

**Vanhempien ohjaaminen toiminta-
terapiassa, kun lapsella on tunteiden
säätelyn ja ilmaisun haasteita**
Kyselytutkimus

Tuulikki Kumpula K1409
Fanny Kuusjärvi K8146

Opinnäytetyö
Huhtikuu 2019
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala
Toimintaterapeutin (AMK) tutkinto-ohjelma

Tekijät Kumpula, Tuulikki Kuusjärvi, Fanny	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Päivämäärä huhtikuu 2019
	Sivumäärä 38	Julkaisun kieli Suomi
		Verkojulkaisulupa myönnetty: x
Työn nimi Vanhempien ohjaus toimintaterapiassa, kun lapsella on tunteiden säätelyn ja ilmaisun haasteita Kyselytutkimus		
Tutkinto-ohjelma Toimintaterapeutin tutkinto-ohjelma		
Työn ohjaajat Kuukkanen, Tiina Ritsilä, Jaana		
Toimeksiantaja(t) -		
<p>Tiivistelmä</p> <p>Tunnetaidot ja niiden oppiminen on merkittävä osa lapsen kehitystä. Lapsi oppii tunnetaitoja turvallisessa kiintymyssuhteessa, joten vanhimmalla on tärkeä rooli lapsen tunne-elämän kehittymisessä. Tunnetaidot on käsitteenä laaja ja moninainen, joten opinnäytetyössä keskityttiin tunteiden säätelyyn ja ilmaisuun.</p> <p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli kyselyn avulla selvittää, miten toimintaterapeutti voi ohjata vanhempia, kun lapsella on tunteiden säätelyn ja ilmaisun haasteita. Lisäksi kyselyssä kartoitettiin toimintaterapeuttien kokemuksia vanhempien ohjaamisesta sekä ohjauksen vaikutuksia lapsen tunnetaitoihin. Tavoitteena oli saada toimintaterapeuttien käyttöön konkreettisia keinoja lapsiasiakkaan vanhempien kanssa työskentelyyn.</p> <p>Sähköiseen Webropol -kyselyyn vastasi 19 toimintaterapeuttia ympäri Suomea. Kyselyn avoimet kysymykset analysoitiin teoriaohjaavan sisällönanalyysin keinoin. Analysoinnin tukena käytettiin kanadalaisen toiminnallisuuden ja sitoutumisen mallia (CMOP-E).</p> <p>Tuloksissa nousi esiin useita konkreettisia keinoja, joita toimintaterapeutit voivat hyödyntää vanhempien ohjaamiseen. Keinoja olivat muun muassa kuvallisen materiaalin antaminen, mallintaminen sekä Zones of regulation -ohjelma. Valtaosa vastaajista kertoi vanhempien ohjaamisen kuuluvan aina heidän työskentelyynsä, mutta kokemukset siitä vaihtelivat. Vastaajat olivat havainneet samankaltaisia muutoksia lapsessa vanhempien ohjaamisen myötä. Vastauksista nousi yleisimpinä muutoksina tunteiden sanallistamisen ja säätelyn helpottuminen. Toimintaterapeutit voivat lisätä tutkimuksen avulla tietämystään, miksi vanhempien ohjaus on tärkeää lapsen tunnetaitojen kehittymisessä.</p>		
Avainsanat (asiasanat) toimintaterapia, tunteet, tunnetaidot, tunteiden säätely, tunteiden ilmaisu, kiintymyssuhde, perhekeskeisyys, ohjaus, kanadalainen malli		
Muut tiedot (Salassa pidettävät liitteet)		

Authors Kumpula, Tuulikki Kuusjärvi, Fanny	Type of publication Bachelor's thesis	Date April 2019 Language of publication: Finnish
	Number of pages 38	Permission for web publication: x
Title of publication Instructing parents in occupational therapy when children have challenges with emotional regulation and expression of emotions A Survey		
Degree programme Occupational Therapy		
Supervisors Kuukkanen, Tiina Ritsilä, Jaana		
Assigned by -		
Abstract <p>Emotional skills and learning them is a significant part of a child's development. Children learn emotional skills in a safe attachment relationship, and this is why parents have an important role in developing their children's emotional life. Emotional skills are a wide and multidimensional concept, so the thesis focused on emotional regulation and expression of emotions.</p> <p>The purpose of the thesis was to conduct a survey on how occupational therapists could instruct parents when children have challenges in emotional regulation and expression of emotions. In addition, the survey focused on occupational therapists' experiences of parental instruction and on how the instruction had changed the children's emotional skills. The aim was to give occupational therapists concrete methods to work with a child's parents.</p> <p>19 occupational therapists from all around Finland answered an electronic Webropol -questionnaire. The open questions of the questionnaire were analysed by using theory-based content analysis. Additionally, The Canadian Model of Occupational Performance and Engagement (CMOP-E) was used in the analysis.</p> <p>The results highlighted a number of methods that occupational therapists could exploit to instruct parents. The methods were, for example, giving visual material, modelling and the Zones of regulation-program. Most of the respondents told that instructing parents was always included in their work, but that their experiences varied. The respondents had noticed similar changes in a child's emotional skills after instructing the parents. According to the answers, the most common changes included developing an emotional vocabulary and enhanced emotional regulation. The thesis can help occupational therapists to increase their knowledge of why parental instruction is important in developing a child's emotional skills.</p>		
Keywords/tags (subjects) Occupational therapy, emotions, emotional skills, emotional regulation, expression of emotions, attachment relationship, family centered care, instruction, CMOP-E		
Miscellaneous (Confidential information)		

Sisältö

1	JOHDANTO	3
2	LAPSEN TUNNETAIDOT	4
	2.1 Tunteet.....	4
	2.2 Tunnetaidot	6
3	VANHEMPIEN MERKITYS LAPSEN TUNNETAITOJEN VAHVISTAMISESSA	8
	3.1 Kiintymyssuhde.....	8
	3.2 Perhekeskeisyys	9
4	KANADALAINEN TOIMINNALLISUUDEN JA SITOUTUMISEN MALLI (CMOP-E) .	10
5	TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	13
6	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN.....	13
	6.1 Kysely	14
	6.2 Aineiston analysointi	15
7	TUTKIMUSTULOKSET	16
	7.1 Vastaajien taustatiedot.....	16
	7.2 Keinot vanhempien ohjaamiseen	17
	7.2.1 Valmentaa	18
	7.2.2 Konsultoi ja neuvottelee	19
	7.2.3 Opettaa.....	19
	7.2.4 Sitouttaa	20
	7.3 Kokemukset vanhempien ohjaamisesta.....	22
	7.4 Muutokset ohjaamisen myötä.....	25
8	JOHTOPÄÄTÖKSET	25
9	POHDINTA.....	26
	9.1 Tutkimuksen toteutus.....	26
	9.2 Taustateorian ja opinnäytetyön tulosten vertailu.....	28
	9.3 Luotettavuus ja eettisyys	29

9.4 Jatkotutkimusehdotukset	30
Lähteet	32
Liitteet	36

Taulukot:

Taulukko 1. Esimerkki koodauksesta ja teemoittelusta	16
Taulukko 2. Vastaajien taustatiedot.....	17
Taulukko 3. Kyselyaineistossa esiin nousseet keinot jaoteltuna kanadalaisen mallin toimintaterapeutin taitojen mukaan	18

Liitteet:

Liite 1. Sähköpostin saatekirje.....	36
Liite 2. Facebook -ryhmän saatekirje	37
Liite 3. Kysely	38

1 JOHDANTO

Nykypäivänä tunnetaidot ja niiden oppiminen ymmärretään merkittäväksi osaksi lapsen kehitystä (Livingston & Pöyhönen n.d.). Lapsi oppii tunnetaitoja turvallisessa kiintymyssuhteessa, jolloin vanhemmalla on ratkaiseva rooli lapsen aidon tunne-elämän kehittämisessä. Jos vanhempi sivuuttaa lapsen tunteet reagoimatta niihin, lapsi ei tule tietoiseksi tunteistaan. Tämä heikentää lapsen tunteiden kehittymistä. (Puolimatka 2011, 312-313.)

Aihe on ollut esillä myös mediassa. Terävä (2018) on haastatellut tunnetaitojen ohjaajaa ja kouluttajaa Anne-Mari Jääskistä Yle Uutisten artikkelissa. Jääskisen mukaan suomalaisten tunnetaidoissa on kehitettävää. Aikaisemmat sukupolvet ovat eläneet aikoja, jolloin perheissä tunteet on totuttu sivuuttamaan. Tänä päivänä tunnetaidot nähdään tärkeänä osana ihmisen kokonaisvaltaista hyvinvointia. Tunteiden ilmaisuun vaikuttavat monet asiat, kuten temperamentti ja vireystaso. Jääskinen kuitenkin korostaa lapsuudessa saadun mallin vaikutusta tunnetaitojen oppimiseen.

AOTA Frameworkin (2014, 3-4, 22) mukaan ihmisen hyvinvointiin ja osallisuuteen vaikuttaa toiminta, yksilötekijät, toimintataidot, tavat ja tottumukset sekä ympäristötekijät ja toimintaterapeutit työskentelevät näillä osa-alueilla. Tunteet sisältyvät mielenlentoimintoihin, jotka ovat yksilötekijöitä. Toimintaterapeutit ovat kiinnostuneita asiakkaan tunnetaidoista, sillä he ymmärtävät mielen, kehon ja henkisyyden yhteyden tärkeyden ihmisen päivittäisessä elämässä.

Kun toimintaterapeutti työskentelee lapsen kanssa, hänen vanhempansa tulee ottaa huomioon terapiaprosessissa. Vanhemmilla on suurin vastuu lapsen huolenpidosta ja heillä on paras käsitys lapsen toiminnallisuudesta. (Rodger & Kennedy-Behr 2017, 50-51.) Lapsen haasteet tunnetaidoissa voivat vaikuttaa koko perheen jaksamiseen ja vanhempien keinot lapsen tukemiseen saattavat olla rajalliset. Rodgerin ja Kennedy-Behrin (2017, 64) mukaan perhekeskeinen työskentely parantaa lapsen terapian tuloksia ja lisää koko perheen tyytyväisyyttä. Lisäksi se rakentaa perheen vahvuuksia ja auttaa käyttämään keinoja paremmin.

Tutkimuksen tarkoituksena on kyselyn avulla selvittää, miten toimintaterapeutti voi ohjata vanhempia, kun lapsella on tunteiden säätelyn ja ilmaisun haasteita. Lisäksi kyselyssä kartoitetaan toimintaterapeuttien kokemuksia vanhempien ohjaamisesta sekä ohjauksen vaikutuksista lapsen tunnetaitoihin. Tavoitteena on saada toimintaterapeuttien käyttöön konkreettisia keinoja lapsiasiakkaiden vanhempien kanssa työskentelyyn.

Opinnäytetyön alussa suoritettiin perusteellinen tutkimushaku koskien perhekeskeisyyttä lapsen tunnetaitojen vahvistamisessa. Haun perusteella tutkimuksia, joissa käsitellään sekä tunnetaitoja että perhekeskeisyyttä, ei löytynyt lainkaan. Sen vuoksi opinnäytetyön tekeminen kyseisestä aiheesta koettiin tärkeäksi. Näkökulmaksi haluttiin erityisesti vanhempien ohjaaminen, joten opinnäytetyössä tarkastellaan neljää perhekeskeisyyttä käsittelevää tutkimusta. Nämä toimivat taustatietona opinnäytetyön tarpeellisuudelle ja ajankohtaisuudelle.

