

Marja Huovinen, Henna-Riikka Lämsä & Elina Ontero

**VANHEMPIEN KOKEMUKSIA OULUN PERHEKOULUN TAR-
JOAMASTA TUESTA VANHEMMUUTEEN SYKSYLLÄ 2014**

**VANHEMPIEN KOKEMUKSIA OULUN PERHEKOULUN TAR-
JOAMASTA TUESTA VANHEMMUUTEEN SYKSYLLÄ 2014**

Huovinen Marja, Lämsä Henna-
Riikka & Ontero Elina
Opinnäytetyö
Syksy 2015
Sosiaalialan tutkinto-ohjelma
Oulun ammattikorkeakoulu Oy

TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan tutkinto-ohjelma

Tekijät: Huovinen, Marja; Lämsä, Henna-Riikka & Ontero, Elina

Opinnäytetyön nimi: Vanhempien kokemuksia Oulun perhekoulun tarjoamasta tuesta vanhemmuuteen syksyllä 2014

Työn ohjaajat: Onkalo, Päivi & Kokko, Seija

Työn valmistumislukukausi- ja vuosi: Syksy 2015

Sivumäärä: 45+5 liitesivua

Opinnäytetyön tarkoitus on ollut kartoittaa, millaista tukea vanhemmat ovat saaneet Oulun perhekoulun vertaisryhmästä sekä ammatillisesta ohjauksesta vanhemmuuteensa syksyllä 2014 ja kuinka se on näkynyt perheen arjessa sekä vanhempien toimintatavoissa. Työn tutkimuskysymys on: Millaisia kokemuksia vanhemmilla on perhekoulusta vanhemmuuden tukijana?

Perhekoulun tavoite on auttaa haastavasti käyttäytyvien leikki-ikäisten perheitä antamalla ammatillisen ohjauksen, vertaisryhmän sekä Perhekoulun käsikirjan teorialiedon avulla vanhemmille neuvoja sekä uusia toimintatapoja. Tutkimuksessa kartoitetaan, kuinka näiden avulla vanhemmuuskokemukset sekä perheessä vallitsevat toimintatavat ovat vanhempien mukaan kehittyneet. Tietoperusta koostuu perhekoulua ohjaavista käsitteistä, kuten vertaistuesta ja ammatillisesta ohjauksesta, joiden kautta vanhemmuuden tukemista sekä vanhempien kokemuksia tarkastellaan.

Opinnäytetyö on toteutettu kvalitatiivisena tutkimuksena, mikä on tarkoituksenmukaista ja sopivaa tutkittaessa vanhempien kokemuksia. Aineisto on kerätty teemahaastattelemalla neljää Oulun perhekouluun osallistunutta vanhempaa reilu viisi kuukautta perhekoulun päättymisen jälkeen. Teemoina haastatteluissa ovat olleet vertaistuki ja ammatillinen ohjaus vanhemmuuden tukemisessa. Aineisto on analysoitu tätä teemoittelua käyttäen.

Tutkimuksen perusteella johtopäätökset ovat, että perhekoululla on vanhempien kokemana ollut positiivisia vaikutuksia perheen sisäiseen vuorovaikutukseen. Perhekoulun vertaisryhmällä, ohjauksella sekä käsikirjalla on koettu olevan vanhemmuutta tukevia vaikutuksia. Vanhemmat olivat tyytyväisiä perhekouluun ja olivat valmiita suosittelemaan perhekoulua myös muille vanhemmille. Kehittämisideoina vanhemmilta nousivat esiin erityisesti yksilöllisen tuen lisääminen sekä kokoontumisajankohdan muuttaminen. Tutkimuksen tuloksia on tarkoitettu hyödyntää perhekoulun toiminnan kehittämiseen ja esittelyyn sekä toiminnan olemassaolon perusteluun.

Asiasanat: vanhemmuus, perhekoulu, vertaistuki, ammatillinen ohjaus, vuorovaikutus

ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences
Degree programme in Social Services

Authors: Huovinen, Marja; Lämsä, Henna-Riikka & Ontero, Elina

Title of thesis: Parents' experiences of the Family School's support for parenthood in Oulu in autumn 2014

Supervisors: Onkalo, Päivi & Kokko, Seija

Term and year when the thesis was submitted: Autumn 2015

Number of pages: 45+5 appendix pages

The purpose of this thesis has been to find out what kind of support parents have received for their parenthood from the Family School in Oulu in the autumn of 2014 and what kind of effects Family School has had to the parents' ways to act. The goal for the Family School is to help families with hard-to-manage preschool-aged children by offering them advice and new ways to act with the peer support group, professional guidance and the Family School handbook. The decisions about the content of the study were made with the Oulu's Family School.

Aim of the study was to find out what kind of experiences parents have had of the Oulu's Family School as a supporter of their parenthood.

We have used guiding concepts of Family School, such as peer support and professional guidance, to examine the support of parenthood and the experiences of parents. Qualitative methods were used on this thesis as it is adequate when researching experiences. Material was gathered by interviewing four parents who participated in the Family School in Oulu in the autumn of 2014. Parents were interviewed five months after the end of autumn's group. Parents' experiences and the influence of the Family School were examined through the interviews.

Parents experienced that the Family School's peer support group, professional guidance and the Family School handbook supported their parenthood. Parents were satisfied and ready to recommend Family School to other families. Development ideas from the parents were to add more individual support and to change the time of the gathering. Parents' experiences are meant to be used to develop the Family School.

According to the results of this thesis, Family School has had positive effects on the parents' experiences on the interaction in the family. Interventions like the Family School seem to be beneficial to parenthood according to parent's experiences.

Keywords: parenthood, peer support, Family School, Pre-school Overactivity Program, professional guidance, interaction

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	6
2	VANHEMMUUS	8
2.1	Lapsuuden perustarpeet	8
2.2	Vanhemmuuden tehtävät	10
3	INTERVENTIOT VANHEMMUUDEN TUKEMISESSA	12
3.1	Ammatillinen ohjaus vanhemmuuden tukemisessa	14
3.2	Vertaistuki vanhemmuutta tukemassa	15
4	OULUN PERHEKOULU	18
5	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	21
5.1	Tutkimuksen tavoitteet, tarkoitus ja tutkimustehtävät	21
5.2	Tutkimuksen metodologia	22
5.3	Kohderyhmä	22
5.4	Tutkimusmenetelmä ja aineiston keruu	23
5.5	Laadullisen aineiston analyysi	26
6	TUTKIMUSTULOKSET	29
6.1	Vertaistuki vanhemmuuden tukena	30
6.2	Ammatillinen ohjaus vanhemmuuden tukena	31
7	JOHTOPÄÄTÖKSET	34
8	EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS	37
9	POHDINTA	39
	LÄHTEET	41
	LIITTEET	46
	Viikkoteemojen sisältö	46
	Haastattelujen teemat	48
	Kirjallinen tiedote sekä suostumus tutkimukseen osallistumiselle	49

1 JOHDANTO

Vanhemmuus tuo aina mukanaan erilaisia haasteita, joissa voidaan tukea erilaisten vanhemmuuteen ja perheeseen suuntautuvien interventtioiden avulla. Yksi tällainen vanhemmuuden tukemiseen kehitetty ohjelma on Joanne Bartonin ja Seija Sandbergin luoma perhekoulu, ”Pre-school Overactivity Programme”. Perhekoulu-ohjelma on suunniteltu antamaan 4-6 -vuotiaiden ylivilkkaiden ja haastavasti käyttäytyvien lasten vanhemmille uusia työvälineitä arjen pyörittämiseen. Vanhemmuuden tukeminen onkin merkittävä osa lapsen ylivilkkauksen ja haastavan käyttäytymisen kuntoutus- ja tukitoimia (Laakso, Lajunen, Aro, Eklund & Poikkeus 2011, 120).

Ylivilkkaiden tai muuten haastavasti käyttäytyvien lasten tuottaessa vanhemmilleen erityistä haastetta, vanhemmat voivat kokea, ettei heillä ole tarpeeksi työvälineitä asettaa rajoja lapselleen (Tasola & Lajunen 1997, 7-8). Perhekoulussa vanhemmat saavat vertaistuesta ja ammatillisesta ohjauksesta neuvoja ja uusia keinoja kasvatukseen. Perhekoulussa on yhdeksän kolmituntista tapaamiskertaa, jolloin vanhemmat ja lapset ovat omissa ryhmissään. Tapaamiskerroille on laadittu Perhekoulun käsikirjassa viikkoteemat, joita ohjaajien johdolla käsitellään ja joihin liittyen perheille annetaan kotitehtäviä. Kotitehtävien avulla vanhemmat vievät perhekoulussa opitun teorian sekä ammatillisen ohjauksen mukanaan perheen arkeen.

Perhe voidaan määritellä luonnolliseksi ryhmäksi, jolla on tietynlaiset tavat ja mallit toimia keskenään. Nämä tavat kehittävät perheen struktuurin eli rakenteen. Perheen struktuuri puolestaan ohjaa perheenjäsenten toimintaa ja käyttäytymistä tehden samalla vuorovaikutuksesta jouhevampaa. (Sierla 1999, 247.) Perhekoulu-ohjelmalla tavoitellaankin nimenomaan vanhemman ja haastavasti käyttäytyvän lapsen välistä myönteisempää suhdetta ja sen myötä perheen rakenteen kehittämistä.

Eräänä perheen kriteerinä pidetään yhteistä normistoa, yhteenkuuluvuuden tunnetta sekä yhdessä sovittuja toimintasääntöjä. Käsitykset itse perheestä ja sen tehtävistä ovat nykyään aiempaa monimuotoisempia ja perhettä määriteltäessä ei puhuta enää pelkästään ydinperheestä, eli kahdesta vanhemmasta ja heidän lapsistaan. (Arhovaara 1999, 158 -

159.) Perheen tehtävinä voidaan pitää yksilöitymisen tukemista ja johonkin ryhmään kuulumisen tunteen muodostamista. Toimivassa perheessä tulee myös olla selkeät rajat puolisoiden, lasten sekä vanhemmuuden välillä. (Sierla 1999, 247–248.)

Oulun perhekouluun otettiin yhteyttä ja ehdotettiin yhteistyötä, sillä Suomen eri perhekouluihin liittyviä tutkielmia on vain vähän, etenkin vanhempien kokemuksia koskien. Lokakuussa 2014 tavattiin toista vanhempainryhmän vetäjästä, jolloin saatiin tietoa perhekoulusta ja keskusteltiin opinnäytetyön sisällöstä. Opinnäytetyö kartoittaa Oulussa syksyllä 2014 järjestetyssä perhekoulussa olleiden vanhempien kokemuksia perhekoulun vanhemmuuteen tarjoamasta tuesta. Tavoitteena on, että tutkimuksen tuloksia hyödynnetään jatkossa toiminnan kehittämiseen, esittelyyn sekä toiminnan olemassaolon perusteluun. Syksyllä 2014 perhekouluun osallistui neljä perhettä.

Aikaisempaa tutkimusta vanhempien perhekoulukokemuksista löytyi niukasti. Aiemmin on tehty opinnäytetöitä, joissa on arvioitu vanhempien kokemuksia haastavasti käyttäytyvien lasten vanhempien vertaistukiryhmästä, tutkittu perheiden kokemuksia ja ylivilkkaiden leikki-ikäisten lasten vanhempien vanhemmuutta sekä perhekoulu-intervention vaikuttavuutta. Tutkimuksista on ilmennyt, että vanhemmat saivat tukea ja kannustusta vanhemmuuteensa sekä arjessa jaksamiseen. Tuloksista on ollut pääteltävissä, että perhekoulun ryhmät ovat olleet tarpeellisia myös lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutuksen kehittämisessä. Lisäksi tekeminen lapsen ja vanhemman välillä on opinnäytetöiden mukaan lisääntynyt perhekoulun myötä ja vanhempien toimintatapojen muuttuminen on heijastunut positiivisesti ylivilkkään lapsen käytökseen. Tulosten mukaan vanhemmat ovat saaneet perhekoulusta neuvoja arkeensa, mikä on helpottanut lasten kanssa toimimista. Perhekoulu-interventiolla on näyttänyt olevan myönteinen vaikutus niin vanhempien vanhemmuuskokemuksiin, ohjauskeinoihin kuin lasten käyttäytymiseen. (Hiitola 2011; Katajisto & Tuominen 2006; Koskenmäki 2009.)

2 VANHEMMUUS

2.1 Lapsuuden perustarpeet

Robert Emden määritelmässä kasvun edellytykset luokitellaan seitsemään perustarpeeseen, joiden kautta vanhempi kasvattaa lastaan. Hoitavien aikuisten tulee antaa lapselle päivittäin riittävästi huomiota ja tyydyttää lapsen monenlaisia tarpeita. Nämä perustarpeet luovat erityisesti vanhemmuuden ydinolemusta. (Tamminen 2004, 74.)

Ensimmäinen Emden määrittelemä perustarve on kiintymyksen antaminen ja saaminen, mikä on pysyvä inhimillinen tarve pienelle lapselle. Mitä enemmän lapsi kokee vastavuoroista kiintymystä, sitä kykenevämmäksi rakastamaan hän kasvaa. Lapsen perusoikeutena tulee olla, että hänen elintärkeitä kiintymyssuhteitaan ylläpidetään yhteisöllisesti. (Tamminen 2004, 75–77.) Tavallinen arkinen yhdessä tekeminen ja hoiva ovat vanhemmuudessa oleellista, koska juuri se luo turvallisen kiintymyssuhteen.

Toinen kasvun edellytys on hoivan tarve. Muun muassa ravinto, uni, puhtaus ja lämpö ovat tarpeita, joita vanhemman pitää pystyä tyydyttämään. Hoivan tarve ja määrä vaihtelevat iän myötä, mutta jonkinlaista hoivaa lapsi vaatii aina. Tärkeää on tunnistaa tarpeet ja vastata niihin oikea-aikaisesti. Aikuinen säätelee lapsen elämää hoivaamisensa kautta ja tällä konkreettisella tekemisellä, kuten syöttämisellä, pesemisellä, nukuttamisella ja pukemisrituaaleilla, on vaikutusta siihen, miten lapsi olemassaoloon kokee. Säännöllisyys ja johdonmukaisuus auttavat lasta tunnistamaan itsessään tarpeita, jolloin hän oppii esimerkiksi nälän ja kylläisyyden tunteiden säätelyn kautta lopulta itse syömään. (Tamminen 2004, 77–80.)

Inhimillisen turvan tarve on kasvun kolmas perusedellytys. Lapsi tarvitsee monenlaista suojaa sekä fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista turvaa. Psyykkisen turvan tarve voi kasvaa etenkin, jos lapsi joutuu olemaan paljon erossa vanhemmistaan, sillä juuri vanhemman syli ja lohdutus auttavat silloin, kun hän on peloissaan. Sosiaalinen turvallisuus taas alkaa siitä, että lapselle opetetaan, kuinka toisten kanssa tullaan toimeen ja miten esimerkiksi vieraisiin ihmisiin tulee suhtautua. Lisäksi lapselle täytyy antaa sopivissa mää-

rin virikkeitä ja suojata häntä ikätasolleen sopimattomalta tiedolta. Vanhempi voi lapsen kasvaessa lisätä lapsen vastuuta ja sitä mukaa kasvattaa heidän välistä luottamustaan. Vanhemmuus edellyttää siis päättäväisyyttä toimia lapsen reaktioista huolimatta tarvittavalla tavalla sellaisten vaarojen edessä, mitkä aikuinen arvioi lapselle pahaksi. (Tamminen 2004, 81–84.)

