



**LAUREA**  
AMMATTIKORKEAKOULU

*Uuden edellä*

# Lasten Vertti - vertaisryhmätoiminta - lisääntyvää itsetuntemusta ja ymmärrystä vanhemman sairaudesta

---

Käpyaho, Jaana

2011 Laurea Hyvinkää

Laurea-ammattikorkeakoulu  
Laurea Hyvinkää

Lasten Vertti - vertaisryhmätoiminta - lisääntyvää itsetuntemusta  
ja ymmärrystä vanhemman sairaudesta

Jaana Käpyaho  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Opinnäytetyö  
Toukokuu, 2011

Jaana Käpyaho

**Lasten Vertti - vertaisryhmätoiminta - lisääntyvää itsetuntemusta ja ymmärrystä vanhemman sairaudesta**

Vuosi

2011

Sivumäärä

35

---

Vertti - vertaisryhmätoiminta on ennaltaehkäisevää toimintaa masentuneille vanhemmille ja heidän lapsilleen. Toiminnan tavoitteena on auttaa vanhempia tukemaan lapsiaan sairaudesta huolimatta ja lisätä lasten itsetuntemusta ja ymmärrystä vanhemman sairaudesta. Masentuneiden vanhempien lasten selviytymistä tutkineet Beardslee ja Podorefsky (1988) ovat tutkimuksissaan päätelleet, että lasten hyvä sopeutumiskyky yhdistettynä hyvään itsetuntemukseen ja tietoon mahdollistaa selviytymisen. Lapset olivat olleet aktiivisia ja yritteliäitä sekä vahvasti sitoutuneita koulu- ja vapaa- ajantoimintaan ja heillä oli ollut merkityksellinen sosiaalinen verkosto. He olivat olleet myös hyvin tietoisia vanhemman sairaudesta ja siitä, että eivät itse ole syy tai syyllisiä vanhemman sairauteen. Keskeistä kuitenkin oli, että he olivat pysyneet lähellä sairastunutta vanhempaansa, vaikka olivat itsenäisiä.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia Vertti - vertaisryhmätoiminnan tavoitteiden toteutumista Hyvinkäällä keväällä 2010 siihen osallistuneiden lasten kokemana. Tutkimuksen kohteena olivat lasten kokemukset siitä, miten he ymmärsivät vanhemman masennuksen ja millaisena he kokivat oman minäkäsityksensä ja perheen vuorovaikutuksen sekä millainen kokemus Vertti - vertaisryhmätoiminta heille oli ollut, kun Vertti - vertaisryhmätoiminnan päättymisestä oli kulunut puoli vuotta. Kysymyksessä oli kvalitatiivinen tutkimus, jonka aineisto kerättiin teemahaastatteluna.

Tiedonantajina oli kolme lasta iältään 6 - 9 vuotta. Haastattelussa kerättyä aineistoa analysoitiin teorialähtöisesti. Teoriapohjana käytettiin lasten Vertti - vertaisryhmätoiminnalle asetettuja tavoitteita, jotka myös muodostivat analyysirungon perustan.

Vertti - vertaisryhmätoiminnan tavoitteita verrattaessa tutkimuksessa ilmeneviin lasten kokemuksiin voitiin havaita lasten ymmärryksen masennuksesta ja minäkuvan olevan asetettujen tavoitteiden mukaisia. Lapset ilmaisivat rohkeasti ajatuksiaan ja kokemuksiaan. Perheen vuorovaikutuksessa masennus näkyi vanhemman vetäytymisenä vuorovaikutuksesta, väsymyksenä ja hermostumisena. Lapset eivät kuitenkaan pelänneet vanhempaansa. Lasten kokemukset perheiden kommunikaation lisääntymisestä eivät kuitenkaan näyttäneet toteutuneen. Lapsilla oli myös kodin ulkopuolisia sosiaalisia suhteita ja harrastuksia. Lasten kokemus vertaisuudesta oli myös positiivinen. He kokivat, että muillakin lapsilla oli samanlaisia syitä Vertti - vertaisryhmätoiminnassa käymiseen. Ainoastaan lasten välittämä kokemus väsymyksestä lähteä vertaistapaamisiin ja kokemus, että vertaistoiminnassa käytiin vain vanhemman takia, antaa riskitöntä merkityksen lasten vertaistoiminnasta saamaan hyötyyn. Lapsille ehkä tärkein vertaistapaaminen muodostui viikonloppuleiristä, jonka he ehdoitta kokivat positiiviseksi.

Tutkimuksen perusteella voidaan nähdä, että tietoa vanhemman sairaudesta ja tunteiden tunnistamisesta tarvitaan lasten selviytymisen vahvistamiseksi. Siihen Vertti - vertaisryhmätoiminta antaa hyvän ja suunnitellun toimintamallin. Vertaistoiminnan järjestäminen parina viikonloppukurssina, kuten jo kehiteltyinä perhekurssina, antaa mahdollisesti vahvemman vertaistapaamisen lapsille kuin viikkotapaamisina järjestetty vertaistoiminta. Tällöin toiminta ei myöskään jää kuormittamaan lasten arkipäivää, eikä lapselle tule säilytettyä vastuuta vanhemman tukemisesta.

Asiasanat: vertaisryhmätoiminta, masennus, selviytyminen, ymmärrys, vuorovaikutus

Jaana Käpyaho

**Children´s Peer Group Activities Vertti - Towards Increasing Self-Knowledge and Better Understanding of Parental Disease**

Year	2011	Pages	35
------	------	-------	----

---

Vertti peer group activities are a preventive intervention addressed to depressed parents and their children. Their aim is to help parents support their children despite their disease. Beardslee and Podorefsky (1988) concluded in their research that children´s good adjustability in conjunction with a high knowledge of self and of other things enable them to cope. The children had been active and energetic as well as strongly committed to school and leisure pursuits, and they had had a meaningful social network. Moreover, they had been keenly aware of their parents´ disease and of the fact that they were not to blame for it. However, the most important thing was that they had kept close to their sick parents, although they were independent.

The purpose of the thesis was to study the manifestation of the goals of Vertti peer group activities as experienced by children who participated in them in Hyvinkää in the spring of 2010. The study focused on children´s experiences of their understanding of parental depression and of their perception of their self-concept and intrafamilial interaction, when six months had elapsed from the termination of Vertti peer group activities. The material of this qualitative study was collected by a thematic interview. The informants were three children, aged respectively 6 - 9 years. The material gathered in the interview was analysed from a theoretical perspective. The theoretical basis consisted of objectives set for children´s Vertti peer group activities, which also comprised a framework for analysis.

In comparing the objectives of Vertti peer group activities with the children´s experiences in the present study it can be seen that the children´s understanding of depression and their self-concept meet the objectives. The children expressed their thoughts and experiences freely and courageously. In intrafamilial interaction depression took the form of the depressed parent´s withdrawal from interaction, and of his/her tiredness and nervousness. However, the children were not afraid of their parents and their experiences of communication in intrafamilial interaction seemed not to increase. They had social relationships and hobbies outside of home. They regarded having peers as a positive experience: other children, too, had similar reasons for attending Vertti activities. Only the children´s experience of tiredness of going to peer meetings and the feeling that they only attended peer activities on account of their parents made the benefit they derived from these activities contradictory. A weekend camp, which the children considered absolutely positive, was their most important peer experience.

The findings show that, in order to make children cope better, knowledge of parental disease and of the recognition of emotions is needed. Vertti provides a good and well-planned model for this. The organisation of peer activities as a couple of weekend courses, such as family courses already developed, may give the children a stronger peer experience than peer activities arranged in the form of weekly meetings. In this case, the activities do not strain the children´s everyday life, and they are not held responsible for supporting their parents.

Keywords: peer group activities, depression, coping, understanding, interaction

## Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	Lasten vertaistoiminta .....	7
2.1	Vertti - vertaisryhmätoiminta ja Beardsleen perheinterventio .....	8
2.2	Vertti - vertaisryhmätoiminta Hyvinkäällä 2010.....	10
3	Lasta suojaavat tekijät.....	12
3.1	Saatu ymmärrys masennuksesta vaikuttaa selviytymiseen .....	13
3.2	Toimiva vuorovaikutus vähentää masennuksen vaikutusta .....	14
4	Opinnäytetyön tarkoitus ja tutkimuskysymykset.....	14
5	Tutkimusmenetelmälliset ratkaisut .....	16
5.1	Tutkimusmenetelmä .....	16
5.2	Kohderyhmä ja aineiston keruu .....	16
5.3	Aineiston analyysi .....	17
5.4	Eettisyys ja luotettavuus.....	18
6	Tulokset .....	19
6.1	Miten lapsi ymmärtää vanhemman masennuksen? .....	20
6.2	Millainen on lapsen minäkäsitys?.....	20
6.3	Millainen on perheen vuorovaikutus?.....	22
6.4	Millainen kokemus Vertti - vertaisryhmätoiminta oli lapselle?.....	23
7	Johtopäätökset .....	24
8	Pohdinta .....	26
	Kuviot.....	30
	Liitteet .....	31
	Liite 1: Tutkimuslupa-anomus, Hyvinkään kaupunki/Jaana Käpyaho.....	31
	Liite 2: Tutkimuslupahakemus .....	32
	Liite 3: Suostumus osallistua opinnäytetyöhöni liittyvään haastatteluun koskien Vertti - vertaisryhmätoimintaa .....	34
	Liite 4: Esimerkkejä Pesäpuu ry:n nalle- ja vahvuuskorteista .....	35

## 1 Johdanto

Psyykkiset sairaudet ovat nykyisin yhtä yleisiä kuin fyysiset sairaudet. Artikkelinsa yhteenvedossa väestön terveyden kehityksestä ja siihen vaikuttavista tekijöistä Aromaa, Huttunen, Koskinen ja Teperi (2005) toteavat, että mielenterveyden häiriöt ovat tällä hetkellä suurin työkyvyttömyyden syy. Niiden perusteella myönnettyjen työkyvyttömyyseläkkeiden määrä on viime vuosikymmeninä kasvanut ja alle 55-vuotiaiden työkyvyttömyyseläkkeistä yli puolet on myönnetty mielenterveyden häiriöiden takia. Valtaosa kasvusta johtuu masennuksesta ja muista neuroottisista häiriöistä. Kuitenkaan ei voida varmasti sanoa, onko työkyvyttömyyseläkkeiden yleistymisen syynä todellinen sairastuvuuden muutos vai johtuuko se esimerkiksi työelämän vaatimusten tai työkyvyttömyyseläkkeen myöntämisperusteiden muuttumisesta. Perheiden kannalta huolestuttavaa on, että monet lapset elävät lapsuuttaan vanhemman sairauden varjossa.

Vanhemman psyykkisellä sairaudella on aina vaikutuksensa perheen lapsiin. Erityisesti masennus on Solantauksen mukaan (2001b, 36 - 37) yksi vaikeimpia psyykkisiä häiriöitä ihmisen itsensä tunnistaa. Se alkaa normaaleina inhimillisinä tunteina ja käytöksenä, väsymyksenä ja alakulona, ja etenee niin hitaasti, että läheistenkin on vaikeaa sanoa, mikä on normaalia väsymystä. Lapsen kehitykselle masennuksen vaikea tunnistaminen voi kuitenkin olla vahingollista. Masennus eroaa sen takia muista psyykkisistä sairauksista kuten psykoosista, fobioista ja pakkoneurooseista, jotka näkyvät selvästi poikkeavana käytöksenä. Toisaalta perheessä, jossa vanhempi sairastaa masennusta, lapset saattavat kehittyä myös hyvin omatoimisiksi ja empaattisiksi ihmisiksi. Solantaus (Söderblom 2005, 15) kuvaa ominaisuuksia, jotka saattavat kehittyä kasvuiän haasteiden myötä: sensitiivisyys ja herkkyys, kyky ottaa huomioon toiset ja vastuullisuus. Lapsesta saattaa kasvaa kärsivällinen, vastuullinen ja aloitekykyinen aikuinen.

Samanlaisia havaintoja ovat tehneet Beardslee ja Podorefsky (Söderblom 2005, 9-10) omissa tutkimuksissaan masentuneiden vanhempien lasten ja nuorten parissa. He ovat tunnistanee tiettyjä piirteitä hyvin selviytyvissä lapsissa: lapset ovat aktiivisia ja yritteliäitä sekä vahvasti sitoutuneita koulu- ja vapaa-ajantoimintaan ja heillä on merkityksellinen sosiaalinen verkosto. He ovat myös hyvin tietoisia vanhemman sairaudesta ja myös siitä, että eivät itse ole syy tai syyllisiä vanhemman sairauteen. He ovat myös pystyneet itsenäistymään ja kuitenkin pysymään lähellä sairastunutta vanhempaansa. Vertaillen näitä selviytyviä nuoria nuoriin, jotka eivät olleet onnistuneet eriytymään vanhemmastaan, tutkijat päättelivätkin, että hyvä sopeutumiskyky yhdistettynä hyvään itsetuntemukseen ja tietoon masennuksesta mahdollistaa selviytymisen.

