



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Kaisa Mäntynen & Jenna Salmela

Nuorten sosiaalisen toimintakyvyn arviointi ja tukeminen

Opas lastensuojeluyksikkö Pihakoivun ohjaajille

Opinnäytetyö

Syksy 2021

SeAMK Sosiaali- ja terveysala

Sosionomin tutkinto-ohjelma



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: SeAmk sosiaali- ja terveysala

Tutkinto-ohjelma: Sosionomi (AMK)

Suuntautumisvaihtoehto:

Tekijä: Kaisa Mäntynen & Jenna Salmela

Työn nimi: Nuorten sosiaalisen toimintakyvyn arviointi & tukeminen -Opas lastensuojeluyksikkö Pihakoivun ohjaajille

Ohjaaja: Päivi Rinne, yksikön johtaja

Vuosi: 2021

Sivumäärä:

Liitteiden lukumäärä: 1

Toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena oli tehdä opas sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamisesta ja arvioimisesta lastensuojeluyksikön ohjaajien tueksi ja avuksi työskentelyssä. Oppaan tarkoituksena ei ole diagnosoida, vaan toimia arvioinnin tukena ja antaa ohjaajille työkaluja nuorten sosiaalisen toimintakyvyn lisäämiseen. Sijaishuollossa olevien nuorten haasteet ovat moninaisia ja yksilöllisiä ja vaikuttavat toimintakyvyn eri osa-alueilla.

Sosiaaliselle toimintakyvylle on olemassa useita käsitteitä, mutta tässä opinnäytetyössä olemme käyttäneet määritelmää, jonka mukaan sosiaalisella toimintakyvyllä tarkoitetaan yksilön hyvää toimintakykyä yhteiskunnassa sekä muiden ihmisten kanssa vuorovaikutuksessa. Sosiaaliseen toimintakykyyn vaikuttavat useat yksilölliset tekijät. Opas sisältää taustatietoa sosiaaliseen toimintakykyyn vaikuttavista tekijöistä, viisi arviointimenetelmää sekä menetelmiä käytettäväksi lastensuojeluyksikössä. Menetelmät on valittu vastaamaan nuorten tarpeita mahdollisimman monipuolisesti.

Opinnäytetyö tehtiin lastensuojeluyksikkö Pihakoivulle. Tämä opinnäytetyö on suunnattu kaikille lastensuojeluyksikön työntekijöille. Taustatietona käytettiin sosiaalisen toimintakyvyn käsitteen määritelmiä, kirjallisia lähteitä, pro gradu -tutkielmia, artikkeleita sekä muita internetlähteitä. Teimme myös kyselyn Pihakoivun yksiköiden johtajille, ja sen pohjalta kokosimme oppaan.

¹ Asiasanat: sosiaalinen toimintakyky, arviointimenetelmä, toiminnallinen menetelmä, opas

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Thesis abstract

Faculty: School of Health Care and Social Work

Degree programme: Degree Programme in Social Services

Specialisation: Bachelor of Social Services

Authors: Kaisa Mäntynen & Jenna Salmela

Title of thesis: Assessing and Supporting the Social Functioning of Young People- A Guide for the Instructors of Pihakoivu Child Protection Unit

Supervisor: Päivi Rinne, Dean of Faculty

Year: 2021

Number of pages:43

Number of appendices:1

The aim of this functional thesis was to make a guide on strengthening and assessing social functioning to support and assist the instructors working in a child protection unit. The purpose of the guide is not to serve as a basis for assessing functional capacity, but to provide counselors with tools to increase young people's social functioning. The challenges of young people in foster care are diverse, individual, and affect different areas of functional capacity.

There are several concepts for social functioning. In this thesis, we have used the definition that social functioning refers to an individual's good functioning in society, as well as in interaction with other people. Social functioning is affected by several individual factors.

The guide contains background information on the factors influencing social functioning, five assessment methods, and methods for the work in the child welfare unit. The methods have been chosen to meet the needs of young people in as diverse a way as possible.

The thesis was done for the child protection unit Pihakoivu. This thesis is aimed at all employees of the child protection unit. Definitions of the concept of social functioning, written sources, dissertations, articles, and other online sources were used as background information. We also conducted a survey of Pihakoivu unit managers, on the basis of which we compiled the guide.

¹ Keywords: social function, evaluation method, functional method, guide

SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä	2
Thesis abstract	3
SISÄLTÖ	4
Kuva-, kuvio- ja taulukkoluetelo	6
1 JOHDANTO	7
2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA & TARKOITUS	8
3 SOSIAALINEN TOIMINTAKYKY	9
4 Sosiaaliseen toimintakykyyn vaikuttavat tekijät.....	11
4.1 Perhesuhteet.....	12
4.1.1 Perhemallit.....	13
4.1.2 Vanhemmuustyylit.....	14
4.2 Sosiaaliset taidot	16
4.2.1 Vuorovaikutustaidot	17
4.2.2 Käytöstavat	17
4.3 Neuropsykiatriset häiriöt.....	18
4.3.1 ADHD/ADD	19
4.3.2 Tourette.....	20
4.3.3 Autismikirjon häiriöt.....	21
4.4 Mielenterveyden häiriöt	22
4.4.1 Masennus	22
4.4.2 Ahdistuneisuushäiriö ja paniikkihäiriö	23
5 SOSIAALISEN TOIMINTAKYVYN ARVIOINTI	24
5.1 Koettu yksinäisyys -kysely.....	24
5.2 Social Provision Scale.....	24
5.3 SDQ, vahvuudet ja vaikeudet -kysely	25
6 MENETELMIÄ SOSIAALISEN TOIMINTAKYVYN VAHVISTAMISEEN LASTENSUOJELUYKSIKÖSSÄ.....	26
6.1 ART-menetelmä	26
6.2 Sarjakuvamenetelmä sosiaalisen tilanteen selvittelyyn	27

6.3	Draama ja asusteet	28
6.4	Voimavarojen talo	29
6.5	Läheiskartta	30
6.6	Lapset puheeksi -menetelmä	30
6.7	Koira-avusteinen toiminta.....	31
7	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS JA TUOTOS.....	33
7.1	Opinnäytetyön prosessi.....	33
7.2	Oppaan toteutus.....	34
8	POHDINTA.....	37
	LÄHTEET	39
	LIITTEET	44

Kuva-, kuvio- ja taulukkoluettelo

Kuva 1 Sosiaalisen toimintakyvyn käsite	10
Kuva 2 Kasvatustyylien nelikenttä	15
Kuva 3 ADHD:n ydinoireet ja ilmenemismuodot	20
Kuva 4 Ahdistuksen kierre	23
Kuva 5 Esimerkki sosiaalisen tilanteen selvittelyyn käytettävästä sarjakuvasta	28

1 JOHDANTO

Sosiaalinen toimintakyky on ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin vaikuttava tekijä. Toimintakyky on käsitteenä laaja, ja se kattaa sekä sosiaalisen, fyysisen että psyykkisen toimintakyvyn. Tämä opinnäytetyö on rajattu koskemaan sijaishuollon asiakkaan sosiaalista toimintakykyä.

Opinnäytetyön idea syntyi, kun pohdimme molempien opinnäytetyön tekijöiden mielenkiinnonkohteita sosiaalialan laajalta kentältä. Sijaishuolto valikoitui nopeasti tämän työn teemaksi. Lapsen sijaishuollolla tarkoitetaan huostaan otetun, kiireellisesti sijoitetun tai lastensuojelulain 83 §:ssä tarkoitetun väliaikais määräyksen nojalla sijoitetun lapsen hoidon ja kasvatuksen järjestämistä kodin ulkopuolella. Lapsen sijaishuolto voidaan järjestää perhehoitona, laitoshuoltona tai muulla lapsen tarpeiden edellyttämällä tavalla. (49 § (12.2.2010/88). Tässä opinnäytetyössä käsittelemme sijaishuoltoa laitoshuollon näkökulmasta. Nuorten sosiaalinen toimintakyky laitoshuollossa voi olla erilainen, kuin esimerkiksi sijaisperheessä kasvaneella nuorella, joten tähän tuotokseen olemme valinneet menetelmät, jotka vastaavat parhaiten juuri laitoshuollossa olevan nuoren tilanteeseen. Meillä on työkokemusta lastensuojelun sijaishuollon ohjaajina, joten pohdimme tarvetta oppaalle myös siitä näkökulmasta, millaisia menetelmiä omassa työssämme haluaisimme hyödyntää ja missä muodossa haluaisimme uusia menetelmiä saada tiedoksi ja käyttöön.

Sosiaalisesta toimintakyvystä sijaishuollossa ei ole aikaisemmin tehty opinnäytetöitä, joten aihe tuntui mielenkiintoiselta ottaa tarkasteluun. Muutoinkin sosiaalinen toimintakyky on muita toimintakyvyn osa-alueita vähemmän käsitelty, joten senkin vuoksi tuntui, että opinnäytetyömme tulee aitoon tarpeeseen.