Tärkeää lapselle on myös tunteiden jakamisen mahdollisuus. Lapsi tarvitsee vanhempaa säätelemään tunteitaan ja olemaan empaattinen. Vanhemman pitää osata ottaa vastaan ja tunnistaa lapsen tunteita sekä selittää, mistä on kysymys silloin, kun lapsi kiukuttelee tai pelkää. Aikuisen on tärkeä jakaa lapselle myös omia tuntemuksiaan ja kertoa mistä ne johtuvat. Tunteiden avulla vanhemmat rakentavat lapselleen arvomaailmaa. (Tamminen 2004, 90.)

Kaiken kasvun edellytyksenä toimii oppimisen tarve, joka on viides lapsuuden perustarpeista. Ensisijaisen tärkeää on, että lapsi oppii kokonaisvaltaisesti ihmissuhteiden kautta sitä, mitä elämä oikeastaan on. Vanhemmuudessa onkin kyse vuorovaikutuksellisesta ja vastavuoroisesta uuden oppimisesta, mihin liittyy olennaisena myös leikki, joka on yksi tuettavista perustarpeista. Leikin maailmasta syntyy luovuus, ajattelemisen taito, kyky nähdä uutta ja ymmärtää enemmän. Leikin kautta lapsi oppii sosiaalisia taitoja, sääntöjä ja esimerkiksi kehonsa hallintaa. (Tamminen 2004, 90, 92–94.) Vanhempana leikkiä ja oppimista voi tukea toimimalla kanssaleikkijänä, näyttämällä esimerkkiä sekä tarjoamalla virikkeitä leikkiin. Aikuinen voi myös pyrkiä järjestämään lapselle seuraa ikätovereistaan.

Viimeinen perustarve syntyy siitä, että lapsi tarvitsee rajoja, kontrollia ja kuria. Lapselle on tärkeää, että aikuinen asettaa rajat hänen tahdolleen ja tunteilleen. Rajojen asettaminen sekä kontrollin ja kurin pitäminen vaativat vahvaa vanhemmuutta. Vanhemman tuleekin muistaa, että rajat ovat rakkautta ja lapsi kokee rajojen asettamisen välittämisenä. (Tamminen 2004, 95–100.) Haastavasti käyttäytyvän lapsen kohdalla rajojen asettaminen on erittäin oleellista, sillä se tukee lapsen käyttäytymistaitoja ja itsehillintää.

2.2 Vanhemmuuden tehtävät

Vanhemmuus alkaa lapsen odotuksesta, konkretisoituu lapsen syntymään ja kestää koko elämän. Siihen valmistaudutaan monin eri tavoin niin toiminnan, ajatusten kuin tunteiden tasolla. Vanhemmuutta voidaan tarkastella sekä taloudellisesta, juridisesta, biologisesta, psykologisesta että käytännöllisestä näkökulmasta. (Järvinen, Lankinen, Taajamo, Veistilä & Virolainen 2012, 124–125.)

Lapsen olemassaolo antaa aikuiselle mahdollisuuden olla vanhempi. Vanhemmuus on lapsen ja aikuisen välinen erityinen ihmissuhde, joka tuottaa inhimillistä kasvua ja kypsymistä. Vanhemmuus ei siis ole vain aikuisen rooli, eikä ainoastaan joukko erilaisia tehtäviä, jotka vanhemmaksi tultuaan täytyy ottaa vastuulleen. Aikuinen kasvattaa lastaan ja samalla lapsen kasvu käynnistää aikuisessa jatkuvan, elinikäisen mahdollisuuden omaan sisäiseen kasvuun. (Tamminen 2004, 69.) Vanhemmuutta onkin kuvattu niin kehitystehtäväksi, elämänkaareen kuuluvaksi muutosprosessiksi kuin yhdeksi perheen elämänjaksoksi. Perhesosiologiassa vanhemmuus on muuttumista uusiin rooleihin ja uudenlaiseen sosiaalisen verkoston asemaan. Psykologisessa tarkastelussa taas korostetaan vanhempien ja lasten välejä sekä yhteisiä kokemuksia. (Schmitt 2003, 298.)

Vanhemmuuden tehtäviä on huolehtia lapsen hoivasta sekä fyysisestä hyvinvoinnista. Lisäksi on tärkeää, että vanhemmat kykenevät luomaan olosuhteet, joissa lapsi voi toteuttaa itseään ja jossa vanhemmat voivat auttaa lasta kasvamaan täysivaltaiseksi yhteisönsä jäseneksi. Suhde vanhemman ja lapsen välillä muuttuu samalla kun lapsi kasvaa ja hänen kehitykselliset tarpeensa muuttuvat. (Poikkeus, Laakso, Aro, Eklund, Katajamäki & Lajunen 2002, 160.) Vanhemmuus kasvua tuottavana ihmissuhteena tarkoittaa myös sitä, että aikuinen ei koe vanhempana olevansa koskaan täysin valmis; pikemmin usein tietämätön ja kokematon, aika ajoin jopa eksyksissä. Erityisesti nykyisessä nopeaa osaamista ja valmista tietoa korostavassa yhteiskunnassa uuden oppiminen voi tuntua vanhemmasta oman osaamattomuutensa osoitukselta ja tietämättömyytensä kipeältä kohtaamiselta. Tämän päivän vanhemmuus onkin liian helposti täynnä jopa kollektiivisesti koettua syyllisyyttä siitä, että *tätäkään en tiennyt* ja *tätä en osannut silloin, kuin olisi pitänyt*. Uuden oppiminen toki edellyttää aiemman osaamattomuuden tunnistamista, mutta päällimmäisenä vanhemmuudessa pitäisi aina säilyä oppimisen ilo, sillä ilman sitä kasvu ei ole mahdollista. (Tamminen 2004, 70.)

Vasta puutteet vanhemmuudessa nostavat esille kysymyksiä siitä, mitä niin sanottu riittävän hyvä vanhemmuus oikeastaan on. Sen voidaan ajatella koostuvan turvallisuudesta, jatkuvuudesta, ennustettavuudesta sekä vastuullisuudesta. Kaikenlaiset rutiinit ja tottumukset jäsentävät aikaa ja toimivat kanssakäymisen nonverbaalisena sisältönä. Vastuullisuudessa taas on kyse siitä, että vanhempi hahmottaa sen, että lapsi on hänestä riippuvainen ja hänen tulee olla tämän käytettävissä. (Schmitt 2003, 298, 320.) Jos vanhempi toimii epäloogisesti ja arvaamattomasti, vaikuttaa se aina negatiivisesti lapseen. Kulttuurikohtaiset ja yhteiskunnassa vallitsevat käsitykset vaikuttavat siihen, mitä milloinkin ja missäkin paikassa pidetään riittävän hyvänä tai hyvänä vanhemmuutena.

Vanhemmuuteen voivat vaikuttaa tukevinä tai kuormittavina tekijöinä mahdollinen parisuhde, sen laatu, elämäntilanne, perheen elämänkaaren vaihe sekä sisäiset ja ulkoiset voimavarat. Sisäisiä voimavaroja ovat tietämys lapsen kehityksestä ja luonteenpiirteistä, kyky dialogisuuteen lapsen kanssa sekä herkkyyys huomata lapsen tarpeet. Ulkoisina voimavaroina toimivat sosiaalinen tukiverkosto ja mahdollisuus ammattiapuun. Vanhemman voimavarat, aikaisemmat kokemukset omasta lapsuudesta ja vanhemmuudesta sekä käsitys omista kyvyistä selviytyä vanhempana voivat tukea tai vaikeuttaa vanhemmuuden tyydyttävää toteutumista. Myös se, mitä vanhemmat ajattelevat itsestään ja puolisoistaan vanhempana, vaikuttavat heidän omaan vanhemmuuteensa. (Järvinen ym. 2012, 124, 127–128.)

Kaiken kaikkiaan vanhemmuus on monenlaista lapsen puolesta tekemistä, hänen kanssaan toimimista, reagoimista ja yhdessä olemista. Lapsi kypsyä vain ihmisen kautta, eikä pelkästään tiedon tai välineiden varassa. Tärkeää on myös se, miltä kaikki arkinen tekeminen ja yhdessäolo tuntuvat niin lapsesta kuin vanhemmastakin. Juuri vanhemmuuden perustehtävien täyttäminen tarjoaa ne kokemukset, joista lapsen mielenmaailma muodostuu ja joista dialektinen, argumenttitaitoinen, ihmismieli sekä psyyke syntyvät. Nyky-yhteiskunnassa monet muutkin aikuiset kuin lapsen vanhemmat voivat vastata tai olla vastaamatta lapsen perustarpeisiin. Nykyään vanhemmuus on kaikilta osin sekä yksityistä että yhteisöllistä, jopa yhteiskunnallista. (Tamminen 2004, 73–74.)

3 INTERVENTIOT VANHEMMUUDEN TUKEMISESSA

Lapsen iän mukaisesti muuttuvat tarpeet pakottavat aikuista koko ajan etsimään uusia keinoja ja tapoja toimia vanhempana. Kaiken vanhemmuuteen kuuluvan tekemisen rinnalla aikuinen joutuu jatkuvasti myös rakentamaan uutta käsitystä sekä kasvavasta lapsestaan että omasta vanhemmuudestaan. (Tamminen 2004, 69.) Tämä haastaa vanhempaa pohtimaan tekojaan ja toimimaan tietoisesti.

Vanhempana toimimiseen tulee lisähaasteita, mikäli perheessä on haastavasti käyttäytyvä lapsi. Tällöin vanhemman kokemaan vanhemmuuteen voi liittyä tavallista enemmän voimattomuutta ja keinottomuutta. Vanhemmat voivat helposti kokea ärtymystä ja turhautuneisuutta jos lapsi käyttäytyy haastavasti. Vaarana on, että vanhempi alkaa odottaa lapseltaan tottelemattomuutta enemmän kuin tottelemista. Lisäksi lämpimän vuorovaikutuksen puuttuminen, hylkääminen, fyysiseen rankaisemiseen luottaminen, vanhempien parisuhteen ristiriidat sekä epäedulliset psykososiaaliset olosuhteet ovat kaikki lapsuuden kehitykseen liittyviä riskitekijöitä. (Poikkeus ym. 2002, 160–161.)

Vanhempia voidaan tukea perheeseen ja vanhemmuuteen suunnattujen interventioiden avulla. Erilaisten psykososiaalisten kuntoutusmenetelmien kehittäminen osana ylivilkkaan lapsen hoitoa on merkityksellistä, sillä lapsi oppii näiden avulla toimintansa hallintaan samalla kun vanhemmat saavat lapsen ohjaukseen kasvatuksellista tukea (Lajunen & Ikonen, 2008, 28). Ennen tällaisen intervention aloitusta on aina tärkeää saada muodostettua kuva perheestä. Kartoitettavia asioita ovat vanhempien ja lasten väliset suhteet, vanhempien keskinäinen suhde, heidän omat kokemukset perheistään sekä niiden vaikutus vanhemmuuteen. Lisäksi tärkeää on huomioida muutkin vanhemmuuteen vaikuttavat suhteet, kuten päivähoito, sekä se, mikä on niiden merkitys tuen antajana tai mahdollisena kuormittavana tekijänä. Tällaisia seikkoja on hyvä kartoittaa jo senkin vuoksi, että tilanteeseen vaikuttamisen ajatellaan muuttavan koko perheen systeemiä riippumatta siitä, mihin perheen suhteeseen interventiossa keskitytään. (Poikkeus ym. 2002, 162.)

Lajunen ja Ikonen (2008, 29) kirjoittavat Perheterapia -lehdessä artikkelissaan *Neuvonanto ja sen mutkikkuus auttamiskeskusteluissa*, että vanhemmille ja ylivilkkaille lapsille

järjestetyissä tukiohjelmissa vanhemmat nähdään kuntoutuksen voimavarana. Vanhemmille annetaan tietoa lastensa haastavan käyttäytymisen syistä ja erityistarpeista. Heitä ohjataan uusien ohjausmenetelmien käyttöönottoon sekä oman toimintansa säätelyyn. Ohjattavista menetelmistä he mainitsevat välittömästi, säännöllisesti, jatkuvasti ja myönteisesti painottuneen palautteen sekä konkreettisten seuraamusten, kannustimien ja tehokkaiden käskyjen antamisen. Lisäksi he mainitsevat tehtävien pilkkomisen pienempiin osiin. Perhekoulu on esimerkki tukiohjemasta, jossa käytetään artikkelissa mainittuja menetelmiä vanhempien kohtaamien haasteiden päihittämiseksi.

Vanhempien ohjauskäytäntöihin keskittyvässä interventiossa taustalla on ajatus, että lasten haastavaa käyttäytymistä ylläpitää vanhempien ja lasten väliset vuorovaikutusongelmat. Vanhempia pyritään auttamaan esimerkiksi ryhmäohjauksessa tunnistamaan ja muokkaamaan ohjauskäytäntöjään. Vanhempien ohjaamisessa voidaan käyttää esimerkiksi kirjallista materiaalia, kotitehtäviä sekä palautteen antamista. (Poikkeus ym. 2002, 162.) Vanhemmuuden tukeminen onkin tärkeä osa lapsen haastavan käyttäytymisen kuntoutus- ja tukitoimia. Jotta vanhempia voidaan auttaa tukemaan lapsen itsehillintää ja ongelmien kasautuminen saadaan pysäytettyä, on tärkeää, että lapsen sosiaalinen ympäristö ymmärtää lapsen keskittymiskyvyn puutetta ja impulsiivisuutta. (Laakso ym. 2011, 120.) Yleensä vanhemman tullessa hakemaan apua ylivilkkaan lapsen kasvatukseen tilanne on mennyt siihen, että lapsen vanhemmilla ei ole riittävästi otetta lapseen. Vanhemmat saattavat toiminnassaan olla hyvin tunnevaltaisia ja epäjohdonmukaisia, jolloin he tuntevat syyllisyyttä toiminnastaan, koska heillä ei ole tapoja toimia toisinaan. (Lajunen & Ikonen, 2008, 28.)

Perhekoulutoiminnan ideana on tukea vanhemman itseluottamusta kasvattajana ja antaa konkreettisia neuvoja ohjauskeinoihin, vahvistaen vanhempien mahdollisuuksia tukea lastaan. Vanhemmuutta tukee myös se, että lapsi on interventiossa mukana omassa ryhmässään. (Poikkeus ym. 2002, 170.) Tällaisen intervention, joka kohdistuu sekä vanhemmuuden taitoihin että lapsen käyttäytymiseen, on katsottu olevan hyvä työmuoto leikki-ikässä olevien lasten kanssa toimimiseen. Etenkin vanhempien ja lasten ohjaamisen yhdistämisellä on huomattu olevan hyviä ja pitkäkestoisia vaikutuksia lapsen käyttäytymiseen. (Salmi 2008, 12, 15.)

