



## ***”Tämmöiset kaikki on aivan taivaanlahja”***

### **Osallistujien kokemuksia ryhmämuotoisesta Toimiva Perhearki -valmennuksesta**

Petra Pihlajamaa

Opinnäytetyö, AMK  
Huhtikuu 2021  
Sosiaali- ja terveysala  
Kuntoutuksen ohjaaja (AMK)

Pihlajamaa, Petra

*”Tämmöiset kaikki on aivan taivaanlahja”. Osallistujien kokemuksia ryhmämuotoisesta Toimiva Perhearki -valmennuksesta*

Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. **Huhtikuu 2021**, 66 sivua.

Sosiaali- ja terveysala. Kuntoutuksen ohjauksen tutkinto-ohjelma. Opinnäytetyö AMK.

Julkaisun kieli: suomi

Verkkojulkaisulupa myönnetty: kyllä

### Tiivistelmä

Syksyllä 2020 aloitettiin Seinäjoen terveyskeskuksen fysioterapiayksikön kuntoutusohjauksen uutena varhaiskuntoutuksen työmuotona Toimiva Perhearki -valmennus. Ryhmämuotoinen valmennus oli suunnattu sellaisille perheille, joissa on ainakin yksi alle kouluikäinen haastavasti käyttäytyvä tai erityistä tukea tarvitseva lapsi. Valmennu toteutettiin ryhmämuotoisena vanhempainohjauksena. Tutkimuksen tarkoituksena oli kuvata Toimiva Perhearki -valmennukseen osallistuneiden perheiden (1) kokemuksia valmennuksesta ja vertaistuesta ja (2) valmennuksessa saadun vanhempainohjauksen koetuista vaikutuksista perheessä, välittömästi valmennuksen lopuksi ja kolmen kuukauden kuluttua valmennuksen päättymisen jälkeen. Tutkimuksen tilaajan tarkoitus on hyödyntää saatuja tuloksia sekä valmennuksen että vanhempainohjauksen kehittämiseksi, joten tuloksissa kuvattiin myös (3) johtopäätökset ja suositukset.

Monimenetelmäistä tutkimusta varten kerättiin kaksi erilaista aineistoa. Ensimmäinen aineisto koostui lomakekyselynä toteutetusta palautekyselystä. Toinen aineisto koostui strukturoituna teemahaastatteluina toteutetuista seuranta-haastatteluista. Molempien aineistojen analyysi toteutettiin induktiivisena sisällyönanalyysinä. Aineistot ovat toisiaan täydentäviä ja niitä hyödynnettiin rinnan johtopäätösten tekemisessä.

Kaikki osallistujat odottivat saavansa valmennuksesta konkreettisia välineitä haastavaan arkeensa. Valmennussisältöjä kehitettiin niiden laaja-alaisuudesta ja järjestelmällisestä esitystavasta sekä siitä, että sisältöjen koettiin olevan osallistujien kannalta relevantteja. Osallistujat kuvasivat nähneensä muutoksia itsessään ja perheessään valmennuksen myötä, mutta eivät kuitenkaan eritelle tarkasti, millaisia muutokset olivat. Yleisesti valmennusta kuvattiin positiivisin termein, vaikka joitakin yksittäisiä kehittämiskohteita esitettiin. Toimiva Perhearki -valmennus palvelee erinomaisesti osana varhaiskuntoutusta, erityisesti osana ensimmäistä kuntoutusohjausjaksoa. Vastaavaa valmennusta suositeltiin jatkossakin osaksi perhekohtaista kuntoutusohjausta, sillä perheelle osoitetun kuntoutusohjaajan merkitys nähtiin tärkeänä myös osana ryhmämuotoista valmennusta.

### Avainsanat (asiasanat)

Toimiva Perhearki -valmennus, valmennus, erityistä tukea tarvitseva lapsi, haastavasti käyttäytyvä lapsi, haastava käyttäytyminen, haastavat kasvatustilanteet, haastavat tilanteet, varhaiskuntoutus, perhe, vanhempainohjaus, kuntoutusohjaus, kuntoutusohjaajat, vertaistuki

### Muut tiedot (salassa pidettävät liitteet)

Opinnäytetyössä käytetty aineisto on sovittu kokonaisuudessaan tuhottavaksi opinnäytetyön valmistumisen jälkeen valmennukseen osallistuneiden anonymiteetin turvaamiseksi.

**Pihlajamaa, Petra.**

**“These Things Are Truly a Gift from Heaven”. Participants’ Experiences of “Toimiva Perhearki – valmennus” Parental Group Coaching**

Jyväskylä: JAMK University of Applied Sciences, September 2020, 66 pages

Social- and health services. Degree program in Rehabilitation Counseling. Bachelor’s thesis.

Permission for web publication: Yes

Language of publication: Finnish

### **Abstract**

In the autumn of 2020, the development counselors from the Child development guidance unit of Seinäjoki health center began a new parental coaching group called “Toimiva Perhearki -valmennus”. This parental coaching group was aimed to become a part of the early rehabilitation / intervention with the families who have at least one child, who has a need for special support with behavioral challenges and has not yet entered school. The aim of the research was to find out how the participants described (1) their experiences and opinions about the coaching and peer support and (2) the experienced benefits of the coaching in their families, immediately following the coaching sessions and three months after the group coaching had ended. As the commissioner of the research wants to utilize the research in developing the coaching and early rehabilitation, (3) the conclusions and recommendations are presented in the results.

Two different bodies of data were collected for the multi-method research. The first body of data consists of the feedback form survey, filled immediately at the end of the last group coaching session. The second body of data consists thematic interviews carried out after three months the group coaching had ended. Both sets of data were analyzed using the inductive content analysis.

All the participants expected to receive concrete tools for tackling the challenging family situation. The theoretical content was praised for the extensive and systematic presentation, and that the subject matter was relevant to them. The participants portrayed changes in the family following the coaching yet specifying what the changes were was difficult. In general, the experiences portrayed were positive, even though some minor changes were suggested. Toimiva Perhearki -valmennus parent group coaching can have a significant role as a part of the early intervention with children and families. It was recommended that the group coaching should be a part of the family’s first habilitation coaching period, also in the future. However, the meaning and the role of a personal rehabilitation / development counselor alongside the group coaching, was also seen as prominent.

### **Keywords/tags (subjects)**

coaching, a child with special needs, a child with challenging behavior, challenging behavior, habilitation, early intervention, family rehabilitation, family, parental coaching, child development guidance, development counselor, rehabilitation counselor, peer support, Toimiva Perhearki -valmennus

### **Miscellaneous (Confidential information)**

The collected research data will be destroyed completely after the thesis has been approved to protect the anonymity of the participants.

## Sisältö

<b>1</b>	<b>Johdanto .....</b>	<b>3</b>
<b>2</b>	<b>Varhaiskuntoutus, perhe ja vertaistuki lapsen kuntoutumisprosessissa .....</b>	<b>5</b>
2.1	Varhaiskuntoutus ennen diagnoosia.....	5
2.2	Vanhempainohjauksen ja perheen merkitys .....	6
2.3	Vertaistuki ja ryhmämuotoinen kuntoutus.....	7
<b>3</b>	<b>Toimiva Perhearki –valmennus osana lapsen varhaisvaiheen kuntoutusta.....</b>	<b>8</b>
3.1	Kuntoutusohjaus Seinäjoen terveyskeskuksessa .....	8
3.2	Toimiva Perhearki -valmennus varhaiskuntoutuksen osana .....	9
3.3	Toimiva Perhearki -valmennuksen periaatteet ja sisällöt.....	9
3.3.1	Aikuisten toiminnan selkeyttäminen.....	10
3.3.2	Ympäristön muokkaaminen.....	10
3.3.3	Lapsen taitojen vahvistaminen.....	10
<b>4</b>	<b>Opinnäytetyön tarkoitus ja tutkimustehtävät.....</b>	<b>11</b>
<b>5</b>	<b>Aineiston keruu ja kuvaus .....</b>	<b>11</b>
5.1	Aineiston keruuseen valmistautuminen .....	11
5.2	Aineiston keruun toteuttaminen ja aineiston kuvaus.....	12
5.2.1	Palautelomakeaineiston keruu ja kuvaus .....	12
5.2.2	Haastatteluaineiston keruu ja kuvaus .....	13
<b>6</b>	<b>Aineiston järjestäminen ja analyysi .....</b>	<b>14</b>
6.1	Aineiston järjestäminen .....	14
6.2	Aineiston analyysi.....	15
<b>7</b>	<b>Tulokset.....</b>	<b>18</b>
7.1	Yleiskuvaus kokemuksista Toimiva Perhearki -valmennuksesta .....	18
7.2	Toimiva Perhearki -valmennukseen osallistuneiden kokemuksia .....	25
7.2.1	Toimiva Perhearki- valmennukseen liittyvät ennako-odotukset ja kokemukset valmennuksesta.....	26
7.2.2	Toimiva Perhearki -valmennuksen jälkeiset koetut vaikutukset perheessä .....	29
<b>8</b>	<b>Johtopäätökset ja suositukset.....</b>	<b>34</b>
8.1	Vanhempainohjaus ja vanhempien tukeminen osana varhaiskuntoutusta .....	35
8.2	Vuorovaikutuksen merkitys osana kuntoutusprosessia .....	36
8.3	Valmennuksen järjestämiseen liittyvät johtopäätökset .....	38
<b>9</b>	<b>Opinnäytetyön arviointi.....</b>	<b>38</b>
9.1	Tutkimuksen eettisyys.....	39
9.2	Tutkimuksen luotettavuus .....	40

9.3 Loppupäätelmät ja jatkotutkimussuositukset.....	43
<b>Lähteet .....</b>	<b>45</b>
<b>Liitteet .....</b>	<b>47</b>
Liite 1. Toimiva Perhearki –valmennusmateriaali: lähteet ja lisälukemisto .....	47
Liite 2. Valmennusmateriaalin sisällysluettelo.....	49
Liite 3. Aineistonhallintasuunnitelma .....	50
Liite 4. Yhteistyösopimus .....	53
Liite 5. Tutkimuslupa .....	56
Liite 6. Palautelomake .....	57
Liite 7. Tutkimustiedote .....	61
Liite 8. Suostumuslomake .....	63
Liite 9. Haastattelurunko.....	64
Liite 10. Lomakeaineiston avointen kysymyksiä vastausten analyysimalli.....	65
Liite 11. Haastatteluaineiston taulukkovaiheen analyysimalli.....	66

## **Kuviot**

Kuvio 1. Kuvaote Flinga-verkkotyökalun käytöstä haastattelujen analysoinnin aikana.....	17
Kuvio 2. Vanhempien vastaukset haastavissa tilanteissa toimimiseen liittyen (kysymykset 14 – 21) esitettynä ympyrädiagrammeihin.....	23
Kuvio 3. Materiaalin esittelypöytä Toimiva Perhearki -valmennuksessa. ....	29

## **Taulukot**

Taulukko 1. Palautekyselyn vaihtoehtokysymysten vastaukset.....	19
---	----

# 1 Johdanto

Kuntoutuksen kentällä eletään muutosten aikaa. Vaikka COVID-19 pandemia on vienyt päähuomion sosiaali- ja terveydenhuoltoalaa koskevassa uutisoinnissa, toteutetaan kuntoutuksen kentällä samanaikaisesti muun muassa useita palvelumuotoiluun liittyviä projekteja ja kehitystehtäviä. Yleisesti pelätään COVID-19 pandemian ja sen hillintään liittyvien toimien entisestään heikentävän haastavissa tilanteissa elävien lasten ja lapsiperheiden tilannetta. Lasten varhaiskuntoutukseen on siten vähintään yhtä tärkeää kiinnittää huomiota nyt kuin mitä on ollut aiemmin.

Seinäjoen sosiaali- ja terveystieteiden keskuksen Fysioterapiayksikön Kuntoutusohjaus (johon myöhemmin viitataan ”Seinäjoen terveystieteiden keskuksen kuntoutusohjaus” tai selkeässä yhteydessä vain ”kuntoutusohjaus”) on jo vuosia tehnyt varhaiskuntoutustyötä erityistä tukea tarvitsevien lasten perheiden kanssa (Näppä, M., Niemi, U., Nikander, U. et al. 2017, 3). Kuntoutusohjauksessa päätettiin kokeilla Toimiva Perhearki- valmennukseksi nimettyä ryhmämuotoista vanhempainohjausta varhaiskuntoutusasiakasperheille syksyllä 2020. Valmennuksen toteuttajaa kiinnosti, miten uusi työmuoto koettiin osallistuneiden perheiden keskuudessa sekä kokivatko osallistujat tällaisen valmennuksen tarpeellisena.

Seinäjoen terveystieteiden keskuksen kuntoutusohjaajat kokivat vanhempainohjauksen tärkeäksi osaksi kuntoutustyötä, mutta kertoivat kokevansa usein, että vanhemmuuden sekä lapsen ohjaamisen periaatteiden neuvomiseen ei ole aikaa, vaan asiakastapaamiset kuluvat usein yksittäisten, akuuttien ongelmien ratkomiseen. Ohjauskokemukseensa nojaten he olivat itse suunnitelleet valmennuksen materiaalin sekä asettivat valmennukselle tavoitteita. Toimiva Perhearki –valmennus -materiaali keskittyy kolmeen pääteemaan; Aikuisen toiminnan selkeyttäminen, ympäristön muokkaaminen ja lapsen taitojen vahvistaminen. (Niemi, 2020.)

Kuntoutuksen uudistamiskomitean (2017, 11–12.) mietinnössä todetaan, että hyvä kuntoutus toteutuu yleensä monialaisena, ei ainoastaan yksittäisten kuntoutuksen erityisosa-alueiden toimintana. Siten lapsen kuntoutuksen tulee toteutua irrallisten terapiatapaamisten sijaan arjen ympäristöissä ja kuntoutuksen ammattilaisten tärkeänä tehtävänä on tukea niitä aikuisia, jotka toimivat näissä ympäristöissä (emt. 47). Valmennuksen tavoitteena on auttaa lapsen perhettä muokkaamaan omasta arjestaan sellaista, että lapsen koko elämänpiiri toimii kuntoutukselle myönteisenä alustana, jonka olosuhteet edistävät kuntoutumisen mahdollisuutta ja todennäköisyyttä.

Tämän opinnäytetyön teoriaosuus nojautui kolmeen eri lähtökohtaan. Ensimmäisenä tututtiin toimeksiintajan valmennusmateriaalin aiheeseen liittyvään taustamateriaaliluettelon kirjallisuuteen ja verkkosivustoihin (Liite 1). Materiaali tarjosi laajan yleiskatsauksen valmennuksen aihepiireihin. Lisäksi opinnäytetyön tekijä osallistui jommankumman valmennusryhmän mukana kaikkien aihekokonaisuuksien valmennustapaamiseen, mikä tuki aihesisältöihin orientoitumista. Tämän jälkeen ymmärrystä syvennettiin hyödyntämällä taustamateriaaleista löytyviä lähdeluetteloita, viittauksia ja linkkivinkkejä. Kolmas lähtökohta oli opinnäytetyön ydinsanalistan perusteella toteutettu tiedonhankinta siten, että aihetta lähestyttiin toisaalta ajankohtaisen suomalaisen kuntoutuskeskustelun pohjalta (esimerkiksi ajantasainen lainsäädäntö ja kuntoutuksen uudistamiskomitean mietintö) ja toisaalta tietokantahakuihin pohjaten.

Tässä opinnäytetyössä on pyritty kuvaamaan, miten perheet kokivat valmennuksen vaikuttaneen heidän tilanteeseensa ja miten vanhemmat kokivat ryhmämuotoisen vanhempainohjauksen osana varhaiskuntoutusta. Opinnäytetyö kuvasi sitä, miten valmennusmuotoisena toteutettu vanhempainohjaus koettiin välittömästi valmennuksen päättyessä sekä mitä valmennuksesta ajateltiin muutaman kuukauden kuluttua ja ovatko sisällöt siirtyneet osaksi arkea. Tutkimuskysymyksiin vastattiin keräämällä kaksi aineistoa, joista ensimmäinen koostui valmennuksen viimeisellä kerralla kerätystä lomakemuotoisesta palautteesta. Toinen aineisto muodostui valmennukseen osallistuneiden vapaaehtoisten puolistrukturoiduista teemahaastatteluista. Nämä seuranta haastattelut toteutettiin noin kolmen kuukauden kuluttua valmennuksen päättymisestä.

Tässä opinnäytetyössä käsitellään aluksi varhaiskuntoutusta sekä perheen ja vertaistuen merkitystä lapsen kuntoutumisprosessissa. Seuraavaksi kuvataan Seinäjoen terveyskeskuksen kuntoutusohjauksen toteuttaman Toimiva Perhearkei- valmennuksen tapaa ja sisältöä. Näiden jälkeen kerrotaan tutkimuskysymykset ja kuvataan vastaamista varten hankittujen aineistojen keruu ja järjestely sekä analyysin vaiheet. Tulokset kuvataan siten, että aluksi esitetään yleiskuvaus Toimiva Perhearkei – valmennuskokemuksista lomakeaineiston pohjalta. Seuraavaksi vastataan tutkimuskysymyksiin 1 ja 2 haastatteluaineiston pohjalta. Tutkimuskysymykseen 3 vastataan erikseen johtopäätökset ja suositukset -osassa. Opinnäytetyön päätteeksi esitetään vielä arviointi opinnäytetyöstä sekä jatkotutkimussuositukset.

## 2 Varhaiskuntoutus, perhe ja vertaistuki lapsen kuntoutumisprosessissa

### 2.1 Varhaiskuntoutus ennen diagnoosia

Varhaiskuntoutus lapsen kohdalla tarkoittaa sitä, että välittömästi lapsen kehityshaasteiden ilmeessä pyritään tavoitteellisesti vaikuttamaan hänen kehitykseensä niin, että vahvemmin tuettuna hän voisi saavuttaa kalenteri-ikää vastaavan tason eri taitoalueilla. Esimerkiksi autismikirjon kehittymisen riskitekijät voidaan tunnistaa jopa ennen kuuden kuukauden ikää. Koska lapsen aivot ovat muovautuvaisimmillaan varhaisessa lapsuudessa, on tarkoituksenmukaista aloittaa kuntoutus heti, kun huoli on herännyt, jopa niinkin varhain kuin puolen vuoden iässä. Vaikka tieto lapsen kehityksen ongelmista voi olla vanhemmille vaikea hyväksyä, on ammattilaisen syytä rohkaista heitä suostumaan kuntoutuksellisiin toimenpiteisiin mahdollisimman varhain. Jos kuntoutustoimet aloitetaan jo riskitekijöiden ilmaantuessa, on niitten kehityksen suuntaa korjaava vaikutus huomattava. Vaikka lopulta diagnoosia ei edes saataisi, on vahvempi lapsen kehityksen tukeminen aina lapsen etu. (Hämäläinen & Haapala 2019, 193, 238.)

Lapsen kohdalla varhaiskuntoutus on luonteeltaan sekä preventiivistä että promotiivista. Lapsen kehitys etenee siten, että jo hankittujen taitojen päälle rakentuu uusia taitoja. Mikäli lapsella on kehityksellisiä haasteita, on odotettavissa, että vaikeudet kertaantuvat, kun kehitys jää koko ajan hieman jälkeen, eikä ole kunnon perustaa, mille rakentaa uusia taitoja. Varhaiskuntoutus puuttuu lapsen kehityksellisiin haasteisiin jo ennen kuin ongelmat kumuloituvat ja täten ennalta ehkäisee toimintakyvyn suhteellista heikkenemistä ajan mittaan. Kuitenkin varhaiskuntoutus on luonteeltaan myös promotiivista, varhain puuttuvaa ja toimintakykyä ja terveyttä ylläpitävää, koska tuettaessa lasta ja hänen perhettään varhaiskuntoutuksen keinoin, hyöttyy siitä sekä lapsi itse että koko hänen perheensä. Lapsen haasteet arjessa kuluttavat koko perheen voimavaroja, joten varhaisen avun saaminen edistää sekä kasvattajien että rinnalla kasvavien lasten hyvinvointia ja ylläpitää koko perheen toimintakykyä. (kts. esim. Siirto-Honkanen 2008, 12.)

Seinäjoen terveyskeskuksen kuntoutusohjauksen varhaiskuntoutuksen asiakkaiksi ohjautuvat sellaiset perheet, joihin kuuluvalla lapsella on kehityksellisiä haasteita sekä mahdollisesti haastavaa käytöstä tai tarve erityiselle tuelle. Ennen kuntoutusohjauksen alkua, lapsen tuen tarve on havaittu jossakin hänen ympäristössään, ja hän on ollut vähintään tutkimuksissa tai kartoituksessa

tarpeeseen liittyen, jotta ammattilainen on voinut ohjata perheen palvelun piiriin. (Näppä ym. 2017, 3.) Kuntoutusohjaus on luonteeltaan varhaiskuntoutusta, mikä tarkoittaa, että kuntoutus aloitetaan heti, kun lapsen kehityksen viivästyminen on huomattu. Kuntoutustarpeen arvioinnin pohjalta suunnitellaan tehtävät toimenpiteet. Vaikka vasta diagnoosin myötä selkeytyy kuntoutuspolku siihen kuuluvine etuuksineen, on Seinäjoella tunnistettu varhaiskuntoutuksen merkitys ja siihen on haluttu panostaa. Myöhemmin mahdollisesti saatava diagnoosi voi tuoda lisätietoa ja tarkentaa kehitysennustetta, mutta lapsen kuntoutuksen aloittamisen kanssa ei viivytellä. Mahdollisimman varhaisesta vaiheesta lasta ja hänen kanssaan toimivia henkilöitä pyritään ohjaamaan niin, että lapsi voi kuntoutua mahdollisimman lähelle ikätasosta taitotasoa. (Valkonen, K. 2018.)

## **2.2 Vanhempainohjauksen ja perheen merkitys**

Vanhempainohjauksen on tutkimuksissa todettu olevan vaikuttava osa lasten kuntoutumista (esim. Haapala 2019, 262–263). Perhe ja koti muodostavat lapsen ensisijaisen kuntoutusympäristön ja -alustan. Täten vanhempien riittävä tietotaito on tärkeässä roolissa lapsen kasvun ja kehityksen tukemisessa. Vanhemman kokemukset ja tunteet lasta kohtaan vaikuttavat hänen toimintaansa lapsen kanssa. Perheensä jäsenenä, tukea tarvitseva lapsi vaikuttaa koko perheen toimintaan ja dynamiikkaan. Tutkimukset ovat osoittaneet, että vaikuttavuuden kannalta on tärkeää, että perhe ei saa ainoastaan tietoa, vaan että vanhempi saa myös yksilöllistä ohjausta voidakseen harjoitella siten, että saa samalla palautetta toiminnastaan. (Haapala 2019, 267.)

Erityisesti lasten kuntoutusta suunniteltaessa on tärkeää huomioida, että lapsen normaalin arjen toiminnot vaativat aikaa. Lapselle on jätävä riittävästi aikaa myös levolle ja leikille ystävien kanssa. Yksittäiset kuntoutustoimenpiteet eivät saa viedä liikaa aikaa lapsen arjesta, muutoin kuntoutuksen vaikutus voi olla päinvastainen ja lapsen kokonaisvaltainen hyvinvointi kärsii. (Kauppila, Sipari, Suhonen-Polvi 2016a.) Kun kuntoutus kulkee mukana osana lapsen arjen toimia, tapahtuu kuntoutuminen siinä ympäristössä, missä lapsi elää, eikä erikseen jouduta pohtimaan, miten kuntoutuksessa saavutetut taidot saataisiin siirrettyä arkeen. Lapset elävät nopean kasvun ja kehityksen aikaa, johon sisältyy useita kehityksen herkkyyksia niin psyykkisen kuin fyysisenkin kehityksen alueella. (Kauppila, Sipari, Suhonen-Polvi 2016b.) joten vaikka lapsella olisikin viikoittain useitakin terapiatapaamisia ammattilaisten kanssa, eivät ne muodosta riittävää määrää kuntouttavaa toimintaa. Siksi lapsen kuntoutus tulee suunnitella osaksi hänen arkeaan, niin päivähoitossa ja koulussa kuin, ennen kaikkea, kotona perheen parissa.