Opinnäytetyössäni tutkitaan Vertti - vertaisryhmätoimintaa, joka on kehitetty ennaltaehkäisemään lasten mielenterveydenongelmia ja vahvistamaan perheiden voimavaroja. Toiminta on kehitetty perinteisen vertaisryhmätoiminnan pohjalta, johon on yhdistetty Beardsleen kehittämän perheintervention periaatteita. Beardsleen ja Podorefskyn tutkimukset ja heidän löytämänsä positiiviset havainnot lasten selviytymisestä masentuneen vanhemman kanssa heittäivät kiinnostukseni tutkia Hyvinkäällä keväällä 2010 järjestetyn Vertti - vertaisryhmätoiminnan tavoitteiden toteutumista lasten kokemana. Tutkimuksen kohteena ovat siis lasten kokemukset Vertti - vertaisryhmätoiminnasta ja vertaisryhmätoiminnalle asetettujen tavoitteiden näkyminen lasten kokemuksissa. Tutkimuskysymykset nousevat teorialähtöisesti toiminnalle asetetuista tavoitteista. Kysymyksessä on kvalitatiivinen tutkimus, jonka aineisto kerätään teemahaastatteluna. Opinnäytetyö toimitetaan Hyvinkään kaupungille ja työ voi omalta osaltaan vaikuttaa Vertti - vertaisryhmätoiminnan vakiinnuttamiseen osana ennaltaehkäisevää ja perhettä tukevaa mielenterveystyötä Hyvinkäällä (Liite 1).

## 2 Lasten vertaistoiminta

Lasten vertaistoimintaa ja lapsilähtöisiä työmenetelmiä on alettu vähitellen kehittää 1990 - luvun puolenvälin jälkeisissä yksittäisissä hankkeissa ja projekteissa. Yksi laajimmista ja näkyvimmistä hankkeista oli Ensi- ja turvakotien liiton Lapsen aika - projekti, jonka kohderyhmänä olivat perheväkivaltaa kokeneet lapset. Imatralla toteutettiin samoihin aikoihin ennaltaehkäisevän lastensuojelun hanke päihdeperheiden lasten ja heidän vanhempansa auttamiseksi. Myös Itä - Helsingissä toteutettiin lastensuojelun, perheneuvolan ja A - klinikan yhteistyönä lasten vertaistoimintaa, jota päätettiin jatkaa myönteisten kokemusten innostamana. Vuonna 2000 toimijoihin liittyi myös psykiatrinen poliklinikka, mikä mahdollisti ensimmäisen ryhmän perustamisen psyykkisesti sairaiden vanhempien lapsille. Suomen kasvatus- ja perheneuvonta-liiton Pienilläkin padoilla on korvat - projektissa (1997 - 2000) on järjestetty perhekursseja yhteistyössä Omaiset mielenterveystyön tukena ja Mielenterveyden keskusliiton alueyhdistysten kanssa. Pesäpuu ry:n Norsu - projektissa (2001 - 2003) on kehitelty työmenetelmiä ja välineitä lapsilähtöiseen työskentelyyn lastensuojelutyössä. (Inkinen ja Söderblom 2005, 5 -6.)

Suomessa vertaistoiminta käsitteenä on vielä epämääräinen ja selkiytymätön. Puhutaan vertaistuesta (peer support), oma-aputoiminnasta (self-help), itseapuryhmistä, läheisryhmistä, tukiryhmistä (support group) tai keskinäisen tuen (mutual support, mutual aid/assistance) ryhmistä. (Taitto 2001,193.) Esimerkiksi Nylundin (Taitto 2001,194- 195) määritelmä apuryhmästä on seuraava: ”Oma-apuryhmän muodostavat henkilöt, joilla on jokin yhteinen ongelma tai jotka ovat samanlaisessa elämäntilanteessa. Heillä on halu jakaa kokemuksia muiden kanssa ja tällä tavoin pyrkiä keskinäisesti ratkaisemaan tai lieventämään henkilökohtaista ongelmaansa tai elämäntilannettaan”.

Vertaistoimintaryhmät voivat olla joko virallisesti tai epävirallisesti organisoituja ja yleensä niiden kokoontuminen tapahtuu säännöllisesti. Vertaistoiminnan tavoitteena on yleensä pyrkiä hyväksymään ongelmat, jotta niiden kanssa voisi tulla toimeen. Oma- apu- tai vertaistoiminta ei ole vapaaehtoistoimintaa tai hyväntekeväisyyttä, eikä myöskään itsehoitoa. Sen perusta on keskinäisessä vastavuoroisuudessa, kun taas itsehoito on itsensä auttamista. (Taitto 2001, 194- 195.)

Taiton (2001, 199- 202) mukaan lasten vertaistoiminta lähtee myös tarpeesta jakaa kokemuksia ja kokea vastavuoroisuutta. Lapsi oppii ymmärtämään yhteisten kokemusten myötä, että hän ei ole yksin ja ymmärrys omasta tilanteesta voi lisääntyä. Yhteiset kokemukset auttavat myös samaistumaan muuhun ryhmään. Ryhmässä lapsi saa nimet kokemuksilleen ja tunteilleen ja alkaa purkaa kokemuksiaan sanoilla ja toiminnalla. Syntynyt luottamus ja turvallisuudentunne auttaa lasta antaen toivoa selviytymisestä, vaikka perhetilanne ei olisikaan muuttunut.

Taitto (2001, 201) myös korostaa, että lasten vertaisryhmä ei ole terapiaa. Menetelminä toiminnassa käytetään keskusteluja, luovaa toimintaa, leikkejä tai draamaa. Lähtökohtana toiminnan suunnittelussa on aina lasten ikä, kehitystaso, valmiudet ja tarpeet. Alussa toiminta kannattaa myös miettiä selkeästi ja tarkasti, myöhemmin kokemuksen karttuessa ohjelmarungossa voidaan myös joustaa. Yleensä aikuisten vertaistoiminnalla ei ole varsinaisesti ammatillista vetäjää, mutta lasten vertaistoiminnassa ammatillinen vetäjä on välttämätön, koska lasten psyykkisten ongelmien käsittely vaatii moniammatillista osaamista ja kokemusta. Lasten vertaisryhmien tulee olla myös suljettuja, sillä uusien jäsenten tuleminen ryhmään voi aiheuttaa lapsissa turvattomuutta ja luottamuksen rakentuminen on aina pitkän prosessin tulos. Lapsi on myös kehityksellisesti riippuvainen vanhemmistaan, minkä takia on tärkeää, että vanhempi sitoutuu toimintaan ja pystyy tukemaan lapsensa tervettä kehitystä toiminnan loppumisen jälkeenkin. Vanhempien kykyä ottaa vastuuta perheestään on siis myös tuettava luomalla vanhemmille mahdollisuus omien kokemusten työstämiseen. (Taitto 2001, 205.) Lasten vertaistoimintojen merkitys on siinä, että lapsi kokee yhteenkuuluvuutta toisten kanssa ja kokee tulevaisuuden hyväksytyksi sellaisena kuin on. Taiton (2001, 202) mukaan se on ollut perinteisesti perheen tehtävä, jota vertaistoiminta nyt omalta osaltaan täydentää.

## 2.1 Vertti - vertaisryhmätoiminta ja Beardsleen perheinterventio

Vertti - vertaisryhmätoiminta on toimintaa, jonka avulla voidaan tukea masentuneita vanhempia ja ennaltaehkäistä lasten psyykkisiä häiriöitä. Se perustuu perinteiseen vertaistoimintamalliin, johon on yhdistetty Beardsleen perheintervention periaatteita. Perheintervention lähtökohtana on, että masennus on sairaus, joka vaikuttaa perheen sisäiseen vuorovaikutukseen. Vanhempi nähdään työskentelysuhteessa kumppanina ja asiantuntijana oman perheensä asioissa ja työskentely perustuu vanhempien kunnioitukseen. Dialogin kautta työntekijä luo



vanhemman kanssa perheelle tarinaa, jossa perheenjäsenten omat kokemukset yhdistyvät työntekijän tietoon psyykkisestä sairaudesta. (Inkinen & Söderblom 2005, 11.) Psykoedukatio on prosessi, jonka kautta kognitiivinen tieto saa enemmän sisältöä, kun se liitetään omaiin kokemuksiin. (Söderblom 2005, 16). Tiedon antamisella on tarkoitus lisätä vanhemman ymmärrystä suojaavien tekijöiden merkityksestä lapsen selviytymiselle. Lisääntynyt ymmärrys tukee myös perheenjäsenten välisiä suhteita ja lisää vanhemman keinoja vahvistaa lapsensa selviytymistä arjessa. Työskentely perustuu perheen omien resurssien ja voimavarojen hyödyntämiseen ja vanhempien tukemiseen. Oleellista on, että vanhempi sitoutuu toimintaan vapaaehtoisesti. Intervention katsotaan olevan alku prosessille, joka tulee jatkumaan perheessä. (Inkinen & Söderblom 2005, 11.) Vertaisryhmätoiminnan tavoite on siis mahdollisimman hyvän vanhemmuuden toteutuminen vanhemman mielenterveydenhäiriöstä huolimatta. (Solantaus, Väisänen & Niemelä 2003, 217 - 218).

Vertti - vertaisryhmätoimintamalli on kehitetty Omaiset mielenterveystyön tukena Uudenmaan yhdistyksen Lapsi omaisena - projektin (1998) aikana saatujen kokemusten ja ideoiden pohjalta. Projektin aikana kehiteltiin myös käsikirja ”Lapset ja vanhemmat vertaisryhmässä, kun vanhemmilla on mielenterveyden ongelmia”, joka auttaa uuden toiminnan aloittamisessa ja konkreettisen ryhmätoiminnan sisältöjen rakentamisessa. Opinnäytetyöni tutkimuskysymykset on johdettu Vertti - vertaisryhmätoiminnan tavoitteista, jotka ovat esitetty tässä käsikirjassa. (Inkinen ja Söderblom 2005, 3.)

Vertti - vertaisryhmämalli muodostuu 10 kerran ryhmätapaamisista. Ennen toiminnan alkamista on alkuhaastattelu ja toiminta lopetetaan perhekohtaiseen palautekeskusteluun. Lapsille ja vanhemmille on omat vertaisryhmänsä. Lapsiryhmässä työskentely on toiminnallista ja omia kokemuksia ja tunteita kannustetaan jakamaan vertaistensa kanssa. Lapsille annetaan myös tietoa, miten selvitä arjen pulmatilanteissa ja keneltä pyytää tarvittaessa apua. Esimerkiksi lapset ja vanhemmat yhdessä pohtivat tukiaikuisia lapsille, aikuisia, joihin lapset tarvittaessa voivat olla yhteydessä. Vertti - vertaisryhmätoiminnan lähtökohtana on vanhemman sairaus, eikä lapsen mahdolliset vaikeudet. Lapsella voi kuitenkin olla pieniä ongelmia, mutta ryhmässä ei varsinaisesti hoideta lasten ongelmia yksilötasolla. Vanhempainryhmässä vanhemmat keskittyvät kokemiinsa vanhemmuuden ongelmiin ja saavat tietoa oman sairautensa vaikutuksesta perheen vuorovaikutukseen ja lapsen kokemuksen ymmärtämiseen. Molemmissa ryhmässä vertaistuki on ensisijaisen tärkeää. Erilliset ryhmät yhdistetään lasten ja vanhempien yhteisellä ryhmätapaamisella (7. kerta), jolloin vanhempia ja lapsia kannustetaan keskustelemaan lasten tekemien kysymysten pohjalta vanhemman sairaudesta ja sen vaikutuksista perheen arkeen. Vanhempien ja lasten yhteisen ryhmätapaamisen yksi tärkeimmistä viesteistä on, että sairauteen liittyvistä asioista voidaan perheessä turvallisesti puhua yhdessä. (Inkinen & Söderblom 2005, 14.)

