakamista toisen kanssa. Tunnetilan jakaminen toisen kanssa edellyttää usein luottamusta. (Vilén, Janhunen, Nissinen & Seppänen 2010, 66–67.) Raatikaisen (2015, 72) mukaan luottamuksen syntyminen perustuu hyvälle kohtaamiselle. Järvisen ym. (2012, 30) mukaan keskinäinen luottamus rakentuu arjessa, yhdessä toimiessa ja olemalla luottamuksen arvoinen.

Perhettä voi tukea rinnalla kulkemalla, keskustelemalla ja mallittamalla toimintaa. Mallittaminen tarkoittaa, että perheen kanssa toimiessa toimitaan itse tietoisesti esimerkkinä. Mallittamista tapahtuu usein myös epätietoisesti. Mallittaa voi esimerkiksi lapsen kohtaamista ja kuulemista. Vanhemmille voi olla vaikea ottaa vastaan suoria ohjeita ja neuvoja. Mallittamisen kautta toimintaa voi ohjata hienovaraisesti. Näin perhe voi halutessaan poimia käyttöönsä tiettyjä toimintatapoja. Mallittamista käytetään pääsääntöisesti rinnalla toimiessa. Perheen kanssa toimiessa tulisi pysyä taka-alalla niin, että ei tee liikaa asioita heidän puolestaan. Toiminnan painopisteen tulee aina olla perheen keskinäisessä toiminnassa, ei mallittamisessa. (Tapio ym. 2010, 153, 162–164.)

Perheen tukeminen voi olla esimerkiksi arjessa auttamista, huolen jakamista, ratkaisujen ehdottamista, oma-aloitteisuuteen kannustamista tai empaattista läsnäoloa (Vilén ym. 2010, 47). Perheen kanssa toimiessa on tärkeää suhtautua uteli-aasti siihen, mitä perhe tukemiselta haluaa (Rönkkö & Rytönen 2010, 268). Tukemista voi toteuttaa esimerkiksi dialogisuuden tai voimavara- ja ratkaisukeskeisyyden avulla (Korhonen 2017, 4). Vilénin ym. (2010, 77) mukaan dialogisuus on lähtökohta kaikille vuorovaikutuksen menetelmille. Vilénin ym. (2002, 198) mukaan kumppanuus, joka voidaan nähdä todellisena yhteistyönä ja jaettuna asiantuntijuutena perheen kanssa toteutuu parhaiten dialogisuuden avulla.

### 3.5 Lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutussuhteen vahvistaminen

Se, että vanhempi osoittaa lapselle haluavansa korjata asiat, osoittaa että suhde on vanhemmalle tärkeä. Vanhemmalla on pääasiallinen vastuu suhteen vahvistamisessa. Suhteen vahvistaminen perustuu vanhemman kykyyn muuttaa suhteen laatua, lisätä sen turvallisuutta, nähdä lapsi uudesta näkökulmasta ja olla läsnä. (Hughes 2011, 196, 204.)

Lapsi voi vastustaa vanhemman kanssa tapahtuvaa kanssakäymistä menneisyyden vuoksi. Hän ei välttämättä koe olevansa valmis korjaamaan suhdetta vanhemman kanssa. Tällöin hän todennäköisesti tarvitsee vanhemmalta paljon sinnikkäitä aloitteita ja aktiivista läsnäoloa ennen kuin kiinnostuu vanhemmasta. Vanhemman tulee hyväksyä lapsen kielteiset reaktiot aloitteisiin. Vanhemman tulisi yrittää ymmärtää lapsen kokemusta ja käsitellä sitä yhdessä. (Hughes 2011, 207–208.) Lapsi, joka on menettänyt luottamuksen vanhempaa kohtaan, voi tarvita paljon aikaa yhteyden luomiseen. Lapsi tarvitsee vanhemmalta kärsivällisyyttä yhteyden luomiseen lapsen tahdissa. (Saukkola & Laane 2017, 116.)

Vuorovaikutussuhde vahvistuu vähitellen, kun myönteisiä muutoksia tapahtuu mielen sisällä ja toiminnassa. Vanhemman erilainen suhtautuminen lapseen alkaa heijastua lapsen käyttäytymisessä, mikä taas muuttaa vanhemman suhtautumista lapseen. (Korhonen & Holopainen 2015, 16.) Lapsen ymmärrys vanhemman päihteiden käytöstä rakentuu vähitellen ajan kuluessa. Mitä enemmän lapsi kasvaa, sitä paremmin hän ymmärtää päihdeongelmaa ja sen vaikutuksia. (Solantaus 2011, 16.)

Mikäli lapsi on tottunut kantamaan huolta itsestään, hänelle tulisi tehdä selväksi, että aikuisten tehtävä on huolehtia hänestä. Kun lapsi kokee, että aikuiset pystyvät turvaamaan hänelle ulkoiset rakenteet, hän voi alkaa luottaa siihen. (Tuovila 2008, 54.) Jos lapsella ei ole ollut pienenä turvallista ympäristöä, ulkoinen ympäristö voi myöhemmin auttaa häntä kokemaan olonsa turvalliseksi ja edesauttaa luottamista vanhempaan. Turvallinen ulkoinen ympäristö koostuu muun muassa selkeästä päivän ohjelmasta ja rakenteesta, eli päivärytmistä, rutiineista sekä valvonnasta. (Hughes 2011, 211–213.) Tukevien ulkoisten rakenteiden pohjalle voi alkaa rakentaa tunnesidettä (Tuovila 2008, 59).

Myönteinen huomioiminen auttaa vanhempaa vahvistamaan vuorovaikutussuhdetta lapsen kanssa. Myönteisyys auttaa lasta tuntemaan itsensä hyväksytyksi ja luottamaan vanhempaan. Myönteisyys rakentuu sanattomasta ja sanallisesta viestinnästä. Myönteinen huomioiminen on muun muassa läsnäoloa, kiinnostuneisuutta, hyväksymistä, arvostamista ja vahvuuksien näkemistä. (Saukkola & Laane 2017, 55, 58.) Lapselle on suhdetta vahvistaessa tärkeää osoittaa välittämistä (Solantaus 2011, 22). Hughesin (2011, 119–120) mukaan rakkaus on lapsen ja vanhemman välisen suhteen perusta. Vanhemman rakkaus ilmenee sitoutumisena lapseen ja ilona yhdessä olemisesta.

Aikuisen tehtävänä on auttaa muuttamaan lapsen mahdollisesti kielteistä näkemystä itsestään (Saukkola & Laane 2017, 67). Lapsi oppii ymmärtämään vahvuuksiaan aikuisen avulla. Siksi aikuisen on tärkeää sanoittaa lapsen vahvuuksia. Lapselle kokemus ja ymmärrys omista vahvuuksista lisäävät itsetuntemusta ja toimivat eheyttävänä kokemuksena. Vahvuuksista tietoiseksi tuleminen lisää merkityksellisyyden kokemusta ja tunnetta siitä, että voi olla oma itsensä. (Saukkola & Laane 2017, 76–77.)

Jaetulla ilolla on keskeinen merkitys vuorovaikutussuhteen vahvistamisessa. Ensisijaisten yhteisten tunteiden olisi hyvä liittyä iloon ja positiivisiin tuntemuksiin. Hauskat yhteiset hetket auttavat näkemään toisessa osapuolella positiivista ja lisäävät lapsessa sekä aikuisessa merkityksellisyyden kokemusta. Ne auttavat kohtaamaan ja ratkaisemaan ongelmia. (Hughes 2011, 90–93; Korhonen & Holopainen 2015, 17.) Mukavaa yhdessäoloa voi lisätä esimerkiksi leikin kautta. Huumori ja leikkisyys vuorovaikutuksessa keventävät arkea ja saavat aikaan yhteenkuuluvuuden tunnetta. (Korhonen & Holopainen 2015, 17; Salo 2012, 97.)

Lapsella voi olla kokemus, ettei häntä ole kuultu perheessä, jossa on ollut ongelmallista päihteiden käyttöä. Siksi hänen ajatuksiaan olisi tärkeää kuulla. (Itäpuisto 2008, 98.) Lasta tulisi kuulla, jotta vanhempi voi ymmärtää häntä. Vanhemman tulisi ottaa itse asioita esille, sillä lapsen voi olla vaikeaa sanoa kielteistä vanhemmasta. (Solantaus 2011, 16–17.) Suhteen vahvistamisessa vanhemmalta edellytetään lapsen vaikeiden tunteiden sallimista myötätuntoisesti (Saukkola & Laane

2017, 117). Lapselle on tärkeää, että vanhempi kykenee asettumaan hänen asemaansa ja ymmärtää hänen kokemuksiaan. Tämä mahdollistaa ongelmien pohittamisen ja ratkaisujen etsimisen. (Solantaus 2011, 8.) Korhosen ja Holopaisen (2015, 17) mukaan vuorovaikutussuhteen muuttamiseen tarvitaan keskustelua.

Vanhemman olisi hyvä saada käsitellä tunteitaan liittyen hänen ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen, koska kielteiset tunteet voivat vaikuttaa heidän keskinäiseen vuorovaikutukseensa kielteisesti. Vanhempi todennäköisesti tarvitsee tukea, empatiaa ja tuntemustensa normalisointia yrittäessään luoda yhteyttä lapseen. (Korhonen & Holopainen 2015, 16, 19.) On tyypillistä, että vanhemmat kokevat riittämättömyyttä ja epävarmuutta vanhempana (Järvinen ym. 2012, 127).

### **3.6 Perheleiri ja -retki lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutussuhteen vahvistajana**

Perheleirit ja -retket tarjoavat mahdollisuuden vuorovaikutuksen kehittämiseen monella tasolla, turvallisessa ympäristössä. Ne tarjoavat osallistujilleen myös vertaistukea. (Seppänen, Hansen, Janhunen, Kytöpuu, Salo, Seppänen, Tapio, Vilén 2012, 252.) Vanhempien vertaistuki mahdollistaa hyvien käytäntöjen jakamista, mikä lisää vanhemman itsetuntoa ja luottamusta omiin kykyihinsä vanhempana (Korhonen & Holopainen 2015, 19). Myös päihteitä ongelmallisesti käyttävien perheiden lasten vertaisryhmistä ja heidän keskinäisestä kokemusten jakamisesta on saatu hyviä tuloksia aikaan. Ryhmissä lapset näkevät, etteivät he ole ainoita, joiden perheessä on päihdeongelma. (Itäpuisto 2008, 114–115.)

Paju (2017, 3–9) on tutkinut perheleireille osallistujien kokemuksia leiritoiminnasta. Haastatellut pitivät leiriä kaiken kaikkiaan hyvänä kokemuksena. Leirin hyvän tunnelman koettiin muodostuvan luottamuksellisesta ilmapiiristä, nopeasta tutustumisesta ja ystäväystymisestä, lasten viihtymisestä ja kiireettömyydestä. Lapset kokivat leirin tärkeänä ja turvallisena. Leiri helpotti lasten pelkoja ja vahvisti heidän vanhempisuhdettaan. Leirillä vietetty yhteinen aika lapsen ja vanhemman välillä saattoi vastata monen kuukauden tapaamisia. Perheen keskinäisen kommunikaation arvioitiin leirin myötä parantuneen.

Kehus ja Lähteinen (2011) ovat tutkineet pro gradussaan, mitä merkityksiä perheet ja ohjaajat antoivat perheleiri- ja vertaisryhmätoiminnalle. Kehus ja Lähteinen saivat selville, että toiminta mahdollisti perheille lomailua, antoi voimavaroja ja vinkkejä arkeen. Ohjaajien kokemukset olivat, että perheen kanssa vietetty pitkä aika välittää hyvän käsityksen perheen tilanteesta. Toiminta madalsi perheiden yhteydenottokynnystä viranomaisiin. Usein yhteistyö työntekijöiden ja perheen kesken jatkui toiminnan päättymisen jälkeen.

Sininauhaliiton Eevan perhe -projekti on järjestänyt useita äiti-lapsi-leirejä. Perheillä on ollut ongelmia muun muassa alkoholin liikkakäytön kanssa. Samat perheet ovat olleet mukana useammilla leireillä, mikä on koettu hyödylliseksi. Kokemukset leireistä ovat, että ne ovat erityisesti parantaneet äitien ja lasten välistä vuorovaikutusta. Leireillä on ollut positiivinen vaikutus äitien jaksamiseen ja elämänlaadun paranemiseen sekä lasten hyvinvoinnille. (Hiltunen 2007, 15.)

Vuori (2016, 3, 36–37) on opinnäytetyössään tutkinut muun muassa, miten perheleiri on tukenut leirille osallistuneiden päihdeongelmaisten vanhempien vanhemmuutta. Vanhemmat kokivat saaneensa tukea leiriltä vanhemmuuteensa. Vanhemmuutta tuki yhdessä oleminen ja tekeminen perheen kesken sekä luottamus itseä kohtaan vanhempana. Vanhemmuuden tukemiseen koettiin erityisesti saaneen tukea vertaisilta, mutta myös ohjaajilta. Vanhemmat kokivat ohjaajien suhteen tärkeäksi keskustelun, palautteen omalle toiminnalle ja ajatuksille sekä sen, että perheille annettiin myös omaa tilaa.

Pennanen (2010, 26–29, 37–45) on opinnäytetyössään tutkinut, miten perheleirit toiminta on vaikuttanut perheisiin. Perheleirin koettiin lähentäneen lapsen ja vanhemman välistä suhdetta. Suhde lähentyi yhdessä olemisen ja tekemisen sekä keskustelun kautta. Leiri kartutti myös vanhemmuuden taitoja tarjoamalla oppia ja ymmärrystä lasten huomioimiseen ja heidän kanssaan toimimiseen. Leiri lisäsi hyvinvointia ja antoi voimia jaksaa. Leiri mahdollisti myös vertaistuen, mikä tarjosi muun muassa uusia näkökulmia asioihin.

## 4 Perheiden kohtaaminen

### 4.1 Kohtaamisesta yleisesti

Kohtaamisen taito on tärkeä taito ihmisten parissa toimiessa. Kohtaamisessa kukaan ei ole valmis. Kaikki kohtaamiset ovat uusia ja erilaisia. (Mäkisalo-Roppo-  
nen 2011, 7.) Kohtaamisessa ovat läsnä ihmisten elämäntarinat ja uskomukset. Jokaisella ihmisellä on yksilöllinen tapa kohdata toinen ihminen (Mönkkönen  
2018, 17–18). Mönkkösen (2018, 22, 168) mukaan kohtaaminen on monivaihei-  
nen prosessi. Kohtaamisen alussa luodaan luottamuksellista suhdetta.