2 LAPSEN TUNNETAIDOT

2.1 Tunteet

“Tunteet ovat jatkuvassa muutoksen tilassa. Ne ovat ohimeneviä, kuin aaltoja, joilla voimme oppia surffaamaan” (Myllyviita 2016, 10).

Tunteella tarkoitetaan sitä, että kehossa ja mielessä tuntuu joltakin. Ihmiset voivat tuntea samassa tilanteessa erilaisia tunteita, joten ne ovat yksilöllisiä.

(Mielenterveyden vahvistaminen n.d.) Tunteilla on iso merkitys ihmisen elämään; ne auttavat ihmistä hakeutumaan sellaisten asioiden äärelle, jotka ovat hyvinvoinnin kannalta erityisen tärkeitä. Tunteet ohjaavat huomaamaan ympäristössä tapahtuvat muuttujat, kuten vaarat, sekä muuttamaan toimintavalmiudet niin, että ihminen ymmärtää paeta, puolustautua, antaa periksi ja luopua tarpeen vaatiessa. (Kokkonen 2017, 12-13.)

Perustunteiksi voidaan luokitella ilo, suru, pelko, viha, inho ja hämmästys (Kerola, Kujanpää & Kallio 2013). Ihmiset jaottelevat tunteensa yleisesti myönteisiin ja kielteisiin tunteisiin. Kielteiset tunteet ovat usein sellaisia, joista halutaan päästä eroon. (Myllyviita 2016, 10,36.) Kokkosen (2017, 11-13) mukaan myönteiset tunteet auttavat ongelmanratkaisutilanteissa, sekä nopeuttavat joustavaa päätöksentekoa. Myönteisillä tunteilla on myös osansa keskittymiseen, muistamiseen, ja oppimiseen. Ihmisen on helpompi muistaa sellaisia asioita, joihin linkittyy jokin tunne. Päivittäin koetut myönteiset tunteet laajentavat pikkuhiljaa ihmisen ajattelu- ja toimintamahdollisuuksia, jotka pidemmän aikavälin saatossa muotoutuvat ihmisen voimavaraksi. Kielteisilläkin tunteilla on paikka ihmiselämässä. Kielteiset tunteet auttavat ihmistä kehittämään itseään, edistämään sosiaalisesti myönteistä käyttäytymistä sekä rajoittamaan sosiaalisesti kielteistä käyttäytymistä. Parhaimmassa tapauksessa erimerkiksi kateus laittaa yrittämään kovemmin ja asettamaan aiempaa korkeampia tavoitteita.

Nummenmaa (2010, 36) kuvaa teoksessaan tunneprosessin hierarkiaa seuraavasti: yksinkertaiset tunteet (lähestyminen ja välttäminen) ovat geneettisesti määräytyneitä, vanhoja tunneprosesseja, jotka ilmenevät aivan alkeellisimmillakin eliöillä. Yksinkertaisten tunteiden yhdistelminä on syntynyt monimutkaisempia tunteita (esim. kipu, huoli, viha, suru). Sen sijaan uusimmat ja monimutkaisimmat tunteet, kuten nolostuminen, häpeä, kateus ja ylpeys, ovat syntyneet kulttuurin muovaamana ja näin ollen ilmenevät vain ihmisillä. Lisäksi sosiaaliset vuorovaikutussuhteet ovat vaikuttaneet siihen, että ihminen voi kokea esimerkiksi häpeän, mustasukkaisuuden, kateuden ja nolostumisen tunteita (Myllyviita 2016, 36).

Ajatukset, tunteet ja toiminta ovat vuorovaikutuksissa toisiinsa. Tunteet tuntuvat kehossa ja ne ovat usein seuraus jostakin ajatuksesta. Tunne voidaan nimetä sen mukaan, miltä se tuntuu kehossa. Se ohjaa toimintaan tai siitä pois päin. Käyttäytymisellä pyritään vähentämään kielteisiä tunteita ja tekemään asioita, jotka lisäävät myönteisiä tunteita. (Mts. 45-48.)

2.2 Tunnetaidot

Tunnetaitojen lähtökohtana on taito havaita ja tiedostaa sekä omia että muiden tunteita (Tunnetaitojen perusteet n.d.). Tunnetaidot on laaja käsite, johon kuuluu muun muassa tunteiden tunnistaminen, nimeäminen, säätely ja ilmaisu. Kun ihmisen tunnetaidot ovat riittävän hyvät, hänelle ei tule pulmia tunteiden takia. Tunnetaidot vaikuttavat monella tavalla ihmisen hyvinvointiin. Tunteiden kanssa taitava ihminen selviää paremmin pienistä vastoinkäymisistä ja hän osaa kuunnella omia tarpeitaan. Koulumaailmassa lapsi tarvitsee tunnetaitoja muun muassa itsensä rauhoittamiseen, jotta hän kykenee keskittymään tunnilla. Lisäksi ihminen tarvitsee tunnetaitoja, jotta hän pystyy luomaan pitkäkestoisia sosiaalisia suhteita. (Livingston & Pöyhönen n.d.) Tunnetaitojen avulla ihmiselle kehittyy sisäinen turvallisuudentunne, terveet rajat sekä arvostava suhtautuminen niin itseensä kuin muihin ihmisiin (Tunnetaidot ovat hyvinvointitaitoja n.d.).

Tunnetaidot ovat käsitteenä laaja ja moninainen. Livingstonin ja Pöyhösen (n.d.) mukaan tunteiden säätely on arjessa eniten esillä oleva tunnetaito. Tunteiden säätely ja ilmaiseminen ovat tunnetaidoissa toisiaan täydentäviä taitoja (Tunnetaitojen perusteet n.d.). Tämän vuoksi opinnäytetyössä keskityttiin tunnetaito -käsitteen sijaan tunteiden säätelyyn ja ilmaisuun.

Tunteiden säätely tarkoittaa kykyä vaikuttaa tunnetilojen kestävyYTEEN sekä voimakkuuteen (Kanninen & Sigfrids 2012, 82). Se on valmiutta käsitellä tunteita sopivissa paloissa, jotta ne eivät ole liian ylivoimaisia itselle tai tilanteeseen nähden (Tunnetaitojen perusteet n.d.). Tunteiden säätelyn peruspilarit muodostuvat jo lapsena. Oppiakseen säätelemään tunteita lapsi tarvitsee vanhemman opettamaan sen hänelle. Vanhemman ilmeet ja eleet heijastuvat lapseen; hymyllään vanhempi rohkaisee lasta jatkamaan toimintaa, kun taas rypistämällä suutaan ilmaisee, että toiminta tulee lopettaa. Sen vuoksi vanhemman omilla tunteiden säätelytaidoilla on suuri vaikutus siihen, miten lapsi oppii säätelemään omia tunteitaan. (Myllyviita 2016, 35-37.)

Tunteiden säätelyn pulmat voidaan jakaa tunteiden ali- ja ylisäätelystä johtuviin pulmiin. Kyseessä on tunteiden alisäätely, kun ihminen ei kykene säätelemään tunteita niin, että ei käyttäytyisi hallitsemattomasti tai kykenisi jatkamaan suunnittelemaansa toimintaa. Tunteiden alisäätely johtaa usein ylikuormitukseen, kuten masentuneisuuden tai ahdistuneisuuden sekä itseä tai muita ihmisiä loukkaavaan käyttäytymiseen, joista tyypillisimpiä ovat aggressiivisuus ja äkkipikaisuus. Tunteiden ylisäätely puolestaan tarkoittaa tunteiden välttelyä tai tukahduttamista, joka voi johtaa esimerkiksi vaikeuteen muodostaa ja ylläpitää ihmissuhteita. Tunteiden ylisäätelyyn linkittyvät myös erilaiset mielenterveyden häiriöt. (Kokkonen 2017, 26-27.)

Tunteiden ilmaisu tarkoittaa kykyä tuoda esiin ne tunteet, jotka tarvitsevat ilmaisua. Tunteiden ilmaisulla tuodaan julki myönteisiä tunteita ja kanavoidaan hankalia tunteita niin, etteivät ne ole vahingoittavia itselle eikä muille. (Tunnetaitojen perusteet n.d.) Tunteita voidaan ilmaista välittömästi eli fyysisesti. Tästä esimerkkinä ovat itkeminen, hymyileminen, nauraminen, huutaminen ja koskettaminen. Tunteiden ilmaisu tapahtuu myös sanoin; puhumisen avulla ihminen jakaa tunteita, mutta myös purkaa niitä. (Tunteen ilmaiseminen n.d.) Myönteisten tunteiden ilmaiseminen synnyttää hyväksyvän, turvallisen sekä tukevan ilmapiirin. Kun lapsella on turvallinen ympäristö, hän voi näyttää ja käydä läpi myös hankalia tunteita. (Tunnetaitojen perusteet n.d.)

Puolimatka (2011, 312-314) pohtii kirjassaan *“ovatko vanhemmat valmiita kohtaamaan lapsen kielteisiä tunneilmaisuja?”*. Vanhemmalla voi olla haasteita kohdata lapsen kielteisiä tunteita oman epäonnistumisentunteen ja neuvottomuutensa vuoksi. Kielteinen tunne, kuten pettymys, viestii vanhemmalle vahvaa epäonnistumisen tunnetta etenkin silloin, kun vanhemmalla on pintapuolinen kuva itsestään. Mikäli lapsen tunteisiin ei reagoida, se estää tunteiden kehittymisen.

Tunteiden ilmaiseminen vaikuttaa myönteisesti esimerkiksi sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Kun ihminen viestii toiselle ihmiselle, miltä hänestä tuntuu, toisen on helppompaa ymmärtää, miksi hän toimii niin kuin toimii. Tunneilmaisun tietoinen peittäminen häiritsee ihmisten välistä vuorovaikutusta. Toisaalta tunteiden kontrolloimaton ilmaisu voi johtaa konflikteihin muiden ihmisten kanssa, joten ihmisen on tärkeää osata säädellä ilmaisua tilanteesta riippuen. (Nummenmaa 2010, 104.)

3 VANHEMPIEN MERKITYS LAPSEN TUNNETAITOJEN VAHVISTAMISESSA

3.1 Kiintymyssuhde

“Jotta lapsi voisi oppia tunnistamaan omat tunteensa, hän tarvitsee läheisen kiintymyssuhteen sellaiseen ihmiseen, joka on kosketuksissa omiin tunteisiinsa ja joka rakastaa häntä ehdoitta” (Puolimatka 2011, 312).

Brittiläisen psykiatrin John Bowlbyn kehittämän kiintymyssuhdeteorian mukaan lapsen hyvän kehityksen lähtökohtana on melko vahva ja pitkäkestoinen kiintymyssuhde, jolla lapsi pitää yllä läheisyyttä hänestä huolehtivaan aikuiseen (Puolimatka 2011, 296). Kanninen ja Sigfrids (2012, 32-35) jakavat kiintymyssuhteen karkeasti kolmeen luokkaan; turvallinen, turvaton ja ristiriitainen kiintymyssuhde. Turvallisessa kiintymyssuhteessa vanhempi osaa vastaanottaa lapsen kaoottisia tunteita ja hätää. Vanhempi kykenee rauhoittamaan lasta, mikä opettaa lapselle, että negatiivisten tunteiden ilmaiseminen johtaa hoivan saamiseen. Turvallisesti kiintynyt lapsi osaa viestiä sekä myönteisiä että kielteisiä tunteitaan vanhemmilleen. Turvallinen kiintymyssuhde edistää lasta monella kehityksen alueella, kuten itseluottamuksessa, sosiaalisissa taidoissa, empatiassa ja omanarvontunteessa (Hughes 2011, 20).