## 2.2 Vertti - vertaisryhmätoiminta Hyvinkäällä 2010

Vertti - vertaisryhmätoiminnan käynnistäminen Hyvinkäällä alkoi syksyllä 2009 suunnittelulla ja ryhmäohjaajien kokoontumisilla. Ajatus toiminnan aloittamisesta oli lähtenyt sosiaalityön perheohjaajien omasta innostuksesta kuultuaan Nurmijärvellä toteutettavasta Vertti - vertaisryhmätoiminnasta. Apuna toiminnan aloittamisessa oli Omaiset mielenterveystyön tukena Uudenmaan yhdistyksen Lapsi omaisena - projektissa (1998) kehitetty käsikirja ”Lapset ja vanhemmat vertaisryhmässä, kun vanhemmilla on mielenterveyden ongelmia”.

Ohjaajaryhmä muodostui moniammatillisesti seuraavista henkilöistä: Päivi Lievonen, diakoni, ev.lut seurakunta (vanhempainryhmä), Hannele Tukiainen, perheohjaaja, sosiaalipalvelut (vanhempainryhmä), Aino-Maija Saari, terveyskeskuspsykologi (lastenryhmä), Nina Siivonen, LTO, varhaiskasvatus (lastenryhmä) ja Jaana Käpyaho, sh-opisk., Laurea Hyvinkää (lastenryhmän apuohjaaja). Laura Korsisaari sosiaalipalveluiden esimies oli osa taustatiimiä, mutta ei toiminut ohjaajana ryhmissä.

Joulukuussa 2009 ja tammikuussa 2010 oli Hyvinkään kaupungin nettisivuilla ja paikallislehti Aamupostissa ilmoitus alkavasta vertaisryhmätoiminnasta. Ohjaajaryhmäläiset olivat myös omissa työpisteissään vieneet tietoa uudesta toimintamuodosta. Ryhmiin sai ilmoittautua 14.1. - 11.2.2010 välisenä aikana. Ilmoittautumisten perusteella perheitä kutsuttiin henkilökohtaiseen haastatteluun helmikuun aikana. Alkuhaastattelut olivat ryhmäohjaajien vastuulla ja ne toteutettiin käsikirjassa olevan valmiin haastattelupohjan avulla. Itsekin olin haastatteluissa mukana, jotta lapset oppisivat tuntemaan myös minut osana ryhmää alusta alkaen. Toimintaan ilmoittautui kuusi 6 vanhempaa: kolme äitiä, kolme isää ja yhteensä 7 lasta, joista kaksi oli samasta perheestä. Lapset olivat iältään 5 -8 v., tyttöjä oli neljä ja poikia kolme. Ensimmäisen tapaamiskerran jälkeen yksi äiti ja poika jäivät pois. Alkuhaastattelussa kerrottiin toiminnasta ja tavoitteista ja kartoitettiin perhetilanne. Tarkoituksena oli miettiä yhdessä vanhemman kanssa hänen mahdollisuuttaan sitoutua toimintaan. Varsinaiset vertaisryhmätapaamiset olivat 4.3., 11.3., 18.3., 25.3., 8.4., 15.4. ja yhteistä viikonloppua vietettiin 24. - 25.4.2010. Söderblom (2005,30) toteaa ryhmään osallistumista edeltävistä haastatteluista, että ne täyttävät useita tehtäviä niin perheen kuin ryhmäohjaajankin kannalta. Lapset ja vanhemmat saavat käsityksen tulevasta toiminnasta, mitä he voivat siltä odottaa ja mitä heiltä odotetaan. Lisäksi he voivat tutustua tuleviin ryhmäohjaajiin. Ryhmäohjaajat puolestaan voivat arvioida toiminnan sopivuutta ja hyötyä perheelle.

Ryhmätapaamisten rakenne oli aina samanlainen: aluksi tunnesäätikortin valitseminen ja omasta mielialasta kertominen, teematyöskentely johonkin aiheeseen liittyen, välipala, leikkituokio ja lopuksi käsitornin tekeminen ja loppukeksi.

1. Ryhmätapaaminen 4.3. Tutustuminen
2. Ryhmätapaaminen 11.3. Turvallinen ryhmä

3. Ryhmätapaaminen 18.3. Mikä vanhempaani vaivaa?
4. Ryhmätapaaminen 25.3. Omat tunteeni
5. Ryhmätapaaminen 8.4. Kun tunteet on piilossa
6. Ryhmätapaaminen 15.4. Ei - sanan käyttö

Loput neljä tapaamiskertaa sisältyivät viikonloppuun 24. -25.4. Sääksin leirikeskuksesta ja niiden aiheina olivat kyselytunti, tukiaikuiset, turvakortti, minä itse ja loppujuhla.

Perhekohtaiset palautekeskustelut järjestettiin neljä viikkoa leirin jälkeen 26.5. klo 13 -19 vertaisryhmätoimintaan osallistuneen lastenryhmän ohjaajan työhuoneessa. Haastattelu toteutettiin Vertti - käsikirjan mukaisesti haastatellen lapsi ja vanhempi ensin erikseen ja sitten lopuksi yhdessä. Lasten haastatteluissa käytettiin apuna Pesäpuun ry:n nalle - ja vahvuuskortteja (Liite 4). Nallekorttien avulla lapset muodostivat oman perheensä erilaisista nallehahmoista ja valitsivat jokaiselle perheenjäsenelle sopivan kortin erilaisine ilmeineen. Vahvuuskortit auttoivat lapsia kertomaan oman kokemuksensa siitä, millaisia luonteenpiirteitä he kokivat omaavansa.

Inkinen ja Söderblom (2005,16 -17) ovat määrittäneet Vertti - käsikirjassa seuraavanlaiset tavoitteet lastenryhmän vertaistoiminnalle:

1. Tietoa ja ymmärrystä

”Autetaan lasta ymmärtämään omaa ja perheensä tilannetta. Lapsi saattaa kokea syyllisyyttä vanhemman sairauteen liittyvistä oireista, kuten kiukunpuuskista, raivokohtauksista ja surumielisyydestä. Tiedon avulla voidaan oikaista väärinkäsityksiä. Ymmärrys siitä, ettei lapsi ole aiheuttanut sairastumista ja ettei hänen tarvitse hoitaa eikä parantaa vanhempansa, helpottaa lasta ja antaa hänelle tilaa ja ”luvan” keskittyä koulunkäyntiin, harrastuksiin ja ystävien kanssa olemiseen. Oleellista on, että lapsi voi liittää käsiteltävät asiat kokemusmaailmaansa. Tähän lapsi tarvitsee vanhemman apua. Ryhmässä omien kokemusten jakaminen ja toisten kokemusten kuuleminen auttaa lasta ymmärtämään, ettei hän ole ainoa, jonka vanhempi on psyykkisesti sairas. Parhaimmillaan tämä vähentää ratkaisevasti lapsen mahdollisesti kokemaa häpeää.”

2. Omien tunteiden ja tarpeiden ilmaisua

”Psyykinen sairaus, esim. masennus, voi ilmetä vahvoina tunteenpurkauksina, kuten raivokohtauksina tai itkuisuutena. Vanhempi voi maata vuoteessa päiväkausia ja lapsi voi kokea, ettei vanhempi välitä hänestä. Masentunut vanhempi ei välttämättä jaksaa olla innostunut ja kiinnostunut lapsestaan. Vanhemman ailahteleva mieliala voi olla lapselle hämmentävää ja lapsi on saattanut opetella peittämään omia tunteitaan ja tarpeitaan. Ryhmässä lasta rohkaistaan kuuntelemaan itseään ja ilmaisemaan omia ajatuksiaan, tunteitaan ja tarpeitaan.”

3. Itsetunnon vahvistamista, arjessa selviytymistä ja turvallisuutta

”Ryhmässä harjoitellaan arjessa selviytymistä monella tavalla: miten voi pitää puoliaan, miten saa itsensä kuulluksi, miten toimia hätätilanteessa. Ryhmätyöskentelyssä huomio on lapsen vahvuuksissa ja kasvun mahdollisuuksissa. Lasta kannustetaan kuuntelemaan ja ilmaisemaan itseään ja uskomaan oikeuteensa pitää puoliaan. Tavoite on

auttaa lasta ymmärtämään, että hän on arvokas juuri sellaisena kuin on. Tämä on tärkeää lapsen itsetunnolle.”

”Lapsen ja vanhemman kanssa pohditaan yhdessä lapselle tukiaikuisia, joihin lapsi tarvittaessa voi olla yhteydessä. Tukiaikuisen tiedot tulevat ns. turvakorttiin, joka tehdään lapsen kanssa yhdessä. Ajatuksena on, että kun lapsi konkreettisesti tietää, miten toimia eri tilanteissa ja ennen kaikkea siihen on myös vanhemmilta etukäteen saatu lupa, se tuo turvaa ja auttaa lasta selviytymään arjessa.”

#### 4. Avointa vuorovaikutusta ja kommunikaatiota

”Ryhmän tavoitteena on antaa myönteinen kokemus siitä, että vaikeista asioista voidaan puhua. Kun lapsi saa tilaisuuden tulla kuulluksi, hän oppii kuvaamaan vanhemman sairautta omasta näkökulmastaan. Löytyy sanoja arkeen ja tapoja ilmaista itseään. Keskusteleminen ryhmässä voi antaa myös lapselle kokemuksen siitä, että puhuminen voi helpottaa.”

”Ryhmätöiminnan tavoite on lisätä avoimuutta ja vuorovaikutusta niin kotipiirissä kuin lähiverkostossa. Kertaalleen yhteisesti jaettu, omakohtainen tarina voi olla helpompi jakaa myös jatkossa niin perheen sisällä kuin lähipiirissäkin.”

#### 5. Vertaistukea

”Ryhmässä lapsia kannustetaan jakamaan kokemuksia, ajatuksia ja tunteita. Vertaisten tapaaminen, yhdessä toimiminen ja kokemusten vaihto on merkittävä osa ryhmätöimintää. Jaettu omakohtainen kokemus demystifioi ja normalisoi omaa tilannetta. Jakamisen ja vastavuoroisuuden myötä lapsi saa myös kokemuksen, että hän voi itse olla vertaisilleen tueksi. Tämä vahvistaa lapsen itsetuntoa. Hän saa kokemuksen siitä, että ei ole tilanteessaan yksin ja että hänen perheensä ei ole ainoa, jossa vanhempi on sairas.”

### 3 Lasta suojaavat tekijät

Beardslee on tutkinut depressiota jo yli kahdenkymmenen vuoden ajan. Tutkimuksissaan hän havaitsi, että depressiolla on taipumus siirtyä sukupolvelta toiselle. Toisaalta kuitenkin, tutkimukset olivat osoittaneet, että kaikki lapset ja nuoret eivät sairastuneet masennukseen, vaikka altistuiivatkin masennuksen vaikutuksille perheissään. Näin hän löysi perheiden ja lasten elämästä tekijöitä, jotka tukivat lasten kehitystä ja suojasivat lapsia omalta sairastumiselta. (Solantaus, Väisänen & Niemelä 2003, 217.) Seurantatutkimuksissaan Beardslee ja Podorefsky (Söderblom 2005, 9 - 10) tunnistivat tiettyjä piirteitä hyvin selviytyvissä lapsissa: lapset olivat olleet aktiivisia ja yritteliäitä sekä vahvasti sitoutuneita koulu- ja vapaa-ajantoimintaan ja heillä oli ollut merkityksellinen sosiaalinen verkosto. He olivat olleet hyvin tietoisia vanhemman sairaudesta ja siitä, että eivät itse olleet syy tai syyllisiä vanhemman sairauteen. Keskeistä kuitenkin oli, että he olivat pysyneet lähellä sairastunutta vanhempansa, vaikka olivat itsenäisiä. Vertaillaessaan näitä selviytyviä nuoria nuoriin, jotka eivät olleet onnistuneet eriytymään vanhemmastaan, tutkijat päättelivätkin, että hyvä sopeutumiskyky yhdistettynä hyvään itsetuntemukseen ja tietoon masennuksesta mahdollistaa selviytymisen.

On tärkeää ymmärtää, että selviytyminen ei kehity lapsuudessa luonnostaan, vaan se on sidoksissa jatkuvaan vuorovaikutukseen lapsen ja ympäristön kanssa. Varhaiset sopeutumisko-

kemukset vaikuttavat sopeutumiskykyyn myöhemmissä tilanteissa. (Söderblom 2005,7.) Lohdullista on huomata, että vaikka elämä saattaa olla psyykkisesti sairaiden vanhempien lapsille raskasta ja ongelmallista, monet selviytyvät kuitenkin hyvin. Rutterin (Söderblom 2005,15) mukaan tällainen haaste voi vaikuttaa korkean moraalien ja hyvien ongelmanratkaisutaitojen kehittymiseen sekä synnyttää paremman selviytymiskyvyn tulevaisuuden stressitilanteiden varalle, jos kuormitus ei kasva lapselle liian suureksi. Myös Solantaus (Söderblom 2005,15) kuvaa ominaisuuksia, jotka saattavat kehittyä kasvuiän haasteiden myötä positiivisesti: sensitiivisyys, kärsivällisyys, kyky ottaa huomioon toiset ja vastuullisuus.

