

OPINNÄYTETYÖ

Nepsy-harrasteryhmä osana perhevalmennusta

Miia Päivikkö

Yhteisöpedagogi
Järjestö- ja nuorisotyön koulutusohjelma
(210 op)
Arvioitavaksi jättämisaika
(5/2021)

TIIVISTELMÄ

Humanistinen ammattikorkeakoulu

Yhteisöpedagogi

Tekijät: Miia Päivikkö

Opinnäytetyön nimi: Nepsy-harrasteryhmä osana perhevalmennusta

Sivumäärä: 49 sivua

Työn ohjaajat: Sari Höylä ja Jenni Hernelahti

Työn tilaaja: Miia Päivikkö

Tässä opinnäytetyössä tehtiin aineistolähtöinen kehittämyö nepsy-harrasteryhmään liittyen. Aihe on hyvin ajankohtainen, koska lasten ja nuorten harrastustoimintaan pyritään vaikuttamaan samanaikaisesti valtakunnallisesti. Nepsy-oireisilla henkilöillä on neuropsykiatrisia piirteitä tai oirekuvia, kuten ADHD, tourette tai autismin kirjon piirteitä. Nepsy-oireisten harrastamisessa vastaan tulee oirekuvan myötä haasteita, joihin täytyy osata varautua. Kehittämistyötä tehdessä taustalla toimi ajatus siitä, että perheillä itsellään on asiantuntijuus siitä, millaiset toimet ovat merkittäviä ja vaikuttavat lasten ja perheiden harrastamiseen. Opinnäytetyön tavoitteena on ollut tuottaa kokemuksiin pohjautuvaa tietoa nepsy-lasten harrastustoimintaan liittyen. Tätä tietoa voidaan käyttää palvelun kehittämiseksi. Opinnäytetyön tein oman liiketoiminnan laajentamiseksi. Tutkimus toteutettiin osallistavalla havainnoinnilla. Osallistavan havainnoin tarkoitus oli tuottaa tutkimukseen osallistuneille perheille myös itselleen tietoa ja taitoa joilla jatkaa nepsy-lasten harrastamisen tukemista.

Aineiston pohjalta tutkittiin, miten nepsy-harrasteryhmä voisi tuottaa koko perheelle onnistumisen kokemuksia ja luottamusta lapsen ryhmässä toimimisen taitojen paranemiseen sekä sujuvampaan perhe-elämään.

Kehittämistyön kohteena oli vertaistuen, vertaisohjaajan ja perheohjaajan merkitys lasten harrastustoiminnassa. Opinnäytetyön myötä löydetyn tiedon ja johtopäätösten avulla arvioidaan palveluja parantamista sekä kuinka tukea nepsy-perhevalmennusta paremmin.

Asiasanat: perheneuvoja, neuropsykiatrisia, vertaisryhmät, sosiaalinen kasvatus

ABSTRACT

Humak University of Applied Sciences
Name of the Degree Programme

Author: Miia Päivikkö
Title: nepsy-hobby group as part of family coaching
Number of Pages: 49 pages
Supervisors: Sari Höylä and Jenni Hernelahti
Commissioned by: Miia Päivikkö

In this thesis, a data-based study was carried out in connection with the nepsy-hobby group. The topic is very topical because the aim is to influence children's and young people's hobbies at the same time nationally. With the symptoms, people with nepsy-symptoms face challenges that need to be prepared for. When carrying out the data-based research, the idea was behind the idea that families themselves have expertise in what kind of activities are significant and affect the hobbies of children and families.

The aim of the thesis has been to produce knowledge based on experiences related to the hobby activities of nepsy-children. This information can be used to develop the service. I did my thesis to expand my own business.

The purpose of the study was to provide the families participating in the study with knowledge and skills to continue supporting nepsy-children's hobbies. Based on the data, the final decision was reached that the nepsy-hobby group produces experiences of success for the whole family and confidence in improving the skills of working in the child's group and in a smoother family life. Peer support and peer counsellor were of considerable importance in children's hobbies.

The importance of the family coaching instructor was emphasized based on the observations made in the data. The information also conclusion found through the study can be used to improve services and better support nepsy-family coaching.

Keywords: family counseling, neuropsychiatry, peer groups, social education

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO	6
2	TUTKIMUKSELLINEN KEHITTÄMISTOIMINTA	9
	2.1 Kehittämistyön tavoite	9
	2.2 Kehittämistyön menetelmä.....	10
	2.3 Aineiston keruu.....	11
3	TEOREETTINEN VIITEKEHYS	13
	3.1 Neuropsykiatria	13
	3.2 Nepsy-valmentaja	15
	3.3 Nepsy-perhevalmennus	16
	3.4 Nepsy-oireen vaikutus perheen sosiaaliseen toimintakykyyn.....	18
4	RYHMÄSSÄ TOIMIMINEN.....	20
	4.1 Kuntoutus ja palveluntarve.....	20
	4.2 Vuorovaikutustaidot.....	21
	4.3 Yhteistyö- ja ryhmätaidot.....	21
	4.4 Vertaistuellinen merkitys	22
	4.5 Vertaisohjaaja	23
5	TUETTUA LASTEN HARRASTUSTOIMINTAA.....	24
	5.1 Harrastamisen Suomen malli.....	24
	5.2 Etsivä harrastustoiminta, harrastuspolku -toimintamalli	25
	5.3 Valtti-ohjelma.....	26
	5.4 SATA 2 Erityislasten taidepolku -pilotti	27

6	NEPSY-HARRASTERYHMÄ.....	29
	6.1 Aineiston analyysi	29
	6.2 Neuropsykiatrisesti oireilevien lasten harrasteryhmä	29
	6.3 Nepsy-oireesta keskusteleminen.....	30
	6.4 Suurtiikerisapelihammasoravatiimi	31
	6.5 Toive toiminnan jatkamisesta tulevaisuudessa.....	33
	6.6 Onnistumisia vertaistuella	33
	6.7 Vertaisryhmätoiminta	36
	6.8 Vertaistuki	36
7	KEHITTÄMISTYÖN YHTEENVETO.....	39
	7.1 Harrasteryhmän hyödyt.....	39
	7.2 Harrasteryhmän kehittäminen	40
	7.3 Harrasteryhmä osana kuntoutusta.....	41
8	KEHITTÄMISTYÖN ETIIKASTA	43
9	KEHITTÄMISTYÖN POHDINTA.....	45
	LÄHTEET	49

1 JOHDANTO

Tällä kehittämistyöllä tuon esiin tarvetta, jota työssäni neuropsykiatrisessa perhevalmennuksessa olen havainnut. Suomessa tehtävä neuropsykiatrinen työ on harpannut hurjasti eteenpäin ja saanut paljon uusia näkökulmia sekä tietoa, niin neuropsykiatrian etiologiasta, kuin myös oirekuvan hoidosta. Työssäni olen havainnut tarpeen neuropsykiatrisesti oireilevien lasten harrastus- ja sosiaalisten taitojen tukemiseen. Sosiaalisten taitojen harjoittelemisen kannalta, olen todennut tarpeen kehittää ryhmätoimintaa, jonka keinoin lasten sosiaalisia taitoja voidaan tukea. Näen tarpeen ohjatulle harrastustoiminnalle, jossa lapset saavat riittävästi tukea omaan toimintaansa ja sitä myötä onnistumisenkokemuksia toimimisessa ryhmän jäsenenä.

Erityisen ajankohtaisen tästä kehittämistyöstä tekee se, että samaan aikaan Opetus- ja kulttuuriministeriö (OKM, 2021) toteuttaa pilotointia, jossa tuetaan lasten ja nuorten harrastamista koulupäivän yhteydessä. OKM pilotoinnin nimi on Harrastamisen Suomen malli, sen päätaavoitteena on tukea lasten ja nuorten hyvinvoinnin lisäämistä, sekä mahdollistaa jokaiselle lapselle ja nuorelle mieluisa ja maksuton harrastus koulupäivän yhteydessä. (Valtioneuvosto, 2020)

Oma sitoutuminen ja mielenkiinto tähän kehittämistyöhön vaikuttivat kehittämistyön tekoon. Yritystoimintani tuottaa nepsy-perhevalmennusta. Olen alkanut tuottamaan tätä palvelua, koska minulla on siitä omakohtaisia kokemuksia, kahden nepsy-oireisen lapsen yksinhuoltaja vanhempana, joiden tukemiseen, kohta kaksikymmentä vuotta sitten ostin koulutusta itselleni ADHD liitolta. Kouluttautuessani lasteni tukemiseksi, ymmärsin omat rajallisuuteni ja aiheen leimaavan stigman. Minulla oli mahdollisuutena pitää kaikki itselläni tai jatkaa. Jatkoin, nyt toimin lastensuojelussa ja perheneuvolassa niissä toimissa, missä vanhemmat ovat uupuneita lastensa oireiluun ja etsin voimaannuttavia kokemuksia perheille, jotta kaikki ei toivotut keinot vältetäin. Todetakseni tähän, lapseni ovat iältään nyt 20- ja 18- vuotiaita ja tarvitsevat edelleen ohjausta, heillä on armeija ja lukio tukemassa, vanhempiensa lisäksi.

Kehittämiskohteena on pilotoida harrasteryhmä ja saada tietoa, sen toiminnan vastaavuudesta osaksi neuropsykiatrista perhevalmennusta. Tavoite on kehittämistyöstä kypsyneen toiminnan jalkauttaminen ja vakiinnuttaminen osaksi neuropsykiatrista perhevalmennusta. Tarkoitus on tuoda esiin toimintatapaa, jolla tuetaan neuropsykiatrisesti oireilevien lasten harrastus- ja sosiaalisten taitojen tukemista ryhmätoimintana. Tuotoksena on tarkoitus tuottaa tietoa siitä, mi-

ten nepsy-harrasteryhmätoiminta vastaa perhevalmennuksen tarpeisiin. Tulokset tuottavat tietoa siitä, miten vahvasti tuetun harrasteryhmätoiminnan keinoin voidaan tukea neuropsykiatrisesti oireilevien lasten ryhmässä toimimisen taitoja ja miten perheet itse kokevat ryhmätoiminnan.

Harrasteryhmän pilotointi toteutettiin 3:n kerran jatkumona. Pilotoinnin ajankohtana oli joulukuu 2020 - maaliskuu 2021. Tuolloin valmistelin ryhmää, sovin perheiden kanssa päivät, paikan ja keston. Lapsia harrasteryhmässä 3–4, kaikkiin kokoontumiskertoihin eivät kaikki pystyneet osallistumaan. Kaikilla osallistuneilla lapsilla oli nepsy-perhevalmennuksen asiakkuus. Lasten reagoiminen ryhmään oli erittäin positiivista, positiivisuuden kokemusta vahvasti vertaisohjaan osallisuus. Harrasteryhmän vertaisohjaajan merkityksellisyys yllätti tässä kehittämistyössä, myös työn tehneen.

Harrasteryhmän tarkoituksena on, että lapset saavat riittävästi tukea omaan toimintaansa. Ja sitä myötä onnistumisenkokemuksia toimia ryhmän jäsenenä. Kehittämistyön tuotoksen tarkoitus on tuottaa uutta tietoa, uudistettua toimintamallia ja palvelua, jolla voitaisiin täydentää Opetus- ja kulttuuriministeriön pilotointia. Kehittämistyön keinoina on tukea kohderyhmän lapsien harrastustaitojen ja ryhmässä toimimisen taitojen kehittymistä. Ja näin tarjota lapsille mahdollisuus harrastaa vertaisryhmässä ja kokea yhteenkuuluvuutta ja osallisuutta. Tavoitteena on innostaa lasta harrastamaan ja toimimaan ryhmässä siten, että jatkossa lapsen olisi helpompi toimia yleisissä harrastusryhmissä. Vertaisohjaajan merkityksellisyyden korostumiseen en osannut varautua tämän kehittämistyön aloituksessa ja tuon esiin siitä saatuja tuloksia.

Teen opinnäytetyöni osana oman yritykseni toiminnan kehittämistä. Olen aloittamassa kyseisenlaista harrastusryhmätoimintaa, osana yritykseni toimintaa ja näen tämän työskentelymallin olevan sopiva aihe kehittämistyölleni. Olen kokenut, että asiakkaideni, sekä tilaavien tahojen kuin myös perheiden arkiset ongelmat vaativat ratkaisuja ja niiden käyttö on otettava vastaan nopeasti. Lähtökohtani on sisäinen asiakkaideni palveleminen ja liiketoiminnan tehostaminen ja kohdentaminen.

Johtavana ajatuksena työssäni on se, että nähdäänkö, alussa on lapsi, joka käyttäytyi esimerkiksi väkivaltaisesti. Vai oliko hän väkivaltaisen vuorovaikutuksen osapuoli ja tuli toiminnas-

saan väkivaltaiseksi. Onko siis ensin toiminta vai henkilö? Työssäni koen vahvasti henkilöjohdannaisuuden ja koen, että toimintakulttuureja voi muokata ja niihin vaikuttavat monet eri tekijät.

Opinnäytetyössäni pilotoin nepsy-lasten harrasteryhmän ja esittelen sen tulokset. Esittelen myös muita pilotointeja ja avaan käsitteitä, jotka liittyvät tähän opinnäytetyöhön.

2 TUTKIMUKSELLINEN KEHITTÄMISTOIMINTA

Yritykseni tuottaa neuropsykiatrista perhevalmennusta. Kohderyhmäni ovat lapset, joilla on käynnissä neuropsykiatrinen perhevalmennus. Tarkoitin tällä perheitä, joilla on haasteita esimerkiksi sosiaalisissa suhteissa ja ryhmässä toimimisessa. Kohderyhmäni lapsien on vaikea harrastaa yleisissä harrastusryhmissä, joissa ei useinkaan ole osaamista tai riittäviä resursseja, erityisintuen tarpeisten lasten ohjaamisessa.

Aloin suunnittelemaan ryhmätoiminnan käynnistämistä, osana työtäni neuropsykiatrisena perhevalmentajana joulukuussa 2020. Selvitin mahdollisuuksia käynnistää ryhmätoimintaa, palveluitani ostavilta tahoilta (perheneuvola ja lastensuojelu). Sain näiltä tahoilta kannatusta ryhmätoiminnan perustamiselle. Kartoitin mahdollisia ryhmään sopivia lapsia. Kysyin heiltä ja heidän perheiltään näkemystä neuropsykiatristen lasten vertais-harrasteryhmästä ja ajatus sai erittäin positiivisen vastaanoton. Tarpeena koin perustaa kohderyhmän lapsille harrastusryhmän, joissa olisi kerrallaan 3–4 lasta ja kaksi ohjaajaa. Minä itse neuropsykiatrisena perhevalmentajana ja työparinani harrastuksen vertaisohjaaja. Tarve on noussut esiin työssäni lasten tarpeesta ja vanhempien toiveesta. Vanhemmat toivovat, että heidän lapsilleen löytyisi harrastus, johon saisivat riittävästi tukea. Kehittämistyöhön tutustumani aineisto tuki myös tätä ajatusta.

Yhteisöpedagogin opinnoissa korostuu yhteisön kehittämisen merkitys. Humakin painopisteissä on työskennellä sekä yksilöiden että yhteisöjen parissa. Työskentelyn teemoina ovat esimerkiksi: yhdenvartaisuus, syrjäytymisen ehkäiseminen, yhteiskunnallinen vaikuttaminen ja osallisuuden vahvistaminen. (Humak 2021)

Tämän kehittämistyön kohteena oli erityisesti ne lapset ja nuoret, jotka ovat vaarassa syrjäytyä ja heillä on jo lähtökohtaisesti ominaisuuksia, jotka vaikuttavat heidän yhdenvartaisuuteen. Koen että tämä työ palvelee yhteisöpedagogin opintoja ja tuo niihin uutta tarttumapintaa.

2.1 Kehittämistyön tavoite

Kehittämistyön tavoitteena on saada tietoa vertais-harrasteryhmästä ja sen toiminnan vastuudesta osaksi neuropsykiatrista perhevalmennusta. Tuloksen odotan tuottavat tietoa siitä, miten vahvasti tuetun harrasteryhmätoiminnan keinoin voidaan tukea neuropsykiatrisesti oireilevien lasten ryhmässä toimimisen edellytyksiä. Sekä miten perheet kokevat harrasteryhmätoiminnan.

Kehittämistyöllä tutkin harrasteryhmän toimivuutta ja palveleeko se asiakkaan ja tilaajan tarpeita. Esimerkiksi sosiaalistaitojen ja harrastamisen onnistumisen toteutumiseen. Harrasteryhmän tavoitteena on tukea kohderyhmän lapsien harrastustaitojen sekä ryhmässä toimimisen taitojen kehittymistä. Tarjota lapsille mahdollisuus harrastaa vertaisryhmässä ja kokea yhteenkuuluvuutta ja osallisuutta. Tavoitteena on innostaa lasta harrastamaan ja toimimaan ryhmässä siten, että jatkossa lapsen olisi helpompi toimia yleisissä harrastusryhmissä.