2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA & TARKOITUS

Opinnäytetyön aiheena on nuorten sosiaalinen toimintakyky sijaishuollossa. Opinnäytetyön toimeksiantaja on Seinäjoen Ylistarossa toimiva lastensuojeluyksikkö Pihakoivu. Pihakoivun toiminta perustuu vahvasti arkeen ja sen tehtävien hallintaan. (Humana [viitattu 13.2.2021].) Tarkoituksena on tuottaa toimeksiantajalle opas siitä, mitä nuoruusikäisen sosiaalinen toimintakyky eri osa-alueilla pitää sisällään ja miten sosiaalista toimintakykyä voidaan vahvistaa lastensuojeluyksikössä.

Aihetta on käsiteltävä, jotta saadaan ajankohtaista tietoa siitä, miten sijaishuollossa olevien nuorten sosiaalista toimintakykyä voidaan edistää. Kartoitimme tarvetta oppaalle tekemällä toimeksiantajayksikön henkilökunnalle kyselyn, johon yksikönjohtajat vastasivat. Kyselyssä nousi esiin, että lastensuojeluyksikön tiimivastaavat kokevat, että selkeää menetelmää sosiaalisen toimintakyvyn arviointiin ei ole käytössä. Lastensuojelulain mukaan lastensuojeluyksikön henkilöstön pitää olla tarpeeksi perehdytettyä ja osaavaa (60 § 12.4.2019/542). On tärkeää, että henkilöstö kehittää jatkuvasti osaamistaan tutustumalla erilaisiin menetelmiin, mitä voi hyödyntää työskentelyssä. Oman työkokemuksemme pohjalta olemme myös tehneet havaintoja siitä, miten lastensuojelussa saatetaan puuttua oireisiin, mutta todellinen syy oireiden taustalla voi jäädä selvittämättä. Usein oireiden taustalla saattaa olla sosiaalisen toimintakyvyn haasteet, minkä vuoksi aihe tuntui merkittävältä.

Yhteiskunnallisesti aihe on merkittävä, sillä sen avulla sijaishuollon palveluita voidaan kehittää asiakaslähtoisemmiksi ja yksilöllisemmiksi, jolloin nuoren sosiaalisen toimintakyvyn tukemiseen voidaan vastata juuri hänen tarpeitaan vastaavasti. Toimintakyvyn parantamisella taas voidaan ehkäistä esimerkiksi nuoren syrjäytymistä ja edesauttaa, että nuori pärjäisi paremmin omillaan 18 vuotta täytettyään tai ainakin saisi tarvitsemansa avun. Näin ollen myös sijaishuollon toiminta kehittyy tuloksellisesti.

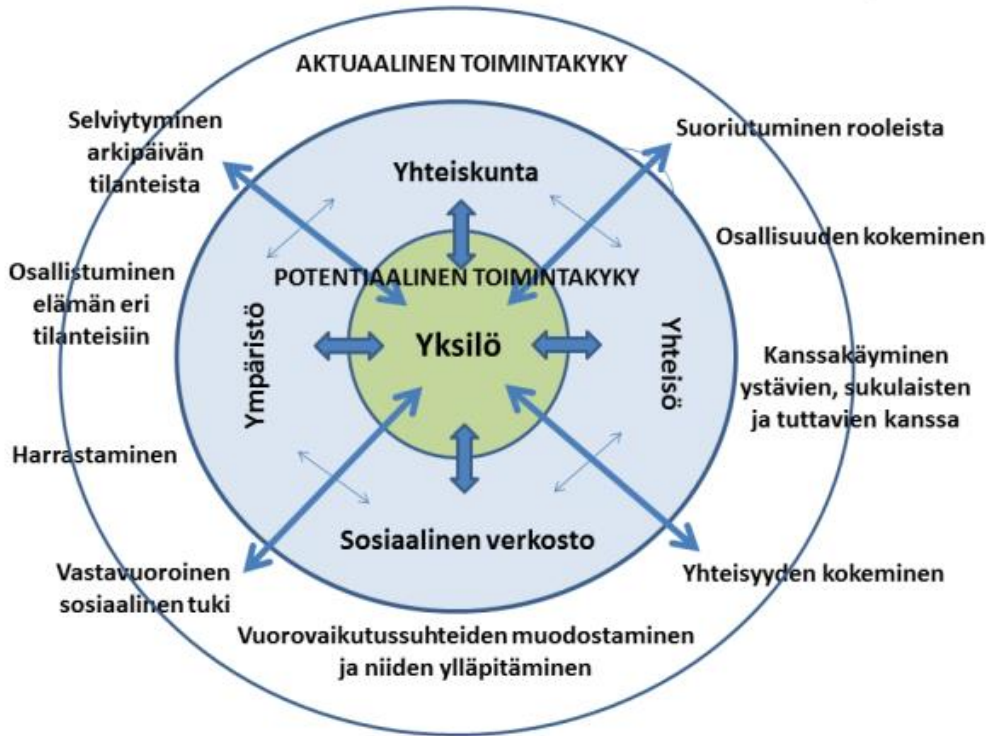
Sijaishuollon toteuttaminen on julkinen hallintotehtävä. Sijaishuolto voidaan järjestää joko kunnallisena, valtiollisena tai yksityisenä laitoshuoltona (Saastamoinen 2020, s.12–14). Tämä opinnäytetyö tulee yksityisen lastensuojeluyksikkö Pihakoivun käyttöön.

3 SOSIAALINEN TOIMINTAKYKY

Kannasojan (2013,17) mukaan sosiaalinen toimintakyky on käsitteenä epämääräinen, eivätkä sosiaalialalla työskentelevät henkilökään osaa välttämättä antaa yhtä tyhjentävää määritelmää. Eloranta ja Punkanen (2008, 16–18) määrittelevät teoksessaan sosiaalisen toimintakyvyn ihmisen valmiuksiksi suoriutua elämässä niin toisten ihmisten kanssa kuin yhteiskunnassa. Tällä tarkoitetaan esimerkiksi kykyä toimia yhteisön jäsenenä sekä suoriutumista sosiaalista rooleista. Eri toimintakyvyn osa-alueet ovat keskenään kiinteässä vuorovaikutuksessa, ja laaja sosiaalinen verkosto edistää myös fyysistä ja psyykkistä toimintakykyä ja hyvinvointia. Tämän vuoksi sosiaalisen toimintakyvyn ylläpitäminen on tärkeää ihmisen kokonaisvaltaisen terveyden ja hyvinvoinnin kannalta. Terveyden- ja hyvinvoinninlaitoksen (THL 2017) kansalaisille teettämän kyselyn mukaan sosiaalisella toimintakyvyllä tarkoitetaan arjen ja elämänhallintaa ja niiden parantamista, kykyä toimia yhteisössä, ihmisen kokonaisvaltaista hyvinvointia sekä osallisuutta. Sosiaalisen toimintakyvyn käsitteeseen (Sosped-säätiö sosiaalinen toimintakyky, [viitattu 7.3.2021]) liittyy yksilöllisiä piirteitä, kuten temperamentti ja sosiaaliset taidot. Lisäksi käsitteeseen liittyy myös ulkopuolisia rakenteita, kuten sosiaaliset verkostot ja ympäristö. Vahva sosiaalinen toimintakyky antaa myös edellytyksiä tavoitteiden löytämiselle ja saavuttamiselle sekä arjessa selviytymiselle. Tiikkaisen (2013, 284) mukaan sosiaalinen toimintakyky poikkeaa muista toimintakyvyn ulottuvuuksista siinä, että sitä ei voida tarkastella pelkästään yksilön ominaisuutena.

Sosiaalisen toimintakyvyn heikkeneminen voi johtua muun muassa vaikeasta elämäntilanteesta, kuten mielenterveyden häiriöstä tai työttömyydestä. Heikkeneminen taas näkyy esimerkiksi vaikeutena suoriutua arkipäiväisistä, sosiaalisuutta ja vuorovaikutusta vaativista tehtävistä. (Sosped, sosiaalinen toimintakyky, [viitattu 8.3.2021].)

Kuvassa 1 on esitetty sosiaalisen toimintakyvyn keskeiset osa-alueet ja niiden keskinäinen vuorovaikutus. Yksilön potentiaalinen sosiaalinen toimintakyky muodostuu keskiössä olevan yksilön (esim. sosiaaliset taidot, tavoitteet, arvostukset) ja sosiaalisen verkoston, ympäristön (fyysinen ja asenneympäristö), yhteisön ja yhteiskunnan välisessä dynaamisessa vuorovaikutuksessa niiden tarjoamien mahdollisuuksien ja rajoitteiden puitteissa. Aktuaalinen eli todellinen sosiaalinen toimintakyky ilmenee mm. vuorovaikutuksena sosiaalisen verkoston kanssa, sosiaalisena osallistumisena sekä yhteisyyden ja osallisuuden kokemuksina. (Tiikkainen & Pynnönen 2018.)



Kuva 1 Sosiaalisen toimintakyvyn käsite (Tiikkainen 2018).