Aikaisemmat perhekouluja koskevat tutkimukset ovat Jyväskylässä osoittaneet, että perhekoulu-ohjelmaan osallistuneet vanhemmat ovat kokeneet uupumuksen tunteidensa ja määräilevien kasvatustekniikoiden käyttämisen vähentyneen. Lisäksi on näyttänyt siltä, että lasten haastava käyttäytyminen on vähentynyt niin kotona kuin päivähoitossakin. (Laakso ym. 2011, 121.)

3.1 Ammatillinen ohjaus vanhemmuuden tukemisessa

Jokaisella perheellä on omat tapansa elää arkea. Tästä syystä perheen kanssa työtä tekevältä ohjaajalta vaaditaan herkkyyttä vastata perheen erityisiin tarpeisiin. Ammatilaisen tulee kunnioittaa perheen yksilöllisyyttä ja kyettävä luomaan perheeseen luottamussuhde. Vanhemmuuden tukemisessa lähdetään liikkeelle aina perheen tarpeista. Vanhemmuutta työntekijä voi tukea ohjaamalla, opastamalla sekä antamalla myönteistä palautetta. Ohjaajan antaman tuen tarkoitus on mahdollistaa vanhemman omien ajatusten ja oman vanhemmuuden tutkiminen. (Järvinen, Lankinen, Taajamo, Veistilä & Virolainen 2007, 10, 86, 88.)

Perhekoulu tuo keskustelun lisäksi vanhemmuuden tukemiseen mukaan myös toiminnallisuutta viikoittaisten kotitehtävien muodossa. Toiminnallisten menetelmien avulla voidaan avata perheelle mahdollisuuksia heidän toivomalleen muutokselle. Ne voivat olla pienimuotoisia, mutta konkreettisina tehokkaita. Tekemisen kautta tunteet, asenteet sekä arvot tulevat esille paremmin ja toiminnan tuomat onnistumisen kokemukset tuottavat iloa ja uusia voimavaroja. (Järvinen ym. 2007, 144–145.) Perhekoulun kotitehtävät ovat hyvä esimerkki pienimuotoisista toiminnallisista menetelmistä. Saadessaan konkreettisia tehtäviä kotiin, perhe ikään kuin ottaa heitä auttavat ammatillaiset mukanaan arkeen ja saa toimintatavat ulottumaan aktiivisemmin kotiin asti (Sierla 1999, 254).

Haastavasti käyttäytyvien lasten kohdalla ohjaajat pyrkivät vaikuttamaan etenkin vuorovaikutussuhteeseen, sillä on todettu, että tarkkaavaisuushäiriöisten lasten vanhemmat käyttävät tavallista useammin kielteisiä tunteenilmaisuja ja antavat vähemmän huomiota lapsen myönteiselle käytökselle. Lapsen käytös vaikuttaa aikuisen toimintaan, mikä puolestaan näkyy lapsen ja vanhemman kanssakäymisessä. Ammatillisen ohjauksen

tavoite perhekoulun kaltaisessa interventiossa onkin purkaa tätä kielteisen vuorovaikutuksen kehää. (Poikkeus ym. 2002, 168–169.)

Vanhemmuuden tukemisen tavoitteena on myös saada vanhempi kokemaan voimaantumista (*empowerment*) eli kokemusten ja oivallusten muodostamaa sisäistä voiman- ja hallinnantunnetta, jonka avulla vanhempi voi saavuttaa toivomiaan tavoitteita lapseensa ja perheeseensä koskien. Sen saavuttaminen vaatii, että ohjaajat lisäävät vanhempien tietoja ja taitoja kasvattaen heidän motivaatiotaan toimia tavoitteiden mukaisesti. Vanhempien voimaantumisen myötä ohjaajat täyttävät roolinsa merkittävällä tavalla vanhempi-ammattilainen -suhteen osalta. (Murray, Handyside, Straka & Arton-Titus 2013, 146–148.)

3.2 Vertaistuki vanhemmuutta tukemassa

Vertaistuessa on kysymys samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien keskinäisestä vuorovaikutuksesta, josta on tukea siihen osallistuville. Työtapana vertaistuki on hyvin asiakaskeskeinen ja vaatii työntekijältä toisenlaista suhtautumista omaan rooliinsa kuin tavanomainen asiakastyö. Vertaistuessa työntekijä on usein vain tilanteen ja vertaisryhmän yhteen saattaja ja eräänlainen passiivinen tarkkailija, joka on kuitenkin valmis puuttumaan tilanteeseen tarpeen mukaan. (Ihalainen & Kettunen 2006, 47.)

Vertaistukea voidaan määritellä usealla eri tavalla. Se on omaehtoista ja yhteisöllistä tukea sellaisten sosiaalista tukea tarvitsevien ihmisten kesken, joita yhdistää jokin asia, minkä yhteiskunta määrittelee poikkeavaksi. Vertaistuelle on ominaista, että se ei välttämättä ole tarkoitushakuista toimintaa, vaan se on itseään ruokkiva sosiaalinen prosessi. Vertaistuki on kaiken oma-aputoiminnan lähtökohta. Oma-aputoiminnassa ihmiset tukevat tasaveroisesti toisiaan. Avainsanana on auttaminen, joka on sisäänrakennettu vertaistoimintaan siten, että se on mukana kaikessa toiminnassa. Kuitenkaan apua ei välttämättä tarjota tai vastaanoteta tiedostetusti. (Vuorinen 2002, 7-8.)

Vertaisryhmätoiminnalla on huomattava merkitys etenkin sosiaali- ja terveysalalla, sillä se ehkäisee ihmisten kasautuvia ongelmia. Toisten vanhempien tuella on valtava merkitys perheiden jaksamisen kannalta. Vertaisryhmätoiminta voi olla joko avointa tai

suljettua toimintaa. Suljetut ryhmät ovat kohdennettu jollekin ryhmälle tai ne käsittelevät jotain teemaa kuten vanhemmuuden tukemista. Suljetuissa ryhmissä toiminta on tavoitteellisempaa ja niissä noudatetaan usein tapaamiskerroittain toistuvaa rakennetta, jossa edetään yleensä jonkin ohjelman mukaan ja tietyn määrääjän sisällä. (Kalliomaa & Viinikka 2006, 2, 18–19.)

Vaikka ongelmat vanhemmilla saattavat olla hyvinkin arkaluonteisia, vertaisryhmässä häpeän voi unohtaa. Jo se, että ihminen kohtaa samanlaisessa vaikeassa tilanteessa olevia henkilöitä, saattaa tuoda hänelle helpotusta. Toisaalta vanhemman on myös helpompi kuvailla omia tuntemuksiaan toisille silloin, kun hän kokee, että kuuntelijat todella ymmärtävät. Hänen ei tällöin tarvitse selittää juurta jaksain esimerkiksi väsymystään. Tämä tunteiden ja kokemusten purkaminen on erittäin tärkeä osa vertaistukea. Osa vertaistuen merkitystä on myös selviytymiskeinojen jakaminen. Toisilla samankaltaisessa tilanteessa olevilla voi olla jokin sellainen tieto tai keino, jota työntekijä ei ole tullut ajatelleeksi. Neuvojen kuuleminen asian kokeneelta tuntuu monesti myös vaikuttavammalta. Silloin, kun vaikeita kokemuksia puretaan, työntekijän rooli on toimia puolueettomana puheenjohtajana. Joskus työntekijän on myös hillittävä ryhmäläisiä. Vertaistuki on tehokkaimmillaan silloin, kun ryhmä on riittävän pieni ja kohtaa säännöllisesti samassa paikassa. (Ihalainen & Kettunen 2006, 46–48.) Oulun perhekoulun suljetussa vertaisryhmässä kokoontuivat kerran viikossa neljän perheen vanhemmat.

Vertaistuki voidaan nähdä yhtenä sosiaalisen tuen muotona. Samankaltaisten kokemusten jakamisesta voi saada tukea omaan jaksamiseensa. Erilaisuuden kokemukset voivat puolestaan antaa tilaa ja vaihtoehtoja. Ryhmän jäsenilleen tarjoama tuki voi vahvistaa heidän itsetuntoa ja lisätä taitoja selviytyä kriisintunteista. Vertaistuen kokemuksessa keskeistä on juuri kokemusten jakaminen. Usein ryhmä mahdollistaa tämän, vaikealla olisikin rohkeutta puhua arkaluontoisimmista asioista. (Euramaa 2001, 14–15, 24.)

Tuula Kinnunen (2006, 61–68, 133) on tehnyt Pro gradu-tutkielman vertaistuesta erityislapsen vanhempien voimavarana. Tutkimuksessa hän kertoo, miten erityislapsen vanhemmat ovat saaneet tukea vanhemmuuteensa vertaistukitoiminnan kautta. Tutkimuksessa myös tarkastellaan vertaistukitoiminnan antamia merkityksiä vanhemmuudelle. Tutkimustulosten mukaan haastatellut kokivat heidän vanhemmuutensa vahvistuneen yhteisen jakamisen kautta. Vertaistuki toteutui täydessä merkityksessään vanhempien

kuvaamana vasta heidän löytäessään itselleen vertaiset toisista vanhemmista, joiden arjen kokemus oli riittävän samankaltainen. Vanhemmat eivät silloin kokeneet ihmettelyä tai vähättelyä vaan aitoa ymmärrystä. Vertaistuen kautta vanhemmat saivat hyväksymisen ja selviytymisen kokemuksen sekä kaipaamaansa sosiaalisen tuen. Lisäksi vanhemmat saivat normaaliuden kokemuksen vertaisryhmän antaman tuen kautta omasta vanhemmuudesta ja perheestään, mikä on tunne, jota he eivät ehkä muissa konteksteissa ole kokeneet.

4 OULUN PERHEKOULU

Perhekoulu on lapsille ja heidän vanhemmilleen suunnattu psykoedukatiivinen ohjauksellisen ja emotionaalisen tuen muoto, jolla pyritään tukemaan perhettä jo varhaisessa vaiheessa (Laakso ym. 2011, 119). Perhekoulun kehittäjät Joanne Barton ja Seija Sandberg ovat suunnitelleet ohjelman kaikille vanhemmille ja heidän ylivilkkaile tai haastavasti käyttäytyville 4-6-vuotiaalle lapsilleen. Suomessa toimintaa alettiin ensimmäisenä toteuttaa Helsingin ADHD-infokeskuksessa vuonna 1999 ja tämän jälkeen Jyväskylässä Niilo Mäki -instituutti on järjestänyt perhekoulua Kansaneläkelaitoksen rahoituksen turvin vuodesta 2001 alkaen. (Lajunen & Ikonen 2008, 29.) Oulun perhekoulu puolestaan on ollut toiminnassa vuodesta 2004 alkaen, joskin keväällä 2014 koulua ei järjestetty lomautuksista johtuen. Tapaamisia koulussa on yhdeksän, joista jokainen kerta kestää kolme tuntia. Tapaamiskerroille on suunniteltu omat teemansa, joita ohjaajat ja vanhemmat käsittelevät. Perhekoulun tarkka viikkosuunnitelma on esitetty liitteessä 1.

Perhekoulu on matalan kynnyksen palvelu, joka pyrkii toiminnallaan puuttumaan varhain sellaisten perheiden ongelmiin, joissa on haastavasti käyttäytyvä lapsi. Varhaisella puuttumisella pyritään estämään ongelmien kasautumista. Perhekoulu-ohjelma perustuu käyttäytymisen hallintatapoihin, joita on aiemmin kokeiltu käytännössä ja vahvistettu kirjallisuuden perusteella. Sitä, että lapset ovat omassa ryhmässään sillä välin kun ohjaaja vetää vanhempien vertaisryhmää, pidetään perhekoulun vahvuutena. (Poikkeus ym. 2002, 170.) Perhekouluun mukaan pääseminen ei edellytä virallisia diagnooseja ylivilkkaudesta. Suurimpia vaatimuksia ovat vanhempien motivaatio ja sitoutuminen (Salmi 2008, 23).

Ohjaajat herättävät keskustelua eri teemojen parissa sekä antavat aiheeseen liittyviä kotehtavia, joita käsitellään seuraavalla tapaamiskerralla (Lajunen & Ikonen 2008, 29). Perhekoulun tavoitteena on myös lisätä vanhempien tietoisuutta lapsen käytösongelmista. Ohjaajien tehtävänä on opettaa vanhemmille uusia ja sopivampia metodeja tilanteisiin, joissa lapsi käyttäytyy haastavasti sekä rohkaista vanhempia muokkaamaan perhekoulussa käsiteltäviä tekniikoita arkeensa sopivaksi. (Salmi 2008, 24.)

Perhekoulussa käytettävän Perhekoulun käsikirjan ovat kehittäneet Glasgow'n yliopistossa lastenpsykiatrit Joanne Barton ja Seija Sandberg. Oppaan ja perhekoulun alkuperä on kuntoutusmenetelmä ”Pre-school Overactivity Programme”, joka syntyi kun lastenpsykiatrit totesivat, että vanhemmat, joilla on ylivilkkaasti käyttäytyviä lapsia, tarvitsevat enemmän erityistä tukea ja ohjausta. Usein näissä tilanteissa vanhempi-lapsi -suhde on kovalla koetuksella. Oppaan teoreettinen pohja ja käytännön sisältö pitää sisällään asioita, joita käsitellään ryhmäkokouksissa. Oppaassa annetaan vanhemmille neuvoja ymmärtää ja toimia ylivilkkaisten lasten parissa, sillä on todettu, että perinteiset kasvatusmenetelmät eivät aina tehoa haastavasti käyttäytyvien lasten kanssa. Opas jää vanhemmille perhekoulun päätyttyä. (Sandberg, Santanen, Jansson, Lauhaluoma & Rinne (toim.) 2004, 5,7.)

Perhekoulun käsikirjassa kerrotaan tarkkaavaisuus- ja ylivilkkaushäiriöiden ilmenemis- muodoista sekä mahdollisista syistä ja hoidoista, mutta pääasiassa oppaassa käsitellään lasten käyttäytymisen taustalla olevia tekijöitä. Oppaan harjoitukset ja teoreettinen tieto soveltuvat edistämään lapsen myönteistä käytöstä auttamalla lasta hallitsemaan käyttäytymistään eri tilanteissa. Ylivilkkailla lapsilla käyttäytymisen hallinnan oppiminen vie enemmän aikaa ja he joutuvat ponnistelemaan sen eteen enemmän, joten lapsi vaatii aikuiselta enemmän apua ja tukea. (Sandberg ym. 2004, 5-6.)