Tavoite on kehittämistyöstä kypsyneen toiminnan jalkauttaminen ja vakiinnuttaminen osaksi neuropsykiatrista perhevalmennusta.

2.2 Kehittämistyön menetelmä

Useimpia käytetyimpiä laadullisen kehittämistyön aineistonkeruumenetelmiä ovat haastattelut, kysely, havainnointi sekä erilaisista dokumentoinneista kerätty tieto (Tuomi & Sarajärvi 2018, 83). Menetelmäksi valitsin osallistavan havainnoinnin ja kokeilukulttuurin. Valitsin nämä, koska se tuntui luontevimmalta tavalta tuottaa aineistoa tähän kehittämiskohteeseen. Joskin ymmärrän että oma osallisuuteni voi vaikuttaa kehitystyön sisältöön ja lopputulokseen (Tuomi & Sarajärvi 2018, 94). Osallistavan havainnon myötä olen itse kehittämistyössä mukana ja valitsemani toimet, päätökset ja sanomat vaikuttavat lopputulokseen. Oma osallisuuteni tuo tähän kehittämistyöhön tilanteita, jotka tulevat muokkaamaan ja määrittelemään lopputulosta. Lopputulos voisi olla hyvinkin erilainen, jos toimintaa johtaisi esimerkiksi joku toinen henkilö tai ryhmän annettaisiin toimia ilman osallistavaa havainnointia.

Koska kehittämistyöni liittyi oleellisesti sosiaalisten suhteiden merkityksellisyyteen ja perheiden haastavaan kokemusmaailmaan. Tarvittavaa tietoa kaikkien kokonaisuuksien yhdistämisestä ei ollut, niin keinonani oli tutkia asian ilmentyvyyttä innovatiivisesti ja yhdistäen erilaisia menetelmiä.

Keräsin aineistoa tähän kehittämistyöhön osallistavalla havainnoinnilla. Tarkastelen aineistoa kehittämistyössä sivullisesti mukana olleiden perheiden ja lasten, osallistavan vuorovaikutuksen mallin ajatuksena. Erityisesti tarkastelun kohteena ovat osallisuus lapsen tunteina ja ryhmän tilana sekä aikuisen mahdollisuudet tukea osallisuuden toteutumista. Tämän lisäksi haluan painottaa, että toimin itse ryhmän vetäjänä. Havainnointi tapahtui luonnollisessa ympäristössä ja aidossa tilanteessa. Etukäteen olin suunnitellut kerääväni kenttätietoa siitä, miten nepsy-perhevalmennettavat kokevat ryhmän ja vertaistuellisen merkityksen. En kuitenkaan jättänyt havainnointia vain näiden kahden tekijän varaan, vaan halusin saada tietoa kokonaisuudesta. Kuinka

tukea nepsy-lasten harrastetoimintaa, jotta se palvelisi parhaiten perhevalmennukselle asetettuja tavoitteita. Osallistavan havainnoin tarkoituksena on, osallistuvasta havainnoinnista poiketen, tuottaa osallistujille tietoa ja tavoitella toimintaa, joka edesauttaa heidän toimimistaan ilman tutkijan tukea vastaisuudessa (Tuomi & Sarajärvi 2018, 95). Tutkijana olin asettautunut asemaan, jossa toimin oppijana ja sitä kautta saisin tietoa, kuinka vastaisuudessa kehittää harrasteryhmän toimintaa. Nepsy-perhevalmentajana ensisijainen tehtäväni on tuottaa perheille uuden oppimisen mahdollisuuksia, jonka koen ohjaavan toimintaan sekä toiminnan ylläpitoon.

Kehittämistyössä tuon esiin myös dialogisia menetelmiä. Dialogisessa kehittämiskäytännössä tutkija ei ole vain haastattelija, vaan aktiivinen keskusteluun osallistuja (Tuomi & Sarajärvi, 2018,92). Dialogissa esiintyvät symmetrisyys, vastavuoroisuus ja reflektiivisyys. Symmetrisyydellä tarkoitetaan sitä, että jokainen dialogiin osallistuja on tasaveroinen tekemään kysymyksiä ja ottamaan kantaa. Vastavuoroisuus dialogissa tarkoittaa sitä, että osanottajien kesken hallitsee molemminpuolinen arvostus. Reflektiivisyys vaatii kykyä pohtia omia kuvitelmiaan ja toteamuksiaan sekä kykyä muuttaa omia näkemyksiään keskustelun perusteella. (Salminen, Laurinen & Marttunen, 2002)

2.3 Aineiston keruu

Aineistoa tähän kehitystyöhön hankin metodologiaa ohjaavana ja osallistavana havainnointina. Kehittämistyön aineistoa keräsin hyödyntäen teoriaa ohjaavia käsitteitä. Aineistolähtöisen analyysin valitsin estämään teoriaohjaavan analysoinnin pulmia. Tämä tarkoittaa sitä, että teoria toimii apuna ja tukena, mutta analyysi ei suoraan pohjautu teoriaan (Tuomi & Sarajärvi 2018, 109). Teorialähtöisessä kehittämistyössä jokin ennakoitu ilmiö olisi johdattanut aineiston hankintaa, toisin kuin tässä aineistolähtöisessä kehittämistyössä (Tuomi & Sarajärvi 2018, 111). Laadullinen tutkimus ei perustu lukuihin vaan siinä käytetään sanoja ja lauseita (Kananen 2017, 35). Aineistolähtöisessä analyysissä tutkimusyksiköt eivät ole ennalta sovittuja.

Tässä kehittämistyössä aineistoa kerättiin havainnoimalla, koska kehittämistyön kohteena on vuorovaikutuksessa tapahtuvat muutokset ja niiden havainnointi. Vaikkakin havainnointi on suuritöinen ja aikaa vievä metodi, en olisi tähän kehitystyöhön saanut riittävässä määrin tietoa esimerkiksi vain haastatteluilla. Tarkoitukseni on tutkia koottua aineistoa aineistolähtöisesti, niin kehittämistyön edetessä huomaisin että, täsmällinen kehittämisongelma ei ollut oletusteni vastaisesti informaatiossa vielä aineistonkeruuvaiheessa.

Aineiston keruumuotona oli myös narratiivien kirjoittaminen jokaisen kehitystyöhön liittyvän tapahtuman, toimen tai keskustelun tai pohdinnan esiintyessä.

Narratiiviset tarkastelutavat soveltuvat esimerkiksi tutkimuksiin, joissa ollaan kiinnostuneita yksilöiden vapaasti kertomista asioista, tarinoista omasta elämästään. Tarinoissa työstetään muun muassa selviytymistä elämänmuutoksissa nivotaan yhteen esimerkiksi erilaisia henkilökohtaisia kokemuksia, sosiaalisia ja yhteiskunnallisia tarpeita, vaateita, tavoitteita, toiveita ja asenteita. Esimerkiksi hoitotieteessä on havaittu tarinallisten tutkimusten tärkeys alan ymmärryksen lisäämisessä. Potilaiden kannalta ajatellen vaikeiden tapahtumien työstämisessä kertomusten tuottaminen on tärkeää ja jopa välttämätöntä selviytymisen onnistumiseksi. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006).

Liiketoiminnassani tulleen haasteen edessä, minulla oli ajatuksena tarjota jotain muuta keinoa, jolla vastata tarpeeseen. Kehitysideaani vastaavasta tarpeesta ei ollut saatavissa riittävästi tietoa tai osaamista. En löytänyt alan toimijoiden, järjestöjen tai asiakkaiden aineistoista suoranaisesti tätä kehittämistyötä vastaavaa tietoa. Työstin tähän kehittämistyöhön kokeilukulttuuria, jonka tarkoitus oli ottaa käyttöön jotain uutta toimintatapaa. Saamani palautteen perusteella sille oli tarvetta. Kokeilukulttuurin ajatuksena on, että koneiden hoidettavaksi jää ne seikat, joiden hoidossa se on ylivertainen: toistuvuus ja tarkkuus. Ihmisen paikka on hoitaa empatiaa vaativat tehtävät, joista koneet eivät suoriudu. Kun tarkastelussa on operaation tehokas mahdollistuminen ja ihmisen empatia, niin näiden kahden yhtymäkohdassa on yhteys asiakkaaseen (Merilehto 2018,176). Kehittämistyössä tärkeimmäksi tekijäksi osoittautui asiakaskokemus ja kehitystyöstä saatu hyöty.

3 TEOREETTINEN VIITEKEHYS

Neuropsykiatrisien oirekuvien tunnistaminen ja hoitaminen on lisääntynyt yhä enenevässä määrin. Sosiaaliturva oppaassa (2019,13) kerrotaan, että sosiaalihuoltoa toteutettaessa on kiinnitettävä huomiota erityistä tukea tarvitsevien asiakkaiden edun toteutumiseen. Erityistä tukea tarvitsevilla henkilöillä tarkoitetaan henkilöä, jolla on erityisiä vaikeuksia hakea ja saada tarvitsemaansa sosiaali- ja terveystalvveluita. Henkilö voi olla tilanteessa, jossa hän ei itse kykene hakemaan tarvitsemaansa apua tai sen saaminen on vaarassa estyä, koska hän ei kykene riittävässä määrin antamaan tai vastaanottamaan avun saamiseksi tarvittavaa tietoa. Vaikeudet voivat johtua kognitiivisesta tai psyykkisestä vammasta tai sairaudesta, vakavasta päihdeongelmasta, useasta yhtäaikaaisesta tuen tarpeesta tai muusta vastaavasta syystä. Tällainen muu syy voi olla esimerkiksi puutteellinen kielitaito yhdistettynä traumaattiseen kokemukseen.

3.1 Neuropsykiatria

ADHD-oireyhtymää on kolmea eri tyyppiä:

- pääasiallisesti tarkkaavaisuushäiriö, ei niinkään ylivilkkautta (ADD)
- Pääasiallisesti ylivilkkautta ja impulsiivisuutta, vähemmän tarkkaavaisuusvaikeuksia
- Yhdistelmä molempia

Tyypillisiä ADHD piirteitä:

Impulsiivisuus: vaikeus odottaa vuoroa, toisten keskeyttäminen sekä vaikeus hillitä mielihaluja.
Tarkkaamattomuus: huolimattomuusvirheet, keskittymisvaikeudet, vaikeus noudattaa annettuja ohjeita ja saada tehtäviä valmiiksi, vaikeus suunnitella toimintaa, tehtävien välttely ja unohtaminen, tavaroiden hukkaaminen ja herkkä reaktio ärsykeille.

Yliaktiivisuus: paikoillaan istuminen haastavaa, juoksentelu ja kiipeily sopimattomissa paikoissa, vaikeus tehdä asioita rauhassa, vauhdikkuus ja jatkuva puhuminen.

ADHD on hyvin perinnöllinen tarkkaavaisuuden ja aktiivisuuden häiriö, joka johtuu pääasiallisesti dopamiinin kulkemisen problematiikasta. Erityisesti aivokuvantamisessa se näkyy etuosaloheolla, joka säätelee järkeilyä, tarkkaavaisuutta, motivaatiota, suunnitelmallisuutta, moraalivalintoja ja oman toiminnan ohjausta. Noin puolet ADHD piirteisistä lapsista pääsee eroon ylivilkkaus ja tarkkaavaisuus ongelmistaan varhaiseen aikuisuuteen mennessä. Suomessa on

noin 50 000 ADHD piirteistä lasta ja näistä suurin osa on poikia. Tyttöjen ADHD piirteitä laimentaa estrogeenin vaikutus. (Juusola 2012, 29–32)

Lapsen kasvuolosuhteilla on vahvasti vaikutusta ADHD aktivoitumiseen tai se oireilee lievemmin. Diagnoosi asetetaan yleensä 5–6-vuotiaana. Perhettä on hyvä ohjata vuorovaikutuksessa ja lapsen minäkuvan rakentumisessa, jotta vanhemmillä on keinoja pärjätä lapsen vilkkauden kanssa. (Juusola 2012, 31)

Autismikirjoon kuuluu myös Asperger, joka on neurobiologinen kehityshäiriö. He tulkitsevat eri tavalla aistejaan ja heille voi olla vaikeaa sosiaalisten suhteiden merkitys tai rakentuminen. Aspergeri lapsiin liittyy hyvin vahva ja kapea-alainen mielenkiinnonkohteen ylläpito. Heillä esiintyy usein häiriintynyttä unirytmää, puutteellinen tarkkaavaisuus, yliaktiivisuus ja omalaa-tuinen rauhallisuus ja heikko kehon hallinta. Heillä on usein tuijottava tai välttelevä katse. Aspergeri oireyhtymässä on kolmea eri tyyppiä: aktiiviset ja erikoiset, passiiviset ja ystävälliset ja kolmantena eristäytyvät henkilöt. (Juusola 2012, 52)

Sensorisen integraation häiriö, SI, tarkoittaa, kun hermosto ja aivot eivät toimi yhtäaikaaisesti tai samassa suhteessa. Ihminen tulkitsee saamiaan viestejä aistiohjauksen välityksellä, SI-häiriössä tuntemukset eivät ole mielekkäitä tai niihin ei pysty reagoimaan johdonmukaisesti. Ihmisellä on tuolloin vaikeus tulkita näkö-, kuulo-, tunto- tai liikeaistimuksia. Hermoston hienosäädön puutteet ohjaavat tuntemukset liian voimakkaiksi tai heikoiksi. Esimerkiksi äänet ovat liian kovia tai suihku tuntuu neuloilta. Voimankäyttö voi olla kohtuutonta tai kaikki menee rikki. (Juusola 2012,65–68)

Tällaiset ihmiset leikkaavat pesulaput puseroista, eivätkä he ehkä voi sietää keinumista tai hissiä. Hänen kehonsa on jännittynyt tai hän huomaa kaikki lehtien havinat ja oravan juoksut. Ääniherkkyyden myötä hän hermostuu ehkä imurista tai tulee huonovointiseksi tuoksuista

Tourette oireilee pääsääntöisesti erilaisin liike- tai äänioirein. Henkilöllä voi olla ns. TIC oireita, joita ovat erilaiset kehon nykimiset, ääntelyt tai erikoinen hengityksen rytmi. Tourette esiintyy noin 1 % suomalaisista ja sen oireet helpottavat tuntuvasti pääsääntöisesti murrosikään mennessä. Lapsi oppii selviämään oireiden kanssa ja suurella osalla niiden määrä aikuisiässä on jo hävinnyt. Touretten lääkintä on tarpeen ja hyödyllistä vain, jos siitä selkeästi kärsii. Enemmän on katsottu olevan hyötyä kognitiivisesta terapiasta. (Juusola 2012,69–70)

Entinen dysfasiaksi määritelty **kielenkehityksen erityisyys** on lapsen kielen kehityksen viivästyminen tai poikkeava eteneminen. Lapsella on vaikeuksia sanastossa, lauseiden muodostamisessa, käsitteiden hallinnassa tai kieliopillisesti. Lapsella on vaikeus ehkä kertoa asioista tai kerronta voi olla suppeaa tai hyvin vuolasta mutta siitä puuttuu kokonaisuus. Tämä saattaa enteillä oppimisvaikeuksia, sekä lukemisessa ja kirjoittamisessa, vieraiden kielten tai matematiikan kanssa. Toisinaan tähän kuuluu liitännäishäiriötä muiden neuropsykologisten vaikeuksien saralta. Häiriö on perinnöllinen ja se yhdistetään aivojen Brocan alueelle. (Juusola 2012,71–77)

Käytös- ja persoonallisuushäiriöt, Joihin luetaan impulsiivisuus, toistuvat raivokohtaukset, uhmakkuus, aggressiivisuus, epäsosiaalinen käytös, hillitsemishäiriöt, pelihimo, tuhopolttohimo, ostovimma, pakonomainen internetin käyttö, pakonomainen seksuaalinen käyttäytyminen, viiltely, näpistely ja karvojen nyppiminen. Näiden laajuus on henkilölle pakonomaista ja sitä johtaa voimakas sisäinen yllyke, joka vahingoittaa henkilön omaa tai toisen elämää. Häiriöiden tautalla on aivojen dopamiini ja serotoniinitason poikkeavuudet, jotka aiheuttavat alttiutta. Kuitenkin kasvuolosuhteet usein ratkaisevat missä määrin persoonallisuuden häiriöt pääsevät kasvamaan. Jos lapsi saa selkeät kasvuolosuhteet, lämpöä, rajoja ja myötätuntoa ei altistavista tekijöistä huolimatta, käytöshäiriö pääsee kasvamaan rajoittavaksi tekijäksi asti. Tultaessa 18 vuoden ikään, sen diagnostiikka muuttuu persoonallisuushäiriöksi. Persoonallisuushäiriö on kyvyttömyyttä joustaa tai ongelmia kulttuuriin sopeutumisessa. (Juusola 2012,8)

3.2 Nepsy-valmentaja

Olen suorittanut 30 op neuropsykiatrisen valmentajan opinnot. Yleisesti on määritelty hyväksyttävä neuropsykiatrisen valmentajan pätevyys, esimerkiksi Neuropsykiatriset valmentajat ry toimesta.