### 3.1 Saatu ymmärrys masennuksesta vaikuttaa selviytymiseen

Beardsleen tutkimukset ovat osoittaneet, että ymmärrys vanhemman sairaudesta helpottaa lasten tilannetta ja tukee heidän kehitystään. Hän vertaa ymmärrystä kompassiin, joka auttaa suunnistamaan vanhemman oireiden tiheikössä. Esimerkiksi, kun vanhempi ei vastaa lapsen tervehdykseen tämän tullessa koulusta kotiin, lapsi ymmärtää, mistä on kysymys eikä ajattele, että hän ei ole tervetullut kotiin, vaan että vanhempi on nyt masennuksen pohjalla. Jos lapsi keittää vanhemmalle kahvit ilahduttaakseen tätä, eikä vanhempi halua juoda sitä, lapsi ymmärtää, että vanhemmalla on vaikeaa, eikä ajattele, että ei osannut toimia oikein ja nyt pitää yrittää jotain muuta. Lapsi ymmärtää, että ei voi, eikä hänen tarvitse itse yrittää parantaa vanhempansa. Näin ollen hän ei joudu ahdistavaan ja vangitsevaan kierteeseen, jolla yrittää saada vanhempansa voimaan paremmin. (Solantaus 2001a, 46 -47.)

Vertaisryhmätoiminnassa itseymmärryksen rakentuminen on keskeistä. Lapsia rohkaistaan ilmaisemaan omia kokemuksiaan, jolloin ryhmänohjaajan tehtävänä on luoda pohjaa lapsen itseymmärryksen kehittymiselle liittämällä lapsen arkikokemukset annettuun tietoon. Ryhmätoiminnassa on aivan yhtä tärkeää, että lapset ja aikuiset kommunikoivat keskenään perheen tilanteesta ja näin luovat yhteistä ymmärrystä asiasta. Ryhmien yhteiset tapaamiset tähtäävät juuri tähän. (Söderblom 2005, 29- 30.)

Beardslee ja Podorefsky (Söderblom 2005, 10) ovat nimenneet seurantalutkimuksessaan kolme itseymmärryksen komponenttia, jotka ovat osana lapsen hyvässä itsetuntemuksessa ja selviytymisessä:

1. ”Oikea arvio vanhemman tilanteesta, so. tieto, siitä, että vanhempi on sairas”
2. ”Realistinen käsitys omista toimintamahdollisuuksista tilanteessa, so. tieto siitä, ettei voi parantaa vanhempaa eikä ole syyllinen vanhemman sairauteen”
3. ”Toimiva arki, joka peilaa ymmärrystä vanhemman tilanteesta, so. kyky toimia ja ajatella itsenäisesti, kyky pysyä erillään vanhemman sairaasta kokemus- ja ajatusmaailmasta”.

### 3.2 Toimiva vuorovaikutus vähentää masennuksen vaikutusta

Solantauksen mukaan (2001b, 36 -37) vakava masennus ilmenee vahvasti sekä somaattisesti että vuorovaikutuksellisesti. Esimerkiksi masennuksen oireet perustuvat muutoksiin aivojen toiminnassa ja tulevat esille poikkeavina tunnereaktioina, uni- ja ruokailuvaikeuksina, fyysisenä väsymyksenä ja ajattelun vääristymisinä. Masennus vaikuttaa myös ihmisten väliseen vuorovaikutukseen, tapaan toimia toisten ihmisten kanssa, kokea ja tulkita toisten puheita ja tekemisiä. Syyt masennukseen voivat olla perimässä, ihmisten omassa psyykkisessä rakenteessa ja herkkyydessä sairastua tai vaikeissa elämäkokemuksissa ja elinoloissa. Yleensä on kysymys näiden kaikkien yhteisvaikutuksesta. Masennus on yksi vaikeimpia psyykkisiä häiriöitä ihmisen itsensä tunnistaa. Se alkaa normaaleina inhimillisinä tunteina ja käytöksenä, väsymyksenä ja alakulona, ja etenee niin hitaasti, että läheistenkin on vaikeaa sanoa, mikä on normaalia väsymystä. Masennuksen ja normaalin väsymisen ja alakulon välinen raja onkin vaikeasti vedettävissä. Masennus eroaakin muista psyykkisistä sairauksista kuten psykoosista, fobioista ja pakkoneurooseista, jotka ilmenevät selvästi poikkeavana käytöksenä.

Rautiaisen (2003, 179) mukaan masennus näkyy monin tavoin masentuneen ihmisen vuorovaikutuksessa. Masentunut ihminen hakee usein ja liiallisesti rauhoittelua ja tukea itselleen sekä luo ympärilleen toivottomuuden ilmapiiriä. Hän kokee saavansa liian vähän tukea läheisiltään, eikä jaksakaan kiinnostua mistään. Hän on jatkuvasti uupunut ja huolissaan. Tämä kaikki kuormittaa perheen vuorovaikutusta ja heikentää voimavaroja. Seuraavassa erään perheen kuvaus masennuksen vaikutuksista perheen vuorovaikutukseen silloin, kun perheen äiti sairastui: ”Kotona puhuttiin vähemmän, arkipäiväinen asioista jutteleminen vähentyi huomattavasti ja masentunut äiti jäi siitä ulkopuolelle. Perheessä riideltiin vähemmän, riidat vanhempien välillä samoin kuin äidin ja pojan välillä vähenivät. Erityisesti väheni nauru, ilmapiiri kotona oli enimmäkseen vakava. Myös hellyydenosoitukset ja asioiden tekeminen yhdessä vähenivät. Yhteydenpito sukulaisiin ja ystäviin väheni myös huomattavasti, koska äiti ei jaksanut olla tekemisissä muiden kanssa. Perheen työnjako muuttui. Äiti ei jaksanut hoitaa hänelle ennen kuuluneita tehtäviä, muut perheenjäsenet ottivat niitä hoitaakseen”. Jokaisen perheenjäsenen elämä muuttui huomattavasti masennuksen myötä. (Rautiainen 2003, 180.)

## 4 Opinnäytetyön tarkoitus ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyössäni tutkitaan Vertti - vertaisryhmätoiminnan tavoitteiden toteutumista lasten kokemana Hyvinkäällä keväällä 2010 siihen osallistuneille lapsille. Tutkimussuunnitelmavaiheessa tutkimuskysymyksiä oli vain kolme, mutta koska kokemus vertaisuudesta on yksi oleellinen osa Vertti - vertaisryhmätoimintaa, haluttiin myös tutkimuskysymys neljä lisätä tutkimuskysymyksiin. Lisäys tehdään ennen haastatteluita. Tutkimuskysymysten pohjalta johdetaan teemat, jotka nousevat Vertti - vertaisryhmätoiminnalle asetetuista lastenryhmän ta-

voitteista. Jokaisen teeman alle on lisätty haastatteluissa käytettäviä teemaa tarkentavia kysymyksiä.

Tutkimuskysymykset ovat

1. Miten lapsi ymmärtää vanhemman masennuksen?

Teema 1 Tietoa ja ymmärrystä masennuksesta

- muistatko, mitä se masennus tarkoittaa?
- millainen äiti/isä on, kun on masentunut, väsynyt, surullinen?
- tiedätkö, miksi äiti/isä on masentunut, väsynyt, itkuinen?
- kenen syy se on?
- mitä teet silloin, kun äiti/isä on masentunut, väsynyt?
- voiko lapsi olla masentunut?

2. Millainen on lapsen minäkäsitys?

Teema 2 Omien tunteiden ja tarpeiden ilmaisua

- minkä ikäinen olet nyt?
- keitä perheeseesi kuuluu? (nallekortit)
- millainen sinä olet, kun olet vihainen, surullinen, iloinen, väsynyt?
- millainen isä/äiti on silloin, kun on masentunut?
- pelottaako sinua jokin asia?
- missä kohtaa kehoa masennus/paha olo/väsymys voi tuntua?

Teema 3 Itsetunnon vahvistamista, arjessa selviytymistä ja turvallisuutta

- millainen tyttö/poika sinä olet? (vahvuuskortit)
- miten pidät puoliasi, kun joku kiusaa?
- keneltä haet apua, jos sinulla on turvaton olo?

3. Millainen on perheen vuorovaikutus?

Teema 4 Avointa vuorovaikutusta ja kommunikaatiota

- mitä leikitte kotona? kenen kanssa?
- mitä teet yhdessä isän kanssa/äidin kanssa?
- kenelle kerrot salaisuuksia?
- kenelle kerrot, kun haluat jutella?
- kenelle kerrot, kun on paha mieli?
- juttelitteko isän/äidin kanssa Vertistä?
- mitä harrastat?
- käyttekö mummolassa, kyläilemässä?
- mitä teitte kesällä?

#### 4. Millainen kokemus Vertti - vertaisryhmätoiminta oli lapselle?

##### Teema 5 Vertaistukea

- mitä teitte toisten lasten kanssa Vertissä?
- mikä oli mukavaa/ kurjaa?
- mitä toiset lapset kertoivat?
- miksi toiset lapset olivat Vertissä?
- millaisia suruja toisilla oli?
- millaisia iloja?

#### 5 Tutkimusmenetelmälliset ratkaisut

##### 5.1 Tutkimusmenetelmä

Kysymyksessä on kvalitatiivinen tutkimus. Se on nimitys joukolle hyvinkin erilaisia tutkimustapoja. Niiden yhteisinä piirteinä on pyrkimys ymmärtää ihmisten toimintaa ja löytää ilmiöiden yhteisiä merkityksiä. Kun selitetään ihmisen toimintaa, pyritään ymmärtämään toiminnan tavoitteet, motiivit ja taustalla vaikuttavat syyt. Ilmiöiden koostuvat erilaisista tulkittavista merkitysrakenteista. Todellisuutta koskeva tietomme on subjektiivista, sillä ihminen rakentaa itselleen kuvan tästä todellisuudesta käyttäen omia käsitejärjestelmiään, tunteitaan, kokemuksiaan ja arvojaan. Tietomme on myös kokonaisvaltaista, arvosidonnaista ja huonosti siirrettävää. Tutkijan pyrkimyksenä on selvittää ihmisten subjektiiviseen maailmankatsomukseen sisältyviä merkityksiä eli heidän tulkintojaan ympäristöstään ja itsestään. (Niskanen 2011.)

Tutkimusmenetelmällinen lähestymistapa on fenomenologinen, koska tavoitteena on ihmisten kokemusten kuvaaminen. Fenomenologia tarkoittaa oppia ilmiöistä ja siinä ollaan kiinnostuneita siitä, miten ihminen kokee ilmiön, johon hän on suhteessa. (Paunonen & Vehviläinen - Julkunen 1998, 154).

##### 5.2 Kohderyhmä ja aineiston keruu

Tutkimuksen aineisto kerätään teemahaastatteluna. Teemahaastattelu on puolistrukturoitu menetelmä siksi, että haastattelun aihepiirit eli teemat ovat kaikille samat. Haastatteluissa käytetään ns. teema-alueuutteloa, jota tarkennetaan haastattelun kuluessa kysymyksillä. Hirsjärvi ja Hurme (2001, 48; 66 -67) toteavat, että teemahaastattelussa yksityiskohtaisten kysymysten sijaan haastattelu etenee tiettyjen teemojen varassa, mikä puolestaan antaa mahdollisuuden tuoda tutkittavien äänen kuuluviin. Haastattelutilanteessa teemat ovat haastattelijan muistilistana ja ne tarkennetaan kysymyksillä. Keskeistä on haastattelun aikana syntyvä vuorovaikutus sekä haastateltavien antamat tulkinnat ja merkitykset asioille. Myös tutkittava, eikä vain tutkija, voi tehdä tarkentavia kysymyksiä. Tarkoituksena on haastattelun avulla kerätä aineisto, jonka pohjalta on mahdollista luotettavasti tehdä tutkittavaa ilmiötä



koskevia päätelmiä. Haastattelussa käytetään apuna myös nalle- ja vahvuuskortteja, jotka auttavat lapsia kertomaan omista ja muiden perheenjäsenten tunnetiloista ja kuvaamaan omia vahvuuksiaan. Kortit ovat lapsille tuttuja jo aikaisemmista haastattelutilanteista.