Kohtaaminen on Mattilan (2011, 15–16) mukaan monikerroksista. Kohtaaminen  
lähtee liikkeelle katseesta ja etenee kuulemiseen, näkemiseen ja toisen ihmisen  
nähdynsi tulemiseen. Syvällä oleva kerros sisältää arvostamisen, asenteen ja ta-  
rinoiden merkityksellisyyden ymmärtämisen. Mönkkösen (2018, 14) mukaan tär-  
keintä kohtaamisessa on asenne, jolla toisen ihmisen kohtaamme.

Saukkolan ja Laanen (2017, 16–18) mukaan kohtaamisessa on tärkeää muun  
muassa läsnäolo, huomaavaisuus, kiinnostuneisuus ja toisen hyväksyminen  
omana itsenään. Rönkön ja Rytösen (2010, 167) mukaan olennaista yhteis-  
työsuhdetta rakentaessa ovat eläytyminen toisen asemaan, erilaisuuden ymmär-  
täminen ja hyväksyminen, oman toiminnan muokkaaminen tilannetta lukemalla,  
eli tilanneherkkyys, omista rajoista huolehtiminen, tilan antaminen toiselle ja ot-  
taminen itselle sekä oppiminen ja omaksuminen toiselta osapuolelta.

### 4.2 Lähestymistapoja perheiden kohtaamiseen

Perhelähtöisyydellä tarkoitetaan sitä, että jokainen perhe on oman tilanteensa ja  
arkensa asiantuntija. Jokainen perhe on erilainen ja ainutlaatuinen. Toiminta ra-  
kentuu perheen arvojen, merkitysten, kokemusten ja voimavarojen pohjalle.  
Tämä edellyttää perheiden kanssa toimijalta tutustumista perheeseen, sen ar-  
keen ja perheenjäsenten ajattelu- ja toimintatapoihin. Toiminnassa pyritään huo-

mioimaan perhe kokonaisuutena, kukin perheenjäsen yksilönä sekä perheenjäsenten väliset suhteet. (Järvinen ym. 2012, 23–24.) Perheen kanssa toimiessa olennaista on kaikkien perheenjäsenten huomioiminen ja kuuleminen (Järvinen ym. 2012, 32). Perhelähtöisyydessä perheen tarpeet ja toiveet ovat toiminnan lähtökohta. Perhelähtöisyys edellyttää yhteistoimintaa ja tasa-arvoisuutta perheen kanssa. (Vilén ym. 2010, 27.)

Dialogisuudessa keskeistä on kuuntelu ja avoimuus (Vilén ym. 2008, 86–87). Avoimuus on omien ajatusten esille tuomista niin, että toinen saa selvän mitkä ajatukset ja aikomukset ovat. Se on kysymistä, ei tulkitsemista. (Saukkola & Laane 2017, 29.) Dialogisessa vuorovaikutuksessa keskeistä on tasa-arvoisuus ja vastavuoroisuus. Siinä jokainen vuorovaikutuksessa oleva luo ja vaikuttaa vuorovaikutukseen. Kyse on yhteisen ymmärryksen ja tiedon rakentamisesta. Parhaimmillaan dialogin osapuolet oppivat toisiltaan. Dialogisuus edellyttää heittäytymistä vuorovaikutukseen. Dialoginen vuorovaikutus vaatii yleensä luottamuksellisen suhteen. (Mönkkönen 2018, 87–92.)

Ratkaisu- ja voimavarakeskeisyys on myös yksi mahdollinen lähestymistapa perheitä kohdatessa. Suomessa käytetään termejä ratkaisu- ja voimavarakeskeisyys sekä yhdessä että erikseen (Vänskä, Laitinen-Väänänen, Kettunen & Mäkelä 2011, 63). Tässä tarkastelen termejä yhdessä. Käytän termiä ratkaisu- ja voimavarakeskeisyys, koska yleensä puhutaan ratkaisukeskeisyydestä, ei ratkaisulähtöisyydestä. Voimavarylähtöisyyttä käytetään yleisemmin ja se korostaa työskentelyn lähtevän asiakkaan voimavaroista. Käytän tässä kuitenkin yhtä yhteistä termiä.

Ratkaisu- ja voimavarakeskeisessä työotteessa keskitytään ongelmien ratkaisuun ja voimavarojen vahvistamiseen. Työotteessa ongelmien olemassaoloa ei kielletä. Tärkeää on, että ihminen tulee kuulluksi omana itsenään ja tilanteensa. (Rönkkö 2008, 171–172.) Työotteen tarkoituksena on tukea perheen ja perheenjäsenten toimijuutta ja muutoksen aikaansaamista (Rönkkö & Rytönen 2010, 189, 195). Yleensä toimijuudella tarkoitetaan ihmisen kykyä tehdä valintoja

ja muokata ympäristöään niiden mukaisesti. Toimijuus on laaja käsite, johon vaikuttavat ihmisen tahto, kyky ja mahdollisuudet vaikuttaa omaan elämäänsä. (Mönkkönen 2018, 125–126.)

Ratkaisu- ja voimavarakeskeinen ohjaus sisältää monia toimintaa ohjaavia arvoja ja periaatteita.

Näitä ovat:

- asiakaslähtöisyys
- läpinäkyvyys
- tavoitelähtöisyys ja tulevaisuussuuntautuneisuus
- voimavarojen korostaminen
- poikkeuksien ja edistyksen huomioiminen
- myönteisyys, luovuus, leikillisuus ja huumori
- hyödyntäminen ja konstruktiiivinen näkemys
- yhteistyö ja kannustus

(Vänskä ym. 2011, 80–84.)

Asiakaslähtöisyys merkitsee sitä, että asiakkaan tai tuettavan tarpeet ja toiveet ovat toiminnassa ensisijaisia. Ihminen kohdataan niin, että hän tulee kuulluksi. Perhe itse asettaa omat tavoitteensa ja työntekijän tai vapaaehtoisen tehtävänä on tarjota tukea. Työskentelyssä edetään perheen ja perheenjäsenten tahtiin. Läpinäkyvyydellä tarkoitetaan sitä, että tuettaville annetaan tietoa työskentelyprosessista ja vaihtoehtoista siinä. Työskentelyssä painopiste on tavoitteissa ja tavoitteita tukevissa arjen tapahtumissa. Tavoitteita tarkastellaan joko tässä hetkessä tai tulevaisuussuuntautuneesti. (Vänskä ym. 2011, 81–82.)

Työskentelyssä keskitytään perheen ja perheenjäsenten voimavaroihin ja toimiin asioihin. Niitä pyritään hyödyntämään tavoitteiden saavuttamisessa. Voimavarat ja toimivat asiat ovat tärkeitä tuettavien motivaation, toiveikkuuden ja identiteetin kannalta. Työskentelyssä etsitään hetkiä, jolloin vaikeudet ovat paremmin hallinnassa tai jokin tavoite toteutuu edes osittain. Huomiota on hyvä kiinnittää pieniin, hyviin hetkiin ja onnistumisiin. Myönteisyyden, luovuuden, leikillisyyden ja huumorin kautta voidaan tukea ihmisten voimavaroja ja esittää vaihtoehtoisia näkökulmia sekä ratkaisuehdotuksia. (Vänskä ym. 2011, 82–83.)



Hyödyntämisellä ja konstruktivisella näkemyksellä tarkoitetaan, että työtapaan voi liittää ideoita muista työmuodoista. Perheen verkostot nähdään voimavarana työskentelyssä ja heidän kanssaan voidaan työskennellä. Tärkeää työskentelyssä on myönteinen palaute. Työntekijän ja vapaaehtoisen tehtävänä on motivoida, tuoda näkyviin konkreettista muutosta ja edistää toiveikkuutta. (Vänskä ym. 2011, 83–84.)

## 5 Ryhmätoiminta ja ryhmänohjaus

Perheretkitoimintaan liittyen ryhmätoiminta ja ryhmänohjaus ovat oleellinen teema, koska toiminnassa kyse on pitkälti ryhmänohjauksesta ja toiminnassa muodostuu useita ryhmiä. Perheet muodostavat ryhmän ja toimintaa myös ohjataan ryhmänä. Ohjatessa ryhmää ryhmänä on hyvä tietää perusasioita ryhmätoiminnasta ja ryhmänohjauksesta.

Ryhmäprosessit kuvaavat sitä, mitä ryhmässä tapahtuu sen toimiessa. Sillä tarkoitetaan ryhmäläisten välistä vuorovaikutusta. Ryhmäprosesseja ovat myös muun muassa ryhmän kiinteys, yhdenmukaisuuden paine ja polarisaatio eli mielipiteiden kärjistyminen. Ryhmään muodostuu sen toimintaa ohjaavia rakenteita eli suhdejärjestelmiä. Suhdejärjestelmät voivat olla virallisia, eli ennalta sovittuja tai epävirallisia, joita ei ole sovittu. Suhdejärjestelmät vaikuttavat koko ajan toisiinsa. (Kataja ym. 2011, 16.)

Rakenteita eli suhdejärjestelmiä ovat kommunikaatio-, tunne-, normi-, rooli- sekä valtasuhteet. Kommunikaatiosuhteet ilmaisevat, miten ryhmäläiset ovat vuorovaikutuksessa keskenään. Tunnesuhteet tarkoittavat ryhmäläisten välisiä positiivisia ja negatiivisia tunteita. Normisuhteilla eli normeilla tarkoitetaan ryhmän sääntöjä. Roolisuhteet eli roolit tarkoittavat odotuksia, joita kohdistetaan ryhmän jäseneen. Yksilöllä voi olla ryhmässä useita rooleja. Kaikki ryhmäläiset ovat valtasuhteessa toisiinsa nähden. Valta on yksilön kykyä vaikuttaa toisiin. (Kataja ym. 2011, 16–19.)

Ryhmädynamiikalla tarkoitetaan jatkuvaa muutosta ryhmän prosesseissa ja rakenteissa. Sitä voidaan kuvata ryhmäläisten keskinäisinä jännitteinä, tunteina ja kiinnostuksina. Se muodostuu yksilön tavoitteista ja mieltymyksistä sekä ryhmän vuorovaikutuksesta. (Kataja ym. 2011, 16.)

Ryhmällä on kaksi tehtävää. Ne ovat ryhmän perustehtävä eli työ, jota sen on tarkoitus tehdä ja ryhmän kiinteyden säilyttäminen. (Vehviläinen 2014, 80.) Ryhmän koheesiolla tarkoitetaan ryhmän kiinteyttä. Voidaan puhua myös ryhmähengestä tai me-hengestä. Kiinteää ryhmää kuvastaa käyttäytymisen ja uskomusten yhdenmukaisuus sekä keskinäinen tuki. Ryhmän kiinteyteen vaikuttaa yksilöiden osalta ryhmän status, toiminnan kiinnostavuus, mielipide muista ryhmän jäsenistä sekä ryhmän tavoitteiden samankaltaisuus omien tavoitteiden kanssa. (Ahokas 2010, 199.)

Ryhmän kehitysprosessi voidaan jakaa useaan vaiheeseen. Se voidaan jakaa muodostumis-, kuohunta-, yhdenmukaisuus-, toimivan työskentelyn- ja lopettamisvaiheeseen. (Kataja, Jaakkola & Liukkonen 2011, 24–26.) Muodostumisvaiheessa ryhmäläiset tutustuvat toisiinsa. Ryhmässä vallitsee aluksi epävarmuus muun muassa suhteessa muihin ryhmäläisiin ja ryhmän toimintatapoihin. Uusi ryhmä on pitkälti riippuvainen ohjaajasta. Normien ja tehtävien selkeytymisen jälkeen ryhmä siirtyy kuohuntavaiheeseen. Kuohuntavaiheessa esiintyy ristiriitoja. Erimielisyyttä voi ilmetä suhteessa ohjaajaan, ryhmän jäseniin tai ryhmän perustehtävään. Vaiheessa syntyy tyypillisesti liittoumia. (Kataja ym. 2011, 24–25.)

Yhdenmukaisuusvaiheessa ryhmän toimintatavat ovat selvillä ja yhteisöllisyyttä alkaa syntyä. Aiemmin syntyneitä konflikteja pyritään selvittämään. Ryhmä alkaa keskittyä perustehtäväänsä. Toimivan työskentelyn vaiheessa työskentely on tehokasta ja yhteistyö muiden kanssa onnistuu. Roolit ovat muotoutuneet ryhmässä tarkoituksenmukaisiksi. Lopettamisvaiheessa näyttäytyvät erilaiset tunteet, mitkä liittyvät ryhmän päättymiseen. Ryhmäläiset hyvästelevät ja arvioivat ryhmän antia itselle. (Kataja ym. 2011, 25–26.)

Ohjaajan tehtävänä on luoda ryhmään säännöt. Ohjaaja luo luottamuksellista ja turvallista ilmapiiriä. Tilan antaminen ryhmän prosesseille ja kullekin ryhmäläiselle on tärkeää. Ohjaaja rohkaisee ja kannustaa ryhmäläisiä keskustelemaan keskenään. Ohjaaja havainnoi, ottaa tarvittaessa puheeksi ryhmän ja ryhmäläisten tarpeita ja tunteita sekä käsittelee niitä yhdessä ryhmäläisten kanssa. Hän myös ennakoii ja käsittelee ongelmatilanteita. Alussa ohjaajan rooli on aktiivinen. Se muuttuu passiivisemmaksi, kun ryhmästä tulee aktiivisempi. Tällöin ohjaajan tehtävänä on ryhmän toiminnan ja keskustelun ohjaaminen sekä sen huolehtiminen että ryhmä pysyy perustehtävässään. Ohjaaja myös suunnittelee ja ohjaa ryhmäharjoitukset. (Kaukkila & Lehtonen 2007, 63–72.)

Jaettu ohjaajuus mahdollistaa muun muassa laajemman ryhmän havainnoimisen, keskeneräisyyden ohjaajana ja toisilta oppimisen sekä eri roolien harjoittelun. Toiselta ohjaajalta saama palaute mahdollistaa ohjaajana kasvua. Jaettu ohjaajuus edellyttää kunnollista suunnittelua, asioista sopimista ja järjestelyä sekä oman työn organisointia. Nämä edesauttavat yhteisen linjan ylläpitämistä ohjauksessa. (Vehviläinen 2014, 85–86.)

## **6 Perehdyttämisen ja koulutuksen tuottaminen**

### **6.1 Perehdyttämisen määrittelyä**

Suunnittelen opinnäytetyönä vapaaehtoisille koulutusmateriaalia, joten perehdyttämisen ja koulutuksen teoria ovat myös keskeinen osa opinnäytetyötä. Kupiaksen ja Peltolan (2009, 19) mukaan perehdyttämällä tarkoitetaan toimenpiteitä, joiden avulla uuden toimijan kokonaisvaltaista osaamista kehitetään niin, että hän saa hyvät lähtökohdat ja pystyy selviytymään tehtävässään odotusten mukaisesti. Kokonaisvaltaiseen osaamiseen sisältyvät kaikki tiedot ja taidot, joita uusi tulokas tarvitsee aloittaessaan toiminnan. Perehdyttämiseen kuuluu opastus tehtävään, toimintaympäristöön ja organisaatioon sekä uuden toimijan osaamisen kehittäminen.