Turvattomassa kiintymyssuhteessa lapsi oppii välttämään ei-toivottujen tunteiden ilmaisua, koska lapsi on saanut kokemuksen, että pahan olon tunteet, kuten suru ja ikävä, johtavat vanhemman vetäytymiseen tai rankaisevaan käytökseen. Lapsi voi näyttää ulospäin reippaalta ja pärjäävältä, mutta kokea sisäisesti turvattomuutta. Ristiriitaisessa kiintymyssuhteessa lapsi kasvaa epäjohdonmukaisen vanhemman kanssa, jolloin vanhempi sekä vastaa ja jättää huomiotta lapsen tunneilmaisun. Tämä voi johtaa siihen, että lapsi joutuu tarkkailemaan vanhemman mielentiloja löytääkseen sopivan hetken saada huomiota. Tällöin lapsi saattaa alkaa liioittelemaan tunteitaan ja hakemaan huomiota esimerkiksi häiritsevällä käytöksellä. (Kanninen & Sigfrids 2012, 33-34.)

Case-Smith (2013, 395-403) kuvaa tutkimuksessaan, että sosioemotionaaliset taidot alkavat kehittyä jo hyvin varhaisessa vaiheessa, kun lapsen ja vanhemman välille syntyy kiintymyssuhde. Tämän vuoksi vanhempien tukeminen lapsen tarpeiden tyydyttämiseksi on tärkeää. Tutkimuksen mukaan erilaiset interventiot, kuten kosketus-, vuorovaikutus- sekä ohjausperusteinen interventio, ovat olleet tehokkaita lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutussuhteen paranemisen kannalta.

3.2 Perhekeskeisyys

Perhekeskeisyys tarkoittaa yksilön ja hänen perheensä tai muun lähipiirinsä huomioimista kuntoutuksessa. Perhekeskeisyys korostuu eritoten lapsiasiakkaiden kohdalla, sillä he ovat riippuvaisia perheestään ja sen tarjoamasta tuesta ja turvasta. (Larivaara, Lindroos & Heikkilä 2009, 18-20.) Rodger ja Kennedy-Behr (2017, 50) korostavat myös perheen roolin keskeisyyttä lasten kanssa työskennellessä. Jotkin tutkimukset osoittavat, että perheissä, joissa on erityistä tukea tarvitseva lapsi, arki pyörii lapsen tarpeiden ympärillä ja perheen hyvinvointia tukevat yhteiset aktiviteetit jäävät helposti taka-alalle. Toimintaterapiaprosessissa on näin ollen hyvä lapsen tarpeiden lisäksi ottaa huomioon perheen rutiinit ja tavat.

Englannissa tehdyn tutkimuksen (Dumilus, Manning & Tomasello 2010, 164-165) mukaan perhekeskeinen lähestymistapa perustuu ajatukseen, jolla pyritään parantamaan vanhempien luottamusta omaan kykyihinsä. Lähestymistapa auttaa esimerkiksi toimintaterapeutteja vastaamaan entistä paremmin perheiden tarpeisiin ja toiveisiin. Tutkimus kokoaa perhekeskeisen lähestymistavan periaatteiksi paitsi yksilön perheen mukaan ottamisen, myös perheen oman päätöksenteon siitä, mikä heille on parhaaksi. Kun perhekeskeistä työskentelyä käytetään yksilön ja hänen perheensä kanssa työskennellessä, perheen on mahdollista vaikuttaa lapsen hoidon edistymiseen.

Fingerhut (2013, 37-43) kuvaa tutkimuksessaan Life Participation for Parents eli LPP-arviointimenetelmän käyttöä perhekeskeisen työskentelyn tukena. LPP on kysely vanhemmille, jolla mitataan vanhempien kykyä osallistua erilaisiin arjen toimintoihin

silloin, kun perheessä on erityistä tukea tarvitseva lapsi. Kysely on osoittautunut tehokkaaksi apuvälineeksi niin perheasioiden arviointiin kuin myöhempään keskusteluun vanhempien kanssa. Dumluksen ym. (2010, 163-170) tutkimuksessa kuvataan myös perhekeskeisestä työskentelystä. Tutkimuksessa kerrotaan Part C of the IDEA (individuals with disabilities education act) -ohjelmasta, joka sisältää tietoa ja suosituksia ammattilaisille perheiden kanssa työskentelyyn. Se ohjaa ammattilaisia työskentelemään niin, että perheen tarpeet tulee huomatuksi. Perhekeskeisessä työskentelyssä ammattilainen ohjaa perhettä päivittäisten toimintojen suoriutumisessa, opettaa tarkoituksenmukaisia ongelmien ja konfliktien ratkaisutaitoja sekä keskustelee henkilökohtaisista haluista, tarpeista ja toiveista.

Fingerhut, Piro, Sutton, Campbell, Lewis, Lawji ja Martinez (2013, 228-235) selvittävät tutkimuksessaan haastatteleamalla, toteuttavatko lasten kanssa työskentelevät toimintaterapeutit perhekeskeisiä periaatteita. Haastatteluista selvisi, että perhekeskeisyyden toteuttaminen eri toimintaympäristöissä (koulu, koti, vastaanotto) vaihteli. Kotiympäristössä työskenteleville perhekeskeisyys oli keskeisessä roolissa, kun taas kouluympäristössä perheen osallistuminen nähtiin haastavana.

4 KANADALAINEN TOIMINNALLISUUDEN JA SITOUTUMISEN MALLI (CMOP-E)

Kanadalainen toiminnallisuuden ja sitoutumisen malli (Canadian Model of Performance and Engagement, CMOP-E) perustuu aiemmin julkaistuun kanadalaiseen toiminnallisuuden malliin, jonka kanadalainen toimintaterapeuttiliitto julkaisi vuonna 1997 (Townsend & Polatajko 2007, 22). Mallin keskeisiä käsitteitä ovat **toiminnallisuus** (occupational performance) ja **toimintaan sitoutuminen** (occupational engagement). Mallin mukaan ihmisen, ympäristön ja toiminnan dynaamisen vuorovaikutuksen tuloksena syntyy toiminnallisuus. Ihminen on aina yhteydessä omaan ympäristöönsä ja toimii vuorovaikutuksessa sen kanssa. Mallissa toimintaan sitoutumista pidetään ihmisen perustarpeena, minkä vuoksi kaikilla tulee olla mahdollisuus toimintaan. (Hautala, Hämäläinen, Mäkelä & Rusi-Pyykönen 2016, 207-210.)

Ihminen on kokonaisuus, johon liittyy henkisyys, sosiaaliset ja kulttuuriset kokemukset sekä havaittavat toiminnalliset valmiudet. Henkisyys on ihmisen sisäinen ydin. Siihen kuuluu tahto, itseohjautuvuus ja motivaatio, joten se vaikuttaa ihmisen jokaisiin valintoihin ja tekemiseen. Henkisyys määrittää, mitä asioita ihminen pitää tärkeänä elämässään. Toimintaterapiassa toimintojen tulee olla merkityksellisiä asiakkaalle, joten hänen tavoitteensa ohjaavat terapian suunnittelua. Sosiaaliset ja kulttuuriset kokemukset vaikuttavat ihmisen kokemukseen itsestä sekä siihen, miten he ovat yhteydessä toisiin ihmisiin. Sosiaaliset suhteet ja niihin kuuluva kulttuuri vaikuttavat kokemukseen perheestä, etnisyydestä, uskonnosta ja koulutuksesta. Näitä asiakkaan kokemuksia voidaan ymmärtää häntä kuuntelemalla ja havainnoimalla sekä hänen kulttuuriinsa tutustumalla. (Hautala ym. 2016, 211-212.)

Kanadalaisen toiminnallisuuden ja sitoutumisen mallissa **toiminta** on jaettu itsestä huolehtimiseen, tuottavuuteen ja vapaa-aikaan (Townsend & Polatajko 2007, 29). Ihminen määrittää toimintansa aina tilanteen mukaan. Aiemmin mainitut kolme toiminnallista kokonaisuutta muotoutuvat monien ihmiseen itseän ja ympäristöön liittyvien tekijöiden summana. Käsite toiminnallisesta kokonaisuudesta käsittää myös toiminnallisen tasapainon, mikä tarkoittaa sitä, että tasapaino itsestä huolehtimisen, tuottavuuden ja vapaa-ajan välillä on tärkeä. (Hautala ym. 2016, 212-214.)

Ympäristö jaetaan mallissa kulttuuriseen, institutionaaliseen, fyysiseen ja sosiaaliseen ympäristöön (Mts. 214-215). Opinnäytetyön kannalta keskeisimmät ympäristöt ovat sosiaalinen ja kulttuurinen ympäristö. Sosiaalinen ympäristö on monikerroksinen. Kulttuurinen ja sosiaalinen ympäristö voivat nivoutua yhteen muun muassa lapsen ja vanhemman suhteessa. Vanhempi on sosiaalisessa vuorovaikutuksessa lapsen kanssa ja lisäksi lasten kasvatukseen liittyy tietynlaisia kulttuurisia odotuksia, jotka ohjaavat vanhemman toimintaa. (Mts. 214-215.)

Toimintaterapiassa yksi tärkeimmistä tehtävistä on toiminta ja sen mahdollistaminen. **Toiminnan mahdollistaminen** tarkoittaa asiakkaan aktiivista osallistumista toimintaterapiaprosessissa. Kanadalaisen toiminnallisuuden ja sitoutumisen malliin kuuluu asiakaslähtöinen toiminnan mahdollistamisen malli (The Canadian Model of Client-Centered Enablement, CMCE). Mallissa on 10 toimintaterapeutin toimintaan

mahdollistavaa taitoa. Taitoja ovat *mukauttaa* (adapt), *puhua puolesta* (advocate), *valmentaa* (coach), *tehdä yhteistyötä* (collaborate), *neuvotella sekä konsultoida* (consults), *koordinoida* (coordinate), *suunnitella* (design/build), *opettaa* (educate), *sitoutua* (engage) ja *erikoistua* (specialize). (Townsend & Polatajko 2007, 109-111.)

Opinnäytetyön kannalta keskeisiä toimintaterapeutin taitoja ovat "valmentaa", "konsultoi ja neuvottelee", "opettaa" sekä "sitouttaa", sillä työssä keskityttiin toimintaterapeutin ja vanhempien väliseen yhteistyöhön. Yhteistyöhön linkittyvät vahvasti valmentaminen ja opettaminen sekä vanhempien sitouttaminen lapsen toimintaterapia-prosessiin. Näillä taidoilla toimintaterapeutti pystyy ohjaamaan vanhempia ja antamaan erilaisia keinoja lapsen haasteiden helpottamiseksi myös kotiympäristössä.