Tiedonantajina oli kolme lasta iältään 6 -9 vuotta. Alun perin tarkoituksena oli haastatella viittä lasta, mutta kahden lapsen ja heidän perheidensä elämänmuutokset eivät mahdollistaneet haastattelun suorittamista. Keväällä 2010 Hyvinkäällä järjestettiin ensimmäisen kerran Vertti - vertaisryhmätoimintaa masentuneelle vanhemmalle ja hänen lapselleen. Olin mukana lasten alkuhaastatteluissa ja viidessä lasten ryhmätapaamisessa apuohjaajana. Viikonloppulei- rillä Sääksin leirikeskuksesta en ollut mukana, enkä myöskään perheiden palautekeskusteluissa. Tutkimukselle oli etua siitä, että tunsin lapset ja järjestettävän toiminnan etukäteen, koska se mahdollisti lasten luontevan kohtaamisen. Olen itse Hyvinkään kaupungin työntekijä varhaiskasvatuksessa ja vanhempia ja lapsia tukeva toiminta on minulle läheistä ja tuttua, mikä puolestaan auttoi luomaan haastattelutilanteen levolliseksi ja vuorovaikutukselliseksi. Opinnäytetyön alussa tavoitteena oli haastatella lapset kaksi kertaa, ensimmäisen kerran ke- väällä 2010 ja toisen kerran alkusyksystä 2010. Aikataulun muuttumisen henkilökohtaisten syiden ja aikaistetun Vertti - vertaisryhmätoiminnan oman palautekeskustelun vuoksi lapset pystyttiin haastattelemaan vasta marraskuun 2010 alussa. Vanhemmille lähetettiin selvitys uudesta aikataulusta ja lasten haastatteluajat sovittiin perheille sopiviksi ajankohdiksi. Kaksi haastattelua pidettiin perheille tutussa palautekeskustelupaikassa ja yksi haastattelu tapahtui lapsen omassa kodissa hänen huoneessaan. Haastattelujen kesto oli noin puoli tuntia ja jokai- sen lapsen haastattelu äänitettiin. Yhdessä haastattelussa lapsen vanhempi oli myös mukana.

### 5.3 Aineiston analyysi

Haastatteluissa kerättyä aineistoa analysoitiin teorialähtöisesti käyttäen ns. sisällönanalyysi- menetelmää. Sen tavoitteena on ilmiön laaja, mutta tiivis esittäminen, jonka tuloksena syn- tyy käsiteluokituksia, käsitejärjestelmiä, malleja ja käsitekarttoja. Sen vahvuutena on sisäl- löllinen herkkyys ja tutkimusasetelman joustavuus. (Kankkunen & Vehviläinen - Julkunen 2009, 133 - 134.) Teoriapohjana käytettiin lasten Vertti - vertaisryhmätoiminnalle asetettuja tavoitteita, jotka myös muodostivat analyysirungon perustan. Käytetty analyysirunko oli strukturoitu, mikä tarkoitti, että saadusta haastatteluaineistosta kerättiin vain niitä asioita, jotka sopivat analyysirunkoon. Tämä mahdollisti lasten Vertti - vertaisryhmätoiminnalle ase- tettujen tavoitteiden testaamisen uudessa ympäristössä eli uudessa lapsille järjestetyssä Vertti - vertaisryhmätoiminnassa. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 113.) Kun aineistoa jaettiin ana- lyysiyksiköihin, päätettiin myös, tarkastellaanko sitä ilmi- vai piilosisältöjen perusteella. Edel- lisessä tarkastelussa analyysiyksiköitä tarkastellaan vain suhteessa tutkittavaan ilmiöön ja jäl- kimmäisessä taas tarkastellaan aineiston osia suhteessa koko aineistoon ja huomioidaan mm. osallistujien puheesta hiljaisuus, huokaukset ja nauru. (Kankkunen & Vehviläinen - Julkunen 2009, 135 - 136.) Tutkimuksessa huomioitiin piilosisällöt havainnoiden, miten ne tukivat lapsen

antamaa vastausta. Esimerkiksi, millaisena lapsen kokonaisolemus ilmeni hänen mieltiessään vastausta haastattelukysymykseen (puheen reippaus, iloisuus, varovaisuus, väsymys).

#### 5.4 Eettisyys ja luotettavuus

Kankkusen ja Vehviläinen - Julkunen (2009, 133 - 134) mukaan sisällönanalyysiä pidetään hyvin yksinkertaisena tekniikkana, joka ei välttämättä johda tilastollisten analyysien mahdollisuu-  
teen. Kvalitatiivisen tutkimuksen asiantuntijat ovat korostaneet, ettei menetelmä ole riittä-  
vän laadullinen. Toistaiseksi hoitotieteessä induktiivinen sisällönanalyysi on ollut enemmän  
käytössä, mutta tutkijat odottavat, että tulevaisuudessa deduktiivinen sisällönanalyysi vahvis-  
tuu teorioiden testaamisessa ja edelleen kehittämisessä. Eettisestä näkökulmasta keskeistä  
tutkimusaineiston analyysissä on, että analyysi tehdään tieteellisesti luotettavasti ja hyödyn-  
tämällä koko aineistoa. (Leino - Kilpi & Välimäki 2009, 369). Opinnäytetyössä käytettiin struk-  
turoitua analyysirunkoa, jotta jo aikaisemmin luotuja Vertti - vertaisryhmätoiminnalle asetet-  
tuja tavoitteita voitiin tavallaan testata uudessa järjestetyssä toiminnassa. Tämän vuoksi tut-  
kimuksessa ei hyödynnetty kaikkea saatua aineistoa.

Paunonen ja Vehviläinen - Julkunen (1998, 152 - 155) korostavat, että tutkijan tulee pyrkiä  
jatkuvaan itsetarkkailuun, jotta omat kokemukset eivät sekoittuisi tutkittavan kokemuksiin ja  
jotta hän pystyisi tavoittamaan tutkittavan kokemuksen mahdollisimman aitona. Tutkittavan  
ilmiön hahmottamisessa ja tutkimustehtävän selkeyttämisessä, rajaamisessa ja perustele-  
misessä tarvitaan aikaisempaa tietoa tutkittavasta ilmiöstä. Aiempi tieto ei ohjaa eikä vinouta  
uuden kokemustiedon keruuta, mikäli tutkija on esiyymmärryksestään tietoinen ja ”pane-  
e sen sulkeisiin” tutkimuksensa tiedonkeruun ajaksi. Itse olin tutustunut aihealueeseen ollessani  
apuhjaajana Vertti - vertaisryhmätoiminnassa. Saamani esiyymmärryksen ja tiedon mukaan  
vertaistoiminnasta pystyttiin vähitellen tarkentamaan ja hahmottamaan tutkittavaa ilmiötä ja  
luomaan halutut tutkimuskysymykset. Vertti - vertaisryhmätoiminnan aikana lapsista ei tietoi-  
sesti kerätty tutkimusaineistoa ja toimintaa ei dokumentoitu tutkimukseen liittyen, vaan tut-  
kimuksen aineisto kerättiin vasta haastattelutilanteissa (Liite 2). Paunonen ja Vehviläinen -  
Julkunen (1998, 219) myös toteavat, että ei ole olemassa pelkästään yhtä tulkinnallista to-  
tuutta, vaan tulkinnassa on aina mukana tutkijan oma löytävä mieli. Tutkijan tulee esittää  
analyysinsä tueksi riittävä määrä alkuperäishavaintoja, esim. suoria lainauksia haastateltavil-  
ta, sillä analyysin luotettavuus syntyy empiiristen havaintojen ja käsitteellisten luokitusten  
loogisesta yhteensopivuudesta. Tutkimuksen haastattelujen puhtaaksi kirjoittamisen jälkeen  
etsittiin aineistosta analyysirungon mukaisia lauserakenteita ja ajatuksia ja kirjattiin ne ylös  
analyysirunkoon. Saadun aineiston pelkistäminen pidemmälle ei ollut välttämätöntä, koska  
nyt jo oli mahdollista verrata saatuja lauserakenteita Vertti - vertaisryhmätoiminnalle asetet-  
tuihin tavoitteisiin ja löytää yhtäläisyyksiä asetettujen tavoitteiden ja saadun haastatteluai-  
neiston välillä. Saatua aineistoa tarkasteltiin kuitenkin ns. positiivisten tai negatiivisten silmä-

lasien kautta eli miten paljon lasten ilmaisussa ja sanavalinnoissa esiintyi negatiivisia tai positiivisia ilmauksia suhteessa tutkimuskysymyksiin.

Lasten haastatteluihin olin pyytänyt luvan vanhemmilta (Liite 3). Haastattelut äänitettiin ja vanhemmilla oli oikeus saada kuunneltavakseen lapsensa antama haastattelu. Kukaan vanhemmista ei kuitenkaan pyytänyt nauhaa kuunneltavaksi. Haastattelujen puhtaaksi kirjoittamisen jälkeen haastattelut hävitettiin. Kirjoitetussa tekstissä ei tullut esiintymään lapsen nimeä, ikää eikä sukupuolta. Tällä tavoin haluttiin varmistaa, että jokaisen perheen ja lapsen yksityisyys ja anonymiteetti tulee säilymään.

Lasten haastattelemisen tuo aina omat haasteensa haastattelutilanteisiin. Haastattelupaikaksi valittiin lapsille ennestään tuttu ympäristö, kevään palautekeskustelupaikka, tai koti. Heidän ikänsä otettiin huomioon ja haastattelu aloitettiin tutuilla nallekorkeilla, jotta lapset saattoivat tuntea olonsa mahdollisimman turvalliseksi. Haastattelutilanteessa pyrittiin tietoisesti luontevaan vuorovaikutukseen ja käsitteiden ymmärrettävyyteen kiinnitettiin huomiota, jotta saatava aineisto kertoisi mahdollisimman aidosti lapsen kokemuksen. Hirsjärvi ja Hurme (2001, 130) korostavat, että kysymysten tulee olla tarpeeksi lyhyitä ja samoin haastatteluajan, ehkä 15 -20 min. Haastattelijan tulisi myös olla tuttu lapselle, jos lapsi on esikouluikäinen, jotta hän ei vierastaisi haastattelijaa. Heidän mukaansa pienillä lapsilla on taipumus myös vastata kyllä, vaikka he eivät tietäisikään vastausta. Siksi asiaa kannattaa kysellä uudelleen vähän eri sanoilla. Lisäksi on tärkeää tietoisesti huomioida lapsen näkökulma ja korostaa lapselle, että hän on asiantuntija. Ennen haastattelua lapsille vielä kerrottiin, mitä varten heitä tullaan haastattelemaan ja korostettiin, että on hienoa, että he tulivat kertomaan haastattelijalle oman kokemuksensa. Haastattelu myös lopetettiin heille Vertti - vertaisryhmätoiminnasta tutulla lopetuksella Muumikeksin kera. Tällä tavoin pyrittiin luomaan turvallinen lopetus haastattelulle. Erityishuomiona he saivat mukaansa myös pienen Muumiheijastimen.

## 6 Tulokset

Vertti - vertaisryhmätoiminnan tavoitteet muodostivat siis pohjan haastatteluteemoille ja analyysirungolle. Teeman 1 ”Tietoa ja ymmärrystä masennuksesta” saadut vastaukset vastasivat pääosin tutkimuskysymyksen 1 eli ”Miten lapsi ymmärtää vanhemman masennuksen?”. Teemat 2 ja 3 eli ”Omien tunteiden ja tarpeiden ilmaisua” ja ”Itsetunnon vahvistamista, arjessa selviytymistä ja turvallisuutta” vastasivat tutkimuskysymyksen 2 ”Millainen on lapsen minäkäsitys?”. Teeman 4 ”Avointa vuorovaikutusta ja kommunikaatiota” myötä saadut lasten vastaukset kertoivat puolestaan perheen vuorovaikutuksen määrästä ja laadusta ja vastasivat tutkimuskysymyksen 3 ” Millainen on perheen vuorovaikutus?”. Teemaan 5 ”Vertaistukea” liittyvät vastaukset kertoivat lasten vertaiskokemuksesta eli vastasivat tutkimuskysymyksen 4 ” Millainen kokemus Vertti - vertaisryhmätoiminta oli lapselle?”.