Nepsy-valmentajan koulutuksen pohjana on sosiaali-, terveys- tai kasvatusalan ammattitutkinto tai jokin muu ammattitutkinto, jonka lisäksi henkilöllä on vähintään viiden vuoden työkokemus erityislasten, -nuorten tai -aikuisien ohjaamisesta. Erityisellä tarkoitetaan neuropsykiatrisesti oireilevia, autismin kirjon häiriöisiä, oppimisvaikeuksia, mielenterveys- tai päihdeongelmaisia, kehitysvammaisia tai muita kehitysviivästyksiä sekä muistihäiriöisiä. Koulutuksen laajuus on vähintään 20 op. Pääkouluttajalla tulee olla sosiaali- ja terveysalan pohjakoulutus, lisäksi neuropsykiatrisen valmentajan koulutus ja pätevyys. Tämän lisäksi pääkouluttajalla tulee olla vä-

hintään kahden vuoden kokemus neuropsykiatrisesta valmennuksesta. Koulutuksen tulee sisältää alaan erikoituneen lääkärin luentoja, jolla on työkokemusta neuropsykiatristen oireyhtymien hoidosta. (Neuropsykiatriset valmentajat ry, 2021)

3.3 Nepsy-perhevalmennus

Neuropsykiatrinen perhevalmennus, (myöhemmin lyhennettynä Nepsy-perhevalmennus) on rajattu vahvasti ratkaisukeskeiseen viitekehukseen. Avaintekijöinä on ratkaisukeskeisyys, kognitiivisuus ja dialektinen käyttäytyminen. Nepsy-perhevalmennus aiheet määritellään yhdessä tilaavan tahon, perheen ja toimijan kanssa. Pääsääntöisesti niihin liittyy psykoedukaatiota, toiminnanohjaus toisiin toimimiseen, interventioden merkitys ja oikea-aikainen toiminnan jäsentely.

Psykoedukaatiolla tarkoitetaan oirekuvan perustan selventämistä, psykoedukaatiota, vapaasti käännettynä koulutuksellinen terapia (Duodecim, 2020) tarkoittaa hoitoa, jossa on tarkoituksena antaa tietoa sairaudesta, oirekuvasta ja sen hoidosta sekä kuntoutuksesta. (Duodecim, 2021)

Nepsy-perhevalmennus osaamiseen kuuluu WHO:n lausuman mukaiset toimet: harjoitella tunteita, kehittää selviytymistaitoja, vahvistaa itsetuntemusta ja lisätä kestävyttä sietää arjen pettymyksiä ja vastoinkäymisiä sekä opetella joustavia ristiriitojen ratkaisukeinoja. Nepsy-perhevalmennus on kuntoutusmenetelmä, joka on suunnattu neuropsykiatrisia erityisvaikeuksia omaavalle henkilölle tai heidän läheisilleen. Nepsy-perhevalmennus on arjen sujumista, elämänhallinnan taitojen vahvistamista sekä omien voimavarojen ja vahvuuksien hyödyntämistä. (Salmela 2018,7)

Ratkaisukeskeisen Nepsy-perhevalmentajan osaaminen keskittyy ratkaisu- ja voimavaralähtöiseen työskentelyyn. Vuorovaikutuksessa oleminen, aktiivisuus, oppiminen sekä jakaminen ja antaminen ovat taitoja, joita erityisesti peräänkuulutetaan neuropsykiatrisesti oireilevilta lapsilta ja nuorilta. Suomen mielenterveysseuran julkaisun (Erkko & Hannukkala 2013, 24) mukaan näitä taitoja voi harjoitella esimerkiksi [Mielenterveyden kompassin](#) avulla. Kompassissa on harjoitteita ja kartoitusta kasvusta ja kasvun tukemisesta, arvoista, tunteista ja tunnetaidoista, ihmissuhteista ja sosiaalista taidoista sekä turvaverkostosta, kriisien käsittelystä ja haavoittuvuus tekijöistä. (Mielenterveysseura 2019)

Nepsy-perhevalmennus tulee olla lähtöisin valmennettavan tarpeista ja toivomuksista. Jollei omaa motivaatiota tai halua ole jonkin asian muutokseen tai kasvuun, ei sen muutosta tai kasvua voi pitkäkestoisesti kasvattaa kukaan toinen. Nepsy-perhevalmennus on aina tavoitteellista. Tulee olla tiedossa tavoitteet, keinot, olosuhteet, voimavarat ja toiminnalliset menetelmät. Oli tavoitteena sitten saada peruskoulu suoritettua, vuorokausirytmien hallinta tai harjoitella ryhmässä toimimisen taitoja. Ohjauksella etsitään uusia polkuja, mahdollisuuksia, unelmia ja suunnitelmia.

Tunnetuimmat tarkkaavaisuushäiriöiden noudattavat pitkälti Barkleyn kymmenen kohdan ohjelma (Rönkä & Kinnunen 2002, 166). Näistä nykykäsityksen mukaan parhaita teemoja ohjauksessa käytettäviksi ovat:

1. Tarkkaavaisuushäiriön perustan selventäminen (psykoedukaatiota)
2. Vanhempien ja lasten uskomusten käsittely suotuisammaksi.
3. Vanhemman ja lapsen vuorovaikutuksen havainnointi ja sen työstämien myönteisemmäksi.
4. Tottelevaisuuden vahvistaminen, tarkastelemalla tapoja antaa käskyjä ja kehotuksia.
5. Lapsen soveliaan käytöksen vahvistamien palkkion ja seuraamusikäntäin.
6. Ennakoinnin strategioiden vahvistaminen.

Nepsy-perhevalmennuksen osaaminen perheohjaajana toimiessa, on toimiva työmuoto. Monet arjessa esiin tulevat asiat alkavat jo lapsuuskodissa ja myös monilla lapsilla/nuorilla on kotona vaikeuksia. Kotona alkava ja esiintyvä oireilu vaikeuttaa yksilön toimimista myös kodin ulkopuolella: päiväkodissa, koulussa, harrastuksissa ja myöhemmin töissä. Vaikeudet kartoitetaan yhdessä perheen kanssa ja niille suunnitellaan yhdessä valmennus. Kotona työskentely on ratkaisukeskeistä perheen kanssa ja tuloksia saadaan aikaan nopeallakin aikataululla. Ohjauksen suunnitteluun, aloitukseen ja arviointiin otetaan kaikki perheenjäsenet mukaan. Kaikki voivat tuoda omia toiveitaan, mielipiteitään ja arvioitaan esille. Vanhempien kanssa sovitaan keskusteluja, missä heillä on mahdollisuus tuoda tunteuksiaan esiin lapsen kanssa toimimisesta, sekä vahvuudet ja vaikeudetkin käsitellään. Pääpaino on nykyhetkessä ja konkreettisia keinoja arkeen pyritään saamaan käyttöön jo ensimmäisten ohjausten aikana. (Duodecim, 2021)

Nepsy-perhevalmentaja toimii kokemukseni perusteella enemmän havainnoija kuin asiantuntijana roolissa. Yksilölliset tarpeet ja ainutlaatuiset elämät tuovat erilaisia haasteita, joihin perehtyä. Onnistunut nepsy-perheohjaus tapahtuu aina vahvassa vuorovaikutuksessa missä molemmat osapuolet ovat auttajina ja autettavina. Kokemukseni mukaan en voi auttaa perhettä, jos

perhe ei auta minua valmennusprosessin etenemisessä. Prosessin mahdollistamiseksi molempien osapuolien tulee antautua niin autettavan kuin auttajan asemaan.

3.4 Nepsy-oireen vaikutus perheen sosiaaliseen toimintakykyyn

Kuten aiemmassa luvussa Nepsy-lapset kuvaan oirekuvaa yksilötasolla, vaikuttavat samat seikat myös sosiaaliseen toimintakykyyn. Neuropsykiatrien oirekuvan omaavilla lapsilla saattaa olla hyper- tai hypo-sosiaalisuutta, joka vaikuttaa lapsen toimintakykyyn. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot ovat eri asioita ja hyvinkin sosiaalinen luonteenpiirre. Ei välttämättä tuo riittävää edellytystä toimia sosiaalisissa suhteissa, kuten harrastuksissa. Nepsy-oirekuva voi vaikeuttaa sosiaalisen toimintakyvyn harjaantumista ja ymmärtää toista ja toisen tunteita sekä ylläpitää toimintaa. Näitä taitoja voi kuitenkin harjoitella ja oppia ollessaan suhteessa muihin. Tuolloin keskeistä on itsetunnon vahvistaminen ja onnistumisien huomioiminen sekä osoitus.

Nepsy-lapsen impulsiivinen käytös tuo vaikeuksia ryhmässä toimiseen, tarkkaamattomuutta noudattaa esimerkiksi ohjeita, yliaktiivista käytöstä, joka vaikuttaa varsinaisen toiminnan mukana pysymiseen, levottomuuden vaikutuksesta.

Autismikirjon lapsilla on erilainen aistivarainen tulkinta, joka voi vaikeuttaa sosiaalisten suhteiden merkityksellisyttä ja rakentamista. Autismin kirjon lapset tulevat usein silmätikuiksi ryhmässä erikoisina, passiivisina tai eristäytyvinä lapsina.

SI-lapsella vaikeus tulkita näkö-, kuulo-, tunto- tai liikeaistimuksia. Tuolloin ryhmän äänet, hajut ja fyysinen tila ja tilanne voivat tuntua kohtuuttomilta tai SI-lapsi ei ymmärrä voimankäyttöään.

Tultaessa lapsen käytös- ja persoonallisuushäiriöihin vaikeudet nousevat potenssiin jotain, tämän oirekuvan kuntouttaminen on usein hyvin hedelmällistä. Poisoppiminen ja toisintoiminen tuo uutta uskoa pärjäävyyteen.

Työssäni toistuvasti tulen tilanteeseen, missä nepsy-oireisella lapsella ei ole luottamusta itseensä eikä muihin. Vuorovaikutussuhteet ovat olleet kivuliaita ja yritykset solmia suhteita ovat jääneet liian hennoiksi kannatellakseen suhteen rakentumista. Se joka on lukenut Antoine de Saint-Exuperyn (1984, 70) kirjan Pikku prinssi, ymmärtää luottamuksen rakentamisen ja ystävyyden solmimisen: *”tule ja kesytä minut”*.

Työssäni tulee toistuvasti vastaan tilanne, missä nepsy-lapsen puutteelliset taidot, yhdistettynä vanhempien arvoihin ja vuorovaikutustavoitteisiin, tuovat hankausta perhesuhteisiin. Negatiiviset ajatukset ja tunteet tuovat kierteen, missä vanhemman odotusarvo ja asenne lapsen sopimatonta käytöstä kohtaan muodostuu oletusarvoksi. Vanhemmat kertovat, että kielteisyyttä ja ärsytystä lapsen toiminnasta aiheuttaa myös ne negatiiviset viestit, joita tulee kodin ulkopuolelta, kuten koulusta, harrasteista ja ympäristöstä. Vanhemmat yrittävät enemmän rajata pois ei-sopivaa-käytöstä ja kokevat syyllisyyttä kasvatustapahtumistaan epäonnistumisesta. Vanhemmille tulee myös paineita, näistä johtuvista syistä, lähettää lasta harrastamaan. Kokemukset lapsen sopimattoman toiminnan esiintyvyydestä turhauttaa ja väsyttää vanhempia. Vanhemmat kokevat, että lasta tulee rajata vahvemmin ja asettaa kurinpidollisia menetelmiä.

Kuitenkaan lapsen sosiaalinen kasvu ei tapahdu tyhjiössä. Lapsi tarvitsee systemaattisesti toimivan vanhemman, jonka ohjaus tapahtuu myönteisen kasvun tukemiseksi ja kiinnittämällä huomiota positiiviseen vuorovaikutukseen. Näin ollen lapsen haastava käytös muovaa myös aikuisen toimintaa (Rönkä 2002,168).

4 RYHMÄSSÄ TOIMIMINEN

4.1 Kuntoutus ja palvelutarve

Terveiden edistäminen tarkoittaa hyvinvoinnin lisäämistä sekä yksilö että yhteisötasolla. Sen perusteena on positiivinen terveystietämys, ajatus terveydestä resurssina ja voimavarana. Maailmanterveysjärjestö WHO on jaotellut terveyden fyysiseen, psyykkiseen, sosiaaliseen ja henkiseen alueeseen. Näiden osa-alueiden taitoja kertyy harjoittelemalla tunnetaitoja, kehittämällä selviytymistaitoja, vahvistamalla itsetuntemusta ja lisäämällä kestävyyttä sietää arjen pettyksiä ja vastoinkäymisiä sekä opettelemalla joustavia ristiriitojen ratkaisukeinoja. Näiden keinojen hallinta on niin sanottuja suojaavia tekijöitä sairastumista vastaan ja edistävät henkistä hyvinvointia. Euroopan komission 2011 tekemän tutkimuksen mukaan, voimavaralähtöinen työskentely tuottaa jopa 5 kertaa enemmän tuloksia ja siihen sijoitetun pääoma palautuu takaisin 1–5 vuodessa. (Erkko & Hannukkala 2013, 12–13.)

Palvelutarve arvioidaan joko henkilön omasta toimesta tai ohjaavan tahon toimesta, mutta sitä voi myös pyytää hänen omaisensa, laillinen edustajansa tai muu henkilö tai viranomainen. Yleisimmin neuropsykiatrisen palvelun tarpeen arvioon tulee henkilö, jolla on jo olemassa oikeus perheneuvolan, lastensuojelu-, sosiaalityö-, koti-, asumis- ja laitoshoidon palveluihin, vammaispalveluihin, omaishoidon tukeen tai toimeentulotukeen. Usein palvelutarpeen arvioiminen edellyttää moniammatillista yhteistyötä. Palvelutarpeen arviointi ei sinänsä johda palvelujen myöntämiseen, vaan palveluja on erikseen haettava. Palvelujen järjestäminen edellyttää asianmukaisen palvelusuunnitelman laatimista. (Sosiaaliturvaopas 2019)

Anssi Särkelän kirjassa *Välittäminen ammattina* (2001,27) pohditaan auttamistyön aikaa, keinoja ja resursseja, joilla purkaa poikkeaman ongelmakohtia. Edellä mainitut kokonaisresurssit eivät kuitenkaan saisi olla itsessään auttamistyötä määritteleviä tekijöitä. Tulisi pohtia ja kehittää sellaisia toiminta tapoja, jotka mahdollisesti toimisivat, jos niille annettaisiin edes mahdollisuus. Auttamistyön lähtökohtana tulee olla sellainen malli, johon asiakas haluaa sitoutua. Koska hyvä työskentely suhde ja siihen sitoutuminen vaatii useamman tapaamisen luottamussuhteen saavuttamiseksi, ei ole syytä olettaa, että näin tapahtuisi ensimmäisen tapaamisen jälkeen. Hyvän suhteen saavutettavuus on hyvin edistyvän työn lähtökohta. Autettava haluaa tarkastaa ja varmistaa auttajansa tarkoituksensa ennen antautumista muutokseen. Koska asiakas ei ole muutostyön kohde vaan toteuttaja, on heitä saatettava luottamuksessa ja kunnioituksessa.

4.2 Vuorovaikutustaidot

Erkko, H & Hannukkala, M, Mielenterveys voimavaraksi (2013,95-) mukaan vuorovaikutus taidoilla tarkoitetaan tunnetaitoja ja sosiaalisia taitoja. Kaikille on merkityksellistä tuntee olevansa hyväksytty ja kuuluvansa johonkin yhteisöön. Tähän tarvitaan kykyä solmia ihmissuhteita ja pitää niitä yllä. Ihminen oppii vuorovaikutustaitoja ollessaan suhteessa muihin. Vuorovaikutustaitojen kehittymiseen vaikuttavat kasvatus, lapsuuden ihmissuhteet ja temperamentti. Vuorovaikutuksen tyyliin vaikuttavat mieliala, asenteet ja itsetunto. Vuorovaikutustaitoja tarvitaan toisten kohtaamisessa, tuttavuuden tekemisessä sekä erilaisten sosiaalisten ongelmien ratkaisukyvyssä. Kuten miten ratkaista ongelma, toimia oikein, välttää konfliktit ja olla turvautumatta aggressioon.