Lapsen arjen kuntouttava merkitys nähdään ajankohtaisesti yksittäisiä terapioiden tärkeämpänä. Kuntoutuksen aikana vanhempien on mahdollista oppia ja tunnistaa, mitkä haasteet ja ongelmat ovat juuri heidän perheessään keskeisiä. (Heino & Törrönen 2010, 183, 187.) Useissa tutkimuksissa on todettu, että vanhempien luottamus kuntoutustyöntekijöihin sekä vanhempien kuntoutukseen liittyvä tieto ja osaaminen yhdistettynä heidän tunnekokemukseensa suhteessa lapsen tilanteeseen ovat keskeisiä kuntoutuksen onnistumisen kannalta. (kts esim. Phoenix, Jack, Rosenbaum & Missiuna 2019.) Siten lapsen kuntoutuksessa, eli ammattilaisen ohjaamassa taitojen harjoittelussa, on tärkeää siirtää riittävästi tietoa ja taitoja vanhemmille ja tukea heitä näitten taitojen harjoittelussa. Erityistä tukea tarvitsevan lapsen kuntoutus haastaa perhettä muuttamaan toimintaansa, sillä lapsi on riippuvainen perheestään - perheen koko elämäntapa vaikuttaa lapsen kuntoutumiseen. Ei ole tarkoituksenmukaista opettaa vanhemmille vain ”temppuja” yksittäisten haasteiden ratkaisemiseksi, vaan perhettä tulee tukea löytämään kokonaisvaltaisia ratkaisuja juuri heidän elämäntilanteeseensa. (Kauppila, Sipari & Suhonen-Polvi 2016a.)

### **2.3 Vertaistuki ja ryhmämuotoinen kuntoutus**

Ryhmämuotoisen kuntoutuksen kaksi ilmiselvintä etua ovat sen tarjoama vertaistuki ja kustannustehokkuus. Mikäli on tarkoituksenmukaista jakaa sama informaatio useille henkilöille, on järkevää koota heidät yhteen tätä tarkoitusta varten, jolloin tarvitaan pienempi määrä ammattilaisia tiedon siirtämistä varten. Lisäksi asian oppimiselle erikseen varattu aika auttaa myös vanhempia keskittymään käsiteltäviin aiheisiin.

Ryhmäilmiön ja vertaisuuden kokemuksen hyödyntäminen on suuresti riippuvainen ryhmän ohjaajien toiminnasta ja osaamisesta. Parhaassa tapauksessa vertaistuki osoittautuu ryhmäkuntoutuksen kantavimmaksi ja rohkaisevimmaksi voimaksi. Toisilla samassa tilanteessa olevilla on tietoa ja kokemusta, jotka sinänsä voivat tuoda lisää informaatiota ja antaa neuvoja, jotka muutoin olisivat jääneet saamatta. Vielä tätä tärkeämmäksi voi osoittautua kokemus siitä, että tulee ymmärretyksi ja hyväksytyksi, sekä kokemus, että ei olekaan omien haasteittensa kanssa yksin. Vertaisilta on mahdollista saada kannustusta, ideoita ja rohkaisua, että itsekin tulee pärjäämään tilanteessaan – ja parhaimmassa tapauksessa muodostetaan sellaisia yhteyksiä ja ystävyksiä, jotka kantavat ja kannustavat yksilöä myös jatkossa. (Salminen 2016.)

### **3 Toimiva Perhearki –valmennus osana lapsen varhaisvaiheen kuntoutusta**

#### **3.1 Kuntoutusohjaus Seinäjoen terveystieteiden keskuksessa**

Valmennuksen toteuttajana, ja opinnäytetyön toimeksiantajana, toimii Seinäjoen terveystieteiden keskuksen fysioterapiayksikön kuntoutusohjaus. Kuntoutusohjauksen toiminnan tavoitteena on tukea perheitä, joissa on erityistä tukea tarvitseva lapsi, etsimällä ratkaisuja, jotka tukevat sekä lapsen kehitystä ja osallisuutta että perheen arjen sujuvuutta. (Näppä ym. 2017, 3.)

Kuntoutusohjaus toteutetaan lapsen arjen ympäristössä, esimerkiksi kotona, missä kuntoutusohjaaja tapaa lasta ja perhettä (tai muita lapsen kanssa toimivia aikuisia) erilaisten toimintatuokioiden merkeissä. Toimintatuokioiden yhteydessä voidaan harjoitella niitä taitoja, joita kussakin asiakasperheessä on katsottu tarpeelliseksi. Työskentelyssä yhdessä perheiden kanssa etsitään luovalla otteella erilaisia ratkaisuja ja toimintatapoja, jotta vanhemmat voisivat yhdessä harjoitelluin keinoin tukea lapsensa taitojen ja toimintatapojen kehittymistä ja vahvistumista siten, että lapsen osallisuus ja kuntoutuminen mahdollistuvat. (Emt, 3.)

Kuntoutusohjauksen tiimi on käsikirjassaan tarkentanut terveystieteiden keskuksen yleisiä arvoja oman toimintansa näkökulmasta. Heidän toiminnassaan korostuu asiakkaan ja perheen merkitys; lapsi ja perhe koetaan, ei vain työn kohteena, vaan tärkeänä toimijana omassa prosessissaan sekä oman tilanteensa asiantuntijana. Ammattilainen tarjoaa oman erityisosaamisensa ja tietonsa asiakkaan käyttöön, mutta perhettä ja lasta sekä kuullaan että rohkaistaan tasa-arvoisena kumppanina osallistumaan kuntoutuksen prosessiin. (Emt, 4.) Näiden arvojen ohjaamana, kuntoutusohjaajat alkoi-  
vat kehittää ”Toimiva Perhearki-valmennus”- materiaalia sekä suunnitella vanhempainohjausryhmää. Ryhmävalmennuksen avulla asiakkaalle voidaan tarjota ymmärrystä niin taustalla vaikuttavista tekijöistä kuin konkreettisia keinoja ratkaista haasteellisia tilanteita. (Pihlajamaa 2020.)

Koska materiaali on Seinäjoen terveystieteiden keskuksen kuntoutusohjaajien itse kehittämää, on heidän mahdollista myös muokata sitä ennen jatkossa toteutettavia valmennuksia. Toimeksiantajaa kiinnosti osallistujien kokemus valmennuksesta myös tästä näkökulmasta.

### **3.2 Toimiva Perhearki -valmennus varhaiskuntoutuksen osana**

Syksyllä 2020 Toimiva Perhearki – valmennukseen osallistuvilla perheillä on jokaisella ollut jonkinlainen yhteys Seinäjoen terveystieteiden keskuksen fysioterapiayksikön alaisuudessa toimivaan kuntoutusohjaukseen. Valmennukseen osallistuvia perheitä yhdistää se, että niihin kuuluu vähintään yksi alle kouluikäinen, erityistä tukea tarvitseva lapsi, jolla on haastavaa käyttäytymistä. Osalla näistä lapsista on tuen tarvetta selittävä diagnoosi, osalla diagnoosia ei ole, ainakaan toistaiseksi. Kaikkien perheiden arjessa on kuitenkin haastavia tilanteita, joiden kohtaamiseen vanhemmat kaipaavat tukea.

Kuntoutusohjaajat kutsuivat valmennukseen mukaan sellaisia asiakasperheitä, joiden he itse arvioivat voivan hyötyvän valmennuksesta. Osallistuminen oli kuitenkin vapaaehtoista, joten mukaan lähtivät vain ne, jotka kokivat valmennuksen itselleen kiinnostavaksi tai tarpeelliseksi. Neljä kertaa kokoontuvaan vanhempainohjausryhmään kuului tapaamisten lisäksi myös kotona aiheeseen liittyvien harjoitteiden tekeminen. Valmennuksen kestäessä osalla perheistä oli lisäksi perhekohtaisia tapaamisia oman kuntoutusohjaajan kanssa, osalla perheistä kuntoutusjakso oli jo ohi, ja osa vasta odotti perhekohtaisen kuntoutusjakson alkamista.

Syksyn 2020 valmennus toteutettiin kahdessa eri ryhmässä, jotka tapasivat eri ajankohtina. Kummassakin ryhmässä oli vetäjänä kaksi kuntoutusohjaajaa. Ryhmien vetäjät olivat eri henkilöitä, mutta valmennusmateriaali käytettävien dioiden oli sama.

### **3.3 Toimiva Perhearki -valmennuksen periaatteet ja sisällöt**

Valmennuksessa käytetty vanhempainohjausmateriaali on suunniteltu siten, että vanhemmat saavat siitä riittävät perustiedot, jotta heillä olisi lapsen kanssa toimiessaan keinoja ennaltaehkäistä, kohdata ja vähentää haastavia tilanteita. Materiaali on järjestetty usean eri otsikon alle (Liite 2), joista kukin käsittelee yhtä tai useampaa pääteemaa. Pääteemat ovat 1) aikuisen toiminnan selkeyttäminen, 2) ympäristön muokkaaminen ja 3) lapsen taitojen vahvistaminen. Kullakin valmennuskerralla käsiteltiin useamman otsikon asioita. Tapaamisten välille annetut harjoitteet annettiin valmennettaville myös jääkaapin oveen laitettavan lapun muodossa, jotta tehtävä pysyisi helpommin mielessä valmennuskertojen välillä.

Seuraavaksi kuvataan lyhyesti Toimiva Perhearki –valmennuksen materiaalin pääteemat.

### **3.3.1 Aikuisten toiminnan selkeyttäminen**

Valmennuksen ensimmäinen sisältökokonaisuus käsittelee aikuisen toimintaa. Aluksi pohditaan lapsen käyttäytymisen taustalla vaikuttavia tekijöitä; lapsen, tilanteen ja kommunikaation merkitystä, sekä ennen kaikkea myönteisen vuorovaikutuksen merkitystä. Aikuinen voi opetella ymmärtämään lapsen vaikuttavia tekijöitä ja ymmärryksen avulla valita vaihtoehdoisen tavan toimia kussakin tilanteessa. Erityisesti myönteisen ohjaamisen keinot sekä positiivinen huomiointi johtavat yleensä hyviin tuloksiin. Kun aikuinen näkee lapsensa lempein silmin, voi hänen suhtautumisensa lasta ja tämän toimintaa kohtaan muuttua, jolloin myös vuorovaikutus muuttuu. Lapsi yleensä haluaa toimia oikein, mutta häneltä puuttuu siihen tarvittavat keinot. Lapsi ei välttämättä ymmärrä ohjetta tai sisäistä sen merkitystä. Vanhempi voi auttaa lasta toimimaan oikein omaa kommunikaatiotaan muokkaamalla sekä hyödyntämällä erilaisia apukeinoja. Mikäli lapsi tahallisesti rikkoo sovittuja sääntöjä, on asioilla tietysti loogisia seurauksia, mutta irrationaalisia rangaistuksia ei käytetä, vaan lasta ohjataan ja autetaan toimimaan kussakin tilanteessa toivottavalla tavalla. (Hewitt, Niemi, Nikander & Peura 2020.)

### **3.3.2 Ympäristön muokkaaminen**

Lapset, varsinkin, jos heillä on erityistarpeita, voivat hyötyä ympäristön muokkaamisesta. Arjen jäsentämisen keinot tukevat lapsen kokemusta turvallisesta ja ennakoitavissa olevasta ympäristöstä ja lisäävät hallinnan tunnetta. Joskus on tarpeellista muokata ympäristöä myös vähentämällä ärsykeitä tai stimuloimalla alivirittynyttä lasta. Vanhemmat (ja muut aikuiset) voivat auttaa lasta selviytymään paremmin, mikäli he onnistuvat tunnistamaan haastavaan käyttäytymiseen johtavia tekijöitä ja täten jo ennalta ehkäisemään haastavaa käyttäytymistä. (Hewitt ym. 2020.)

### **3.3.3 Lapsen taitojen vahvistaminen**

Kaikkialla ei ole mahdollista muokata ympäristöä lapselle ihanteelliseksi, eikä oikeassa elämässä jokaista tilannetta voi ennakoida. Osallisuuden ja osallistumisen näkökulmasta on tärkeää tukea lasta siten, että tämä voi harjoitella elämässä tarvittavia taitoja. Taitoja harjoitellaan ensin rajatussa ja tutussa ympäristössä. Kun taidot vakiintuvat, on niitten mahdollista yleistyä niin, että lapsi kykenee toimimaan sopivalla tavalla myös vieraassa ympäristössä. Haastavasti käyttäytyvä

lapsi tarvitsee taidon oppimiseksi enemmän tukea ja harjoitusta kuin ikätoverit keskimäärin. Lapsi tarvitsee toimivia kommunikointikeinoja, sosiaalisia taitoja, itsesäätelyn keinoja, sekä toiminnanohjauksen taitoja. Aikuisen tehtävä on pilkkoa harjoiteltavat taidot riittävän pieniin kokonaisuuksiin, joita lapsi voi aikuisen tuella harjoitella ja onnistua, kunnes hän kykenee käyttämään opittuja taitojaan kokonaisuuksina mahdollisimman itsenäisesti. (Hewitt ym. 2020.)

## 4 Opinnäytetyön tarkoitus ja tutkimustehtävät

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata Toimiva Perheariki -valmennukseen osallistuneiden **perheiden** kokemuksia valmennuksesta, sekä sieltä saadun tiedon ja konkreettisten ohjeiden (vanhempainohjauksen) koettuja hyötyjä perheen arjessa valmennusta seuraavina kuukausina. Tältä pohjalta opinnäytetyön konkreettisena tarkoituksena oli siis ymmärtää, miten perheet kokivat valmennuksessa saadun **vanhempainohjauksen** muuttaneen heidän arkeaan, ja miten valmennuksen koettiin tukeneen perheissä tehtävää **kuntoutusohjaustyötä**. Toimiva Perheariki – valmennuksia on suunniteltu jatkettavaksi, joten tavoitteena on jatkossa hyödyntää saatua tietoa kehitettäessä valmennuksen sisältöä ja roolia osana **varhaiskuntoutustyötä**.

**Tutkimuskysymykset** olivat:

1. Miten osallistujat kuvasivat Toimiva Perheariki–valmennusta osana varhaiskuntoutusohjausta?
  - a. Ennako-odotuksien näkökulmasta?
  - b. Konkreettisen valmennuskokemuksen näkökulmasta
2. Miten osallistujat kuvasivat arkeaan Toimiva Perheariki-valmennuksen jälkeen?
  - a. Vanhemman sisäisen kokemuksen näkökulmasta?
  - b. Lapsen ohjaamisen näkökulmasta?
3. Mitä jatkotoimenpiteitä ja suosituksia voidaan esittää saatujen tulosten pohjalta?

## 5 Aineiston keruu ja kuvaus

### 5.1 Aineiston keruuseen valmistautuminen

Opinnäytetyön suunnittelu ja yhteistyö opinnäytetyön tekijän ja kuntoutusohjauksen työntekijöiden välillä alkoi jo tammikuussa 2020. Varsinainen opinnäytetyösopimus allekirjoitettiin 13.11.2020. Ennen opinnäytetyön aloittamista opinnäytetyön tekijä haki virallista tutkimuslupaa

25.11.2020 Seinäjoen terveyskeskuksen ohjeistuksen mukaan. Luvan liitteenä oli tutkimussuunnitelma (JAMK:n ohjeistuksen mukainen opinnäytetyösuunnitelma), joka sisälsi muun muassa aineistohallintasuunnitelman (Liite 3) ja aikataulusuunnitelman.

Ensimmäisen aineiston keruuseen käytetyn palautelomakkeen olivat Seinäjoen terveyskeskuksen kuntoutusohjauksen työntekijät suunnitelleet omaa käyttöönsä varten. Opinnäytetyöntekijä osallistui lomakkeen editointiin yhdessä kuntoutusohjaajien kanssa. Aineistonkeruun ensimmäinen vaihe toteutettiin suullisesti saadun luvan varassa siten, että opinnäytetyön toteuttaja oli paikalla, kun kuntoutusohjaajat keräsivät palautelomakkeet ja säilyttivät niitä, kunnes opinnäytetyön yhteistyösopimus (Liite 4) ja tutkimuslupa (Liite 5) oli allekirjoitettu. Tutkimuslupan on allekirjoittanut Seinäjoen terveyskeskuksen johtava ylilääkäri Tiina Perä 27.11.2020.

## **5.2 Aineiston keruun toteuttaminen ja aineiston kuvaus**

Tämän opinnäytetyön aineiston keruu oli monimenetelmäinen, eli koostui kahdesta eri tavoin kerätystä aineistosta. Ensimmäinen aineisto koostui lomakekyselynä toteutetusta palautekyselystä koskien Toimiva Perheariki- valmennusta. Toinen aineisto koostui seuranta haastatteluista, jotka toteutettiin strukturoituina teemahaastatteluina noin kolmen kuukauden kuluttua valmennuksen päättymisestä. Aineistot ovat toisiaan täydentäviä ja niitä hyödynnettiin rinnan johtopäätösten tekemisessä.

### **5.2.1 Palautelomakeaineiston keruu ja kuvaus**

Opinnäytetyön ensimmäinen aineisto kerättiin Toimiva Perheariki-valmennukseen osallistuneilta kahdelta eri ryhmältä syyskuussa 2020. Valmennukseen osallistuneita pyydettiin täyttämään nimettömänä valmennuksen toteuttajien laatima palautelomake viimeisen tapaamiskerran päätteeksi (Liite 6).

Opinnäytetyöntekijälle oli varattu aikaa suulliselle opinnäytetyön esittelylle ennen palautelomakkeiden jakoa. Samassa yhteydessä osallistujilta pyydettiin lupa lomakeaineiston käyttöön opinnäytetyössä. Tietoisuuden varmistamiseksi osallistujille jaettiin palautelomakkeen yhteydessä kirjallinen tiedote opinnäytetyöstä (Liite 7) sekä tietoinen suostumus –lomake (Liite 8).

Samalla jaettiin myös yhteystietolomake sekä tyhjä palautuskirjekuori. Jaetut lomakkeet oli etukäteen koodattu tutkimusnumerolla. Lisäksi kussakin palautelomakkeessa oli varmistukseksi opinnäytetyöhön liittyen valintamahdollisuus, jonka avulla osallistujat saattoivat ilmaista, saako kyseistä vastauslomaketta hyödyntää opinnäytetyössä. Palautekysely ja suljetuissa kirjekuorissa olevat suostumus- ja yhteystietolomakkeet kerättiin kuntoutusohjaajien säilytettäväksi. Osallistumisluvalla varustetut lomakkeet sekä yhteystietolomakkeet luovutettiin opinnäytetyön tekijälle joulukuussa 2020. Ennen tarkempaa aineistoon tutustumista opinnäytetyön tekijä tarkisti, että jokaiseen hänelle luovutettuun lomakkeeseen oli rastitettu ”*saa käyttää tutkimuksessa*” -vaihtoehto, ja että lomaketta vastaavalla tutkimusnumerolla löytyi myös oikein täytetty ja allekirjoitettu tietoinen suostumus -lomake. Palautelomakkeita jaettiin yhteensä 15 kappaletta. 11 vastaajaa antoi suostumuksen palautelomakkeen käyttöön tutkimuksessa, joten lomakeaineiston vastausprosentiksi muodostui 73,3 prosenttia (n=11).

### 5.2.2 Haastatteluaineiston keruu ja kuvaus

Palautelomakkeiden täyttämisen ja opinnäytetyön esittelyn yhteydessä osallistujia pyydettiin vapaaehtoisiksi muutaman kuukauden kuluttua tehtävään seurantahaastatteluun. Vapaaehtoisiksi ilmoittauduttiin valitsemalla tietoinen suostumus- lomakkeelta kyseinen kohta sekä palauttamalla tutkimusnumerolla varustettu, erillinen yhteystietolomake merkitsemättömässä kirjekuorissa.

Yhteystietonsa haastattelua varten antoi viisi henkilöä 15 osallistujasta (33,3 %). Opinnäytetyön tekijä otti kaikkiin viitteen haastateltavaan yhteyttä sekä sähköpostitse että puhelimen tekstiviestillä. Tuntemattomaksi jääneestä syystä vain kolme lupautuneista vastasi pyyntöön sopia haastatteluajankohdasta (60 % haastatteluun lupautuneesta). Haastatteluun osallistui siten reilu neljännes (27,3 %) lomakeaineistoon vastauksensa luovuttaneista (n=11) ja vain viidennes (20 %) kaikista valmennukseen osallistuneista.

Haastateltuun osallistuneet saivat valita, halusivatko osallistua haastatteluun kasvotusten vai etäyhteyden kautta. Kaikki haastattelut toteutettiin videoyhteydellä Zoom-palvelun kautta. Kukin osallistuja sai joitakin tunteja ennen haastattelua sähköpostitse nähtäväkseen haastattelurungon (Liite 9) sekä kopion valmennusmateriaalin sisällysluettelosta (Liite 2).

Kaikki keskustelut äänitettiin Zoom-sovelluksen tallennustoiminnolla, mikä oli kunkin haastateltavan kanssa alustavasti sovittu jo sähköpostitse. Jokaisen haastattelun alussa käytiin vielä läpi tietoinen suostumus -lomake ja varmistettiin sanallisesti, että haastateltava on ymmärtänyt, mihin on lupautunut ja että hän haluaa edelleen osallistua haastatteluun. Kutakin haastateltavaa muistutettiin myös mahdollisuudesta perua osallistuminen oman tutkimusnumeron avulla aina siihen saakka, kunnes opinnäytetyö on palautettu. Haastateltavia rohkaistiin kertomaan kokemuksistaan vapaasti, myös annetun haastattelurungon ulkopuolelta. Haastattelut toteutettiin keskustelemaan sävyyn, joten haastattelija saattoi esittää tarkentavia kysymyksiä tai kommentteja rohkaisemaan haastateltavaa kertomaan aiheesta laajemmin.

Kullekin haastattelulle oli varattu aikaa tunti, mutta jokainen kesti noin 45 minuuttia. Nauhoitettua materiaalia kertyi yhteensä 135 minuuttia, sisältäen alun jutustelut ja lopun kiitokset. Haastattelun aikana kerrottiin selkeästi, mistä kohdasta alkaen nauhoitteet litteroitiin sekä mihin litterointi päättyi.

## **6 Aineiston järjestäminen ja analyysi**

### **6.1 Aineiston järjestäminen**

Opinnäytetyön kaksi erilaista aineistoa vaativat runsaasti aikaa sekä järjestelyn että analyysin kannalta. Palautekyselylomake sisälsi 34 kysymystä (Liite 6). Kysymyksistä suurimpaan osaan vastattiin kolmi- tai neliportaisella asteikolla, joista useimpiin oli lisätty mahdollisuus vastata myös syventävästi omin sanoin. Lisäksi osa kysymyksistä oli suoraan avoimia kysymyksiä. Palautekyselyyn vastauksiin tutustuttiin alustavasti yleisesti niitä läpi lukemalla ja tarkastelemalla vastauksia siitä näkökulmasta, nousisiko lomakeaineistosta esiin jotakin, mitä tulisi hyödyntää myöhemmin toteutettavissa seurantahaastatteluissa. Lomakeaineisto päätettiin analysoida aluksi taulukoimalla määrällisesti asteikolliset vastaukset ja toiseksi järjestelemällä avoimet vastaukset lainauksina taulukoon tarkasteltavaksi.