Toimintaterapeutin tulee tarpeen tullen **valmentaa** asiakasta. Valmentaminen tarkoittaa tässä yhteydessä asiakkaan toimintaan sitouttamista, kuuntelemista sekä rohkaisemista. Valmentamisessa on tärkeää, että asiakas pystyy ottamaan vastuun tilanteestaan. **Konsultoidessaan ja neuvotellessaan** toimintaterapeutti työskentelee perheiden ja ammattilaisten kanssa ja kuuntelee eri osapuolten näkökulmia. Neuvottelutaito liittyy moniammatilliseen yhteistyöhön asiakkaan toiminnan mahdollistamiseksi. Toimintaterapeutti **opettaa** asiakasta muokkaamaan päivittäistä elämäänsä toiminnan kautta. Toimintoja harjoitellaan aluksi terapiassa, jonka jälkeen asiakas siirtää opitut toiminnot omaan arkeen. Toimintaterapeutti **sitouttaa** myös asiakkaan toimintaan kunnioittaen hänen mielipiteitään, näkemyksiään ja päätöksiään. Toimintaan sitoutuminen tapahtuu, kun asiakas voi osallistua toimintaan. (Hautala ym. 2016, 219-221.)

5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, miten toimintaterapeutti voi ohjata vanhempia, kun lapsella on tunteiden säätelyn ja ilmaisun haasteita. Tavoitteena on kyselyn avulla saada toimintaterapeuttien käyttöön konkreettisia keinoja lapsiasiakkaiden vanhempien kanssa työskentelyyn. Keinolla tarkoitetaan kaikkia interventiovaiheessa käytettäviä toimintoja, malleja tai lähestymistapoja, joita on käytetty lapsen vanhempien ohjaamiseen. Lisäksi kyselyssä kartoitetaan toimintaterapeuttien kokemuksia vanhempien ohjaamisesta sekä ohjauksen vaikutuksia lapsen tunteiden säätelyyn ja ilmaisuun. Opinnäytetyön tutkimuskysymykset ovat:

“Millä keinoin toimintaterapeutti ohjaa lapsen vanhempia tilanteessa, jossa lapsella on tunteiden säätelyn ja ilmaisun haasteita?”

“Millaisia kokemuksia toimintaterapeutilla on vanhempien ohjaamisesta, kun lapsella on tunteiden säätelyn ja ilmaisun haasteita?”

“Millaisia muutoksia toimintaterapeutti on havainnut lapsen tunteiden säätelyssä ja ilmaisussa, kun hän on ohjannut vanhempia?”

6 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Tutkimuksessa käytettiin kvalitatiivista eli laadullista tutkimusmenetelmää. Hirsjärven, Remeksen ja Sajavaaran (2013, 161,164) mukaan kvalitatiivisen tutkimuksen perustana on todellisen elämän kuvaaminen, jossa aineisto kerätään sellaisilla metodeilla, että tutkittavien oma näkökulma tulee esiin. Kohdejoukko valitaan tarkasti, ei satunnaisotoksella. Laadullisessa tutkimuksessa pyritään ymmärtämään tutkimuskohdetta. Saadusta aineistosta ei ole tarkoitus saada yleistystä, mutta yksittäistä asiaa tarkasti tutkimalla voidaan selvittää, mikä ilmiössä on merkittävää.

6.1 Kysely

Aineistokeruumenetelmänä käytettiin kyselyä. Hirsjärven ja muiden (2013, 195) mukaan kyselytutkimuksen etuna on se, että sillä voidaan saada laaja tutkimusaineisto, sillä kysely on helppo lähettää isolle ihmisjoukolle. Hyvin laadittu kysely on helppo analysoida tietokoneella. Kyselyn heikkoutena on puolestaan se, ettei tutkija voi olla varma, ovatko vastaajat vastanneet rehellisesti tai ymmärtäneet kysymykset oikein. Liiallinen kato voi myös muodostua ongelmaksi.

Kysely laadittiin sähköiseen Webropol -ohjelmaan. Webropol on kyselytutkimustyökalu, joka tarjoaa turvallisen ja luotettavan polun toteuttaa kysely (Webropol Oy n.d.). Kyselyssä käytettiin sekä avoimia että monivalintakysymyksiä.

Monivalintakysymyksillä selvitettiin vastaajien taustatiedot ja avoimilla kysymyksillä etsittiin vastauksia tutkimuskysymyksiin. Kysymykset muotoiltiin niin, ettei niihin voinut vastata vain sanoilla ”kyllä” tai ”ei”. Liitteenä 3 kysely.

Ennen kyselyn varsinaista toteuttamista se oli esitestattava. Esitestaus toteutettiin kahdella Jyväskylän alueella toimivalla toimintaterapeutilla 14.-18.2.2019. Esitestauksesta nousi muutama tärkeä huomio, joiden perusteella kyselyä muokattiin hieman. Esimerkiksi sana ”tukeminen” vaihdettiin sanaan ”ohjaaminen”, sillä se on kuvaa-vampi sana toimintaterapiassa.

Kyselyn vastaajat etsittiin internetistä 13.-15.2.2019 laittamalla googlen hakusanaksi esimerkiksi ”toimintaterapiaa lapsille Helsinki”. Vastaajat kerättiin julkiselta, yksityiseltä ja kolmannelta sektorilta ympäri Suomea. Vastaajiksi valittiin vain sellaisia toimintaterapeutteja, jotka nettisivuilta löytyneiden tietojen perusteella työskentelevät lasten kanssa. Tavoitteena oli löytää 50 toimintaterapeuttia, jotta vastauksia saataisiin kadosta huolimatta tarpeeksi. Kysely lähetettiin lopulta 55 toimintaterapeutille 19.2.2019 sähköpostin välityksellä. Lisäksi kyselyn julkinen linkki laitettiin 22.2.2019 Facebook-ryhmään ”toimintaterapiaa lapsille”. Kyselyn mukana oli saatekirje, jossa kerrottiin tutkimuksen tarkoituksesta ja tavoitteista sekä miten vastauksia käytetään. Liitteenä 1 ja 2 saatekirjeet.

6.2 Aineiston analysointi

Tulokset analysoitiin sisällönanalyysin keinoin. Tämän menetelmän tavoitteena on saada tutkittavasta ilmiöstä kuva tiivistetyssä ja yleisessä muodossa (Tuomi & Sarajärvi 2018, 117). Analysoinnissa käytettiin teoriaohjaavaa analyysiä, jossa teoria toimii apuna, mutta analyysi ei perustu suoraan siihen. Analyysissä voidaan edetä aineistolähtöisesti, mutta mukaan voidaan ottaa myös analyysiä ohjaava teoria. (Mts. 108-110.) Opinnäytetyössä käytettiin kanadalaisen toiminnallisuuden ja sitoutumisen mallia vanhempien ohjaamisen keinojen luokitteluun.

Analysoinnin apuna käytettiin teemoittelua, jossa aineisto pilkotaan ja ryhmitellään erilaisiin aihepiireihin. Aineistosta etsitään tiettyä teemaa kuvaavia erilaisia näkemyksiä ja vertaillaan eri teemojen esiintymistä vastauksissa (Mts. 105, 107.) Aineisto teemoiteltiin Word-tekstinkäsittelyohjelmassa. Aluksi aineisto käytiin kokonaisuudessaan läpi, jonka perusteella aineistosta muodostettiin teemoja. Tämän jälkeen vastaukset jaoteltiin näihin teemoihin. Esimerkiksi kokemukset vanhempien ohjaamisesta jaoteltiin hyviin, vaihteleviin, haastaviin ja muihin kokemuksiin.

Yhden tutkimuskysymyksen vastaukset teemoiteltiin kanadalaisen mallin asiakaslähtöisen mahdollistamisen mukaisesti, jossa toimintaterapeutin taitoja ovat muun muassa opettaminen ja sitouttaminen. Taidon ”valmentaa” alle sijoitettiin keskustelu, sillä valmentamiseen kuuluu asiakkaan kuuntelu, motivointi, kysymyksien esittäminen ja reflektointi. (Townsend & Polatajko 2007, 111, 114.) Taidon ”konsultoi ja neuvottelee” alle sijoitettiin moniammatillinen yhteistyö. Konsultoidessaan ja neuvotellessaan toimintaterapeutti työskentelee yhteistyössä eri ammattilaisten ja perheiden kanssa (Hautala ym. 2016, 220). Taidon ”opettaa” alle sijoitettiin muun muassa ohjaus ja psykoedukaatio. Opettaessaan toimintaterapeutti havainnollistaa keinoja ja helpottaa oppimista tekemisen kautta (Townsend & Polatajko 2007, 114). Opettämisen tavoitteena on toiminnan siirtyminen asiakkaan arkeen (Hautala ym. 2016, 221). Taidon ”sitouttaa” alle sijoitettiin esimerkiksi materiaalin antaminen ja kuvalliset keinot. Toimintaterapeutti sitouttaa vanhemmat tekemiseen sekä kehittää heidän valmiuttaan ja itseluottamusta (Townsend & Polatajko 2007, 114).

Koodaus on yksi tapa muodostaa teemoja. Koodeilla tarkoitetaan merkkejä, kuten alleviivausta, numeroita ja kirjaimia, jotka jäsentävät aineistoa. Koodaus helpottaa aineiston käsittelyä, sillä tietyt kohdat tekstistä löytää helposti merkintöjen avulla. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Kyselyn vastauksista löytyvät vanhempien ohjaamisen keinot koodattiin yliviivaamalla. Lisäksi yliviivausta käytettiin toistuvien teemojen löytämiseen (kts. Taulukko 1).

Taulukko 1. Esimerkki koodauksesta ja teemoittelusta

TEEMA Tunteiden sanoittaminen	
VASTAAJA	VASTAUS KYSYMYKSEEN: "Millaisia muutoksia toimintaterapeutti on havainnut lapsen tunteiden säätelyssä ja ilmaisussa, kun hän on ohjannut vanhempia?"
3	"Lapset oppivat tunnistamaan ja sanallistamaan tunteitaan paremmin, kun lähiäikuiset tekevät sitä myös."
8	"Lapsi alkanut sanoittaa paremmin omia tunteitaan , raivokohtaukset iltaisin ovat vähentyneet, lapsen ja vanhemman vuorovaikutus on helpompaa."
17	"Tilanteet, jotka ovat aiemmin johtaneet itkukohtauksiin, ovat vähentyneet, koska lapsi pystyy kertomaan/kommunikoimaan tilanteissa paremmin."

7 TUTKIMUSTULOKSET

7.1 Vastaajien taustatiedot

Kyselyyn vastasi 19 toimintaterapeuttia, joista kaikki olivat naisia. Maantieteellisesti vastauksia tuli eniten Etelä-Suomesta. Vastaajien ikäjakauma oli 24-48 vuotta ja työkokemus toimintaterapeutina 8kk-20 vuotta. Suurin osa heistä oli työskennellyt sekä alle kouluikäisten että alakouluikäisten kanssa, joilla on tunteiden säätelyn ja ilmaisun haasteita. Toimintaterapeuteista 14 oli työskennellyt lasten kanssa koko uran

ajan ja 11 oli käynyt jonkun lisäkoulutuksen tai muun alan tutkinnon toimintaterapiatutkinnon lisäksi.