Perhekoulusta opittujen käyttäytymismallien vakiinnuttaminen on aikaa vievää, sillä eteneminen on usein epätasaista. Lapset voivat jopa olla uusia käyttäytymismalleja vastaan, varsinkin huomatessaan, etteivät he enää saa omaa tahtoaan läpi. Kuitenkin käyttäytymisen ajoittaista huonontumistakin voidaan pitää hyvänä merkinä siitä, että asiat ovat alkaneet muuttua uusien menetelmien tultua käyttöön. Tarkoitus on, että edistyksen tapahtuessa aikuinen kykenee huomaamaan sen ja jatkaa arkea entistä päättäväisemmin. Tämä saattaa tuntua vanhemmasta paikoitellen ylivoimaiselta ja raskaalta, etenkin jos hän on jo entuudestaan väsynyt. Näissä tilanteissa on tärkeää, että vanhempi tunnistaa uupumuksensa, jotta voitaisiin etsiä keinoja purkaa väsymystä sekä löytää uutta energiaa jaksaa eteenpäin. (Sandberg ym. 2004, 6.) Oppaassa siis kerrotaan oman ajan tarpeen ja itsestä huolehtimisen tärkeydestä. Kun aikuinen pystyy työskentelemään menetelmien mukaisesti lapsensa kanssa, tulee se vaikuttamaan koko perheen elämään sekä mahdollisesti ennaltaehkäisemään muita ongelmia lapsen kasvaessa.

Aikuisten on juteltava suunnitelluista muutoksista lapsen kanssa ja tutustutettava hänet käsikirjaan. Myös perheeseen vaikuttavien muiden henkilöiden kuten lähisukulaisten ja päiväkodin henkilökunnan on hyvä tutustua käsikirjaan. Erityisen tärkeäksi nousee myös se, että mahdolliset molemmat vanhemmat ovat täysipainoisesti mukana tekemässä harjoituksia. Vanhempien tulee keskustella yhdessä siitä, mitä he ovat tehneet ja missä he ovat onnistuneet. Yksi työn onnistumisen kannalta ratkaiseva tekijä onkin aikuisten keskinäinen johdonmukaisuus. Vanhemmat työstävät opasta tapaamisten ajan käyttäen aikaansa ja voimiaan päämäärätietoisesti siihen, että arki muuttuu. Perhekoulun myötä vanhemmat saavat uusia keinoja lapsen käytösongelmiin liittyen. Vanhempia kehoitetaan aina koulun päättymisen jälkeen jatkamaan menetelmien opettelemista ja jopa muokkaamaan niitä uusiin, eteen tuleviin ongelmiin soveltuviksi. (Sandberg ym. 2004, 7, 109.)

5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

5.1 Tutkimuksen tavoitteet, tarkoitus ja tutkimustehtävät

Tutkimuksen tarkoitus on kartoittaa vanhempien kokemuksia Oulun perhekoulusta syksyiltä 2014. Tutkimustehtävänä on kartoittaa, miten vanhemmat ovat kokeneet saaneensa tukea vanhemmuuden ilmiöihin vertaisryhmän sekä ammatillisen ohjauksen avulla. Tavoite on, että tuloksia hyödynnetään Oulun perhekoulun toiminnan kehittämiseen ja esittelyyn sekä sen olemassaolon perusteluun.

Tutkimuskysymys on:

1. Millaisia kokemuksia vanhemmilla on perhekoulusta vanhemmuuden tukijana?

Tutkimustehtävän valinnan perusteena ovat yhteistyötahon toiveet. Vertaistuki sekä ammatillinen ohjaaminen ovat perhekoulun toimintaa eniten ohjaavia käsitteitä, joiden avulla pyritään esimerkiksi kehittämään vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta. Näiden edellä mainittujen käsitteiden nostaminen esille perhekouluun osallistuneiden vanhempien kokemuksia kartoittaessa on merkityksellistä, minkä vuoksi ne ovat valikoituneet tämän tutkimuksen teemoiksi.

Oppimistavoite tätä opinnäytetyötä tehdessä on toimia tutkimusta tehdessä sosionomien (AMK) ydinosaamista jäsentävien kompetenssien mukaisesti. Tutkimustyön perusvalmiudet, kuten tiedonhankinta sekä tutkimusmenetelmien hallinta ovat osa sosionomin ydinosaamista, jota opinnäytetyötä tehdessä pääsee käytännössä kokemaan. Työotteen tulee olla reflektiivinen, tutkiva ja kehittävä. Sosionomina tulee osata tuottaa uutta tietoa. (Rouhiainen-Valo, Rantanen, Hovi-Pulsa & Tietäväinen 2010, 21.)

Lisäksi tutkimusta tehdessä oleelliseksi oppimistavoitteeksi nousee eettinen osaaminen. Se tarkoittaa muun muassa sosiaalialan arvojen ja ammattieettisten periaatteiden sisäistämistä sekä yksilön huomioon ottamista. Keskeistä on myös reflektiokyky eli oman toimintansa monipuolinen tarkastelu ja arviointi sosiaalialan arvolähtökohtien mukai-

sesti. Keskeisiä sosiaalialan arvoja ovat muun muassa ihmisarvo ja oikeudenmukaisuus, itsenäisyys ja elämänhallinta, syrjäytymisen ehkäiseminen ja osallisuuden edistäminen sekä asiakkaan yksityisyys. (Rouhiainen-Valo ym. 2010, 16–17.) Ammattieettisten periaatteiden toteutuminen tarkoittaa sitä, että tutkijoina toimitaan vaitiolovelvollisesti ja aineistoa analysoidaan anonyymisti haastateltavien yksityisyyttä varjellen. Oppimistavoitteena on myös vanhempien hyvä kohtaaminen näiden periaatteiden mukaisesti.

5.2 Tutkimuksen metodologia

Kartoittaessa vanhempien kokemuksia, on sopivaa ja tarkoituksenmukaista valita tutkimuksen toteutustavaksi kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus, jota usein käytetään nimenomaan ihmisten kokemusten tutkimiseen. Tutkijan pyrkimyksenä tällaista kvalitatiivista tutkimusta tehdessä on yleensä tavoittaa tutkittavien näkökulma ja näkemys tutkittavana olevasta ilmiöstä (Kiviniemi 2001, 68). Aineistonkeruumenetelmäksi tutkimukseen valittiin haastattelu, koska opinnäytetyössä kartoitetaan perhekouluun osallistuneiden vanhempien omia kokemuksia. Lisäksi haastattelu oli sopiva toteutustapa otannan ollessa pieni eli neljä perhekouluun osallistunutta vanhempaa.

Kvalitatiivinen tutkimus voidaan määritellä laajasti, sillä se ei ole tietyn tieteenalan tutkimusote tai vain yhdenlainen tapa tutkia. Sen sisältöön voidaan laittaa monta erilaista traditiota, lähestymistapaa sekä aineistonkeruu- ja analyysimenetelmää ihmisen elämän tutkimiseksi. Yhteiseksi tekijäksi nousee kuitenkin elämismailman tutkiminen. Keskiössä laadullisessa tutkimuksessa ovat moninaisesti ilmenevät merkitykset. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka, 2009, 5.) Laadullisella tutkimuksella voidaan kuvailla, mitä uusia näkökulmia ja oivalluksia vanhemmat ovat ryhmässä ollessa saaneet, mitä uutta he ovat arkeensa kehittäneet sekä mitä heille ja heidän perheilleen on tapahtunut perhekoulun aikana sekä sen jälkeen.

5.3 Kohderyhmä

Tilastolliset yleistykset eivät ole laadullisen tutkimuksen pyrkimys vaan laadullisessa tutkimuksessa pyritään kuvaamaan ilmiötä tai sitä tapahtumaa, mitä halutaan tutkia. Tutkijan pitää ymmärtää toimintaa, mikä on ollut tutkimuksen kohteena, tai antaa mie-

lekäs tulkinta ilmiölle. Tästä syystä laadullisessa tutkimuksessa on tärkeää, että tutkimukseen valituilla henkilöillä on kokemuksia tutkittavaan asiaan liittyen. Tutkimuksen perusjoukko voi olla pieni. Tärkeintä on, että saatu tulos on merkityksellistä ja tieto on parhaiten saatavilla. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 87–88).

Laadullisen tutkimuksen otanta on teoreettista tai harkinnanvaraista eli aineistokoot voivat olla suhteellisen pieniä ja tutkittavat näytteet ovat yleensä sosiaalisesta todellisuudesta (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka, 2009, 6). Opinnäytetyön kohderyhmäksi valikoituivat Oulun perhekoulussa syksyllä 2014 mukana olleet vanhemmat. Osallistujaperheitä oli neljä, joista jokainen perhe suostui mukaan tutkimukseen.

5.4 Tutkimusmenetelmä ja aineiston keruu

Tutkimuskysymykseen haettiin vastausta käsittelemällä teemahaastatteluissa tutkimuksen teemoja eli vertaistukea ja ammatillista ohjausta vanhemmuuden tukijana. Opinnäytetyö kartoitti, millaiseksi vanhemmat ovat ohjauksen sekä ryhmän tarjoaman vertaistuen vanhemmuutensa tukena kokeneet.

Haastattelun avulla on pystytty parhaiten kartoittamaan monipuolisesti vanhempien kokemuksia perhekoulusta. Vanhemmat tavoitettiin haastateltavaksi perhekoulun kautta, kun vanhempainryhmän ohjaajaa tiedusteltiin opinnäytetyömme sisältöön liittyvissä asioissa. Haastattelut tehtiin touko- ja kesäkuussa 2015 reilu viisi kuukautta perhekoulun päättymisen jälkeen, minkä vuoksi vanhempien oli helpompi kertoa, millaisia muutoksia vanhemmuudessa todella oli tapahtunut ja mitä käytäntöjä perhekoulun myötä arkeen on pysyvästi jäänyt.

Haastattelun etuna on pidetty joustavuutta. Lisäksi haastattelijalla on mahdollisuus tarkastella tilanteessa sitä, missä järjestyksessä kysymyksiä on mielekäs esittää samalla kun hän muutenkin voi havainnoida haastateltavaa ja tilannetta. (Tuomi & Sarajärvi 2012, 73.) Haastattelutilanteessa tutkija voi lähteä liikkeelle käsittelemällä aluksi neutraaleja asioita, käyttäen tarvittaessa tarkentavia kysymyksiä.

Laadullista haastattelua tehdessä on tärkeintä saada mahdollisimman runsaasti tietoa tutkittavasta asiasta. Jotta tämä onnistuu, voi haastateltavien antaa tutustua teemoihin, haastattelun aiheeseen tai jopa kysymyksiin etukäteen. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että haastatteluluvasta sekä haastattelun ajankohdasta sovitaan etukäteen, mikä on tärkeää myös tutkimuksen eettisyyden kannalta. (Tuomi & Sarajärvi 2012, 73.) Vanhempia informoitiin tasaisin väliajoin aikatauluihin liittyen opinnäytetyön tietoperustan ja suunnitelman edistyessä. Haastattelupaikat sovittiin vanhempien kanssa ja heidän toiveidensa perusteella haastattelut tehtiin heidän kotonaan. Vanhempien toiveita kuunneltiin, jotta heillä olisi haastattelussa mahdollisimman rento olla. Haastattelut nauhoitettiin, jotta aineiston analyysi olisi mahdollisimman tarkkaa.

Haastattelut toteutettiin puolistrukturoituna teemahaastatteluna, joka on metodologialtaan lähellä avointa haastattelua. Siinä, missä avoimessa haastattelussa vain keskusteltava ilmiö on määritelty, on puolistrukturoidussa haastattelussa etukäteen laadittu teemat sekä niihin liittyvät tarkentavat kysymykset. Metodologisesti puolistrukturoitu teemahaastattelu korostaa haastateltavien henkilöiden antamia tulkintoja ja merkityksiä sekä sitä, kuinka nämä merkitykset ovat vuorovaikutuksessa syntyneet. Tutkijan tehtävä on pitää huolta, että haastatteluissa pysytään tutkimustehtävään liittyvissä aiheissa. Puolistrukturoitu haastattelu kuitenkin sallii tutkijan intuitiiviset lähestymiset ja väliintulot. (Tuomi & Sarajärvi 2012, 73–74.) Teemahaastattelussa tutkimuskysymyksestä poimitaan keskeiset aiheet ja teema-alueet, joita tutkimushaastattelussa on välttämätöntä käydä läpi. Teemojen käsittelyjärjestyksellä ei ole merkitystä tutkimushaastattelun aikana. Tavoitteena on, että kaikista teema-alueista vastaaja antaa oman kuvauksensa. (Vilkkä 2005, 101–102.) Tärkeää on, että haastattelija pitää haastattelun tarkoituksen kokoajan mielessään ja johtaa keskustelua sen suuntaisesti (Hirsjärvi & Hurme 2009, 68).

Haastattelutilanteessa yhden roolina oli toimia haastattelijana kun toinen teki tarpeen mukaan täydentäviä lisäkysymyksiä teemoihin liittyen. Yhden roolina oli toimia tilanteen havainnoijana ja tehdä muistiinpanoja osallistumatta haastatteluun. Kaikkien tutkijoiden läsnäololla varmistettiin se, että teemoja varmasti käsiteltiin monipuolisesti.

Teemahaastattelu on eräänlainen keskustelu, joka tapahtuu tutkijan ehdoilla ja tutkijan aloitteesta. Haastattelussa tutkija pyrkii vuorovaikutuksellisessa tilanteessa selvittämään haastateltavilta tutkimuksen aihepiiriin kuuluvia asioita teemoittain. Haastattelijalla voi

olla haastattelua tehdessä tukenaan esimerkiksi luettelo tai miellekartta. Teemahaastattelun rungon voidaan ajatella sisältävän kolme eri tasoa. Ensimmäisellä tasolla ovat laajat teemat, jotka koostuvat keskustelua ohjaavista aihepiireistä. Toisella tasolla on apukysymyksiä jotka tukevat laajoja aihepiirejä. Kolmannella tasolla ovat tarkentavat kysymykset, joita voidaan käyttää, mikäli toisen tason apukysymykset eivät tuota riittävän laajoja vastauksia. (Aaltola & Valli 2010, 26, 35- 38.) Haastattelutilanteessa tukena oli tutkimuksen teemojen mukaan laadittu luettelo apukysymyksineen, minkä mukaisesti haastattelut vietiin läpi. Teemat ilmenevät taulukosta liitteessä 2. Teemahaastattelun teemat nousivat teoreettisesta viitekehyksestä ja niiden avulla saatiin vastaus tutkimuskysymykseen.

Puolistrukturoidussa haastattelussa käytössä ei ole valmiita vastausvaihtoehtoja, vaan haastateltava saa vastata omin sanoin (Eskola & Suoranta 1996, 65). Teemahaastattelun avulla saadaan tietoa haastateltavien kokemuksista, tulkinnoista ja heidän asioille antamista merkityksistä (Hirsjärvi & Hurme 2009, 47- 48). Haastattelutilanteessa tuli pitää huoli siitä, ettei kysymyksillä johdateltu keskustelua. Etukäteen laaditun luettelon kysymyksiä ei muutettu haastattelutilanteiden välillä, jotta haastattelukerrat pysyivät vertailukelpoisina. Aiheiden käsittelyjärjestys eri haastateltavien kohdalla vaihteli, mutta luettelon avulla huolehdittiin, että kaikista aiheista keskusteltiin jokaisen kohdalla.