Haastatteluaineisto muodostui kolmesta nauhoitetusta ja litteroidusta teemahaastattelusta. Kolmesta seurantahaastattelusta muodostui nauhoitettua haastattelumateriaalia yhteensä 135 minuuttia, josta peruslitteroituna muodostaa yhteensä 29 sivua (Calibri 12, riviväli 1,5) kirjoitettua

tekstiä siten, että haastattelijan puheosuudet ovat reilusti tiivistettynä. Myös tässä opinnäytetyössä toteutui se, että teemahaastattelulla on tapana tuottaa runsaasti materiaalia ja se on analyysivaiheessa melko työläs (Hirsijärvi & Hurme 2008, 135). Litterointi toteutettiin tekstinkäsittelyohjelman avulla siten, että automaattisesta sanelusta tekstinkäsittelyohjelman kirjoittama teksti muokattiin vielä kuuntelemalla ja käsin korjaamalla. Litteroinnin jälkeen aineisto vielä anonymisoitiin poistamalla materiaalista alun ja lopun keskustelut ja häivyttämällä käytetyt erisnimet, kuten etu- ja sukunimet sekä organisaatioiden ja paikkojen nimet. Lisäksi viittaukset lasten sukupuoleen sekä muut henkilön kannalta paljastavat ilmaisut, murre sanat yms. muokattiin yleisilmaisiksi (esimerkiksi tyttö -> lapsi). Samalla tehtiin valinta käyttää termiä ”osallistuja”, kun viitattiin heidän toimintaansa suhteessa valmennukseen tai tutkimukseen osallistumiseen ja termiä ”vanhempi” viitatessa aikuisen toimintaan kotona ja suhteessa lapseen.

## **6.2 Aineiston analyysi**

Analyysi toteutettiin induktiivisena sisällönanalyysinä. Opinnäytetyön tavoitteena ei ollut todentaa ennalta valmiita teorioita (Hirsijärvi & Hurme 2008, 136), vaan kuvata ja ymmärtää laadullisen analyysin ja päättelyn kautta perheiden kokemuksia valmennuksen aikana ja sen jälkeen (Hirsijärvi ym. 2007, 219). Aineistoa tarkasteltiin sisällönanalyysin kautta, mutta samalla hyödyntäen sisältöä erittelevää (kvantifioivaa) lähestymistapaa (Tuomi & Sarajärvi 2018, 119). Toiveena oli löytää yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia osallistujien antamasta palautteesta välittömästi valmennuksen päättyessä ja perheiden kuvaamista kokemuksista kolmen kuukauden kuluttua.

### **Lomakeaineisto**

Aluksi lomakeaineiston vastausmäärät taulukoitiin. Avointen kysymysten vastaukset järjestettiin suorina lainauksina omaan taulukkoonsa, johon lisättiin konkreettisen asian, teeman ja abstraktiotason sarakkeet, joiden avulla etsittiin vastauksien ydinasiaa, mitä ne käsittelivät (Liite 10). (kts. esim. Tuomi & Sarajärvi 2018, 121–126.) Lomakeaineiston tuloksia tarkasteltiin frekvensseinä ja prosenttiosuuksina. Erytistä huomiota kiinnitettiin siihen, mitä asioita osallistujat olivat valmennuksen sisällöistä kokeneet tärkeänä ja ottaneet käyttöön, sekä sellaisiin keinoihin, joita perheissä ei ollut otettu käyttöön, vaikka niiden tarve oli tunnistettu. Lomakeaineiston tulokset muodostui-

vat vertaamalla ja tarkastelemalla näitä kahta taulukkoa. Avoimien vastausten taulukkoa tarkasteltiin myös omana kokonaisuutenaan, tarkastellen vastausten yhtäläisyyksiä ja eroavuuksia ja suhdetta toisiinsa.

### **Haastatteluaineisto**

Ennen analyysivaihetta tutkija kuunteli haastattelut kolmeen kertaan: autenttisessa haastattelutilanteessa siihen osallistuen, seuratessaan kuunnellen automaattista litterointia ja korjatessaan automaattisen litteroinnin tekstiä käsin. Litteroinnin jälkeen haastatteluaineistoja siirryttiin tarkastelemaan tekstimuotoisina korostamalla litteroidusta aineistosta eri värein valmennuksen aiheisiin liittyvää informaatiota. Seuraavaksi valitut aineistolainaukset järjestettiin suunnitelmavaiheessa määriteltyjen tutkimuskysymysten mukaisesti taulukkoon, jotta löydettäisiin vastaukset haluttuihin kysymyksiin (Liite 11). Ensimmäisessä vaiheessa alkuperäisdata redusoiitiin referoimalla suorat tekstilainaukset pelkistetyiksi ilmaisuiksi. Toisessa vaiheessa nämä pelkistetyt ilmaukset siirrettiin yksittäisinä lausahduksina FLINGA-verkkotyökalupohjalle (Kuvio 1), minkä avulla data klusteroitiin tutkimuskysymysten mukaisiksi alaryhmiksi. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 123–124.) Tuloksia kirjoitettaessa opinnäytetyön tekijä palasi ajoittain alkuperäisiin tekstikatkelmiin ja myös litteroituihin materiaaleihin voidakseen tarkistaa pelkistettyjen ilmauksien takana olleita yhteyksiä ja sanamuotoja.

Analyysin jälkeen avattiin kummankin aineiston tulokset ensin erikseen, jonka jälkeen johtopäätöksiä ja suositusten löytämiseksi tarkasteltiin aineistoja vielä rinnakkain.



Kuvio 1. Kuvaote Flinga-verkkotyökalun käytöstä haastattelujen analysoinnin aikana

## 7 Tulokset

Tulokset esitetään seuraavaksi siten, että ensin kuvataan lomakeaineistosta saadut tulokset palautekyselyn aihealueiden mukaan edeten. Tässä kohdin esitetyt tulokset ovat nostoja analyysivaiheessa tehdyn taulukon (Taulukko 1) pohjalta. Tämän jälkeen haastatteluaineiston tulokset esitetään tutkimuskysymysten mukaisessa järjestyksessä.

Suoraan lomakeaineiston ja seuranta-haastattelun pohjalta tai niitä vertailemalla saadut johtopäätökset mahdollisine suosituksineen esitetään kohdassa 8.

### 7.1 Yleiskuvaus kokemuksista Toimiva Perhearki -valmennuksesta

Yleiskuvaus perheiden kokemuksista Toimiva Perhearki –valmennuksen ajalta muodostui analysoimalla valmennuksesta kerätyt palautelomakkeet. Nämä kokemukset kuvaavat vastaajien ajatuksia ja kokemuksia välittömästi valmennuksen päättyessä.

#### Taustakysymys (1)

Palautekyselylomakkeissa taustakysymyksiä oli vain yksi, jonka perusteella seitsemällä (73,3 %) vastaajalla perhekohtainen kuntoutusohjausjakso oli jo päättynyt ja neljän (36,4 %) kohdalla valmennus osui samaan aikaan käynnissä olevan kuntoutusohjauksen kanssa.

#### Vanhempien toiminta

Palautekyselyn ensimmäinen aihekokonaisuus, kysymykset 2–6, käsitteli vanhempien toimintaa. Kaikki vastaajat kokivat tällä alueella tarvetta oman toiminnan tekijöiden tunnistamiselle ja oman toiminnan muuttamiselle. Vaikka jopa kuusi vastaajaa (54,5 %) koki, ettei heidän ollut kurssin aikana ollut mahdollista panostaa toimintatapojen pitkäjänteiseen ja johdonmukaiseen käyttöön, vastaajista 81,8 % koki silti saaneensa varmuutta/vahvuutta vanhemmuuteensa kurssin aikana. Avoimissa vastauksissa nousi esille vanhempien kokemus oman olotilan huomioimisen tärkeydestä, erityisesti rauhallisena pysyminen, ja sen seurauksena oman käytöksen vaikutuksesta lapseen. Myös oman ymmärryksen lisääntyminen koettiin tärkeänä. Jopa viidessä eri vastauksessa vanhemmat mainitsevat tarpeen harjoitella omaan toimintaan liittyviä taitoja. Lisäksi käytetään muita ilmauksia, joissa on mahdollista nähdä koettu harjoittelun tarve. Oman ymmärryksen

Taulukko 1. Palautekyselyn vaihtoehtokysymysten vastaukset

N=11

<b>A) Taustatiedot</b>	Jonossa n (%)	Aktiivinen n (%)	Tauolla/päättynyt n (%)
Kuntoutusohjauksen työskentely	0	4 =36,4 %	7 =63,6 %

<b>B) Vanhempien toiminta</b>	Kyllä n (%)	Ei n (%)	Ei tarvetta n (%)	Ei kyllä eikä ei/ molemmat n (%)
2. Tunnistitko oman toiminnan tekijät	11 (100)	0	0	0
4. Onnistuitko kääntämään vuorovaikutus- tyylin	8 (72,7)	1 (9,1)	0	2 (18,2)
5. Oliko mahdollista panostaa käyttöön	5 (45,5)	3 (27,3)	0	3 (27,3)
6. Saitko varmuutta/vahvuutta vanhemmuu- teen	9 (81,8)	1 (9,1)	0	1 (9,1)

<b>C) Myönteisen ohjaamisen keinot</b>	Kyllä n (%)	Ei n (%)	Ei tarvetta n (%)	Ei kyllä eikä ei/ molemmat n (%)
7. Huomaa hyvä, kannusta kehu	11 (100)	0	0	0
8. Selkeä ohjaus	10 (90,9)	0	0	1 (9,1)
9. Palkitseamalla motivointi	10 (90,9)	0	1 (9,1)	0

<b>D) Arjen jäsentäminen, ympäristön muok- kaus Käytitkö/Lisäsitkö?</b>	Kyllä n (%)	Ei n (%)	Ei tarvetta n (%)	Ei kyllä eikä ei/ molemmat n (%)
11. Arjen jäsentämisen keinoja	9 (81,8)	2 (18,2)	0	0
12. Kodin fyysisen ympäristön muokkaus	5 (45,5)	3 (27,3)	3 (27,3)	0

<b>E) Haastavat tilanteet, ennaltaehkäisy ja toi- miminen</b>	Kyllä n (%)	Ei n (%)	Ei tarvetta n (%)	Ei kyllä eikä ei/ molemmat n (%)
14. Lisääntyikö ymmärrys taustatekijöistä	9 (81,8)	1 (9,1)	1 (9,1)	0
15. Löysitkö itselle tapoja rauhoittua	7 (63,6)	2 (18,2)	2 (18,2)	
16. Tunnistitko tarpeen vaatimustason sovel- tamiselle	9 (81,8)	1 (9,1)	0	1 tyhjä (9,1)
17. Tunnistitko, mitä voi jättää huomiotta	7 (63,6)	3 (27,3)	1 (9,1)	0
18. Löysitkö tilanteen katkaisun keinoja	5 (45,5)	3 (27,3)	1 (9,1)	2 (18,2)
19. Löysitkö keinoja tilanteessa toimimiseen	6 (54,5)	3 (27,3)	0	2 (18,2)
20. Löytyikö lapselle rauhoittumisen keinoja	6 (54,5)	2 (18,2)	2 (18,2)	1 tyhjä (9,1)
21. Lisääntyikö varmuutesi tilanteissa toimi- misessä	8 (72,7)	2 (18,2)	0	1 (9,1)

<b>F) Kurssin toteutus + materiaalit</b>	Ei lainkaan n (%)	Jonkin verran n (%)	Paljon n (%)	Erittäin paljon n (%)
Kuinka paljon hyötyä oli				
23. Kokoontumiset 4x	0	2 (18,2)	4 (36,4)	5 (45,5)
24. Muiden vanhempien tapaaminen	0	4 (36,4)	5 (45,5)	2 (18,2)
25. Kurssin materiaali kansiossa	0	1 (9,1)	4 (36,4)	6 (54,5)
26. Kotitehtävät ja muistilaput jääkaapin oveen	1 (9,1)	3 (27,3)	6 (54,5)	1 (9,1)
27. Oman kuntoutusohjaajan tuki kurssin ai- kana	0	1 (9,1)	3 (27,3)	2 (18,2)
29. Minulla oli tietoa ennalta kurssin ai- heesta	1 (9,1)	4 (36,4)	5 (5,5)	1 (9,1)
30. Minulla on nyt tietoa kurssin aiheista	0	0	7 (63,6)	4 (36,4)
31. Kurssilla käsiteltävät asiat ovat siirrettä- vissä arkeemme	0	1 (9,1)	9 (81,8)	1 (9,1)
32. Kurssi vastasi tarpeitani	0	1 (9,1)	8 (72,7)	2 (18,2)

ja positiiviseen keskittymisestä koettiin olevan hyötyä omaa toimintaa muokatessa, mutta erään vastaajan sanoin, harjoittelu on *”välillä tosi haastavaa itselle.”* Toinen totesi, että välillä on helpompaa vain antaa periksi.

Vanhemmat mainitsivat muun muassa oppineensa, miten perustarpeiden huomioiminen ja positiivinen asenne vaikuttavat vuorovaikutukseen lapsen kanssa. Yhdeksän (81.1 %) vastaajaa koki saaneensa varmuutta ja vahvuutta omaan vanhemmuuteensa ja heistä kuusi tarkensi vielä samansuuntaisesti: He olivat saaneet vahvistusta sille, mitä jo tekevät oikein, mutta myös oppineet valmennuksessa uutta.

### **Myönteisen ohjaamisen keinot**

Seuraava aihekokonaisuus käsitteli myönteisen ohjaamisen keinoja (kysymykset 7–9), joita vanhemmat olivat ottaneet käyttöön laajasti. Vain yksi vastaaja (9,1 %) oli jättänyt keinovalikoimasta käyttämättä palkitsemisen. Kaikkia muita kyselyssä mainittuja keinoja oli otettu käyttöön tai lisätty jokaisen vastaajan osalta. Erityisesti omaan tapaan ohjata oli kiinnitetty huomiota. Puhetta tukevista kommunikointikeinoista mainittiin erityisesti kuvatuki. Avoimissa vastauksissa nousi esille, miten ohjatessa on keskitytty selkeästi ohjaamaan lapsen toivottua käytöstä yleisen kieltämisen sijaan; *”Vaikka se on joskus vaikeaa, olen oppinut esittämään viestini eri tavalla.”*

Palkitseminen käytöstä eräs vanhemmista mainitsi, että hän on *”uskaltanut”* ottaa palkitsemisen käyttöön. Toinen taas kuvaa palkitsemisen jo ennestään käytössä olleena keinona. Palkitseminen oli osoittautunut toimivaksi keinoksi myös varautua haastaviin tilanteisiin. Eräs vastaaja kertoo esimerkiksi, että lapsen karkailu on palkitsemisen myötä vähentynyt.

### **Keinoja oman toiminnan muokkaamiseen ja lapsen myönteiseen ohjaamiseen**

Avoimessa kysymyksessä (10) kysyttiin: *”Mikä auttaa vanhempaa muokkaamaan omaa toimintaansa ja/tai ohjaamaan lasta myönteisin keinoin?”* Vastaajat kuvaavat, miten lapsen tarpeiden ja haasteiden ymmärtäminen on auttanut heitä sekä muokkaamaan omia asenteitaan että omaa tapansa kommunikoida lapsen kanssa. Myös itsestä huolehtiminen koettiin tärkeäksi. Arjen ennalta mietityt toimintatavat ja ennakointi nähtiin keinoina helpottaa haastavia tilanteita. Itseä voi roh-

kaista jaksamaan muistuttamalla, *”että negatiivinen kehä on kurja paikka.”* Vastauksista voi tunnistaa ajatuksen, miten lapsen tarpeiden tunnistaminen ja ennakointi auttavat muokkaamaan ympäristön sellaiseksi, missä lapsi saa mahdollisuuden toimia oikein. Visuaalisten keinojen käyttö sekä selkeys ja johdonmukaisuus yhdessä sovituissa säännöissä koettiin lasta tukeviksi.

### **Arjen jäsentäminen ja ympäristön muokkaaminen**

Arjen jäsentämisen ja ympäristön muokkaamista käsiteltiin kysymyksissä 11–13. Arjen jäsentämisen keinot olivat jääneet ottamatta käyttöön kahdella (18,2 %) vastaajalla, samoin kolme (27,3 %) vastaajaa ei ollut ottanut käyttöön kodin fyysisen ympäristön muokkauksen keinoja. Kukaan ei kuitenkaan ollut valinnut vaihtoehtoa *”ei tarvetta”*. Yhdessä vastauslomakkeessa ei-vastauksia selvennettiin kommentilla *”välillä meinaa lipsua”*.

Arjen jäsentäminen kuvattiin avoimissa vastauksissa aikuisen taitona ennakoida tilanteita ja tukea toimintaa yhdessä sovittujen sääntöjen ja visuaalisten keinojen avulla. Ympäristöä on yleisesti muokattu konkreettisesti sekä karsimalla ylimääräisiä virikkeitä että lisäämällä uusia tavaroita ohjaamaan mielenkiintoa kohti sallittua tekemistä. Avoimissa vastauksissa nousi esiin myös oman, henkilökohtaisen kuntoutusohjaajan merkitys, jonka kanssa yhdessä on arvioitu kotia ja siellä toimimista sekä keksitty keinoja muokata ympäristöä lapselle sopivaksi.

### **Haastavat tilanteet**

Haastavia tilanteita käsiteltiin yhdeksässä kysymyksessä (14–22). Kysymykseen 14 (Lisääntyikö ymmärryksesi taustatekijöistä) vastasi myöntävästi yhdeksän (81,8 %) vastaajaa, yksi vastaaja (9,1 %) ei ollut kokenut ymmärryksensä lisääntyneen. Kysymykseen oli myös yksi *”ei tarvetta”*-vastaus. Tämä vastaus selittyi vastaajan lisäämällä tekstillä, missä hän kertoo oman diagnoosinsa tähden ymmärtävänsä lastaan, jolla on vastaavia haasteita.

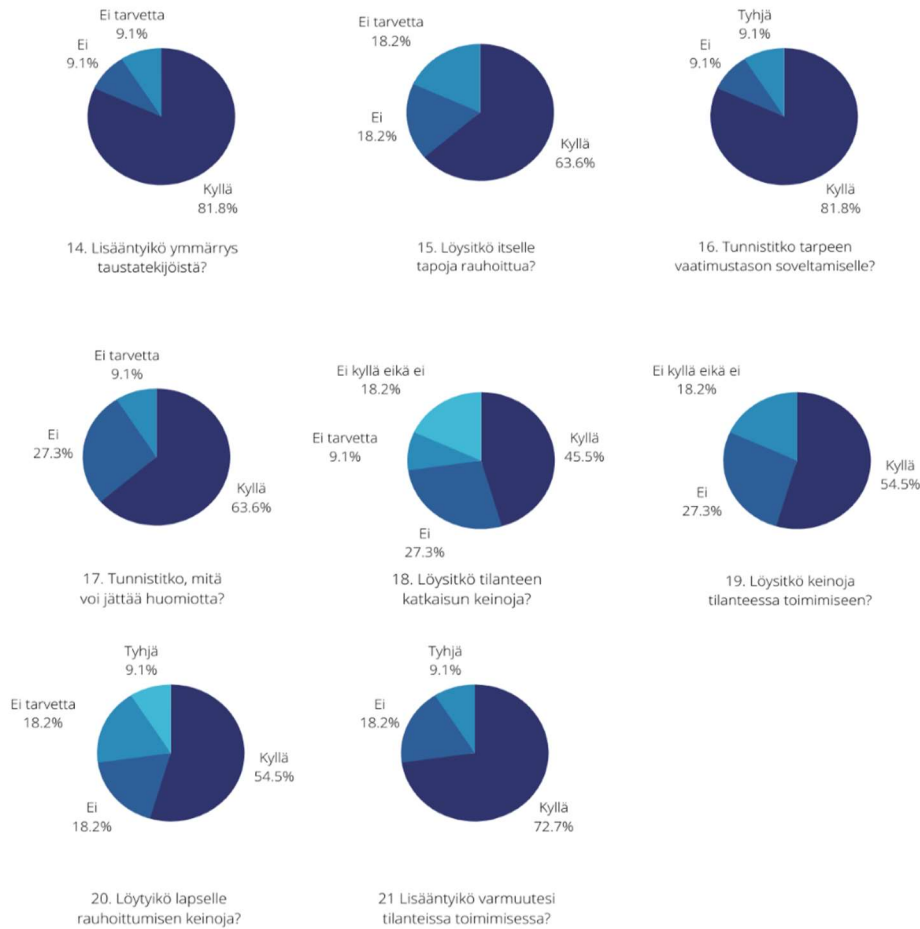
Vaikka valtaosa vastaajista löysi keinoja toimia erilaisissa haastavissa tilanteissa, nousee selvästi esiin tarve harjoitella, sekä myös kokemus, että keinoja ei ole löytynyt. Osalla onnistumiset jäivät valmennuksen aikana satunnaisiksi. Onnistuneesti käytettyinä keinoina mainittiin huumori, fyysi-

nen kosketus, huomion uudelleen suuntaaminen ja lapsen ohjaaminen rauhoittumaan omassa tilassa tai ”peittokuplassa”. Eräs vastaaja kuvasi tärkeänä myös empatian ja tunteiden sanoittamisen, toinen kertoo, että lapsi toisinaan osaa jo itsekin hakeutua rauhoittumaan omiin oloihinsa.

Vaikka haastavat tilanteet koettiin edelleen yleisesti haastaviksi, kahdeksan (72,7 %) vastaajista vastasi kuitenkin oman varmuutensa näissä tilanteissa toimimisessa lisääntyneen, yhden ollessa hieman epävarma vastauksestaan ja kahden kokiessa, että näin ei ollut käynyt. Erityismaininnan sai valmennuksen materiaalikansio, joka koettiin hyvänä, koska siihen saattoi palata hakemaan ohjeita siihen, kuinka haastavissa tilanteissa tulisi toimia.

Siitä huolimatta, että valtaosa vastaajista koki löytäneensä keinoja ennaltaehkäistä ja toimia haastavissa tilanteissa (kysymykset 14–21) on nähtävissä hajontaa vastaajien kesken. Näissä kysymyksissä kussakin yhdestä kolmeen vastaajaa (9,1–27,3 %) ei kokenut löytäneensä keinoja vastata nimettyihin haasteisiin tai saaneensa lisää varmuutta omaan vanhemmuuteensa. Siitä huolimaatta näissäkin kysymyksissä ainoa kysymys, missä kyllä -vastausten määrä jää alle 50 %, koskee haastavien tilanteiden katkaisukeinojen löytymistä. Kuviossa 2 esitetään vastaukset ympyrädiagrammeina, joista on selkeästi nähtävissä, miten vähäistä hajontaa on jopa näissä eniten eriyviä vastauksia tuottaneissa kysymyksissä.

Vastaajat kuvaavat, että vanhempaa auttaa haastavissa tilanteissa ymmärrys lapsen käyttäytymiseen vaikuttavista tekijöistä. Esiin nostettiin muun muassa lapsen nälän ja väsymyksen huomiointi. Haastavien tilanteiden ennaltaehkäisyn kannalta mainittiin tärkeäksi se, että vanhemmalla on ennalta mietittynä keinoja, joihin hän tietää voivansa tarvittaessa turvautua. Oman toiminnan merkityksen ymmärtäminen ja omaan käytökseen vaikuttaminen koettiin myös tärkeänä. Vanhemmat nostivat esiin tarpeen huolehtia myös itsestä ja omasta riittävästä levosta, sekä mainitsevat useamman kerran (5 mainintaa), että myös aikuinen voi poistua haastavasta tilanteesta rauhoittumaan. Valmennuksen aikana opittiin käyttämään myös vaatimustason soveltamista tarvittaessa ja eräs vanhempi mainitsi oppineensa armollisuutta myös itseään kohtaan. Yksi vastaajista tiivistää: *”Vaikka vielä on paljon opittavaa/harjoiteltavaa, tuntuu, että olen saanut työkalut siihen.”*



Kuvio 2. Vanhempien vastaukset haastavissa tilanteissa toimimiseen liittyen (kysymykset 14 – 21) esitettynä ympyrädiagrammeihin.

### Kurssin toteutus ja materiaalit

Valmennuksen toteuttamiseen liittyvissä kysymyksissä (23–33) valmennuksen kaikki osa-alueet koettiin yleisesti ottaen hyödyllisinä. Muiden vanhempien tapaamisesta vain kaksi (18,2 %) vastaajaa koki hyötynensä ”erittäin paljon”. Kukaan ei kuitenkaan katsonut toisten vanhempien tapaamisen olleen merkityksetöntä; neljä vastaajaa (36,4 %) koki tapaamisen hyödyttäneen heitä vähintään ”jonkin verran”. Kotitehtävät ja muistilaput jääkaapin oveen saivat ainoana yhden (9,1 %) ”ei hyödyttänyt lainkaan” -arvion.