Taulukko 2. Vastaajien taustatiedot

Vastaajien taustatiedot	Vastaajia suhteessa kokonaisvastaajamäärään (19)
Ikä (Ikäjakama 24-48 vuotta)	
Alle 30-vuotiaita	7/19
30-40-vuotiaita	6/19
Yli 40-vuotiaita	6/19
Työkokemus toimintaterapeutina	
Alle 5 vuotta	9/19
5-10 vuotta	6/19
Yli 10 vuotta	4/19
Työkokemus 3-12-vuotiaiden kanssa	
Alle 5 vuotta	11/19
5-10 vuotta	4/19
Yli 10 vuotta	4/19
Tämänhetkinen työpaikka	
Julkinen sektori	6/19
Yksityinen sektori	13/19
Työpaikan sijainti	
Etelä-Suomi	8/19
Lounais-Suomi	2/19
Keski-Suomi	3/19
Itä-Suomi	0/19
Länsi-Suomi	2/19
Pohjois-Suomi	2/19
Lappi	2/19

7.2 Keinot vanhempien ohjaamiseen

Opinnäytetyön yhtenä tutkimuskysymyksenä on “millä keinoin toimintaterapeutti ohjaa lapsen vanhempia tilanteessa, jossa lapsella on tunteiden säätelyn ja ilmaisun haasteita?”. Kysymyksen avulla selvitettiin konkreettisia keinoja, joita toimintaterapeutti voi hyödyntää työssään. Kyselystä nousseet keinot teemoiteltiin käyttäen apuna kanadalaisen toiminnallisuuden ja sitoutumisen mallia. Teemoiksi nostettiin mallista löytyvien toimintaterapeutin taidot “valmentaa”, “konsultoi ja neuvottelee”, “opettaa” ja “sitouttaa”. Lisäksi Zones of Regulation -ohjelmaa avataan enemmän,

sillä se nousi neljän toimintaterapeutin vastauksissa yhdeksi keinoksi vanhempien ohjaamiseen.

Taulukko 3. Kyselyaineistossa esiin nousseet keinot jaoteltuna kanadalaisen mallin toimintaterapeutin taitojen mukaan

Kanadalaisen mallin mukaiset taidot	Kyselyaineistossa esiin nousseet konkreettiset keinot
Valmentaa	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Keskustelu
Konsultoi ja neuvottelee	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Moniammatillinen yhteistyö
Opettaa	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ohjaus (rauhottumis-/rentoutumiskeinot, mentalisaatioharjoitukset) ▪ Tunteiden / tilanteiden sanoittaminen ▪ Mallintaminen ▪ Psykoedukaatio ▪ Zones of regulation -ohjelma ▪ Positiivisen palautteen merkitys ▪ Syy-seuraussuhteiden selvittäminen ▪ Vaihtoehtoiset kommunikaatiomenetelmät
Sitouttaa	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Vanhemmat seuraamaan/osallistumaan terapiaan ▪ Pienet arjen tavoitteet ja kotitehtävät ▪ Materiaalin antaminen (kirjat, oppaat, tietoiskulaput) ▪ Kuvalliset keinot (tunnekello, eläinhahmot, tunnekuvat, toiminnanohjauksen kuvat, liikennevalot, tunnemittarit, palkintotaulu)

7.2.1 Valmentaa

Noin puolet (52%) vastaajista kertoi käyttävänsä keskustelua yhtenä keinona vanhempien ohjaamiseen. Yksi vastaaja (V19) kertoi käyvänsä läpi todellisia tilanteita ja miettivänsä sekä tilanteiden ennakoimista että sopivia toimintatapoja vanhempien kanssa. Lisäksi vanhempien kanssa oli keskusteltu tunteista ja niiden säätelystä (V4) sekä kehollisuudesta (V11).

7.2.2 Konsultoi ja neuvottelee

Yksi vastaajista (V8) nosti esiin moniammatillisen yhteistyön.

“--yhteistyö (yht. keskustelu) esim. perheneuvolan psykologin ja vanhemman kanssa--” (Vastaaja 8)

7.2.3 Opettaa

Lähes puolet (47%) vastaajista kertoi käyttävänsä opettamista sen monessa muodossa yhtenä keinona vanhempien ohjaamiseen. Opettamiseen on käytetty keinojen mallintamista (V5), psykoedukaatiota (V6), kädestä pitäen neuvomista (V10) sekä erilaisten toimintamallien opettamista, kuten Zones of regulation -ohjelmaa (V3, 5, 11 ja 19) ja mentalisaatioharjoituksia (V12). Lisäksi toimintaterapeutit ovat opettaneet vanhemmille positiivisen palautteen tärkeyttä (V18), vaihtoehtoisia kommunikaatiomenetelmiä (V16), syy-seuraussuhteiden selvittämistä (V5, 16 ja 19) sekä tunteiden ja tilanteiden sanoittamista lapselle (V18).

“Pyrin ohjaamaan vanhempia kotikäynnille, jolloin vinkit on helpompi saada osaksi arkea. Myös esimerkiksi siirtymätilanteissa terapian alussa ja lopussa voi omalla mallillaan antaa vinkkejä lapsen tukemiseen. --” (vastaaja 7)

“Olen käyttänyt tällaisten lasten kanssa paljon zones of regulation ohjelmaa. Vanhempien ohjauskäynneillä olemme käyneet läpi tätä "ohjelmaa" ja olen opettanut heitä käyttämään sen keinoja arjessa.” (Vastaaja 3)

Kolme vastaajista kertoi käyttävänsä syy-seuraussuhteiden selvittämistä keinona vanhempien ohjaamiseen. Vanhempien kanssa oli käyty läpi, missä tilanteissa haasteita ilmenee sekä mitkä tekijät ne laukaisevat. Sen jälkeen oli voitu löytää vaihtoehtoisia toimintatapoja ja välineitä (V16). Vastaaja 16 korostaa myös tunnesäätelyn taustatekijöiden selvittämistä.

“Tilanteiden syy-seuraussuhteet ja niiden herättämien tunteiden, reaktioiden huomiointi oleellista” (Vastaaja 5)

Vastaajista 4 nosti esiin **Zones of Regulation** -ohjelman. Zones of Regulation on systemaattinen ja kognitiivinen lähestymistapa lapsen itsesäätelytaitojen opettamiseen. Ohjelman avulla lapselle opetetaan tunnistamaan tunteitaan ja vireystilaansa, kuinka hänen käyttäytymisensä vaikuttaa muihin ihmisiin sekä keinoja, joiden avulla hän voi ohjata tunteitaan. Zones of Regulation -ohjelman kautta lapsi tulee tietoisemmaksi tunteiden ja impulssien kontrolloimisesta ja hänen kykynsä selvittää konflikteja paranee. (What are the zones? n.d.)

Ohjelmassa on neljä värialueetta, joihin jaotellaan erilaiset tunteet ja vireystilat. Punaisella alueella kuvataan äärimmäisen kohonneita vireystiloja ja voimakkaita tunteita. Lapsi on riemuissaan tai kokee vihaa tai järkytystä. Keltaisella alueella lapsella on myös kohonnut vireystila ja melko voimakkaita tunteita, mutta ne ovat paremmin hallinnassa. Lapsi voi olla stressaantunut, turhautunut tai hermostunut. Vihreä alue kuvaa rauhallista vireystilaa. Lapsi on iloinen, keskittynyt ja valmiina oppimaan uutta. Sininen alue taas kuvaa alhaista vireystilaa ja alakuloisia tunteita, kuten surua ja väsymystä. (Mt.)

Värialueet ovat kuin liikennevalot. Kun lapsi on vihreällä alueella, hän voi jatkaa. Keltaisella alueella lapsen tulee olla varuillaan. Punainen alue tarkoittaa pysähtymistä. Sinistä aluetta voidaan verrata pysähdyspaikkoihin, jolloin lapsi levähtää ja lataa akkuja. Kaikkien näiden alueiden tunteiden kokeminen on luonnollista, mutta tämä lähestymistapa keskittyy opettamaan, kuinka voidaan tunnistaa ja ohjata tunteita ympäristön vaatimusten mukaan. (Mt.)

7.2.4 Sitouttaa

Reilu puolet (58%) vastaajista kertoi käyttävänsä sitouttamista yhtenä keinona vanhempien ohjaamiseen. Sitouttamisen keinoja olivat materiaalien antaminen, kotiteh-

tävien sopiminen sekä vanhempien mukaan ottaminen terapiakäynnille. Useissa vastauksissa nousi esiin erilaiset kuvalliset keinot havainnollistamaan tunteiden säätelyä, kuten tunnekello ja eläinhahmot (V5), tunnekuvat, liikennevalot, toiminnanohjauksen kuvat, palkintotaulut (V7), pikapiirtäminen ja tunnemittari (V18). Vastauksista nousi esiin myös kirjalliset materiaalit (V15), tietoiskulaput (V2) ja erilaiset oppaat, kuten kiukkukirja (V18). Yksi vastaajista oli sopinut vanhemman kanssa pieniä arjen tavoitteita (V5) ja toinen kertoi antaneensa kotitehtäviä:

“--Joskus olen antanut lapsen ja vanhemman yhteiseksi kotitehtäväksi tarkkailla ja kirjata ylös tilanteita, joissa lapsella on tullut jonkinlainen tunnereaktio. --” (Vastaaja 19)

Kyselyssä selvitettiin konkreettisten keinojen lisäksi, eroavatko vanhempien ohjaamisen keinot eri-ikäisten lapsiasiakkaiden kanssa työskennellessä. Vajaa puolet (47%) vastaajista koki, että vanhempien ohjaamisen keinot eroavat lapsen iän mukaan. Vastaajan 4 mukaan pienillä lapsilla korostuu kanssasäätely, kun taas isommilla lapsilla oman olon havainnointi, itseilmaisuuksien sekä arkeen sopivien rauhoittumisen keinojen hyödyntäminen. Vastaaja 11 nostaa esiin, ettei alle 5-vuotiaalta lapselta voi odottaa kykyä mentalisoida, ja vastaaja 16, että isommilla lapsilla ohjaus on ollut keskusteluun - sekä kannustamiseen ja hyvän huomaamiseen ohjaavia keinoja.

“Kyllä eroavat, sillä lapsen tunnesäätely on eri ikäisinä erilaista. Isompien lasten kanssa on viime aikoina jostain syystä korostunut aggressiivisuuden hallinta, lapsen siis. Pienemmille asiat tuodaan leikin kautta, se näkyy ohjauksessa.” (Vastaaja 10)

Yli kolmannes (35%) vastaajista puolestaan koki, etteivät vanhempien ohjaamisen keinot eroa juurikaan tai ollenkaan lapsen iän mukaan. Vastaajan 3 mukaan samantyyppisistä haasteista on kyse ja vaikka lapsen kanssa käytettävät keinot vaihtelisivat, voi vanhempia ohjata samalla tavoin lapsen iästä riippumatta. Samoin vastaajan 18 mukaan vanhempien ohjaus on sinänsä hyvin samanlaista lapsen iästä riippumatta, ero tulee lähinnä keinojen kohdalla ja siinä, miten lapsen kanssa toimitaan.

*“Eivät, sillä tunteiden säätelyn ja ilmaisun kehittyminen vaatii vuorovai-
kutukselta samoja elementtejä riippumatta lapsen iästä.” (Vastaaja 12)*

Osa (18%) vastaajista sen sijaan koki, että ohjaaminen riippuu enemmän vanhem-
mista. Vanhempien ohjaamisen keinoihin vaikuttaa vanhempien psyykkinen jaksami-
nen (V2) ja heidän tarpeensa ja toiveensa (V6), ei niinkään lapsen ikä. Vastaaja 1
nosti esiin, että vanhemman ohjaamiseen vaikuttaa perheen motivaatio osallistua
kuntoutukseen.