Sosiaalisilla taidoilla tarkoitetaan vuorovaikutus- ja itseilmaisuntaitoja, sosiaalisten tilanteiden hallintaa ja kykyä liittyä muihin. Sosiaalisten taitojen kehittymiseen vaikuttavat elinympäristö, lapsuuden kokemukset ja luonteen piirteet. Sosiaalisten taitojen puutteellisuus vaikuttavat ja heikentävät kykyä liittyä toisiin, luottamusta omiin keskustelu- ja vuorovaikutus taitoihin. Sosiaalisten taitojen puuttumien syrjäyttää muista ja vaikuttavat arjen sujumiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn. Sosiaalisten taitojen harjoittelussa tarkoituksena on esimerkiksi kykyä luoda ja ylläpitää ihmissuhteita, kyvykkyyttä luoda ja ylläpitää ihmissuhteita, kyvykkyyttä luottaa toisiin ja ottaa vastuuta sosiaalisista tilanteista, häivyttää pelkoa sosiaalisten tilanteiden pelosta, kokea merkityksellisiä ihmissuhteita ja itsearvostuksen lisääntyminen (THL, 2018)

4.3 Yhteistyö- ja ryhmätaidot

Yhteistoiminnassa oppiminen korostuu toimintateoreettisesti. Toimintateorian (Helkama, Myllyniemi & Liebkind 2007, 111) mukaan vuorovaikutuksessa oppiminen tapahtuu kuuden eri osatekijän mukaan:

1. Saadaan lapsi kiinnostumaan tehtävästä.
2. Tehtävää yksinkertaistetaan, jotta osatekijöiden oppiminen tulee lapselle huomattavammaksi.
3. Pidetään yllä lapsen toimintaa, kannustamalla tavoitteeseen pääsemistä.
4. Kiinnitetään huomiota lapsen ratkaisuihin.
5. Minimoidaan turhautumia ja ratkaisun tekoon liittyviä riskejä.
6. Esitetään lapselle hyvä suoriutuminen

Näin on esimerkiksi kotona lapsen kanssa opeteltaessa välipalan tekoa. Lapsen kanssa mietitään yhdessä mieleinen ja sopiva välipala. Välipalan teko vaiheistetaan ja lapselle tarjotaan riittävän yksinkertaisen välipalan tekoa, josta lapsi ikätasoisesti suoriutuu. Mietitään yhdessä, miltä valmis välipala maistuu, kannustetaan lapsen valintoja ja tuetaan niitä tarvittaessa tiedoin. Esimerkiksi kannattaako kananmunaa laittaa kokonaisena mikroaaltouuniin? Pidetään lapsen fokuksittuminen välipalan teossa ja laitetaan puhelin äänettömälle. Korostetaan valmistuneen välipalan teon taitavuutta ja mitä voisi harjoitella seuraavaksi.

Yhteistyö- ja ryhmätaidot ovat lasten harrastustoiminnan onnistumiselle keskeisiä. Lapsen on oltava kyvykäs liittymään ryhmään ja toimimaan ryhmän mukana. Yhteishengen ylläpito vaatii ohjeiden noudattamista ja ristiriitojen kanssa pärjäämistä. Lapsen tulee sietää kritiikkiä sekä osata antaa sitä. Lapsella tulee olla kyky antaa ja sekä ottaa vastaan sekä myös palautetta. Ryhmätilanteissa tulee paikkoja, joissa tulee tehdä päätöksiä ja hyväksyä ristiriitoja sekä tosiasioita. (Erkko & Hannukkala 2013,102)

4.4 Vertaistuellinen merkitys

Lasanen, M (2017,44) väitöskirjassa Ei tarvi pelätä että ois erilainen, kerrotaan että vertaistuki korostaa ihmisen saman-arvoisuutta ja tasa-arvoa. Vertaistuki ja toisen auttaminen tukee ihmisen eettistä kehitystä. Lasten vertaistukea on käytetty erilaisten sairauksien, vammojen ja haastavien elämäntilanteiden hallinnassa. Muotoina on muun muassa erilaisia leirejä ja ryhmiä, jotka kokoontuvat tietyn, ennalta määrätyn ajanjakson aikuisen vetäjien kanssa, tietyn asian äärelle. Kuten lasten vertaistukiryhmä, omaisensa menettäneille lapsille tai avioeroperheiden lasten vertaisryhmä, jossa työstetään vanhempien eroa.

Myös Kela järjestää kuntoutus ja sopeutumisvalmennuskursseja lapsille, nuorille ja aikuisille sekä heidän perheilleen ja läheisilleen. Kurssien tarkoitus on auttaa kuntoutujaa ja hänen perhettään sopeutumaan sairauden tai vamman mukanaan tuomiin muutoksiin ja kuntoutumaan niistä. Kelan kurssien tarkoitus on tuottaa tietoa sairaudesta, tarjota vertaistukea sekä tukea arjen toimivuutta. (Kela 2021)

Vertaisuus tarkoittaa sitä, että henkilöillä on sama elämäntilanne tai heitä yhdistää jokin sama ominaisuus tai asia. Vertaisuus saman asian äärellä antaa voimaannuttaa ja tukea jaksaa saman asian äärellä. Vertaistuen ajatus on siinä, että ihminen saa apua itse ja antaa sitä toiselle samaan aikaan. Vertaistuen merkitys korostuu, jos ihmisellä on kokemus poisjättämisestä tai

erilaiseksi leimaantumista. Tuolloin hän voi tuntea, ettei kuulu joukkoon, eristäytyy muista ja tuntee yksinäisyyttä. Hyvä vertaistuki sisältää toimintoja, joilla voi oppia toisilta asioita, joita voi omassa elämässä hyödyntää. Vertaistukiryhmän osallistujat auttavat toisiaan etsimään erilaisia ratkaisukeinoja esimerkiksi vuorovaikutuksessa toisiin. Vertaistukiryhmässä henkilö havainnoi muita suhteessa itseensä ja sitä kautta ymmärtää myös omaa kokonaistilannettaan. (Lasanen 2021, 46)

4.5 Vertaisohjaaja

Nepsy-harrasteryhmän vertaisohjaajana toimi nuori neuropsykiatrisesti oireileva mies. Lapset tapasivat oletettavasti ensimmäisen kerran nepsy-oireisen nuoren. Luistelun harjoittelun ja jääkiekon pelaamisen lisäksi, muun muassa välipalan yhteydessä lapset juttelivat heitä kiinnostavista asioista, kuten koulusta ja perheistään. Vertaisohjaaja kertoi omista kokemuksistaan nepsy-oireiden kanssa ja kannusti lapsia luottamaan taitoihinsa, eikä antaa nepsy-oireen määrittellä tulevaisuuden haaveita tai onnistumisen edellytyksiä. Lapset kyselivät häneltä, kuinka hän oli päässyt lapsena pelaamaan HIFK:n ja Kiekko-Espoon jääkiekkjoukkueisiin ja miten hän siellä pärjäs.

Nepsy-oireiset nuoret ja aikuiset ovat nepsy-oireiselle lapselle todellisia esimerkkejä siitä, että nepsy-oire ei estänyt opiskelua ja harrastamista. Hänen kohtaamisensa harrasteryhmässä antoi lapsille luottamusta tulevaisuuteen.

Sisällönanalyysin perusteella vertaisohjaajaa motivoi omassa toiminnassaan oma liikunta, mielekkään sisällön saaminen arkeen, palaute sekä auttamisen ilo.

5 TUETTUA LASTEN HARRASTUSTOIMINTAA

Kehitystyöhöni etsin aiempia tutkimuksia ja tuloksia, joihin verrata omaa kehitystyötäni ja sen tuloksia. Suoraan vastaavia pilotointeja, joissa toteutuisi kaikki ne merkitykset, joita hain, ei ole toteutettuna. Tarkoitan tällä niitä puitteita, joita itse koin merkityksellisinä, tätä opinnäyte-työtä tehdessäni. Tuetun harrastustoiminnan, nepsy-ohjauksen ja vertaistuellisen sekä ver-taisohjaajan kokonaisuutta ei ollut yhdistetty. Esittelen tässä löytämiäni Opetus- ja kulttuurimi-nisteriön sekä Aluehallintoviraston tiedossa olleita hankkeita ja pilotointeja.

5.1 Harrastamisen Suomen malli

Opetus- ja kulttuuriministeriön (Valtioneuvosto, 2020) pilotointi Harrastamisen Suomen mallin tavoite on mahdollistaa jokaiselle lapselle ja nuorelle mieluisa ja maksuton harrastus koulupäi-vän yhteyteen. Hanke on pilotti vaiheessa ja siihen on ohjattu 14.5 miljoonaa euroa valtakun-nallisesti jaettavaksi lukuvuosittain urheiluseuroille, taide- ja kulttuuritoimijoille, nuorisojär-jestöille, kunnan toimijoille sekä muille lasten ja nuorten harrastustoiminnan yhteisöille. Pilo-toinnin lähtökohta on tarjota lapsille ja nuorille heidän toiveidensa mukaista harrastusta. Tiede- ja kulttuuriministeri Annika Saarikon mukaan harrastamisella on paljon myönteisiä vaikutuksia lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi. Itselle mielekkään harrastuksen mahdollisuus li-sää lasten ilon ja onnen kokemuksia sekä saavat kavereita. Tällä voitaisiin taata jokaisen lapsen mahdollisuus harrastamiseen perhetaustasta ja asuinpaikasta riippumatta. Harrastamisen Suo-men malliin kuuluu myös digi- ja etäharrastusmahdollisuuksien järjestäminen. Tämä korostuu nyt Covid-19 aikana. Tämän pilotoinnin osatekijänä on myös tehdä koulusta kiinnostavampi paikka, joka tukisi kouluviihtyvyyttä, yhteisöllisyyttä, yhdenvertaisuutta sekä mahdollisuutta kokeilla ja harrastaa uusia lajeja ja aloja. Tämän mallin tarkoituksena on luoda Islannin mal-lista suomalainen toteutus, jossa taataan nuorelle tai lapselle mahdollisuus mieluisaan harras-tukseen koulupäivän yhteydessä. Harrasteiden valinnassa tulee toteuttaa lasten ja nuorten tuot-tamaa tarvetta ja mielekkyyttä harrastukselle. Mukana on erilaisia harrastuksia eri aloilta kuten liikunta ja urheilu, taide ja kulttuuri, nuorisola, tiede, luonto ja kädentaidot.

Pilottiin haettiin kuntia mukaan ja 2.12.20 päättyneessä haussa mukana oli 112 kuntaa, jotka osallistuivat pilottiin. Ensimmäisen vaiheen pilottiin oli varattu 9,5 miljoonaa euroa. Jatkossa haku on keväisin ja jaettava summa on 14,5 miljoonaa euroa lukuvuosittain. OKM pilotoinnissa

harrastukset tulee valita kunkin koulun oppilaiden toiveiden mukaisesti, toiveita kysyttiin koululaiskyselyllä helmikuussa 2021. Kyselyyn vastasi 197 040 koululaista (luokat 1–9 ja lisäopetus), osallistuvia kouluja oli 1 759. Suosituimmaksi harrasteiksi äänestettiin suosituimmasta alaspäin: parkour, kuvataide, elokuva ja animaatio, ruuan valmistaminen, kiipeily, pelisuunnittelu ja koodaus, valokuvaus, keilailu, kädentaidot, muotoilu ja käsityöt, lumilautailu ja lasketelu. Mukana oli kaikkiaan 76 harrastusvaihtoehtoa

Tässä Suomen mallissa harkittavaksi tulee lainsäädöllisten pohjien luomien ja valtion osuusjärjestelmän selvittäminen. [Valmisteluryhmän esitys PDF_146kB](#). AVI ja Opetus- ja kulttuuriministeriö on järjestänyt webinaareja maakuntakohtaisesti liittyen Suomen mallin pilotointiin. Tämän tarkoituksen edesauttamiseksi on luotu kouluille erityiset verkkosivut, joilla tuetaan harrastustoimintaa [Harrastusviikon verkkosivut](#).

5.2 Etsivä harrastustoiminta, harrastuspolku -toimintamalli

Kehittämistyöni kautta olin yhteydessä Aluehallintovirastoon ja Opetus- ja kulttuuriministeriöön puhelimitse ja sähköpostilla, saadakseni heiltä lisää tietoa meneillään olevista hankkeista, joita voisin verrata tähän kehittämistyöhön. Osallistuin myös maaliskuussa AVIn Harrastamisen Suomen mallin infotilaisuuteen.

AVIn suunnittelijan kautta sain tietoa Turussa etsivän harrastustoiminnan käynnistyskokeilu kymmenellä eri koululla. Toteutusaika on tammi-toukokuu 2021. Loppuraportti kokeilusta on valmis toukokuussa 2021.

Käynnistyskokeilulla kerätään tietoa ja kokemuksia toiminnan laajentamista varten jatkossa. Toimintaa halutaan kehittää laajan etsivän harrastustoiminnan yhteistyöverkoston kanssa. Etsivä harrastustoiminta, harrastuspolku -toiminnan kohderyhmää ja osallistujia ovat Turun perhetyön asiakkaina olevat ala- ja yläkouluikäiset lapset. Toiminta aloitetaan myös perheille. Tavoitteena on rakentaa toimintatapa perheille, joilla ei ole tietotaitoa tai voimavaroja etsiä harrastustoimintaa lapselle. Toimintatavan avulla löydämme harrastustoiminnan muotoja ja näin tukea osallisuutta yhteiskuntaan. Innovatiivisen asiantuntijayhteistyön avulla saamme mukaan sellaisia perheitä ja lapsia, joita harrastamisen palvelut eivät vielä tavoita ja joiden syrjäytymisen riski on korkea. Lastenkulttuurikeskus Seikkailupuisto toteutti kolmen taidepajan harrastuspolku -pilotin Turun Perhetyön kanssa loka-marraskuussa 2020 alakouluikäisille lapsille.

Pajoissa tehtiin moniaistisia harjoituksia maalattiin, muovailtiin, keskusteltiin ja leikittiin. Toiminnassa harjaantui myös keskittymiskyky – juuri sellainen taito, joka usein puuttuu perhetyön asiakkaalta.

Viimeisessä työpajassa lapset kertoivat: Sai kokeilla erilaisia juttuja. Ei jännittänyt niin paljon, kun oli pieni ryhmä. Sain kaverin. Haluan tehdä savitöitä ja maalata! Koska pääsee uudestaan tänne? Huomasimme, että jopa näin lyhyessä ajassa lasten sosiaaliset taidot vahvistuivat.

Vanhemmilta saatu palaute: Huoltajat täyttivät kyselyn osin yhdessä perhetyöntekijän kanssa. Harrastamisen esteenä oli tiedon puute tai voimavarojen riittämättömyys etsiä tietoa. Harrastus on usein liian kallis. Vanhempien toivomuksina oli löytää lasta kiinnostava harrastus ja että ryhmäkoko olisi pieni. Pilotin toteutusajaksi on tammi-toukokuu 2021 ja loppuraportti on saatavilla toukokuussa 2021.

5.3 Valtti-ohjelma

Suomen Paralympiakomitean koordinoiman Valtti-ohjelman avulla pyritään löytämään erityistä tukea tarvitseville lapsille ja nuorille liikuntaharrastus. Valtti-ohjelmaan voivat hakea mukaan 6–23-vuotiaat, erityistä tukea tarvitsevat lapset ja nuoret, jotka eivät vielä ole löytäneet sopivaa liikuntaharrastusta. Ensisijaisuudella ovat lapset ja nuoret, joilla ei ole vielä liikuntaharrastusta tai jotka eivät tiedä mitä voi harrastaa tai mikä liikuntamuoto sopii omalle toimintakyvylle. Valtti-ohjelmaan valittu lapsi tai nuori saa oman henkilökohtaisen Valtin. Valtti toimii ohjattavansa liikuntakaverina ja harrastuksen pariin saattajana. Valtti etsii ohjattavalleen vähintään neljä liikuntakokeilumahdollisuutta ja on mukana liikuntakerroilla tukena, kannustajana ja kaverina. Vuonna 2020 Valtti ohjelmaan osallistuneiden perheiden palautteissa eniten vaikeuksia raportoitiin ystävien saamisessa, keskittymisessä, muutosten hyväksymisessä omiin rutiineihin, asioiden oppimisessa ja oman käytöksen kontrolloimisessa. Vanhemmat kokivat saavansa Valtti toiminnasta hyötyä myös vanhemman kuormitukseen.