## 6.1 Miten lapsi ymmärtää vanhemman masennuksen?

Lasten oli vaikeaa määritellä sana ”masennus” ilman, että se liitettiin heidän konkreettiseen kokemukseen vanhemman olemuksesta silloin, kun vanhempi oli masentunut. Heidän vastauksensa kuvastivat heidän olemustaan: he vastasivat reippaasti ja iloisesti tai sulkeutuneemmin, mutta kuitenkin oman persoonansa mukaisesti. Lasten vastaukset eivät kertoneet pelosta vanhempaa tai vanhemman sairautta kohtaan. Lasten vastauksissa kävi myös ilmi, etteivät he syyllistäneet itseään tai ketään muutaakaan vanhemman sairaudesta.

TEEMA	LASTEN KOKEMUKSIA
Tietoa ja ymmärrystä masennuksesta	”äiti/isä suuttuu” ”tulee surulliseksi” ”äiti/isä ei jaksakaan tehdä mitään, ei yhtikäs mitään” ”syö aika paljon lääkkeitä” ”ei pelota, tiedän, että lääkkeet auttaa” ”on nukkumassa” ”masennus on sillee...hermostuu helpommin kuin muut ihmiset, ei jaksais tehdä mitään, niinku sillee..” ”ei se kyllä kivaakaan ollut” ”vain aikuiset” voivat sairastua masennukseen (kaksi lasta) masennus voi kestää ”kaksikin vuotta”(pitkä aika) masennus ”ei ole kenenkään syy”

Kuvio 1 Lasten kokemuksia masennuksesta

## 6.2 Millainen on lapsen minäkäsitys?

Haastattelutilanteessa lapset kuvasivat vahvuuksiaan vahvuuskorteilla. Korttipinosta he saivat valita niin monta korttia, kuin halusivat kuvaamaan omaa itseään. Yksi lapsi (L1) valitsi 10 korttia, toinen (L2) 5 ja kolmas (L3) 15 korttia. Tehtävä oli jokaiselle lapselle hyvin mieluinen ja entuudestaan tuttu ja he käyttivät paljon aikaa niiden miettimiseen. Kaksi lasta myös osasi perustella kysyttäessä, miksi valitsivat jonkin tietyn kortin. Lasten valitsemat kortit olivat yleisluonteisesti hyvin positiivisia ja kuvastivat rohkeutta olla oma itsensä ja uskoa omaan voimavaroihin ja selviytymiseen. Kahden lapsen vastauksissa ilmeni myös varovaisuus ja uskallus

avunpyytämiseen tarvittaessa. Yhden lapsen kokemuksessa avuntarve liittyi vahvasti hänen kokemaansa koulukiusaamiseen ja puolustautumiseen siellä.

LAPSET	LASTEN KOKEMUKSIA ITSESTÄ/ VAHVUUS-KORTIT
L1 (10 korttia)	”olen vahva, osaan pitää puoliani, uskallan sanoa, mitä ajattelen, olen varovainen, uskallan olla erilainen, osaan arvostaa itseäni, osaan suojella itseäni, ajattelen paljon, osaan pyytää apua, uskallan näyttää tunteeni”
L2 (5 korttia)	”olen taitava, olen hyvä ystävä, olen hyvä urheilussa, olen vahva, olen hauska ja hassu”
L3 (15 korttia)	”osaan suojella itseäni, olen hyvä urheilussa, olen taitava, osaan ja uskallan pyytää apua, olen rohkea, osaan tehdä hyviä päätöksiä, uskallan sanoa, mitä ajattelen, olen täynnä energiaa, olen rehellinen, jaksan yrittää eteenpäin, osaan pitää hauskaa ystävien kanssa, osaan ja uskallan rakastua, olen varovainen, olen vahva, osaan pitää puoliani”

Kuvio 2 Lasten kokemuksia itsestä/vahvuuskortit

Vertti - vertaisryhmätoiminnan tavoitteissa lasten minäkuvaa pyritään vahvistamaan opettelemalla tunnistamaan erilaisia tunnetiloja itsessä ja muissa ja ilmaisemaan niitä ryhmässä sekä arjen vuorovaikutustilanteissa. Lasten kanssa pyritään löytämään sanoja erilaisille kehon pahan tai hyvän olon tuntemuksille. Vahvuuskortit olivat konkreettinen väline itseen liittyvien vahvuuksien kertomisessa, mutta nallekorttien esittämät erilaiset tunnetilat auttoivat lapsia kuvaamaan omaa tunnekokemusta. Niiden avulla lapset saivat kertoa kokemuksensa jokaisen perheenjäsenen mielialasta ja persoonasta haastatteluhetkellä. Tämä tehtävä oli hyvin mieluinen ja lapset käyttivät myös nyt paljon aikaa korttien valitsemiseen. He osasivat hyvin tunnistaa ja kuvata perustunteita iloa, surua, vihaa, tyytyväisyyttä.

PERUSTUNNE	LASTEN KOKEMUKSIA TUNTEISTA/ NALLEKORTIT
ILO	iloinen ihminen voi ”pomppia” ja ”hymyillä” ”iloinen, aina iloinen” ”sellanen, että mä saatan kävellä seinilläkin”

	”se naurattaa ihan liikaa”
SURU	”tuntuu pahalta, ku iskä/äiskä on surullinen” paha olo tuntuu ”mahassa” ”en mä tiedä -ilme”
VIHA	” isä/äiti on äidille/isälle usein vihainen” ”mä voin vaikkaa hakkaa tavaroita rikki”
TYTYTYVÄISYYS	” tavallinen päivä eli sellanen - on ihan hyvä päivä ja kaikki on mennyt hyvin”

Kuvio 3 Lasten kokemuksia tunteista/nallekortit

Lasten tulevaisuuden toiveet ja haaveet voivat kertoa omalla tavallaan lasten minäkuvasta: positiivisen minäkuvan omaavalla lapsella on haaveita, toiveita ja odotuksia ja päinvastoin. Ensimmäisen lapsen kokemus oli, että hänellä oli jo hyvin paljon kaikkea, hän harrasti jo monenlaista ja siksi ei haaveillut tällä hetkellä mistään. Toinen haaveili peli-insinöörin urasta: ”Kato, sitten, ku mä saan lapsen, niin mä voin tehdä sille omii pelejä. Se saa sitten bokseja ilmaseksi.” Kolmannella lapsella oli haastattelupäivänä päällimmäisenä ajatuksena konkreettinen toive ”ei sais enää arestia”, sillä hän oli kiusannut sisarustaan haastatteluviikolla.

### 6.3 Millainen on perheen vuorovaikutus?

Teeman 4 kysymykset käsittelivät perheen vuorovaikutusta ja lapsen sosiaalista lähiverkostoa. Jokainen lapsi koki, että hänellä oli paljon kavereita ja että hän sai käydä usein heidän luonaan. Lapset tapasivat myös lähisukulaisiaan säännöllisesti, joko isovanhempiaan tai vanhempia sisaruksiaan, jotka asuivat muualla. Vertti - vertaisryhmätoiminnassa tehdyissä ns. turvakorteissa oli kahdella lapsella isovanhemman puhelinnumero. Turvakortin ajatus on, että lapsi tietää konkreettisesti ns. tukiaikuisen, johon saa ja voi olla yhteydessä tarvittaessa ja ennen kaikkea siihen on saatu etukäteen vanhemman lupa. Turvakortti auttaa lasta omalta osaltaan selviytymään arjessa luomalla turvallisuudentunnetta. Haastattelukysymykseen ”Kenelle kerrot, kun haluat jutella tai kertoa salaisuuksia tai kun sinulla on paha mieli?” jokainen lapsi sanoi kertovansa vanhemmilleen tai sisaruksilleen ja yksi lapsi lisäsi vielä, että koulussa opettajalle. Hänen kokemuksensa oli, että ”vähän kaikki kuuntelevat”.

Lapset kertoivat, että kotona pelattiin, leikittiin sisarusten kanssa ja katsottiin televisiota. Yhden lapsen mukaan kotona kerrottiin toiselle vanhemmalle, mitä Vertissä tehtiin, mutta kukaan lapsista ei ilmaissut, että kotona varsinaisesti olisi keskusteltu Vertti - vertaisryhmätoiminnassa käsitellyistä asioista. Yksi lapsi myös harrasti useampaa kuin yhtä harrastusta viikossa ja heillä oli myös eläimiä kotona, joita he päivittäin hoitivat. Vanhemmat olivat myös aktiivisesti mukana kuljettamassa lapsiaan harrastuksiin. Yksi lapsi oli ollut mukana erilaisilla

leireillä loma-aikoina ja kaksi muuta lasta olivat olleet kesälomamatkalla oman perheensä kanssa. Viime kesästä jokaisella lapsella oli mukavia muistoja, jotka liittyivät erityisesti uimiseen tai mökillä olemiseen.

#### 6.4 Millainen kokemus Vertti - vertaisryhmätoiminta oli lapselle?

Vertti - vertaisryhmätoiminnan yhtenä tavoitteena oli tarjota lapselle vertaisuuden kokemus. Kokemus siitä, että ei ole yksin ja toisillakin lapsilla on samanlaisia ongelmia ja että he elävät samanlaisessa elämäntilanteessa kuin lapsi itse. Heidänkin äitinsä tai isänsä on masentunut. Kysymykseen, mitä Vertti - vertaisryhmätoiminta antoi lapselle, yksi lapsi vastasi: ”En määtii. Kyl se jotain anto. Sain ainakin uusia ystäviä.”

TEEMA	LASTEN KOKEMUKSIA
Vertaisryhmä	kaksi lasta muisti alun ”tunnesäätilakortin” ”leikeltiin kuvia” ja ” juteltiin tunteista” yksi lapsi muisti, kun ”puhuttiin sairauksista” siellä ”tehtiin käsijuttu, katottiin postii ja saatiin loppuksi keksi” mukavaa Vertissä oli se, kun ”sai leipää ja loppukeksin” kaksi lasta muistivat ”turvakortit” ”yks poika ei tullut, ku yhden kerran, sitte se lopetti” yksi lapsi kertoi ryhmässä käyneestä lapsesta: ” L on muuttanut. Mä oon nähny sen. Se oli mun paras kaveri, vaikka oli mua pienempi”
Sääksin viikonloppuleiri	”kaikki oli kivaa” ”kivaa oli hippa” ”leiri oli ok”
Miksi Vertissä käytiin?	”iskän /äiskän takia” ”iskällä/äiskällä oli masennus” ”niitten äitien tai isien sairauksien takia” ”saman syyn takia” ”samoja asioita” kuin itsellä

Kuvio 4 Lasten kokemuksia vertaisryhmästä

## 7 Johtopäätökset

Vertti - vertaisryhmätoiminnan tavoitteena on auttaa masentuneita vanhempia tukemaan lapsiaan sairaudestaan huolimatta ja vahvistaa lasten selviytymistä arkipäivässä. Beardslee ja Podorefsky (Söderblom 2005, 9 -10) olivat tutkimuksissaan huomanneet, että selviytyvät lapset olivat olleet aktiivisia ja yritteliäitä sekä vahvasti sitoutuneita koulu- ja vapaa-ajantoimintaan ja heillä oli ollut merkityksellinen sosiaalinen verkosto. He olivat olleet myös hyvin tietoisia vanhemman sairaudesta ja siitä, että eivät itse ole syy tai syyllisiä vanhemman sairauteen. Keskeistä kuitenkin oli, että he olivat pysyneet lähellä sairastunutta vanhempansa, vaikka olivat itsenäisiä.

Tulosten perusteella voidaan nähdä, että Vertti - vertaisryhmätoiminnan tavoitteita verrattaessa tuloksissa ilmeneviin lasten kokemuksiin, voidaan havaita lasten ymmärryksen masennuksesta ja minäkuvan olevan asetettujen tavoitteiden suuntaisia. Lapsilla oli hyvin avoin ja luotettava suhtautuminen vanhemman sairauteen. He vastasivat haastattelukysymyksiin rohkeasti, eivätkä näyttäneet pelkäävän vanhempansa tai tämän sairautta. He osasivat kuvata masentunutta vanhempansa sanallisesti. He eivät myöskään syyllistäneet itseään tai ketään muuta perheenjäsentä vanhemman sairaudesta. Tämä positiivinen ymmärrys masennuksesta heijastui myös heidän vastauksissaan, jotka koskivat heidän käsitystään itsestään (kuvio 5). Vahvuuskorttien avulla he saivat sanoja omalle kokemukselleen. Positiivista oli, että he käyttivät aikaa korttien valitsemiseen ja näyttivät harkitsevan tarkkaan valitsemansa kortit. Kaksi lasta perusteli valintaansa esimerkeillä omasta elämästään. Yksi lapsi oli luonteeltaan hiljainen ja varovainen, mutta valinnoissaan ja mielipiteissään kuitenkin hyvin määrätietoinen ja toi rohkeasti esille oman kokemuksensa. Yleisluonteisesti kortit ilmaisivat positiivista minäkuvaa ja rohkeutta olla oma itsensä. Kahden lapsen vastauksissa tuli esille myös varovaisuus, mutta kuitenkin rohkeus pyytää apua tarvittaessa. Vertti - vertaisryhmän tavoitteena on tunnetilojen tunnistaminen ja rohkaiseminen niiden ilmaisemiseen, mikä näyttikin toteutuneen lasten ilmaisemissa kokemuksissa.