Haastattelutilanne pyrittiin luomaan avoimeksi, rennoksi ja tilaa antavaksi toimimalla luonnollisesti ja ammattietiikan mukaisesti. Haastattelu aloitettiin esittelyillä sekä keräämällä tutkimuksen tavoite kerätä vanhempien kokemuksia vanhemmuuden tukemisesta. Tavoitteena kerrottiin myös, että tuloksia on tarkoitus hyödyntää Oulun perhekoulun toiminnan kehittämiseen, esittelyyn sekä toiminnan perusteluun. Lisäksi kerrattiin, että vastausten käsittely on anonyymiä. Vanhemmat allekirjoittivat ennen haastatteluja suostumuksen haastatteluun sekä sen suostuivat niiden nauhoittamiseen. Vanhemmille laadittu saatekirje sekä suostumus tutkimuksen tekemiselle ovat liitteessä 3. Haastattelujen edetessä teemoja käsiteltiin joustavasti tilanteiden mukaisesti. Haastattelut olivat kestoltaan kymmenestä minuutista kahteenkymmeneenviiteen minuuttiin.

5.5 Laadullisen aineiston analyysi

Laadullisen aineiston analyysin tarkoitus on tuoda selkeyttä aineistoon ja tuottaa tietoa tutkimuksen kohteena olevasta asiasta. Analyysin avulla aineisto tiivistetään selkeäksi kokonaisuudeksi. Laadulliseen analyysiin ja tulkintojen tekemiseen on olemassa kaksi periaatteellista lähestymistapaa. Ensimmäinen tapa on pysyä tiukasti aineistossa ja tehdä tulkintoja aineistosta käsin. Toinen tapa on pitää aineistoa teoreettisen ajattelun lähtökohtana, apuvälineenä tai perustana tulkinnoille. Tulkintojen tekemisen voidaan katsoa olevan laadullisen tutkimuksen ongelmallisoin vaihe. (Eskola & Suoranta 1996, 104–111.) Tämän tutkimuksen analyysi on tehty aineistosta käsin, jotta tutkimuksen tulkinnot vastaisivat mahdollisimman hyvin vanhempien teemahaastatteluissa jakamia kokemuksia. Teemahaastattelun vahvuus on se, että kynnys aineistosta analyysiin ei ole korkea (Aaltola & Valli 2010, 43).

Vanhempien kokemuksia kartoitettiin teemahaastattelulla, jonka vuoksi teemoittelu oli luonteva valinta haastatteluaineiston analysoimiseen. Analyysejä varten vanhempien vastaukset litteroitiin sanatarkasti ylös haastattelunauhoitusten avulla. Litteroinnin jälkeen aineiston voi järjestää uudestaan niin, että jokaisen teeman alla on kaikkien haastateltavien vastaukset kyseiseen teemaan liittyen. Tämän jälkeen aineisto on helppo analysoida teema kerrallaan. (Aaltola & Valli 2010, 43.) Aineisto teemoiteltiin niiden teemojen mukaisesti, joiden avulla tutkimustehtävään on haastatteluista haettu vastausta ja minkä mukaan myös tulokset on tutkimuksessa esitetty. Teemoittelun yhteydessä tutkimustehtävän kannalta epäolennaiset asiat karsittiin analysoitavasta aineistosta pois, mikä helpotti analyysin tekemistä sekä johtopäätösten todentamista.

Tutkimustuloksia elävöittämään on vanhempien haastatteluista nostettu esiin muutamia tuloksia kuvaavia sitaatteja, jotka on merkitty tekstiin lainausmerkein ja kursivoimain. Sitaatit tuovat tutkimukseen aineistollista runsautta, joka voi luoda selkeyttä ja lisäluotamusta tuloksiin (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 228). Sitaatit myös tuovat haastateltavien äänen kuuluviin ja samalla havainnollistavat sitä, miten joihinkin tiettyihin analyysieihin on päädytty.

Litteroitua tekstiä tuli yhteensä 25 sivua. Eri haastattelujen aineisto järjestettiin keskenään samaan järjestykseen teemojen mukaisesti, jolloin niistä oli helpompi tehdä tulkin-

toja. Osa litteroiduista aineistosta on pelkistetty tulkintojen helpottamiseksi ja osa pelkistetyistä sitaateista on päätynyt opinnäytetyön tutkimustuloksia tukeviksi esimerkeiksi. Haastattelutilanteissa vuorovaikutuksen kehittyminen oli yksi haastatteluja ohjaavista teemoista, mutta analyysivaiheessa huomattiin, että vuorovaikutus liittyy olennaisesti sekä vertaistukeen että ammatilliseen ohjaukseen, minkä vuoksi sitä käsitellään molempien teemojen alateemana sen sijaan, että se olisi niiden rinnalla tutkimuksen teemana.

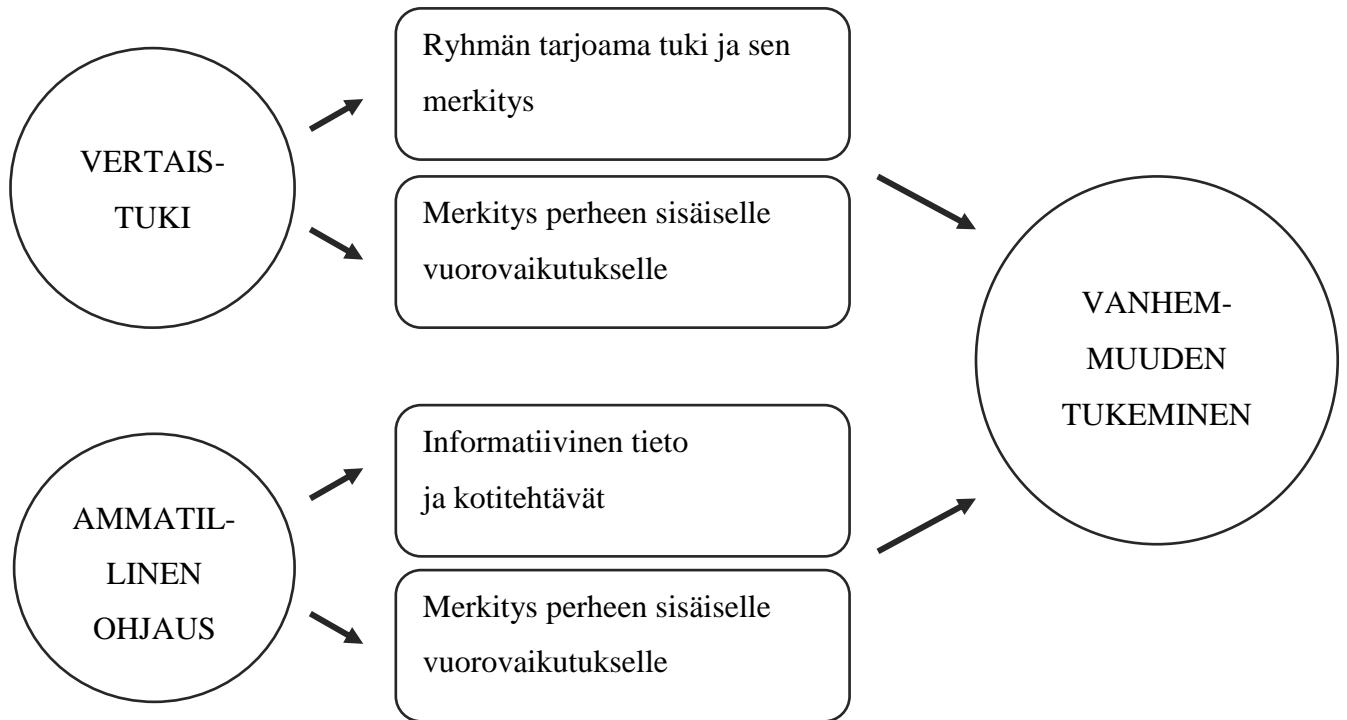
Esimerkki analyysista:

Sitaattien pelkistyksessä käytetyt merkit tarkoittavat, että tekstistä on poistettu jokin kohta (--) tai sitaatti viittaa johonkin haastattelussa käsiteltyyn asiaan, mikä ei itse sitaattista tule ilmi ([]).

TAULUKKO 1. Sitaattien pelkistäminen ja tulkinta

Alkuperäinen sitaatti	Pelkistetty sitaatti	Tulkinta
<i>”Me on keskusteltu myös ryhmän ulkopuolella näitten ihmisten kanssa ja se että sitten kun lähetään vertailemaan että kun meidän pojat on käyttäytynyt samalla lailla niin sitten on puhuttu miltä se on ittestä tuntunu ja sitten mitä siinä on ite tehnyt ja oon saanut hyviä vinkkejä niinkö siihen että seuraavalla kerralla enpä teekkään näin vaan kokeilen sitä mitä joku toinen äiti on sanonut et hän on kiukkutilanteessa kokeillu tämmöistä”</i>	<i>”Me on keskustelu myös ryhmän ulkopuolella -- niin sitten on puhuttu miltä se on ittestä tuntunu ja sitten mitä siinä on ite tehnyt ja oon saanut hyviä vinkkejä -- että seuraavalla kerralla enpä teekkään näin vaan kokeilen sitä mitä joku toinen äiti on sanonut --”</i>	Vertaisryhmä on tuonut tukea ja uusia tapoja toimia vanhempana
<i>”[Ohjauksen seurauksena] löyty ne omat ns väärät metodit mitä on käyttänyt et niistä on koittanut sit luopua. Ei ihan niin helppoa oo kun sanottuna mutta sitten on huomannut että kyllä on parantunut (pojan nimi) ja oman välit on parantunut ja on helpompi olla pojan kanssa”</i>	<i>”[Ohjauksen seurauksena] löyty ne omat ns väärät metodit mitä on käyttänyt et niistä on koittanut sit luopua -- sitten on huomannut että kyllä on parantunut -- välit -- ja on helpompi olla pojan kanssa”</i>	Ammatillisen ohjauksen kautta on havaittu toimimattomia metodeja ja vuorovaikutus lapsen kanssa on kehittynyt

Tämän jälkeen tulkintoja on järjestetty ja käsitelty teemataulukossa (LIITE 2) ilmenevien teemojen mukaisesti seuraavalla tavalla:



KUVIO 1. Teemojen mukainen tulkintojen järjestely

6 TUTKIMUSTULOKSET

Tutkimuksen tuloksiin on päästy analysoimalla aineistoa teemoittelemalla. Aineisto on teemoiteltu tietoperustaa ja perhekoulun toimintaa ohjaavien käsitteiden, vertaistuen sekä ammatillisen ohjauksen, mukaan. Tutkimuksen perustavanlaatuinen tavoite oli selvittää, miten vanhemmuutta näiden avuin perhekoulussa vanhempien kokemana tuettiin.

Vanhempien kokemuksia omasta vanhemmuudestaan ennen perhekoulua kuvasivat epäonnistumisen ja riittämättömyyden tunteet sekä se, etteivät he kokeneet aina saaneensa otetta lapseen. Vanhemmat toivoivat saavansa perhekoulusta tukea vanhemmuutensa siitä, että uusien toimintatapojen myötä arki helpottuisi niin kotona kuin lapsella päiväkodissakin konfliktien vähentyessä. Kaikilla vanhemmilla ei ollut ennakkokäsityksiä perhekoulusta, mutta motiivina mukaan lähtemiselle oli tuen saaminen omaan vanhemmuuteen, jotta asiat alkaisivat kulkea oikeaan suuntaan tilanteiden pahenemisen sijaan. Myös perheen muiden lasten oireilu haastavasti käyttäytyvään sisarukseen oli yksi syy perhekouluun hakeutumiselle. Vanhemmat olivat kokeneet perheensä arjen ennen perhekoulua hyvin haastavaksi.

”No... kyllä siinä niinku päällimmäisenä oli ne epäonnistumisen tunteet - - että ei minusta oo siihen... ja et ei minusta oo mihinkään, että kun ei saa yhtä poikaa kasvatettua...mut ja mut, olihan siinä niitä hyviäkin päiviäkin ja oli niitä onnistumisen hetkiä - - et ei se kaikki ihan niin mustaakaan ollu.”

Vanhemmat kokivat, että perhekoulun jälkeen heidän vanhemmuutensa oli parantunut sekä haastavat tilanteet olivat vähentyneet ja niiden hallinta helpottunut. Vanhemmat kuvasivat vanhemmuuskokemuksiaan paremmaksi perhekoulun jälkeen. Vastauksista ilmeni, että vanhemmat kokivat saaneensa perhekoulusta vastauksia, tietoa, uusia keinoja sekä ymmärrystä lapsensa käyttäytymiseen liittyen. Koettiin, että arjessa huonot päivät ja hetket olivat vähentyneet perhekoulun myötä. Tärkeimpänä vanhemmuuteen liittyvänä muutoksena pidettiin sitä, että itsesyytökset olivat vähentyneet, eivätkä vanhemmat olleet enää yhtä ankaria itseään kohtaan. Vanhemmat olivat valmiita suositte-

lemaan perhekoulua myös sellaisille perheille, joissa haastavasti käyttäytyvää lasta ei edes ole.

6.1 Vertaistuki vanhemmuuden tukena

Tässä kappaleessa käsitellään vanhempien kokemuksia vanhemmuuden tukemisesta perhekoulun tarjoamaan vertaistukeen liittyen. Vanhemmilta kysyttiin, millaista tukea ryhmä vanhemmille antoi sekä kuinka se on muuttanut heidän tapojaan toimia vanhempana.

Haastavasti käyttäytyvien lasten vanhempien vanhemmuudelle vertaistuki on ollut tärkeää, koska he ovat kokeneet olleensa ainoita tilanteensa kanssa, ajatellen ettei kenelläkään toisella perheellä ole vastaavanlaisia haasteita arjessa. Oulun perhekoulussa olleet vanhemmat kertoivat, että perhekoulun myötä he saivat tietää muillakin olevan samantlaisia kokemuksia sekä tuntemuksia ja, että myös muut painivat samanlaisten asioiden parissa. Vanhemmat kuvasivat, että vaikka ryhmässä oli eri taustaltaan olevia ja toisilleen tuntemattomia ihmisiä, niin yhteiset haasteet yhdistivät. Vanhemmat siis saivat vertaisuuden kokemuksia. Vastaajat kokivat vertaistuen vanhemmuutensa kehittymiselle merkittäväksi ja helpottavaksi. Vanhemmat kertoivat tärkeäksi mahdollisuuden keskustella rehellisesti omista tuntemuksistaan ja kokemuksistaan.

”- - kyllä se on iso asia se, et huomaa et en oo yksin.”

Vanhemmilta nousi esiin ajatus, että vanhemmat, joilla ei ole ylivilkasta lasta, eivät voi ymmärtää miten haastavaa arki voi olla, kun lapseen ei saa otetta. Vanhemmuudelle oli siis tärkeää se, että vertaisryhmässä oli vanhempia, jotka ymmärsivät heidän tuntemuksiaan. Vanhempien mukaan oleellisesti vanhemmuutta tuki se, ettei kukaan tuominnut toista, vaan jokaisen mielipiteet ja kokemukset olivat yhtä tärkeitä. Tällaisen ilmapiirin vallitessa vanhempien on helpompi jakaa tunteitaan ja keskustella avoimesti. Ilmeni, että ryhmässä keskusteltiin siitä, miltä haastavat tilanteet ovat tuntuneet, ja miten he ovat eri tilanteissa toimineet. Näistä keskusteluista he ovat saaneet erilaisia näkökulmia siihen, millä eri tavoin voi vastaavanlaisissa tulevaisuuden tilanteissa toimia. Esimerkiksi erilaiset siirtymätilanteet ja peliaikojen sopimiset ovat haastavasti käyttäytyvän lapsen

kanssa usein erityisen vaikeita, jolloin toimiviksi todettujen käytäntöjen kuuleminen helpottaa arkea huomattavasti.