Lisäksi avoimella kysymyksellä (28) pyydettiin osallistujia arvioimaan, mistä valmennuksen osa-alueista he kokivat hyötynensä eniten. Opetuksen sisältöihin liittyviä kommentteja oli kuusi kappaletta. Sisältöä keuhuttiin selkeyttämisestä, uuden tiedon tarjoamisesta ja vanhan vahvistamisesta sekä taustatekijöistä kertomisesta. Vertaisuuteen ja jakamiseen liittyviä kommentteja oli seitsemän, joissa erityisesti asioiden ääneen jakaminen ja kokemus siitä, ettei oma perhe ole ainoa, joka näitä haasteita kohtaa, nostettiin esiin. Eri ideat, vinkit ja materiaalit, niin kansiossa kuin materiaallipöydällä esitetyt, saivat yksittäisiä mainintoja. Lisäksi kaksi vastaajaa mainitsi tärkeäksi sen, että materiaali oli sellaisessa muodossa (kansio), että tieto oli jaettavissa koko perheen kesken. Valmennuskokonaisuus sai yleisiä kehuja ja oman kuntoutusohjaajan tuen tärkeys kurssin aikana mainittiin kerran. Eräs vanhempi tiivistä kokemuksensa sanoihin: *”Täyttä asiaa ja sopisi kyllä ihan kaikille vanhemmille.”*

Valmennukseen osallistujista suurimmalla osalla oli joko paljon tai erittäin paljon tietoa aiheista jo ennen valmennusta. Vain yksi vastaaja kertoi, että hänellä ei ollut aiheista lainkaan tietoa ja neljä (36,4 %) koki tietoa ollen vähän. Valmennuksen päättyessä seitsemän vastaajaa (63,6 %) koki tietävänsä aiheesta nyt paljon ja loput neljä (36,4 %) *”erittäin paljon”*. Lisäksi jokainen osallistuja koki valmennuksessa käsitellyt aiheet pääsääntöisesti sellaisiksi, jotka voi siirtää omaan arkeen. Vain yksi vastaaja (9,1 %) valitsi tässä kysymyksessä vaihtoehdon *”jonkin verran”*, ja yksi vaihtoehdon *”erittäin paljon”*, Loput vastaajista (9 = 81,8 %) kokivat voineensa siirtää arkeen *”paljon”* opitusta. Valmennukseen osallistuneet kokivat yleisesti (10 vastaajaa) kurssin vastanneen paljon tai erittäin paljon heidän tarpeitaan, vähäisimpänä vain yksi vastasi *”jonkin verran”*. Yksikään osallistuneista ei kokenut valmennusta kohdallaan täysin tarpeettomaksi.

### **Avoimet, mitä muuta -kysymykset**

Lopuksi kartoitettiin avoimilla kysymyksillä (33–34) oliko vastaajilla ajatuksia siitä, mitä he jäivät kaipaamaan tai mitä halusivat vielä tuoda esille. Lisää tietoa kaivattiin erilaisiin tukiin liittyvistä asioista. Eräs vanhempi jäi kaipaamaan tukea ja apua siihen, miten sellaiset vanhemmat, joilla itsellään oli vastaavia haasteita kuin lapsella (esimerkiksi sama diagnoosi), voisivat vastata lapsensa tarpeisiin, kun valmennuksen teemojen asiat ovat heille itselleenkin vaikeita toteuttaa. Viimeisessä kysymyksessä lähinnä kiiteltiin ja keuhuttiin valmennusta hyvänä, tarpeellisena ja selkeänä. Yksi vastaaja toivoi enemmän vuorovaikutusta ja tukea toisten osallistujien kohtaamiseen. Varovaisina moitteina esitettiin (yksi maininta) materiaalin esitystapa liikaa suoraan materiaalista luettuna,

sekä (yksi maininta) fyysisestä tilasta johtuva korona-ajan suositusten mukaisten turvavälien noudattamisen vaikeus.

## **7.2 Toimiva Perhearki -valmennukseen osallistuneiden kokemuksia**

Kaikkia valmennukseen osallistuneita yhdisti se, että perheessä oli vähintään yksi alle kouluikäinen lapsi, jolla oli haastavaa käyttäytymistä, johon kaivattiin apua. Lomakevastausten, haastattelujen sekä kuntoutusohjaajien kertoman perusteella oli selvää, että perheiden haasteet ja tarpeet erosivat kuitenkin toisistaan osin jopa melko runsaasti. Lisäksi vanhempien ennakkotiedot valmennuksen aihepiireistä vaihtelivat suuresti.

Haastattelujen aluksi haastateltavat kertoivat vapaasti omasta perheestään ja tilanteestaan. Jo tässä vaiheessa oli huomattavissa erilaisia äänenpainoja ja tapoja kertoa, jotka saattoivat heijastella erilaisia asenteita valmennusta ja tutkimusta kohtaan, mutta joita on mahdotonta avata tällaisen tutkimuksen keinoin.

Haastateltavien perhetilanne oli kaikilla hieman erilainen. Yksi haastateltavista teki töitä kotoa käsin, yksi opiskeli monimuotona ja kolmas kertoi yleisesti opiskelevansa. Tässä suppeassa vastaajajoukossa kaikilla oli puoliso, joka kävi töissä. Perheiden lapsimäärä erosi toisistaan. Yhden perheen ainoa lapsi oli se, jonka takia kuntoutusohjaukseen oli hakeuduttu. Toisessa perheessä perheen kahdesta lapsesta vanhempi oli kuntoutusohjauksen asiakkuuden takana. Kolmannessa perheessä oli kolme lasta, joista keskimmaisella ei ollut erityishaasteita, ja tämänhetkisen kuntoutusohjauksen asiakkuuden takana oli haasteet nuorimman lapsen kanssa. Kaikista kolmesta alle kouluikäisestä lapsesta vain yhdellä oli varmistunut diagnoosi ja siihen saatu lääkitys. Lisäksi on huomionarvoista, että yhdelläkään perheistä kuntoutusohjaus ei ollut ainoa käytössä oleva tukimuoto, vaan perheillä oli vähintään yksi muu hoito- tai palvelukontakti.

Seuraavaksi esitetyt tulokset kuvaavat valmennuksen osallistujien kokemuksia noin kolmen kuukauden kuluttua Toimiva Perhearki -valmennuksen päättymisen jälkeen.

Haastatteluaineiston pohjalta vastataan tutkimuskysymyksiin 1 ja 2. Tutkimuskysymykseen 3, joihin päätökset ja suositukset, vastataan erikseen (kohdassa 8) hyödyntämällä sekä lomakeaineistosta että haastatteluaineistosta kerättyä tietoa.

### **7.2.1 Toimiva Perharki- valmennukseen liittyvät ennakko-odotukset ja kokemukset valmennuksesta**

#### **Haastateltavien odotukset ennen valmennukseen osallistumista**

Ensimmäinen tutkimuskysymys oli: Miten osallistujat kuvasivat Toimiva Perharki –valmennusta osana varhaiskuntoutusta. Kysymyksen ensimmäinen osa (1 a) lähestyi aihetta ennakko-odotusten näkökulmasta. Kolme teemahaastatteluun osallistunutta vanhempaa lähti mukaan valmennukseen hyvin erilaisin odotuksin. Yksi kertoi odottaneensa paljon, toinen ei tiennyt, mitä odottaa, ja kolmas ei omien sanojensa mukaan odottanut mitään, jopa niin, ettei hän ollut valmennuksesta etukäteen juuri lainkaan innostunut. Haastateltavat olivat myös tiedon puolesta hyvin erilaisella lähtötasolla. Siinä, missä yksi oli vasta alkupäässä kuntoutusohjauspolkua, toisella oli jo useamman jakson kokemus sekä runsaasti muista lähteistä hankittua tietoa.

Oman kuntoutusohjaajan merkitys korostui, kun haastateltavat tekivät päätöstä valmennukseen osallistumisesta. Kuntoutusohjaajan suositus vaikutti osallistumishalukkuuteen ja luottamus oman kuntoutusohjaajan ammattitaitoon, mutta myös henkilökohtaiseen kokemukseen erityislapsista, nousi esiin, kun osallistujat kuvasivat, miksi he olivat halukkaita osallistumaan valmennukseen ja ottamaan vastaan ohjausta juuri näiltä kuntoutusohjaajilta.

Konkreettisia odotuksia vanhemmilla oli yleinen avun saaminen omaan tilanteeseen, muutosta ja helpotusta arkeen, välineitä vastata lapsen haasteisiin ja ymmärrystä haasteista. Lisäksi mainittiin, ryhmämuotoiseen valmennukseen liittyen, kiinnostus saada kuulla, miten muut toimivat vastaavissa tilanteissa.

#### **Haastateltavien kokemuksia Toimiva Perharki – valmennuksesta**

Ensimmäisen tutkimuskysymyksen toisen osan (1 b) pohjalta kartoitettiin, miten osallistujat kuvasivat Toimiva Perharki –valmennusta osana varhaiskuntoutusta varsinaisen valmennuskokemuksen näkökulmasta. Kaikki osallistujat kuvasivat valmennusta eniten sanalla *“hyvä”*. He kertoivat valmennuksen ylittäneen heidän odotuksensa ja yllättäneen heidät laaja-alaisuudellaan. Erityisesti haastateltavat kiittivät valmennusta sen systemaattisesta aiheiden käsittelytavasta ja siitä, että valmennus tarjosi tiiviissä muodossa tärkeät asiat. Valmennuksen näkökulma sai myös erityiskii-

tosta siitä, että ei keskitytty vain lasten haasteisiin ja diagnooseihin. Vanhemmat kokivat saaneensa vahvistusta omalle tekemiselleen ja myös uusia työkaluja haasteiden kohtaamiseen. Oman käytöksen muokkaaminen lapsen tukemiseksi mainittiin myös useamman kerran. Kuten eräs haastateltava ilmaisi, hän ei ollut osannut odottaa oppivansa, miten hänen oma käytöksensä vaikuttaa lapseen ja miten sitä kannattaisi muokata. Eräs vanhemmista kertoi rohkaistuneensa myös siitä, kun hän dia dialta seurasi, miten juuri heidän perheessään olevia haasteita käsiteltiin yleisesti, ja ymmärsi, että nämä haasteet ovat yleisiä ja aivan samojen asioiden kanssa painitaan myös muissa perheissä.

Haastateltavien tietotaso ennen jaksoa tuli selkeästi esiin heidän kuvatessaan valmennuksen antia omalla kohdallaan. Toisaalta koettiin, että valmennus tarjosi keinoja ja työkaluja oman lapsen ohjaamiseen, toisaalta taas koettiin, että valmennuksessa tuli paljon myös ennalta tuttua asiaa. Jokainen haastateltava nosti esiin, että valmennus oli heidän tilanteessaan ainakin jossain mielessä ollut hyvä ja hyödyllinen. Haastatteluissa korostui edelleen oman kuntoutusohjaajan merkitys. Yksi haastateltavista kertoi, että kurssilla käsitellyt asiat oli ehditty käydä läpi jo perhekohtaisen kuntoutusohjauksen aikana. Hän totesi, että hyvä kuntoutusohjaaja voi periaatteessa korvata valmennuksen sisällön, mutta lisäsi, että valmennuksella voidaan toki varmistaa, että kaikki aiheet tulevat varmasti käsiteltyä. Jokainen haastateltava mainitsi oman kuntoutusohjaajan haastattelun aikana vähintään kerran – ja aina myönteisessä valossa. Oman kuntoutusohjaajan käynnit miellettiin tärkeinä, eikä kukaan haastateltavista ajatellut, että perhekohtaisen kuntoutusohjauksen olisi voinut vaihtaa valmennukseen, mutta päinvastainen nähtiin kyllä mahdollisena. Toisaalta kaikki kuvasivat valmennuksen ja henkilökohtaisen ohjauksen toimivan hyvänä ja toisiaan tukevana kokonaisuutena; jokainen haastateltava esitti, että tällainen valmennus olisi hyvä käydä varhaisessa vaiheessa kuntoutusohjausta, osana ensimmäistä kuntoutusohjausjaksoa.

Eriyistä kiitosta haastateltavat antoivat valmennusmateriaalikansiota. Kansio kuvattiin keinona jakaa valmennuksessa käytyä materiaalia muun perheen kanssa (jotka eivät olleet päässeet osallistumaan) sekä ”*pankkina*” mihin palata kertaamaan opittua ja etsimään vinkkejä uusissa tilanteissa toimimiseen.

Haastatteluissa nousi esiin osallistujien tarve saada ohjausta ja informaatiota siitä, mitä tukitoimia, palveluita ja vertaisryhmiä heille on tarjolla ja mistä niistä voisi saada lisää tietoa. Valmennuksessa

aihetta käsiteltiin jonkin verran, mutta tämän aihealueen koettiin jääneen ohueksi. Eräs haastateltava totesi, että he kaipaivat tukiperhettä, mutta hän ei oikein tiennyt, mistä sitä pitäisi lähteä kysymään. Haastateltava uskoi, että mikäli hän olisi kysynyt aiheesta itse, olisi siitä varmasti kerrottu. Informaation jakamiseen toivottiin kiinnitettävän enemmän huomiota.

Ryhmän toimintaan, vertaiskokemukseen ja jakamiseen liittyvät aiheet nousivat esiin tärkeinä kaikissa haastatteluissa. Kukin haastateltava ilmaisi kokeneensa vertaisryhmän tärkeäksi osaksi valmennusta. He kokivat saaneensa muilta osallistujilta rohkaisua huomatessaan, etteivät ole haasteittensa kanssa yksin, *“sillai, että nää on ihan oikeasti olemassa olevia haasteita muillakin. Se oli ehkä siinä semmonen suuri asia. ... jotenkin tietää...”* Toisten jakamia, hyväksi havaittuja keinoja poimittiin myös kotona kokeiltavaksi. Vertaisten esimerkki antoi heille rohkeutta kokeilla uutta omassa tilanteessaan. Haastateltavat sanoittivat tarvetta saada vertaistukea ja toivetta, että olisi voinut tutustua kurssilla paremmin myös toisiin vanhempiin. Tutustuminen oli jäänyt pitkälle omaan varaan. He pohtivat asiaa myös ymmärtäen, että ketään ei voi pakottaa jakamaan omaa tarinaansa ja että korona-ajan kokoontumiskäytäntösuositukset asettavat rajoituksia vuorovaikutukselle. Toisaalta pohdittiin, että ehkä keskustelut pienemmissä ryhmissä olisivat voineet rohkaista useampia osallistumaan, toisaalta taas mainittiin, että järjestäjän ei odotettu tekevän enempää vuorovaikutuksen luomiseksi.

Kullakin tapaamisella oli esillä myös aiheisiin liittyviä materiaali-pöytiä (kuvio 3). Näitä pöytiä keuhuttiin erikseen hyväksi. Pöytien esittelemiä välineitä kiiteltiin lapsen arkeen tuotuna välineinä tai sellaisina, jotka olivat jääneet mieleen, mutta mitä vielä ei ollut ehditty kokeilla.

Haastateltavilla oli valmennuksesta pääosin positiivista sanottavaa. Konkreettisia haasteita osallistumiselle mainittiin omien lasten hoidon järjestäminen. Eräs haastateltava pohti mahdollisuutta, että valmennuksen järjestäjätahon puolesta olisi varattuna myös lastenhoito, vaikka pohdinnassaan ymmärsi myös, että se saattaisi olla haasteellista. Valmennuksen toteutusta päiväaikaan pohdittiin myös. Eräs haastateltava kuvasikin aikaan liittyvää haastetta kertomalla, miten hänelle itselleen päiväaika oli hyvä, mutta puolison oli mahdotonta osallistua niin varhain päivällä. Yksittäistä pohdintaa oli myös tilan ahtaudesta ja siitä, että tapaamiskerran keskellä oli pitkä tauko. Haastateltava koki, että olisi mieluummin lyhentänyt yksittäisiä valmennustapaamisia ja käynyt tarvittaessa ylimääräisen kerran ryhmätapaamisessa.



Kuvio 3. Materiaalin esittelypöytä Toimiva Perhearki -valmennuksessa.

Yhteinen ja yleinen kokemus haastatelluilla oli, että valmennus ylitti heidän odotuksensa ja yllätti laaja-alaisuudellaan. Eräs vanhempi kertoi kokeneensa, että koko valmennuksen ajan ja joka kerralla oltiin aivan *”oikean asian äärellä.”* Vaikka haastateltavilla oli erilainen kokemus ennakkoon siitä, vastaako valmennus juuri heidän tarpeitaan, koki jokainen valmennuksen ainakin jossain määrin merkittävänä, *”että vielä enemmän kuitenkin se auttaa meitä, että me saadaan ne keinot, mitenkä me voidaan lastamme auttaa.”* Kaikki haastateltavat sanoivat, että ainakin jossain vaiheessa tällainen valmennus olisi ollut erittäin ajankohtainen.

## 7.2.2 Toimiva Perhearki -valmennuksen jälkeiset koetut vaikutukset perheessä

### Haastateltavien kuvauksia valmennuksen vaikutuksista itseän

Toisella tutkimuskysymyksellä pyrittiin kuvaamaan, miten osallistujat kuvasivat arkeaan Toimiva Perhearki –valmennuksen jälkeen. Kysymyksen ensimmäinen osa (2 a) lähestyi aihetta vanhemman sisäisen kokemuksen näkökulmasta.

Haastateltavat kaikki kuvasivat valmennuksen lisänneen vanhemman omaa ymmärrystä itsestään ja omasta käyttäytymisestään. Valmennukseen osallistumisen jälkeen he olivat kiinnittäneet eri

tavalla, tai ainakin enemmän, huomiota myös omaan toimintaansa. Eräs vanhempi kuvasi omaa prosessiaan, joka alkoi valmennuksen aikana; hän ymmärsi itse tiuskivansa lapselleen pinnistellesään jaksakseen arjessa. Oman käytöksen vaikutus lapseen oli kiinnittänyt hänen huomionsa uudella tavalla ja hän kertoikin pyrkivänsä nykyisin itse rauhoittumaan ennen kuin lähtee rauhoittamaan lasta. Muutkin vanhemmat kuvasivat, miten he olivat huomanneet omien voimavarojensa vaikuttavan suoraan lapseen sekä siihen, jaksako itse käyttää lapsen kanssa niitä keinoja, joiden tietää hyödyttävän lasta. Vanhemmat tunnistivat, että välillä oikein toimiminen unohtuu ja omien voimavarojen puuttuessa tulee toimittua vähemmän rakentavalla tavalla. Yhden vanhemman suulla tuli esiin myös se, että erityisesti ns. *"nepsy-lapsen"* vanhemmilla saattaa hyvinkin olla itsellään vastaavia haasteita. Kun oma toiminnanohjaus ei toimi ideaalilla tavalla, on haastavaa toimia niin johdonmukaisesti kuin pitäisi, siitä huolimatta, että vanhemmalla on asiasta riittävästi tietoa.

Vanhemmat kuvasivat oman ymmärryksensä lisääntymistä valmennuksen myötä. Valmennus myös muistutti heitä niistä asioista, mitä he olivat jo ennestään tienneet, mutta joiden huomiointi oli arjessa jäänyt taka-alalle. Vanhemmat olivat valmennuksen myötä innostuneet ottamaan opittuja keinoja käyttöön enemmän tai systemaattisemmin. Toisaalta kuvattiin, miten valmennus oli lisännyt vanhemman ymmärrystä oman lapsen erityispiirteistä ja vanhempi koki oppineensa analysoimaan eteen tulevia tilanteita; mistä jokin käyttäytyminen johtuu ja miten tilanteessa voisi toimia.

Vanhemmat kertoivat saaneensa valmennuksesta paljon työkaluja ja ideoita, joita kokeilla. Kansion materiaalit kuvattiin myös tässä yhteydessä tärkeinä. Kansio tarjoaa mahdollisuuden kerrata opittua ja käydä etsimässä ideoita lisää sitä mukaa, kun tarvetta tulee. Eräs vanhempi kertoi tällä hetkellä keskittyvänsä lapsen kanssa vielä perusasioihin, mutta viittasi kansioon tietolähteenä, mihin aikoi ehdottomasti palata ottaakseen sieltä ideoita käyttöön.

Vaikka vanhemmat eivät välttämättä osanneet eritellen kuvata, miten valmennus oli heihin ja vanhemmuuteen vaikuttanut, kuvattiin valmennuksen kuitenkin vaikuttaneen *"paljon"*. Erään haastateltavan sanoin: *"Ei mulla muuta kuin, että kyllä mä toivon, että järjestetään muillekin näitä valmennuksia, todellakin, että kyllä on kuule ihminen tällaisen uuden äärellä niin yksin, että niinku tämmöiset kaikki niin on niinku aivan taivaan lahja kyllä..."*

## Haastateltavien kuvauksia lapsestaan ja lapsen ohjaamisesta valmennuksen jälkeen

Tutkimuskysymyksen kaksi toinen osa (2 b) vastaa siihen, miten valmennukseen osallistuneet kuvasivat arkeaan Toimiva Perhearki –valmennuksen jälkeen lapsen ohjaamisen näkökulmasta. Kun haastatteluaineistoa tarkasteltiin erityisesti tästä näkökulmasta, todettiin kaikkien vanhempien kertovan, että oli vaikeaa eritellä, mistä mikäkin muutos johtuu. Esimerkiksi yksi vanhemmista pohti, että oli vaikea mieltää, mikä asia oli tullut valmennuksesta, mikä kuntoutusohjauksesta. Toinen kertoi, että lapselle oli aloitettu oireeseen lääkitys samoihin aikoihin. Vanhemmat kokivat, että muutosta oli ollut, jopa paljonkin, vaikka muutosten erittelemisen oli haastavaa. Eräs nimesi heillä näkyneenä muutoksena lapsen pettymyksensietokyvyn parantumisen. Vanhemmat kokivat haastavaksi arvioida myös sitä, onko muutos pysyvää. Vanhemmat kuvasivatkin muutosta siten, että välillä on notkahduksia, tai että keinot toimivat hetken ja sitten on taas otettava uusia käyttöön. Myös lapsen stressiherkkyys ja arjen muutokset, samoin kuin vanhemman omat voimavarat kulloisessakin tilanteessa, vaikuttivat siten, että valmennusta ei niinkään ollut seurannut yksi yhtenäinen onnistumisen kausi, vaan muutos tapahtuu pikkuhiljaa, välillä eteenpäin menen, sitten taas taka-askelen ottaen.

Haastateltavat kuvasivat usealla tavalla sitä, miten vanhemmat olivat pyrkineet keskittymään lapsen kanssa positiiviseen vuorovaikutukseen. Tämä näkyi myönteisenä ohjaamisena ja vuorovaikutuksena sekä pyrkimyksenä lisätä yhteisiä positiivisia hetkiä ja hauskuuttelua päivään. Eräs vanhemmista kertoi erityisesti huumorin olevan heillä keskeisessä roolissa. Huumorin avulla tuodaan iloa arkeen ja tilannekomiikan avulla ohjataan lasta ohi haastavista hetkistä. Sama vanhempi totesi, että se, kun lasta oli nyt toruttu vähemmän kuin ennen, oli selkeästi vaikuttanut lapseen positiivisesti.

Kaikissa haastatteluun osallistuneissa perheissä oli jossakin vaiheessa käytetty kuvatukea, osin myös ennen valmennusta. Valmennuksen jälkeen kuvatuken käyttö oli osalla tullut järjestelmällisemmäksi. Strukturointi ja ennakointi kuvien avulla oli osoittautunut hyödylliseksi. Eräs perhe käytti viikko-ohjelmaa, toinen kuvaili, miten aamulla yhdessä suunniteltu päivä helpottaa arjen sujumista. Kolmas kertoi, että kuvien käytöstä oli päästy eteenpäin niin, että suullinen asioiden etukäteen läpi käynti oli alkanut riittämään lapselle. Viikon tai päivän rakenteen kuvaamisen lisäksi kuvia käytettiin myös ohjaamaan toimintaa lyhyemmissä tilanteissa, esimerkiksi pukeutuessa.