Perehdyttämisen tarkoituksena on myös uuden toimijan osaamisen tunnistaminen ja organisaation toimijoiden tutustuttaminen toisiinsa (Eklund 2018, 30). Perehdyttäminen tukee organisaation sekä uuden toimijan välistä vuorovaikutusta (Eklund 2018, 25). Perehdyttämisen avulla pyritään luomaan myönteistä asennetta uutta työyhteisöä ja toimintaa kohtaan sekä motivoimaan ja sitouttamaan työntekijä toimintaan (Kangas & Hämäläinen 2007, 4).

Perehdyttäminen voidaan nähdä kaksisuuntaisena prosessina, jossa perehdyttäjiä ovat niin organisaatio kuin uusi tulokas. Uusi tulokas tuo esille omia näkemyksiään ja antaa palautetta organisaatiolle. Uusi tulokas voi kokea olevansa merkityksellinen, kun hänen mielipiteensä otetaan huomioon. Hänelle tulisi kertoa, missä tilanteissa hänen näkemyksensä ovat tervetulleita. (Eklund 2018, 39–40.)

Esimies on vastuussa perehdyttämisen järjestämisestä. Hän voi delegoida tehtävän jollekin toiselle. (Eklund 2018, 76–77.) Perehdyttämiseen tulee varata riittävästi resursseja. Perehdyttämisen sisältö ja sen tavoitteet ovat organisaatiokohtaisia- ja yksilökohtaisia. (Eklund 2018, 26–28.) Koulutus on yksi yleisimmistä perehdyttämismuodoista (Eklund 2018, 78). Suunnitelmallinen perehdyttäminen edesauttaa sen laadukasta toteutumista (Eklund 2018, 31).

## **6.2 Koulutuksen suunnittelu**

Hyvän koulutuksen suunnittelu edellyttää, että tiedetään mihin tarpeeseen koulutus järjestetään. Koulutus järjestetään tilaajan aloitteesta. Koulutuksen tilaajalla on tietyt tavoitteet koulutuksen suhteen. Koulutuksen tavoitteet tarkentuvat koulutuksen suunnittelun ja toteutuksen aikana. Etukäteen laaditut tavoitteet kohtaavat osallistujien odotukset ja tavoitteet koulutuksen aikana. Tässä vaiheessa tavoitteita voidaan vielä joutua hiomaan. (Kupias & Koski 2012, 11–13.)

Osallistujien tavoitteet ovat usein samansuuntaisia etukäteen laadittujen tavoitteiden kanssa. Etenkin, jos heidän informaationsa koulutuksesta on ollut riittävää. Mitä paremmin koulutus vastaa osallistujien toiveita ja odotuksia, sitä paremmin siihen keskimäärin suhtaudutaan ja motivoidutaan. (Kupias & Koski 2012, 22.)

Tilaaajalla voi olla selkeä näkemys koulutuksen tarkoituksesta. Tällöin kyse voi olla tietyn asian kehittämisestä organisaatiossa. Yleensä koulutuksessa on tarkoitus saada aikaan muutosta osallistujien toiminnassa. Toisin sanoen koulutuksen tavoitteena on osallistujien osaamisen kehittyminen. Osaamisen kehittyminen on kuitenkin viime kädessä osallistujien vastuulla. (Kupias & Koski 2012, 15–17.)

Koulutuksen sisältö määritellään koulutuksen tavoitteiden ja osallistujien taustojen pohjalta. Sisältöjen valinnassa koulutukseen käytettävä aika on keskeinen tekijä. Sisällöt tulee valita niin, että ne tukevat koulutuksen tavoitetta ja osallistujien oppimista. (Kupias & Koski 2012, 53.)

Materiaalin valmistus on eniten aikaa vievä osuus koulutuksen valmistelussa. Sen merkitys on suuri koulutuksen onnistumisen kannalta. Materiaalin tarkoitus on tukea oppimista. Koulutusmateriaali voidaan jakaa havainnoillistamismateriaaliin, yksityiskohtaiseen koulutusmateriaaliin ja taustamateriaaliin. Diat ovat tavallisinta havainnoillistamismateriaalia, yksityiskohtainen koulutusmateriaali voi olla esimerkiksi diojen muistiinpanoja, taustamateriaalia voidaan jakaa osallistujille. (Kupias & Koski 2012, 74–76, 81–82.)

### **6.3 Vapaaehtoisen perehdyttäminen ja koulutus**

On tärkeää, että vapaaehtoisen odotukset ja hänelle tuleva tehtävä kohtaavat. Vapaaehtoisen tulisi saada realistinen kuva vapaaehtoistehtävästä, organisaation tavoitteista ja odotuksista. (Vapaaehtoistyöhanke VETY 2014, 27.) Perehdyttämisellä varmistetaan, että vapaaehtoisella on riittävät tiedot ja taidot toimia tehtävässään ja että hän ymmärtää mihin on ryhtymässä ja sitoutuu siihen (Pietilä, Säikkä, Malinen, Toivola, Tulikallio & Linna 2009, 28).

Vapaaehtoistoimintaan olisi hyvä sisältyä koulutus. Tehtäväkohtainen koulutus järjestetään organisaation tarpeiden ja resurssien mukaan. (Laimio & Välimäki 2011, 31.) Koulutuksen tavoitteena on perehdyttää vapaaehtoinen tulevaan tehtäväänsä ja tarjota vapaaehtoiselle välineitä kohdata ihmisiä mahdollisimman hyvin (Mykkänen-Hänninen 2007, 56). Vapaaehtoisella tulisi olla valmiudet kohdata

ihmiset erityisellä sensitiivisyydellä (Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta ETENE 2014, 9). Koulutus edesauttaa vapaaehtoisen motivaation lisäämisessä ja tehtävässä onnistumista. Koulutus tarjoaa vapaaehtoiselle itseluottamusta ja varmuutta vapaaehtoisena toimimiseen. (Laimio & Välimäki 2011, 31–33.) Pehdyttäminen ja koulutus tukevat sujuvaa yhteistyötä ja ennaltaehkäisevät ongelmatilanteita (Willberg 2015, 9).

Koulutus koostuu vapaaehtoistyön tekemisen periaatteista, järjestäjäorganisaation perustiedoista ja tehtävässä tarvittavista tiedoista ja taidoista. Koulutus suunnitellaan sen mukaan, millaisesta vapaaehtoistoiminnasta on kyse. Koulutuksessa käydään selkeästi läpi toiminnan periaatteet, vapaaehtoisen oikeudet ja velvollisuudet niin, että vapaaehtoinen on tietoinen mihin sitoutuu. (Honkala & Rantanen 2011, 15–16.) Erityisen tärkeää koulutuksessa on korostaa luottamuksellisuutta ja salassapitovelvollisuutta. Koulutuksessa ennakoidaan tilanteita, jotka vaativat tavanomaista enemmän taitoja ja asiantuntemusta ja sovitaan, miten tällaisissa tilanteissa toimitaan. (Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta ETENE 2014, 9.)

Vapaaehtoisten koulutukset voivat olla kestoiltaan ja sisällöltään hyvin vaihtelevia. Koulutuksessa käsiteltävät teemat rakentuvat pitkälti organisaation asiakkaiden pohjalta. Koulutus tukee vapaaehtoista hänen perustehtävässään, eli asiakkaiden kohtaamisessa ja vuorovaikutuksellisessa tukemisessa. (Mykkänen-Hänninen 2007, 57.)

Pehdyttämisen ja koulutuksen suunnitteluun, materiaalien ja sisältöjen tuottamiseen tulee käyttää riittävästi aikaa. Organisaatiosta ja tehtävästä riippuu, kuinka paljon materiaaleja tarvitaan vapaaehtoisen aloittaessa toimintansa. (Vapaaehtoistyöhanke VETY 2014, 26, 34.) Vapaaehtoinen toimii usein ammattilaisen rinnalla, jolloin myös vapaaehtoiskoulutuksessa opiskellaan ammatilliseen opiskeluun liittyviä käsitteitä ja asioita. Toiminnan tuloksellisuuden kannalta on tärkeää huomioida, että vapaaehtoiset ja ammattilaiset käyttävät samoja termejä ja ymmärtävät toisiansa. (Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta ETENE 2014, 6.)

## 7 Aikaisemmat opinnäytetyöt ja tutkimus aiheesta

Sain aikaisemmista opinnäytetöistä ja tutkimuksesta tukea ja ideoita siihen, mitä perheretkitoiminnan vapaaehtoisten koulutuksen teemat voisivat olla. Haarni ja Junttila (2017) ovat tuottaneet opinnäytetyönään materiaalia LapsiArkki-hankkeen vapaaehtoisten koulutukseen. Hankkeen tavoitteena oli yhden vanhemman perheiden tukeminen. Koulutusmateriaali sisälsi kolme teemaa: vapaaehtoistoiminnan arvoja, arvostava kohtaaminen ja vapaaehtoistoiminnan rajaaminen ja omasta jaksamisesta huolehtiminen. Materiaalin he ovat tehneet PowerPointilla ja tehneet siitä osallistavan.

Moilanen, Rajalin ja Tammelin (2009) ovat tehneet oppaan, joka esittelee Sukupolvet verkoksi ja Välittävät sukupolvet -hankkeissa luotua vapaaehtoisten koulutusmallia. Malli perustui voimavarakeskeiseen otteeseen. Kyse on ehkäisevän lastensuojelun aikuisystävätoiminnasta, jossa vapaaehtoiset aikuiset toimivat lasten ja nuorten ystävinä, yhteistyössä lasten vanhempien ja toiminnasta vastaavien kanssa. Aikuisystävätoimintaa on järjestetty pari- ja pienryhmätoimintana. Koulutuksessa käsiteltäviä teemoja olivat muun muassa aikuisystävätoiminta, vapaaehtoistoiminta, ehkäisevä lastensuojelu, toiminta lapsen ja nuoren kanssa sekä ryhmätoiminta.

López, Sarivaara ja Suuronen (2018) ovat tehneet opinnäytetyönään Sininauhasäätiön oppaan vapaaehtoisille. Opinnäytetyö keskittyi vapaaehtoisuuteen ja Sininauhasäätiön asiakasryhmiin, eli mielenterveys- ja päihdekuntoutujiin, asunnottomiin ja maahanmuuttajiin. Perehdytysoppaassa tekijät ovat huomioineet erikseen maahanmuuttajien, päihdeongelmaisten ja mielenterveyskuntoutujien kohtaamisen.

Makkonen ja Möttönen (2014) ovat tehneet opinnäytetyönään oppaan Helsingin kaupungin sosiaali- ja terveysviraston vapaaehtoisille. Opinnäytetyön tavoitteena oli tukea ja motivoida vapaaehtoista vapaaehtoistyössä ja helpottaa työntekijöitä vapaaehtoisten perehdyttämisessä ja kouluttamisessa. Oppaan aiheita olivat vapaaehtoistoiminnan periaatteet, vapaaehtoisen oikeudet ja velvollisuudet, vapaa-

ehtoistoiminnan prosessi, vapaaehtoisten jaksaminen ja tukeminen, vuorovaikutus ja kohtaaminen sekä vapaaehtoistoiminnan muodot sosiaali- ja terveystieteissä.

Saarela ja Takaneva (2011) ovat tehneet opinnäytetyön Mannerheimin Lastensuojeluliitolle (MLL). He suunnittelivat monikulttuurisen perhekahvilan toimintamallin ja loivat koulutusmateriaalin vapaaehtoisille. Koulutusmateriaalin tavoitteena oli perehdyttää vapaaehtoiset monikulttuurisen perhekahvilan ohjaajiksi ja parantaa heidän valmiuksiaan kohdata eri kulttuureista kotoisin olevia perheitä. Koulutusmateriaalina he ovat tehneet ohjaajan oppaan ja siitä tiivistelmänä PowerPoint -esityksen. Opas ja esitys sisälsivät tietoa MLL:stä, vapaaehtoistoiminnasta, monikulttuurisuudesta ja vertaistoiminnasta.

## **8 Opinnäytetyön lähtökohdat**

### **8.1 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite**

Opinnäytetyöni tarkoituksena oli kehittää vapaaehtoistoimintaa Joensuun Pelastakaa Lapset ry:n perheretkitoiminnassa. Perheretkitoimintaa järjestetään pilotina, joten kyseessä on uusi toimintamuoto. Opinnäytetyön tavoitteena oli lisätä vapaaehtoisten tietoa ja valmiuksia toimia perheretkitoiminnan ohjaajina. Vapaaehtoiset toimivat perheretkillä ohjaajina ammattilaisten rinnalla. Perheretkitoiminnan tavoitteiden mukaisesti vapaaehtoisten ohjaajien tehtävänä retkillä on lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutussuhteen tukeminen. Opinnäytetyöllä pyrin tarjoamaan tietoa ja valmiuksia tähän.

Opinnäytetyön toiminnallisen osuuden tuotoksena syntyi koulutusmateriaali. Tarkoituksena oli, että koulutusmateriaalia voidaan hyödyntää koko koulutuksen aikana eli yhtenä päivänä ja kahtena iltana. Suunnittelin koulutuksen teemat ja niihin materiaalit. Koulutuksen suunnittelu materiaalin pohjalta eli koulutusmenetelmien, ryhmäytymisen ja aikataulun suunnittelu jäi projektityöntekijälle. Koulutuksen teemoja oli jo alustavasti pohdittu yhteistyökumppaneiden välisissä palavereissa. Kartoitin teemoja myös osallistamalla yhteistyökumppaneita sähköisellä



kyselyllä. He arvioivat vaihtoehtoisten teemojen tärkeyttä teemojen mukaan ottamisen kannalta. Koulutusmateriaali koostuu PowerPoint-esityksistä. Kustakin teemasta on diaesitys ja dioissa kommentteja kouluttajaa varten sekä joitakin mahdollisia keskustelunaiheita.

Koulutusmateriaalin tavoitteena oli perehdyttää vapaaehtoiset Pelastakaa Lapset ry:n ja Joensuun Pelastakaa Lapset ry:n sekä perheretkitoiminnan taustoihin ja toimintaperiaatteisiin. Tavoitteena oli lisätä vapaaehtoisten tietoa ja valmiuksia liittyen vapaaehtoistoimintaan, lapsen ja vanhemman väliseen vuorovaikutussuhteeseen, perheiden kohtaamiseen sekä ryhmätoimintaan ja ryhmänohjaukseen.