7.3 Kokemukset vanhempien ohjaamisesta

Tutkimuksen toisena tutkimuskysymyksenä on “millaisia kokemuksia toimintaterapeu-
teilla on vanhempien ohjaamisesta, kun lapsella on tunteiden säätelyn ja ilmaisun
haasteita?”. Kysymyksen avulla haluttiin selvittää kokemuksia vanhempien ohjaami-
sesta sekä sitä, kuuluuko se aina työskentelyalueeseen. Vastaajilla oli hyvin erilaisia
kokemuksia vanhempien ohjaamisesta. Kokemukset jaoteltiin neljään teemaan; hy-
vät kokemukset, vaihtelevat kokemukset, haastavat kokemukset ja muut kokemuk-
set.

Kolmanneksella (33%) vastaajista oli hyviä kokemuksia vanhempien ohjaamisesta.
Vanhemmat ovat pääsääntöisesti kuunnelleet ja ottaneet ohjeita vastaan mielel-
lään(V2). He ovat kaivanneet tukea ja vaihtoehtoisia toimintatapoja (V15). Lisäkoul-
tuksen arvo nousee myös esiin vastauksissa:

*“Hyviä, etenkin kun olen lisäkouluttautunut. Ilman niitä pelkän tt-opin-
tojen varassa olisin enemmän hukassa.” (Vastaaja 11)*

Reilu kolmanneksella (39%) vastaajista oli hyvin vaihtelevia kokemuksia vanhempien
ohjaamisesta. Vanhempia on ollut ajoittain haastava motivoida ohjauksen mukaiseen
toimintaan (V1). Osa vanhemmista odottaa, että kaikki muuttuu ilman ylimääräistä
muutosta (V9) ja osan taas voi olla vaikea kohdata omia tunteitaan, varsinkaan kiuk-
kua (V10). Vastaaja 8 nostaa esiin, että mikäli vanhemmalla itsellä on esimerkiksi

mielenterveysongelmia, on ohjaus haastavampaa. Yksi vastaajista kiteyttää vaihtelevat kokemukset seuraavasti:

“--Toisten vanhempien on hurjan vaikea ymmärtää oman toiminnan vaikutusta lapsen tunnesäätelyn haasteissa eivätkä tahdo ymmärtää miksi lasten toimintaterapeutti linkittää asioita/ kysymyksiä vanhempiin. Toiset vanhemmat osaavat hienosti kognitiivisella tasolla käsitellä omia ja lapsen tunnesäätelyn haasteita, mutta käytännössä kun tunne tulee, ollaan sen vietävänä (sekä lapsi että aikuinen). Toiset ovat aivan ihmeissään koko aihealueesta, toiset vanhemmat ottautuvat keskusteluun luottavaisesti, ymmärtävät oman toiminnan merkityksen ja heillä on kykyä pohtia haasteita syyllistymättä / syyllistämättä. --” (Vastaaja 7)

11% vastaajista kokee vanhempien ohjaamisen haastavaksi. Vastaaja 16 kertoo kaipaavansa selkeitä keinoja vanhempien ohjaamiseen, sillä usein niitä ei ole saatavilla. Vastaaja 14 puolestaan nosti moniammatillisuuden osaksi perheen kanssa työskenteilyä:

“Tähän mennessä on tuntunut, että ohjaus onnistuu enemmän pinta-puolisena ja yleisemmän tiedon antamisena, esim vanhemmilla itsellään erinäisiä haasteita ja tuntuu, että perheessä pitäisi tehdä työtä syvemmin moniammatillisesti.” (Vastaaja 14)

17% vastaajista nostaa muita huomioita vanhempien ohjaamisesta. Esimerkiksi vastaaja 12 kertoo, että vanhempien voi olla vaikea tunnistaa haasteita omassa tunteiden säätelyssä ja ilmaisussa. Vanhemmat toivoisivat, että lapsen käytöshäiriöt paranisivat vain terapialla, vaikka ympäristön toimintatapojen muutos olisi välttämätöntä (V12). Vastaajan 17 mukaan vanhempien ohjaamiseen vaikuttaa heillä käytettävissä olevat voimavarat, jotka määrittävät kuinka aktiivisesti lapsen kuntoutukseen pystyy osallistumaan. Toisella vastaajasta oli samanlaisia ajatuksia:

“Vanhemmat ovat hyvin eri vaiheissa lapsen haasteiden käsittelyssä ja perheiden voimavarat ovat erilaisia. Ohjaus täytyy suhteuttaa sen mukaan, mitä vanhemmat ovat valmiita ottamaan vastaan.” (Vastaaja 6)

Kyselyssä selvitettiin, kuuluuko vanhempien ohjaaminen aina toimintaterapeutin työskentelyyn. Vain 1 vastaajista kertoi, ettei vanhempien ohjaaminen kuulu hänen työskentelyynsä, ellei vanhemmat itse ole aktiivisia tällä saralla. Hän on kuitenkin valmis antamaan tarvittaessa neuvoja vanhemmille (V1). Suurin osa (79%) vastaajista kertoi vanhempien ohjaamisen kuuluvan aina heidän työskentelyynsä. Vastaaja 3 nosti esiin terapian tehon kasvamisen sen myötä, kun samat harjoitteet ja tukikeinot olivat jatkuneet muuallakin kuin vastaanotolla. Vastaaja 4 koki myös, että ohjaus on välttämätöntä. Lapsi ei opi tunteiden säätelyä, mikäli koko perhe tai muu arkiympäristö ei ole oppimisprosessin mukana (V4). Tunteiden säätelyn on mahdollista kehittyä vain lähiaikuisen tuella, kanssasäätelyn kautta (V5) ja oikeanlaisessa vuorovaikutuksessa aikuisen kanssa (V13). Vanhemmat ovat tärkeä osa lapsen elämää, sillä lapset saavat paljon vaikutteita vanhemmiltaan (V11). Vastaaja 7 nosti esiin, että tunneasioista keskusteleminen vanhempien kanssa on välttämätöntä, koska tunnetaidot vaikuttavat suuresti arjesta suoriutumiseen. Yksi vastaajista koki ohjaamisen olevan tärkeää myös muille lähiaikuisille:

“Kyllä kuuluu, koska jos lapsella on tämänkaltaisia haasteita, ei voida jättää asian oppimista ja vahvistamista yksistään lapsen harteille. Lapsi tarvitsee tähän tukea ja apua aikuisilta. Koen ohjaamisen olevan tärkeää myös lapsen muille lähiaikuisille kohdistuvaa eli päiväkodin tai koulun aikuisille.” (Vastaaja 17)

Noin kuudennes (16%) vastaajista koki vanhempien ohjaamisen haastavaksi, eikä se näin ollen aina toteudu. Vastaajat nostivat esiin, etteivät resurssit (V19) ja Kelan maksutoumus anna siihen mahdollisuutta (V12). Vastaajan 2 mukaan kaikki vanhemmat eivät ole halukkaita ottamaan ohjeita vastaan. Yksi vastaajista nosti haasteeksi yhteisten sopivien aikojen löytämisen:

“--Ideaalitalanne olisi, että joka jakson puitteissa olisi mahdollisuus myös erilliseen ohjaukseen, mutta todellisuudessa realiteetit tulevat usein vastaan. Vaikka ohjaukseyntejä olisi myönnetty, aina vanhemmat eivät ole motivoituneita järjestämään mahdollisuutta ohjaukselle, eikä siihen voi tietysti pakottaa. Omassa työssäni suurin haaste on ollut ehdottomasti sopivien aikojen löytäminen. Usean kunnan alueella liikkuesssa kalenterissa ei juuri ole pelivaraa. --Ohjaukseyntejä jää usein toteuttamatta, kun sopivaa ajankohtaa ei yksinkertaisesti löydy.” (Vastaaja 19)

7.4 Muutokset ohjaamisen myötä

Opinnäytetyön kolmantena tutkimuskysymyksenä on “millaisia muutoksia toimintaterapeutti on havainnut lapsen tunteiden säätelyssä ja ilmaisussa, kun hän on ohjannut vanhempia?”. Vastaajat olivat havainneet lapsessa monenlaisia muutoksia, kun toimintaterapiaprosessiin oli otettu vanhemmat mukaan. Yleisimpinä muutoksina nousivat tunteiden sanallistamisen ja säätelyn helpottuminen. Useat vastaajat kertoivat lapsen tunteiden ilmaisun ja tunnistamisen parantuneen. Lisäksi tuotiin esiin vanhempi-lapsisuhteen ja kaverisuhteen kehittyminen sekä vaikeiden tunteiden sietämisen parantuminen, jolloin itku- ja raivokohtaukset ovat vähentyneet.

“Lapsi on oppinut sanoittamaan tunteitaan paremmin ja sietämään vaikeita tunteita tai niihin johtavia tilanteita. Lapsi on saanut myös hyväksynnän tunteilleen, siihen että kaikki tunteet ovat ok ja että turvallisten aikuisten kanssa itsehillintää on lupa harjoitella.” (Vastaaja 16)

8 JOHTOPÄÄTÖKSET

Opinnäytetyön kyselyn tulokset kokoavat yhteen 19 toimintaterapeutin työskentelyn ja kokemukset vanhempien ohjaamisesta, kun lapsella on tunteiden säätelyn ja ilmaisun haasteita. Valtaosa vastaajista kertoi vanhempien ohjaamisen kuuluvan aina heidän työskentelyynsä. Tosin vastauksista nousi esiin, että vanhempien ohjaaminen

koetaan hyvin vaihtelevasti. Tähän liittyvät vanhempien suhtautuminen ohjaamiseen ja ymmärrys oman toiminnan vaikutuksesta lapsen tunnesäätelyn haasteissa.

Vastaajat antoivat konkreettisia keinoja vanhempien ohjaamiseen. Keinoja vanhempien ohjaamiseen tuli kaiken kaikkiaan 14, jotka jaoteltiin kanadalaisen mallin mukaan neljään keinoon: “valmentaa”, “konsultoi ja neuvottelee”, “opettaa” ja “sitouttaa”. Lähes puolet vastaajista totesivat, että vanhempien ohjaamisen keinot eroavat eri-ikäisten lasten kanssa työskennellessä, sillä lasten tunnesäätely on erilaista eri-ikäisillä lapsilla. Osa vastaajista kuitenkin kertoi, ettei ohjaamisen keinoihin vaikuta lapsen ikä, sillä tunteiden säätelyn ja ilmaisun kehittyminen vaatii joka tapauksessa samoja elementtejä riippumatta lapsen iästä.

Kyselyn vastaajat olivat havainneet samantyyppisiä muutoksia lapsessa vanhempien ohjaamisen myötä. Vastauksista yleisimpänä muutoksena nousi tunteiden sanallistamisen ja säätelyn helpottuminen. Lisäksi useista vastauksista nousi esiin tunteiden ilmaisun ja tunnistamisen parantuminen sekä vanhempi-lapsisuhteen kehittyminen.

9 POHDINTA

9.1 Tutkimuksen toteutus

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, miten toimintaterapeutti voi ohjata vanhempia, kun lapsella on tunteiden säätelyn ja ilmaisun haasteita. Tavoitteena oli kyselyn avulla saada konkreettisia keinoja, joita toimintaterapeutti voi hyödyntää vanhempien ohjaamiseen. Lisäksi opinnäytetyön tavoitteena oli lisätä opinnäytetyön tekijöiden omaa tietämystä aihealueesta. Tarkoitus ja tavoite täyttyivät, sillä tutkimustuloksista tulee hyvin ilmi erilaisia keinoja, joita toimintaterapeutit voivat hyödyntää työssään.