Valtti tukihenkilö innosti lastani ja tsemppasi, näki lapsen positiivisesti ja toi esiin hänellä olevia taitoja ja mahdollisuuksia harrastamiseen. Vanhempana olin helpotunut tällaisesta tuesta. Kun on lapsi, jolla on haasteita, on se myös vanhemmalle kuormittavaa. Harrastukseen lähtemisen vaikeus ja jumitus ym. käytöksen haasteiden takia, oli mukava, kun Valtti kummi otti kopin lapsesta paikan päällä ja itse sai hengähdysketken.

5.4 SATA 2 Erityislasten taidepolku -pilotti

Erityislasten taidepolku-pilotin kohderyhmä oli nepsy-lapset. Kohderyhmä rajattiin alakouluikäisiin lapsiin. Pilotin yhteistyötahoina olivat ADHD-liitto ja Autismi- ja Asperger liitto. Helsingin erityislasten taidepolku -pilotin vastuutoteuttajana oli Malmitalo. SATA2 pilotissa luotiin polku, jota kulkemalla erityislapsesi siirtyivät pienryhmäopetuksesta taiteen perusopetuksen oppilaiksi. Pilotointi tapahtui 2018–2019. Pilotti järjesti yhteistyössä ADHD-liiton sekä Autismi- ja Asperger liiton kanssa koulutuksen taideopettajille. Koulutus sisälsi ADHD-liiton suunnittelijan puheenvuoron, materiaalia ADHD:stä ja kokemusosaajan puheenvuoron siitä, millaista on olla ADHD-lapsi. Koulutuksen aiheina oli myös, miten varmistaa hyvä kohtaaminen ja autismikirjon piirteet (aistit, toiminnanohjaus, sosiaalinen kanssakäyminen, erityiset mielenkiinnon kohteet, vahvuudet ja voimavarat).

SATA2-hanke pyrkii vastaamaan haasteisiin, joita esiintyy erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten osallisuudessa. Haasteiksi nimettiin taide- ja kulttuuritoiminnan tuottajien, opettajien ja ohjaajien täydennyskoulutus ja vertaistuen kehittäminen, tiedotuksen ja viestinnän yhtenäistäminen, hyvien toimintamallien kokeilu ja levitys, osaajaverkoston luominen Suomeen sekä avustajakäytäntöjen kehittäminen.

Pilotin tuloksena luotiin kuvaus nepsy-lasten harrastusryhmästä. Toimivia toimintamalleja oli ryhmäkoon pitäminen pienenä, maximissaan 6 lasta. Harrastusryhmässä tulee olla avustaja opettajan lisäksi. Ryhmän kurssin pitäminen riittävän lyhyenä, tuolloin kurssin tavoitteet voidaan pitää selkeinä. Tavoite on erityislapselle helpommin saavutettavissa ja syntyy onnistumisen kokemuksia. Harrastusryhmän yhteistyö kunnan, koulujen ja kulttuurikeskusten kanssa, lapset voivat tutun avustajan kanssa tutustua harrastustarjontaan.

SATA2 hankkeen yhteenvetona tulisi kiinnittää nepsy-lasten opetuksen osalta huomiota selkeyteen ja ymmärrettävyyteen. Toiminnassa tulee olla selkeät rajat. Lapsella tulee olla mahdollisuus kokeiluun, leikkiin ja huumoriin. Harrasteryhmän opetustuokiot tulee olla riittävän lyhyitä ja tauotettuja. Ensimmäisellä tapaamiskerralla tapahtui välikohtaus, jossa osallistuja potki palo-oven lasin rikki tunnekuohon vallassa. Erityislasten kursseilla tarvitaan ehdottomasti useita aikuisia vaikka ryhmä olisi pieni. Huoltajan toimiminen oman lapsen avustajana voi joskus toimia, mutta huoltajien palautteiden mukaan huoltaja on se huonoin mahdollinen

avustaja. Huoltajat olivat kokeneet kurssin tarjoavan lapselle osallisuutta ja onnistumista, ilman ennakoasetelmia ja negatiivista palautetta. Lapsen uskoa omaan pärjäävyyteen ja sosiaaliset suhteet vahvistuivat. Vanhemmat nimesivät myös oman hengähdystauon kurssin positiiviseksi puoleksi.

Haastattelujen mukaan pilotilla oli iso merkitys siihen osallistuneille lapsille. Monelle osallistuneelle lapselle taidekurssi oli ensimmäinen vapaa-ajan harrastus ja ainoa sosiaalinen tapahtuma koulun lisäksi. Pienessä ryhmässä lapset saivat harrastaa taidetta turvallisessa ilmapiirissä. Kurssilla lapsilla oli tarvittaessa käytössä apuvälineitä, kuvallisia ohjeita, kuulosuojaimia, hanskoja ja aktiivisyynyjä. Työskentelytila oli rauhallinen ja aikuisten määrällä riittävä takaamaan miellyttävän kurssitilanteen lapsille sekä huoltajille.

6 NEPSY-HARRASTERYHMÄ

6.1 Aineiston analyysi

Kehittämistyön kohteeni tarkasteli neuropsykiatrisesti oireilevien lasten harrasteryhmän edellytyksiä ja vertaistuellista merkitystä. Siksi luokittelin aineistoa erottelemalla siitä opinnäytetyöhöni liittyviä tai ei-liittyviä tekijöitä, kysymällä ensin: Mikä liittyy neuropsykiatrisesti oireilevien lasten harrasteryhmän? Toiseksi kysyin: Mikä liittyy vertaistukeen? Otin mukaan kaikki ne sellaiset seikat, jotka vastasivat näihin kysymyksiin ja jätin pois ne, jotka eivät vastanneet. Käsittelin koko aineistoa kontekstina, kaikki tuotos oli samanarvoista ja tulkitsin kaikkea yksikköinä. (Tuomi & Sarajärvi 2018,104)

Analysoin aineistoa teoriaohjaavalla analyysillä (Tuomi & Sarajärvi 2018,109). Perehdyin keräämääni aineistoon ja etsin sieltä kehittämistyön aiheen kannalta merkittäviä asioita. Tein analyysia jo narratiivisesti kirjoittaessani havaintoja. Aineiston keruun päätyttyä perehdyin lukemaan keräämääni aineistoa. Aineistosta keräsin toistuvia huomioita ja erityisesti niitä asioita, jotka olivat kehittämistyön kannalta olennaisia.

Teorianäissä analyysissä pidin kehittämistyössä aiemmin esiteltyjä teorioita, nepsy-perhevalmennuksen periaatteista ja kuntoutuksen sekä vertaistuen merkityksellisyydestä.

Analyysissä toistuivat tekijät nepsy-lasten harrastamisen vaikeudesta ja perheiden kokema kuormitus nepsy-lasten haasteista. Tämän kehittämistyön raportointi on teoriaohjaavaa (Tuomi & Sarajärvi 2018,109) joka palvelee parhaiten sitä tarkoitusta mikä tälle kehittämistyölle on asetettu.

6.2 Neuropsykiatrisesti oireilevien lasten harrasteryhmä

Opinnäytetyöni kehittämistyössä mukana olleet perheet olivat kaikki ohjattuna nepsy-perhevalmennukseen. Perheillä ei ennen nepsy-perhevalmennuksen alkua ollut juurikaan annettu psyykoedukaatiota nepsystä tai heillä ei ollut tietämystä tai kokemusta oirekuvasta. Lapset eivät tunnustaneet piirteitään tai eivät osanneet tulkita tai suhteuttaa niitä suhteessa muihin. Yhdellä nepsy-harrasteryhmään osallistuneista lapsista oli kaveri, jolla hän kertoi olevan ADHD. Harrasteryhmän lapsi ei kuitenkaan ollut uskaltanut kertoa omasta diagnoosistaan tai oirekuvastaan, vaan pelkäsi leimaantumista. Ryhmä oli suljettu ryhmä, joten lapset tiesivät ensimmäisen

tapaamisen jälkeen, ketä ryhmään osallistuu. Jokaiselle ryhmän jäsenellä oli neuropsykiatrinen diagnoosi ja oirekuva.

6.3 Nepsy-oireesta keskusteleminen

Harrasteryhmässä lapset tarkkailivat toisiaan löytääkseen omaa toimintaa tai oirekuvaa vastaavia tekijöitä. He keskustelivat ADHD diagnoosista ja kertoivat esimerkiksi lääkityksestä. Keskustelussa oli aiheena myös harrasteryhmän vetäjän osallisuus lasten arjen strukturoinnissa ja siitä, kuinka kauan kukakin heistä on ollut ohjattavana. Nämä yhteiset pienet jutteluhetket antoivat lapselle mahdollisuuden verrata tilannettaan toisen tilanteeseen, ja sitä kautta ymmärtää paremmin itseään ja omaa tilannetta.

Lapsi 1: Onko sullakin ADHD?

Lapsi 2: On, onko sullakin?

Lapsi 1: Joo. Syötkö sä lääkkeitä?

Lapsi 2: Joo. Syötkö sä?

Lapsi 1: Joo. Käykö Miia teilläkin? Meillä se käy kerran viikossa.

Lapsi 2: Joo käy.

Lapsi 3: Miia käy meilläkin.

Lapsi 1: Miia sä käyt meillä kaikilla. Miksei me olla voitu olla aiemmin näin?

T: No nyt saatiin onnistumaan tämä. Onko tämä millaista?

Kaikki lapset: (huutaa) Kivaa.

Lapset eivät olleet kertoneet aiemmin oireistaan tai diagnoosistaan kodin ulkopuolisille henkilöille. Syyksi esitettiin se, että lapset pelkäsivät leimaantumista ja kiusaamista. Kotona ja nepsy-perheohjauksessa asiasta oli keskusteltu. Harrasteryhmässä tähän tarjoutui tilaisuus. Lasten keskusteluja vaikutti tukevan se, että harrasteryhmän vetäjä oli kaikille lapsille tuttu ja nepsy-oireeseen liittyvistä aiheista oli harrasteryhmän vetäjän kanssa puhuttu jo aiemmin. Nepsy-perheohjaus on psykoedukaatiota ja dialogiaan perustuvaa ohjausta. Tänä päivänä psykoedukaatiossa korostuu dialektisyys, opettamisen sijasta. Nepsy-oireista keskusteleminen tapahtuu perheissä voimaannuttamisen kautta. Perhettä kuullaan dialogissa kokonaisuutena ja ohjataan arjen ongelmatilanteissa kokonaisvaltaisesti.

6.4 Suurttiikerisapelihammasoravatiimi

Nepsy-harrasteryhmäksi aktiviteetiksi valittiin luistelu, jotta se tukisi ennestään vilkkaiden lasten pysymistä toiminnassa, jännittämisestä huolimatta. Osallistujien rentoutuminen näkyi toiminnassa. Lapset esiteltiin toisilleen etunimiltä ja jaettiin ensin joukkueisiin. Lapset valitsivat tiimille nimen ja sovittiin että kaikki käy. Nimeksi valikoitui *Suurttiikerisapelihammasoravatiimi*. Nimen keksiminen oli lapsille hauskaa puuhaa ja naurua riitti kaikilla paikallaolijoilla. Samalla sovittiin, että onnistuessaan kaikki tuovat mailansa samaan kasaan ja huudetaan yhdessä JEE! Tämä yhteinen tervehtiminen, huuto ja kannustus, sai lapsilta suositun vastaanoton. Lapset halusivat pienimmästäkin syystä liittyä yhteen ja huutaa yhdessä JEE! Harrasteryhmän vetäjän näkökulmasta tämä toiminnallinen tapa oli yksi ryhmäytymisen nopeaa edistymistä tuova tekijä. Lapset vapautuivat ja se näkyi riehaantumisena ja kikatteluna. Olettavasti he kokivat olonsa turvalliseksi ja hyväksytyksi.

Ryhmä kartuttaa turvallisuuden käsitystä ja ahdistuneisuus vähentyy muiden myötä. Ryhmän tuki lisää selkeyttä, jolloin ympäröivää maailmaa on vaivattomampi jäsentää. (Suoninen, Pirttilä-Backman, Lahikainen&Ahokas, 2013,143)

Harrasteryhmässä ei kiusattu toisen oireiden vuoksi, kuten TIC oireet tai jatkuva höpöttäminen tai motorinen levottomuus. Ryhmä kokoontui lasten vapaa-ajalla. Lähtökohtana oli, ettei lapsia pakoteta ryhmään. Harrasteryhmän vetäjänä olin selvittänyt etukäteen lasten toiveita harrasteryhmän sisällöstä ja tuolloin suosituimmaksi aktiviteetiksi ilmoitettiin jääkiekko.

Kehittämistyön ajankohtana oli tammikuu 2021 ja pääkaupunki seudulle saatu vahva lumi- peite ja hurjasti pakkasta. Lasten toiveena oli myös yhteinen evästely ja lämpimän mehun juominen. Sovittiin että ryhmän vetäjä tuo eväät ja lapsilla on itsellään varattuna luistimet, kypärät, riittävä vaatetus ja halutessaan oma maila. Harrasteryhmän vetäjänä olin myös varautunut mailojen ja turvavarusteiden mahdolliseen puuttumiseen. Olin ottanut mukaan joitain välineitä, jotta kenenkään osallisuus ei jäisi välineistä kiinni. Lasten perheet olivat vahvasti mukana tukemassa toiminnan onnistumista.

Yhdeksi harrasteryhmää rajaavaksi tekijäksi osoittautui COVID-19 pandemia. Mietimme yhdessä perheiden kanssa harrasteryhmän kokoontumisen edellytyksiä. Vanhemmat sitoutuivat esimerkiksi kuljettamaan lapsia paikalle, jotta kaikki lapset eivät olisi yhtäaikaaisesti samassa mikroilmastossa autossa. Jääkiekon valintaa tuki myös sama COVID-19 pandemian tuomat rajoitteet. Päätettiin yhdessä vanhempien kanssa, että harraste ryhmä kokoontui ulkojäällä ja siten vältetään kontaktien määrää sisätiloissa.

Lasten toimintaa ei ohjattu väkisin. Lapsi 4 sai jäädä kentän reunalle seuraamaan tilannetta. Ei tarvinnut puhuakaan, jos ei halunnut. Tämä näytti toisille lapsille alkuun passiiviselta käytökseltä ja he yrittivät toistuvasti houkutella toiminnasta pois jäänyttä lasta mukaan. Ohjaajana kannustin lasta osallistumaan ja tarjosin vaihtoehtoisia tapoja, kuten auttaa ohjaajaa tuomaroinnissa ja toimimaan esimerkiksi maalien laskijana. Vaikka tämä saattoi tuntua pois jäämiseltä, ei se sitä kuitenkaan ollut. Lapsi seurasi tarkasti toisten toimintaa ja reagoi muun muassa luokse tulolla ja liittymisellä eväiden syömiseen. Näissä eväshetkissä lapsi 4 otti kontaktia toisiin ja oli hyper-aktiivinen motorisesti pyöriessään ja näyttäessään taitojaan muille, esimerkiksi tekemällä voltteja lumihankeen. Tähän toimintaansa hän sai innostettua muitakin mukaan.

Automatkalla lapsi 4 antoi palautetta

T: Millaiset fiilikset on nyt?

Lapsi 4: Oli kivaa

T: Oliko jännittävä paikka?

Lapsi 4: Ei. En osaa luistella kunnolla. Onko niillä toisillakin ADHD?

T: Muistatko kun sovittiin tästä ryhmästä ja kerroin miksi se pidetään?

Lapsi 4: Joo. Jatkuuko tää vielä?

T: Ei jatku tämä mutta toivoisitko että tällaista olisi lisää?

Lapsi 4: Joo

Useat tutkitut teoriat ryhmästä ovat ryhmän toiminnan kannalta yksioikoisia, ryhmien ongelmat esitetään suoraviivaisina tahdottomuuksina tai ympäristön vaikutuksen alaisina toimimattomuuksina. Samat teoriat pätee ryhmien ongelmien ratkaisu keinoihin.

Ryhmien toimimisessa tarkasteltavana on usein vuorovaikutus. Vuorovaikutusprosessin käsittämisen vuoksi on pystyttävä erittelemään sen tehtävä. Tehtävän määrittelyn lisäksi siihen vaikuttaa myös sen tulkinta. (Suoninen, Pirttilä-Backman, Lahikainen & Ahokas, 2013,33) Esimerkiksi tässä tilanteessa, kun lapsi jää sivuun toiminnasta, onko hän vuorovaikutuksen tavoittamattomissa vai tulkitaanko siten että häntä ei kiinnostanut.