## **8.2 Toimeksiantaja**

Pelastakaa Lapset ry on voittoa tavoittelematon, poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton suomalainen kansalaisjärjestö. Pelastakaa Lapset ry on perustettu vuonna 1922 ja se on osa maailmanlaajuista Save the Children -liikettä, joka toimii noin 120:ssä eri maassa. Järjestön toiminta perustuu YK:n lapsen oikeuksien sopimukseen ja sen toimintaa ohjaa maailmanlaajuinen strategia ja kaikkien jäsenmaiden yhteiset arvot: vastuullisuus, määrätietoisuus, kumppanuus, luovuus ja tinkimättömyys. (Pelastakaa Lapset ry 2019.)

Pelastakaa Lapset ry:n tehtävänä on vaikuttaa sekä paikallisesti että maailmanlaajuisesti, jotta lasten oikeus elämään, suojeluun, kehittymiseen ja osallisuuteen toteutuisi. Suomessa toimintaan kuuluu muun muassa lapsia ja perheitä tukeva vapaaehtoistoiminta, lastensuojelupalvelut, kotimaiset ja kansainväliset adoptiot, varhaisen tuen palvelut sekä monenlainen vaikuttamistyö. Maailmalla järjestö toteuttaa kehitysyhteistyöhankkeita ja auttaa erilaisten katastrofien uhreiksi joutuneita lapsia ja perheitä. (Pelastakaa Lapset ry 2019.)

Joensuun Pelastakaa Lapset ry on valtakunnallisen Pelastakaa Lapset ry:n jäsenyhdistys. Se on perustettu vuonna 1960 ja on toiminut pääasiassa vapaaehtoisten voimin. Yhdistyksen toiminnan mahdollistaa vapaaehtoisten työ, lahjoitukset sekä erilaiset rahoitukset. Keskeisintä toimintaa on pienryhmätoiminta. Yhdis-

tys pyrkii myös tekemään ja kehittämään yhteistyötä muiden lasten kanssa toimivien paikallisten järjestöjen ja yhdistysten kanssa. Joensuun Pelastakaa Lapset ry tekee tiiviisti yhteistyötä Pelastakaa Lasten Itä-Suomen aluetoimiston kanssa. (Joensuun Pelastakaa Lapset ry 2019a; Joensuun Pelastakaa Lapset ry 2019b.)

Perheretkitoiminnan pilotti on osa Joensuun Pelastakaa Lapset ry:n Minä Olen Tärkeä! -pienryhmätoiminnan hanketta (Projektityöntekijä 2019a). Minä Olen Tärkeä! -pienryhmätoiminta on suunnattu 9–15-vuotiaille lapsille ja nuorille, jotka kokevat yksinäisyyttä, tai joilla on haasteita kaverisuhteissa. Toiminnan tavoitteena on tukea lasten ja nuorten sosiaalisten taitojen ja itsetunnon kehitystä, sekä kaverisuhteiden solmimista. Ryhmät pyritään kokoamaan lasten ja nuorten tilanteet ja tarpeet huomioiden. Toimintaa ohjaavat koulutetut vapaaehtoiset ohjaajat. Ryhmään osallistuminen on ilmaista. (Joensuun Pelastakaa Lapset ry 2019c.)

### **8.3 Perheretkitoiminta**

Perheretkitoiminta koostuu 4–5 retkestä, jotka toteutetaan vuosien 2019–2020 aikana. Retket voivat olla esimerkiksi koko päivän tai illan kestäviä. Perheretkitoiminnan kohderyhmänä ovat perheet, joissa toisella tai molemmilla vanhemmilla on päihdeongelma. Perheet ovat kuitenkin jo tuen piirissä ja retkille osallistumiseen edellytetään päihdeettömyyttä. (Projektityöntekijä 2019a.) Perheet voivat osallistua useammalle retkelle (Projektityöntekijä 2019e).

Retkien tavoitteena on tukea lapsen ja päihderiippuvaisen vanhemman välistä vuorovaikutussuhdetta ja tarjota heille yhteisiä onnistumisen kokemuksia. Tavoitteena on myös, että retkien kautta perheiden kynnys muihin tukipalveluihin haakeutumiseen madaltuisi, kuten Minä Olen Tärkeä! -pienryhmätoimintaan. Lisäksi koska kyseessä on pilotti, sen tavoitteena on selvittää, onko retkitoiminnalle tarvetta Joensuun alueella ja jos niin millä konseptilla toimintaa olisi järkevää toteuttaa. (Projektityöntekijä 2019a.)

Perheretket toteutetaan yhteistyössä pilotissa mukana olevien yhteistyökumppaneiden kanssa (Projektityöntekijä 2019a). Yhteistyökumppaneina on julkisen, yk-

sityisen sekä kolmannen sektorin toimijoita. (Projektityöntekijä 2019b). Yhteistyötä tehdään etenkin perheiden tavoittamisessa toimintaan, suurin osa kohdeperheistä ohjautuu yhteistyökumppaneiden kautta mukaan toimintaan. Yhteistyökumppaneiden kanssa suunnitellaan myös perheretkien sisällöt ja yhteistyökumppanit osallistuvat retkien ohjaamiseen. (Projektityöntekijä 2019e.)

Perheretkitoimintaan koulutetaan vapaaehtoisia ohjaajia, jotka osallistuvat retkien valmisteluihin ja käytännön toteutukseen. (Projektityöntekijä 2019d). Kouluttajana toimii projektityöntekijä. Vapaaehtoisia ohjaajia pyritään sitouttamaan osallistumiseen kaikille retkille. Vapaaehtoisten rekrytointi tapahtuu elo-syyskuun aikana ennen koulutusta. (Projektityöntekijä 2019e.) Ensi sijassa vapaaehtoisiksi ohjaajiksi pyritään saamaan sosiaali-, terveys- ja kasvatusalan opiskelijoita (Projektityöntekijä 2019d).

Vapaaehtoisten koulutus järjestetään kolmessa eri osassa. Ensimmäinen koulutus on päivän mittainen ja se järjestetään ennen ensimmäistä retkeä 12.10.2019. Toinen ja kolmas koulutus ovat iltakoulutuksia ja ne järjestetään ensimmäisen retken jälkeen. Toisen koulutuskerran tarkoitus on toimia samalla ensimmäisen retken purkuna ja työnohjauksena. (Projektityöntekijä 2019b.)

## **9 Opinnäytetyön menetelmälliset valinnat ja toteutus**

### **9.1 Toiminnallinen opinnäytetyö ja tutkimuksellinen kehittämistoiminta**

Toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena on käytännön toiminnan ohjeistaminen tai toiminnan järjestäminen. Toiminnallisessa opinnäytetyössä yhdistyy toiminnallinen osuus ja sen raportointi. Se koostuu tuotoksesta ja raportista. Tuotoksena on jokin konkreettinen tuote. Kyseessä voi olla esimerkiksi ohjeistus, opas tai jonkin tapahtuman toteuttaminen. Raportissa käsitellään konkreettisen tuotoksen aikaansaamiseksi käytettyjä keinoja. Toiminnallinen opinnäytetyö on työelämälähtöinen, käytännönläheinen ja tutkivalla otteella toteutettu. (Vilkka & Airaksinen 2003, 9–10, 51–53.)

Tutkiva ote toiminnallisessa opinnäytetyössä merkitsee valintojen tarkastelua ja perustelua aihetta koskevaan tietoperustaan peilaten. Mahdollinen selvitys on myös osa tutkivaa otetta. Arviointia voidaan myös toteuttaa tutkivalla otteella. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 154.)

Tässä tapauksessa kyse on käytännön toiminnan, eli koulutuksen ohjeistamisesta koulutusmateriaalin muodossa. Kyseessä on työelämälähtöinen ja käytännönläheinen opinnäytetyö, koska sain toimeksiannon siihen ja materiaalia tarvitaan vapaaehtoisille järjestettävää koulutusta varten. Opinnäytetyössä käytän myös tutkivaa otetta tarkastelemalla ja perustelemalla valintoja tietoperustaan peilaten ja selvitystä käyttämällä.

Toiminnallista opinnäytetyötä voidaan tarkastella kehittämistoiminnan ja tutkimuksellisen kehittämistoiminnan viitekehyksestä käsin. Salosen (2013, 7) mukaan toiminnallisessa opinnäytetyössä kyse on kehittämistoiminnasta. Toikon ja Rantasen (2009, 14–16) mukaan kehittäminen on konkreettista toimintaa, jolla pyritään muutokseen. Kehittämisessä keskeistä on tavoitteellisuus. Lähtökohdina kehittämiselle ovat nykytilanteen ongelmat tai visio uudesta. Kehittäminen voi kohdistua moneen eri asiaan. Se voi kohdistua esimerkiksi yksittäisiin toimiin ja heidän osaamiseensa tai prosesseihin. Opinnäytetyöni lähtökohdina on visio uudesta. Sillä pyritään kehittämään vapaaehtoistoiminnan prosessia ja vapaaehtoisten osaamista.

Salosen (2013, 9) mukaan tutkimuksellisessa kehittämistoiminnassa kyse on kehittämistoiminnasta, joka voi sisältää tutkimuksellisia piirteitä. Toikon ja Rantasen (2009, 21–23) mukaan tutkimuksellinen kehittämistoiminta on toimintaa, jossa tutkimus- ja kehittämistoiminta yhdistyvät. Tutkimuksellisessa kehittämistoiminnassa tavoitellaan konkreettista muutosta ja pyritään samalla tiedon tuottamiseen.

Tutkimuksellinen kehittämistoiminta voi painottua tutkimukseen tai kehittämiseen. Painottuessaan kehittämiseen, käytännön tarpeet ohjaavat tiedontuotantoa. Kehittämistoiminta määrittää tutkimukselliset asetelmat ja menetelmät, joita

käytetään tarpeen mukaan apuna tiedontuotannossa. Tutkimuksellisten asetelmien ja tiedontuotannon avulla kehittämistoiminnan tulokset pyritään nostamaan yleisemmälle tasolle. (Toikko & Rantanen 2009, 21–22.) Opinnäytetyössäni konkreettisen muutoksen lisäksi pyrin tiedon tuottamiseen. Toiminta painottuu kehittämiseen ja käytännön tarpeet ohjaavat tiedontuotantoa.

Salosen (2013, 22–23) mukaan kehittämistoiminnassa keskeisiä ovat kehittämisen ja osallistamisen menetelmät eli kehittämismenetelmät sekä tiedonhankintamenetelmät. Opinnäytetyössäni kehittämismenetelmiä ovat palaverit projektityöntekijän kanssa, toimeksiantajan arviointi, lukupiirit ja aikaisemmat tutkimukset sekä kirjallisuus. Tiedonhankintamenetelmänä toimivat hankkeen materiaalit, sähköinen kysely yhteistyökumppaneille sekä opinnäytetyöpäiväkirja ja muistiinpanot. Salosen (2013, 23–24) mukaan kehittämistoiminnassa tuotetaan ja hyödynnetään erilaisia aineistoja ja materiaaleja. Käytännön työskentelyä dokumentoidaan ja raportoidaan vaiheittain niin, että ulkopuolinen lukija saa selville toiminnan etenemisen logiikan.

Opinnäytetyöpäiväkirjaan dokumentoidaan säännöllisesti opinnäytetyöprosessiin liittyviä asioita. Se on henkilökohtainen ja toimii raportin kirjoittamisen tukena. Se voi sisältää ideointia, pohdintaa, kirjallisuutta, ohjauksessa ilmenneitä asioita ja toimeksiantajan kanssa läpi käytyjä asioita. (Vilka & Airaksinen 2003, 19–22.) Käytän sähköistä opinnäytetyöpäiväkirjaa muistin tukena prosessin ajan. Siihen kirjaan omia ajatuksia. Ohjaajien ja projektityöntekijän tapaamisissa teen pääasiassa muistiinpanoja vihkoon. Lähteistä pidän erikseen sähköistä luetteloa.

## **9.2 Yhteistyökumppaneiden osallistaminen kehittämistoimintaan**

Kehittämistoiminta on sosiaalinen prosessi. Se edellyttää vuorovaikutusta eri osapuolten kesken ja aktiivista osallistumista. Toimijoiden, kuten työntekijöiden osallistumisesta kehittämiseen on monenlaista hyötyä. Se mahdollistaa eri tahojen tarpeiden huomioimisen ja lisää sitoutumista kehittämiseen. Joissakin tutkimuksellisen kehittämisen suuntauksissa korostetaan kehittäjien ja toimijoiden tiivistä yhteistyötä, joissakin suuntauksissa nähdään riittäväksi etäisempi vuorovaikutus. (Toikko & Rantanen 2009, 89–91.)

Toimijoiden osallistumista kehittämiseen voidaan tarkastella eri näkökulmista. Toimijoilta voidaan kerätä tietoa, jonka avulla palvelua tai tuotetta voidaan kehittää paremmin vastaamaan kohderyhmän tarpeita. Tässä näkemyksessä toimijoita kuullaan, mutta he ovat passiivisessa asemassa. Toimijat voivat myös osallistua tiiviimmin kehittämisprosessiin. Osallistuminen voidaan nähdä eräänlaisena apu- tai pääprosessina riippuen osallistumisen intensiteetistä. Toimijoiden avulla voidaan muodostaa totuudenmukainen käsitys tavoitteesta ja sen saavuttamisen tavoista. Käyttäjä- ja toimijälähtöisyys tukee kehitettävän tuotteen tai palvelun levittämistä. (Toikko & Rantanen 2009, 96–97.)

Toimijoiden osallistumisen intensiteetti voidaan perustella tarkoituksenmukaisuuden avulla. Kehittämisessä voidaan tavoitella käytännöllistä ratkaisua tai yhteisöllistä muutosta. Yhteisöllinen muutos edellyttää tiivistä vuorovaikutusta yhteisön kesken, kun taas käytännöllinen ratkaisu tietyn ryhmän apua. (Toikko & Rantanen 2009, 98.)

Opinnäytetyöni on jossakin määrin sosiaalinen prosessi. Olen tekemisissä perheretkitoiminnan tiedossa olevien toimijoiden eli julkisen, yksityisen ja kolmannen sektorin yhteistyökumppaneiden ja projektityöntekijän kanssa. Opinnäytetyössäni kyse on käytännöllisen ratkaisun löytämisestä. Näin ollen toimijat osallistuvat kehittämiseen sen verran, kun käytännöllisistä syistä on tarpeen, jotta koulutus vastaisi mahdollisimman hyvin eri toimijoiden tarpeisiin. Yhteistyökumppaneilta kerään sähköisesti tietoa, jonka avulla osaan suunnitella koulutusmateriaalin paremmin vastaamaan kohderyhmän tarpeita. Projektityöntekijä osallistuu kehittämiseen tiiviimmin, koko prosessin ajan.