4 Sosiaaliseen toimintakykyyn vaikuttavat tekijät

Sosiaaliseen toimintakykyyn vaikuttavat useat eri tekijät, kuten esimerkiksi perhesuhteet sekä yksilön luonne (Kannasoja 2013, 130). Käsitlemme tässä opinnäytetyössä muutamia sosiaaliseen toimintakykyyn vaikuttavia tekijöitä, sillä tekijöitä on todella laajasti, ja ne vaikuttavat jokaisen yksilön kohdalla eri tavoin. THL:n ja Turun yliopiston (8.6.2021) tekemän tutkimuksen mukaan kodin ulkopuolelle sijoitetuista lapsista yli puolella on psykiatrisia tai neurokehityksellisiä häiriöitä. Tutkimuksessa selvisi, että kodin ulkopuolelle sijoitetuista lapsista 62 prosentilla diagnosoitiin mielenterveyshäiriö ennen 18 vuoden ikää. Vastaava luku muilla lapsilla oli 18 prosenttia. Tutkimus osoitti myös, että neuropsykiatrisista ongelmista kärsivät lapset päätyvät lastensuojeluun huomattavasti muita lapsia useammin. Tutkimuksen mukaan joka neljäs diagnoosin saaneista oli ollut sijoitettuna kodin ulkopuolelle ainakin kerran ennen 18 vuoden ikää. ADHD-diagnoosin saaneista oli ollut sijoitettuna 28 prosenttia. Tulokset korostavat, että lastensuojelun työntekijät tarvitsevat vankkaa ymmärrystä siitä, miten lasten ja nuorten mielenterveyttä tuetaan jokapäiväisessä elämässä. (Kääriälä ym. 8.6.2021.) Tämän vuoksi käsitlemme tässä osiossa myös mielenterveys- ja neuropsykiatrisia häiriöitä sekä niiden vaikutusta sosiaaliseen toimintakykyyn.

Lastensuojelulain mukaan sijaishuollossa olevan nuoren perhe on tavoitteena yhdistää jälleen ja sijoitus purkaa. Aina tämä ei kuitenkaan ole lapsen edun mukaista, sillä jos lapsi on asunut kodin ulkopuolella pitkään, on kotiin sopeutumisessa myös haasteita. (THL, sijaishuollon päättymisen, [viitattu 1.4.2021].) Toive perheen yhdistämisestä voi antaa nuorelle halua toimia sääntöjen mukaisesti sekä kehittää toimintakyvyn osa-alueita.

Sosiaaliseen toimintakykyyn vaikuttavat esimerkiksi tässä osiossa esitellyt mielenterveyden häiriöt, neuropsykiatriset häiriöt sekä perhesuhteet. Kaikilla näillä asioilla on vaikutusta siihen, miten nuori pystyy olemaan sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Usein sijaishuollossa olevalla nuorella haasteet ovat moninaisia, ja useat eri tekijät vaikuttavat nuoren toimintakyvyn osa-alueisiin. Syy-seuraussuhteet on tärkeä hahmottaa, kun ajatellaan tekijöiden vaikutusta sosiaaliseen toimintakykyyn. Esimerkiksi masentuneen nuoren voi olla vaikeaa kyetä edes arkisiin toimintoihin, jolloin myös sosiaalisten kontaktien ylläpito voi olla haasteellista.

4.1 Perhesuhteet

Perhe on osoittautunut laajaksi nuorten sosiaalista toimintakykyä selittäväksi tekijäksi (Kannasoja 2013,130). Sijaishuollossa olevilla nuorilla perhesuhteet ovat usein haastavia. Mahdolliset perhesuhteissa tapahtuneet muutokset lapsuuden aikana voivat vaikuttaa nuoren sosiaaliseen toimintakykyyn (Kannasoja 2013, 10). Vanhempien vanhemmuustyyli vaikuttaa nuoren sosiaalisen toimintakyvyn kehittymiseen. Vanhemmuustyyllillä tarkoitetaan tyyliä, joka muodostaa lasten ja vanhempien välisen tunneilmapiirin perheessä (Darling & Steinberg 1993).

Lastensuojelulaissa korostetaan lapsen oikeutta tavata vanhempiaan. Myös yhteydenpitoa on tuettava ja tavoite perheen jälleenyhdistämisestä huomioitava. (LsL 54 § ja LsL 4 §.) Kun lapsi otetaan huostaan, vanhempien huoltajuus päättyy. Tämä ei kuitenkaan tarkoita sitä, että vanhemmuus päättyisi. Sijaishuoltoyksikössä on tärkeää vaalia lasten suhteita vanhempiinsa, vaikka lapsi ei asu enää vanhempien kanssa. Huomattavaa on myös, että erilaisten perheyhteyksien kautta joku muu aikuinen kuin oma vanhempi voi myös olla lapselle todella tärkeä ja läheinen.

Kati Kallisen artikkelissa "Perhehoitoon sijoitettujen lasten suhteet biologisiin vanhempiinsa" kuvataan hyvin kipukohtia, joita lasten sijoittaminen kodin ulkopuolelle tuo perhesuhteisiin. Artikkelissa on tehty tutkimusta, jossa on haastateltu sijoitettuja lapsia heidän perhesuhteistaan. Tuloksissa esiin on noussut kolme pääryhmää: julkisen vallan säätelemät suhteet, eheät äitisuhteet ja säröiset isäsuhteet. Tunnetasolla lapsilla on tärkeitä suhteita molempiin vanhempiinsa, mutta tutkimusaineiston perusteella isät ovat kuitenkin etäisempiä suhteissa kuin äidit. Sijoitetuilla lapsilla myös lasten huoltajuuden muuttuminen sijoittavalle kunnalle sekoittaa perhesuhteita, ja lapsen henkilökohtainen kokemus perheestä on eriävä jokaisella. Tutkimuksen mukaan sijoitetut lapset tarvitsevat tietoa ja vahvistusta perhesuhteilleen, sillä se tukee heidän hyvinvointiaan kokonaisvaltaisesti. (Kallinen, [viitattu: 2.5.2021].)

Perheenjäsenen kuoleman kohdanneessa perheessä suru on läsnä, ja jokainen perheenjäsen käsittelee surua ikä- ja kehitystasonsa mukaisesti. Perheenjäsenen kuolema kuormittaa jokaista perheenjäsentä, jolloin vanhemman huomio ei voi keskittyä täysimääräisesti lapseen. Yhden vanhempansa Suomessa menettää vuodessa noin 2000 alle 18-vuotiasta lasta tai nuorta. (Monimuotoiset perheet verkosto, [viitattu: 1.10.2021].)

Lastensuojeluyksikössä ohjaajana toimivan henkilön on hyvä varautua kohtaamaan kuoleman kohdannut perhe. Vanhemman kuolema voi johtaa nuoren sosiaalisen toimintakyvyn heikkenemiseen esimerkiksi tilanteessa, missä nuori eristyy tunteidensa kanssa.

4.1.1 Perhemallit

Perherakenteet ovat muuttuneet Suomessa 2000-luvulle tultaessa. Ensisynnyttäjien keski-ikä on noussut ja syntyvyys alentunut. Myös avioliittojen solmiminen on vähentynyt ja parisuhteen ulkopuolisten lasten syntyvyys noussut. Tämä on hyvä huomioida myös sijaishuollossa, sillä perheiden haasteet muuttuvat samalla, kun erilaiset perhemallit yleistyvät. (Berg 25.1.2012.) Tässä kappaleessa esittelemme muutamia perhemalleja, jotka sijaishuollon ohjaajan on hyvä huomioida työskennellessään nuorten vaikeuksien kanssa.

Vuonna 2020 yli viidesosa kaikista perheistä Suomessa oli yhden vanhemman perheitä. Tästä voidaan päätellä, että myös sijaishuollon asiakkaiksi päätyy useita nuoria, joilla on elämässään ollut vain yksi vanhempi. Yhden vanhemman perheessä haasteena voi usein olla se, että käytössä on vain yhden aikuisen varallisuus, jolloin perheen taloustilanne voi usein olla heikko. Tämä johtaa esimerkiksi nuoren harrastuksen vähenemiseen. Toisaalta myös yhden vanhemman perheessä vanhemman työssäkäynti rajoittaa nuorelle annettua huomiota. (Monimuotoiset perheet verkosto [viitattu: 1.10.2021].) Yhden vanhemman perheistä 19 % on kohdannut vakavia taloudellisia vaikeuksia. Valtaosa kuitenkin pärjää hyvin, eikä yhden vanhemman perheessä kasvanut lapsi automaattisesti ajaudu haasteisiin. (Tilastokeskus 2018)

Uusperheet ovat vanhemman uuden parisuhteen myötä syntyneitä perherakenteita, joihin voi kuulua sekä lapsia edellisestä liitosta sekä lapsia uuden kumppanin kanssa yhdessä. Uusperheessä haasteena voi olla, että nuori jää tai kokee jäävänsä vaille riittävää huomiota ja päätyy sitä kautta kohtaamaan haasteita ja tulemaan lastensuojelun asiakkaaksi. Uusioperhe voi myös aiheuttaa nuorella paljon erilaisia sopeutumisvaikeuksia etenkin, jos nuorella on jo haasteita sosiaalisen toimintakyvyn osa-alueilla. (Monimuotoiset perheet verkosto, [viitattu: 1.10.2021].)