Vertaisryhmässä käydyt keskustelut olivat vanhempien kokemusten perusteella vaikuttaneet positiivisesti perheen vuorovaikutukseen, kun vanhemmat jakoivat ryhmässä toisilleen kokemuksia hyväksi havaituista toimintatavoista. Kokemusten jakamisen myötä vanhemmat kokivat, että armollisuus sekä hyväksymisen tunteet vanhemmuudessa olivat kasvaneet. Vastaajat kertoivat keskustelleensa ryhmäläisten kesken myös perhekoulun ulkopuolella, saaden täten neuvoja toisiltaan ryhmän tapaamisten lisäksi myös muina hetkinä. Vanhemmat saivat toisiltaan tukea myös jälkikäteen siitä, että vertaisryhmään osallistuneet olivat olleet toisiinsa yhteydessä vielä perhekoulun päätyttyäkin muun muassa sosiaalisen median kautta.

“ehottomasti on niinkö tukea saanut sieltä – et on niinkö tavallaan kuullu muiten perheitten samankaltaisista tuntemuksista ja kokemuksista -- mikä on helpottanut ommaa oloa”

Vanhempien kokemusten perusteella vertaisryhmä antoi vanhemmille keinoja kehittää vanhemmuuden kokemustaan myönteisemmäksi. Vanhemmat kokivat, että vertaisryhmässä he tulivat kuulluksi ja että heidän kertomansa otettiin vakavasti, minkä vuoksi perhekouluun oli aina mukava mennä. Vanhemmat kertoivat kokeneensa, että keskustelun luonne oli jopa terapeutista.

6.2 Ammatillinen ohjaus vanhemmuuden tukena

Tässä kappaleessa käsitellään vanhempien kokemuksia ammatillisen ohjauksen merkityksestä vanhemmuudelle. Vanhemmilta kysyttiin, millaista tukea he kokivat saaneensa vanhemmuuteensa ohjaajien jakamasta kokemustiedosta sekä ohjaajien ja Perhekoulun käsikirjan tarjoamasta teoriatiedosta. Lisäksi haastatteluissa käsiteltiin ohjauksen tarjoamaan tukeen liittyen sitä, mitä kokemuksia vanhemmilla oli perhekoulusta saatavista kotitehtävistä.

Ryhmää vetäneiden ohjaajien antaman tuen koettiin olevan ihmisarvoa ylläpitävää, eikä vanhempia, heidän tunteitaan, sanomisiaan tai kokemuksiaan vähätelty. Perhekoulun ohjaajat olivat vanhempien kokemusten mukaan kannustavia ja ohjasivat vanhempia avoimeen keskusteluun antaen konkreettisia esimerkkejä, jotka osaltaan tukivat vanhemmuuden kokemuksia ja kokonaiskuvaa. Ohjaajat osasivat kääntää vanhempien kertomat negatiiviset asiat positiivisiksi, mikä oli vanhemmille erityisen mielekäästä. Ohjaajien koettiin antaneen tietoa ja ymmärrystä sille, miksi lapsi toimii niin kuin toimii. Vanhemmat antoivat kiitosta myös siitä, että ohjaajat työskentelivät vanhempia syyllistämättä.

Vanhemmat kertoivat, että ohjaajilta ja käsikirjasta saadun informatiivisen tiedon avulla he olivat oppineet tunnistamaan toimimattomia metodejaan, joita muuttaa. Vanhemmat kuvasivat, että perhekoulun myötä heidän vanhemmuuttaan leimannut liiallinen ankaruus oli hävinnyt, mikä oli johtunut epäonnistumisen pelosta sekä aikaisemmista arjen vuorovaikutustilanteiden vaikeiksi kokemisesta. Vastauksissa tuli ilmi, että vanhemmat olivat kokeneet löytäneensä uusia ja toimivampia tapoja, joiden avulla näistä vanhoista metodeista oli päästy eroon. Sitä kautta he kokivat, että välit lapseen olivat parantuneet ja heillä on ollut vanhempana helpompi olla. Kokemusten mukaan perhekoululla on ollut positiivisia vaikutuksia niin vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen kuin myös vanhempien keskinäiseen sekä koko perheen keskeiseen kommunikointiin.

”Kun me tietään mistä on kyse ja sitten minulta on loppunut se turhanpäiväinen selittely ja on toki helpottanut niinkö aikuisten vuorovaikutusta siinä mielessä.”

Ohjauksen myötä vanhemmat kokivat ymmärryksen lasta kohtaan lisääntyneen ja vanhempien alkaneen ymmärtää eri tavoin sitä, miksi lapsi toimii tietyllä tavalla. Vanhemmat kokivat, että pahin oli mennyt ohi eivätkä tilanteet karkaa enää käsistä. Vanhemmat kertoivat myös, että lähipiiri ymmärsi heidän tilannettaan paremmin, kun he jakoivat ammatillisen ohjauksen tarjoamaa tietoa eteenpäin. Merkittävää oli, että vanhemmat kokivat, ettei heidän ole enää tarvinnut selitellä lapsensa käytöstä muille. Perhekoulussa suositellaankin, että lapsen vanhempien lisäksi myös muut lähipiiriin kuuluvat aikuiset tutustuisivat Perhekoulun käsikirjaan. Vanhemmat kokivat itsesyytösten määrän ja ajatusten siitä, että on huono vanhempi, vähentyneen saadun tiedon kautta.

Perhekoulun käsikirjan teoriaa käsiteltiin aihealueittain ensin ohjaajien johdolla ja sen jälkeen keskusteltiin yhdessä siitä, miten tietoa voi soveltaa omaan arkeen. Vanhemmat kokivat teorian ja käytännön kulkeneen käsi kädessä. Keskustelut sekä kotitehtävät auttoivat vanhempien kokemusten mukaan juurruttamaan käsikirjan teoriaa perheiden arkeen, kun niiden myötä ammattilaisten apu ikään kuin tuli loppuviikoksi mukaan kotiin. Vanhemmat kokivat kotitehtävien vaatineen sitoutumista ja niiden toteuttamiselle olisi joskus kaivattu hieman enemmän aikaa, mutta niiden määrää pidettiin sopivana. Vanhempien yleinen mielipide oli kuitenkin se, että tehtävät olivat kohtuullisia ja vanhemmuudelle hyödyllisiä. Osa perheistä sovelsi tehtäviä heille sopivammaksi. Kotitehtävistä ylivoimaisesti suosituin oli tarrapalkintojen käyttö, joka eri sovelluksin oli kaikkien vanhempien käytössä perhekoulun jälkeenkin.

”No siis joo oli tarra, mutta sitten tuota niin me huomattiin, että - - parhaiten toimii tuo Lego-homma, koska se rakastaa Legoja.”

Vanhemmat kokivat, että rajojen asettaminen oli muuttunut perhekoulun ohjauksen myötä heidän ohjaten lasta nyt aiempaa pehmeämmin. Rajojen asettamisen hankaluus oli aiemmin ollut yksi vanhemmuuden haasteista, johon perhekouluohjauksen tuoma apu tarjosi uusia työkaluja. Onnistuminen rajojen asettamisessa on tukenut osaltaan vanhemmuutta, sillä se on helpottanut perheen arkea. Osa oli sitä mieltä, ettei rajojen asettamiseen ole tullut suurempia muutoksia. Vanhemmat kertoivat, että perhekoulun tarjoaman tiedon myötä lapsen huomiota oli myös opittu kääntämään kiukusta toisaalle.

”- - yritetään vähän pehmeämmin ohjata, niin se auttaa...koska kovatahtonen lapsi, niin sehän pistää hanttiin entistä enemmän - - että semmosia niinkun muutoksia osittain niinkö ite ja perhekoulun johdosta on tehty.”

Ammatilliseen ohjaukseen liittyen vanhempien haastatteluista nousi esiin toive yksilöllisen ohjauksen lisäämiselle. Perhekouluun kuului yhteinen ruokailuhetki lasten kanssa, mutta ruokailuhetkeä pidettiin usein kaoottisena kaikkien ollen samassa pöydässä. Tapaamiskerta myös päättyi heti ruokailuhetken jälkeen. Vanhemmat esittivät, että perhekouluun voisi lisänä kuulua mahdollisuus ohjaajan antamaan henkilökohtaiseen ohjaukseen tilanteessa, jossa toimittaisiin lapsen kanssa tietyn tavoitteen mukaisesti.

7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tämän tutkimuksen perusteella perhekoulun kaltainen interventio on vanhempien kokemana hyödyllinen tapa tukea vanhemmuutta. Vanhempien vastauksista tuli ilmi, että he olivat perhekoulun päätyttyä ilmeisen tyytyväisiä. Tulosten perusteella on todettavissa, että vanhemmat kokivat perhekoulun vastanneen heidän odotuksiaan. Perhekoulun tarjoama vertaistuki ja ammatillinen ohjaus tukevat vanhempien kokemusten perusteella vanhemmuutta ja siten myös perheen sisäistä vuorovaikutusta.

Tutkimustulokset ovat linjassa aiempien perhekouluja koskevien tutkimusten tulosten kanssa. Myös edellisissä tutkimuksissa Järvenpäässä, Jyväskylässä ja Tuusulassa (Hiitola 2011; Katajisto & Tuominen 2006; Koskenmäki 2009) on todettu, että vanhempien toimintatapojen muuttumisella on ollut positiivisia vaikutuksia lapsen käyttäytymiseen sekä vanhemman ja lapsen väliseen suhteeseen. Lisäksi perhekoulusta ja vertaisryhmästä vanhemmat ovat saaneet neuvoja, jotka ovat helpottaneet lapsen kanssa toimimista.

Sosiaalihuoltolain (1301/2014) 33§:n mukaan palvelut on lähtökohtaisesti toteutettava niin, että niihin on mahdollista hakeutua omatoimisesti riittävän varhain. Matalan kynnyksen palveluiden kohdalla asiakkaalta vaadittavia edellytyksiä palveluun hakeutumisessa on madallettu. Matalampi asiointikynnyys mahdollistaa ongelmista puhumisen ja muutokseen motivoinnin ilman leimaantumisen pelkoa. (Leemann & Hämäläinen 2015.) Sosiaali- ja terveysministeriön valtakunnallisen lapsi- ja perhepalvelujen muutosohjelman vaiheisiin on kirjattu, että vuosina 2016–2017 luodaan uusia, vanhemmuutta tukevia matalan kynnyksen palveluja (STM 2015, viitattu 21.11.2015). Tällaisesta esimerkkinä perhekoulu pyrkii puuttumaan perheiden ongelmiin, ennen niiden kasautumista. Perhekouluun osallistuminen ei vaadi diagnoosia ylivilkkaudesta, vaan kriteerinä on sitoutuminen toimintaan. Näillä intervention periaatteilla pyritään auttamaan vanhempaa tunnistamaan ja vastaamaan lapsen tarpeisiin, mikä tulosten valossa on edistynyt toimintatapojen kehittyessä sekä ymmärryksen lapsen käytöstä kohtaan kasvaessa.

Tämän tutkimuksen perusteella perhekoulu on ollut merkittävä perheille, joissa on haastavasti käyttäytyvä lapsi. Tuloksissa esitettyjen kokemusten perusteella perheen vuoro-

vaikutustavat olivat perhekoulun myötä parantuneet aiempiin nähden. Vanhempien yhteiset käytännöt luovat turvallisuutta, sillä kun vanhemmilla on yhteinen sävel lasten kasvatuksessa, lapset tietävät, miten toimia arjessa. Erityisen tärkeäksi se muodostuu tarkastellessa perheeseen sovittuja sääntöjä, joita lasten tulee noudattaa. Vanhempien on tilanteen vaatiessa seisottava mahdollisen kiellon takana ja osattava ennakoida lapsen liikkeet haastavissa tilanteissa. Lapsi voi esimerkiksi yllättäen kysyä lupaa toiselta vanhemmalta, jos toinen on häneltä jotain kieltänyt. Yhteiset toimintamallit muodostavat luottamusta vanhemmuuteen ja vanhempien väliseen vuorovaikutukseen. Perhekoulun tarkoituksena onkin lisätä perheen yhteenkuuluvuuden tunnetta.

Tulosten perusteella voidaan päätellä vanhempien kokeneen informatiivisen tiedon ja kotitehtävien lisännen ymmärrystä lapsen käytöstä kohtaan, käsikirjan mahdollistaneen uusien tapojen kokeilua ja käyttöönottoa sekä kotitehtävien lisännen lapsen kanssa vietettyä yhteistä aikaa. Tutkimuksesta saatujen tulosten mukaan voidaan tulkita ohjaajien tuen sekä käsikirjan teorian tiedon vahvistavan vanhemmuutta ja mahdollistavan vanhempia näkemään lapsensa sekä itsensä kasvattajana uudessa valossa. Saadun ymmärryksen ja uusien keinojen avulla vanhemmat voivat myös tehokkaammin puuttua lapsen kiukutteluun. Tuloksista on pääteltävissä myös se, että vanhempien käytöksen muuttuessa myös lapsen käytös muuttui positiivisemmaksi.

Robert Emden määrittelemien lapsen perustarpeiden eli leikin, oppimisen ja rajojen, tunteiden ja kiintymyksen jakamisen, hoivan, inhimillisen turvan sekä kurin ja kontrollin tukeminen luovat vanhemmuuden ydinolemusta (Tamminen 2004, 77–100). Tarjoamalla vanhemmille välineitä uusien toimintamallien käyttöön, perhekoulu mahdollisti näiden tarpeiden tukemisen. Perhekoulu auttoi vanhempia asettamaan rajoja uudella tavalla. Vanhemmat ovat voineet tiukkoina kurinpitäjinä kokea olevansa johdonmukaisia toimissaan, mutta perhekoulun antaessa uusi tapoja rajoittamiseen, ovat vanhemmat huomanneet myös positiivisen palautteen merkityksen. Vilén, Seppänen, Tapio ja Toivanen (2010, 157–158) kirjoittavatkin, että kieltämisen myötä lapsen kehumisen jäädessä vähäiseksi, oppii lapsi saamaan huomionsa nimenomaan negatiivisella käytöksellä.

Vuorovaikutuskokemuksia tämän tutkimuksen tulosten perusteella varjostivat epäonnistumiset sekä arjen tilanteiden vaikeaksi kokeminen. Vuorovaikutustapoja harjoittaessa perheelle annetaan kotiin konkreettisia tehtäviä, joiden tarkoitus on vahvistaa sekä luoda

uudenlaista vuorovaikutusta. Saadessaan tehtäviä kotiin vanhemmat ikään kuin ottavat heitä auttavat ammattilaiset mukaansa arkeen. (Sierla 1999, 254.) Perhekoulun ohjauksen avulla vanhemmat kokivat kehittäneensä toimintatapojaan sekä vuorovaikutusta, niin vanhempien kesken, kuin vanhemman ja lapsen välillä. Näiden hyvien vuorovaikutuskokemusten myötä lapsi oppii sisäistämään kiintymyskohteensa ja tähän liittyvät tunteet sekä representaation itsestään. Turvallisesti kiintynyt lapsi oppii, että tunteiden näyttäminen johtaa positiivisiin lähestymistapoihin vanhemmilta ja pidemmällä aikavälillä lapsi oppiikin selviytymään tunteistaan myös itse. (Simonaho 2015, 19.)