### **9.3 Sähköinen kysely selvityksenä**

Toiminnallisessa opinnäytetyössä voidaan käyttää selvitystä, jos tapahtuma tai tuote halutaan toteuttaa kohderyhmälähtöisesti, mutta kohderyhmän tarpeita ei vielä tunneta. Selvityksen tavoitteena on saada tukea sisältöä koskeviin päätöksiin tuotoksesta tai kerätä kirjallisuudesta puuttuvaa teoriatietoa. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 57, 62.) Toiminnallisessa opinnäytetyössä aineistoa kerätään harkitusti ja perustellusti. Ennen aineiston keräämistä tulee tietää ja perustella tehdyt

valinnat. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 59.) Kehittämistoiminnassa tiedonkeruun rajaaminen on perusteltua. Tiedonkeruun tehtävänä on usein ohjata kehittämissessia. (Toikko & Rantanen 2009, 119, 121.)

Kyselylomakkeessa kysytään asioita, jotka on asetettu tutkimussuunnitelman tavoitteisiin. Toiminnallisessa opinnäytetyössä määrällisen tutkimuksen keinoin hankitun tiedon lähtökohtana on, miten vastaukset suuntaavat tuotoksen sisältöä. Mittauksen tarkkuutta ja järjestelmällisyyttä arvioidaan tulevan tiedon käyttötarkoitus huomioon ottaen. Lomakkeen on tärkeää edetä johdonmukaisesti. Kukin kysymys tulee perustella, miksi sitä kysytään. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 59–62.) Tein selvityksenä sähköisen kyselyn Google Formsilla. Kyselyni koostui oikeastaan yhdestä ainoasta kysymyksestä.

Kyselylomakkeen kysymykset voivat olla avoimia, monivalintakysymyksiä, asteikkoihin eli skaaloihin perustuvia tai sekakysymyksiä. (Hirsjärvi ym. 2009, 198–200; Vilkkä 2015, 106.) Avoimissa kysymyksissä esitetään kysymys ja jätetään tyhjä tila vastaamista varten. Monivalintakysymyksissä tutkija antaa vastausvaihtoehdot ja vastaaja valitsee yhden tai useamman vaihtoehdon. Sekamuotoisissa kysymyksissä valmiiden vastausvaihtoehtojen jälkeen on avoin kysymys. Avoin kysymyksen tarkoituksena on saada esiin vastauksia, joita ei tunneta. Asteikkoihin tai skaaloihin perustuvassa kysymystyypissä esitetään väittämiä ja vastaaja valitsee asteikon avulla, onko samaa vai eri mieltä. Avoin kysymykset mahdollistavat vastaajalle oman mielipiteen kertomisen. Monivalintakysymykset taas voivat helpottaa vastaajaa vastaamaan kysymykseen ja voivat lisätä tulosten luotettavuutta samankaltaisuudellaan. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 198–201.)

Tein asteikkoihin perustuvan kyselyn, koska se vastasi parhaiten tarpeisiini. Laitoin lomakkeeseen valmiita vaihtoehtoja koulutuksen teemoiksi, jotka yhteistyökumppanit laittoivat asteikon avulla tärkeysjärjestykseen. Lisäsin kyselyyn avoimen kohdan, koska ajattelin, että en välttämättä keksinyt kaikkia tärkeitä teemoja koulutuksen kannalta. Lopuksi laitoin myös avoimen kysymyksen, koska halusin tietää, tuleeko vastaajalle mieleen muuta tärkeää asiaa koulutuksen sisältöön liittyen.

Saatekirje on hyvä liittää kyselyyn ja kertoa siinä muun muassa kuka on ja mitä tutkimusta tekee sekä mihin tulee tietoja käyttämään. Saatekirje motivoi vastaamaan. (Vilkka & Airaksinen 2009, 59.) Kyselyyn kuului saatekirje. Salosen (2013, 24) mukaan kehittämistoiminnassa tuotettujen aineistojen ja materiaalien käsittelyn ja analyysin esittelyn ei tarvitse olla perusteellista. Riittää, että esittely on selkeää ja sen perusteella pystytään arvioimaan opinnäytetyön kokonaisuutta.

#### **9.4 Prosessikuvaus**

Kehittämisprosessi muodostuu eri tehtäväkokonaisuuksista. Näitä ovat perustelu, organisointi, toteutus, levittäminen ja arviointi. Perustelussa tuodaan esille, mitä kehitetään ja miksi. Toiminnan organisoinnissa kyse on siitä, kuka tekee ja mitä sekä millä resursseilla. Toteutuksessa kyse on kehittävästä toiminnasta. Kehittämiseen liittyy olennaisesti toiminnan arviointi. Levittämisellä pyritään uusien tuotteiden tai palveluiden levittämiseen. (Toikko & Rantanen 2009, 56–57.)

Toikon ja Rantasen (2009, 64) mukaan tehtävistä muodostuvaa kehittämisprosessia voidaan havainnollistaa eri mallien avulla. Opinnäytetyöni ja tuotokseni voisi havainnollistaa etenevän Toikon ja Rantasen (2009, 64) lineaarisen mallin mukaan (kuvio 1). Salosen (2013, 15) mukaan lineaarisessa mallissa prosessin nähdään etenevän lineaarisesti eli suoraviivaisesti vaihe vaiheelta.

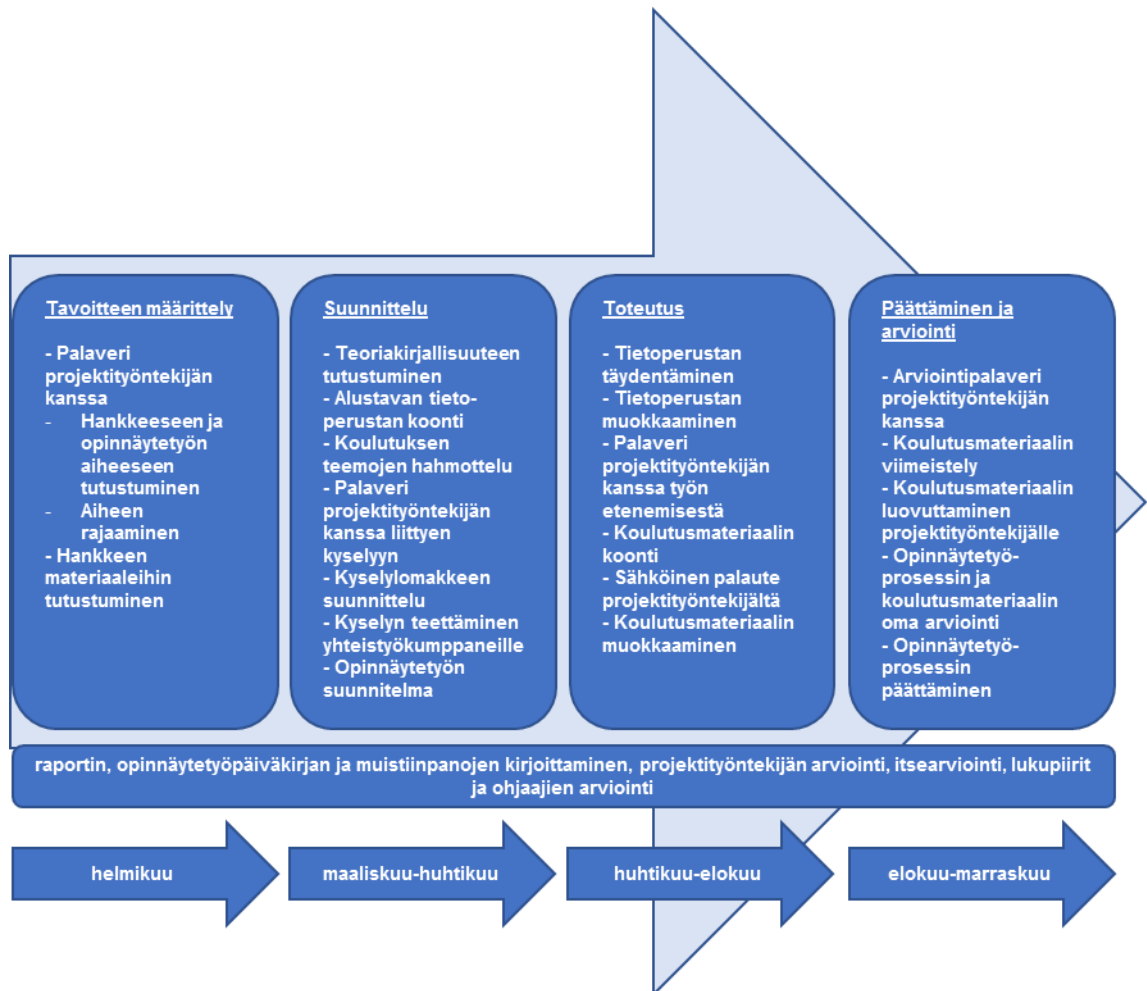
Lineaarisen mallin vaiheet ovat: tavoitteen määrittely, suunnittelu, toteutus ja päättäminen ja arviointi. Kehittämiselle määritellään konkreettinen tavoite. Kehittäminen perustuu tunnistettuun tarpeeseen. Suunnitteluvaiheessa laaditaan riskianalyysi ja määritellään prosessiin osallistujat. Suunnitteluvaiheessa voidaan tehdä myös esiselvitys, jolla varmistetaan, että lopputulos on organisaation tavoitteiden mukainen. Suunnitteluvaiheesta syntyy tarkennettu kehittämissuunnitelma. (Toikko & Rantanen 2009, 57, 64.)

Toteutusvaiheessa suunnitelmaa voidaan joutua muuttamaan tai täydentämään. Toteutusvaiheen aikana valmistetaan suunnitelman mukainen tuote, joka otetaan käyttöön. Käyttöön ottaessa varmistetaan, että tuotos on käyttökelpoinen. Viimei-



senä vaiheena on prosessin päättäminen ja arviointi. Kehittäminen pyritään päättämään suunnitellusti. Päätösvaiheeseen kuuluu loppuraportointi ja jatkoideoiden esittäminen. (Toikko & Rantanen 2009, 65.) Vaikka lineaarisessa mallissa arviointivaihe on viimeisenä, Toikon ja Rantasen (2009, 82–83) mukaan kehittämistoiminnassa tapahtuu arviointia koko prosessin ajan. Arvioinnin avulla kehittämistoimintaa voidaan ohjata.

Lineaarista mallia on kritisoitu todellisuutta yksinkertaisemmaksi (Salonen 2013, 15). Prosessini näkisin kuitenkin etenevän melko suoraviivaisesti, koska tavoite on selkeästi määriteltävissä ja toimijoita ei ole montaa, vaan teen opinnäytetyötä pitkälti yksin. Näiden seikkojen vuoksi prosessi etenee melko suunnitellusti.



Kuvio 1. Prosessin vaiheet lineaarisen mallin mukaan (mukaillen Toikko & Rantanen 2009, 64).

#### 9.4.1 Tavoitteen määrittely ja suunnittelu

Opinnäytetyössäni minulla oli aluksi pari, joka jättäytyi myöhemmin pois. Kuvaan prosessin tapahtumia alusta asti yksilön näkökulmasta tapahtuneeksi selkeyden vuoksi. Sain Joensuun Pelastakaa Lapset ry:ltä opinnäytetyön toimeksiannon helmikuun lopussa. Pidimme palaverin projektityöntekijän eli kouluttajan kanssa, keskustelimme hankkeesta ja opinnäytetyön aiheesta pääpiirteissään. Projektityöntekijä ehdotti, että yhteistyökumppaneille voisi tehdä jonkinlaista tarvekartoitusta.

Rajasimme aiheeksi aluksi koko koulutuksen, mukaan lukien ryhmäytymisen ja koulutusmenetelmien suunnittelun. Parin poisjäätymisen myötä aihetta rajattiin koskemaan pelkästään koulutusmateriaalia. Toimeksiannon saamisen jälkeen tutustuin projektityöntekijän sähköpostilla lähettämiin hankkeen materiaaleihin, aloin käydä lukupiireissä ja kirjoittaa opinnäytetyöpäiväkirjaa. Aloin myös tehdä lähdeluetteloja, tutustua teoriakirjallisuuteen ja tehdä opinnäytetyön suunnitelmaa.

Projektityöntekijä ja yhteistyökumppanit olivat jo pohtineet palavereissa alustavasti sitä, millaisia valmiuksia ja tietoa vapaaehtoisilla ohjaajilla tulisi olla ja mitä olisi hyvä huomioida koulutuksessa. Palavereissa otettiin esille, että perheretkitoiminnasta, taustaorganisaatiosta ja perheretkien linkittymisestä pienryhmätöimintaan kerrottaisiin. Vapaaehtoisen pitäisi tietää roolinsa ja tehtävänsä retkillä. Vapaaehtoisella tulisi olla valmiuksia kohdata perheitä, joissa toinen vanhempi on päihdekuntoutuja. Kohtaamiseen liittyen vapaaehtoiselle olisi hyvä olla ymmärrystä päihdeongelman vaikutuksista perheeseen. Eettisiä kysymyksiä vapaaehtoistoimintaan liittyen olisi hyvä pohtia. Myös vapaaehtoisen jaksamiseen, tukemiseen ja ohjaukseen liittyviä asioita olisi hyvä käydä läpi. Lisäksi otettiin esille, että kokemusasiantuntijaa voisi hyödyntää koulutuksessa. (Projektityöntekijä 2019c.)

Pohdin palaverien yhteenvedon, aikaisempien tutkimusten, vapaaehtoisten koulutuksen teorian ja oman ammattitaidon pohjalta, mitkä teemat olisi hyvä ottaa

mukaan koulutukseen. Hahmottelin myös alustavasti teemojen sisältöjä. Pohtimiani teemoja yhteistyökumppaneiden pohtimien teemojen lisäksi olivat lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutuksen tukeminen, mikä tulee toiminnan tavoitteista, ryhmänohjaus ja ryhmätoiminta sekä ratkaisu- ja voimavarakeskeisyys.

Projektityöntekijän ehdotuksesta päädyin selvityksen, eli sähköisen kyselyn (liite 1) teettämiseen yhteistyökumppaneille. Kyselyllä halusin kartoittaa heiltä heidän pohtimiensa teemojen sekä itse pohtimieni teemojen tärkeyttä koulutukseen mukaan ottamisen kannalta. Kyselyn avulla halusin siis kartoittaa yhteistyökumppaneiden mielipiteitä vaihtoehtoisten teemojen tärkeydestä. Maaliskuun lopussa pidin toisen palaverin projektityöntekijän kanssa liittyen kyselyyn ja koulutuksen teemoihin. Projektityöntekijä piti ideoita sähköisen kyselyn lomakkeesta hyvänä ja hän puolsi ehdotustani teemoista.