Sateenkaariperheellä tarkoitetaan lapsiperhettä, josta toinen tai molemmat vanhemmat kuuluvat seksuaaliselta suuntautumiseltaan tai sukupuoleltaan vähemmistöön. Perheiden

kirjo on laaja, mikä sosiaalialan ammattilaisen hyvä tiedostaa. (Sateenkaariperheet, [viitattu: 16.10.2021].) Lasten hyvä ja tasapainoinen kehitys vaatii hyvää vanhemmuutta, riippumatta siitä, kasvaako lapsi sateenkaariperheessä vai ei. (Solantus 2003, 24.) Sateenkaariperheen määrittely on haastavaa, sillä sateenkaariperheeksi määritellään monimuotoinen joukko erilaisia perheitä.

Suomen väestöstä noin 8 % on ulkomaalaistaustaista. Viime vuosina maahanmuutto on nostanut suomen väestönkasvua, joka on ollut matalalla tasolla. Yksi tavanomaisimmista syistä maahanmuutolle on perheen yhdistäminen (Valtioneuvosto 2021). Usein maahanmuuttajaperhe on ajautunut erilleen, mikä näkyy sijaishuollossa nuorina, jotka ovat maassa ilman perhettään. Nuori, joka on yksin vieraassa maassa, tarvitsee paljon tukea yhteiskunnalta sekä ymmärrystä ja kulttuurin tuntemusta sijaishuoltoipaikan henkilökunnalta.

4.1.2 Vanhemmuustyylit

Vanhemmuustyylit kuvaavat vanhemman vuorovaikutusta lapsensa kanssa eri tilanteissa. Vanhemmuustyyli on hyvä erottaa kasvatuksesta, sillä se ilmenee esimerkiksi vanhemman tavassa huomioida lapsen tarpeet ja mielipiteet. Tyylin voi havaita lapselle osoitetuissa tunteissa, äänensävyssä ja kehonkielessä. (Keinänen ym. [viitattu 16.8.2021].) Tässä osiossa esittelemme muutamia vanhemmuustyyliä, millä voi olla tulevaisuudessa vaikutusta nuorelle kehittyvään sosiaaliseen toimintakykyyn.

Vanhemmuustyylit muodostuvat lämpimyydestä ja kontrolloitavuudesta, kahdesta keskeisestä vanhemmuuden ulottuvuudesta. Aunola (2001) käyttää vanhemmuustyyleistä nimitystä kasvatustyyli, minkä vuoksi tässä kappaleessa esiintyy molempia nimikkeitä, vaikka käytännössä puhutaan kuitenkin samasta asiasta. Lämmintä kasvatustyyliä noudattavat vanhemmat pyrkivät johdonmukaisesti osoittamaan lapselle tämän käyttäytyessä hyvin sekä huomioimaan muun muassa lapsen tunteita, tarpeita ja mielipiteitä. Kontrolloivat vanhemmat taas pyrkivät asettamaan lapsensa käyttäytymiselle korkeita vaatimuksia ja ylläpitävät tiukkaa ja johdonmukaista kuria. Lämpimyyden ja kontrollin erilaisista yhdistelmistä muodostuu vanhemmuustyylien nelikenttä. Kasvatustyyliä ovat auktoritatiivinen, autoritaarinen, salliva sekä laiminlyövä. Kuvassa 2 kasvatustyyliä on selitetty nelikentän avulla.

Vanhemmuustyyliin kuuluu vanhempien käyttämä kontrolli lapsen kasvatuksessa. Kontrollointi on jaettu psykologiseen ja behavioraaliseen kontrolliin (Darling 1999.) Myös tunteiden ilmaisu on kontrollointitapa. Behavioraaliseen kontrolliin tarkoitetaan arkisiin asioihin, kuten kotitöihin liittyvää kontrollointia. Behavioraaliseen tyyliin kuuluu myös lapsen hyväkäytöksisyys sekä sääntöjen noudattamisen tarkkailu. Tällaista kontrollointia käyttävä vanhempi on tietoinen lapsensa liikkeistä sekä siitä, kenen kanssa lapsi aikaansa viettää. Psykologinen kontrollointi käyttää hyväkseen vanhemman ja lapsen välistä suhdetta, sekä vaikuttaa lapsen tunne-elämään kielteisesti. Mustasukkaisuus, syyllistäminen ja häpeä kuuluvat tähän kontrollointitapaan. Ilman psykologista vapautta lapsi ei pääse kehittämään omaa identiteettiään. (Barber ym. 1996.)



Kuva 2 Kasvatustyylien nelikenttä (Kannasoja 2003, Maccoby & Martinin 1983 mukaan).

Auktoritatiivisen kasvatustyylin ominaispiirteitä ovat vaativuus ja vastaanottavaisuus, joiden on osoitettu tarjoavan lähtökohdan lapsen sopeutumiskyvyn kehitykselle, koulumenestykselle, itseluottamukselle ja sisäiselle motivaatiolle. Tyyli vaatii aikuiselta ymmärrystä ja rakkautta, mutta myös jämäkkyyttä pysyäkseen asettamissaan käyttäytymissäännöissä. (Tahkokallio 2003, 217.) Autoritaarisessa kasvatustyyliin on paljon vaativuutta, mutta vähän vastaanottavuutta (Aunola 2001, 13). Tällöin aikuinen on usein etäinen, vaikeasti saatavilla oleva ja tunnesuhteissaan kylmä. Perheessä on tiukat säännöt ja lasten tulee noudattaa niitä. Perheessä saattaa olla iloton ja uhkaava ilmapiiri.

Lapsi ei voi olla varma hyväksytyksi tulemisestaan, mikä johtaa siihen, että lapsi jatkuvasti aistii vanhempiansa mielialoja ja mukautuu niihin. (Värri 2000, 120.)

Sallivassa kasvatustyyliässä vanhempi ei ole niinkään vaativa vaan hyvin vastaanottavainen. Hän kohtelee lastaan sydämellisesti ja lämpimästi, mutta epäjohdonmukaisesti. Tällöin aikuisen oma lempeys estää lasta noudattamasta sääntöjä. (Tahkokallio 2003, 216–217.) Sallivan kasvatustyylin mukaisessa perheessä ei ole minkäänlaisia pelisääntöjä, vaan lapset saavat päättää asioista omien mielihalujensa mukaan. Hallitsemattomassa ympäristössä kasvavalle lapselle ominaista on itsesäätelyn heikkeneminen sekä impulssiherkkyyden lisääntyminen. On todettu, että sallivalla ja laiminlyöväällä kasvatustyyllillä on yhteyttä siihen, että lapsi alisuoriutuu. (Aunola 2001, 13.)

4.2 Sosiaaliset taidot

Sosiaalisten taitojen määritelmä on laaja. Tärkeää on erottaa, että sosiaalisuudella ei tarkoiteta samaa asiaa kuin sosiaalisilla taidoilla. Sosiaalisia taitoja jokainen voi oppia, toisin kuin sosiaalisuutta, joka on luonteenpiirre. Tiivistettynä sosiaaliset taidot tarkoittavat kykyä olla ja tulla toimeen muiden ihmisten kanssa sosiaalisessa vuorovaikutuksessa, ymmärtää toisen ihmisen näkökantoja ja tunteita. (Keltinkangas-Järvinen 2011, 18–25.) Sosiaaliset taidot pitävät sisällään vuorovaikutustaidot sekä käytöstavat.

Hyvät sosiaaliset taidot omaava ihminen kykenee toimimaan ja keskustelemaan rakentavasti. Sosiaaliset taidot kehittyvät osittain kasvatuksen mukana, joten on ymmärrettävää, että kodin ulkopuolelle sijoitetulla lapsella tai nuorella voi olla jo lähtökohtaisia haasteita sosiaalisessa kanssakäymisessä verrattuna nuoreen, joka on saanut kasvaa turvallisessa ja tukevassa ympäristössä. (Keltinkangas-Järvinen 2011, 18–25.)

Jokaisessa ikävaiheessa ihminen kehittää jatkuvasti sosiaalisia taitojaan eri tavoin kehitystehtävän mukaan. Nuoruudessa sosiaalisten taitojen kannalta tärkeitä ovat etenkin persoonallisuuden ja tunne-elämän kehittyminen sekä ajattelun ja moraalin kehittyminen. Myös ystävyysuhteiden kehittyminen on hyvin tärkeää. (MLL 2017b; MLL 2017c). Nuoruudessa ikätovereiden tärkeys korostuu, kun aletaan irtautua vanhemmista. Tällöin nuoren hyväksyttävyyden luokkakavereiden keskuudessa on yhä tärkeämpää, mikä näkyy

ikätovereiden välisissä sosiaalisissa suhteissa. (Aalto-Setälä & Marttunen 2007, 207.) Tällä on myös vaikutusta nuoren osallisuuteen ja sitä kautta sosiaaliseen toimintakykyyn.