Kokemukseni ryhmien toimimisesta ja siihen liittyvistä ongelmista ovat paljon moninaisemmat. Saamani koulutus ja tieto ryhmään kuulumisesta oli kovin ohutta, verrattuna kokemukseeni tahtotilasta ja motivaatiosta kuulua ryhmään. Tämän kehittämistyön kokemuspinta onkin siinä, kuinka ryhmätoiminnan haasteet näkyvät nepsy-perhevalmennuksessa ja kuinka perheet toivovat siihen sellaisia keinoja, joita yhteiskunnassamme ei juurikaan ole tarjolla.

6.5 Toive toiminnan jatkamisesta tulevaisuudessa

Harrastekerhon lapset osoittivat nauttimistaan vertaisryhmässä ja sisällöstä. Tämän he osoittivat kertomuksillaan ja toiveillaan tapaamisten pikaisesta uusimisesta, ja siitä että tapaamisia olisi tiheämmin. Lapset toivoivat myös keväälle ja kesälle erilaisia harrastamisen tuettuja keiluja ja erilaisia lajeja, joissa toteuttaa haaveitaan. Lapset kokivat kaverillisia suhteita ja omatoimisesti vaihtoivat yhteystietojaan, jotta voivat pitää yhteyttä myös tapaamisten päätyttyä. Yhteystietojen vaihtamisesta tiedotin vanhempia ja kysyin, onko se sopivaa. Toisiin liittymisen ja läheiset suhteet, sekä vertaiskokemukset ovat lapselle tärkeitä tukia maailmankuvaa laajennettaessa (Suoninen, Pirttilä-Backman, Lahikainen & Ahokas, 2013,306).

Kerroin vaitiolovelvollisuudestani (Sosiaali- ja terveysministeriö, 2001) ja kuitenkin vanhemmat kokivat sen erityisen tärkeänä osana harrasteryhmän toimintaa. Lapset saivat lisää kavereita, erityisesti sellaisia, joiden kanssa voisivat vastaisuudessakin vertailla kokemuksiaan ja saada tukea. Tulevaisuudessa harrasteryhmää toivottiin lasten ja vanhempien toimesta useammin, enemmän ja että ne kestäisivät tätä pilotointia kauemmin. Lapset ideoivat uusia harrasteita, joita voisi kokeilla yhdessä. Eväiden suhteen lapset toivoivat herkkuja ja nyttikesti ajatuksella toteutettavaa evästelyä, milloin jokainen voisi tuoda toisille tullessaan itselle mieleisiä eväitä.

Kysyttäessä lapsilta mikä oli kurjaa harrasteryhmässä, kertoivat kaikki kurjimmaksi osaksi sen, että jakso oli lyhyt ja sille ei ollut tiedossa jatkoa. Lapset eivät tuottaneen mitään muuta kurjaa tai ikävää. Lapset toivoivat myös, että harrasteryhmän yhteydessä olisi enemmän vapaa-aikaa vertaistuen kanssa, jolloin ei olisi ohjattua toimintaa.

Harrasteryhmän tapaamisilla on kaikilla kerroilla ollut myös keskustelutuokio nepsystä. Keskustelutuokion tarkoituksena oli lisätä lasten psykoedukaatiota nepsystä ja antaa lapsille itselleen mahdollisuus tuottaa omia kokemuksiaan sekä saada kokemuksia toisilta nepsy-oirekuvaan liittyen. 3 lapsista oli vaihtanut yhteystietojaan harrasteryhmän kautta ja pelanneet Fortnitea yhdessä ennen harrasteryhmän päättymistä.

6.6 Onnistumisia vertaistuellalla

Lapset saivat harrasteryhmässä vertaistukea, mikä tuki sosiaalista kanssakäymistä. Harrasteryhmään osallistuneet lapset kokivat sosiaalista yhteenkuuluvuutta ja pääsivät luomaan kiinteämpiä kavereussuhteita. Ryhmän toimisen aikana suurin osa lapsista löysi itselleen kavereita

ryhmän jäsenistä. Tämä oli lasten vanhempien näkökulmasta jo itsessään riittävä tulos harrasteryhmälle. Lapset toivoivat, että toisten vertaisten tapaamiset jatkuvat ulkopuolisen ohjaajan toimesta. He kokivat, että ennestään tuttu ohjaaja ja mielekäs toiminta edesauttaa heidän kavereisuhteiden muodostamista sekä motivoitumista toimintaan.

Sosiaalisten verkostojen merkitystä ei voida korostaa liikaa. Hyvät verkostot suojaavat stressitekijöiltä ja ehkäisevät syrjäytymiseltä. Tässä vertaistuki toimii mitä parhaiten, tämä pätee erityisesti silloin kun henkilö on erityisentuen tarpeinen ja lisää oman arvon tuntoa, elämönhallinnan kokemusta ja turvallisuuden tuntua. (Suoninen, Pirttilä-Backman, Lahikainen & Ahokas, 2013,308)

Lapsille ohjattu puheenaihe siitä kuinka he voivat tukea kaikkien jäsenten onnistumista, oli aihe mihin he eivät osanneet suoraan vastata. Aihe pilkottuna pienempiin osiin, lapset kokivat, että me-henkeä nostavat toimet ja vertaistuellisuus auttoi jäsenten onnistumista tiimissä. Lapset kertoivat, että ohjattuna ja kannustettuna me-hengen luomiseen, he nauttivat me-hengestä ja kokivat että toisen huomioiminen on teko, joka tuo myös heille itselleen lisää itsevarmuutta.

T: Mitä ajattelit siitä, että toisen onnistumisen yhteydessä kaikki löi nyrkit yhteen?

Lapsi 3: Minusta se oli kivaa.

Lapsi 1: On hyvä kannustaa muita.

Lapsi 3: Niin oli

Lapsi 2: Tämmöstä pitäisi olla enemmän.

Vertaisohjaajan haastattelussa harrasteryhmän päättymisen jälkeen esiin nousee mielekkyys, oma liikkuminen ja lasten innokkuus. Vertaisohjaaja kertoo havainneensa saavansa itsekin uutta energiaa lasten innostumisesta, ja siitä kuinka lapset olivat kokeneet vertaisohjaajan merkityksen voimaannuttavaksi. Vertaisohjaaja kertoo, että oli kokenut lasten hyötyvän vertaisen esimerkin läsnäolosta.

T: Mistä ajattelit, että lapset oli innoissaan?

V: No esimerkki jutusta.

T: Mitä tarkoitat esimerkki kuvalla?

V: No siitä, että heillä on esikuva. Voi pärjätä.

T: Mistä päättelit innostuksen?

T: No siitä, että ne halusi näyttää mulle taitojaan ja pelata mun kans samassa joukkuessa. Ja siitä että ne kyseli multa koko ajan, että milloin tavataan uudestaan.

T: Miten sinusta näkyi se että lapset pitivät sinua esimerkkinä?

V: Ne kyseli kaikkea pelaamisesta ja missä olen pelannut ja kauanko. Ne halus että mä näytän niille kaikkea mitä osaan.

Harrasteryhmän vertaistuellinen merkitys on myös tiedollinen ja yksi osuus ryhmän toimimisessa oli myös psykoedukaatiota (Duodecim 2020). Kaikilla lapsilla oli kokemusta tutkimuksista ja osalla myös lääkityksestä. Ryhmän aikana heille tarjottiin ikätasoista tietoutta oirekuvasta ja mahdollisesti tuomista rajoitteista. Toiminnallinen vertaistuki tuli esiin siinä, kuinka lapset tuottivat varsinaisten tapaamisten ulkopuolella huomioitaan toisten harrasteryhmän lasten toiminnasta. Toiminnallinen vertaistuki tuli esiin myös siinä, että lapset liittyivät omatoimisesti toisiinsa harrasteryhmän ulkopuolella, ilman kehotusta tai kannustusta.

Lapset tuottivat myös emotionaalista vertaistuen merkityksellisyyttä. Heitä jäi huolestuttamaan se, että toimivatko he siten, että kaikkien osallisuus oli mahdollista. Lapsena saatu mielekäs empatia ja huomioon ottaminen ovat tarpeellista omaisuutta myöhemmissä elämänvaiheissa (Suoninen, Pirttilä-Backman, Lahikainen & Ahokas, 2013,310). Samoin heitä huolestutti se, että jos joku lapsista vetäytyi, että johtuiko se heidän toiminnastaan. Tämä tuo esiin sen, kuinka nepsy-harrasteryhmän lapset kokevat itsensä ja suhteensa muihin. Lapset etsivät syitä toisen käyttäytymiseen itsestään. Palaute keskusteluiden aikana näitä tunteita käytiin lävitse. Lapset tiedostivat, että nepsy-oire ei itsessään ole määrittelevä tekijä ja että oirekuvaan kuuluu myös persoonalliset piirteet.

Aineiston perusteella nepsy-oire hankaloitti lapsen elämää. Harrasteryhmän kautta lapsi saattoi verrata omaa tilannettaan muihin. Lapsi oivalsi, että hänen nepsy-oireensa on vain yksi osa häntä ja luonteenpiirteet ja muut valmiudet tuovat lisää haasteita tai edellytyksiä. Vertaistuellinen harrasteryhmä näytti vahvistavan lapsen itsetuntoa, pärjäävyyden ja rohkeuden kokemusta. Vertaiskokemukset lisäävät hyvinvointia ja liittävät lapset toisiin, ryhmiin sekä yhteisöihin (Suoninen, Pirttilä-Backman, Lahikainen & Ahokas, 2013,306).

Lapsi 2: Saanko mä pyytää ton numeroa?

T: Ai kenen?

Lapsi 2: No ...(lapsi1).

T: Saat pyytää, juttelin tästä jo teidän molempien vanhempien kanssa.

Lapsi 2: Entä jos se ei halua.

T: Mietitään sitä sitten mutta on kiva, jos koet jonkun niin mukavaksi, että haluat jatkaa yhteydenpitoa. Millaisia ajatuksia sulla on, jos saat numeron?

Lapsi 2: Että sais kaverin.

Harrasteryhmän emotionaalinen tuki näkyi myös empaattisuudessa. Lapset nauttivat olostaan ja toistensa seurasta. Tämä näkyi heidän keskinäisessä vuorovaikutuksensa vitsailuna ja kiittämisenä. Harrasteryhmän tapaamiset sisälsivät kaikkiaan paljon iloa ja huumoria. Ohjaajan roolissa käytän huumoria yhtenä lähestymiskeinona ja näkökulmanvaihtamisen taitona. Kannustan myös ohjattaviani sen käyttöön, niin kauan kuin se ei loukkaa ketään. Harrasteryhmän lapset kertoivat vitsejä toisilleen.

Harrasteryhmän merkityksellisyys näkyä monella eri tasolla. Vertaistuellinen merkitys, psykoedukation ja vertaisohjaajan tasolla.

6.7 Vertaisryhmätoiminta

Toive toiminnan jatkamisesta ilmeni usealla eri tavalla. Toiveena pikaiseen yhteen palaamiseen, toiveena erilaisiin muotoihin harrastaa ja pitää yhteyttä muihin osallistujiin sekä toiveena harrasteryhmän jäsenten itse määrittellä toiveiden huomioimiseen. He odottivat tiheämpää ja pitkäkestoisempaa harrasteryhmää, missä voisi peremmin luoda merkityksellisiä kaverisuhteita. Lapset myös toivoivat, että harrasteryhmään kuuluisi enemmän sosiaalisen median hyväksikäyttöä ja että he voisivat pitää sitä kautta yhteyttä ennen ja jälkeen harrasteryhmän. Kehittämistyön tulokseni osoittavat, että harrasteryhmälle varattu kahden tunnin aika on liian lyhytkestoinen. Pidempi aika mahdollistaisi enemmän lasten keskinäistä vuorovaikutusaikaa. Pidempikestoinen myös toisi mahdollisuuksia lasten keskeiseen vapaa-aikaan, jota he kaipasivat toiminnassa tutustuessaan toisiin.

6.8 Vertaistuki

Sosiaalinen vertaistuki ilmeni yhdessä tekemisenä ja nepsy-oireisena kaverina. Nepsy-oireiset lapset saivat harrasteryhmässä itselleen nepsy-oireisia kavereita, joiden kanssa touhuserivät yhdessä harrasteessa ja vapaassa toiminnassa. Yhteinen aktiviteetti lähensi lapsia ja auttoi heitä

muodostamaan kaverisuhteita keskenään. Harrasteryhmän vertaistuki osoittautui tärkeäksi, sillä samojen haasteiden kanssa elävät lapset saivat sellaista tukea, jota he eivät omasta kaveri-, koti- ja koulupiiristään saaneet. Tämä tuli esiin kehittämistyössäni.

Lapset kertoivat, että heidät useasti jätettiin omista piireistään kaveriporukan ulkopuolelle. Harrasteryhmä osoittautui paikaksi, jossa lapsilla oli tilaisuus harjoitella ryhmässä toimimisen taitoja ja kontaktin ottamista toisiin lapsiin. Harrasteryhmä oli paikka missä mahdollisesti syrjäytymisvaarassa olevat lapset saattoivat kokea olevansa osa ryhmää. Näin he saivat positiivisia kokemuksia yhdessä oloon ja toisten seuraan vastapainona ulkopuolelle jätetyn kokemukseksi.

Emotionaalinen vertaistuen esiintyminen näkyi vahvistuksena siitä, etten ole ainoa, luottamuksena ja rohkeutena ryhmässä toimimisessa sekä ilona ja toisten lohdutuksena. Lapset tarkkailivat toisiaan ja vertaisohjaajaa. Lapset huomioivat toisten lasten ajoittaista toiminnassa pysymistä. Toisen lapsen ajautuessa pelitilanteissa tekemään muuta kuin pelaamista, kannustivat toiset palaamaan toimintaan. Tilanteissa joissa toinen esimerkiksi kaatui, lapset kysyivät, satuttiko hän itseään ja tulivat kertomaan aikuiselle. Lapsen jäädessä kentän laidalle toiset huutelivat mukaantulosta ja tarjosivat omaa paikkaansa, jotta kaikki osallistuivat. Erityisesti toisen lapsen jäädessä tarkkailemaan tilannetta, huomioivat lapset tämän. Lapsille tuli huoli tarkkailijan osallisuudesta ja toivoivat että aikuinen rohkaisee vahvemmin tarkkailijaa osallistumaan. Lapset myös tiedustelivat, olivatko he tehneet itse jotain mikä aiheutti poisjäämisen tai kuinka voisivat tukea kaikkien osallisuutta. Aikuisen selittäessä tilannetta, että on ihan sallittua seurata sivusta ja sillä keinoin voi myös kokea kuuluvansa joukkoon. Lapset vahvistivat tätä kertomalla, että voi seuraamallakin oppia esimerkiksi sääntöjä. Välipalaketkissä lapset tekivät suunnitelmia, kuinka seuraavan pelin aikana toimitaisivat ryhmänä ja tiedustelivat tarkkailijalta mikä olisi hänelle mieluinen tehtävä.

Harrasteryhmän toiminnassa lapset kokivat iloa ja myötätuntoa toisia kohtaan. Kehittämistyöni mukaan tämä lähensi lapsia ja toi heille kokemuksen hyväksynnästä. Lapset lohduttivat toisiaan sanoin ja teoin. He kertoivat kuinka ovat kokeneet itsekin ulkopuolelle jätetyn kokemuksiä ja miten tärkeänä he kokivat sen, että harrasteryhmän lapset pääsivät kaikki mukaan. Kehittämistyöstäni voi tulkita, että harrasteryhmään osallistuminen tuki lasten itseluottamusta ja osallisuutta. Kehittämistyöni tuloksistani voi päätellä, että harrasteryhmän lasten myötätunto toisia ryhmään osallistuneita lapsia kohtaan oli huomattava.

Vanhemmat kertoivat, että lapset olivat olleet kaikkien harrasteryhmän kertojen jälkeen iloisia ja positiivisia. Lapset olivat kertoneet toisista lapsista vanhemmilleen ja kuvanneet toimintaa.

Vanhemmilleen lapset olivat kertoneet vertaisohjaajasta ja siitä, kuinka olivat saaneet osallistua pelaamaan puolella ja vastaan vertaisohjaajaa. Vanhempien kertomus oli, että lapset odottivat jokaista kertaa innokkaana ja tiedustelivat milloin vastaavaa voisi olla tarjolla uudelleen.

7 KEHITTÄMISTYÖN YHTEENVETO

7.1 Harrasteryhmän hyödyt

Aineistossa ja kehittämistyössäni toistuivat tekijät nepsy-lasten harrastamisen vaikeudesta ja perheiden kokema kuormitus nepsy-lasten haasteista. Nepsy-lasten harrastamisen tukemisesta löytyi varsin vähän aineistoa. Löytämäni aineisto tuki kehittämistyön primääriä tavoitetta ja vahvisti huomioitani harrasteryhmän tarpeellisuudesta.