Selvityksen teetin yhteistyökumppaneille, koska he olivat työskennelleet perheiden kanssa, joilla on ollut ongelmallista päihteiden käyttöä. Näin ollen ajattelin heidän tietävän, mitä perheiden kanssa toimiessa olisi hyvä huomioida. Selvityksen teetin yhteistyökumppaneille myös siitä syystä, että perheet eivät vapaaehtoiset olleet vielä tiedossa, joten heiltä en asiaa voinut kartoittaa. Lähetin kyselyn huhtikuun alussa yhdeksälle yhteistyökumppanille. Vastausaikaa annoin vajaa kaksi viikkoa. Kyselyyn vastasi seitsemän yhdeksästä.

Koulutuksen teemoihin sisältyivät automaattisesti tärkeytensä vuoksi perheretkitoiminnan esittely, tietoa taustaorganisaatiosta ja vapaaehtoistoiminnasta, mikä mainittiin kyselyssä. Tärkeimpinä teemoina yhteistyökumppanit pitivät lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutussuhteen tukemista ja ongelmallisen päihteiden käytön vaikutuksia lapsen ja vanhemman välisessä vuorovaikutussuhteessa. Paljon kannatusta saivat myös perheiden kohtaaminen, ryhmänohjaus ja ryhmätoiminta sekä ratkaisu- ja voimavarakeskeisyys. Kokemusasiantuntijan vierailua pidettiin vähiten tärkeimpänä.

Vaihtoehtoisten teemojen lisäksi yksittäiset henkilöt pitivät tärkeinä seuraavia teemoja: vapaaehtoisten jaksaminen, tietoa mielenterveysongelmista ja positiivi-

sen kohtaamisen taito. Vapaaehtoisten jaksaminen sisältyy koulutuksen teemoihin, joita ei pyydetty arvioimaan kyselyssä. On totta, että mielenterveysongelmat linkittyvät usein päihdeongelmiin. Jätin kuitenkin teeman pois rajatakseni koulutuksen teemoja. Positiivisen kohtaamisen taito linkittyy myös jo koulutuksen teemoihin. Toisin sanoen koulutukseen ei valikoitunut lisäteemoja yhteistyökumppaneiden ehdotuksista.

Koulutukseen valikoituivat kyselyn pohjalta teemat: lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutussuhteen tukeminen, ongelmallisen päihdeiden käytön vaikutukset lapsen ja vanhemman välisessä vuorovaikutussuhteessa, perheiden kohtaaminen, ryhmänohjaus ja ryhmätoiminta sekä voimavara- ja ratkaisukeskeisyys. Edellä mainittujen teemojen lisäksi raporttiin ja koulutukseen tulivat oman ideointini pohjalta lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutussuhteen vahvistaminen. Ohjaajien kehotuksesta tulivat teemat lapsen ja vanhemman välinen suotuinen vuorovaikutussuhde sekä haasteet lapsen ja vanhemman välisessä vuorovaikutussuhteessa. Kyseisten teemojen avulla pystyi paremmin ymmärtämään aikaisempia teemoja. Yläteemoiksi koulutukseen tulivat vapaaehtoistoiminta, perherekitoiminta, lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutussuhde, perheiden kohtaaminen sekä ryhmätoiminta ja ryhmänohjaus. Muista teemoista tuli näiden alateemoja.

Opinnäytetyön suunnitelmani valmistui huhtikuun lopussa. Suunnitelma sisälsi alustavan tietoperustan, käytettävät tutkimusmenetelmät, opinnäytetyön tarkoituksen ja tavoitteen, luotettavuuden ja eettisyyden, aikataulun ja pohdinnan. Opinnäytetyön oli tarkoitus parin kanssa tehdessä valmistua ennen kesää. Yksin asetin tavoitteeksi, että koulutusmateriaali valmistuu ennen ensimmäistä koulutusta, niin että kouluttajalla on aikaa suunnitella koulutus sen pohjalta.

#### 9.4.2 Toteutus, arviointi ja päättäminen

Koulutuksen teemojen varmistumisen jälkeen, keskityin tietoperustan kokoon saamiseen. Se oli aikaa vievä vaihe. Teoriaa täytyi etsiä monesta eri aihealu-

eesta. Koulutuksen teemojen sisällöissä keskityin erityisesti yhteistyökumppaneiden tärkeimpinä pitämiin teemoihin. Nämä olivat siis lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutussuhteen tukeminen ja ongelmallisen päihteiden käytön vaikutukset lapsen ja vanhemman välisessä vuorovaikutussuhteessa.

Tietoperustan kokoamisessa kiinnitin huomiota siihen, että olin suunnittelemassa koulutusmateriaalia vapaaehtoisille. Mielessä tuli pitää vapaaehtoisen rooli. Keskitin käytännönläheisen tiedon keräämiseen ja pyrin välttämään mahdollisimman paljon ammattisanastoa. Teorian kokoamisessa erityisesti muokkausprosessi vei aikaa. Tärkeimmät asiat teemoihin valikoituivat eri lähteitä läpikäymällä, vertailemalla niitä ja poimimalla mielestäni olennaisimmat asiat. Pyrin rajaamaan teemojen sisältöjä, tekemään niistä lyhyet ja ytimekkäät koulutusmateriaalia ajatellen. Lyhyisiin ja ytimekkäisiin teemojen sisältöihin tuli kiinnittää huomiota, koska teemoja oli niin monta ja koulutuksen kestokin tulisi olemaan varsin rajallinen.

Koulutuksen sisältöjen suhteen minun tuli myös kiinnittää huomiota sopivan pituisiin sisältökokonaisuuksiin. Tämä mahdollistaisi sen, että kokonaisuuksista ei tulisi liian raskaita ja teemoja voisi jakaa eri koulutuspäiville. Kevyisiin sisältökokonaisuuksiin liittyen tein päätöksen projektityöntekijän ja ohjaajan tuella, että jaoin lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutussuhteen tukemisen lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutussuhde -teeman sekä perheiden kohtaaminen -teeman alle.

Kesäkuun alussa pidin palaverin projektityöntekijän kanssa, jossa kävimme yhdessä läpi tietoperustaani. Projektityöntekijä oli tyytyväinen tietoperustaani. Teorian pohjalta aloin tekemään koulutusmateriaalia. Projektityöntekijän toiveesta tein koulutusmateriaalin PowerPointillä, tein jokaisesta aiheesta oman diaesityksen ja lisäsin dioihin kommentteja. Hän myös toivoi, että lisäisin dioihin joitakin mahdollisia keskustelunaiheita.

Koulutusmateriaalin eli diaesitysten tekeminen luonnistui minulta hyvin kootun tietoperustan pohjalta helposti. Koulutusmateriaalin tekeminen sai kuitenkin oivaltamaan tietoperustan puutteita. Se sai myös oivaltamaan, että tietoperustassa

on turhaa tietoa ja se on liian laaja. Niinpä tein loppuvaiheessa rinnakkain koulutusmateriaalia ja tietoperustan muokkausta.

Koulutusmateriaalia tehdessä kysyin projektityöntekijältä palautetta dioista sähköisesti. Hänen mielestään olin onnistunut rajaamaan teoriaa hyvin ja avaamaan käsitteitä sopivasti. Diat olivat hänen mielestään selkeitä ja tiiviitä. Tämän palautteen myötä jatkoin samalla linjalla diojen tekemistä. Diaesitykset rakentuivat pitkälti suoraan tietoperustan otsikoista ja sisällöstä. Pääasiat diaesityksiin löytyivät helposti ja kommenttien avulla sain mahdutettua dioihin mielestäni olennaisimmat asiat.

Elokuun lopussa pidimme projektityöntekijän kanssa arviointipalaverin. Projektityöntekijä arvioi koulutusmateriaalin. Hän antoi muutaman korjausehdotuksen. Kaiken kaikkiaan hänen mielestään koulutusmateriaalissa on tärkeää asiaa koulutuksen kannalta, materiaali on selkeää ja hyvin tiivistetty ja sen pohjalta on helppo lähteä suunnittelemaan koulutusta. Sovimme, että teen muutamat korjaukset ja muokkaan vielä pakettia visuaalisesti. Syyskuussa lähetin valmiin koulutusmateriaalin projektityöntekijälle. Lokakuun alussa oli opinnäytetyön seminaarini. Opinnäytetyön viimeistely venyi minulta kuitenkin marraskuulle.

## **10 Pohdinta**

### **10.1 Prosessin pohdintaa**

Lineaarinen malli on yksinkertaisin kehittämistoiminnan malli, jossa vaiheiden voidaan hahmottaa etenevän vaihe vaiheelta. Linearisessa mallissa suunnitteluvaihe on oma vaiheensa. (Toikko & Rantanen 2009, 64.) Tästä huolimatta Toikon ja Rantasen (2009, 65–66) mukaan toteutusvaiheessa voidaan joutua muokkaamaan suunnitelmaa ja lineaariseen malliin liittyvissä keskusteluissa on alettu painottaa kokeilevaa toimintaa ja tilannekohtaista kehittämistä. Toikon ja Rantasen (2009, 69) mukaan kehittämismallit ovat aina todellisuutta yksinkertaisempia.

Opinnäytetyöprosessini ei edennyt täysin suoraviivaisesti ja suunnitellusti monelta eri osin. Jälkikäteen ajateltuna prosessini olisi voinut nähdä etenevän myös toisen mallin mukaisesti. En alun perin osannut ajatella, että koulutukseen tulisi niin paljon teemoja. Koulutuksen teemat lisääntyivät prosessin edetessä. Osa niistä tuli vasta kyselyn teettämisen jälkeen.

Koulutuksen teemojen sisällöt myös täsmentyivät matkan varrella. En aluksi osannut täysin hahmottaa, mitä kaikkea kuuluisi minkäkin teeman alle. Osa teemoista oli minulle vieraampia. Koulutuksen teemat olivat myös laaja-alaisia, eivätkä niin helppoja määritellä. Esimerkiksi lapsen ja vanhemman väliseen suotuisaan vuorovaikutussuhteeseen voi nähdä kuuluvan lukuisia eri asioita ja sitä voi tarkastella eri teorioiden valossa. Usein ei puhuta lapsen ja vanhemman välisestä vuorovaikutussuhteesta, vaan esimerkiksi varhaisesta vuorovaikutuksesta, kiintymyssuhteesta tai vanhemmuudesta.

Myös kohtaaminen teemana on hyvin laaja-alainen. Rajaamiseen liittyen haastetta teetti myös teemojen samankaltaisuus, kuten lapsen ja vanhemman välinen suotuisa vuorovaikutus ja vuorovaikutussuhteen vahvistaminen ja lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutussuhteen tukeminen ja perheen kohtaaminen. Pyrin tietoisesti välttämään liikaa toistoa teemojen suhteen.

Lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutussuhteen tukeminen -teemana teetti erityisesti haastetta. Raportin rakenteen vuoksi teema kuului lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutussuhde -teeman alle. Toisaalta tukemiseen liittyvät asiat liittyvät perheen kohtaamiseen. Sisällytin asiaa pohdittuani ja projektityöntekijältä sekä ohjaajalta asiaa kysytyä tukemisen melkein kokonaan perheen kohtaaminen -teeman alle. Näin sain koulutustakin ajatellen lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutussuhde -teemasta sekä perheiden kohtaaminen -teemasta sopivan mittaiset kokonaisuudet.

Näitä haasteita ja parin poisjättäytymistä lukuun ottamatta prosessi eteni suunnitellusti. Minulla oli selkeä tavoite ja visio siitä, mitä olin tekemässä. Pystyin paneutumaan hyvin opinnäytetyön tekemiseen. Kävin läpi lukuisia eri lähteitä ja

käytin aikaa koulutuksen teemojen teorian etsimiseen, kokoamiseen ja muokkamiseen.

Vapaaehtoisten koulutuksen tarjoaman tiedon tulee olla käytännönläheistä ja toimintaan kohdistettua (Mykkänen-Hänninen 2007, 57). Osallistujien tulisi ymmärtää koulutuksen sisällöt oman osaamisensa pohjalta (Kupias & Koski 2012, 74). Koko prosessin ajan olen kiinnittänyt erityistä huomiota kohderyhmän tarpeisiin vastaamiseen. Kohderyhmä sinällään oli laaja, koska en tiennyt tulevien vapaaehtoisten taustoja. Näin ollen minulla oli lähtökohtana se, että vapaaehtoisella ei välttämättä ole aiempaa koulutusta eikä tietoa perheretkitoimintaan liittyvistä asioista. Tämän vuoksi halusin huomioida perheretkitoiminnan kokonaisuutena ja tarjota vapaaehtoisille monipuolista tietoa. Koulutusmateriaalissa huomioin myös käytännönläheisyyden, että materiaali olisi kaikkien helppo omaksua ja tieto tukisi vapaaehtoista roolissaan. Mielestäni olen onnistunut luomaan koulutusmateriaalin, joka lisää vapaaehtoisten tietoa ja valmiuksia toimia perheretkitoiminnan ohjaajina.

Dioilla voidaan koulutusmateriaalina nostaa esille tärkeimpiä asioita. Niiden tulisi olla tarpeellisia ja tarkoituksenmukaisia. Yksittäisen dian ja diaesityksen tulisi olla lyhyt ja selkeä. Dioja voidaan tarvittaessa täydentää yksityiskohtaisemmilla tiedoilla aiheesta. (Kupias & Koski 2012, 75–78.) Olen mielestäni onnistunut kokoomaan dioihin koulutuksen teemojen tärkeimmät asiat ja kommentteihin tärkeää asiaa pääkohtien tueksi, mistä yhdessä syntyy tarkoituksenmukainen tietopaketti.

## **10.2 Luotettavuus ja eettisyys**

Tutkimus voi olla eettistä ja luotettavaa, jos sen teossa noudatetaan hyvää tieteellistä käytäntöä. Hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu muun muassa toimintatapana rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus, eettisesti kestävät tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmät sekä avoimuus julkaisemisessa, muiden töiden asianmukainen huomioiminen sekä vaatimusten mukainen tutkimuksen suunnittelu, toteutus ja raportointi. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012.)



Opinnäytetyön tekemisessä olen pyrkinyt noudattamaan hyvää tieteellistä käytäntöä prosessin kaikissa vaiheissa. Hyvä tieteellinen käytäntö painottuu opinnäytetyössäni ennen kaikkea lähteiden käyttöön, selvityksen tekemiseen ja raportointiin. Näissä olen pyrkinyt rehellisyyteen, huolellisuuteen, tarkkuuteen ja avoimuuteen.