Rasti-kuva peruuntumisen merkinä oli osoittautunut hyödylliseksi kahdessa perheessä. Jaettu kokemus oli myös, että pelkkä sanominen ei toimi, tai riitä, yhtä hyvin kuin visuaalisen välineen kanssa annettu ohjaus. Kun muutoksen tai tekemisen esittää lapselle kuvan kanssa riittävän ajoissa, koki eräs vastaaja, että lapsi kykeni silloin vastaanottamaan paremmin ohjausta siihen liittyen, mitä tulee tehdä. Eräs vastaaja kuvasi myös Timetimerin (kts. Kuvio 3) käytön helpottaneen peliajan lopettamista niin, että käytännössä se ei enää ollut entisen kaltainen ongelma.

Myös tunnemittari koettiin hyödylliseksi. Eräs haastateltava kuvasi, miten tunnemittarin käyttö oli hetken aikaa lapselle todella tärkeää. Sen avulla lapsi saattoi viestiä tunteistaan, mutta myös vanhempi saattoi viestiä omaa tunnetilaansa lapsen suuntaan. Tässä perheessä fyysisen tunnemittarin käyttö oli sittemmin jäänyt taka-alalle, mutta puheessa saatettiin edelleen käyttää viittausta tunnemittariin, esimerkiksi sanomalla: *”huomaatko, nyt olen ihan punaisella.”* Erilaiset tunnekuvat saivat myös kiitosta. Vanhempi koki, että kuvien avulla vanhemman on helpompi ymmärtää, mikä hätä tai tunne lapsella on ja tätä kautta vastata paremmin lapsen tarpeisiin. Vanhemman omat voimavarat ja keinojen käyttäminen kuvattiin toisistaan riippuvaisina. Vanhemmat eivät aina jaksaa tai muista huomioida keinojen käyttöä arjessa, minkä he olivat nähneet vaikuttavan lapseen negatiivisesti.

Jokainen vanhemmista kertoi kiinnittäneensä huomiota kannustamiseen ja kehumiseen. Tämä oli toiselle luonnollista, toisen oli täytyntä erikseen paneutua siihen, mutta kaikki kertoivat tämän osa-alueen vahvistuneen. Lasta kiiteltiin jo pienestäkin onnistumisesta, sillä sen nähtiin vaikuttavan lapseen myönteisesti. Eräs vanhemmista kertoi kehuvaansa lasta siitä, kun mitään ikävää ei tapahtunut tilanteessa, mikä on aiemmin ollut haastava. Kun hyvät hetket ja myönteinen vuorovaikutus saavat tilaa perheessä, seuraa siitä *”positiivisen kierre”*, kuten eräs vanhempi asian ilmaisee.

Kehumisen ja kiittämisen lisäksi vanhemmat kuvasivat saaneensa lisää rohkeutta käyttää *”lahjontaa”* lapsen kasvatuksen keinona. Palkintotaulukot koettiin haastavina pienempien lasten kanssa, mutta välittömästi, yhdestä onnistumisesta palkitseminen taas toimivaksi. Lapsi saattoi saada kolikon uskallettuaan maistaa uutta ruokaa ensimmäisen kerran tai keksin, kun oli malttanut tehdä rauhassa annettua tehtävää sovittun aikaa. Eräs haastateltava totesi, että harjoiteltavaa on kuitenkin niin paljon, että jos jokaisesta asiasta tekisi palkintotaulukon, niitä olisi joka puolella.

Valmennuksessa käsiteltiin myös perustarpeiden täyttämisen vaikutusta vireystilaan. Erityisesti yksi haastateltavista kertoi, että heillä nälän vaikutuksen huomioiminen on valmennuksen jälkeen ollut keskeisessä roolissa – asia, jonka merkityksen laajuutta hän ei ennen valmennusta ollut tullut edes ajatelleeksi. Vireystilan vaikutus eri tilanteissa mainittiin myös valmennuksessa opittuna asiana. Lisäksi mainittiin lapsen tarve kokea lohdutusta ja läheisyyttä. Eräessä perheessä oli huomattu, miten lapsi itse tarvitsee lohdutusta ja halausta tehtyään väärin, epäonnistuttuaan tai toimittuaan ei-toivotusti. Rauhoittumisen keinoja oli valmennuksessa opittu useita ja näitä keinoja käytettiin tai kokeiltiin valmennukseen osallistuneissa perheissä.

Huomion uudelleen suuntaaminen, esimerkiksi huumorin avulla, oli käytössä yleisesti. Eräs haastateltava kuvasi lisäksi pyrkimystä löytää ei-toivotulle toiminnalle konkreettinen korvaavaa toimintaa. Hän kertoi esimerkin siitä, miten lapsen tapaan sylkeä päin ihmisiä oli puututtu antamalla lapselle purulelu pureskeltavaksi. Tämä ratkaisu lopetti ei-toivotun käytöksen. Toiminnan ohjaaminen ympäristöä muokkaamalla mainittiin kahdesta eri näkökulmasta. Yhdessä perheessä kotiin oli lisätty elementtejä, jotka mahdollistivat lapselle oikein toimimisen; esimerkiksi sohvalla hyppiminen oli kielletty, mutta kotiin oli tuotu välineitä, joilla saa hyppiä. Toisessa perheessä ympäristöä oli muokattu karsimalla, siivoamalla ylimääräisiä huomionkiinnittäjiä pois, sekä suunnittelemalla esimerkiksi kulkureitti ulos siten, että pukeutuminen tapahtuu tilassa, missä ylimääräisiä virikkeitä ei ole.

Kaksi haastateltavissa kuvasi käyttävänsä huomiotta jättämisen keinoa, joka toimi heillä hyvin. Toisaalta se nähtiin myös osana myönteistä vuorovaikutusta; lapsen annetaan touhuta, mikäli toiminta ei ole esimerkiksi vaarallista, vanhempi ei kiellä vain kieltämisen takia. Huomiotta jättämisen avulla katkaisiin myös ei-toivottua käytöstä, kun lapsi haki huomiota vääräksi tietämällään toiminnalla. Voidakseen jättää lapsen käytöksen huomiotta, on vanhemman itse muistettava, että kyseistä keinoa olisi nyt tarkoitus käyttää. Haastatteluissa kävi ilmi, että toisille tämä oli luonnostaan helpompaa. Keinon käytössä kuitenkin auttaa erään haastateltavan valmennuksen aikainen oivallus: *”Ei ole esimerkiksi pakko jotenkin runtata jotain semmoista yleiskasvatuksellista menetelmää läpi.”*

Konkreettisista välineistä haastatteluissa mainittiin kuvien, tunnemittarin ja Timetimerin lisäksi hengityspallo, rauhoittumiseen tehtävät liima-kimalle-pullot, sekä pysähdy-mieti-toimi -kuva.

Haastattelussa vanhemmat viittasivat usein ”vinkkeihin”, keinoihin ja ideoihin, mitä ovat saaneet, mutta eivät eritelleet niitä. Vaikka he kertoivat kirjoittaneensa niitä muistiinpanoihinsa, niin haastattelun aikana niitä ei juurikaan nimetty, vaikka muistiinpanot olivat osalla mukana haastattelutilanteessa.

Eräs vanhempi kuvasi valmennuksen merkitystä omalle lapselleen ja perheelleen myös siitä näkökulmasta, että valmennuksessa opitut asiat oli helppo jakaa myös lapsen muihin ympäristöihin, esimerkiksi esikouluun. Kun tukena oli asiantuntijoilta saatu ohjeistus, saattoi lapsen kanssa työskenteleville aikuisille kertoa esimerkiksi, että nälän on huomattu vaikuttavan lapseen; siten myös esikoulussa alettiin huomioida nälän vaikutusta lapsen oireiluun ja käyttäytymisen haasteisiin.

## 8 Johtopäätökset ja suositukset

Opinnäytetyön konkreettisena tarkoituksena oli ymmärtää, miten perheet kokivat valmennuksessa saadun vanhempainohjauksen muuttaneen heidän arkeaan, ja miten he kokivat valmennuksen tukenaan perheissä tehtyä kuntoutusohjaustyötä. Toimeksiantaja voi jatkossa hyödyntää opinnäytetyön tuloksia kehitettäessä valmennuksen sisältöä ja roolia osana varhaiskuntoutustyötä.

Tutkimuskysymyksiin vastattiin kahdella aineistolla, joista ensimmäinen oli lomakeaineisto ja toinen teemahaastatteluaineisto. Yleisesti osallistujat kuvasivat valmennusta sen päättyessä erittäin positiivisin termein. Vanhemman oman toiminnan merkityksen, ympäristön muokkaamisen ja lapsen taitojen vahvistamisen teemat koettiin kaikki osallistujien valtaosan keskuudessa tärkeinä. Vanhemmat arvostivat erittäin paljon myös ryhmässä koettua vertaistukea sekä omaa, perheessä käyvästä kuntoutusohjauksesta. Kaikki valmennukseen osallistuneet kokivat hyötynensä valmennuksesta, saaneensa lisää tietoa ja löytäneensä ainakin joitakin keinoja hyödynnettäväksi omassa arjessaan.

Seurantahaastattelujen pohjalta huomattiin, että haastateltavien lähtökohdat ja ennako-odotukset erosivat toisistaan suuresti, mutta siitä huolimatta kaikkien valmennuskokemus oli pääsääntöisesti positiivinen (tutkimuskysymys 1 a & b). Vanhemmat kuvasivat ymmärtäneensä oman osuutensa lapsen haastavan käyttäytymisen muokkaamisessa ja kertoivat kiinnittäneensä enemmän

huomiota omaan toimintaansa (2 a). Lapsen ohjaamiseen liittyvistä ja arkeen vaikuttaneista keinoista kerrottiin myös laajasti, mutta melko yleisellä tasolla (2b). Myös haastatteluaineistossa nousi esiin vertaisten ja oman kuntoutusohjaajan merkitys valmennusprosessin aikana.

Kolmanteen tutkimuskysymykseen, johtopäätökset ja suositukset, vastataan seuraavaksi hyödyntäen molempia aineistoja. Mahdolliset suositukset esitetään välittömästi siihen liittyvien johtopäätösten yhteydessä.

## **8.1 Vanhempainohjaus ja vanhempien tukeminen osana varhaiskuntoutusta**

Kaikilla kyselyyn vastanneilla oli ennalta vähintäänkin jonkin verran tietoa valmennuksessa käsiteltävistä aiheista oman kuntoutusohjauksen kautta, sillä taustatietokysymyksen perusteella kaikki osallistujat olivat saaneet perhekohtaista kuntoutusohjausta. Kuitenkin ennakolta oli tiedossa, että valmennuksiin osallistui myös sellaisia perheitä, joilla kuntoutusohjausjakso ei vielä ollut alkanut. Yksikään näistä perheistä ei kuitenkaan luovuttanut vastauksiaan käytettäväksi tutkimuksessa. Tämä saattaa heijastella oman, henkilökohtaisen kuntoutusohjaussuhteen merkitystä osallistujien asenteissa kaikkea kuntoutusohjaukseen liittyvää kohtaan.

Palautekyselyn kohdissa, joissa kysyttiin eri keinojen käytöstä, oli osallistuja joskus valinnut ei-vastauksen, vaikka tarjolla oli myös *“ei tarvetta”* -vaihtoehto. Onko niin, että tarve oli tunnistettu, mutta jostakin syystä keinot jäivät kuitenkin ottamatta käyttöön? Kuntoutusprosessin kannalta olisi merkittävää selvittää, miksi keinoja ei käytetty, vaikka tarve oli tiedossa. Tähän kysymykseen vastaaminen voi olla ratkaisevassa roolissa lapsen kuntoutumisen kannalta.

Aineiston pohjalta huomataan, että osallistujat eivät olleet osanneet odottaa vanhempien oman toiminnan laajaa käsittelyä. Heille oli yllättävää, että he oppisivat keinoja lapsen kuntoutumisen tukemiseen tavoilla, joissa kiinnitetään huomiota vanhemman omaan olotilaan tai omaan ohjaamisen tapaan. Vanhemman toiminnalla ja vuorovaikutuksella lapsen kanssa on valtava merkitys haastavasti oireilevan lapsen kuntoutuksessa, mikä saattaa ammattilaisen näkökulmasta olla itseltään selvää, mutta niin ei suinkaan ole vanhempien näkökulmasta. Aineisto paljastaa, että vanhemmat kokevat riittämättömyyttä ja tunnistavat olevansa vasta harjoittelemassa uusien keinojen käyttöä. Siten vanhemmuuden ohjaaminen osana lapsen kuntoutusohjausta on haastava tehtävä, jossa taiteillaan riittävän ohjauksen ja moitteen ohuen rajan tuntumassa. Ohjeiden välittäminen

tavalla, joka ei syyllistä vanhempaa lapsen haasteista, on tärkeässä roolissa valmennuksen sisältöjä ja sävyä suunniteltaessa.

Eräs vanhemmista kuvailee valmennusta sellaiseksi, joka *”Olisi hyvä ihan kaikille vanhemmille kyllä.”* Valmennuksen aikana kiinnitetään paljon huomiota sellaisiin asioihin, jotka voivat tehdä myös ihan tavallisen perheen arjesta toimivaa, ilman että tähän yhtälöön tarvitsee tuoda erityislapsia. Ehkä viitteenä yleisestä vanhempien kokemasta tarpeesta saada tukea, on televisiossa näytettävä Super Nanny – ohjelma, joka on saavuttanut suurta suosiota. Saattaa olla, että sellainen vanhemmuus, mihin Toimiva Perhearki –valmennus ohjaa, on kaikille lapsille hyödyksi, mutta lapset, joilla on erityistarpeita, tarvitsevat esitetyn kaltaista vahvaa, lämmintä ja ohjaavaa vanhemmuutta vieläkin enemmän kuin muut. Vaikka valmennusmateriaali on suunniteltu käytettäväksi osana varhaiskuntoutusta, näkisin, että *”Toimiva Perhearki -valmennus”* tarjoaa sellaista osaamista, mikä antaisi kenelle tahansa vanhemmille työkaluja tulla oman perheensä *”supernannyksi”*. Vastaavalle valmennukselle voisi todella olla käyttöä myös esimerkiksi ennaltaehkäisevänä osana perhekuntoutusta tai, yhteistyökumppanin löytyessä, valmennuksena ihan kenelle tahansa vanhemmalle, joka haluaa perheensä arjesta sujuvampaa.

## **8.2 Vuorovaikutuksen merkitys osana kuntoutusprosessia**

Annettujen vastausten perusteella (kysymys 27), oman kuntoutusohjaajan tuen valmennuksen aikana koki vähintään jonkin verran tärkeäksi 100 % vastaajista. Mielenkiintoiseksi tämän tekee se, että kahdella vastaajista, ensimmäisen kysymyksen perusteella, kuntoutusohjaus oli kuitenkin valmennuksen aikana tauolla. Kuitenkin myös nämä vastaajat olivat valinneet vaihtoehdon *”paljon”* kysyttäessä oman ohjaajan tuen merkitystä valmennuksen aikana. Toinen näistä vastaajista kertoi oman kuntoutusohjaajan toimineen hänen ryhmänsä vetäjänä. Henkilökohtainen ohjaussuhde vaikuttaisi vastausten perusteella olevan tärkeä myös osana ryhmämuotoista valmennusta. Valmennuksessa esitellyt periaatteet ja keinot arjen helpottamiseksi sekä materiaalikansio, johon osallistujat kirjoittivat ylös myös vertaisilta saatuja vinkkejä, koettiin tärkeinä. Huomioitavaa on kuitenkin myös se, että suuri osa vastaajista, niin lomakeaineiston kuin haastattelujenkin perusteella, piti oman kuntoutusohjaajansa roolia merkittävänä. Henkilökohtaisen ohjauksen tarve ja kuntoutusohjaajan kanssa käytyjen keskustelujen tärkeys kulkee jatkuvasti osana muutosnarratiivia. Tämä johtopäätös on yhtenevä myös kansainvälisen tutkimuksen kanssa, missä vanhemman ja

kuntoutustyöntekijän suhteen laatu nähdään olennaisena vaikuttajana siinä, miten vanhemmat sitoutuvat lapsen kuntoutukseen (esimerkiksi Phoenix ym. 2019).

Sekä välittömästi valmennuksen loputtua kerätyssä lomakeaineistossa että seurantaahaastattelussa käy ilmi, että vanhemmat kokevat usein onnistumisiensa olleen satunnaisia ja riippuvaisia kussakin hetkessä käytössä olleista voimavaroista. He ilmaisevat tunnistavansa tarpeen harjoitella opetettuja taitoja. On myös mahdollista, että vanhemmat saattavat ymmärtää valmennuksessa esitetyt asiat hieman väärin. Esimerkiksi, vaikka valmennuksessa puhuttiin, että lapsen tarvitsemia taitoja tulisi harjoitella vain yhtä kerrallaan, vanhemmilla vaikuttaa olevan pyrkimys korjata lapsen toimintaa tai edistää useita taitoja yhtä aikaa. Perhekohtainen, tuttu kuntoutusohjaaja voi ohjata vanhempia valitsemaan kulloinkin harjoitteluun otettavat asiat sekä pilkkoman harjoittelun riittävän pieniksi kokonaisuuksiksi, jolloin lapsen on mahdollista onnistua. Lisäksi tuttu kuntoutusohjaaja tukee vanhempia harjoitteluprosessissa, antaa palautetta ja rohkaisee jatkamaan. Kuntoutuksen näkökulmasta valmennus toimii siten henkilökohtaisen kuntoutusohjaussuhteen tukena, muttei sen korvaajana.

Vanhemmat kokevat herkästi olevansa yksin haasteittensa kanssa. Opinnäytetyön kohteena olevien valmennusten aikana Suomessa oli COVID-19 pandemian tähden käytössä erilaisia kokoontumis- ja turvaetäisyydsmääräyksiä. On perusteltua olettaa, että rajoitukset aiheuttivat valmennuksen toteutuksessa sellaisia muutoksia, että tutustuminen ei ollut yhtä vaivatonta, mitä normaalioloissa olisi ollut mahdollista. Tämä saattaa osaltaan vaikuttaa tulokseen kysyttäessä, miten hyödyllisenä muiden vanhempien tapaaminen koettiin. Ihmiset ovat erilaisia, kuten lomakeaineiston palautteessa kävi ilmi; yksi vanhempi harmitteli, että ei päässyt lähestymään muita vanhempia ja juttelemaan heidän kanssaan, toinen taas peräänkuulutti isompaa tilaa, jotta turvaetäisyyksien pitäminen ei olisi ollut niin hankalaa. Vaikka kyse ei olekaan varsinaisesta vertaistukiryhmästä, tuloksista on nähtävissä viitteitä siitä, että valmennukseen osallistuvat olisivat pääsääntöisesti olleet kiinnostuneita muodostamaan yhteyksiä toisiin vanhempiin, tai vähintäänkin halukkaita jakamaan kokemuksiaan toisten kanssa. Valmennuksessa olisi erittäin todennäköisesti järkevää hyödyntää pienryhmäkeskusteluja tai tehtäviä osana aiheiden käsittelyä. Tällainen lähestymistapa vastaisi myös siihen ainoaan valmennuksen toteutukseen liittyvään moitteeseen, että joku koki materiaalin käsittelyn liiaksi suoraan lukemiseksi.

### 8.3 Valmennuksen järjestämiseen liittyvät johtopäätökset

Valmennuksen järjestämiseen liittyvään kysymykseen, joka koski neljää kokoontumiskertaa, hie-  
man yli puolet osallistujista vastasi sen hyödyttäneen ”*jonkin verran*” tai ”*paljon*”. On vaikea arvi-  
oida, millainen muutos olisi vastaajista tehnyt valmennuksesta enemmän hyödyllisen. Erään haas-  
tateltavan kokemus oli, että ilta oli pitkä. Ehkä valmennusta kannattaisi kokeilla eri tavoin  
rytmitettynä, esimerkiksi viitenä tapaamiskertana. Tällaista vaihtoehtoa tukisi myös se, että useat  
vanhemmat kokivat harjoittelun valmennuksen aikana jääneen ikään kuin kesken, he eivät vielä  
olleet ehtineet panostaa siihen. Pitempi aikajänne auttaisi harjoituksien suunnittelussa siten, että  
harjoiteltavat asiat voitaisiin jakaa vieläkin pienempiin kokonaisuuksiin.

Joskus ammattilaisen näkökulma estää tunnistamasta asiakkaan koettua tarvetta. Kun itselle erilai-  
set palvelujärjestelmät, tukimuodot, vertaisryhmät ja eri tahot, mistä palveluita haetaan, ovat suh-  
teellisen tuttuja, saattaa aihealueen käsittely tuntua vähäpätöiseltä tai pitkästyttävältä. Kuitenkin  
tarkemman tiedon kysymiseen tai palvelun löytämiseen tulee asiakkaalla olla ennestään jonkinlai-  
nen ennakkoymmärrys siitä, mitä mahdollisesti olisi tarjolla. Asiaa todennäköisesti käsitellään per-  
heen kanssa myös omassa kuntoutusohjauksessa, ehkä aihealue jäi siksi vähemmälle huomiolle  
valmennuksen aikana. Kaksi haastateltavaa kolmesta mainitsi kuitenkin, että he olisivat kaivanneet  
enemmän tietoa mahdollisuuksista muun muassa vertaistukiryhmistä ja heille kuuluvista etuuk-  
sista. Tulevissa valmennuksissa tämä toive olisi syytä huomioida.

Tulosten pohjalta on helppo yhtyä kaikkien haastateltavien kuvaamaan suositukseen, että Toimiva  
Perhearki -valmennusta kannattaisi tarjota kuntoutusohjaukseen tuleville perheille ensimmäisen  
kuntoutusohjauksjakson alkupuolella. Koska oman kuntoutusohjaajan merkitys näyttäytyi varsin  
suurena, olisi suositeltavaa aloittaa henkilökohtainen ohjaussuhde perheessä jo ennen valmennuk-  
sen alkua.

## 9 Opinnäytetyön arviointi

Seuraavaksi käsitellään tutkimuksen eettisyyteen liittyviä kysymyksiä sekä arvioidaan tutkimuksen  
sisäistä ja ulkoista luotettavuutta. Lopuksi esitetään vielä muutamia yleisiä ajatuksia tästä opinnäy-  
tetyöstä.

## 9.1 Tutkimuksen eettisyys

Opinnäytetyötä varten haettiin tutkimuslupa Seinäjoen terveyskeskuksen ja Jyväskylän Ammatti-  
korkeakoulun ohjeiden mukaisesti. Opinnäytetyön tekijän tavoitteena oli analysoida kerätty ai-  
neisto ja tehdä päätelmät mahdollisimman eettisesti niin, että tulokset esitetään sellaisina kuin  
tutkija ne aineiston perusteella ymmärsi. Opinnäytetyöntekijällä ei ole taloudellisia tai muita sidok-  
sia opinnäytetyön toimeksiantajaan. Kirjoitetussa tekstissä pyrittiin noudattamaan hyvää viittaus-  
käytäntöä.

Tutkimukseen osallistuminen oli täysin vapaaehtoista, eikä osallistumisella tai osallistumatta jättä-  
misellä ole ollut vaikutusta valmennukseen osallistuvien kuntoutusprosessin toteutumiselle. Osal-  
listumisesta ei myöskään maksettu korvausta. Vapaaehtoisuuden periaatteesta ja osallistumisen  
keskeyttämisen mahdollisuudesta kerrottiin osallistujille sekä kirjallisesti että suullisesti. Molem-  
mista ryhmistä löytyi sekä niitä, jotka antoivat palautelomakkeensa tutkimukseen, sekä niitä, jotka  
eivät antaneet. Haastatteluun ilmoittautui muutama vapaaehtoinen, mutta suurin osa ei halunnut  
osallistua seurantahaastatteluun, minkä voidaan nähdä viittaavan siihen, että valmennettavat ko-  
kivat myös tutkimuksesta poisjättäytymisen olevan turvallista.