Tämän tutkimuksen perusteella vertaisryhmästä ja toisten vanhempien tuesta on ollut apua. Perhekoulun jälkeen vanhemmat ovat pitäneet toisiinsa yhteyttä sosiaalisessa mediassa, mikä on luonut yhteenkuuluvuuden tunnetta. Sosiaalinen tuki lisää ja vahvistaa vanhempien jaksamista. Ilman perhekoulua vanhemmat eivät olisi löytäneet toisiaan ja saaneet mahdollisuutta kasvaa vanhemmuuteensa samalla tavalla kuin nyt ovat saaneet. Johtopäätöksenä voidaan sanoa, että perhekoululla on huomattava merkitys vanhempien kasvussa vanhemmuuteen sekä nykyiseen perheen toimintaan.

Johtopäätöksenä tämän tutkimuksen perusteella voi sanoa myös sen, että perhekoululla on merkitystä koko perheen toiminnalle. Ongelmat haastavasti käyttäytyvän lapsen kanssa voivat vaikuttaa siihen, ettei koko perheen kesken helposti vietetä yhteistä aikaa kodin ulkopuolella. Perhekouluun hakeutuville uusien keinojen hakemista voikin motiivoida se, ettei tulisi oltua vain kotona. Vaikuttaminen joidenkin perheenjäsenten toimintatapoihin tukee samalla myös koko perheen hyvinvointia.

Vanhempien esittämien ehdotusten perusteella perhekoulun kehittämisideana voidaan pitää yksilöllisemmän ohjauksen lisäämistä nykyiseen nähden. Vanhempien ja lasten olemista omissa ryhmissä pidettiin toimivana, mutta sen rinnalle toivottiin lapsen ja aikuisen yhteistä ohjausta ja henkilökohtaisempaa keskustelua. Lisäksi kotitehtävien toteuttamiselle toivottiin välillä enemmän aikaa, mikä toisaalta voi tarkan viikkosuunnitelman vuoksi olla hankala toteuttaa. Myös ajankohta voi aiheuttaa hankaluuksia joillekin vanhemmille, sillä esimerkiksi työssäkäyville maanantaiaamupäivä voi tuottaa haasteita.

8 EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Eettiset periaatteet nousivat esiin heti opinnäytetyötä aloittaessa. Näistä esimerkkinä toimii haastateltavien vanhempien kohtaaminen ja tunnistamattomuus opinnäytetyöstä. Sosionomeille asetetuissa kompetensseissa yhtenä osana on yksilön ainutlaatuisuus sekä tasa-arvon edistäminen. Nämä tulevat esiin opinnäytetyössä siten, että jokainen vanhempi on kohdattu yksilönä, käsittelemällä kaikkien kokemuksia tasa-arvoisesti. Tutkimuksen taustalla vaikuttaa myös holistinen eli kokonaisvaltainen ihmiskäsitys.

Eettisyyden kannalta on tärkeää, että tutkimukseen osallistuvat ovat mukana vapaaehtoisesti ja että heillä on mahdollisuus kieltäytyä osallistumasta missä tahansa tutkimuksen vaiheessa. Kaikkia perhekoulussa syksyllä 2014 mukana olleita vanhempia pyydettiin haastateltaviksi ja he antoivat haastatteluille suostumuksensa. Vanhemmille laadittu saatekirje ja suostumus tutkimukseen osallistumiselle ovat liitteessä 3.

Opinnäytetyötä tehdessä on pidetty huoli salassapitovelvollisuudesta, jotta haastateltavien tiedot eivät tulleet tutkimuksen missään vaiheessa kenenkään ulkopuolisen tietoon. Haastattelussa saatujen tietojen analysointi tapahtui anonymisti. Osa eettisyyttä on myös se, että ennen tutkimuksen empiirisen osan toteuttamista hankittiin tutkimusluvat sekä Oulun ammattikorkeakoululta että Oulun kaupungilta.

Vanhempien kokemuksia kartoittaessa opinnäytetyöprosessin aikana opittiin, että tutkijana tulee olla tietoinen omasta toiminnastaan, sillä haastateltavat kertovat itsestään ja perheestään hyvin henkilökohtaisia asioita. Opinnäytetyötä tehdessä tiedostettiin, että omista olettamuksista ja käsityksistä on pyrittävä eroon, jotta tutkimuskohteena olevien vanhempien kokemukset ja tilanteet tulevat ymmärretyiksi.

Jokaisessa tutkimuksessa tulee arvioida myös tutkimuksen luotettavuutta. Tutkimusta tehdessä täytyy pohtia, kuinka lukijalle saadaan tarkkaa tietoa siitä, mitä tutkimuksessa on tehty ja miten on päädytty juuri näihin tuloksiin. Jokaisen tutkijan tulee arvioida tehtävän tutkimuksen luotettavuutta koko tutkimusprosessin ajan (Vilkkä 2005, 159.) Laadullisessa tutkimuksessa luotettavuutta on tieto tutkijan tarkasta, totuudenmukaisesta ja

selvästä selostuksesta tutkimuksen toteuttamisesta vaihe vaiheelta (Hirsjärvi ym. 2007, 227). Tutkimuksessa osoitettiin luotettavuutta sillä, että jokainen analyysi sopii haastateltavan kuvaukseen tilanteesta tai asiasta. Tutkimuksessa tuotiin ilmi aikataulu sekä aineistonkeruutapa ja -paikka. Haastattelukysymykset laadittiin ja esitettiin selkeästi, jotta haastateltavat ymmärsivät kysymykset oikein ja keskenään samalla tavalla. Luotettavuuden kannalta haastavaksi nousi se, ettei aiempia kokemuksia haastattelijana olosta juuri ollut. Tuloksia analysoitaessa on pohdittu, olisiko ollut lisäkysymyksiä tai haastattelurungon muutoksia, joka olisivat olleet tuloksia ajatellen tärkeitä. Kerätyn aineiston avulla on kuitenkin saatu vastauksia opinnäytetyölle asetettuun tutkimuskysymykseen.

Omalla tahollaan luotettavuutta tutkimukseen tuo myös vanhempien sitoutuminen perhekouluun, jonka vuoksi heillä kaikilla oli samaa tietoa ja vertaistukea. Luotettavuutta voidaan pohtia tutkimukseen osallistuneiden vastausten perusteella, sillä perhekoulun tapaamisia ei ulkopuolisten ollut mahdollisuutta päästä fyysisesti seuraamaan. Vanhempien haastatteluista tuli kuitenkin ilmi, että heillä on ollut samanlaisia kokemuksia sekä vertaistuesta, että tuesta liittyen omaan vanhemmuuteen ja jaksamiseen. Luottamusta lisää myös se, että vastauksiin muistaa tarvittaessa suhtautua myös kriittisesti. Olemalla skeptisen utelias, voi kvalitatiivista tutkimusta tehdessä päästä pitkälle (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 27). Perhekoulun toimintaa koskien on lisätty liitteisiin se, miten perhekoulu toimii ja mitkä teemat milläkin kerralla käsitellään. Lisäksi esille on tuotu se, miksi tämä tutkimus haluttiin tehdä ja kuinka se on toteutettu. Työskentely on avattu vaiheittain tutkimukseen. Kaikki nämä ovat tutkimuksen luotettavuuden kannalta oleellisia.

9 POHDINTA

Opinnäytetyöprosessi alkoi syksyllä 2014. Opinnäytetyöaiheen uupuesssa, päätimme ottaa yhteyttä Oulun perhekouluun ja ehdottaa vanhempien kokemusten tutkimista huomattuamme, ettei aiheeseen liittyviä tutkimuksia juuri löytynyt. Lisäksi huomasimme perhekoulun olevan monille tuntematon konsepti. Tapasimme perhekoulun vanhempainryhmän vetäjää ja sovimme työn sisällöstä syksyllä 2014. Aiheeksi valikoitui kertoittaa, millaisia kokemuksia vanhemmilla on perhekoulusta vanhemmuuden tukijana.

Työn aihe on mielestämme merkittävä ja ajankohtainen. Vanhemmuuden tukeminen on läsnä monella sosionomin työalueella ja perhekoulun kaltainen lapsen sekä vanhemman huomioiva matalan kynnyksen interventio on hyvä tapa tukea vanhemmuutta. Vanhemmat ja lapset ovat omissa ryhmissään ohjaajien johdolla, mikä mahdollistaa sen, että vanhemmilla on aikaa keskustella vapaasti samalla kun lapsetkin saavat ohjausta. Vanhemmuutta kehittävät ja tukevat ohjelmat ovat mielestämme myös yhteiskunnallisesti merkittäviä, sillä etenkin matalan kynnyksen varhaista apua tarjoamalla saavutetaan pitkäaikaisia hyötyjä. Puuttumalla ajoissa ja jopa ennaltaehkäisevästi orastaviin ongelmiin ennen niiden kasautumista, voidaan saavuttaa se, ettei perhe tulevaisuudessa syrjäydy ja kuormita erilaisia palveluita.

Työvaiheista kiintoisimpana ja mielekkäimpänä pidimme haastattelutilanteita. Tutkimukseen osallistuvien vanhempien kohtaaminen konkretisoi aiheen tärkeyden. Suoritimme haastattelut perheiden kodeissa, jotta osallistuminen olisi vanhemmille mahdollisimman helppoa ja vaivatonta. Haastattelutilanteissa koimme, että haastateltavat vastasivat kysymyksiin avoimesti ja vilpittömästi, luottaen siihen, että heidän antamiaan tietoja käsitellään tutkimusta tehdessä luottamuksellisesti ja anonyymisti. Yksi oppimistavoitteistamme liittyikin vanhempien hyvän kohtaamisen mahdollistamiseen.

Haastavinta prosessissa oli opinnäytetyösuunnitelman laatiminen, jonka pääsimme aloittamaan aiheen valinnan viivästyessä toivotusta aikataulusta myöhässä. Teoreettisen viitekehyksen rakentamiseen tulee varata paljon aikaa, jotta sen saa koottua yhtenäiseksi. Koimme haastavaksi myös aiheeseen liittyvien tutkimusten sekä perhekoulua koskevan

aineiston vähäisyyden. Opimme, että kun tutkijoina on keskenään erilaisia ihmisiä, vahvuudeksi nousee eri elämäntilanteista kumpuavat näkökulmat käsiteltäviin asioihin. Useamman tekijän kesken aikataulujen yhteensovittaminen tosin on hankalaa ja vaatii huolellista suunnittelua ja käytettävissä olevan ajan maksimaalista hyödyntämistä.

Prosessin edetessä pohdimme ja huomioimme sosionomille määriteltäviä kompetensseja, kuten eettistä osaamista, palvelujärjestelmien osaamista, kriittistä ja osallistavaa yhteiskuntaosaamista sekä tutkimuksellista kehittämisosaamista. Oppimistavoitteitamme rakensimme näiden kompetenssien pohjalta. Opinnäytetyön tekeminen itsessään kehittää tutkimuksellista kehittämisosaamista ja opettaa, mitä erilaisia asioita eettisyyteen liittyen tulee huomioida ja kuinka tärkeää se tutkimuksen onnistumiselle on. Lisäksi tutustuminen aiheeseen ja yhteistyö perhekoulun kanssa on lisännyt palvelujärjestelmien hahmottamista, saadessamme tietoa ohjelmasta sekä sen toimintatavoista. Vaikka perhekoulun tapaamisiin ei ollut mahdollisuutta osallistua, saimme niistä tarvittavaa tietoa vanhemmilta. Kaiken kaikkiaan prosessi on ollut jatkuvaa ja kokonaisvaltaista uuden oppimista. Tekeminen on opettanut, mitä tutkimustyöhön kuuluu ja mitä sitä tehdessä tulee huomioida. Pohdinta on jäsentänyt ajatuksia opinnäytetyöprosessista ja omasta oppimisesta. Olemme miettineet millaisia valmiuksia meillä koulutuksemme myötä on työelämään ja kuinka voimme kehittyä siellä ammattilaisena, kehittäen myös itse alaa.

Opinnäytetyön edistyessä ja palautetta saadessa olemme huomanneet reflektiivisen ja tutkivan työtöteen hahmottuneen ja kehittyneen. Palautteen myötä opimme poimimaan työhön tiedot, jotka ovat olennaisia. Suora palaute ohjaavilta opettajilta toimii motivaattorina reflektiolle. Olemme perehtyneet erilaisiin teorioihin sekä aiempiin tutkimuksiin, joiden kautta olemme saaneet mahdollisuuden kehittää itseämme tutkijana sekä reflektoida olemassa olevaa tietoa. Olemme pohtineet, myös yhdessä perhekoulun ohjaajien kanssa, mahdollisia jatkotutkimusmahdollisuuksia perhekouluihin liittyen. Jatkotutkimusten aiheet voisivat liittyä haastavasti käyttäytyvien lasten perheiden tukiverkostojen kartoittamiseen, työntekijöiden ammatillisuuden tukemiseen, isien kokemuksiin sekä perhekoulun yhteistyökumppaneihin ja perhekoulusta tiedottamisen lisäämiseen. Lisäksi syksyn ja kevään ryhmistä olisi mahdollista tehdä pidemmän ajan tutkimusta, jolloin aineistoa kertyisi enemmän ja jolloin ryhmien kokemukset olisivat verrattavissa. Lisäksi yksi tutkimuskohde voisi olla lasten ryhmän vaikutukset ja se, miten lasten keskittymisen ja leikki ovat kehittyneet.

LÄHTEET

Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) 2010. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1 - Metodien valinta ja aineistonkeruu: Virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Juva: WS Bookwell Oy.

Arhovaara, S. 1999. Näkökulmia kotona tehtävään perhetyöhön ja perheterapiaan. Teoksessa Aaltonen, J. & Rinne, R. 1999. Perhe terapiassa – Vuoropuhelua vuosituhannen vaihtuessa. Gummerus kirjapaino Oy. Jyväskylä 1999, 158- 167.

Eskola, J. & Suoranta, J. 1996. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Lapin yliopistopaino. Rovaniemi 1996.

Euramaa, K. (toim.) 2001 Ryhmätoiminta Lapsiperhe-projektin perhetyössä. Kokemuksia ja näkemyksiä vertaisryhmistä. Helsinki. Mannerheimin Lastensuojeluliitto.

Hiitola, H. 2011. Perheiden kokemuksia Järvenpään perhekoulusta. Opinnäytetyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu Diak Etelä, Helsinki.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2009. Tutkimushaastattelu - Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki. Gaudeamus.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. Otavan Kirjapaino Oy. Keuruu 2007.

Ihalainen, J. & Kettunen, T. 2006. Turvaverkko vai trampoliini - Sosiaaliturvan mahdollisuudet. Helsinki: WSOY.