Lähteiden käyttöön liittyen olen käyttänyt lähteitä monipuolisesti mahdollisimman kattavan teoriatiedon saamiseksi ja kiinnittänyt huomiota referointiin omin sanoin alkuperäistä sanomaa muuttamatta sekä viittausteknisiin ominaisuuksiin. Tuotoksessa olen käyttänyt CC0, eli vapaasti käytettävissä olevia kuvia. Selvityksen tekemisessä olen kiinnittänyt huomiota sen tarkoituksenmukaisuuteen sen teettämisen kannalta ja lomakkeen rakenteen kannalta. Olen huomionut selvityksen vastaajia puhuttelemalla heitä ystävällisesti ja teettämällä selvityksen anonyymisti. Raportoinnissa olen pyrkinyt ennen kaikkea johdonmukaiseen ja avoimeen raportointiin. Raportoinnin suhteen eettisyyteen kiinnitin huomiota muun muassa siinä, millä käsitteellä kutsun perheitä, joissa on ollut ongelmallista päihteiden käyttöä, ettei se kuulosta leimaavalta. Projektityöntekijän toiveesta jätin mainitsematta hänen nimensä.

Lähteiden valinnassa on käytettävä harkintaa ja kriittisyyttä. Lähteitä valittaessa on hyvä kiinnittää huomiota tiedonlähteen auktoriteettiin ja tunnettavuuteen, lähteen ikään ja laatuun sekä uskottavuuteen. (Vilka & Airaksinen 2003, 72.) Olen pyrkinyt lähteiden käytössä alansa asiantuntijoiden lainaamiseen. Lähteiden iän puolesta olen pyrkinyt mahdollisimman uusien lähteiden käyttämiseen. Joiltakin osin olen myös käyttänyt vanhempia lähteitä, koska en ole löytänyt vastaavia uudempia. Näitä käyttäessäni olen pyrkinyt erityiseen kriittisyyteen sen suhteen ovatko tiedot vielä ajantasaisia. Laatuun liittyen olen käyttänyt ensisijaisia lähteitä. Olen käyttänyt joitakin oppaita lähteinä, esimerkiksi liittyen vapaaehtoistoimintaan, koska vapaaehtoistoiminnasta löytyi vähän lähdemateriaalia. Olen kuitenkin tältäkin osin ollut kriittinen tiedon paikkansapitävyyden suhteen.

Kehittämistoiminnassa luotettavuudella tarkoitetaan ennen kaikkea tiedon käytökelpoisuutta. Kehittämistoiminnassa syntyneen tiedon tulee olla hyödyllistä.

(Toikko & Rantanen 2009, 121.) Käyttökelpoisuutta voidaan tarkastella prosessinäkökulmasta tai kehittämistulosten näkökulmasta. Prosessinäkökulmasta katsottuna keskeistä on arvioinnin hyväksi käyttäminen prosessin ohjauksessa. Kehittämistulosten näkökulmasta tarkastellaan prosessin seurauksena syntyneiden tulosten hyödyllisyyttä. Luotettavuuteen liittyy myös toimijoiden sitoutuminen kehittämisprosessiin. (Toikko & Rantanen 2009, 124–125.)

Tiedon käyttökelpoisuuteen liittyen toteutin selvityksen yhteistyökumppaneille, mikä auttoi ohjaamaan prosessia ja täsmentämään tavoitetta, eli sitä millaista tietoa ja valmiuksia perheretkitoiminnan ohjaajille tarjoan. Projektityöntekijän ja ohjaajieni arviointi sekä itsearviointi pitkin prosessia auttoivat myös tekemään opinnäytetyöstä käyttökelpoisemman. Projektityöntekijältä ja ohjaajiltani sain paljon rakentavaa palautetta, jota en itse olisi oivaltanut. Projektityöntekijä arvioi myös tuotoksen hyödylliseksi ja käyttökelpoiseksi.

### **10.3 Ammatillinen kasvu**

Opinnäytetyön aihe ja toiminnallinen opinnäytetyö tulivat meille aika sattumalta, kun ensimmäinen aihe, josta aloimme tehdä opinnäytetyötä ei onnistunut ja toimeksiantaja ehdotti toista aihetta sen sijaan. Se, että opinnäytetyö tuli oikeasti tarpeeseen, motivoi ottamaan toimeksiannon vastaan. Aihe ei ollut minun vahvaa osaamisaluetani. En ole aikaisemmin ollut suunnittelemassa koulutusta ja koulutuksen teemoista monet eivät olleet vahvaa osaamisaluetani. Ajattelin kuitenkin opinnäytetyön sujuvan parin kanssa. Ajattelin, että parin kanssa voisin jakaa työtaakkaa ja ennen kaikkea reflektoida yhdessä.

Parin poisjättäytymisen jälkeen koin epävarmuutta. Se, että kaikki koulutuksen teemat eivät olleet vahvinta osaamisaluetani, vaikeutti osaltaan opinnäytetyön tekemistä ja erityisesti suunnittelua. Opinnäytetyötä tehdessä opin paljon uutta esimerkiksi lapsen ja vanhemman välisestä vuorovaikutussuhteesta.

Sosionomin kompetensseihin kuuluu tutkimuksellinen kehittämis- ja innovaatio-osaaminen. Siihen sisältyy muun muassa kumppanuuslähtöinen kehittäminen,

kehittämishankkeiden suunnittelu, toteutus ja arviointi, tutkimus- ja kehittämismenetelmien soveltaminen toimintakäytäntöjen kehittämiseksi, tiedon tuottaminen ja arviointi hyvinvoinnin edistämiseksi ja eettisten periaatteiden mukaan toimiminen. (Sosiaalialan ammattikorkeakouluverkosto 2016.) Opinnäytetyön tekeminen on lisännyt kyseisen kompetenssin valmiuksiani. Se on lisännyt erityisesti valmiuksiani suunnitella, toteuttaa ja arvioida kehittämistoimintaa ja kehittää työelämälähtöisesti, eettisesti ja kohderyhmän tarpeet huomioiden.

Opinnäytetyöprosessini oli intensiivinen, koska minulla ei ollut juuri muita opintoja enää ja pystyin hyvin keskittymään opinnäytetyöhön. Itsenäinen puurtaminen vaati pitkäjänteisyyttä minulta, joka mielellään tekee töitä toisten kanssa. Se opetti stressinhallintaa ja ongelmanratkaisutaitoja. Opinnäytetyö toi paljon haasteita eteen, mistä monet ratkaisin itsekseni. Välillä tuntui, että olisin kaivannut enemmän rakentavaa palautetta muilta. Reflektointitaitoni kehittyivät prosessin aikana. Reflektoin paljon itsekseni. Esimerkiksi aina kun luin raporttia läpi, oivalsin jotain uutta.

#### **10.4 Opinnäytetyön hyödynnettävyys ja jatkotutkimusideat**

Opinnäytetyön tuotosta käytetään vapaaehtoisten koulutuksen materiaalina, joten työ on hyödyllinen sen toimeksiantajalle. Vastaavaa koulutusta ei ole aiemmin tehty tai koulutuksen sisältöä ei ole netissä saatavilla, joten koulutuksen sisältöä voi hyödyntää esimerkkinä vastaavia vapaaehtoisten koulutuksia järjestettäessä. Koulutuksen sisällöstä voi myös hyödyntää tiettyjä osia muunlaiseen vapaaehtoisten koulutukseen. Koulutusta voi olla helpompi myös lähteä kehittämään esimerkin avulla.

Jatkossa voisi tutkia ovatko koulutusmateriaali ja koulutus tarjonneet vapaaehtoisille ohjaajille tarkoituksenmukaisia valmiuksia ja tietoa toimia retkillä ohjaajina. Koulutusmateriaalia ja koulutusta voisi myös kehittää vastaamaan paremmin vapaaehtoisten sekä perheiden tarpeita. Perheretkitoiminnasta tutkimusta voisi tehdä toiminnan suunnittelusta, kehittämisestä ja arvioinnista. Tutkimukseen voisi osallistaa vapaaehtoisia, vanhempia, lapsia ja yhteistyökumppaneita.

## Lähteet

- Ahokas, M. 2010. Ryhmät ja niiden väliset suhteet. Teoksessa Suoninen, E., Pirttilä-Backman, A-M., Lahikainen, A. R. & Ahokas, M. (toim.) Arjen sosiaalipsykologia. Helsinki: WSOYpro Oy, 185–242.
- Cacciatore, R., Korteniemi-Poikela, E. & Huovinen, M. 2008. Miten tuen lapsen ja nuoren itsetuntoa. Helsinki: WSOY.
- Eklund, A. 2018. Tervetuloa meille! Uuden työntekijän perehdytys. Helsinki: Impact.
- Eläkeliitto. 2008. Auttamisen iloa – Palvelevan vapaaehtoistoiminnan opas. Helsinki: Eläkeliitto.
- Haarni, A. & Junttila, I. 2017. Materiaalia vapaaehtoistoimintaan – LapsiArkki-hanke yhden vanhemman perheiden tukena. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/134164/Haarni\\_Aurora\\_Junttila\\_Inka.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/134164/Haarni_Aurora_Junttila_Inka.pdf?sequence=1&isAllowed=y) 9.8.2019.
- Harju, U-M., Niemelä, P., Ripatti, J., Siivonen, T. & Särkelä, R. 2001. Vapaaehtoistoiminta seurakunnassa ja järjestöissä. 1. painos. Helsinki: Edita.
- Hiltunen, T. 2007. Äitien ja lasten leiri – Opas päihdeäitien ja heidän lastensa leiritoiminnan suunnitteluun. Sininauhaliitto ry. <https://www.kristillinenvertaistoiminta.fi/files/7713/9144/4303/leiri.pdf> 9.4.2019.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Honkala, S. & Rantanen, T. 2011. Hyvinvointia eläkeikäiselle ihmisille laadukkaalla vapaaehtoistyöllä. Tutkimus- ja kehittämiskeskus GeroCenter. [http://www.kansalaisareena.fi/VAU\\_julkaisu\\_280911.pdf](http://www.kansalaisareena.fi/VAU_julkaisu_280911.pdf) 5.6.2019
- Hughes, D. A. 2011. Kiintymyskeskeinen vanhemmuus – Toimivuutta kasvatukseen. Suom. L. Ritanen. Tampere: PT-Kustannus.
- Itäpuisto, M. & Taitto, A. 2010. Lapsi ja vanhempien alkoholinkäyttö – Opas varhaiskasvatuksen työntekijöille. [https://lasinenlapsuus.fi/sites/default/files/pdf/lapsi\\_ja\\_vanhempien\\_alkoholinkaytto\\_-\\_opas\\_varhaiskasvatuksen\\_tyontekijoille.pdf](https://lasinenlapsuus.fi/sites/default/files/pdf/lapsi_ja_vanhempien_alkoholinkaytto_-_opas_varhaiskasvatuksen_tyontekijoille.pdf) 9.4.2019.
- Itäpuisto, M. 2008. Pullon pohjimmaisat. Helsinki: Kirjapaja.
- Joensuun Pelastakaa Lapset ry. 2019a. Joensuun Pelastakaa Lapset ry. <http://joensuu.pelastakaalapset.fi/> 25.3.2019.
- Joensuun Pelastakaa Lapset ry. 2019b. Toimintamme. <http://joensuu.pelastakaalapset.fi/toimintamme/> 25.3.2019.
- Joensuun Pelastakaa Lapset ry. 2019c. Minä Olen Tärkeä! -pienryhmätoiminta. <http://joensuu.pelastakaalapset.fi/mina-olen-tarkea-pienryhmatointa/> 19.3.2019.
- Järjestöbarometri. 2018. Järjestöjen toimintaedellytykset. Helsinki: SOSTE Suomen sosiaali ja terveys ry.
- Järvinen, R., Lankinen, A., Taajamo, T., Veistilä, M. & Virolainen, A. 2012. Perheen parhaaksi. 2. painos. Helsinki: Edita.
- Kangas, P. & Hämäläinen, J. 2007. Perehdyttämisen suunnittelu ja toteutus. Työturvallisuuskeskus TTK.
- Kansalaisareena ry. 2019. Vapaaehtoisuus ja vapaaehtoistoiminta. <http://www.kansalaisareena.fi/aineistoa/vapaaehtois-ja-vertaistoiminnan-maaritelmat/> 5.6.2019.

- Kataja, J., Jaakkola, T. & Liukkonen, J. 2011. Ryhmä liikkeelle! Toiminnallisia harjoituksia ryhmän kehittämiseksi. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kaukkila, V., Lehtonen, E. & Raatikainen, M. 2007. Ryhmästä enemmän – Käsi-kirja ryhmänohjaajan taitoja tarvitsevalle. Helsinki: SMS-tuotanto.
- Kehus, J. & Lähtinen, S. 2011. IRTI ARJESTA - VAI KIINNI ARKEEN? Etnografia perheleiri- ja vertaisryhmätoiminnan rakentumisesta. Lapin yliopisto. Sosiaalityö. Pro gradu -tutkielma.
- Kivitie-Kallio, S. & Autti-Rämö, I. 2012. Päihteitä käyttävien vanhempien lapsi. Teoksessa Söderholm, A. & Kivitie-Kallio, S. (toim.) Lapsen kaltoin-kohtelu. 2. painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 196–216.
- Korhonen, S. & Holopainen, L. 2015. Vanhempana vahvemmaksi – kohti myönteistä vuorovaikutuksesta. 1. painos. Jyväskylä: Satu Korhonen.
- Korhonen, S. 2017. Vanhemmuuden tukemisen työmalli. <http://iloavanhemmuuten.fi/data/documents/vanhemmuuden-tukemisen-tyomalli.pdf> 12.8.2019.
- Kupias, P. & Koski, M. 2012. Hyvä kouluttaja. Sanoma Pro Oy.
- Kupias, P. & Peltola, R. 2009. Perehdyttämisen pelikentällä. Helsinki: Palmenia Helsinki University Press.
- Kuuluvainen, S. 2015. Vapaaehtoistyön johtaminen. Helsinki: Sivistysliitto Kansalaisfoorumi SKAF.
- Laimio & Välimäki. 2011. Vapaaehtoistoiminta kehittyä. [http://www.kssotu.fi/versova/media/Vapehttoim\\_KEHITTY.pdf](http://www.kssotu.fi/versova/media/Vapehttoim_KEHITTY.pdf) 17.4.2019.
- Launonen, K. 2007. Vuorovaikutus – kehitys, riskit ja tukeminen kuntoutuksen keinoin. Helsinki: Oppimateriaalikeskus Opik.
- Lehtonen, M & Salovaara, R. 2009. Kouluttajan opas. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. <https://docplayer.fi/6204838-Kouluttajan-opas-tukio-kouluttajan-opas.html> 9.5.2019
- López, C. N., Sarivaara, I. & Suuronen, J. 2018. Sininauhasäätiön opas vapaaehtoisille 2018. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Sosiaali- ja terveystieteiden ammattikorkeakoulututkimus. Opinnäytetyö. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/156834/Suuronen\\_jenni\\_2018.pdf?sequence=6&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/156834/Suuronen_jenni_2018.pdf?sequence=6&isAllowed=y) 22.3.2019.
- Makkonen, N. & Möttönen, M. Vapaaehtoisen opas – Opas Helsingin kaupungin sosiaali- ja terveystieteiden vapaaehtoisille. Metropolia Ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/75745/Makkonen\\_Nadja-Mottonen\\_Maija.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/75745/Makkonen_Nadja-Mottonen_Maija.pdf?sequence=1&isAllowed=y) 25.3.2019
- Marjovuori, A. 2014. Vapaaehtoistyön ytimessä – Järjestömuotoinen vapaaehtoistyö sosiaalisten representaatioiden näkökulmasta. Helsingin yliopisto. Sosiaalipsykologia. Väitöskirja. Sosiaalityö- ja sosiaalipsykologian laitoksen julkaisuja 2014:9. <https://helda.helsinki.fi/handle/10138/44979> 13.9.2019.
- Mattila, K-P. 2011. Lapsen vahvistava kohtaaminen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Moilanen, J., Rajalin, M. & Tammelin, M. Kouluttajan opas ehkäisevän lastensuojelun vapaaehtoistoimintaan – Esimerkkinä aikuisystävätoiminta. Keski-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus. Raportteja 20. [http://koskeverkko.fi/wp-content/uploads/2013/12/Koulutusopas\\_FINAL.pdf](http://koskeverkko.fi/wp-content/uploads/2013/12/Koulutusopas_FINAL.pdf) 22.3.2019.
- Mykkänen-Hänninen, R. 2007. Vapaaehtoistyön rajapinnoilla. Helsingin ammattikorkeakoulu Stadian julkaisuja. Sarja B: Oppimateriaalit 6. Helsinki: Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia.