Koska aineisto sisältää osallistujien henkilökohtaisia tietoja ja arkaluontoistakin materiaalia per-  
heen jäsenen terveydentilasta, on aineiston säilyttämisen osalta noudatettu suurta huolellisuutta  
osallistuneiden henkilöllisyyttä varjellen. Yhteystietoja käytettiin ainoastaan yhteydenpitoon haas-  
tateltavien kanssa ja henkilötiedot näkyivät vain suostumuslomakkeiden allekirjoitusta varten.  
Muuna aikana kaikkea henkilöön viittaava on säilytetty erillään varsinaisesta aineistosta. Aineis-  
toja ja lomakkeita on säilytetty lukitussa tilassa ja varmistaen, että ulkopuolisilla ei ole pääsyä nii-  
hin. Haastatteluaineisto koodattiin välittömästi litteroinnin yhteydellä tutkimusnumerolla ja litte-  
rointi anonymisoitiin. Opinnäytetyön sisällä kaikki henkilöön viittaava tieto esitetään aina  
sekoitetussa järjestyksessä ja ositettuna, jotta henkilöitä ei voitaisi niistä tunnistaa.

Kaikkea nauhoitettua materiaalia sekä litterointeja on säilytetty sähköisesti salasanan takana oppi-  
laitoksen (JAMK) palvelimella. Kaikki alkuperäinen aineisto (palautelomakkeet, haastattelunauhoit-  
teet ja litteroinnit) tuhoaan tietoturvallisesti, kuten haastatteluun osallistujien kanssa on sovittu,

opinnäytetyön valmistuttua. Tästä johtuen litteroitua materiaalia tai suoria lainauksia ei ole opinnäytetyön julkaisun jälkeen luettavissa kuin ainoastaan esimerkkinä toimivassa taulukossa muuttaman tekstinäytteen laajuusena (Liite 10) ja opinnäytetyössä esiintyvissä suorissa lainauksissa.

## 9.2 Tutkimuksen luotettavuus

### Sisäinen luotettavuus

Tämä opinnäytetyö on ensimmäinen tekijänsä toteuttama tutkimus. Valmennuksen sisällöt olivat opinnäytetyön tekijälle ennalta tuttuja, mikä hankaloitti teoriaosuuden kirjoittamista lähteisiin nojaten, ilman ennakoajatuksia. Tutkimuksen teorian sisällöt olivat yli kymmenvuotisen lastensuojelutyöuran ja sijaisperhevanhempana toimimisen kautta opinnäytetyön tekijälle sekä teoriassa että käytännössä hyvin tuttuja. Teoriaa kirjoittaessa opinnäytetyön tekijä ei etsinyt omasta näkökulmasta itsestäänselvyyksille lähteitä, joita käyttää keinotekoisina viitteinä, joten tutkimuksen teoriaosuus jäi lähteiden näkökulmasta osittain turhan ohueksi. Lisäksi korona-ajan rajoitusten vaikutus mahdollisuuteen käyttää oppilaitoksen omaa kirjastoa (ei käyntiä paikkakunnalla) sekä paikalliskirjastojen rajallisuus kirjojen ja lehtien tarjonnan osalta vaikuttivat kirjallisen lähdeaineiston valintaan. Ulkomainen kirjallisuus osoittautui, useista kirjoitusvaiheissa luetuista tutkimuksista ja julkaisuista huolimatta, epätarkoituksenmukaiseksi käytettäväksi laajemmin suomalaiseen kontekstiin sijoitetussa kuvailevassa tutkimuksessa. Lähdeluettelo jää lyhyeksi, koska konkreettisia viittauksia ei opinnäytetyössä ole enempää. Laajasta taustalukemistosta esimerkinomaisesti mainitaan valmennusmateriaalin lisätietoa -lisälukemisto (Liite 1). Lisäksi opinnäytetyön pääpaino oli teorian sijaan tulosten laajassa raportoinnissa, jotta työ olisi toimeksiantajan näkökulmasta kiinnostava ja hyödyllinen.

Lomakeaineisto muodostui valmennuksen järjestäjien itseään varten suunnittelema palautelomakkeesta. Lomake oli laaja ja kattava, mutta ei välttämättä tutkimuksen kannalta riittävän erottelava, eikä myöskään suunniteltu vastaamaan tutkimuskysymyksiin, jotka itseasiassa muodostettiin vasta palautelomakkeiden keruun jälkeen. Palautelomakkeen kysymykset ja vastaukset välittävät hyvin osallistujien päällimmäisiä kokemuksia ja ajatuksia valmennuksen toteuttajan tarpeeseen, mutta ne eivät tuottaneet juurikaan hajontaa tai tutkimuksellisesti erittelevää materiaalia.

Huomioitavaa on myös, että opinnäytetyöntekijä osallistui osittain kummankin ryhmän kanssa valmennukseen ja tätä kautta hänellä oli haastateltavista jonkinlainen ennakkomielikuva – kuten mahdollisesti haastateltavilla myös hänestä. Neutraalia aineistoanalyysia vaikeutti tutkijalle jäänyt mielikuva koko haastattelusta ja vuorovaikutuksesta jokaisen haastateltavan kanssa. Haastatteluja oli vain kolme ja tekstilainauksia lukiessa tutkija saattoi edelleen kuulla mielessään jopa äänenpainot, joita haastateltavat käyttivät. Yleisvaikutelma keskustelusta ja vuorovaikutuksesta saattaa ohjata tulkintaa eri suuntaan kuin mihin pelkkä aineisto-ote ohjaisi.

Haastattelut tuottivat mielenkiintoista informaatiota ja olivat vuorovaikutukseltaan avoimia, mutta niitä kerätty materiaali osoittautui haastavaksi analysoitavaksi. Haastattelurunkoa suunniteltaessa kysymykset jätettiin avoimiksi ja yleisiksi. Tavoitteena oli saada haastateltavat kertomaan kokemuksistaan ilman, että heitä johdateltaisiin liikaa. Haastateltavat eivät kuitenkaan kuvanneet omaa arkeaan ammattilaisnäkökulmasta analysoiden, vaan kertoivat arjesta ja valmennuksesta yleisin, arkikielisin ilmauksin. Valmennuksessa opittu integroitui haastateltavien muualta hankitun tiedon kanssa ja tuotti mielenkiintoista vuorovaikutusta, muttei välttämättä tutkimuksellisesti merkittävää tietoa. Arjen kuvaaminen vain valmennuksen näkökulmasta saattoi vaikuttaa keinotekoiselta ja pirstaleiselta.

Haastattelija vasta harjoitteli haastattelujen tekemistä ja saattoi omilla, kiinnostuksen mukaan syntyneillä, kysymyksillään ohjata keskustelua tutkimuksen kannalta epäoleelliseen suuntaan. Lisäksi yhdessä kolmesta haastattelusta ilmeni teknisiä haasteita (ääni kiersi ja siinä esiintyi viiveitä), mikä osaltaan vaikeutti haastattelun sujuvuutta.

Tutkijan omat ennakkokäsitykset saattavat vaikuttaa siihen, millainen painoarvo on annettu tutkimustulosten pohjalta tehdyille johtopäätöksille. Tämä siitä huolimatta, että tutkija on vilpittömästi pyrkinyt tekemään analyysin ja johtopäätökset kerättyyn aineistoon nojaten. Vaikka varsinaiset tieteelliset ansiot eivät nouse esiin erityisinä ansiona tämän tutkimuksen kohdalla, täyttäne se kuitenkin paikkansa tarjoamalla koostetusti sitä tietoa, mitä toimeksiantaja on opinnäytetyöltä toivonutkin.

## Ulkoinen luotettavuus

Tutkimusaineisto oli suhteellisen suppea ja koostui vain kahden ryhmän valmennuskokemuksista. Vaikka tutkimuksessa onnistuttiin lomakeaineiston pohjalta kuvaamaan jossain määrin kattavasti osallistujien kokemuksia välittömästi valmennuksen lopussa, ei tutkimus ole kokonaisuudessaan siirrettävissä kaikkia samankaltaisia valmennusryhmiä koskemaan. Erityistä huomiota tutkija kiinnitti siihen, että kaikki tutkimukseen lomakeaineistoa luovuttaneet olivat jo osallistuneet henkilökohtaiseen kuntoutusohjaukseen, joten heidän kokemustaan kurssista muokkasi myös kokemus henkilökohtaisesta kuntoutusohjauksesta.

Haastateltavien osuus kurssin kokonaisosallistujamäärästä oli pieni, vain viidennes (20 %). Kolmen haastateltavan kokemukset ovat vahvasti yksittäisten perheiden tai henkilöiden kokemuksia, varsinkin kun perheiden haasteet ja tilanteet eroavat toisistaan useilla tavoilla. Haastatteluaineisto muodostuikin tapaustutkimuksen kaltaiseksi. Kuitenkin on huomionarvoista, että kaikki, sekä vain lomakekyselyyn vastanneet että myös ne, joita haastateltiin, kokivat kurssin itseään hyödyttävänä ja suosittelivat vastaavia kursseja myös muille. Tämä siitä huolimatta, että heidän tiedollinen lähtötasonsa oli hyvinkin erilainen, ja tarpeet kuntoutusohjauksessa erosivat toisistaan. Siten on mahdollista varovaisesti olettaa, että valmennuksen sisältö on sellainen, että saatu tulos valmennuksen tarpeellisuudesta on yleistettävissä laajemminkin.

Tutkimuksen luotettavuutta heikensi myös se, että tutkimukseen osallistujilla oli henkilökohtainen suhde niihin ihmisiin, joiden toimintaa heiltä pyydetty arviointi koski ja he tiesivät tulosten päätyvän kyseisille henkilöille, vaikka toki anonyymisoituna. Lomakeaineiston kysymykset tuottivat vähäisesti erotteluvia vastauksia. Kuviossa 2 tarkastellaan suurinta hajontaa tuottaneita kysymyksiä, joissa niissäkin on havaittavissa yleinen myönteinen suhtautuminen valmennukseen. Todentamatta jää, onko kurssi todella ollut näin onnistunut vai jääkö vastakkaisiin kokemuksiin liittyvä informaatio piiloon. Haastattelujen aikana oli huomattavissa epäröintiä ja jopa omien sanojen tai ajatusten mitätöintiä, mikäli ne sisälsivät lainkaan kriittisiä elementtejä. Tutkimus todennäköisesti onnistui kuvaamaan valmennuksen koettuja positiivisia vaikutuksia, mutta ei mahdollisia koettuja puutteita.

Aineiston keruu sujui ilman suurempia haasteita. Kaikki osallistujat täyttivät palautelomakkeet rauhassa ja kaikki saivat lomakkeensa palautettua reilusti siihen varatun ajan puitteissa. Lomakkeen täyttö viimeisen kerran lopussa saattoi vaikuttaa siten, että osa vastaajista halusi kiirehtiä pois. Lähes kaikkiin kysymyksiin oli jokaisessa lomakkeessa kuitenkin vastattu. Joissakin kohdin vastaajat olivat valinneet sekä kyllä että ei -vaihtoehdon tai rastittaneet vaihtoehtojen keskelle. Vain kahden kysymykseen oli jätetty yksi tyhjä vastaus. Kaikki haastateltavat olivat vapaaehtoisia ja tuntuivat osallistuvan mielellään. Heillä oli vilpitön halu jakaa kokemuksiaan ja haastatteluille oli varattu riittävästi aikaa. Haastattelut toteutettiin myös haastateltavien itse valitsemina ajankohtina, minkä tähden heillä oletettavasti oli hyvä hetki osallistua tutkimukseen.

### **9.3 Loppupäätelmät ja jatkotutkimussuositukset**

Toimiva Perhearki – valmennukseen, sen toteuttajiin ja osallistujien kokemuksiin tutustuminen oli antoisaa pian valmistuvan kuntoutuksen ohjaajan (AMK) näkökulmasta. Opinnäytetyön ansioksi voitaneen lukea kahden erilaisen aineiston keruu ja käyttö, mikä lisäsi aineiston analyysiin myös aika -elementin; millainen valmennuskokemus oli välittömästi ja miten se koettiin retrospektiivisesti, noin kolmen kuukauden kuluttua? Vaikka loppujen lopuksi kolmen kuukauden aikajänne ei tarjonnut juurikaan uutta näkökulmaa, vaan ainoastaan laajensi lomakeaineistosta kerättyä tietoa, oli valitulla tutkimusasetelmalla potentiaalia lisätä tutkimuksen kiinnostavuutta. AMK-opinnäytetyötason tutkimuksen aineistoksi olisi todennäköisesti riittänyt jompikumpi aineisto yksinään, omana kokonaisuutenaan (lomakeaineiston palautteet tai kolme tapauskertomusta valmennuksen osallistujista). Kuitenkin erityisesti haastatteluun liittyvä osa lupaprosesseineen antoi opinnäytetyön tekijälle paljon sekä kokemuksellisesti että kehitti omaa ammattitaitoa, vaikka aikajänteen hyödyntämisen tutkimuksellinen merkitys jäi vähäiseksi.

Jatkossa olisi mielenkiintoista tutkia tarkemmin sitä, miten vastaavan valmennuksen kokisi ryhmä, jonka osallistujat eivät olisi vielä saaneet lainkaan perhekohtaista kuntoutusvalmennusta. Kuinka suuri rooli henkilökohtaisella valmennuskokemuksella on valmennussisällön omaksumisessa? Toinen kiinnostava tutkimusaihe voisi olla myös kuntoutusohjaajan näkökulma; miten kuntoutusohjaajan työskentely muuttuisi, jos perhe olisi käynyt valmennuksen ennen tai varhaisessa vaiheessa perhekohtaista kuntoutusvalmennusjaksoa? Opinnäytetyöprosessi ei ikävä kyllä mahdollistanut kovin pitkää väliä itse valmennuksen ja seuranta-haastattelujen välille, vaikka olisi mielenkiintoista

kuulla valmennukseen osallistuneiden ajatuksia esimerkiksi vuoden päästä, kun oma kuntoutuusjakso on jo ohi ja arki on vakiintunut. Jatkossa vastaavan tutkimuksen voisi toteuttaa selkeästi kahdessa eri vaiheessa, siten, että seuranta-haastattelut todella kuvaisivat sitä, jäivätkö valmennuksessa opitut keinot käyttöön ja miten lapsen ja perheen kuntoutuminen on jatkunut valmennuksen jälkeen.

## Lähteet

Haapala, M. 2019. Vanhempainohjaus autismikirjon kuntoutuksessa. Artikkelikirjassa Autismikirjon kuntoutusmenetelmät. Jyväskylä: PS-kustannus.

Heino, L. ja Törrönen, M. 2010. Arjessa oppiminen ja selviytyminen – lastenneurologin näkökulma. Artikkelikirjassa Voimaannuttavat suhteet perhekuntoutuksessa. Mannerheimin Lastensuojeluliiton Lasten ja Nuorten Kuntoutussäätiö.

Hewitt, S., Niemi, U., Nikander, U. & Peura, J. 2020. Toimiva Perhearki- valmennus. Valmennuksessa jaettava materiaali. Seinäjoki: Terveystieteiden tutkimuskeskuksen kuntoutusohjaus.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2008. Tutkimushaastattelu: Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus.

Kauppila, J., Sipari, S., Suhonen-Polvi, H. 2016a. Kuntoutumisen toimintaympäristöt lapsuudessa. Julkaisussa: Kuntoutuminen. Julk. 3.11.2016. Luettavissa JAMK:n käyttäjätunnuksilla. Helsinki. Duodecim. Viitattu 23.3.2021. <https://www.oppiportti.fi/op/ktm00062/do>

Kauppila, J., Sipari, S., Suhonen-Polvi, H. 2016b. Oppimisen herkkyykskaudet. Julkaisussa: Kuntoutuminen. Julk. 3.11.2016. Luettavissa JAMK:n käyttäjätunnuksilla. Helsinki. Duodecim. Viitattu 23.3.2021. <https://www.oppiportti.fi/op/ktm00060/do>

Kuntoutuksen uudistamiskomitea. 2017. Kuntoutuksen uudistamiskomitean ehdotuksen kuntoutusjärjestelmän uudistamiseksi. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160273/RAP2017\\_41.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160273/RAP2017_41.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

Niemi, U. 2020. Informaatiota opinnäytetyöaiheeseen liittyen. Sähköpostiviesti 15.1.2020. Vastanottaja P. Pihlajamaa. Henkilökohtainen tiedonanto. Seinäjoki.

Näppä, M., Niemi, U., Nikander, U., Viinikainen, J., Mäki-Kahma, H., Hewitt, S. 2017. Laatuksikirja. Kuntoutusohjaus. Seinäjoki: Sosiaali- ja Terveystieteiden tutkimuskeskus Fysioterapia-yksikkö.

Phoenix, M., Jack, S. M., Rosenbaum, P. L. ja Missiuna, C. 2019. A grounded theory of parent's attendance, participation, and engagement in children's developmental rehabilitation services: Part 2. The journey to child health and happiness. Published online 23.1.2019. Artikkelikirjassa Disability and Rehabilitation vol 42, 2020. Issue 15. Viitattu 30.3.2021. [Full article: A grounded theory of parents' attendance, participation and engagement in children's developmental rehabilitation services: Part 2. The journey to child health and happiness \(tandfonline.com\)](https://doi.org/10.1080/09638237.2019.1644444)

Pihlajamaa, P. 2020. Tapaaminen Seinjoen kuntoutusohjaajien kanssa 30.1.2020. Henkilökohtaiset muistiinpanot.

Salminen 2016. Ryhmien auttavat tekijät. Julkaisussa: Kuntoutuminen. Julk. 3.11.2016. Viitattu 23.3.2021. <https://www.oppiportti.fi/op/ktm00172/do>

Siirto-Honkanen, K. 2008. Kiikku-vauvaperhetyöntekijän rooli ja moniammatillinen yhteistyö. Pro gradu -tutkielma. Lääketieteellinen tiedekunta. Tampere: Tampereen yliopisto.

Tuomi, J., ja Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu painos. Helsinki: Tammi.

Valkonen, K. 2018. Varhaiskuntoutus. Aihesivu kehitysvammaisuutta käsittelevällä verkkosivustolla. Viitattu 28.10.2020 <https://verneri.net/yleis/varhaiskuntoutus>

## Liitteet

### Liite 1. Toimiva Perhearki –valmennusmateriaali: lähteet ja lisälukemisto

#### LISÄÄ TIETOA

Toimiva perhearki -opas pohjautuu kuntoutusohjauksen ja neuropsykiatrisen valmennuksen menetelmiin sekä seuraaviin tietolähteisiin.

#### Kirjoja

- Arki toimimaan – vinkkejä lapsen myönteiseen tukemiseen. ADHD-liitto ym. 2017
- Autismikirjon kuntoutusmenetelmät. T. Timonen & P. Hämäläinen 2019
- Haastavat kasvatustilanteet – Lämpimän vuorovaikutuksen käsikirja. L. Ahonen 2017
- Haastava käyttäytyminen – muutoksen mahdollisuuksia. K. Kerola & A. Sipilä 2017
- Huomaa hyvä! Näin ohjaat lasta ja nuorta löytämään luonteenvahvuutensa. L. UusitaloMalmivaara & K. Vuorinen 2016
- Ihmeelliset vuodet – Ongelmanratkaisuopas 2–8-vuotiaiden lasten vanhemmille. C. WebsterStratton 2010.
- Tulistuva lapsi. Uusi lähestymistapa helposti turhautuvien ja joustamattomien lasten ymmärtämiseen ja kasvattamiseen. R. Greene 2008
- Kenen ongelma? Haastavat tilanteet koulun arjessa. B. Elvén. 2016
- Näe sydämellä – luo arvostava yhteys lapseen. K. Saukkola & T. Laane 2017
- Esteille hyvästit! Opas autismikirjon sekä ADHD- ja Tourette-oireisten lasten kasvattajille. J. Oksanen & R. Sollasvaara (toim.) 2019
- Ratkaisukeskeisen kasvatuksen käsikirja. B. Furman 2018
- Muksuopin lumous. B. Furman 2016
- Kiukkukirja. Aggressiokasvattajan käsikirja vauvasta kouluikään. R. Cacciatore 2018
- Perhekoulun käsikirja. Käytännön opas vanhemmille. Kuosmanen ym. 2017

#### Linkkivinkkejä vanhemmuuden tueksi

- Erytisvanhemmuus.fi Erytisvanhemman korjaussarja – erityisen armollinen perheblogi
- Erytisvoimia.fi ”Erytisvoimia vanhemmalle, jotka haluavat tulla toimeen lapsensa kanssa paremmin”
- Erytismuksut.fi Tukea erityislapsiperheiden arkeen toimintaterapian näkökulmasta
- FamilyBoost.fi Vanhemmuuden voimalähde. Psykologien ylläpitämä sivusto, jossa mm. laaja materiaalipankki
- Kasvuntaika.fi -sivustolla tietoa mm. myönteisistä kasvatukseenkeinoista ja tunnetaitojen tukemisesta
- Tukeavanhemmille.fi -sivustolle koottu sekä tietoa että vertaistukea
- Positiivinenkasvatus.fi työkaluja positiiviseen vanhemmuuteen
- Hyvinvoivaperhe.fi ”Metkoja menetelmiä erityislapsiperheille”
- Neuvokasperhe.fi monipuolisesti tietoa ja tukea perhearkeen
- MLL:n Vanhempainnetti, [www.mll.fi/vanhemmille](http://www.mll.fi/vanhemmille)
- Väestöliiton Hyvä kysymys -sivusto, aihealue vanhemmuus [www.hyvakysymys.fi/aihealue/vanhemmuus](http://www.hyvakysymys.fi/aihealue/vanhemmuus)

## Linkkivinkkejä erityistä tukea tarvitseviin lapsiin liittyen

- Esteetön lapsuus -hankkeen Esteettömyysluotain; helppokäyttöinen työkalu, joka auttaa tunnistamaan lapsen toimintaa vaikeuttavia sekä helpottavia tekijöitä esim. kommunikoinnissa, odottamisessa, siirtymissä ja päivittäisissä toimissa <https://esteettomyysluotain.fi/>
- Autismissäätöön Esteetön lapsuus -hankkeen videot o Kotilanne <https://www.youtube.com/watch?v=CGF6UwzBsME> o Koulutilanne <https://www.youtube.com/watch?v=93R01yGmSOU>
- Tampereen kaupungin Neuropsykiatriset vaikeudet -sivusto, paljon tietoa, videoita ja kuvamateriaalia <https://www.tampere.fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/lapsiperheidenpalvelut/nepsy.html>
- Sity.fi (Sensorisen Integraation Terapian Yhdistys ry), tietoa aistitiedon käsittelystä <http://www.sity.fi/materiaalipankki/>
- Lapsen stressi ja aivot – Opaslehtinen ja video lapsen stressin säätelystä. Turun Yliopisto
- <https://sites.utu.fi/finnbrain/oppaita-aiheesta-stressi-jaaivot/?fbclid=IwAR1Dpo166hdXaH2O5JRb-EJib1bABQU0JyCQ9act0PVJBN6Uh-BNZnRCL7Hw>
- Niilo Mäki Instituutin ja ADHD-liiton Leikitään ja keskitytään -hanke tuottaa vanhemmille tietoa lapsen keskittymistä tukevista leikeistä [www.keskitytaan.fi](http://www.keskitytaan.fi)
- Liittojen sivuilla paljon hyödyllistä tietoa
  - Autismiliitto
  - ADHD-liitto
  - Suomen Tourette- ja OCD-yhdistys
  - Aivoliitto (kehityksellinen kielihäiriö)