Tämän kehittämistyön mukaan nepsy-oireisten lasten harrasteryhmän pitäminen ja siihen osallistuminen kannattaa. Jaan harrasteryhmän osallistumisen edut kahdeksi suureksi elementiksi: 1) harrasteryhmän vertaistuki vahvisti lapsia, 2) harrasteryhmässä toimiminen vahvisti lasten sosiaalisia taitoja.

Harrasteryhmän vertaistuki vahvisti lapsia. Lapset olivat kokeneet ulkopuolelle jätetyn tunteita ja kehittäneet itselleen keinoja selvitä niistä. Nämä vuorovaikutuksen ongelmatilanteet olivat haitanneet lasten arkea ja kaverisuhteiden muodostamista. Harrasteryhmässä lapset saivat harjoitella vuorovaikutustaitoja aikuisen ohjauksessa. Lasten kokemus siitä, etten ole ainoa, toi heille uskallusta luottaa omiin taitoihin.

Kehittämistyöni osoittaa, että nepsy-lapset eivät ole homogeeninen joukko. Lasten oireet tulivat esiin hyvin erilaisina tapoina. Esimerkiksi harrasteryhmän kehittämistyössä mukana olleet lapset toimivat haastavissa tilanteissa hyvin eri tavalla. Toinen asettautui tarkkailijaksi ja osallistui toimintaan pienissä erissä. Vapaalla ajalla tarkkailija kuitenkin aktivoitui ja sai tarvitsemaansa huomiota muilta. Aktiivisesti toimintaan osallistunut lapsi taas vapaa ajalla tarkkaili toisia ja oli aktiivinen harrasteryhmän osissa, joissa oli selkeä toiminnan struktuuri.

Harrasteryhmässä toimiminen vahvisti lasten sosiaalisia taitoja. Harrasteryhmän lapset olivat aktiviteeteissa ja vapaa-ajalla vuorovaikutuksessa toistensa kanssa. He harjoittelivat kontaktin ottoa ja toisten huomioon ottamista yhdessä toimiessaan. Samalla heille muodostui tunne ryhmään kuulumisesta. Ryhmään kuulumisen tunne ei ole itsestään selvää nepsy-lasten arjessa. Heitä usein jätetään ryhmien ulkopuolelle heidän haasteidensa vuoksi. Rajoittuneet sosiaaliset taidot voivat eristää lapsia muista ja heikentää lapsen minäkuvaa ja itsetuntoa. Aiemmissä tutkimuksissa on todettu, että nepsy-lapsilla on enemmän käyttäytymisen ongelmia. Nepsy-lasten vuorovaikutus ja sosiaalisten taitojen vahvistaminen ennaltaehkäisee lasten lisääntyviä sosiaalisia ja emotionaalisia ongelmia. Vuorovaikutus ja sosiaalisten taitojen harjoittelu edistää lasten

pääsyä mukaan toisten lasten toimintaan. Harrasteryhmään kuulumisen edesauttoi lapsen kykyä ja luottamusta osallistua vastaisuudessakin ryhmätoimintaa. Yksi lapsista aloitti uuden harrastuksen harrasteryhmän jälkeen ja ilmoittautui vapaapalokunta toimintaan.

Harrasteryhmä kehittämistyössani lapset oivalsivat, ettei nepsy-oireita tarvitse hävetä. Tutkimukset osoittavat, että mitä parempi itsetunto nepsy-lapsilla on, sitä vähemmän hän häpeää oireitaan. Tämä lisää myös lapsen kapasiteettia nähdä oireiden taakse ja ei kuormita lapsen arkea, joka taas lisää oirekuvan esiintyvyyttä.

Lasten persoonalliset piirteet vaikuttavat harrasteryhmässä toimimiseen. Osa lapsista on luonteeltaan ujoja tai heillä on siinä määrin kokemuksia ulkopuolelle jättämisestä, että he ovat varovaisempia kontaktin ottamisessa. Erityisesti ujoja ja eristäytyviä lapsia tukee ryhmätoimintaan osallistuminen tuettuna. Tämän kehittämistyön perusteella voidaan todeta, että tutun ja turvallisen aikuisen kanssa, pienessä ja turvallisessa harrasteryhmässä toimiminen antaa lapselle positiivisia kokemuksia harrastamisesta. Harrastaminen ja ryhmään kuulumisen tukee lapsen sosiaalisen vuorovaikutuksen kehittymistä ja parantaa siten hänen elämänlaatuaan.

7.2 Harrasteryhmän kehittäminen

Nepsy-oireisille lapsille on ollut kehittämistyöni mukaan hyvin vähän mahdollisuuksia harrastaa tuetusti. Mahdollisuudet ovat olleet joko omien vanhempien tukemana tai satunnaisia pilo-tointeja. Nepsy-oireisille lapsille tulisi kehittää ja kohdentaa entistä enemmän resursseja harjoitella harrastamista, sillä kehittämistyöni osoittaa tuetun harrasteryhmän tukevan lapsen osallisuutta ja kasvua ja kehitystä. Rahoitusta kohdennettaessa tulisi ottaa huomioon, ettei lapset ole tasavertaisessa asemassa harrastamiseen, jos heillä ei ole esimerkiksi kehittynyt ryhmässä toimimisen taitoja.

Kehittämistyön tulosteni perusteella keskeiset asiat, jotka tulisi ottaa huomioon, nepsy-lasten harrasteryhmän osallistujien mielestä, mielekkäässä toiminnassa ovat:

- Osallistujien kuuleminen toiminnan sisällöstä
- Vapaa-ajan mahdollistaminen toiminnan lisäksi
- Yhteiset eväshetket
- Riittävän pitkä toiminta aika
- Tapaamiskertojen määrä

Näihin tekijöihin tulisi harrasteryhmän lasten mukaan kiinnittää huomiota. Harrasteryhmä perustettiin niiden toiveiden ympärille, mikä sai etukäteissuunnittelussa eniten kannatusta aktiiviteetista. Tässä tapauksessa jääkiekkokoulu ja jääkiekon pelaaminen. Harrasteryhmän lapset myös ideoivat, että vastaavaa ryhmää voisi pitää myös muiden heitä kiinnostavien aktiviteettien parissa. Ehdotuksia tuli esimerkiksi sählystä, parkourista ja jalkapallosta. Harrasteryhmän lapset olivat kaikki poikia mikä näkyi toiminnan sisällön toivomisessa. Tulevaisuudessa olisi hyvä miettiä myös muita sisältöjä harrasteryhmään, millä saataisiin myös tytöt kiinnostumaan harrasteryhmästä ja tarjonnassa tulisi olla myös taidepainatteista harrastamista sekä esimerkiksi ruoanlaittoa.

7.3 Harrasteryhmä osana kuntoutusta

Kehittämistyöni osoittaa, että harrasteryhmä tuki nepsy-lasten perhekuntoutusta monipuolisesti. Erityisesti vastetta saatiin vertaistuen, sosiaalisten- ja emotionaalisten taitojen harjoittelussa, vanhempien tukemisessa lapsen harrastamisen mahdollistamiseksi sekä lasten harrastustoiminnan edesauttamiseksi.

Lapset hyötyivät vertaistuellisesta osuudesta ja kokivat sen lohdullisena, että eivät ole ainoita, joilla on haasteita. Vertaisohjaajan merkitys oli hyvin voimaannuttava ja toi ryhmälle paljon uskoa ja luottamusta pärjäämisessä. Harrasteryhmässä harjoiteltiin sosiaalisia ja emotionaalisia taitoja, joita lapset tarvitsevat ryhmässä toimimisen edellytykseksi.

Harrasteryhmän vanhempainosuus oli tuottaa vanhemmille tietoa lasten taidoista ja kyvystä harrastaa ryhmässä. Vanhemmat kokivat erittäin mielenkiintoisena ja lasten tarpeita palvelevana sen, että lapsille tarjottiin mahdollisuus harrastaa tuetusti heille mielekkäässä aktiviteetissa. Vanhemmat kokivat, että samaa tulosta ei olisi saatu aikaiseksi, jos tukijana olisi ollut omat vanhemmat. Heidän käsityksensä siitä, että lapsella on ohjaajana ennestään tuttu ja turvallinen aikuinen, on harrasteryhmän ohjaajana eniten tarkoitustaan palveleva taho. Vanhempien näkökulmaa tähän tuki ajatus siitä, että lasta ohjaa henkilö, joka on jo lähtökohtaisesti tullut perheen arkeen ohjaamaan uuden oppimista, niissä tilanteissa mitkä kuormittavat perhettä. Kehittämistyöni tuloksena vanhemmat kokivat, että saivat lapsen taidoista runsaasti tietoa ja huomioita, joita on hyvä ottaa huomioon lapsen harrastusta valittaessa. Kehittämistyön tuloksena harrasteryhmä myös tuki lasten omaa tahtoa, uskallusta ja taitoja toimia ryhmässä. Lapsille tuli tunne, että he pärjäävät ryhmässä ja heille sanoitettiin onnistumisia sekä huomioita heidän vahvuuksistaan.

Kehittämistyön tulosteni perusteella voisi pohtia voisiko harrasteryhmä kuulua vastaisuudessa osaksi nepsy-perhevalmennusta.

Aineistoni mukaan vertaistukiryhmätoiminta on yhdistetty yhteiskunnassamme kuntoutukseen. Kuntoutuksen järjestäminen on yhteiskunnassamme kuntien lakisääteinen velvollisuus. Erilliseen harrasteryhmään ohjaaminen olisi byrokratialtaan erilaista. Työssäni nepsy-perhevalmentajana, harrastustoiminnan haasteet kuitenkin nousevat toistuvasti esiin ja siksi tämän muotoinen kuntoutus yhdistettynä perhevalmennukseen tukisi oikea-aikaisesti ja kokonaisvaltaisesti perheiden ja nepsy-lasten kuntoutumisen edellytyksiä.

YK:n yleissopimuksen vammaisten henkilöiden oikeuksista artikla 26 mukaan, sovitaan vertaistuen merkityksestä kuntoutusta tehtäessä. Suomi on allekirjoittanut sopimuksen 2016 ja sen mukaan kuntoutuksella tulisi toteuttaa tehokkaat ja asianmukaiset toimet muun muassa vertaistuen avulla. Kuntoutusta tulisi tarjota mahdollisimman varhaisessa vaiheessa, ja niiden tulee perustuvat yksilöllisten tarpeiden ja vahvuuksien monialaiseen arviointiin. Sopimuspuolten tulee järjestää, vahvistaa ja lisätä laaja-alaisia kuntoutuspalveluja ja -ohjelmia erityisesti terveyden, työllisyyden, koulutuksen ja sosiaalipalvelujen aloilla siten, että näillä palveluilla ja ohjelmilla tuetaan osallistumista ja osallisuutta yhteisöön ja kaikkiin yhteiskunnan osa-alueisiin. (YK:n yleissopimus vammaisten henkilöiden oikeuksista ja sopimuksen valinnainen pöytäkirja 2015, 26§)

- edistää yhdenvertaisia, tasa-arvoisia ja saavutettavia liikunnan harrastusmahdollisuuksia vähävaraisten perheiden lapsille ja nuorille
- mahdollistaa syrjäytymisvaarassa olevien lasten ja nuorten harrastaminen urheiluseurassa
- ehkäistä liikunnasta luopumista eli drop outia pitämällä vähävaraisten perheiden lapset ja nuoret mukana toiminnassa urheilijoina, liikkujina ja seuratoimijoina
- kehittää innovatiivisia ja uudenlaisia toimintamalleja vähävaraisten perheiden lasten ja nuorten liikuntaharrastuksen tukemisessa

8 KEHITTÄMISTYÖN ETIIKASTA

Eettisyys kenttätyössä on ollut pohdintani aiheena. Kehittämistyössäni mukana olleella on oikeus tietää kehittämistyön läsnäolosta, mutta kuinka muotoilen kysymykset ja aiheet, jotta vastaukset ovat kuitenkin tutkimuksellisesti päteviä eikä läsnäoloni tai kehittämistyöstä tietoisuus vääristä tulosta. Kuitenkin laadullinen tutkimus on vahvasti tutkijasidonnaista ja kehittämistyön onnistumiseen ja luotettavuuteen liittyy luottamus toteuttajan ja osallistujan välillä. Koen, että ne, jotka valitsen kehittämistyöhön ovat jo lähtökohtaisesti luottamussuhteessa ja en vaaranna esimerkiksi alkavaa asiakassuhdetta aloittamalla sitä kehittämistyön kautta. Ensisijaisesti siis kehittämistyöni koski niitä asiakkaita, joihin minulla on jo suhde.

Koska kehittämistyöni on pääasiallisesti havainnointia ja otan huomioon kaikki yksityisyyttä suojaavat tekijät voin kehittämistyön valmistuttua tarjota työn tuloksia osallistujien kommentoitavaksi.

Osallistavan kehittämistyön mukaisesti analysoin saamiani tuloksia oikea aikaisesti ja muutin tarvittaessa joko teemaa tai muuten lähestymistä aiheeseen, jos kehittämistyö ei tuota tuloksia oletukseni mukaan puolesta tai vastaan. En löytänyt kirjallisuutta tai tuloksia, jotka olisivat olleet vasta aihe kehittämistyölleni. Näitä pohdin ja etsin, jos saisin peilattua myös mahdollisia vinoumia kehittämistyön tulosten määrittelyssä

Kehittämistyön luotettavuutta arvioitaessa on kehittämistyön eettisyyden oltava laadukasta. Kehittämistyön tekijänä olen lukijoilleni velkaa uskottavasta selityksestä aineiston keruusta, analysoinnista sekä kehittämistyön ymmärrettävyydestä. (Tuomi & Sarajärvi, 2018, 147–150)

Vaikka kehittämistyöni luotettavuuden vuoksi pyrin olemaan niin vähän kuin mahdollista vaikuttamasta tuloksiin, ei se tämän kehittämistyön osalta voinut toteutua. Kaikesta huolimatta laadullista tutkimusta tehdessä koituu Tuomen ja Sarajärvenkin mukaan myöntää, että tutkijan toimiessa tutkimusasetelman aikaansaajana ja tulkitsijana on hänen taustallansa asiaan vaikuttavia tekijöitä (Tuomi & Sarajärvi 2018, 160).

En kehittämistyössäni tutkinut lapsia tai heidän perheitään, vaan ryhmän ilmiötä ja sen tarvetta palvella yritystoimintaani. Kuvatessani yksityisiä sanoja tai keskusteluja koin niiden olevan erityisessä merkityksessä kehittämistyöni kokonaisuuden kannalta. Kuvatessani aineistoa en kerro mihinkä osallistujaan mikäkin lausuma kuuluu. Tämän vuoksi ei voida määritellä mihin

henkilöön mikäkin lausuma henkilöityy. Kehittämistyöni aineistoja yhdistelemällä tai perusteella ei voida määritellä osallistujien henkilöllisyyttä. Kehittämistyöhöni välillisesti osallistuvat henkilöt olivat tietoisia siitä, että teen kehittämistyötä ilmiöstä ja siitä, kuinka se voisi palvella vastaisuudessa paremmin nepsy-perhevalmennusta. Henkilöt, jotka olivat välillisesti toimintana kehittämistyöni aikana osallisia, kokivat että itse toiminta jo palvele heidän tarkoitustaan ja jos sitä voisi monistaa, antavat he kaiken suostumuksen kehittämistyön tekemiselle.

9 KEHITTÄMISTYÖN POHDINTA

Yksilön palvelun tarpeen määrittämisessä ja kuntouttavien toimien aloituksessa on hyvin keskeistä, aloitetaanko palvelu hyvinvointia edistääkseen vai pahoinvointia estääkseen. Tilanteiden eskaloituttua liian pitkiksi, on haasteiden määrä käytettävissä oleviin resursseihin usein jo liian suuri. Tuolloin työskentelyn haasteena on liian pitkälle kehittynyt oirekuva, ja siitä mahdollisesti seuranneet elämänhallinnan problematiikat. Tämän vuoksi ajankohta onkin varsin aikaisessa vaiheessa puuttumisen ja ennaltaehkäisyn näkökulma.

Perheiden kanssa työskentely kannattaa, koska se helpottaa lasten toimimista päiväkodeissa, kouluissa, kodeissa ja harrasteissa. Perheen vanhemmat myös hyötyivät nepsy-perhevalmennuksesta saadessaan keinoja toimia lasten ja nuorten kanssa. Nepsy-perhevalmennuksessa vanhemmat saavat omaan toimintaansa uusia keinoja ja näkökulmia.

Kehittämistyön kohde oli harrasteryhmän vaikutukset, ei lasten tutkiminen. Kehittämistyön tavoitteena oli saada tietoa harrasteryhmän tarjoamista eduista, perheiden kuntoutuksen edesauttamiseksi.