4.2.1 Vuorovaikutustaidot

Kun puhutaan vuorovaikutuksesta, sillä tarkoitetaan kommunikaatiota, joka tapahtuu kahden tai useamman ihmisen välillä. Vuorovaikutus on siis nimensäkin mukaisesti vuorotellen toisiinsa vaikuttamista. Toisen kommunikaatiota tulkitaan ja siihen vastataan oman tulkinnan perusteella. Vuorovaikutustaidoissa kehitettävää voi olla myös sosiaalisesti taitavalla yksilöllä, jolloin haasteeksi voi tulla esimerkiksi kuuntelun taito. (Nyyti ry, [Viitattu 16.10.2021].)

Vuorovaikutustaitoja voidaan kehittää koko elämän ajan. Tässä opinnäytetyössä läpikäydyistä sosiaalista toimintakykyä vahvistavista menetelmistä osa on vuorovaikutuksen kehittämistä. Vuorovaikutustaitojen kehittäminen antaa valmiuksia tulkita ihmisten viestejä, niin sanallisia kuin sanattomia. Oppiakseen kehittyneitä vuorovaikutustaitoja täytyy ensin tulla tietoiseksi empatiakyvystä. Empatialla tarkoitetaan kykyä eläytyä toisten ihmisten tunteisiin ja mielentiloihin. Empatia opitaan tavallisesti jo lapsuudessa, mutta sitä voi harjoitella koko elämän ajan kaikissa ihmissuhteissa. (Mieli ry 17.10.2021.)

Sosiaalialan ammattilaisen on tärkeää muistaa omana työkalunaan positiivisen vuorovaikutuksen kulmakivet. Rohkaisemalla ja kannustamalla nuorta voidaan saada aikaan myönteisiä kokemuksia. On tärkeää muistaa kannustaa nuorta myös todella pienistä kehitysaskelista haasteiden kanssa. Tarkkaavainen läsnäolo ei aina tarvitse sanoja, ja sijaishuoltoyksikössä esimerkiksi television katselu yhdessä nuoren kanssa voi myös olla turvaa tuova vuorovaikutustilanne. Palautteen antoa pidetään myös positiivisena vuorovaikuttamisen keinona. Palautetta tulee antaa myönteisessä hengessä, mutta kuitenkin tosiasiat huomioiden ja kaunistelematta. Tällöin nuori tulee myös tietoiseksi tosiasioista. (Mieli ry 17.10.2021).

4.2.2 Käytöstavat

Sosiaalisia taitoja, erityisesti käytöstapoja opetettaessa tulisi kiinnittää huomiota asioihin, joissa lapsella tai nuorella on ilmennyt puutteita. Taitoja on hyvä harjoitella erilaisissa

käytännön tilanteissa, jotta ne vakiintuisivat. (Mielenterveystalo 2013, 1.) Hyvät käytöstavat opitaan jo lapsuudessa mallioppimalla. Sijaishuollossa asuvan nuoren perhesuhteissa on usein haasteita, jolloin myös mallioppiminen on haastavampaa kuin ydinperheessä kasvaneella nuorella. Hyvät käytöstavat kertovat ihmisten välisestä kunnioituksesta toisiaan kohtaan. Lastenpsykiatri Raisa Cacciatoren (2008, 93–96) mukaan arvot välittyvät vanhemmilta heidän lapsilleen, kun he viettävät aikaa yhdessä. Toisten ihmisten kunnioitus opitaan kotoa. Cacciatore kertoo, että tärkeitä hyvien käytöstapojen merkkejä ovat esimerkiksi kauniisti puhuminen, toisen hyvä kohtelu sekä ystävällisyys.

4.3 Neuropsykiatriset häiriöt

Neuropsykiatrisilla häiriöillä tarkoitetaan tavallisesti häiriöitä, joissa esiintyy neurokognitiivisten toimintojen poikkeavuutta sekä tunnesäätelyyn ja käyttäytymiseen liittyviä ongelmia. Neuropsykiatrisissa häiriöissä aivojen keskittymistä, motivaatiota, impulsiivisuutta, aktiivisuutta, tunnetilaa tai sosiaalista käyttäytymistä säätelevät hermorataverkostot toimivat puutteellisesti. Toiminnalliset hermorataverkostot yhdistävät toisiinsa säätelyyn osallistuvia tumakkeita, valkean kuorikerroksen eri alueilta. Ratojen toimintahäiriö heijastuu myös hermosolujen välisestä viestinnästä vastaavien välittäjäaineiden, kuten dopamiinin, glutamaatin tai noradrenaliinin toimintaan. Osaa neuropsykiatrisista häiriöistä voidaan hoitaa lääkkeillä. Näiden teho perustuu pääasiallisesti välittäjäaineiden toiminnan tehostamiseen tai estämiseen. (Parikka ym. 2017, 10.)

Neuropsykiatrinen oireilu vaikuttaa tunteiden ja käyttäytymisen säätelyyn ja siten sosiaalisiin suhteisiin sekä kognitiivisen tiedon käsittelyyn, muttei älykkyyteen (Parikka ym. 2017,11). Neuropsykiatrisen häiriön omaava ihminen hahmottaa maailman ja toimii siinä eri tavalla kuin henkilö, jolla tällaista häiriötä ei ole. Häiriö voi olla niin sanotusti hankittu, jolloin se ilmenee normaalin toimintakyvyn muutoksena esimerkiksi tapaturman tai sairastumisen jälkeen. Häiriö voi olla kehityksellinen, jolloin se syntyy aivojen kehityksen aikana ja ilmenee lapsuuden kehitysvaiheiden viiveenä tai poikkeavuutena. Yleensä oireet jatkuvat koko elämän ajan, mutta ne voivat lievittyä tai jäädä kokonaan pois aikuistuesssa. Vaikka kehitykselliset häiriöt alkavat tavallisesti jo lapsuudessa, voi etenkin alle kouluikäisillä oireet olla epätarkkoja ja yleisluontoisia. Varhaisia oireita voivat olla puheen tai motoriikan

kehityksen viive, univaikeudet, syömisen valikoivuus, levottomuus ja vaikeudet tunteiden säätelyssä ja kaverisuhteissa. Vastaavia oireita voi kuitenkin esiintyä myös muista syistä ja lyhytaikaisesti ilman erityistä syytä. (Parikka ym. 2017, 10.)

Kehityksellisiä neuropsykiatrisia häiriöitä ovat muun muassa ADHD, autismitilaston häiriöt ja tic-oireet sekä puheen ja kielen kehityksen häiriöt. Kullakin häiriöllä on omat erityispiirteensä, diagnostiset ydinoireensa, mutta samat oireet voivat esiintyä myös toisissa häiriöissä lisäoireena. Oirekuva yleensä muuttuu lapsen kasvaessa. Useita neuropsykiatrisia häiriöitä voidaan myös todeta samanaikaisesti. Monissa tapauksissa liitännäisoina esiintyy toiminnanohjauksen ongelmia sekä aistitiedon käsittelyn vaikeuksia. Neuropsykiatriset häiriöt ovat yleisempiä pojilla kuin tytöillä, joskin tämä johtuu osittain siitä, ettei tytöillä häiriöitä tunnusteta aina yhtä hyvin kuin pojilla. (Parikka ym. 2017, 11.) Neuropsykiatrisen diagnoosin saaneen henkilön kohtaamat haasteet voivat usein olla näkymättömiä tai niitä on hankala havaita. Kasvattaja, joka ei ymmärrä haastavan käyttäytymisen syitä, voi olla myös este nuoren osallisuudelle. Esimerkiksi lapsen rutiinien rikkoutumisesta aiheutunut stressireaktio saatetaan tulkita sellaiseksi seuraukseksi, jota tuetulla harjoittelulla ei voisi muuttaa. (Oksanen & Sollaavaara, 2019, 19.)

4.3.1 ADHD/ADD

Aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriö ADHD (attention difficult hyperactive disorder) on neuropsykiatrisen oireyhtymä, jonka keskeiset oireet ovat tarkkaamattomuus ja/tai impulsiivisuus ja yliaktiivisuus. Oireet voivat esiintyä joko yhdessä tai erikseen. Henkilöllä voi olla kaikkia oireita samanaikaisesti tai pääasiallisesti joko yliaktiivisuus-impulsiivisuushäiriö tai ilman yliaktiivisuutta esiintyvä tarkkaavaisuushäiriö, josta voidaan käyttää myös nimitystä ADD (attention difficult disorder). (Jänntti & Savinainen 2018, 299.) Yliaktiivis-impulsiivisessa muodossa taas ilmenee yliaktiivisuutta muttei merkittäviä keskittymisvaikeuksia (Oksanen & Sollaavaara 2019, 8). ADHD:n ydinoireet ja ilmenemismuodot on esitetty kuvassa 3. Tarkkaavuuden ja aktiivisuuden säätelyn vaikeudet näkyvät esimerkiksi leikin ja toiminnan lyhytjänteisyytenä, vaikeutena tehdä tehtäviä loppuun saakka ja ohjeiden noudattamisessa sekä häiriöherkkyytenä ja tavaroiden hukkaamisalttiutena (Parikka ym. 2017, 32). Oireita lisäävät muun muassa ympäristön häiriötekijät, liikunnan ja unen puute, stressaavat tilanteet sekä voimakkaat tunnetilat (Oksanen & Sollaavaara 2019, 8). Impulsiivisuus näkyy lapsilla usein esimerkiksi

kyvyttömyytenä odottaa omaa vuoroaan. Nuorilla impulsiivisuus voi johtaa äkillisiin opiskelutai työpaikan vaihdoksiin sekä vaikeuksiin ihmissuhteissa. Myös voimakkaat ja äkilliset tunnereaktiot ovat tavallisia. Impulsiivisen henkilön aivoista puuttuu ikään kuin jarru, jolla normaalisti otetaan lisäaikaa toimintaidean järkevyyden arvioimiseen. (Parikka ym. 2017, 33.)