## Liite 2. Valmennusmateriaalin sisällysluettelo

### SISÄLTÖ

#### TERVETULOA TOIMIVA PERHEARKI -VALMENNUKSEEN!

#### 1 LAPSEN KÄYTTÄYTYMISEN TAUSTALLA VAIKUTTAVIA TEKIJÖITÄ

- Jäävuorimalli
- Vireystila
- Stressiherkkyys ja kuormittuminen
- Käyttäytyminen on kommunikointia
- Käyttäytymisen funktiot – mikä tarkoitus käyttäytymisellä on lapselle

#### 2 AIKUISEN TOIMINNALLA ON ISO MERKITYS

- Edeltävien tekijöiden ja seurausten merkitys
- Vanhemman tietoinen toiminta
- Anna tunnustusta itsellesi

#### 3 HUOMIO MYÖNTEISEEN VUOROVAIKUTUKSEEN

- Kielteisen ja myönteisen vuorovaikutuksen vaikutukset arjessa

#### 4 MYÖNTEISEN OHJAAMISEN KEINOJA

- Huomaa hyvä
- Kannusta ja kehu
- Selkeä ohjaus
- Auta lasta ymmärtämään kiellot
- Lisää motivaatiota palkitsemalla

#### 5 ARJEN JÄSENTÄMINEN

- Perheen yhteiset säännöt
- Strukturointi ja visuaalisuus
- Ennakointi
- Kodin fyysinen ympäristö
- Ympäristön muokkaaminen lapsen aistikokemusten näkökulmasta

#### 6 KEINOJA HAASTAVAN KÄYTTÄYTYMISEN ENNALTAEHKÄISYYN JA SELVITTÄMISEEN

- Haastavien tilanteiden kartoitus
- Vanhemman työkalupakki
  - o Aikuisen oma rauhallisuus
  - o Vaatimustason soveltaminen
  - o Huomiotta jättäminen o Tilanteen katkaiseminen
  - o Miten toimia, kun tilanne on päällä
- Vastustusvaihe

#### 7 LAPSEN KANSSA HARJOITELTAVIA TAITOJA

- Miten valita harjoiteltavat taidot?
- Keskeisiä kommunikointitaitoja
- Sosiaalisia taitoja
- Itsesäätelyn taitoja
- Toiminnanohjauksen taitoja
- Auta lasta onnistumaan harjoittelussa

#### 8 PALVELUT, TUKITOIMET JA VERTAISTUKI

#### 9 LOPUKSI

#### 10 LISÄÄ TIETOA

## Liite 3. Aineistonhallintasuunnitelma

**Opinnäytetyö: ”Annoitte meille työkaluja”, Toimiva Perhearki- valmennukseen osallistuneiden kokemuksia vanhempainohjauksesta**

### 1. Aineiston yleiskuvaus

**Kuvaile, millaiseen aineistoon opinnäytetyösi perustuu. Millaista aineistoa kerätään, tuotetaan tai käytetään uudelleen? Missä tiedostomuodossa aineisto on?**

Kaikki aineisto kerätään Seinäjoella 2020 Toimiva Perhearki -valmennukseen osallistuneilta vanhemmilta. 1. Palautekysely kerätään lomakehaastatteluna. Kyselyn omistaa ja on suunnitellut valmennuksen toteuttaja. Kerättyjä lomakkeita säilytetään Seinäjoen terveyskeskuksen kuntoutusohjaajien toimistolla. Analyysia varten niistä otetut valokopiot ovat tutkijan käytössä. Osia lomakkeista voidaan tallentaa vain tutkijan käytössä olevalle tietokoneelle .jpg valokuvina salasanan taakse. Mikäli valokopioituja lomakkeita säilytetään toimiston ulkopuolella, niitä säilytetään lukitussa tilassa. Lomakkeista nostetut suorat lainaukset ja muu lajiteltu/analysoitu data tallennetaan tutkimusnumeroin koodattuna salasana suojattuna sähköisenä tiedostona (.docx). Palautekyselyaineisto on valmennuksen toteuttajan hallussa niin, että vain erikseen tutkimukseen luvattu aineisto on tutkijan käytössä.

2. Haastattelu toteutetaan joko kasvotusten tai videovälitteisesti verkossa, mikäli haastateltava niin toivoo. Kaikki haastattelut nauhoitetaan digitaalisesti ja säilytetään salasanojen takana. Digitaalisesti tallennetut äänitteet siirretään mahdollisimman nopeasti opiskelijan tietokoneelle salasanojen taakse. Tiedostomuodot m4a ja/tai mp3. Litteroidut haastattelut säilytetään sähköisessä (.docx) muodossa tutkimuksen tekijän henkilökohtaisella tietokoneella salasanojen takana. Paperille siirretyt tiedot ja ajatukset lukitussa tilassa tai Haastatteluaineistoon on pääsy vain tukijalla. 3. Lainauksia sekä lajiteltua tietoa aineistoista siirretään analyysivaiheessa myös paperille. Paperit säilytetään lukitussa tilassa. Mikäli paperisista muistiinpanoista siirretään osia tietokoneelle, tehdään se .jpeg valokuvina tai .docx tiedostona. Taulukko-ohjelman käyttö on epätodennäköistä, mutta mahdollista. Silloin tieto tallennetaan excel muodossa. Työn kuluessa kaikki paperiset muistiinpanot tuhotaan tietoturvasyistä välittömästi, kun niissä ollut tutkimusaineisto on siirretty tietokoneelle salasanojen taakse.

### **Miten aineiston yhtenäisyys ja laatu varmistetaan?**

Alkuperäistä aineistoa säilytetään sellaisenaan opinnäytetyön julkaisuun saakka, jonka jälkeen seuranta haastatteluaineisto tuhotaan. Palautekyselyn säilytys riippuu toimeksiantajasta. Alkuperäiseen aineistoon on mahdollista palata analyysin edetessä. Peruslitteroinnissa menetetään hieman aineiston tarkkuudesta. Koko ajan on kuitenkin mahdollista tarkistaa sisältöä nauhoitteista. Tutkija itse toimii myös haastattelijana, mikä myös auttaa aineiston tulkinassa. Teemahaastattelussa on olemassa väärinymmärtämisen vaara, sekä mahdollista on myös, että haastateltavat eivät halua avautua täysin rehellisesti asioista. Haastattelija pyrkii luomaan haastatteluun rohkaisevan ja avoimen ilmapiirin, jossa haastateltava kertoo vapaasti kokemuksistaan.

### 2. Eettiset periaatteet ja lainsäädäntö

**Mitä juridisia seikkoja liittyy aineistonhallintaan (esim. tietosuojalaki ja muu aineiston käsittelyyn liittyvä lainsäädäntö)?**

Henkilötietoja tutkimuksessa kerätään ainoastaan suostumuksiin sekä seurantahaastattelun toteutuksen mahdollistamiseksi. Nämä henkilötiedot säilytetään lomakkeilla, täysin erillään aineistosta. Kaikki aineisto merkitään tutkimusnumerolla, eikä tutkija palaa haastattelutilanteen jälkeen haastateltavien henkilötietoihin. Tutkija tarkistaa tutkimusnumeron perusteella tietoinen suostumuslomakkeen allekirjoitukset sekä palautelomakkeiden, haastattelujen että aineistojen yhdistämisen osalta. Tämän jälkeen suostumuslomakkeet henkilötietoineen säilytetään toimeksiantajan tiloissa tutkimuksen valmistumiseen saakka. Henkilötietoja ei tallenneta tutkimusta varten erilliseen järjestelmään, vaan yhteystieto- ja suostumuslomakkeet tuhotaan tietoturvallisesti. Tutkimukseen osallistuvat ovat saaneet tiedon tutkimuksesta sekä suullisesti että kirjallisesti. Osallistujat eivät saa osallistumisestaan mitään etuja, eikä pois jättäytyminen vaikuta heidän saamiinsa palveluihin. Osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Osallistujat ovat saaneet ohjeet sekä suullisesti että kirjallisesti, miten he voivat keskeyttää osallistumisensa missä tahansa vaiheessa tutkimuksen kestäessä ja niin toivoessaan heiltä jo kerätty aineisto poistetaan tutkimuksesta. Opinnäytetyössä kerätty aineisto analysoidaan ja kuvataan siten, että tutkimukseen osallistuneita ei ole mahdollista tunnistaa lopullisesta työstä. Miten hallinnoit käyttämäsi, tuottamasi ja jakamasi aineiston oikeuksia? Onko aineisto salassa pidettävää? Koska tutkimukseen osallistujat ovat kuntoutusohjausasiakkaina Seinäjoen sosiaali- ja terveyskeskuksessa, tarvitaan asiakkaiden tapaamiseen ja tutkimuksen toteuttamiseen tutkimuslupa. Tutkimusta varten on hankittu tutkimuslupa Seinäjoen sosiaali- ja terveyskeskuksesta heidän käytäntöjensä mukaan. Koska COVID-19 pandemian tähden aikataulut muuttuivat, toteutettiin kyselyhaastattelu jo ennen lopullisen, oikein ajoitetun tutkimusluvan saantia. Vanhentunut lupa sekä esimiehen suullisesti annettu lupa mahdollistivat työn esittelyn ja kyselyaineiston keruun. Kaikki materiaali kuitenkin säilytetään toimeksiantajan hallussa, kunnes lopullinen lupahakemus kaikkine liitteineen on hyväksytty. Vasta lopullisen luvan varmistuttua, tutkija saa lomakemateriaalin ja yhteystiedot haltuunsa ja toteuttaa seurantahaastattelun.

### **3. Dokumentointi ja metatiedot: aineiston keruun, sisällön ja käsittelyn dokumentointi**

**Miten dokumentoit aineistosi, jotta se on löydettävissä, saavutettavissa, yhteen toimiva ja uudelleen käytettävissä sekä itseäsi että muita varten?**

Haastatteluaineisto kerätään vain tätä opinnäytetyötä varten ja alkuperäinen nauhoitettu ja siitä litteroitu aineisto hävitetään. Kyselyaineisto on toimeksiantajan omaisuutta ja heidän edustajansa vastaa alkuperäisen aineiston mahdollisesta säilytyksestä. Aineiston kuvailu on osa opinnäytetyötä.

### **4. Tallentaminen ja varmuuskopiointi opinnäytetyön tekemisen aikana**

**Minne aineistosi tallennetaan ja miten se varmuuskopioidaan?**

Kaikki sähköinen aineisto tallennetaan opinnäytetyön tekijän henkilökohtaiselle tietokoneelle salasanojen taakse. Varmuuskopiointiin käytetään Jyväskylän Ammattikorkeakoulun OneDrive for Business (OneDrive-JAMK) ja Microsoft Teams palvelua. Palvelussa data on sopimusteknisesti suojattu korkeakoulujen vaatimalla tasolla. Luottamuksellista ja sensitiivistä tietoa, kuten henkilötietoja ei kuitenkaan lainkaan tallenneta sähköisesti. Haastattelut äänitetään virustorjuntaohjelmalla suojatulla ja salasanalla suljetulla puhelimella ja siirretään mahdollisimman pian tietokoneelle salasanojen taakse. Varmuuskopioinnin jälkeen alkuperäinen äänite poistetaan puhelimesta.

**Kuka valvoo pääsyä aineistoon, ja miten suojattua pääsyä aineistoon valvotaan?**

Opinnäytetyön tekijän tietokone on hänen henkilökohtaisessa käytössään ja sitä säilytetään lukitussa tilassa. Sillä ei ole muita käyttäjiä ja pääsy tiedostoihin on estetty vahvalla salasanalla. Varmuuskopiot ovat ammattikorkeakoulun OneDrive for Business (OneDrive -JAMK) ja Microsoft Teams palvelussa. JAMK:n OneDrive -palveluun kirjaututaan JAMK:n tiliä käyttäen. Pääsy tiedostoihin on vain niillä henkilöillä, jotka kutsutaan tiedostoa jakamaan. Käytännössä kesken-eräistä opinnäytetyötä ja mahdollisesti aineistoa tarkastelee tekijän lisäksi enintään opinnäytetyön ohjaaja samaan palveluun kirjautuneena. Kun opiskelija valmistuu opinnäytetyön jälkeen, hän poistuu JAMK:n organisaatiosta ja kaikki hänen sinne tallentamansa tieto poistuu lopullisesti palvelusta.

## **5. Aineiston tallentaminen, avaaminen ja arkistointi opinnäytetyön valmistuttua**

**Mikä osa aineistosta voidaan asettaa avoimesti saataville tai julkaista? Missä ja milloin aineisto tai siihen liittyvät metatiedot asetetaan saataville?**

Opinnäytetyö sisältää aineistokuvauksen sekä siitä tehtävät päätelmät. Valmis opinnäytetyö julkaistaan theseus.fi palvelussa. Opinnäytetyö on kuvaileva katsaus muutamien henkilöiden elämästä kuntoutuspalvelussa tietyinä ajankohtana, joten tietoturvasyistä kaikki aineisto tuhoetaan opinnäytetyön valmistumisen ja arvioinnin jälkeen.

**Mihin tutkimusaineisto arkistoidaan ja kuinka pitkäksi ajaksi?**

Tutkimusaineistoa ei arkistoida.

## **6. Aineistohallinnan vastuut ja resurssit**

**Kuka vastaa aineistohallinnasta eri vaiheissa? Tarvitaanko erillisiä resursseja?**

Aineistohallinnasta vastaa opinnäytetyötä tekevä opiskelija. JAMK:n palvelin, jossa varmuuskopioita säilytetään, on Jyväskylän Ammattikorkeakoulun organisaation vastuulla. Alkuperäisiä palautelomakkeita ja yhteistietoja säilyttää toimeksiantajan edustaja ja he vastaavat niistä. Erillisiä resursseja ei tarvita. Opinnäytetyön tekijä huolehtii hallussaan olevan aineiston hävittämisestä tietoturvallisesti. JAMK:n palvelimella oleva aineisto hävitetään samalla, kun opiskelija poistuu organisaatiosta. Toimeksiantaja hävittää yhteystiedot tietoturvallisesti tutkimuksen valmistuttua.

## Liite 4. Yhteistyösopimus



Sopimus

1 (3)

13.11.2020

## Sopimus opinnäytetyöstä

## 1 Sopijaosapuolet

Toimeksiantaja	Seinäjoen sosiaali- ja terveyskeskus, kuntoutusohjaus
Toimeksiantajan edustaja	Marita Kojola
Yhteystiedot (osoite, puhelinnumero, sähköpostiosoite)	[REDACTED]
Opinnäytetyön toimeksiantajan edustajana hyväksyn mahdollisen yhteydenoton opinnäytetyön tuottamista jatkokehitysehdotuksista/-ideoista <input checked="" type="checkbox"/> Kyllä <input type="checkbox"/> Ei	
Mikäli haluat jatkossakin tietoa JAMK:n koulutuksista, palveluista ja tapahtumista, voit jättää yhteystietosi osoitteessa <a href="https://www.jamk.fi/fi/Tietoa-JAMKista/tilaa-uitiskirje/">https://www.jamk.fi/fi/Tietoa-JAMKista/tilaa-uitiskirje/</a>	

## Jyväskylän ammattikorkeakoulu (JAMK)

Tutkinto-ohjelman pääilikkö Mirja Immonen
Ohjaava(t) opettaja(t) Aila Pikkarainen

## Opiskelija

Opinnäytetyön tekijä(t), opiskelijanumero(t)	Petra Pihlajamaa, [REDACTED]
--	------------------------------

## 2 Opinnäytetyö

<p>2.1 Opinnäytetyön aihe</p> <p>Opiskelija laatii opinnäytetyön seuraavasta aiheesta:</p> <p>Toimiva Perhearki- valmennukseen osallistuneiden kokemuksia vanhempainohjauksesta</p>
---

Jyväskylän ammattikorkeakoulu  
JAMK University of Applied Sciences

Postiosoite/Address  
PL 207  
FI-40101 Jyväskylä  
FINLAND

Puhelin/Tel.  
0207438100  
+358 20 743 8100

Faksi/Fax  
(014) 4499694  
+358 14 4499694

Internet  
www.jamk.fi

Y-tunnus  
1006550-2

13.11.2020

## 2.2 Tausta-aineiston julkisuus

Opinnäytetyöhön sisältyy salassa pidettävää tausta-aineistoa (liitteet) ja JAMKin, toimeksiantajan ja opinnäytetyön tekijöiden kesken on laadittu Opinnäytetyön liitteaineiston salassapitosopimus.

Ei  Kyllä, liitteenä tässä sopimuksessa

## 3 Sopimusehdot

### 3.1 Ohjaus

Jyväskylän ammattikorkeakoulu (JAMK) vastaa opinnäytetyön ohjauksesta. JAMK ja opettaja eivät ole konsulttivastuussa työstä.

### 3.2 Dokumentointi

Työstä laaditaan JAMKin opinnäyteohjeen mukainen kirjallinen esitys, joka luovutetaan toimeksiantajalle ja ammattikorkeakoululle. JAMK arkistoi opinnäytetyön sähköisesti.

Opinnäytetyö voidaan julkaista avoimessa ja julkisessa ammattikorkeakoulujen Theseus-tietoverkossa. Julkisesta opinnäytetyöstä, jolla ei ole verkkojulkaisulupaa Theseukseen, toimitetaan paperiversio JAMKin kirjastoon.

### 3.3 Oikeudet

Opinnäytetyön tekijänoikeudet kuuluvat opiskelijalle. Toimeksiantaja saa käyttöoikeuden opinnäytetyöhön sen valmistuttua. Käyttöoikeuden laajuus sovitaan aina erikseen tekijän ja toimeksiantajan välillä. Mikäli opinnäytetyön yhteydessä on syntynyt muita teoksia tai aineettomia oikeuksia, sopivat tekijä ja toimeksiantaja näiden oikeuksien luovuttamisesta ja käytöstä aina erikseen.

### 3.4 Keksinnöt

Jos opinnäytetyön tekijä on osallisena keksintöön, joka patentoidaan, mainitaan hänet yhtenä keksijöistä. Mahdollisesta

keksintökorvauksesta sovitaan erikseen noudattaen JAMKin keksintöohjeen linjauksia.

### 3.5 Työsuhde

Mahdollisesta työsuhteesta tai työstä maksettavasta palkkiosta toimeksiantaja ja opinnäytetyön tekijä sopivat erikseen. Opinnäytetyötä tekevät opiskelijat ovat JAMKin tapaturmavakuutuksen piirissä, mikäli heillä ei ole työsuhdetta opinnäytetyön toimeksiantajaan.

### 3.6 Opinnäytetyön julkisuus ja salassapidettävät liitteaineistot

JAMKin tutkintosäännön §20 mukaan kokonaan salassa pidettävää opinnäytetyötä ei voi tehdä. Opinnäytetyö on julkinen heti, kun se on hyväksytty. Julkiseen opinnäytetyöhön ei sisällytetä toimeksiantajan liike- tai ammattisalaisuuksia, vaan ne jätetään työn liitemateriaaliksi. Salassapidettävästä liitemateriaalista on laadittava erillinen Opinnäytetyön liitteaineiston salassapitosopimus, joka laaditaan JAMKin, yrityksen ja opinnäytetyön tekijöiden kesken.

Toimeksiantaja sitoutuu ohjauksellaan myötävaikuttamaan siihen, että opinnäytetyöhön ei sisällytetä salassa pidettävää tai luottamuksellista tietoa.

Toimeksiantajan nimeämälle edustajalle varataan mahdollisuus tutustua opinnäytetyöhön viimeistään kaksikymmentä (20) päivää ennen aiottua tarkastukseen luovuttamista.



13.11.2020

### 3.7 Opinnäytetyön esitys

Opinnäytetyön esitys on aina julkinen. Työn toimeksiantaja ja opinnäytetyön tekijä määrittävät yhdessä esityksen sisällön siten, että esitys ei loukkaa salassapitosopimusta.

### 3.8 Vastuut

Sopijaosapuolet ovat vastuussa toisilleen sopimusrikkomuksen aiheuttamista vahingosta. Vastuun ulkopuolelle on rajattu väliilliset vahingot. Vastuun syntyminen edellyttää tahallaan tai törkeällä huolimattomuudella aiheutettua sopimusrikkomusta.

## 4 Allekirjoitukset

Tätä sopimusta on laadittu kaksi (2) kappaletta, yksi toimeksiantajalle ja yksi opiskelijalle, joka toimittaa allekirjoitetun sopimuksen edelleen JAMK:n ohjaavalle opettajalle PDF-muodossa. JAMK tallentaa sopimuksen sähköisesti. Sopimus astuu voimaan allekirjoitushetkellä.

Seinäjoki 13.11.2020

Aika ja paikka

[Redacted]

Toimeksiantajan edustaja (allekirjoitus ja nimenselvennys)

[Redacted]

Opinnäytetyön tekijä(t) (allekirjoitus ja nimenselvennys)

[Redacted]

Jyväskylän ammattikorkeakoulun edustaja, opinnäytetyön ohjaaja (nimike, allekirjoitus ja nimenselvennys)

Liitteet	x Opinnäytetyön salassapitosopimus
Jakelu	Toimeksiantaja
	Jyväskylän ammattikorkeakoulu (PDF-muodossa, sähköinen)
	Opiskelija(t)

## Liite 5. Tutkimuslupa

## Seinäjoki

PÄÄTÖS / johtava ylilääkäri

Päivämäärä 27.11.2020 Pykälä 443/2020

Asia Tutkimuslupa /Petra Pihlajamaa

Petra Pihlajamaa anoo tutkimuslupaa tutkimukselle "Toimiva perhearki-valmennukseen osallistuneiden kokemuksia vanhempainohjauksesta"

**Oppilaitos ja ohjaaja:** Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Aila Pikkarainen

**Tutkimuksen tarkoitus:** Tehdä katsaus valmennukseen osallistuneiden perheiden kokemuksista valmennuksessa ja sen mukanaan tuomasta koetusta vaikutuksesta valmennuksen jälkeisinä kuukausina.

**Aineiston keruu ja arvioitu ajankohta:** Haastattelut marraskuu 2020- tammikuu 2021, kuntoutusohjaajat keräsivät palautelomakkeet aiemmin

**Arvioitu valmistumisaika:** maaliskuu 2021

Hoitotyön johtaja Marita Kojola puoltaa luvan myöntämistä

Päätös Myönnetään tutkimuslupa hakemuksen mukaisena.

Allekirjoitus

Tiina Perä, johtava ylilääkäri

**Oikaisu-vaatimusohje** Päätökseen tyytymätön voi tehdä kirjallisen oikaisuvaatimuksen osoitteella: Seinäjoen kaupunki, sosiaali- ja terveystalokunta, PL 229, 60101 Seinäjoki, neljäntoista (14) päivän kuluessa päätöksen tiedoksisaannista. Kunnan jäsenen katsotaan saaneen päätöksestä tiedon seitsemän (7) päivän kuluessa siitä kun päätös on asetettu nähtäville kaupungin internetsivuille. Asianosaisen katsotaan saaneen tiedon päätöksestä seitsemäntenä (7) päivänä kirjeen lähettämisestä, saantitodistuksen osoittamana aikana tai erilliseen tiedoksiantotodistukseen merkittynä aikana ja silloin kun päätös on annettu tiedoksi tavallisena sähköisenä tiedoksiantona kolmantena (3) päivänä viestin lähettämisestä. Oikaisuvaatimuksesta on käytävä ilmi vaatimus perusteluineen ja se on tekijän allekirjoitettava.

Julkisesti nähtävänä Päätöstä seuraavana arkipäivänä, terveydenhuollon hallinto

**Tiedoksianto** Kenelle Petra Pihlajamaa Päivämäärä 27.11.2020

Miten  
 Lähetetty postitse saantitodistusta vastaan  Lähetetty postitse tavallisena kirjeenä  Lähetetty sisäisessä postissa

Luovutettu

Vastaanottajan allekirjoitus

Lähetetty sähköpostissa

Maiju Heikkilä, johdon sihteeri  
 Tiedoksiantajan allekirjoitus ja virka-asema



## Liite 6. Palautelomake

**PALAUTELOMAKE**

Vastaamalla autat meitä kehittämään toimintaa edelleen – kiitos!

Vastaustani saa käyttää meille esitellyn opinnäytteen tutkimusmateriaalina.