Opinnäytetyön alussa tekijöiden olettamuksena oli, että vanhemman ohjaus on tärkeää toimintaterapeutin työssä. Työn edetessä aiheeseen tarkemmin perehtymällä

ohjauksen tärkeys on vahvistunut entisestään. Lisäksi lähes kaikki kyselyyn vastanneet toimintaterapeutit kertoivat vanhempien ohjaamisen kuuluvan työkuvaansa sillä perusteella, että ohjaaminen tukee lapsen tunnetaitojen kehittymistä. Opinnäytetyöprosessin alussa ohjaamisen keinot olivat opinnäytetyöntekijöille jossain määrin tuttuja. Kyselyn avulla eri keinoista saatiin monipuolisempi kuva ja niiden käytön luotettavuus kasvoi, koska useammat toimintaterapeutit toivat esiin samoja keinoja.

Opinnäytetyön teoreettiseksi malliksi valikoitui kanadalainen toiminnallisuuden ja sitoutumisen malli CMOP-E. Malli kuvaa yksilön, ympäristön ja toiminnan dynaamista suhdetta. Malli tuntui sopivalta osaksi opinnäytetyötä, sillä tutkimus käsittelee lapsen tunteiden säätelyn ja ilmaisun haasteita, joihin ympäristöllä on suuri vaikutus. Ympäristön vaikutus lapsen tunnetaitojen kehittymiseen tuli vahvasti ilmi myös tutkimustuloksissa. Mallia käytettiin tutkimuksessa aineiston analyysin tukena. Malli soveltui tähän kohtalaisesti, sillä sitä voitiin hyödyntää ainoastaan yhden tutkimuskysymyksen vastausten analysointiin. Tutkimustuloksissa saatuja keinoja oli haastava ja otella mallin toimintaterapeutin taitojen mukaan, sillä arkikielessä taidot saatetaan käsittää eri tavalla. Malliin täytyi perehtyä perusteellisesti, jotta ymmärsi, miten siinä käsitetään esimerkiksi opettamisen taito.

Kyselyyn etsittiin osallistujia toimintaterapiayritysten sekä julkisen ja kolmannen sektorin toimipisteiden nettisivuilta. Julkisen sektorin toimintaterapeutteja oli vaikea tavoittaa, sillä julkisen terveydenhuollon nettisivuilla ei ollut nähtävissä toimintaterapeuttien yhteistietoja. Samoin kolmannen sektorin toimipisteitä oli vaikea löytää netistä. Tämän vuoksi suurin osa toimintaterapeuteista, joille kysely lähetettiin sähköpostilla, työskenteli yksityisellä sektorilla. Vastaajia etsittiin ympäri Suomea, jotta vastauksista tulisi mahdollisimman monipuolisia. Facebookin kautta vastanneiden toimintaterapeuttien työskentelysektoria ja -aluetta ei voinut tietää.

Kyselyn vastaajista 5 saatiin sähköpostin lähetetyn linkin kautta, joten vastausprosentti oli vain n. 10%. Toimintaterapeuteista 14 vastasi kyselyyn Facebook-ryhmään lähetetyn julkisen linkin kautta. Julkisen linkin vastausprosenttia ei pystytä laskea, sillä linkin tavoittaneiden määrää ei voida tietää. Saatekirjeen avulla pystyi todennä-

köisesti tavoittamaan vielä yksityiskohtaisemmin ne toimintaterapeutit, joilla on kokemusta vanhempien ohjaamisesta sekä työskentelystä sellaisten lasten kanssa, joilla on tunteiden säätelyn ja ilmaisun haasteita.

9.2 Taustateorian ja opinnäytetyön tulosten vertailu

Opinnäytetyön taustateoriassa nousi esiin, että tunteiden säätelyllä ja ilmaisulla on positiivisia vaikutuksia ihmisten väliseen vuorovaikutukseen. Tämä tuli myös ilmi tutkimustuloksissa. Toimintaterapeutit kertoivat, että ohjaamisen avulla lapsen vuorovaikutustilanteet ovat parantuneet ja kaverisuhteet ovat kehittyneet. Ohjaaminen on myös parantanut vanhemman ja lapsen välistä suhdetta.

Case-Smithin (2013, 395-404) tutkimuksessa kerrottiin erilaisista interventiokeinoista, jotka tukevat lapsen sosioemotionaalisten taitojen kehittymistä. Tutkimuksen interventiot painottuvat enemmän sosiaalisiin taitoihin, joten niitä on vaikea verrata opinnäytetyön tuloksiin. Yksi tutkimuksen interventiokeinoista on kuitenkin rinnastettavissa opinnäytetyössä saatuihin tuloksiin. Tutkimuksen yhtenä interventiokeinona oli vuorovaikutusperusteinen interventio edistämään lapsen ja huoltajan välistä vuorovaikutusta. Kyselyn vastauksista nousi esiin keinoja, joilla samoin pyritään parantamaan vanhempi-lapsisuhdetta sen lisäksi, että lapsen tunteiden säätely ja ilmaisu kehittyvät. Näitä olivat esimerkiksi tunteiden ja tilanteiden sanoittaminen sekä positiivisen palautteen merkitys.

Opinnäytetyön kyselyn vastauksissa keskustelu nousi yhtenä keinona vanhemman ohjaamiseen. Fingerhutin (2013, 37-44) tutkimuksessa esiteltiin perhekeskeisen työskentelyn tueksi tehtyä LPP -arviointimenetelmää (Life participation for parents), joka toimii apuvälineenä vanhempien ja toimintaterapeutin välisessä keskustelussa. Kyseistä arviointimenetelmää ei mainittu kyselyn vastauksissa, mutta esiin nousi kuitenkin kyselylomakkeen käyttö keskustelun tukena, joka voisi olla hyvin tutkimuksessa mainittu LPP -menetelmä.

Opinnäytetyön kyselyssä selvitettiin, kuuluuko vanhempien ohjaaminen aina toimintaterapeutin työskentelyyn. Vastauksien perusteella vanhempien ohjaaminen kuuluu toimintaterapeuttien työskentelyyn, mutta sen toteutumiseen vaikuttavat muun muassa vanhempien suhtautuminen ja käytettävissä olevat resurssit. Tätä oli myös tutkittu haastattelun avulla Fingerhutin ja muiden (2013, 228-235) tutkimuksessa. Tutkimuksessa ilmeni, että perhekeskeisen työskentelyn toteuttaminen vaihteli eri toimintaympäristöissä.

9.3 Luotettavuus ja eettisyys

Opinnäytetyön raportointi pyrittiin toteuttamaan niin, että se noudattaa hyvää tieteellistä käytäntöä. Siihen kuuluu rehellisyys ja tarkkuus tutkimusta tehdessä sekä tuloksia tallentaessa, arvioidessa ja esittäessä (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 6). Toimintaterapeutit vastasivat kyselyyn nimettömästi. Tämän vuoksi opinnäytetyön tekijätkään eivät voineet tunnistaa vastaajien henkilöllisyyttä. Tutkimustulokset esitettiin opinnäytetyössä niin, ettei vastaajan henkilöllisyyttä voi saada selville. Lisäksi tuloksia pyrittiin analysoimaan niin, etteivät ne vääristyisi.

Tiedonhankintamenetelmien tulee olla eettisesti kestäviä. Muiden tutkijoiden työtä tulee kunnioittaa ja viitata heidän julkaisuihinsa asianmukaisesti. (Mts. 6.) Opinnäytetyössä pyrittiin käyttämään luotettavia lähteitä selvittämällä lähteen kirjoittaja. Lähteiksi valikoitiin pääosin enintään 10 vuotta vanhoja lähteitä ja niihin viitattiin asianmukaisesti.

Tutkimuksessa saatu aineisto täytyy tallentaa tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten mukaisesti (Mts. 6). Kyselyn vastaajia etsittäessä toimintaterapeuttien nimet, sähköpostiosoitteet ja työpaikat listattiin Word-tiedostoon kyselyiden lähettämisen helpottamiseksi ja sen varmistamiseksi, että vastaajiksi valikoitui toimintaterapeutteja jokaiselta työskentelysektorilta ympäri Suomea. Kun kyselyt oli lähetetty, toimintaterapeuttien tietoja käsittelevä tiedosto poistettiin.

Lisäksi tutkimukseen tulee hankkia tarvittavat tutkimusluvut (Mts. 6). Tähän tutkimukseen ei kuitenkaan tarvittu erillistä tutkimuslupaa, sillä vastaajat eivät edustaneet mitään organisaatiota, vaan vastasivat kyselyyn yksityishenkilönä. Kyselyn saattekirjeessä ilmoitettiin, että "vastaamalla kyselyyn annat suostumuksen käyttää vastauksia ilman tunnistetietoja opinnäytetyössämme".

Opinnäytetyön kyselyyn vastasi vain 19 toimintaterapeuttia. Tämä heikentää tutkimuksen luotettavuutta. Toisaalta vastauksissa on löydettävissä yhtäläisyyksiä, joka puolestaan lisää tulosten luotettavuutta. Esimerkiksi useammassa vastauksissa nousi esiin samoja keinoja vanhempien ohjaamiseen. Kyselyyn vastanneiden taustatietojen perusteella toimintaterapeuttien työkokemusten pituus toimintaterapeutina vaihteli. Tämä tuo monipuolisuutta tutkimustuloksiin. Pitkään alalla työskennelleillä voi olla paljon kokemusta ohjaamisesta sekä erilaisista keinoista. Toisaalta vastauksia oli hyvä saada myös vähän aikaa alalla olleilta, sillä heillä voi olla erilaisia keinoja käytösään ja toisenlainen näkökulma asiaan.

Tutkimuksen toteutus pyrittiin selostamaan tarkasti, jotta tutkimuksen pystyisi toistamaan. Tutkimuksen tulokset eivät kuitenkaan ole toistettavissa, sillä ne ovat vastaajien henkilökohtaisia kokemuksia. Kyselyllä saatiin vastauksia kolmeen tutkimuskysymykseen, minkä vuoksi tutkimusta voidaan pitää validina. Muutamassa vastauksessa ilmeni, että kysymys oli tulkittu toisin kuin tutkimuksen tekijät olivat ajatelleet. Tämän vuoksi nämä vastaukset täytyi hylätä.

9.4 Jatkotutkimusehdotukset

Tutkimus käsittelee vanhempien ohjaamista. Seuraavaksi olisi aiheellista tutkia, miten toimintaterapeutti voi ohjata lapsiasiakkaan sisaruksia tai muuta lähipiiriä, kuten päiväkodin henkilökuntaa ja opettajia, kun lapsella on tunteiden säätelyn ja ilmaisun haasteita. Nämä tulivat esiin myös muutamassa kyselyn vastauksessa.