Kuva 3 ADHD:n ydinoireet ja ilmenemismuodot (Oksanen & Sollaavaara 2019).

4.3.2 Tourette

Touretten oireyhtymä on neuropsykiatrinen nykimishäiriö, jossa esiintyy niin yksinkertaisia kuin monimuotoisia nykimisoireita eli tic-oireita. Oireyhtymän taustalla vaikuttaa olevan keskushermoston motorisia toimintoja säätelevien hermoverkoston häiriö. Henkilöllä ilmenee toistuvia tahdottomia monimuotoisia lihasten (motorisia) nykäyksiä ja/tai äännähdyksiä. Motoriset nykäykset vaihtelevat lähes näkymättömistä voimakkaisiin, haittaaviin ja jopa kipua tuottaviin oireisiin. (Jäntti & Savinainen 2018 269–271.) Oireet ilmenevät joka puolella kehoa, mutta yleensä pään, kasvojen ja ylävartalon alueella, jossa ne näkyvät muun muassa nykäyksinä. Motoriset oireet voivat näkyä myös liikesarjoina, kuten kävellessä joka kolmas askel on hyppy. Motorisia oireita ovat esimerkiksi hyppely, nieleskely, nyripistely, itsensä lyöminen tai pureminen. On tärkeää tiedostaa, että motorisiin oireisiin voi kuulua myös ns. ekopraktinen liike, jossa toistetaan tai matkitaan toisten

ihmisten eleitä ja liikkeitä. Tätä asiasta tietämättömät harvoin mieltävät Touretteen liittyväksi ja usein sen oletetaan olevan tarkoituksella tehtyä toisten ärsyttämistä. (Jäntti & Savinainen 2018, 269–271.)

Äännähdykset voivat olla luonteeltaan hyvin erilaisia, esimerkiksi sanoja, vihellystä, naurahtelua, yskimistä, sanojen tai lauseiden toistamista. Koprolaliaksi kutsutussa ilmiössä sanat, usein kiro sanat, tulevat kuulumatta millään tavoin muuhun keskusteluun. Toinen samantyyppinen oire, jossa kiro sanojen sijaan elehditään rivosti, on kopropraksia. (Jäntti & Savinainen 2018, 269–271.) Touretten oireyhtymä aiheuttaa tahdottomien ja usein oudolta tuntuvien lihasnykäysten ja erilaisten äännähdysten vuoksi hämmennystä läsnä olevissa ihmisissä. Oireet aiheuttavat eriasteista ja usein huomattavaa kärsimystä. Tuloksena on monesti sosiaalinen eristäytyminen, häpeän tunteet ja eriasteinen masentuneisuus. Sekä opinnot, että työt saattavat käsiä huomattavasti oireista. (Huttunen 30.11.2018.)

4.3.3 Autismikirjon häiriöt

Parikan ym. (2017,40) mukaan autismikirjon häiriöt ovat neuropsykiatrisia/-biologisia häiriöitä, joille tyypillistä on monimuotoinen ja omaleimainen, mutta kuitenkin yksilöllinen oirekuva. Keskeisiä oireita ovat vaikeudet kielellisessä ja ei-kielellisessä kommunikaatiossa, sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ja kyvyssä luoda, ymmärtää ja ylläpitää ihmissuhteita. Autistisella henkilöllä saattaa olla erityisiä käyttäytymispiirteitä, kuten kaavamaisia, toistuvia rutiineja ja intensiivisiä kiinnostuksen kohteita (Parikka ym. 2017, 40). Erityisten haasteiden rinnalla autismikirjioon kuuluvalla henkilöllä voi olla myös erityisiä vahvuuksia. Tällöin puhutaan epätasaisesta kykyprofiilista. (Oksanen & Sollaavaara 2019, 10.) Autismikirjon häiriöön kuuluvalla nuorella elekieli voi olla hyvin niukkaa tai sitä voidaan käyttää väärissä asiayhteyksissä, mikä voi aiheuttaa muissa hämmennystä. Toiset voivat tulkita elekielen niukkuuden masennukseksi, vihamielisyydeksi tai epäkohteliaisuudeksi. Autismikirjioon kuuluvalla henkilölle sosiaalisten tilanteiden tulkinta on hankalaa, koska toisten eleiden, ilmeiden ja kehonkielen tulkinta ei onnistu automaattisesti. Lisäksi puhetapa voi olla muodollinen ja kirjakielinen, mikä voi muista tuntua siltä, että henkilö haluaa tuoda esille omat taitonsa. Kieli voidaan myös ymmärtää ja tulkita kirjaimellisesti, jolloin vitsit ja vertauskuvat aiheuttavat hämmennyksiä ja sekaannuksia. Vuorovaikutuksen ja kommunikoinnin ongelmiin autismikirjioon kuuluva nuori tarvitsee vahvaa ja selkeää tukea sekä usein aikuisjohtoista opastusta.

4.4 Mielenterveyden häiriöt

Nuoruus on suurten muutosten aikaa, niin biologisesti, sosiaalisesti kuin fyysisestikin. Mielenterveyden häiriöiden diagnosointi nuorilla on kasvanut viime vuosina. Jopa joka neljännellä nuorella on mielenterveyden häiriö, kuten masennus tai ahdistuneisuushäiriö. Useassa tapauksessa voidaan todeta myös useita häiriöitä samalla nuorella. Esimerkiksi paniikki- ja ahdistuneisuushäiriö kulkevat usein käsi kädessä. Mielenterveyspalveluiden kysyntä on kasvanut nuorilla koko 2010-luvun ajan. Mielenterveyshäiriöiksi huomioidaan myös syömishäiriöt, mutta yleisestä uskomuksesta huolimatta ne eivät ole yleisimpiä mielenterveyden häiriötä nuorilla. Vakavuutensa vuoksi ne kuitenkin täytyy huomioida julkisessa keskustelussa. (Tays 10.2.2020.) Tässä kappaleessa käsittelemme muutamia yleisiä mielenterveyden häiriöitä nuorilla.

4.4.1 Masennus

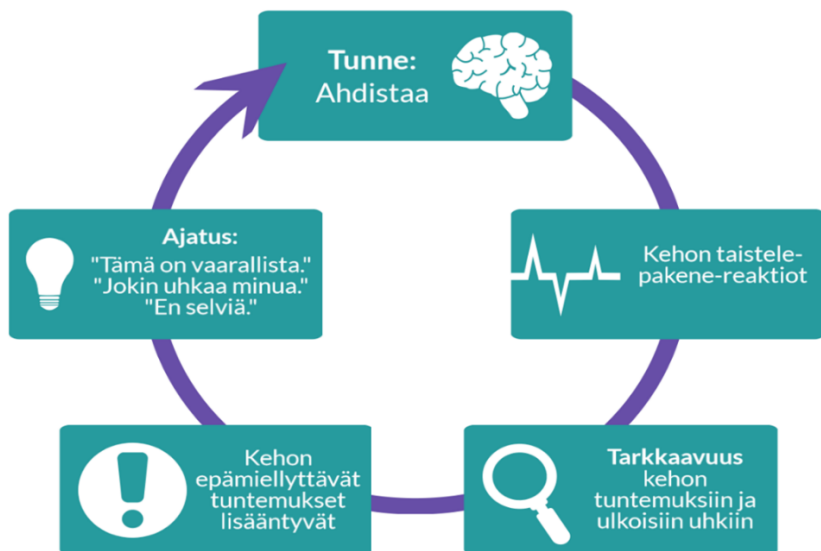
Masennus on pitkäaikaista ja sitkeää eikä se parane hetkessä. Siihen liittyy usein syyllisyyttä, toivottomuutta ja häpeää, jolloin elämä tuntuu ilottomalta ja vastoinikäymisten täyttämältä. Masennukseen voi liittyä myös itsetunnon heikkenemistä, aggressiivisuutta, sosiaalista eristäytymistä, päänsärkyä, pelokkuutta ja jopa lihaskipuja. (Kurtti 2014). Masennus on käsitteen tasolla laaja, ja masennus oireilee yksilöillä eri tavoin. Toimintakyvyn menetys voi olla eri tasoista, eikä masennus aina ilmene toivottomuuden tunteena. Masennus voi olla myös jaksottaista, esimerkiksi vuodenaikojen mukaan.

Nuoren masennus voi piiloutua esimerkiksi ongelmakäyttäytymisen taakse. Masennuksen syntyyn voivat vaikuttaa useat eri tekijät, kuten rasittavat elämäntapahtumat ja päihteiden käyttö. Masennuksen oireena nuorella voi olla eristäytyminen ikätovereista tai arvottomuuden ja häpeän tunne. (Duodecim 30.11.2018.) Näiden tekijöiden valossa on selvää, että masentuneella nuorella on riski sosiaalisen toimintakyvyn heikkenemiseen. On tärkeää, että masennusoireet otetaan vakavasti ja että jo diagnosoitua mielenterveyden häiriötä seurataan, jotta toimintakyvyn heikkeneminen olisi mahdollisimman lyhytkestoista.