ESIMERKKEJÄ VAHVUUSKORTEISTA	LASTEN KOKEMUKSIA
olen taitava	”no, tekemään vähän kaikkea, juoksemista, piirtämistä” ”joissakin taideteoksissa, matikassa olen hyvä”
olen rohkea	”mä olen rohkeee sillai, että mä uskallan maistaa eri lajeja”
osaan tehdä hyviä päätöksiä	”jos me (kavereiden kanssa) mentäis vaikka metsän läpi, niin mentäis vaikka tuolta sivummalta. Jos siellä on vaikka hemmetin



	pimeetä eikä näe mitään”
olen varovainen	”olen vähän kaikessa”

Kuvio 5 Esimerkkejä lasten valitsemista vahvuuskorteista

Rautiaisen (2003, 180) mukaan masennus näkyy monin tavoin masentuneen ihmisen vuorovaikutuksessa ja kodin ilmapiirissä. Kotona puhuttiin vähän ja masentunut vanhempi saattoi eristäytyä ja riidatkin vähenivät. Ilmapiiri kotona oli vakava, eikä asioita tehty yhdessä. Yhteydenpito sukulaisiin väheni. Haastateltujen lasten kokemukset eivät varsinaisesti tue edellä esitettyjä kuvauksia masennuksen vaikutuksesta perheiden vuorovaikutukseen. Ainoastaan vanhemman vetäytyminen vuorovaikutuksesta tulee esille heidän kuvatessaan vanhemman masentunutta olemusta ja sitä, että he antavat vanhemman olla rauhassa, eivätkä häiritse tätä, kun vanhempi ei jaksakaan mitään. Lasten kokemukset perheiden kommunikaation lisääntymisestä Vertti- vertaisryhmätoiminnan myötä eivät näyttäneet toteutuneen. Perheen sisäisestä positiivisesta vuorovaikutuksesta kertoivat kuitenkin lasten kokemukset, joiden mukaan he saattoivat kertoa ajatuksiaan ja huoliaan vanhemmille ja heitä kuunneltiin. Kotona myös katseltiin yhdessä TV:tä, hoidettiin kotieläimiä ja pelattiin tai leikittiin. Lapset saivat tavata myös kavereitaan usein ja pitää yhteyttä säännöllisesti lähisukulaisiin. Kahdella lapsella oli myös harrastuksia. Vanhemmat jaksoivat masennuksesta huolimatta tukea lastensa harrastuksia ja kodin ulkopuolista sosiaalista elämää. Yhden lapsen positiivinen kokemus oli, että vanhempi oli nyt iloisempi.

Lasten kokemukset vertaisryhmätoiminnasta olivat pääosin positiivisia, erityisesti välipala ja toiminta, jossa juteltiin tunteista ja sairauksista olivat jääneet lasten mieleen. Vertaiskokemus antoi heille ymmärryksen, että muillakin lapsilla oli samanlaisia ongelmia. Yksi lapsi koki saaneensa myös kavereita. Yhden lapsen kokemus tuli hyvin voimakkaana kysymykseen, miksi Vertissä käytiin: Vertissä käytiin ”niitten äitien tai isien niitten sairauksien takia”. Toinen lapsi koki myös, että ”isin/äidin takia”. Tutkittaessa aineistoa myös piilosisältöjen kautta kahden lapsen kokemuksissa tuli ilmi havainto, että Vertti - vertaisryhmätoiminnassa käytiin vain vanhemman takia. Lasten kokemukset ilmaisivat hiukan väsymystä ja lähtemisen vaikeutta, koska omia harrastuksia, omia leikkejä kotona ja omia kavereita oli paljon ja aikaa oli mukava viettää myös heidän kanssaan. Havainnon myötä heräsi kysymys: Jos lapsi kokee vertaisryhmässä käymisen pääsyyksi vanhemman auttamisen, ”isin/äidin takia”, palveleeko vertaisryhmätoiminta enää lapsen jaksamista ja selviytymistä? Tuleeko lapselle sälytettyä huomaamatta vastuuta vanhemman tukemisessa? Ainoastaan lasten välittämä kokemus väsymyksestä lähteä vertaistapaamisiin ja kokemus, että vertaistoiminnassa käytiin vain vanhemman takia antaa ristiriitaisen merkityksen lasten saamaan hyötyyn vertaistoiminnasta tämänmuotoisena viikoittaisena tapaamisena. Lapsille ehkä tärkein vertaiskokemus muodostui viikonloppuleiristä, jonka he ehdoitta kokivat positiiviseksi.

Tulosten perusteella voidaan nähdä, että tietoa vanhemman sairaudesta ja tunteiden tunnistamisesta tarvitaan lasten selviytymisen vahvistamiseksi, mihin Vertti - vertaisryhmätoiminta antaa hyvän ja suunnitellun toimintamallin. Vertaistoiminnan järjestäminen parina viikonloppukurssina, kuten esim. jo kehiteltyinä perhekurssina, antaa mahdollisesti vahvemman vertaiskokemuksen lapsille kuin viikotapaamisina järjestetty vertaistoiminta. Tällöin toiminta ei myöskään jää kuormittamaan lasten arkipäivää, eikä lapsille tule säilytettyä vastuuta vanhemman tukemisesta. Opinnäytetyössäni ei varsinaista kokemusten vaikuttavuutta tutkittu, koska se olisi edellyttänyt myös lasten haastatteluja ennen toiminnan konkreettista aloittamista. Tämä voisikin olla yksi jatkotutkimusaihe samoin, kuin järjestetyn viikoittaisen Vertti - toiminnan ja viikonloppuperhekurssien lasten kokemusten vertailu keskenään.

## 8 Pohdinta

Mielenterveysasiakkaat ja heidän perheensä ovat suuri lapsiperhepalveluiden asiakasryhmä. Yhteiskunnan ja perheiden kannalta onkin järkevää ja kannattavaa sijoittaa ennaltaehkäisevään työhön ja toimintamalleihin mietittäessä perheitä tukevia työmuotoja. Mielestäni on hienoa, että Hyvinkäällä on rohkeasti lähdetty toteuttamaan Vertti - vertaisryhmätoimintaa ja luomaan näin uusia poikkihallinnollisia yhteistyömuotoja kunnan eri toimijoiden kanssa. Vertti - vertaisryhmätoimintaan osallistuneiden vanhempien kanssa keskustellessani koin toiminnan jatkamisen tarpeellisuuden erittäin toivottavaksi. Vanhempien välittämä kokemus siitä, olivatko heidän lapsensa saaneet ymmärrystä vanhemman sairaudesta järjestetyn Vertti - vertaisryhmätoiminnan kautta, oli sekin positiivinen. Olen iloinen siitä, että nykyisin ennakkoluot mielenterveyskuntoutujia kohtaan ovat mielestäni koko ajan vähenemässä ja vaikeuksista uskalletaan puhua avoimemmin. Avoimuus poistaa ahdistusta ja mahdollista häpeän tunnetta ja auttaa ennaltaehkäisemään psyykkisiä häiriöitä lapsilla ja vanhemmilla.

Tämä opinnäytetyö on ollut antoisa ja todella opettavainen kokemus itselleni. Tämä prosessi alkoi omasta innostuksestani, kun luin Beardsleen ja Podorefskyn löytämistä positiivisista tekijöistä lasten selviytymisessä vaikeista elämäntilanteista huolimatta ja jatkui tiedon ja tutkimusaiheen ja -kysymysten jatkuvana muovautumisena. Tänä aikana olen itse oppinut paljon tieteellisen tutkimuksen perusteista ja opetellut tieteellistä ajattelua ja ilmaisua, johon olen saanut asiantuntevaa ohjausta yliopettaja, KT Eija Mattilalta. Haluan ilmaista kiitokseni tutkimukseni mahdollistaneille vanhemmille ja lapsille sekä Hyvinkään kaupungin sosiaali- ja terveysjohtajalle Aino Eerolalle saamastani tutkimusluvasta ja Vertti - vertaisryhmätoiminnan ohjaajille yhteistyöstä Vertti - vertaisryhmätoiminnassa. Toivon, että opinnäytetyöni voi omalta osaltaan vaikuttaa Vertti - vertaisryhmätoiminnan vakiinnuttamiseen osana ennaltaehkäisevää ja perhettä tukevaa mielenterveystyötä Hyvinkäällä.

”Vanhemman mielenterveyshäiriö ei ole elämän loppu perheelle, vaikka se voi aluksi pimittää koko horisontin. Se saattaa tuoda mukanaan vaikeuksia, mutta

useimmiten asian kanssa voidaan elää ja lapsia auttaa. Asia voidaan nähdä myös niin, että vaikeudet ovat haaste kehittymään. Läheisten tuella lasten ihmissuhdetaidot, myötäelämisen kyky, vastuuntunto, luovuus ja kyky selvitä yllyttävistäkin tilanteista saattavat kehittyä paremmin kuin helpommissa oloissa kasvaneilla. Vaikeudet eivät ole kehityksen este, jos niitä uskalletaan katsoa silmästä silmään ja niihin tartutaan.” ( Solantaus ja Ringbom 2008,32.)

## Lähteet

- Aromaa, A., Huttunen, J., Koskinen, S. & Teperi, J. 2005. Yhteenveto väestön terveyden kehityksestä ja siihen vaikuttavista tekijöistä. Suomalaisten terveys. Terveyskirjasto. Luettu 13.2. 2011.  
[http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=suo00066&p\\_teos=suo&p\\_osio=108&p\\_selaus=4604#s3](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=suo00066&p_teos=suo&p_osio=108&p_selaus=4604#s3)
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2001. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Inkinen, M. & Söderblom, B. 2005. Vertti - käsikirja ryhmäohjaajille. Lapset ja vanhemmat vertaisryhmässä, kun vanhemmilla on mielenterveyden ongelmia. Helsinki: Profami.
- Kankkunen, P. & Vehviläinen - Julkunen, K. 2009. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki: WSOY-pro.
- Leino - Kilpi, H. & Välimäki, M. 2009. Etiikka hoitotyössä. 5. uudistettu painos. Helsinki: WSOY.
- Niskanen, V. 2011. Kvalitatiivinen tutkimus. Määrittelyä. Luettu 8.5.2011.  
<http://www.mm.helsinki.fi/users/niskanen/kotu/kvalmaar.htm>
- Paunonen, M. & Vehviläinen - Julkunen, K. 1998. Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. 1. -2. painos. Helsinki: WSOY.
- Rautiainen, E.-L. 2003. Pariterapiaa masentuneille. Teoksessa Perheterapian kehittyvä ammattikäytäntö. Ensimmäinen suomalainen perheterapiakongressi Kuopiossa 14. -15.11.2002. Toim. H. Toivakka. Suomen perheterapiayhdistys, 179 -180.
- Solantaus, T. 2001a. Lapsi ja psyykkisesti häiriintynyt vanhempi. Teoksessa Inkinen (toim.) Näkymätön lapsi aikuispsykiatriassa. Helsinki: Tammi, 46 -47.
- Solantaus, T. 2001b. Lapsi ja masentunut vanhempi: Ymmärryksen merkitys. Teoksessa Inkinen (toim.) Näkymätön lapsi aikuispsykiatriassa. Helsinki: Tammi, 36 -37.
- Solantaus, T. & Ringbom, A. 2008. Miten autan lastani? Opas vanhemmille, joilla on mielenterveyden ongelmia. Mielenterveyden Keskusliitto. Helsinki: Käpylä Print.
- Solantaus, T., Väisänen, L. & Niemelä, M. 2003. Toimiva perhe: Hanke lasten ja perheiden tukemiseksi, kun vanhemmilla on mielenterveysongelmia. Teoksessa Perheterapian kehittyvä ammattikäytäntö. Ensimmäinen suomalainen perheterapiakongressi Kuopiossa 14 -15.11.2002. Toim. H. Toivakka. Suomen perheterapiayhdistys, 217- 218.
- Söderblom B. 2005. Lapsi masentuneen vanhempansa kanssa vertaisryhmässä- kommunikaatio ja ymmärryksen merkitys. Helsinki: Profami.
- Taitto, A. 2001. Vertaistoiminta avuksi lapselle. Teoksessa Inkinen (toim.) Näkymätön lapsi aikuispsykiatriassa. Helsinki: Tammi, 194 - 205.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Gummerus.