- Mäkelä, J. & Salo, S. 2012. Varhaisen vuorovaikutussuhteen häiriöiden tunnistaminen ja hoitaminen. Teoksessa Söderholm, A. & Kivittie-Kallio, S. (toim.) Lapsen kaltoinkohtelu. 2. painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 260–268.
- Mäkisalo-Ropponen, M. 2011. Vuorovaikutustaidot sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tammi.
- Mönkkönen, K. 2018. Vuorovaikutus asiakastyössä - Asiakkaan kohtaaminen sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Gaudeamus. <https://www.el-library.com/book/9789524954679> 14.5.2019.
- Paju, P. 2017. Selvitys perheleirien kokemuksista. [https://www.lskl.fi/materiaali/lastensuojelun-keskusliitto/selvitys\\_perheleirien\\_kokemuksista.pdf](https://www.lskl.fi/materiaali/lastensuojelun-keskusliitto/selvitys_perheleirien_kokemuksista.pdf) 6.5.2019.
- Pelastakaa Lapset ry. 2019. Keitä me olemme. <https://www.pelastakaalapsset.fi/tietoa-meista/keita-me-olemme/> 24.3.2019.
- Pennanen, H. 2010. Asiakkaiden kokemuksia Vapautuvien Tuki Ry:n perheleiri-toiminnasta. Laurea-ammattikorkeakoulu. Rikosseuraamusalan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/16703/Oppari.pdf?sequence=1&isAllowed=y> 8.5.2019.
- Pessi, A. B. & Oravasaari, T. 2010. Kansalaisjärjestötoiminnan ytimessä. <http://www.kansalaisareena.fi/RAYraportti23.pdf> 24.4.2019.
- Pietilä, H., Säikkä, M., Malinen, H., Toivola, A., Tulikallio, T. & Linna, E. 2009. Vapaaehtoistoiminta – Hyvin organisoituna valtava voimavara. Helsingin kaupungin sosiaalivirasto. Oppaita ja työkirjoja 2009:2. [http://www.kansalaisareena.fi/Vapaaehtoistoiminta\\_aukeamittain121009.pdf](http://www.kansalaisareena.fi/Vapaaehtoistoiminta_aukeamittain121009.pdf) 27.5.2019.
- Projektityöntekijä. 2019a. Perheretkitoiminnan pilotin toimintasuunnitelma.
- Projektityöntekijä. 2019b. Palaveri 28.3.2019.
- Projektityöntekijä. 2019c. Palaveri 10.6.2019.
- Projektityöntekijä. 2019d. Ohjaajakoulutuksen suunnittelussa huomioitavaa -dokumentti.
- Projektityöntekijä. 2019e. Palaveri 26.2.2019.
- Puura, K. 2019. Näin kasvatat lapsestasi mukavan aikuisen. Helsinki: Werner Söderström osakeyhtiö.
- Pääkaupunkiseudun kierrätyskeskuksen VETY-hanke. Onnistunut vapaaehtoistoiminta. [https://www.kierratyskeskus.fi/files/8928/Onnistunut\\_vapaaehtoistoiminta\\_opas\\_VETY\\_0514web.pdf](https://www.kierratyskeskus.fi/files/8928/Onnistunut_vapaaehtoistoiminta_opas_VETY_0514web.pdf) 16.5.2019.
- Raatikainen, E. 2015. Lujita luottamusta – Asiakassuhteen rakentaminen sosiaali- ja terveysalalla. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Rusanen, E. 2011. Hoiva, kiintymys ja lapsen kehitys. Finn Lectura.
- Rönkkö, L. & Rytönen, T. 2010. Monisäikeinen perhetyö. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Rönkkö, L. 2008. Ratkaisu- ja voimavarakeskeinen näkökulma vuorovaikutuksessa. Teoksessa Vilén, M., Leppämäki, P. & Ekström, L. (toim.). Vuorovaikutuksellinen tukeminen. 3. painos. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy, 171–192.
- Saarela, J. & Takaneva, H. 2011. Mannerheimin lastensuojeluliiton monikulttuurinen perhekahvila – Perhekahvilan toimintamalli ja vapaaehtoisten koulutusmateriaali. Turun ammattikorkeakoulu. Sosiaaliala. Opinnäytetyö. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/35481/Saarela\\_Jatta\\_Takaneva\\_Heidi.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/35481/Saarela_Jatta_Takaneva_Heidi.pdf?sequence=1&isAllowed=y) 25.3.2019

- Salo, S. 2012. Emotionaalisen saatavillaolon lisääminen päivähoitossa. Teoksessa Kanninen, K. & Sigfrids, A. (toim.) *Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin*. Jyväskylä: PS-kustannus, 91–102.
- Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön – Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Turun ammattikorkeakoulun puheenvuoroja 72. Turun ammattikorkeakoulu. <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf> 4.6.2019.
- Saukkola, K. & Laane, T. 2017. *Näe sydämellä – Luo arvostava yhteys lapseen*. Kerava: KirsiConsulting Oy.
- Seppänen, P., Hansen, M., Janhunen, T., Kytöpuu, K., Salo, S., Seppänen, S., Tapio, N. & Vilén, M. 2012. Perhetyön työkalupakki täydentyy. Teoksessa Vilén, M., Seppänen, P., Tapio, N. & Toivanen, R. (toim.). *Kohtaamisia lapsiperheissä – Menetelmiä perhetyöhön*. Helsinki: Kirjapaja, 207–256.
- Sinkkonen, J. 2012. *Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun*. Helsinki: WSOY.
- Solantaus, T. 2011. *Miten huolehdin lapsistani? Käsikirja vanhemmille, joita oma päihteidenkäyttö askarruttaa*. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80089/MUU\\_280\\_2011\\_verkko25082016.pdf?sequence=3&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80089/MUU_280_2011_verkko25082016.pdf?sequence=3&isAllowed=y) 29.3.2019.
- Sosiaalialan ammattikorkeakouluverkosto. 2016. Sosiaalialan ammattikorkeakoulutuksen kompetenssit. <https://www.innokyla.fi/documents/1167850/5e8f1ef1-7a5b-4dfb-a629-0ea09dbfe904> 9.9.2016.
- SOSTE Suomen sosiaali ja terveys ry. 2019. Sosiaali- ja terveysjärjestöt ovat keskeinen kansalais- ja vapaaehtoistoiminnan kenttä. <https://www.soste.fi/sote-jarjestot/sosiaali-ja-terveysjarjestot-ovat-keskeinen-kansalais-ja-vapaaehtoistoiminnan-kentta/> 14.9.2019
- Syrjänen, K. 2017. Vapaaehtoisten työnohjauksesta apua toimijoiden tukemiseen ja innostamiseen. Teoksessa Karreinen, L., Halonen, M. & Tenilä, M. (toim.) *10 askelta parempaan vapaaehtoistoimintaan*. 3. painos. Helsinki: Vihreä Sivistysliitto ry, 121–128.
- Söderholm, A. & Politi, J. 2012. Lapsen laiminlyönti. Teoksessa Söderholm, A. & Kivitiie-Kallio, S. (toim.). *Lapsen kaltoinkohtelu*. 2. painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 76–98.
- Tapio, N., Seppänen, P., Hyppönen, T., Janhunen, T., Prusila, L., Salo, S., Toivanen, R. & Vilén, M. 2010. Parisuhde ja vanhemmuus. Teoksessa Vilén, M., Seppänen, P., Tapio, N. & Toivanen, R. (toim.) *Kohtaamisia lapsiperheissä – Menetelmiä perhetyöhön*. Helsinki: Kirjapaja, 101–167.
- Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. *Tutkimuksellinen kehittämistoiminta*. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy – Juvenes Print. [https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/100802/Toikko\\_Rantanen\\_Tutkimuksellinen\\_kehittamistoiminta.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/100802/Toikko_Rantanen_Tutkimuksellinen_kehittamistoiminta.pdf?sequence=1&isAllowed=y) 20.4.2019.
- Tuovila, P. 2008. *Menetykset ja lapsen kehitys*. Teoksessa Ketola, J. (toim.). *Menetyksistä mahdollisuuksiin*. Juva: WS Bookwell Oy, 29–76.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. *Hyvä tieteellinen käytäntö (HTK)*. <https://www.tenk.fi/fi/hyva-tieteellinen-kaytanta> 13.8.2019
- Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta ETENE. *Vapaaehtoistoiminnan etiikka – ETENEN kannanotto*. <https://etene.fi/do->

- cuments/1429646/1556041/Kannanotto+vapaaehtoistoiminnan+etiikasta.pdf/699021f0-dbca-4a81-8fc9-2f91ce31221f/Kannanotto+vapaaehtoistoiminnan+etiikasta.pdf.pdf 25.3.2019.
- Vapaaehtoistyöhanke VETY. 2014. Onnistunut vapaaehtoistointa – opas toiminnan kehittäjälle. [https://www.kierratyskeskus.fi/files/8928/Onnistunut\\_vapaaehtoistointa\\_opas\\_VETY\\_0514web.pdf](https://www.kierratyskeskus.fi/files/8928/Onnistunut_vapaaehtoistointa_opas_VETY_0514web.pdf) 23.5.2019.
- Vehviläinen, S. 2014. Ohjaustyön opas. Helsinki: Gaudeamus Oy.
- Vilén, M., Hansen, M., Janhunen, T., Kytöpuu, K., Salo, S., Seppänen, P., Seppänen, S. & Tapio, N. 2010. Perhe ja perhetyö. Teoksessa Vilén, M., Seppänen, P., Tapio, N. & Toivanen, R. (toim.) Kohtaamisia lapsiperheissä – Menetelmiä perhetyöhön. Helsinki: Kirjapaja, 9–60.
- Vilén, M., Leppämäki, P. & Ekström, L. 2008. Vuorovaikutuksellinen tukeminen. 3. painos. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.
- Vilén, M., Tapio, N., Janhunen, T., Nissinen, L & Seppänen, S. 2010. Ammatin perhetyö. Teoksessa Vilén, M., Seppänen, P., Tapio, N. & Toivanen, R. (toim.) Kohtaamisia lapsiperheissä – Menetelmiä perhetyöhön. Helsinki: Kirjapaja, 61–97.
- Vilkka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Vilkka, H. 2007. Tutki ja mittaa. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Vilkka, H. 2015. Tutki ja kehitä. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Willberg, E. 2015. Vapaaehtoistoinnasta iloa monille - Hyvinvointia tukevan vapaaehtoistyön vastuut ja käytännöt. Sitran selvityksiä 93. <https://media.sitra.fi/2017/02/27174908/Selvityksia93-2.pdf> 23.5.2019.
- Vuori, S. 2016. Vanhempien kokemuksia päihdepalveluiden perheleiriltä. Laurea-ammattikorkeakoulu. Sosiaali-, terveys- ja liikunta-alan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/120321/Vuori%20Sari.pdf?sequence=1&isAllowed=y> 26.4.2019
- Vänskä, K., Laitinen-Väänänen, S., Kettunen, T. & Mäkelä, J. Onnistuuko ohjaus? Sosiaali- ja terveysalan ohjaustyössä kehittyminen. Helsinki: Edita.



## Perheretkitoiminnan vapaaehtoisten ohjaajien koulutus

Koulutuksen järjestäjä: Joensuun Pelastakaa Lapset ry.

**\*Pakollinen**

Koulutukseen sisältyy automaattisesti perheretkitoiminnan esittely (taustaorganisaatio, yhteistyötahot, tavoitteet) sekä vapaaehtoistoiminnan periaatteet (mm. eettisyys, tuki ja ohjaus, rooli toiminnassa).

Laita alla olevat kuusi teemaa tärkeysjärjestykseen asteikolle 1-6. Mikäli vaihtoehdoista puuttuu mielestäsi jokin tärkeä teema, voit lisätä sen loppuun sekä arvioida sen tärkeyden koulutuksen kannalta.

### Kokemusasiantuntijan vierailu \*

Päihderiippuvaisen vanhemman näkökulma omien kokemusten pohjalta

	1	2	3	4	5	6	
Vähiten tärkein	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Tärkein

### Ryhmänohjaus ja ryhmätoiminta \*

	1	2	3	4	5	6	
Vähiten tärkein	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Tärkein

### Päihdeongelman vaikutus perheen sisäisiin suhteisiin \*

	1	2	3	4	5	6	
Vähiten tärkein	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Tärkein

### Päihdeperheiden kohtaaminen \*

Päihdeperheellä tarkoitetaan perhettä, jossa on tai on ollut ongelmallista päihteidenkäyttöä

	1	2	3	4	5	6	
Vähiten tärkein	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Tärkein

### Lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutuksen tukeminen \*

	1	2	3	4	5	6	
Vähiten tärkein	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Tärkein

### Ratkaisu- ja voimavarakeskeisyys toiminnassa \*

	1	2	3	4	5	6	
Vähiten tärkein	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Tärkein

Muu, mikä?

Oma vastauksesi \_\_\_\_\_

Kuinka tärkeäksi koet yllä mainitsemasi teeman?

	1	2	3	
Ei niin tärkeä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Tärkeä

Muu, mikä?

Oma vastauksesi \_\_\_\_\_

Kuinka tärkeäksi koet yllä mainitsemasi teeman?

	1	2	3	
Ei niin tärkeä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Tärkeä

Muita ideoita ja ajatuksia vapaaehtoisten koulutukseen liittyen

Oma vastauksesi \_\_\_\_\_