Tutkimuskysymyksenä voisi olla esimerkiksi "miten toimintaterapeutti voi ohjata opettajia lapsen tunnekasvatuksessa?". Lahtisen ja Rantasen (2019, 14-21) kirjassa

"tunnetaidot opetustyössä" avataan tulevaisuuden perusopetusta, jonka yhtenä tavoitteena on tukea oppilaan ihmisyyttä. Ihmisyyden kasvua vahvistaa taito tunnistaa ja säädellä niin omia kuin toistenkin tunteita. Oppilaalle syntyy luonnollinen malli kohdata tunteita ja oppia tunnetaitoja, kun opettaja on läsnä ja hyödyntää tunnekasvatusta opetustyössään. Opetussuunnitelman lähtökohtana on myös kasvattaa oppilaasta tulevaisuuden toimija. Tämä tarkoittaa esimerkiksi vuorovaikutustaitojen syventämistä, jotka muodostuvat pitkälti tunnetaitojen ympärille. Se vaatii opettajalta monenlaisia taitoja. Opettajalla voi olla iso merkitys lapsen elämään, sillä opettajasta jäänyt tunnemuisto voi kantaa läpi elämän.

Lähteet

AOTA Framework. 2014. Occupational therapy practice. Domain and Process. 3.p. American Journal of Occupational Therapy, 68 (Suppl. 1), 1-48. Viitattu 25.3.2019. <http://www.terapia-ocupacional.org.ar/wp-content/uploads/2014/05/3%C2%AA-Edicion-Marco-de-Trabajo-2013.pdf>

Case-Smith, J. 2013. Systematic review of interventions to promote social-emotional development in young children with or at risk for disability. The American Journal of Occupational Therapy, 67, 4, 395-404. Viitattu 1.2.2019. <https://ajot.aota.org/article.aspx?articleid=1851695&resultClick=3>

Dumilus, C.N., Manning, A.R., Tomasello, N.M. 2010. Family-Centered Early Intervention for Infants and Toddlers With Disabilities. Journal of Family Social Work, 13, 2, 163-172. Viitattu 28.1.2018. <https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/10522150903503010?needAccess=true>

Fingerhut, P. E. 2013. Life Participation for parents: A tool for family-centered occupational therapy. The American Journal Occupational Therapy, 67, 1, 37-44. Viitattu 1.2.2019. <https://ajot.aota.org/article.aspx?articleid=1851646>

Fingerhut, P. E., Piro, J., Sutton, A., Campbell, R., Lewis, C., Lawji, D. & Martinez, N. 2013. Family-centered principles implemented in home-based, clinic-based and school-based pediatric settings. The American Journal Occupational Therapy, 67, 2, 228-235. Viitattu 1.2.2019. <https://ajot.aota.org/article.aspx?articleid=1851669>

Hautala, T., Hämäläinen, T., Mäkelä, L. & Rusi-Pyykönen, M. 2016. Toiminnan voimaa. 3-4. p. Helsinki: Edita.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2013. Tutki ja kirjoita. 15-17. p. Helsinki: Tammi.

Hughes, D. A. 2011. Kiintymyskeskeinen vanhemmuus. Toimivuutta kasvatukseen. Tampere: PT-Kustannus.

Kanninen, K. & Sigfrids, A. 2012. Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin. Jyväskylä: PS-kustannus.

Kerola, K., Kujanpää, S. & Kallio, A. 2013. Tunteesta tunteeseen. Ihmismielen tarinat kuvin ja sanoin. Opetushallitus. Viitattu 31.1.2019. <https://www.edu.fi/tunteesta-tunteeseen/tunteet-mita-ne-ovat>

Kokkonen, M. 2017. Ihastuttavat ja vihasuttavat tunteet – opi tunteiden säätelyn taito. 3. uud. p. Jyväskylä: PS-kustannus.

Lahtinen, A. & Rantanen, J. 2019. Tunnetaidot opetustyössä. Keuruu: Otavan kirjapaino.

Larivaara, P., Lindroos, S. & Heikkilä, T. 2009. Potilas, perhe ja perusterveydenhuolto. Helsinki: Duodecim.

Livingston, H. & Pöyhönen, J. N.d. Tunnetaidot: mitä ne ovat ja miksi niitä täytyy harjoitella. Familyboost. Viitattu 20.3.2019. <https://www.familyboost.fi/mita-ovat-tunnetaidot/>

Mielenterveyden vahvistaminen. N.d. Nuortenmielenterveystalo.fi. Viitattu 21.1.2019. <https://www.mielenterveystalo.fi/nuoret/tietoa-mielenterveydesta/mielenterveyden-vahvistaminen/Pages/tunteet-haltuun.aspx>

Myllyviita, K. 2016. Tunne tunteesi. Helsinki: Duodecim.

Nummenmaa, L. 2010. Tunteiden psykologia. Helsinki: Tammi.

Puolimatka, T. 2011. Kasvatus, arvot ja tunteet. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino.

Rodger, S. & Kennedy-Behr, A. 2017. Occupation-Centred Practice with Children. A Practical Guide for Occupational Therapists. Oxford: Wiley-Blackwell.

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV – Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 11.3.2019.
<https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/index.html>

Terävä, H. 2018. Äiti räyhää ja isä piilottaa pelkonsa – monien vanhempien tunnetaidot ovat hukassa ja malli periytyy lapsille. Yle Uutiset, 29.4.2018. Viitattu 25.3.2019.
<https://yle.fi/uutiset/3-10180153>

Townsend, E. A. & Polatajko, H. J. 2007. Enabling occupation II: advancing an occupational therapy vision for health, well-being & justice through occupation. Ottawa: Canadian Association of Occupational Therapists Publications ACE.

Tunnetaidot ovat hyvinvointitaitoja. N.d. Tunne & Taida. Viitattu 20.3.2019.
<https://tunnejataida.fi/tunnetaidot/tunnetaidot-ovat-hyvinvointitaitoja/>

Tunnetaitojen perusteet. N.d. Suomen mielenterveysseura. Viitattu 21.1. 2019.
<https://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/itsetuntemus/tunnetaidot/tunnetaitojen-perusteet>

Tunteen ilmaiseminen. N.d. Suomen mielenterveysseura. Viitattu 21.1. 2019.
<https://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/itsetuntemus/tunnetaidot/tunteen-ilmaiseminen>

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 2. uud. p. Helsinki: Tammi.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Viitattu 18.1.2019. https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf

Webropol Oy, N.d. Webropol online-kyselytutkimustyökalu - kerää vastauksia, joilla on merkitystä. <https://webropol.fi/>

What are the zones?. N.d. The Zones of Regulation. A Framework to Foster Self-Regulation & Emotional Control. Viitattu 7.3.2019.
<http://www.zonesofregulation.com/learn-more-about-the-zones.html>

Liitteet

Liite 1. Sähköpostin saatekirje

OTSIKKO: Opinnäytetyön kysely

Tervehdys!

Jos olet työskennellyt toimintaterapeuttina 3-12-vuotiaiden lasten kanssa, niin toivomme, että Sinulla olisi hetki aikaa vastata vanhempien ohjaamiseen liittyvään kyselyyn.

Olemme kaksi toimintaterapiaopiskelijaa Jyväskylän ammattikorkeakoulusta ja teemme opinnäytetyönä kyselytutkimuksen suomalaisille toimintaterapeuteille aiheesta "miten toimintaterapeutti voi ohjata vanhempia, kun lapsella on tunteiden säätelyn ja ilmaisun haasteita?" Vanhemmat voivat kokea avuttomuutta lapsen erityistarpeiden vuoksi, jolloin toimintaterapeutin on tärkeä ohjata lapsen lisäksi myös vanhempia. Aiheesta ei löydy lainkaan tutkimuksia, joten koemme tärkeäksi tehdä siitä kyselytutkimuksen. Tavoitteenamme on saada vanhempien ohjaamiseen liittyviä konkreettisia keinoja, joita toimintaterapeutit voivat hyödyntää työssään.

Kysely on luotu Webropol -ohjelmaan. Vastaaminen tapahtuu nimettömästi ja sen tekemiseen menee n. 20 minuuttia. Kaikki vastaukset käsitellään luottamuksellisesti. Vastaamalla kyselyyn annat suostumuksen käyttää vastauksiasi ilman tunnistetietoja opinnäytetyössämme. Pyydämme vastaamaan kyselyyn 28.2.2019 mennessä. Alla on henkilökohtainen linkki kyselyyn.

Lämpimin kiitoksin, Fanny Kuusjärvi & Tuulikki Kumpula

Toimintaterapeuttiopiskelijat Jyväskylän ammattikorkeakoulusta

Liite 2. Facebook -ryhmän saatekirje

Moikka!

Minkälaisia kokemuksia sinulla on toimintaterapeutina vanhempien ohjaamisesta lasten toimintaterapiassa? Toisitko kokemuksesi näkyväksi vastaamalla opinnäytetyömme kyselyyn aiheesta "miten toimintaterapeutti voi ohjata vanhempia, kun lapsella on tunteiden säätelyn ja ilmaisun haasteita?"

Koemme tärkeäksi tehdä aiheesta kyselytutkimuksen, sillä siitä ei löydy lainkaan tutkimuksia. Tavoitteenamme on saada vanhempien ohjaamiseen liittyviä konkreettisia keinoja, joita toimintaterapeutit voivat hyödyntää työssään.

Kysely on luotu Webropol -ohjelmaan. Vastaaminen tapahtuu nimettömästi ja sen tekemiseen menee n. 15 minuuttia. Kaikki vastaukset käsitellään luottamuksellisesti. Vastaamalla kyselyyn annat suostumuksen käyttää vastauksia ilman tunnistetietoja opinnäytetyössämme. Tässä julkinen linkki kyselyyn: x

Lämpimin kiitoksin, Fanny Kuusjärvi & Tuulikki Kumpula

Toimintaterapiaopiskelijat Jyväskylän ammattikorkeakoulusta

Liite 3. Kysely

1. Sukupuoli (nainen, mies, muu)
2. Ikä?
3. Kuinka kauan olet työskennellyt toimintaterapeuttina?
4. Kuinka kauan olet työskennellyt toimintaterapeuttina lasten (3-12v) kanssa?
5. Minkä ikäisten tunteiden säätelyn ja ilmaisun haasteita omaavien lasten kanssa olet työskennellyt? Valitse yksi tai useampi vaihtoehto. (alle kouluikäiset, 1-3lk, 4-6lk)
6. Missä työskentelet tällä hetkellä? (julkinen, yksityinen, kolmas sektori)
7. Missä päin Suomea työskentelet tällä hetkellä? (Etelä-Suomi, Lounais-Suomi, Keski-Suomi, Itä-Suomi, Länsi-Suomi, Pohjois-Suomi, Lappi)
8. Halutessasi voit kertoa, jos sinulla on muun alan työkokemusta, muun alan tutkinto tai täydennys- / lisäkoulutuksista saatua erityisosaamista
9. Kun lapsiasiakkaallasi on tunteiden säätelyn ja ilmaisun haasteita, kuuluko vanhempien ohjaaminen aina työskentelyysi? Perustele vastauksesi.
10. Millaisia kokemuksia sinulla on vanhempien ohjaamisesta?
11. Millaisia keinoja käytät vanhempien ohjaamiseen, kun lapsella on tunteiden säätelyn ja ilmaisun haasteita?
12. Jos olet työskennellyt eri-ikäisten lasten kanssa, joilla on tunteiden säätelyn ja ilmaisun haasteita, eroavatko vanhempien ohjaamisen keinot? Perustele vastauksesi.
13. Millaisia muutoksia olet havainnut lapsen tunteiden säätelyssä ja ilmaisussa, kun olet ohjannut vanhempia?