## Kuviot

Kuvio 1 Lasten kokemuksia masennuksesta.....	20
Kuvio 2 Lasten kokemuksia itsestä/vahvuuskortit .....	21
Kuvio 3 Lasten kokemuksia tunteista/nallekortit.....	22
Kuvio 4 Lasten kokemuksia vertaisryhmästä .....	23
Kuvio 5 Esimerkkejä lasten valitsemista vahvuuskorteista.....	25

Liitteet

Liite 1: Tutkimuslupa-anomus, Hyvinkään kaupunki/Jaana Käpyaho

**HYVINKÄÄN KAUPUNKI**

Perusturva

sosiaali- ja terveystoimija Aino Eerola

**PÄÄTÖS**

§ 22

11.03.2010

**Tutkimuslupa-anomus/ Käpyaho Jaana**

(Valmistelija: Nissinen Satu, johdon sihteeri)

Sairaanhoitajaopiskelija Jaana Käpyaho pyytää tutkimuslupaa liitteinä olevalla hakemuksella opinnäytetyötään varten, jonka aiheena on "Vertti – vertaisryhmätoiminta – lisääntyvää ymmärrystä ja itsetuntemusta ryhmään osallistuneille lapsille. Tavoitteena on kartoittaa Vertti – vertaisryhmätoiminnan vaikuttavuutta toiminnassa mukana olleiden lasten ymmärrykseen vanhemman sairaudesta ja omasta tilanteesta suhteessa vanhemman sairauteen. Tavoitteena on myös kartoittaa heidän itsetuntemustaan ja minäkäsitystään ja heidän kokemustaan mahdollisesta ilmapiiristä ja kommunikaation parantumisesta perheensä arkipäivässä Vertti – vertaisryhmään osallistumisen jälkeen. Tutkimuksessa haastatellaan lapsia ja siihen pyydetään erikseen lupa vanhemmilta.

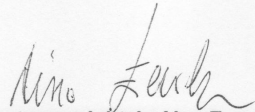
Opinnäytetyön suunniteltu julkaisu-aika on alkuvuodesta 2011.

**Päätös** Päätän myöntää sairaanhoitajaopiskelija Jaana Käpyaholle anomuksen mukaisen tutkimusluvan.

Valmis kirja/raportti tulee toimittaa Hyvinkään kaupungin perusturvakeskukselle kirjallisessa muodossa nidottuna.

Sosiaali- ja terveydenhuollon salassa pidettävien asiakirjatietojen tutkimuskäytäntökirje on annettu tutkijalle.

Tutkimuksessa mukana olevien tulee antaa kirjallinen suostumus tutkimukseen.




**sosiaali- ja terveystoimija Aino Eerola**

**Liitteet** tutkimuslupa-anomus  
lomake koskien suostumusta haastatteluun

**Tiedoksi** sairaanhoitajaopiskelija Jaana Käpyaho  
sosiaalipalveluiden johtaja Salla Nummikoski  
hallintosihteeri Niina Rauhala  
toimistonhoitaja Jaana Pinolahti  
perusturvalautakunta

## Liite 2: Tutkimuslupahakemus

 **LAUREA - AMMATTIKORKEAKOULU**

Tukeva mielenterveytyötä Hyvinkäällä

Vertti - vertaisryhmätoimintaa on ilmoittautunut 6 vanhempaa ja 7 lasta, joista kaksi on samasta perheestä. Tarkoitukseni on haastatella lapset iältään 6 - 8 v. viimeisenä tapaamiskertana 25.4.2010.

**TUTKIMUSLUPA**

Opinnäytetyön tekijä Jaana Käpyaho  
Opinnäytetyön tekijän yhteystiedot 040-7602464

Opinnäytetyön tekijän osoite Vehkojantie 1 as. 6 05830 Hyvinkää

Organisaatio/yksikkö Laurea -ammattikorkeakoulu Hyvinkää  
Organisaation/yksikön yhteystiedot Uudenmaankatu 22 05800 Hyvinkää  
(09)88687700

Koulutusohjelma Hoitotyön koulutusohjelma, sairaanhoitaja

Opinnäytetyön ohjaaja Eija Mattila, yliopettaja, KT  
Opinnäytetyön ohjaajan yhteystiedot (09)88687732, eija.mattila@laurea.fi

Opinnäytetyön nimi Vertti – vertaisryhmätoiminta – lisääntyvää ymmärrystä ja itsetuntemusta ryhmään osallistuneille lapsille

Opinnäytetyön tausta, tavoitteet, aineisto ja menetelmät

Olen mukana Hyvinkäällä 4.3. - 25. 4. välisenä aikana mielenterveyden ongelmista kärsiville vanhemmille ja heidän lapsilleen järjestettävässä Vertti – vertaisryhmässä. Toiminta on moniammatillista yhteistyötä, jossa ovat mukana Hyvinkään kaupungin varhaiskasvatuksesta Ito Nina Siivonen, sosiaalipalveluista perheohjaaja Hannele Tukiainen ja terveydenhuollosta psykologi Aino-Maija Saari sekä Hyvinkään ev.lut. seurakunnasta diakoni Päivi Lievonen. Joulukuussa 2009 ilmoittauduin mukaan lasten vertaisryhmään kahden muun ohjaajan avuksi, koska kuulin, että alkava vertaisryhmätoiminta hakee apuohjaajaa Hyvinkään Laurean opiskelijoista. Koska samaan aikaan aloin myös valmistella opinnäytetyötäni ja aihevalinta tuli ajankohtaiseksi, kiinnostuin aiheesta myös opinnäytetyön muodossa. Koska itsekin olen Hyvinkään kaupungin työntekijä varhaiskasvatuksessa päiväkodissa, vanhempiä ja lapsia tukeva toiminta on minulle läheistä. Opinnäytetyöni tilaaja on Hyvinkään kaupungin perusturva, jonne, kuten myös Hyvinkään seurakuntaan, toimitan valmiin raportin sekä kirjallisena että sähköisenä versiona.

Opinnäytetyössäni on tavoitteena kartoittaa Vertti – vertaisryhmätoiminnan vaikuttavuutta toiminnassa mukana olleiden lasten ymmärrykseen vanhemman sairaudesta ja omasta tilanteesta suhteessa vanhemman sairauteen. Tavoitteena on myös kartoittaa heidän itsetuntemustaan ja minäkäsitystään ja heidän kokemustaan mahdollisesta ilmapiiristä ja kommunikaation parantumisesta perheensä arkipäivässä Vertti – vertaisryhmään osallistumisen jälkeen. Opinnäytetyöni kautta pyrin myös vaikuttamaan Vertti – vertaisryhmätoiminnan vakiinnuttamiseen osana ennaltaehkäisevää ja perhettä





LAUREA - AMMATTIKORKEAKOULU

tukevaa mielenterveystyötä Hyvinkäällä.

Vertti – vertaisryhmätoimintaa on ilmoittautunut 6 vanhempaa ja 7 lasta, joista kaksi on samasta perheestä. Tarkoitukseni on haastatella lapset iältään 6 -8 v. viimeisenä tapaamiskertana 25.4.2010 Sääksin leirikeskuksessa ja kesän jälkeen elokuussa 2010 vanhempien kanssa sovittuna ajankohtana ja heille sopivassa paikassa, mahdollisesti heidän kotonaan. Lasten haastatteluihin pyydän erikseen luvan vielä vanhemmilta (lupa liitteenä). Haastattelut tulen äänittämään ja vanhemmilla on oikeus niin halutessaan kuunnella äänitetty lapsensa haastattelu. Haastattelujen puhtaaksi kirjoittamisen jälkeen tulen hävittämään äänitykset ja kirjoitetussa tekstissä ei tule esiintymään lapsen nimeä, ikää eikä sukupuolta. Tällä tavoin varmistan, että jokaisen perheen ja lapsen yksityisyys ja anonymiteetti tulee varmistettua. Vaikka toimin Vertti – tapaamisissa apuohjaajana, en näissä kokoontumisissa havainnoi lapsia opinnäytetyöhöni liittyen enkä dokumentoi järjestettyjä vertaisryhmätapaamisia.

Kysymyksessä on kvalitatiivinen eli laadullinen haastattelututkimus, jossa käytän puolistrukturoitua teemahaastattelua. Teemat on johdettu aikaisemmista tutkimuksista saaduista käsityksistä ja vertaisryhmätoimintaan liittyvästä kirjallisuudesta. Tutkin ja analysoin saamaani haastattelutietoa ja vertaan sitä näihin ennakkokäsityksiin Vertti – vertaisryhmätoiminnan positiivisesta vaikutuksesta. Tulevan kesän aikana 2010 kirjoitan puhtaaksi ensimmäiset haastattelut ja aloitan tekstin pelkistämisen teemojen mukaisesti. Elokuussa ovat toiset haastattelut, joiden työstämisen kirjoitettuun muotoon aloitan välittömästi haastattelujen suorittamisen jälkeen. Opinnäytetyöni tulosten kirjaamista, analysointia ja kuvaamista jatkan koko loppuvuoden. Opinnäytetyöni suunnittelen olevan julkaisuvaiheessa alkuvuodesta 2011.

Hyvinkää 3.3.2010

*Jaana Cläpylä*  
Opinnäytetyön tekijän allekirjoitus

*Eira Ulla*  
Opinnäytetyön ohjaajan allekirjoitus

Opiskelijalla on opinnäytetyötä tehdessään samanlainen vaitiolovelvollisuus kuin sosiaali- ja terveysalan virkasuhteisella työntekijällä. Hän on velvollinen ehdottomasti turvaamaan opinnäytetyössään tarkastelemiensa henkilöiden intimitetin ja anonymiteetin.

Liite 3: Suostumus osallistua opinnäytetyöhöni liittyvään haastatteluun koskien Vertti -  
vertaisryhmätoimintaa

Hyvä lapsi ja vanhempi/vanhemmat

Teidän kanssanne on sovittu osallistumisesta masentuneiden vanhempien ja lasten vertaisryhmätoimintaan. Alkuhaastatteluissa teille on kerrottu aikeistani tehdä opinnäytetyö Vertti-vertaisryhmätoiminnan ennaltaehkäisevästä vaikutuksesta lapsen kehitykselle perheissä, joissa vanhempi on masentunut. Olette alustavasti suostuneet siihen, että ryhmään osallistuva lapsi voisi osallistua tutkimukseeni. Toimin itse myös apuohjaajana lasten ryhmässä.

Lasten haastatteluja on kaksi, toinen ryhmän viimeisenä tapaamiskertana huhtikuussa ja toinen kesän jälkeen elokuussa. Tämä tarkoittaa arviolta kaksi, n. 30 min. keskustelua lapsenne kanssa. Haastattelut nauhoitetaan ääninauhalle. Jälkimmäisen haastattelun paikan ja tarkkan ajankohdan voimme sopia myöhemmin.

Haastatteluissa tietooni tulleet asiat tulevat vain opinnäytetyötäni varten, ne eivät minun kauttani välity muualle. Nämä tiedot eivät tule opinnäytetyöstä raportoidessa julki niin, että kenenkään henkilöllisyys voisi olla tunnistettavissa.

Olen saanut luvan Hyvinkään kaupungin sosiaalihoitajalta Saira Nummikoskelta luvan tutkia Vertti - vertaisryhmätoiminnassa mukana olevien lasten saamaa hyötyä omalle kehitykselleen. Opinnäytetyöni kautta pyrin vaikuttamaan Vertti - vertaisryhmätoiminnan vakiinnuttamiseen osana ennaltaehkäisevää perheitä tukevaa mielenterveystyötä Hyvinkäällä. Toivon myönteistä suhtautumista työhöni. Kieltäytyminen haastateltavaksi ei vaikuta mahdollisuuteen osallistua ryhmätoimintaan.

Suostun osallistumaan haastateltavaksi:

Lapsi: \_\_\_\_\_

Annan/annamme lapselleni/lapsellemme luvan osallistua haastateltavaksi:

\_\_\_\_\_

Allekirjoitus

Yhteystiedot (puh.nro): \_\_\_\_\_

En suostu siihen, että lapseni osallistuu kyseiseen haastatteluun\_\_\_\_

Terveisin

Jaana Käpyaho p. 040-7602464

sairaanhoidajaopiskelija

Laurea - ammattikorkeakoulu

Hyvinkää

Liite 4: Esimerkkejä Pesäpuu ry:n nalle- ja vahvuuskorteista