Järvinen, R., Lankinen, A., Taajamo, T., Veistilä, M. & Virolainen, A. 2007. Perheen parhaaksi - Perhetyön arkea. Helsinki: Edita Prima.

Järvinen, R., Lankinen, A., Taajamo, T., Veistilä, M. & Virolainen, A. 2012. Perheen parhaaksi - Perhetyön arkea. Helsinki: Edita Prima.

Kalliomaa, M. & Viinikka, A. (toim.) 2006. Vertaistuesta voimaa vanhemmuuteen – Vertaistuen vaikuttavuus ja mahdollisuudet vanhemmuuden tukena. Helsinki: Mannerheimin Lastensuojeluliitto.

Katajisto, O. & Tuominen, E. 2006. ”Kyllä sitä välillä ollaan niin nokat vastakkain” – Tutkimus koskien ylivilkkaiden leikki-ikäisten ja muiden samanikäisten lasten vanhemmuutta sekä perhekoulu-intervention vaikuttavuutta. Pro gradu – tutkielma. Jyväskylän yliopisto, psykologian laitos. Kevät 2006.

Kinnunen, T. 2006. Vertaistuki erityislapsen vanhempien voimavarana. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja B raportteja 33. Jyväskylän yliopisto, Kasvatustieteen laitos. Pro gradu-tutkielma.

Kiviniemi, K. 2001. Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) 2001. Ikkunoita tutkimusmetodeihin II – Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. PS-kustannus. Gummerus kirjapaino Oy, Jyväskylä 2001, 68–84.

Koskenmäki, S. 2009. Vanhempien kokemusten arviointia ADHD-liiton perhekoulusta Tuusulassa – Haastavasti käyttäytyvien lasten vanhempien vertaistukiryhmä. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Järvenpää 2009.

Laakso, M., Lajunen, K., Aro, T., Eklund, K. & Poikkeus, A. 2011. Ylivilkkaiden lasten vanhempien kokemuksia Perhekoulu-interventiosta. Kasvatus 42 (2), 118–130.

Lajunen, K. ja Ikonen, T. 2008. Neuvonanto ja sen mutkikkuus auttamiskeskusteluissa – Osa 1: Neuvon antamisen arkaluonteisuus. Perheterapia -lehti 4/08. Mikkeli: AO-Paino, 26–39.

Leemann, L. & Hämäläinen, R. 2015. Matalan kynnyksen palvelut. Sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke (Sokra). Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. https://www.thl.fi/documents/10531/1787240/Tietopaketti_Matalan_Kynnyksen_Palvelut.pdf/8bc8490c-c2e2-4ad5-ada8-0ce8df65435e, viitattu 21.11.2015.

Murray, M., Handyside, L., Straka, L. & Arton-Titus, T. 2013. Parents Empowerment: Connecting With Preservice Special Education Teachers. *School Community Journal* 2013, Vol. 23, No.1.

Poikkeus, A., Laakso, M., Aro, T., Eklund, K., Katajamäki, J. & Lajunen, K. 2002. Vanhemmat kouluun – Tukitoimintaa vilkkaiden lasten perheille. Teoksessa Rönkä, A. & Kinnunen, U. (toim.) 2002. Perhe ja vanhemmuus – Suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen. 159–183.

Saaranen-Kauppinen, A., & Puusniekka, A. 2009. Menetelmäopetuksen tietovaranto KvaliMOTV. Kvalitatiivisten menetelmien verkko-oppikirja. Yhteiskuntatieteellisen tietoarkiston julkaisuja 2009. Toinen vedos. Tampere 2009–2012. http://www.fsd.uta.fi/fi/julkaisut/motv_pdf/KvaliMOTV.pdf, Viitattu 19.12.2014.

Salmi, E. 2008. The family school: The impact of a group training programme on over-active hard-to-manage preschool children and their parents. <https://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/38679/SalmiEeva.pdf?sequence=2>

Sandberg, S., Santanen, S., Jansson, A., Lauhaluoma, H. & Rinne, O. (toim.) 2004. Perhekoulun käsikirja - Käytännön opas vanhemmille. Helsinki: Tyylipaino Oy.

Schmitt, F. (2003) Riittävän hyvä vanhemmuus. Teoksessa Sinkkonen, J. (toim.) Pesästä lentoon - Kirja lapsen kehityksestä kasvattajalle. Helsinki: WSOY, 298 – 326.

Sierla, J. 1999. Salvador Minuchin ja strukturaalinen perheterapia. Teoksessa Aaltonen, J. & Rinne, R. 1999. Perhe terapiassa – Vuoropuhelua vuosituhannen vaihtuessa. Gummerus kirjapaino Oy. Jyväskylä 1999, 246- 256.

Simonaho, R. 2015. Vanhemmuuden tukeminen perheneuvolassa: Näkökulmia kiintymyssuhdekeskeisestä ja mentalisaatioteoriaan pohjaavasta perheterapiasta. Perheterapia: SMS:n perheterapiakeskuksen julkaisu 31/15, 18–31.

Sosiaalihuoltolaki 1301/2014 33§. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141301>, viitattu 21.11.2015.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2015. Lapsi- ja perhepalvelujen muutosohjelma. <http://stm.fi/hankkeet/lapsi-ja-perhepalvelut>, viitattu 21.11.2015.

Tamminen, T. 2004. Olipa kerran lapsuus. Juva WSOY.

Tasola, S. & Lajunen, K. 1997. Vanhempana vahvemmaksi - Ylivilkkaiden ja keskitty-mättömien lasten vanhemmille tarkoitettu valmennusohjelma. Käsikirja. Jyväskylä.

Tuomi, J. ja Sarajärvi, A. 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Kustannus-osakeyhtiö Tammi, Gummerus Kirjapaino Oy, Jyväskylä 2002.

Tuomi, J. ja Sarajärvi, A. 2012. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Kustannus-osakeyhtiö Tammi, Hansaprint Oy, Vantaa 2012.

Rouhiainen-Valo, T., Rantanen, T., Hovi-Pulsa, R. & Tietäväinen S. 2010. Kompetenssit sosionomien (AMK ja ylempi AMK) ydinosaamisen avaajina. Teoksessa Viinamäki, L. (toim.) 2010. Sosionomin ammatti ja työ 2010–2025 – Havaintoja ja päätelmiä sosionomien (AMK ja ylempi AMK) profiilista Suomen hyvinvointiasiantuntijajärjestelmässä. Kemi-Tornion ammattikorkeakoulun julkaisuja. Sarja A: Raportteja ja tutkimuksia 3/2010, 9-27.

Vilén, M., Seppänen, P., Tapio, N. & Toivanen, R. (toim.) 2010. Kohtaamisia lapsiperheissä – Menetelmiä perhetyöhön. Helsinki: Painopaikka Oy Nord Print Ab, Helsinki 2010.

Vilka, H. 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Tammi.

Vuorinen, M. 2002. Meidän ryhmä - Hyvä juttu: Kokemuksia ja tuloksia oma-aputoiminnasta. Mielenterveyden Keskusliitto. Vantaa: Printway Oy.

LIITTEET

LIITE 1

Viikkoteemojen sisältö

Ensimmäinen tapaaminen käsittelee ylivilkkautta. Tällöin käydään läpi sitä, mistä ylivilkkaus johtuu, voidaanko sitä hoitaa, miten tulevaisuus ylivilkkaan lapsen kanssa sujuu sekä miten vanhempien ja lapsen välinen suhde toimii. Vanhemmille annetaan kotiin tehtävä, jonka tarkoitus on auttaa vanhemmat ja lapsi tekemään yhdessä jotain, mistä molemmat nauttivat ja saamaan siten aikaan positiivisia kokemuksia. Yhdessä tekemiselle on varattu päivittäin aikaa 20–30 minuuttia ja vanhempien tulee pitää kirjaa siitä, mitä he ovat tehneet. (Sandberg ym. 2004, 8, 21.)

Toisen tapaamiskerran teema on lapsen käyttäytymisen ymmärtäminen. Tällöin käsitellään itsetuntoa ja leikin merkitystä sekä paneudutaan siihen, mitä tarkoittaa ylivilkas käyttäytyminen ja kuinka hallita tilanteita. Tällöin kotitehtäväksi tulee 10–30 minuutin leikkihetken pitäminen päivittäin. (Sandberg ym. 2004, 22, 34.)

Tätä seuraava tapaamiskerta käsittelee vuorovaikutusta lapsen kanssa. Vanhemmille kerrotaan vuorovaikutuksen perustaidoista ja lapsen käskemisestä. Kotiin annetaan selkeiden, suorien ja tarkasti suunnattujen käskyjen antamisharjoitus. (Sandberg ym. 2004, 35, 48.)

Neljännellä tapaamisella keskitytään lapsen myönteisen käyttäytymisen vahvistamiseen. Käsiteltävänä ovat kehujen antaminen, lapsen itseluottamuksen rakentaminen, ylivilkkaan lapsen sisarussuhteet, muiden kanssa toimeen tuleminen, oman itseluottamuksen kehittäminen, itsekontrolli sekä itsestä huolenpito. Kotitehtävänä vanhemman tulee kiinnittää huomio nimenomaisesti lapsen myönteiseen käyttäytymiseen ja muistaa kehua häntä. Vanhempien tulee tehdä jälleen muistiinpanot vähintään kolmesta eri tilanteesta, jossa on huomannut myönteisen käyttäytymisen ja antanut hyvää palautetta. (Sandberg ym. 2004, 49, 66.)

Seuraavassa tapaamisessa käsitellään palkintojen käyttöä. Aiheina ovat muun muassa yllätyspalkinnot, etukäteen suunnitellut palkinnot sekä tarrakorttien käyttö. Viikon tehtävä on vanhempien ja lapsen yhdessä suunnittelemat tarrakortit ja tarrojen kerääminen arjen yhdessä toimimisesta. (Sandberg ym. 2004, 67, 74.)

Kuudennella kerralla lähdetään asettamaan lapselle rajoja. Vanhemmat saavat tietoa siitä, kuinka tehdään valintoja ja mitkä ovat valintojen seuraukset. Kotitehtävänä vanhempi harjoittelee lapsen kanssa valintojen tekemistä, joista vähintään kolme kertaa kirjoitetaan muistiin. (Sandberg ym. 2004, 75, 82.)

Seitsemännellä kerralla teemana on jäähyn käyttö. Ohjaajat kertovat jäähyn käytöstä ja siitä, miten vanhemman tulee toimia jos lapsi ei tottele ja kiukuttelee. Kotitehtäväksi vanhempi saa pohtia sitä, missä tilanteissa hän voi käyttää jäähyä ja kuinka vanhempi aikoo toimia tilanteissa. Vanhemman tulee myös oppia selittämään lapselle se, mistä on kyse silloin kun lapsi saa jäähyn. Vanhemman tulee merkitä lomakkeeseen jäähytilanteet ja se, miten lapsi on tilanteeseen suhtautunut. (Sandberg ym. 2004, 83, 90.)

Toiseksi viimeisellä tapaamiskerralla teemana ovat kodin ulkopuoliset tilanteet. Tapaamisella käsitellään seuraavia kysymyksiä. Mitkä ovat ne paikat, joissa lapsi käyttäytyy sopimattomasti? Mistä johtuu, että lapsi käyttäytyy huonosti? Miten suhtautua käyttäytymiseen, joka on häiritsevää sekä miten säilyttää rauhallisuus tilanteessa? Kotitehtävänä vanhemman tulee ajatella tilannetta, joka on joskus ollut vaikea. Tämän perusteella hän tekee suunnitelman, jossa hän hallitsee tilannetta oppaassa kuvatuilla tavoilla. (Sandberg ym. 2004, 91, 98.)

Viimeinen kerta käsittelee tulevaisuutta, tällöin suunnataan katse tulevien käyttäytymisongelmien hallintaan, tarkkaavaisuuteen, keskittymiseen, impulsiiviseen käyttäytymiseen sekä ihmissuhteisiin ja ongelmanratkaisuun. Viimeisellä kerralla kerrataan kaikkia käsiteltyjä asioita sekä annetaan vanhemmille ohje jatkaa toiminta- ja leikkihetkiä lapsen kanssa. Vanhempi pohtii itse, mihin teemaan hän haluaa lisää harjoitusta ja tekee sen perusteella itselleen oman tehtävän. (Sandberg ym. 2004, 99, 108.)

Haastattelujen teemat*TAULUKKO 2. Haastattelujen teemat ja kysymykset*

Vanhemmuuden tukeminen perhekoulussa	Teema	Alateemat
	Vertaistuki	Vertaistuen merkitys Ryhmän tarjoama tuki Merkitys perheen sisäiselle vuorovaikutukselle
	Ammatillinen ohjaus	Ohjaajien ja Perhekoulun käsikirjan tarjoama kokemus- ja teorian tieto Rajojen asettaminen Kotitehtävät Merkitys perheen sisäiselle vuorovaikutukselle

Kirjallinen tiedote sekä suostumus tutkimukseen osallistumiselle

HYVÄ VASTAANOTTAJA

Opiskelemme Oulun ammattikorkeakoulussa sosiaali- ja terveysalan yksikössä Sosionomin tutkintoon johtavassa koulutuksessa. Teemme opinnäytetyöhömmä liittyen haastatteluja Oulun perhekoulussa syksyllä 2014 olleille vanhemmille.

Tutkimuksen tavoite on kartoittaa vanhempien kokemuksia perhekoulusta vanhemmuuden tukijana sekä sitä, millaiseksi he ovat ryhmän vertaistuen ja ammatillisen ohjauksen kokeneet sekä millä tavalla näiden myötä vuorovaikutustilanteet perheen arjessa ovat vanhempien kokemana kehittyneet.

Opinnäytetyö toteutetaan haastattelututkimuksena, johon kutsumme teidät vanhemmat osallistumaan. Osallistuminen merkitsee, että sovimme paikan ja ajan, jolloin tulemme haastattelevaan teitä nauhoittaen luvallanne haastattelun. Osallistuminen haastatteluun on täysin vapaaehtoista ja luottamuksellista.

Olemme saaneet tutkimuksen tekemiseen asianmukaisen luvan. Vastaukset, joita tulette antamaan haastattelun aikana, käsitellään nimettöminä ja ehdottaman luottamuksellisesti. Kenenkään vastaajan tiedot eivät paljastu tutkimuksemme analyysivaiheessa.

Opinnäytetyömme ohjaajina toimivat Seija Kokko ja Päivi Onkalo Oulun ammattikorkeakoulusta. Opinnäytetyömme tullaan mahdollisesti julkaisemaan Internetissä osoitteessa www.theseus.fi tai Oamkin Intrassa.

Yhteistyöterveisin,

Marja Huovinen, Henna-Riikka Lämsä ja Elina Ontero

Suostumus:

Olen perehtynyt opinnäytetyön tavoitteisiin sekä oikeuksiini haastateltavana. Suostun vapaaehtoisesti osallistumaan haastatteluun. Antamani tietoja saa käyttää tutkimuksen niin, ettei niistä voi tunnistaa henkilöllisyyttäni. Annan suostumukseni tutkimuksen tekemiseen sekä haastattelun nauhoittamiseen.

Haastateltavan allekirjoitus