Masennusoireilusta kärsivän nuoren sosiaaliset suhteet voivat usein heikentyä masennustilan vuoksi, sillä nuoren kyky vuorovaikutukseen voi olla tilapäisesti alentunut. Masennustila vaatii ymmärrystä nuoren perheeltä sekä ystäviltä. Ihannetilanteessa hyvät ihmissuhteet ja terveelliset ihmissuhteet auttavat paranemisprosessissa.

4.4.2 Ahdistuneisuushäiriö ja paniikkihäiriö

Erilaisten arvioiden mukaan noin 4–11 % suomalaisista nuorista kärsii ahdistushäiriöstä. Nuorista tytöt sairastuvat useammin ahdistushäiriöön kuin samanikäiset pojat. (Nuorten mielenterveyshäiriöt 2014.) Ahdistuneisuushäiriöllä tarkoitetaan tilanteeseen nähden suhteettoman suurta ahdistusta, jolloin ihmisen biologinen “taistele tai pakene” -reaktio aktivoituu. Edellä kuvattu tilanne heikentää nuoren sosiaalista ja psyykkistä toimintakykyä. (Kerola 2018.) Ahdistuksen tunnetta voidaan kuvata monin eri tavoin. Käypä hoito -suosituksen mukaan ahdistus tunnetilana voi olla joko sisäinen tai ulkoinen uhka. Nuori voi kokea vaaran tunnetta ja kehollisia oireita, kuten sydämen sykkeen nousua ja käsien vapinaa. Ahdistuneisuushäiriöstä voidaan puhua silloin, kun ahdistuksen tuntemukset häiritsevät nuoren jokapäiväistä elämää. Ahdistuksen tunnetta nuorelle voi aiheuttaa esimerkiksi erilaiset pelot, kuten sosiaalisten tilanteiden pelko. (Duodecim 7.1.2019.) Mikäli nuorella on sosiaalisten tilanteiden pelko, se aiheuttaa suuren haasteen arjesta selviytymiseen koulumaailmassa. Sosiaalisten tilanteiden pelko ja ahdistuneisuushäiriö kulkevat käsi kädessä. Molempia voidaan lievittää lääkehoidolla, jolloin sosiaaliset tilanteet voivat tuntua helpommalta ja sosiaalista toimintakykyä saadaan ylläpidettyä. (Leinonen 7.1.2019.)



Kuva 4 Ahdistuksen kierre (Mielenterveystalo [viitattu 17.7.2021]).

Kuvassa on “ahdistuksen kierre”. Kierre kuvastaa kehon- ja mielen reaktioita, jotka aktivoivat toisiaan.

5 SOSIAALISEN TOIMINTAKYVYN ARVIOINTI

Terveyden- ja hyvinvoinninlaitoksen (THL) mukaan sosiaalisen toimintakyvyn mittaaminen edellyttää monien ulottuvuuksien tarkastelua. Mittareita on kuitenkin olemassa verrattain vähän ja jo olemassa olevista tarvitaan lisätietoa. Terveyden- ja hyvinvoinninlaitoksen (THL) mukaan sosiaalisen toimintakyvyn mittaamisessa voidaan hyödyntää menetelmiä, jotka kuvaavat kykyä olla vuorovaikutuksessa, suoriutua sosiaalisista tilanteista sekä toimia yhteisön ja yhteiskunnan jäsenenä. THL:n päivitetyn suosituksen mukaan sosiaalista toimintakykyä suositellaan väestötutkimuksissa arvioitavaksi muun muassa yksinäisyyskysymyksellä. Tällä kysymyksellä arvioidaan henkilön koettua yksinäisyyttä. Lisäksi suositellaan käytettäväksi Social Provision Scale (SPS)- mittaria, jolla mitataan yksinäisyyttä, koettua sosiaalista tukea ja vuorovaikutussuhteita subjektiivisesti. (Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos 14.2.2018.)

5.1 Koettu yksinäisyys -kysely

Koettu yksinäisyys -kysely, on helppokäyttöinen ja lyhyt kyselylomake, joka kuvastaa ihmisen koettua yksinäisyyttä. Lomake sisältää vain muutaman kysymyksen, sekä valmiit vastausvaihtoehdot. (Tiikkainen 26.1.2011.) Kyselyn alkuperäinen käyttötarkoitus on yksinkertainen itsearviointiin perustuva yksinäisyyden mittari (Townsend 1957). Kyselyn taustalla on yksinäisyyden kokemuksen mittaamisen haasteet sen moniulotteisuuden sekä subjektiivisuuden vuoksi. Yksinäisyyden kokemukseen haastetta tuovat kulttuurierot, sillä eri kulttuureissa yksinäisyys koetaan eri tavoin. (Tiikkainen 26.1.2011.)

Kyselyssä yksinäisyydestä kysytään suoraan, jolloin tulokset perustuvat ihmisen omaan arvioon yksinäisyydestään. Sanamuodon asettaminen oikein on tärkeää, jotta kysymys ymmärretään oikein. Kysymys korreloi melko vahvasti masentuneisuuden kanssa, mutta yksinäisyys ei kuitenkaan tarkoita samaa kuin masentuneisuus. Yksinäisyyden kokemus myös eroaa sosiaalisesta eristyneisyydestä, eivätkä ne korreloi keskenään. (Tiikkainen 26.11.2011.)

5.2 Social Provision Scale

Social Provision Scale, eli SPS, (suomennettuna sosiaalisten tarjousten asteikko) mittaa sosiaalisen tuen ja terveyden yhteisvaikutusta. Mittarissa näkökulmana on erityisesti

stressinsietokyky. Mittari sisältää kyselylomakkeen, jossa vastaukset pisteytetään asteikolla 1–5. Kysymykset koskevat vastaajan tämänhetkisiä ihmissuhteita. (Tiikkainen ym. 2010.)

Mittarin ovat kehittäneet Cutrona ja Russel (1978) pohjautuen Robert Weissin teoriaan, missä määritellään sosiaaliset suhteet tuottavat toimet. Weissin mukaan vuorovaikutussuhteisiin yksinäisyyden kokemusta tutkittaessa liittyvät seuraavat osiot: kiintymys, liittyminen, arvostus, neuvojen saanti, avun saannin mahdollisuus sekä hoivaaminen.

SPS soveltuu hyvin sosiaalisten suhteiden itsearviointiin sekä koetun yksinäisyyden arviointiin. Kyselyn tekemiseen menee alle 10 minuuttia aikaa. Kysely soveltuu laajalti erilaisille henkilöille. (Tiikkainen ym. 2010.)

5.3 SDQ, vahvuudet ja vaikeudet -kysely

SDQ, vahvuudet ja vaikeudet -kyselyn kohderyhmänä ovat lapset ja nuoret. Kyselyn alkuperäisenä tarkoituksena on auttaa tunnistamaan psyykkisesti oireilevia lapsia ja nuoria. Kyselyssä kartoitetaan lapsen käyttäytymistä, ja siinä on erikseen kyselylomakkeet vanhemmalle, lapsen opettajalle tai muulle läheiselle sekä yli 11-vuotiaalle lapselle. (Borg 10.10.2013.)

Lomake koostuu oirekyselystä ja toimintakykyarviosta. Oirekysely koostuu 25 väitteestä, jotka käsittelevät lapsen käytöstä. Toimintakykyarvio koostuu lapsen käytöksen aiheuttamasta huolesta ja haitasta. Vastaukset pisteytetään 0–2 sen mukaan, aiheuttaako väittämä lainkaan haittaa vai hyvin paljon haittaa. (Borg 10.10.2013.)

Toimintakykyarviossa kartoitetaan lapsen oireilun aiheuttamaa huolta ja haittaa. Vastaaja eli esimerkiksi lastensuojeluyksikön ohjaaja arvioi, onko lapsella vaikeuksia tunnetiloissa, keskittymisessä, käyttäytymisessä tai muiden kanssa toimeen tulemisessa. Tämän jälkeen arvioidaan tarkemmin näiden vaikeuksien kestoja, lapsen omaa huolta vaikeuksistaan, lapsen toimintakykyä eri toimintaympäristöissä sekä vaikeuksien rasittavaa vaikutusta esimerkiksi perheeseen tai lastensuojeluyksikön asukkaisiin. Mikäli eri vastaajien pistemäärät yhdistellään ja huomataan korkeiksi, on mahdollista tunnistaa lapsella tai nuorella riski mielenterveyshäiriölle. (Borg 10.10.2013.)