Ajatukseni kehittämistyöstä muuttui kehittämistyöni varrella, en ollut osannut varautua vertais-tuelliseen merkitykseen. Vaikkakin se vaikutti minuun kehittäjänä, vaikutti se myös kehittämis-tulokseen. Kehittämistyö vastasi odotuksiani siinä mitkä olin kokenut työni kautta tärkeäksi ja kehittämistyö kuitenkin ylitti odotukseni vertaistuen merkityksellisyydestä.

Kehittämistyön tavoitteena on saada tietoa harrasteryhmästä ja sen toiminnan vastaavuudesta osaksi neuropsykiatrista perhevalmennusta. Tavoite on kehittämistyöstä kypsyneen toiminnan jalkauttaminen ja vakiinnuttaminen osaksi neuropsykiatrista perhevalmennusta. Kehittämistyöllä tutkin harrasteryhmän toimivuutta, palveleeko se asiakkaan ja tilaajan tarpeita, esimerkiksi sosiaalistaitojen ja harrastuksen onnistumisen toteutumiseen. Kehittämistyöni tarkoitus tuottaa tietoa siitä, miten ryhmätoiminta vastaa asiakaslasten tarpeisiin ja miten kyseisenlainen ryhmätoiminta vastaa tarpeeseen. Tulokset tuottavat tietoa siitä, miten vahvasti tuetun harrasteryhmätoiminnan keinoin, voidaan tukea neuropsykiatrisesti oireilevien lasten ryhmässä toimimisen taitoja ja miten perheet kokevat harrasteryhmätoiminnan.

Jos keskustelun aiheena on nepsy-oireisen ryhmässä toimimisen vaikeudet, keskustelemmeko nepsy-oireen vaikutuksesta ryhmään vai ryhmän vaikutuksesta nepsy-oireeseen. Onko henkilö

siis ensisijaisesti kykenemätön ryhmätoimintaan nepsy-oireen vuoksi siksi, että oirekuva ei mahdollista osallisuutta? Vai onko hän ensisijaisesti ryhmässä toimimisen lainalaisuuksien tavoittamattomissa, koska ryhmä ei vastaa hänen kykyihinsä? Olisiko peräti niin että ryhmään kuulumisen ja harrastamisen vaikeus on nepsy-oireen syytä? Suhtautumisemme ongelmaan ei voi olla vaikuttamatta siihen, kuinka alamme ratkaista sitä.

Ryhmässä toimimiseen, oli se sitten harrasteryhmä tai yhteisö, luokka tai työpaikka, vaikuttaa kaikki kokemuksemme ryhmän toiminnasta. Jo pienilläkin onnistumisilla saamme rohkaisua kokeilla uudelleen ja uudessa ryhmässä. Voimme siis lähteä liikkeelle joko ympäristöstä tai yksilöstä. Kumpi tukee kumpaa? Henkilön lyhytjännitteisyys tai hajanaisuus tuo ympäristöön lisää jännittyneisyyttä ja hajanaisuutta toimintansa puitteissa. Lähdemmekö korjaamaan henkilön hajanaisuutta vai ympäristön tukevuutta. Kumpi on siis ensin, muna vai kana?

Opinnäytetyön aineiston pohjalta voidaan todeta, että erilaisin hankkein on nepsy-oireisten lasten osallisuuden puutetta pyritty korjaamaan. Hankkeiden tulos on ollut kiistämättä, että työskentely pienryhmissä nepsy-lapsen osallisuuden ja ryhmässä toimimisen tueksi kannattaa. Opinnäytetyössä esiteltyjen hankkeiden perusteella vastaavanlaiselle työskentelylle on tarvetta.

Esittelemäni aineiston perustuen on erittäin kannattavaa työskennellä perheen hyvinvoinnin tukemiseksi, myös yksilön tukemisen pohjalta. Nepsy-oireinen lapsi perheessä tuo perheeseen lisää kuormitusta ja kuormittaa vuorovaikutusta, perheiden voimavarat eivät itsessään välttämättä riitä tukemaan lapsen ryhmätoiminnan kasvua. Tässä opinnäytetyössä on osoitettu, että ryhmätoiminnassa kasvu, tukee myös perheen sisäistä vuorovaikutusta. Vanhemmat saavat uskoa ja luottamusta lapsen taitojen kasvuun ja omaan vanhemmuuteensa.

Tässä opinnäytetyössä tutkiessani vertaistuellista osuutta, osoittautui se kaiketi tämän työn merkityksellistämiseksi osuudeksi. Ryhmän lapset kokivat vahvaa leimaantumista niin toisiinsa kuin vertaisohjaajaan. Vertaisohjaajan merkitys oli huomattava, ilman tätä kehittämistyöni tulokseni ei olisi saanut vastaavanlaisia tunteita tai merkityksiä. Työskentelin myös kehittämistyön jälkeen perheissä, jotka olivat ilmiön kehittämistyössäni mukana. Lasten ja perheen kysymyksissä oli myös vertaisohjaajan kuulumiset ja mahdollinen yhteenliittyminen jossain vaiheessa, jos ohjaus jatkuu. Vertaisohjaaja oli tämän myös tuntenut ohjauksen aikana ja koki, että

vastaavanlaiselle työskentelylle on tarvetta. Vertaisohjaaja nimesi itse kehittämistyön päätyttyä, että voisi vastaisuudessakin toimia vertaisohjaajana. Hän kertoi, että lajeja voisivat olla muutkin kuin jääkiekko.

Kehittämistyön edistyessä olin suunnitellut, että harjoittelemmme nepsy-lasten kanssa harrastamista. Tämä tavoite toteutui. Lapset olivat mukana toiminnassa ja sain ryhmän toimimaan. Joskaan en ollut ymmärtänyt vertaisohjaajan merkitystä. Lapset liimaantuivat häneen. Hän ei koenut sitä kiusallisena, vaan se palveli tarkoitustaan. Kehittämistyön edetessä ymmärsin, että oma ohjaavuuteni ei enää riitä, vaan valmistelin esimerkiksi ennen siirtymiä vertaisohjaajaa tukeman toiminnan tarkoitusta. Ymmärsin tuossa vaiheessa, että vaikkakin oma ohjaavuuteni nepsy-lasten perhevalmentajana tuo lapsille turvaa liittyä toisiin ja kokeilla uutta, toi vertaisohjaaja jotain sellaista mitä en itse pysty tarjoamaan. Tälle työskentelymuodolle ei ole tutkimukseni mukaan tällä hetkellä kilpailijoita. Vastaavanlaista työskentelymuotoa ei ole tarjolla kennelläkään toimijalla. Tarkoitan tällä työskentelyä, missä nepsy-perhevalmennuksen osana nähdään myös niin vertaistuellinen, kuin myös perheen sisäisiä sosiaalisia vuorovaikutus suhteita tukeva lapsen harrastustoiminnan mahdollistaminen. Kehittämistyön perusteella perhe kokee, että heitä kuormittaa entisestään vaatimukset lapsen harrastamisesta, etenkin kun lapsella ei ole siihen riittäviä taitoja. Tämän uuden toimintamallin kautta perheelle saataisiin kokonaisuudessaan mahdollisuuksia onnistua, yksilönä ja perheenä.

Tämän opinnäytetyön merkityksistä suurin lienee osoitus siitä, kuinka nepsy-ryhmätoiminnan ohjaus tukee lapsen liittymistä toisiin ja siitä, kuinka perheitä ohjatessa työskentelymuotona ratkaisukeskeisyys on hyvin luontevaa vastaanotettavaa. Kokemukseni perusteella erityisesti lastensuojeluperheissä perheen mukaan ottaminen, heidän tavoitteidensa mukainen työskentely ja asiakkaan kuuleminen dialogissa, on niin työskentelyn onnistumisen, kuin perheohjauksen tai neuropsykiatrisen oireilun vähenemisen onnistumisen edellytys.

Kehittämistyötä tehdessä vapauttavinta siinä oli se, kuinka ei tarvitse olla jonkin tietyn tutkimus- tai terapiasuunnan edustaja. Voin kehittämistyössä ja asiakasharjoitteissa, käyttää juuri niitä keinoja ja näkökulmia, jotka eniten palvelivat siinä hetkessä juuri sitä tilannetta. Kaikkiaan näkemys siitä, että asiakas kyllä itse tietää, (vaikka ei ehkä juuri nyt) mikä on hänen edunmukaista. Prosessi oli mukaansatempaava ja sai ajatukset ihan toisiin sfääreihin. Ratkaisu- ja voimavara keskeiseen työskentelyyn kautta toteennäytetään, että jo pienilläkin muutoksilla ihminen muovaa omaa elämäänsä ja ympäristöään. Kehittämistyö osoittaa kuinka ympäristö vastaa muutokseen ja kuinka ympäristön muutokset palautuvat voimavaroihin.

Tarkoitukseni oli tutkia opittuja aineistoja käytännössä ja niiden vaikutusta erilaisien perheiden ja tarpeiden ohjauksessa. Ja samalla pohtia kuinka se vastaa, sille juuri tähän työhön asetettuja tavoitteita.

Nepsy-perhevalmennuksessa tärkein tavoite on auttaa henkilöä löytämään, kehittämään ja käyttämään omia voimavarojaan. Keskiössä on henkilö – hänen voimavaransa ja sisäinen halunsa oppia. Henkilö osallistuu prosessin kaikkiin vaiheisiin: suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin. Näin hän kasvaa vastuuseen omasta tekemisestään ja hänellä on vahva omistajuus valmennuksesta.

Yhteisöpedagogin opinnoissa korostuu yhteisön kehittämisen merkitys. Humakin painopisteissä on työskennellä sekä yksilöiden että yhteisöjen parissa. Työskentelyn teemoina ovat esimerkiksi: yhdenvertaisuus, syrjäytymisen ehkäiseminen, yhteiskunnallinen vaikuttaminen ja osallisuuden vahvistaminen. (Humak 2021)

Tämän kehittämistyön kohteena oli erityisesti ne lapset ja nuoret, jotka ovat vaarassa syrjäytyä ja heillä on jo lähtökohtaisesti ominaisuuksia, jotka vaikuttavat heidän yhdenvertaisuuteensa. Tätä työtä tehdessä sain myös kehittämisidean Humakille tarjota esimerkiksi vapaavalintaisten opintojen yhteydessä nepsy-valmentajan tutkintoa. Koen vahvasti, että erityisesti nuorison kanssa työskentelyyn nepsy-valmentajan osaaminen tuo runsaasti lisää työkaluja ja toiminnan jalkauttamista myös etsivään nuorisotyöhön.

Ei kuitenkaan liene oleellista löytää syyllistä vaan lähteä etsimään niitä keinoja, jotka tukevat henkilön vakautta ja toiminnallisuutta. Henkilön oirekuva ei yksin määrittele henkilön tulevaisuutta, ympäristötekijöillä on myös valtava merkitys, samoista olosuhteista ja oirekuvista tulee sekä juoppoja että Nobel palkittuja.

LÄHTEET

Aivovammaliitto, E. E. (30. 1 2019). Sosiaaliturvaopas. Helsinki: (Viitattu 10.5.2019).

de Saint-Exuperyn, A. (1984). *Pikku prinsssi*. Helsinki: WSOY.

Duodecim. (2019). *Käypä hoito*. Noudettu osoitteesta Lasten ja nuorten kognitiivinen käyttäytymisterapia:

<http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/suositus;jsessionid=269ABD223D51053A6E41AB601DFF0A92?id=nix00939>

Duodecim. (Luettu 23.3.21 2020). *Käypä hoito*. Noudettu osoitteesta Lyhytkestoinen koulutuksellinen terapia (psykoedukaatio) ja psykoosien uusiutuminen: <https://www.kaypahoito.fi/nak09442>

Duodecim. (26. 3 2020). *Lyhytkestoinen koulutuksellinen terapia (psykoedukaatio) ja psykoosien uusiutuminen*. Noudettu osoitteesta <https://www.kaypahoito.fi/nak09442>

Duodecim. ((luettu 20.4.2021) 2021). *ADHD (aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö)*. Noudettu osoitteesta <https://www.kaypahoito.fi/hoi50061#s14>

Erkko, H.;& Hannukkala, M. (2013). *Mielenterveys voimavaraksi*. Helsinki: Suomen Mielenterveysseura.

Helkama, K.;Myllyniemi, R.;& Liebkind, K. (2007). *Johdatus sosiaali psykologiaan*. Helsinki: Edita.

Humak. ((Luettu 20.4.2021)). *Kehitämme ammatillista nuorisotyötä*. Noudettu osoitteesta <https://www.humak.fi/info/nuorisotyö/>

Juusola, M. (2012). *Levottomat aivot*. Helsinki: Otava.

Kauppila, P.;Silvonen, J.;& Vanhalakka-Ruoho, M. (2015). Toimijuus, ohjaus ja elämäntilanne. *Reports and Studies in Education, Humanities, and Theology*. Joensuu, Suomi: Itä-Suomen Yliopisto.

Kela. (luettu 23.3.2021). *Kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskurssit*. Noudettu osoitteesta <https://www.kela.fi/kuntoutus-ja-sopeutumisvalmennuskurssit>

- käyttäytymisterapian, S. D. (Viitattu 12.5.2019). *Suomen Dialektisen käyttäytymisterapian yhdistys ry*. Noudettu osoitteesta <http://www.dialektinenkayttaytymisterapia.fi/>
- Lasanen, M. (2017). *Akateeminen väitöskirja, Ei tarvi pelätä, että olis erilainen* . Rovaniemi: Lapin yliopisto.
- Merilehto, A. (2018). *TEKOÄLY matkaopas johtajille*. Noudettu osoitteesta luettu 4.4.2021: [https://bisneskirjasto-almatalent-fi.ruka.humak.edu:2443/teos/GADBDXDTEB#/kohta:TEKO\(\(c4\)LY\(\(20\)/piste:b0](https://bisneskirjasto-almatalent-fi.ruka.humak.edu:2443/teos/GADBDXDTEB#/kohta:TEKO((c4)LY((20)/piste:b0)
- Mielenterveysseura, S. (viitattu 3.4.2019). *Mieli* . Noudettu osoitteesta Materiaalit: <https://www.mielenterveysseura.fi/fi/materiaalit>
- Neuropsykiatriset, v. ((luettu 21.4.2021) 2021). *Tietoa valmennusmenetelmästä ja sen osaajista*. Noudettu osoitteesta <https://neuropsykiatrisetvalmentajat.fi/index.php>
- Opetus-, j. k. (2021). *Opetus- ja kulttuuriministeriö*. Noudettu osoitteesta luettu 16.3.2021: <https://minedu.fi/suomen-malli>
- Paralympiakomitea, S. (Luettu 3.4.2021). *Valtti-ohjelma auttaa lapsia ja nuoria löytämään harrastuksen*. Noudettu osoitteesta <https://www.paralympia.fi/liikunta/lapset-ja-nuoret/valtti>
- Saaranen-Kauppinen, A.;& Puusniekka, A. (2006). *KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto*. Noudettu osoitteesta Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto: <<https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/>>
- Salmela, J. (2018). *Alfan nixsinurkka. Polkuja neuropsykiatriseen valmennukseen*. Suomi: Alfa Partners.
- Salminen, T.;Laurinen, L.;& Marttunen, M. (2002). *Kieli yhteiskunnassa – yhteiskunta kielessä*. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Sosiaali, j. t. (1. 1 2001). *Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista. Sosiaalihuollon asiakaslaki*. FINlex.
- Suoninen, E.;Pirttilä-Backman, A.-M.;Lahikainen, A.;& Ahokas, M. (2013). *Arjen sosiaalipsykologiaa*. Helsinki: SanomaPro.
- Särkelä, A. (2001). *Välittäminen ammattina*. Jyväskylä: Vastapaino.

- THL. (14. 12 2018). *Tutkimus ja kehittäminen*. Noudettu osoitteesta <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/sosku/sosiaalisen-kuntoutuksen-opas/sosiaalisen-kuntoutuksen-jaettu-kokonaisuus/sosiaaliset-aidot>
- Tuomi, J.;& Sarajarvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisältöanalyysi*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Valtionneuvosto. (17. 12 2020). *Opetus- ja kulttuuriministeriö*. Noudettu osoitteesta <https://minedu.fi/documents/1410845/40279988/Koululaiskysely+2020+tulosten+esittely+17.12.2020.pdf/483497bd-1e0b-9d43-b51e-eaf926bcbf27/Koululaiskysely+2020+tulosten+esittely+17.12.2020.pdf?t=1608193129578>
- YK-litto, S. (2015). *YK:n yleissopimus vammaisten henkilöiden oikeuksista ja sopimuksen valinnainen pöytäkirja*. Noudettu osoitteesta https://www.ykliitto.fi/sites/ykliitto.fi/files/vammaisten_oikeudet_2016_net.pdf