Kyllä  Ei

**A) TAUSTATIEDOT**

1. Kuntoutusohjauksen työskentely (ympyröi oikea)	Olemme jonossa	Meillä on aktiivinen asiakkuus	Kuntoutusohjaus on teuolla/päätynyt

**B) VANHEMPIEN TOIMINTA**

	Kyllä	Ei	Ei ollut tarvetta	Milloisia onnistumisia tai muita kokemuksia tähän liittyen on ollut?
2. Tunnistitko omassa toiminnassasi tekijöitä, joita muokkaamalla voit vaikuttaa lapsen käyttäytymiseen ja arjen sujuvuuteen?				



	Kyllä	Ei	Ei ollut tarvetta	Milloisia onnistumisia tai muita kokemuksia tähän liittyen on ollut?
3. Harjoittelitko toimimaan tietoisesti pysähtymään ja miettimään ennen reagointia?				
4. Onnistuitko kääntämään negatiivisen vaarovalituksen tilanteissa näkökulmaa hyvään huomamiiseen ja myönteiseen vaarovalitukseen?				
5. Oliko sinun mahdollista panostaa toimintatapojen johdonmukaiseen ja pitkäjänteiseen käyttöön?				
6. Saitko varmuutta ja vahvuutta omaan vanhemmuuteesi?				

## C) MYÖNTEISEN OHJAAISEN KEINOT

Harjoitteliko / lisäitkö seuraavien myönteisen ohjaimisen keinojen käyttöä?	Kyllä	Ei	Ei ollut tarvetta	Millaisia onnistumisia tai muita kokemuksia tähän liittyen on ollut?
7. Huomaa hyvä, kannusta ja kehu				
8. Selkeä ohjaus, lapsen auttaminen kielion ymmärtämisessä				
9. Lisää motivaatiota palkitsemalla				

10. Mikä auttoi tai auttaisi siinä, että vanhempi pystyy muokkaamaan omaa toimintaansa ja/tai ohjaamaan lasta myönteisin keinoin?

## D) ARJEN JÄSENTÄMINEN JA YMPÄRISTÖN MUOKKAAMINEN

Käytitkö / lisäitkö käyttöä?	Kyllä	Ei	Ei ollut tarvetta	Millaisia onnistumisia tai muita kokemuksia tähän liittyen on ollut?
11. Arjen jäsentämisen keinoja (perheen säännöt, strukturointi, visuaalisuus, ennakointi)				
12. Kodin fyysisen ympäristön muokkaamisen keinoja (selkeys, turvallisuus, aistikokemusten näkökulma)				

13. Mikä auttoi tai auttaisi siinä, että vanhempi pystyy jäsentämään arjen toimintoja ja muokkaamaan kodin fyysistä ympäristöä?

## EJ HAASTAVIEN TILANTEIDEN ENNALTAEHKÄISY JA HAASTAVISSA TILANTEISSA TOIMIMINEN



	Kyllä	Ei	Ei ollut tarvetta	Millaisia onnistumisia tai muita kokemuksia tähän liittyen on ollut?
14. Lisääntykö ymmärryksesi lapsen haastavan käyttäytymisen / haastavien tilanteiden taustalla vaikuttavista tekijöistä?				
15. Löysitkö itsellesi sopivia tapoja rauhoittua / pysyä rauhallisena haastavissa tilanteissa?				
16. Tunnistitko, millaisissa tilanteissa on hyvä soveltaa vaatimustasoa lapsesi taitojen sekä viireystilan tai kuormittumisen mukaan?				
17. Tunnistitko joitain lapsesi käyttäytymisen muotoja, jotka voit jättää kokonaan huomiotta?				
18. Löysitkö toimivia tilanteen katkaisemisen keinoja (keinos), joita aikuinen käyttää, kun lapsessa alkaa näkyä ensimmäisiä merkkejä haastavan tilanteen synnystä?				
19. Löysitkö toimivia keinoja kiihdytyneessä tilanteessa toimimiseen lapsesi kanssa?				

	Kyllä	Ei	Ei ollut tarvetta	Millaisia onnistumisia tai muita kokemuksia tähän liittyen on ollut?
20. Löytyikö lapselle toimivia rauhoittumisen keinoja?				
21. Lisääntykö varmuutesi vanhempana haastavissa tilanteissa toimimisessa?				

22. Mikä auttoi tai auttaisi sinä, että ennen haastavaa tilannetta ja sen aikana vanhempana pystyy toimimaan eri tavoin kuin aiemmin?

## F) KURSSIN TOTEUTUS JA MATERIAALIT



Kuinka paljon teille oli hyötyä seuraavista?	Ei lainkaan	Jonkin verran	Paljon	Erittäin paljon
23. Kokoukset 4x				
24. Muiden vanhempien tapaaminen				
25. Kurssin materiaali kansiossa				
26. Kohtehtävät ja "muistilaput jääkaappiin oven"				
27. Oman kutsutusohjaajan tuki kurssin aikana? (Ei ollut käynnissä <input type="checkbox"/> )				

28. Mistä sinulle ja perheellesi oli erityisesti hyötyä?

	Ei lainkaan	Jonkin verran	Paljon	Erittäin paljon
29. Minulla oli tietoa kurssin aiheista ennen kurssia				
30. Minulla on tietoa kurssin aiheista nyt kurssin päätyttyä				
31. Kurssilla käsitellyt keinot ovat siirrettävissä perheemme arkeen				
32. Kurssi vastasi tarpeitani				

33. Mistä muista aiheista haluaisit tietoa?

34. Mitä muuta haluat tuoda esille?

(esim. palautetta tai kehittämiskohteita järjestelyihin tai sisältöön liittyen)

Kiitos vastauksistasi! ☺

## Liite 7. Tutkimustiedote

### TIEDOTE TUTKIMUKSESTA 15.9.2020

Tutkimuksen nimi: Kartoitus Toimiva Perhearki -valmennukseen osallistuneiden perheiden kokemuksista



### Hyvä Toimiva Perhearki-valmennukseen osallistuja,

Tämä tiedote koskee Toimiva Perhearki-valmennukseen liittyvää opinnäytetyötä, josta sinulle on kerrottu valmennuksen aikana. Sinulle on kerrottu tutkimuksen tarkoituksesta ja siihen liittyvästä aineistonkeruusta. Pyydän sinua lisäksi lukemaan rauhassa tämän tiedotteen ja täyttämään sen mukana olevan suostumuslomakkeen. Mikäli sinulla on kysyttävää kartoituksesta, olethan yhteydessä opinnäytetyötä tekevään opiskelija Petra Pihlajamaahan tai omaan kuntoutusohjaajaasi.

### OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS

Opinnäytetyön tarkoituksena on kartoittaa perheiden kokemuksia valmennusryhmään osallistumisesta sekä ryhmässä jaetun tiedon soveltumisesta ja siirrettävyydestä omaan arkeen. Pyyntö kartoitukseen osallistumisesta esitetään kaikille Toimiva Perhearki-valmennukseen syksyn 2020 aikana osallistuneille perheille.

Opinnäytetyön konkreettisenä tavoitteena on hyödyntää saatua tietoa valmennuksen jatkokehittämisessä.

### OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

Opinnäytetyön toimeksiantajana on Seinäjoen terveyskeskus ja se toteutetaan fysioterapiayksikön kuntoutusohjaajien alaisuudessa. Opinnäytetyön tekijä on Jyväskylän ammattikorkeakoulun kuntoutuksen ohjaaja opiskelija Petra Pihlajamaa ja ohjaajana toimii lehtori Aila Pikkarainen.

Valmennuksen lopuksi täytät nimettömänä palautelomakkeen. Jos haluat osallistua kartoitukseen, voit valita etusivulta kyllä-vaihtoehdon. Samalla kokoamme osallistujia seurantahaastattelua varten. Jos haluat osallistua haastattelun, jätä yhteystietosi kuntoutusohjaajille palautelomakkeiden yhteydessä.

### OSALLISTUMISEN VAPAAEHTOISUUS

Kartoitukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Päätöksesi osallistua tai olla osallistumatta ei vaikuta millään tavalla saamaasi kuntoutusohjaukseen tai mihinkään muuhun saamiisi etuuksiin, hoitoon tai kuntoutukseen Seinäjoen terveyskeskuksessa. Osallistumisesta ei makseta korvausta. Voit missä vaiheessa tahansa keskeyttää osallistumisesi kartoitukseen ilman perusteluja. Mikäli keskeytät osallistumisen, voit päättää, käytetäänkö siihen mennessä sinulta kerättyä aineistoa tutkimuksessa vai ei. Keskeyttämisilmoituksen voit tehdä suullisesti tai kirjallisesti joko opinnäytetyön tekijälle tai omalle kuntoutusohjaajillesi. Tämän jälkeen jo kerätty aineistosi hävitetään.

### KARTOITUKSEN TOTEUTTAMISEN TAPA

Osallistut kartoitukseen seuraavasti:

1. Täytät viimeisellä valmennuskerralla palautelomakkeen ja valitset KYLLÄ-vaihtoehdon lomakkeen etusivun yläosasta. Kuntoutusohjaajat keräävät ja säilyttävät kurssia koskevat palautelomakkeet. He välittävät opiskelijalle vain ne lomakkeet, joista on rastitettu kyllä-vaihtoehto.
2. Halutessasi osallistua myös seurantahaastatteluun, täytät yhteystieto- ja suostumuslomakkeet. Lomakkeet palautetaan samassa kuussa. Kuoria säilytetään kuntoutusohjaajien toimesta siihen saakka, kunnes opiskelija ottaa sinuun yhteyttä seurantahaastattelun sopimiseksi. Yhteydenotto tapahtuu marraskuun 2020 aikana, jolloin seurantahaastattelun toteuttamisesta sovitaan kanssasi.
3. Seurantahaastattelu toteutetaan teemahaastatteluna. Haastattelun aluksi käydään läpi opinnäytetyöhön liittyvät luvat ja tietosuojan liittyvät asiat. Ennen haastattelua saat teemahaastattelun rungon tutustumista varten. Haastattelussa kartoitetaan omia kokemuksiasi valmennuksesta, sekä sen soveltuvuudesta ja siirrettävyydestä perheenne arkeen. Haastattelun aluksi täytät lisäksi sinua koskevalla

tutkimusnumerolla koodatun taustatietolomakkeen. Näin varmistamme anonymiteettisi. Haastattelut nauhoitetaan ja nauhoitteet tuhoetaan opinnäytetyön valmistuttua.

## TIETOJEN LUOTTAMUKSELLISUUS JA TIETOSUOJA

Palautekyselyyn tai seurantahaastatteluun osallistuneiden valmennusryhmäläisten henkilöllisyyksiä ei paljasteta missään vaiheessa. Kaikki aineisto käsitellään ja raportoidaan nimettöminä siten, että osallistuneita henkilöitä ei voida tunnistaa.

Palautekyselyyn ja haastatteluun osallistujalta kerättyä materiaalia yhdistetään tosiinsa tutkimusnumerolla. Kartoitukseen osallistujien nimeä ja yhteystietoja kysytään ainoastaan yhteydenottoa sekä suostumuslomaketta varten, eikä näitä tietoja yhdistetä muuhun aineistoon.

Palautekyselyaineistoon pääsy on kuntoutuksenohjaajilla sekä opinnäytetyön tekijällä. Haastatteluaineistoon pääsy on ainoastaan opinnäytetyöntekijällä, eikä aineistoa luovuteta eteenpäin.

Kartoituksen tekemiseen osallistuvat ovat salassapitovelvollisia kerättyjen tietojen osalta. Sähköiset aineistot säilytetään tietoturvallisesti suojattua yhteyttä käyttävässä sähköisessä työtilassa ja muut materiaalit lukollisissa tiloissa. Opinnäytetyön valmistuttua kaikki aineisto tuhoetaan tietoturvallisesti Seinäjoen terveyskeskuksen toimintatapoja noudattaen. Opinnäytetyö julkaistaan ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene ry:n Theseus - julkaisupalvelussa (theseus.fi).

## SUOSTUMUS OSALLISTUMISESTA TOIMIVA PERHEARKI -VALMENNUS KARTOITUKSEEN

Mikäli osallistut kartoitukseen, täytä tämän tiedotteen mukana jaettu suostumuslomake. **Muistathan allekirjoittaa lomakkeen, kiitos!** Laita täytetty lomake oheiseen kirjekuoreen ja palauta kuori suljettuna kuntoutusohjaajalle. Muista palauttaa yhteystietolomakkeesi samassa kuoreessa. Mikäli olet jättänyt yhteystietosi, muttet allekirjoittanut suostumuslomaketta, allekirjoitetaan lomake vielä ennen teemahaastattelun tekemistä.

## LISÄTIEDOT

Mikäli sinulla on kysyttävää tutkimuksesta missä tahansa vaiheessa, ole yhteydessä opinnäytetyötä tekevään opiskelijaan Petra Pihlajamaahan tai kuntoutusohjaaja Salla Hewittiin. Yhteystiedot löydät alta.

Kiitos mielenkiinnostasi!

Petra Pihlajamaa  
Kuntoutuksen ohjaaja -opiskelija  
Jyväskylän ammattikorkeakoulu  
sähköpostiosoite  
+358xxxxxxxxx

Kuntoutusohjaaja  
Salla Hewitt  
Seinäjoen terveyskeskus  
sähköpostiosoite  
+358xxxxxxxxx

## Liite 8. Suostumuslomake

### Suostumus tutkimushaastatteluun osallistumisesta

Osallistun haastatteluun liittyen Petra Pihlajamaan opinnäytetyöhön Kokemuksia Toimiva Perhearki -valmennuksesta.

Olen saanut haastattelusta tietoa etukäteen ja tiedän, että osallistumiseni on täysin vapaaehtoista. Minulle on kerrottu myös, että voin keskeyttää osallistumisen milloin vain, aina siihen saakka, kunnes aineisto on siirretty osaksi opinnäytetyötä niin, ettei sitä enää kyetä erittelemään.

Olen tietoinen siitä, että haastattelut nauhoitetaan ja aineistoa käytetään julkisessa opinnäytetyössä. Olen tietoinen tutkimuksen luotettavuudesta ja siitä, että henkilöllisyyteni ei ole tunnistettavissa tutkimuksesta.

Tätä suostumusta on tehty kaksi samanlaista kappaletta, joista toinen jää minulle ja toinen opinnäytetyön tekijälle.

---

aika ja paikka

---

Osallistujan allekirjoitus ja nimen selvennys

---

Petra Pihlajamaa, opinnäytetyön tekijä

## Liite 9. Haastattelurunko

### Teemahaastattelu

**Kiitos, että olet lupautunut haastateltavaksi Toimiva Perhearki – valmennukseen liittyvää opinnäytetyötä varten.**

Varmistetaan vielä aluksi, että allekirjoittamasi tietoinen suostumuslomake vastaa edelleen toiveitasi ja että olet ymmärtänyt, miten kerättyä aineistoa käytetään.

Toivon, että haastattelun aikana kerrot vapaasti ajatuksistasi teemoihin liittyen. Ei haittaa lainkaan, mikäli vastaat laajemmin ja käsittelet vastauksissa myöhemmin eteen tulevia kysymyksiä. Voit myös kertoa valmennukseen ja siihen liittyvästä kokemuksista, vaikka niitä varsinaisesti kysyttäisiin.

Aloitetaan nauhoituksen yhdessä sopimastamme hetkestä ja siitä eteenpäin keskustelumme litteroidaan myöhemmin tutkimusaineistoksi.

#### **Teema 1: Perheen tilanne ja osallistuminen kuntoutusohjaukseen**

Ensimmäiseksi olisin kiinnostunut kuulemaan perheestänne ja siitä, miksi ja miten päädyitte mukaan valmennukseen.

- A. Kertoisitko perheestänne?
  - a. Keitä kaikkia perheeseen kuuluu?
  - b. Kenen vuoksi olette saaneet kuntoutusohjausta?
  - c. Millainen juuri teidän perheenne on?
  
- B. Kertoisitko asiakkuudestanne kuntoutusohjauksessa?
  - a. Millaiset haasteet saivat teidät hakeutumaan kuntoutusohjaukseen?
  - b. Miten päädyitte osallistumaan valmennukseen?

#### **Teema 2: Toimiva Perhearki – valmennus**

Toiseksi olisin kiinnostunut kokemuksistanne valmennuksen sisällöistä sekä siitä, miten olette kokeneet sen vaikuttaneen teidän arjessanne.

Aloitetaan ensin päälinjoista ajatuksista. Katsotaan sitten vielä *sisällysluettelo*a, jos se herättäisi lisää ajatuksia.

- A. Kertoisitko ensin, muistatko, millaisin odotuksin lähdit mukaan valmennukseen?
- B. Kertoisitko, mitä valmennuksen jälkeen on muuttunut ja/tai tapahtunut (sinussa, lapsessa, muissa, ympäristössä tms.)?
  - a. kotona?
  - b. muissa ympäristöissä?
- C. Katsotaan vielä sisällysluettelo; Tuleeko näihin teemoihin liittyen jotakin, mitä haluaisit kertoa?
- D. Kertoisitko vielä, miten koit
  - a. valmennuksen vastaavan teidän perheen tarpeita?
  - b. valmennuksen vaikutuksen mahdollisesti samanaikaiseen henkilökohtaiseen kuntoutusohjaustyöhön?

#### **Teema 3: Valmennuksen toteutus**

- A. Kertoisitko ajatuksiasi valmennuksen toteutustapaan liittyen? (ryhmä, tapaamiskerrat, aika ja paikka, menetelmät...)
- B. Olisiko sinulla ehdotuksia, mitä valmennuksessa voisi tehdä toisin?

## Liite 10. Lomakeaineiston avointen kysymysten vastausten analyysimalli

### B. VANHEMPIEN TOIMINTA - yläteema (lomakkeiden avoimet kysymykset) - kysymykset 2–6, analyysimalli

#### 2) Tunnistitko -> oman käyttäytymisen tunnistaminen (vastaajia 10)

Aineisto-ote (suora lainaus)	Konkreettinen asia (asia)	Isompi teema/ kokonaisuus	Abstraktiotaso
Enemmän tilanteesta oppimista ja sen käyttöön ottamista, mitä olen oppinut.	Tilanteesta oppiminen Opitun hyödyntäminen	Ymmärrys käytöksestä Oman käytöksen muutos	Vanhemmuustaidot ja niiden kehittyminen
Kärsivällisyyttä. Paljon kärsivällisyyttä ja ymmärrystä lasta kohtaan, että voin auttaa häntä.	Kärsivällisyys + ymmärrys => Auttaja, tukee jne.	Tunteiden tunnistaminen, oman roolin jäsentäminen suhteessa lapseen	Oman olotilan/rutiinien tunnistaminen ja tietoinen muuttaminen/ kehittäminen
Rauhallisena pysyminen haastavissa tilanteissa palkitsee -> tilanteet menee ohi nopeammin kuin jos menettää maltin.	Oma rauhallisuus Tilannen nopeammin ohi	Oman toiminnan vaikutus Tuloksia	Oman olotilan/asenteen kehittäminen Muutos
Vähemmän kieltämistä ja enemmän ohjausta -> positiivisempia tuloksia kehityksessä.	Vähemmän kieltämistä Ohjaus Positiivinen kehitys	Ohjaus Positiivisuus Tuloksia	Oma toiminta Asenne Muutos
Opittu mm. kuinka nälkä vaikuttaa oireiluun -> ruoka valmiina pöydässä hoitopäivän jälkeen.	Nälkä ja oireilu Ruoka valmiina	Ennakointi	Perustarpeet
Kun itse pysyy rauhallisena ja johdonmukaisena, niin moni tilanne helpottuu, eikä välttämättä eskaloitukaan, kun lapsikin hämästyy uusista "tavoista".	Rauhallisuus Johdonmukaisuus Lapsi reagoi toimintatapaan	Oman toiminnan vaikutus Lapsen reaktiot	Oma olotila/asenne
Esim. huomion kiinnittäminen positiivisiin asioihin/pieniin muutoksiin.	Huomio positiiviseen Pienen hyvän huomaa-	Ohjaamisen asenne	Positiivisuus Toiminnan fokus
Lapsen käytöksen hyväksyminen.	Hyväksyminen		Oma asenne/ymmärrys
Käyttäytymisen vahvistaminen ylipäätään.	Hyvän vahvistaminen	Ohjaus/vahvistaminen	Positiivisuus Oman toiminnan fokus

## Liite 11. Haastatteluaineiston taulukkovaiheen analyysimalli

### 1) Miten osallistujat kuvaavat Toimiva Perhearki -valmennusta

#### a. Omien odotustensa näkökulmasta?

Suora lainaus	Referoidut ilmaukset
No, tavallaan odotukset oli sitä mitä mä sain, mutta sitten toisaalta mä en kuitenkaan osannut ehkä odottaa... että toki siinä oli jo jonkin aikaa (kuntoutusohjaaja) ehtinyt meillä käydä ja näin, että oli niinku vähän siitä puhuttukin, että mitä mitä siellä on. Että tiesin mutta tuota, kyllä siis sillä lailla, että mä sain kyllä enemmänkin kuin mitä mä odotin. Tavallaan odotin, että mä saan sieltä apua, mutta yllätyin ehkä, että kuinka niinku, mitenkä sen sanois, laajalainen kuitenkin sillä lailla olikin. Kyllä.	En osannut odottaa Sain enemmän kuin odotin. Odotin apua. Kuntoutusohjaaja oli käynyt Yllätyin laaja-alaisuudesta.
Kyllä se vastaisi, koska siinä oli kuitenkin niinku niin laaja... ja justiin ehkä nämä, että mitä mä niin kun sain enemmän kuin odotin,	Valmennus oli sisällöltään laaja. Sain enemmän kuin odotin.
vielä ihan tossa valmennuksessa ja kuntoutusohjauksesta muutenkin, ehkä että (kuntoutusohjaajamme) varsinkin siis sillä lailla... että se mikä on niinku itellä... että kun (kuntoutusohjaajalla) itsellään on omakohtainen kokemus, että kun on (lapsi) ihan samassa tilanteessa... tavallaan se toi itselle vielä niinku enemmän, että tässä ei ole vaan joku tyyppi, joka on lukuun tästä, miten nää hommat pitäisi mennä, vaan hän ihan oikeasti tietää. Ja justiin niinku sitten (toinen kuntoutusohjaaja), että kun on se ihan oikeasti oma kokemuspohja, ni kyllä sellaiselta niinku ihan eri tavalla ottaa niitä neuvojakin vastaan. Ku ne tietää, mistä puhuu.	Kuntoutusohjaajan omakohtainen kokemus lisäsi luottamusta. Kuntoutusohjaajan kokemus vaikutti sitten, että neuvoja oli helpompi ottaa vastaan.
Ei mulla muuta kuin, että kyllä mä toivon, että järjestetään muillekin näitä valmennuksia todellakin, että kyllä on kuule ihminen tällaisen uuden äärellä niin yksin, että niinku tällaiset kaikki niin on niinkun aivan taivaan lahja kyllä... <sup>1</sup>	Vastaavia valmennuksia tulisi järjestää jatkossa myös muille.
No, meidän kuntoutusohjaaja ihan suositteli, tai anto meille sen esitteen, että tällaiseenkin voi osallistua, että se tukisi varmasti juuri tätä. Ja ehkä meille, niin olisiko se sitten ollut, että myös miehittäin enempi siitä näkökulmasta, että miten me vanhemmat niinku... tai se on ehkä painottunut se kuntoutusohjaus suhteen ehkä niinku vanhempien ohjaamiseen tai sillä lailla että mitä me voidaan tehdä, koska sitten taas meidän lapsi on aika semmonen... no, hän tekee niinku, silloin kun kuntoutusohjaaja on ollut käymässä, niin tekee vieraskoreasti kaikki jutut.	Kuntoutusohjaajamme suositteli valmennusta, koska se tukisi kuntoutusohjaustamme, jossa nimenomaan on keskitytty siihen, miten me vanhemmat voimme itse ohjata omaa lastamme.

1. otsikossa hyödynnetty aineistolainaus