6 MENETELMIÄ SOSIAALISEN TOIMINTAKYVYN VAHVISTAMISEEN LASTENSUOJELUYKSIKÖSSÄ

Sosiaalisia taitoja harjoiteltaessa sijaishuoltoyksikössä on hyvä pysähtyä miettimään, minkä tekijän seurausta haasteet sosiaalisissa taidoissa ovat. Haaste voi olla ohjaajan tekemissä puutteellisissa tai vääristyneissä havainnoissa, virheellisessä tai vääristyneessä tulkinnassa havaintojen tai kokemusten kautta, tai toimintatavassa, jolla sosiaalisia taitoja yritetään vahvistaa. Vastaavasti taitojen harjoittelu voi perustua havaintojen oikeaan suuntaamiseen, tulkinnan rikastuttamiseen tai toivotun toiminnan harjoitteluun.

Menetelmä on aina apuväline tietyn asian selvittämiseksi tai kehittämiseksi ja nuoren itseilmaisun helpottamiseksi. Menetelmien käyttö ei voi olla tapaamisten itsetarkoitus, vaan tärkeää on pohtia, miksi menetelmää käytetään. On tärkeää, että nuori pitää tavasta, jolla asioita käsitellään, sillä kaikki hyvä ja mukava edistää vuorovaikutusta. Kokeilemalla yleensä löytyy kullekin nuorelle sopivia tapoja käydä läpi hänen kokemuksia elämästään. Olemme koonneet tähän lastensuojeluyksikön arjessa helposti toteuttavissa olevia menetelmiä. Suurinta osaa kyseisistä menetelmistä on myös helppo soveltaa, jolloin menetelmistä saadaan esimerkiksi eri ikäisille sopivia.

6.1 ART-menetelmä

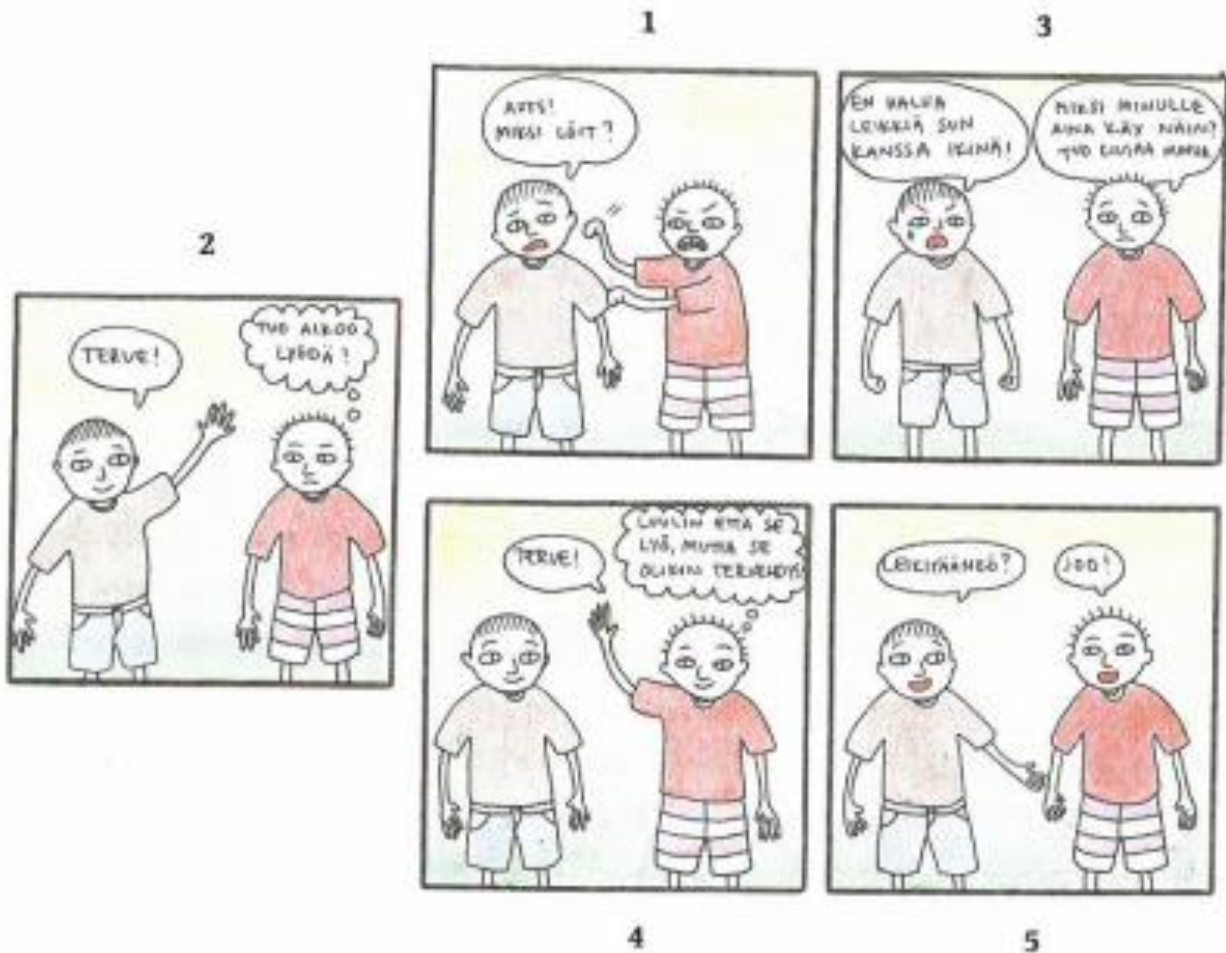
Sosiaalista toimintakykyä lastensuojeluyksikössä voidaan vahvistaa monin eri tavoin. Yhtenä menetelmänä päätimme esitellä ART-menetelmän. ART on lyhenne sanoista "Aggression Replacement Training", eli vapaasti suomennettuna vihan korvaava harjoittelu. ART-koulutuksia järjestää Suomessa esimerkiksi Suomen ART ry (Suomen ART ry [viitattu: 16.4.2021]). Menetelmä perustuu ajatukseen, että nuorten ja lasten tekemille aggressiivisille teoille on aina useita eri syitä, riippumatta olosuhteista, missä aggressiivinen teko on tapahtunut. Tekoihin liittyvät sekä ulkoiset että sisäiset tekijät. (Goldstein ym. 2011. 13–19.)

ART-menetelmän toteuttaminen koostuu kolmesta eri osa-alueesta, jotka ovat sosiaalisten taitojen hiominen, vihanhallinnan harjoittelu ja moraalisen päättelyn harjoittelu. Sosiaalisten taitojen hiomista toteutetaan menetelmässä mallintamisen kautta sekä annetaan useita mahdollisuuksia harjoitteluun. Harjoittelun jälkeen annetaan kehuja sekä ohjeita sosiaalisen tilanteen parantamiseen. Menetelmässä moraalista perustelua harjoitellaan tarinoiden kautta, missä ohjaaja esittelee ongelmatilanteen, mihin nuori pohtii ratkaisua ohjaajan

avustuksella. Harjoitteet pysyvät aina kaavaltaan samanlaisina, ja ne muokataan yksilöllisesti asiakasryhmän arkielämään sopiviksi. ART-menetelmän toimivuutta perustellaan sen rakenteella, mallintamisella, monikanavaisuudella ja yksilöllisyydellä. (EPIS [viitattu 16.4.2021]).

6.2 Sarjakuvamenetelmä sosiaalisen tilanteen selvittelyyn

Tämä menetelmä sopii erityisesti neuropsykiatrisia häiriöitä omaavan nuoren kanssa käytettäväksi. Tilanteesta piirretään yksinkertainen sarjakuva, joka aloitetaan paperin keskelle piirretystä ruudusta "Mitä tapahtui tilanteessa X". Sitten piirretään edeltävä ruutu "Mitä tapahtui ennen tilannetta X". Tässä kohtaa erityistä huomiota kiinnitetään siihen, mitä henkilöt ajattelevat tai tuntevat, mitä he toivovat tapahtuvan ja mihin he pyrkivät. Kolmantena piirretään ruutu "Mitä seurasi tilanteesta X", jossa pohditaan, mitä ensimmäisenä piirretyin ruudun tilanteesta seurasi, ja oliko se henkilöiden toiveiden tai tavoitteiden mukaista. Viimeisenä piirretään keskimmäisen ruudun ylä- tai alapuolelle ruutu "Miten tilanteen olisi voinut ratkaista toisin" ja lisäksi vaihtoehtoinen seurausruutu "Millaisen seuraukset tällä vaihtoehtoisella ratkaisulla olisi ollut". (Parikka ym. 2017, 159.) Näin nuori/ nuoret oivaltavat itse omaa toimintaansa ja sen seurauksia sekä oppivat vaihtoehtoisia toimintamalleja. Sarjakuvan sijasta samanlainen selvittely voidaan toteuttaa myös pienillä leluhahmoilla leikkien. Taiteellisella osaamisella ei ole merkitystä ja sarjakuvassa voidaan käyttää myös puhekuplia.



Kuva 5 Esimerkki sosiaalisen tilanteen selvittelyyn käytettävästä sarjakuvasta (Parikka ym. 2017).

Kuvassa 5 esimerkki sarjakuvasta. Kuvassa on käytetty puhe- ja ajatuskuplia sekä numeroituja ruutuja, mikä selkeyttää kuvien piirtämistä eri järjestyksissä.

6.3 Draama ja asusteet

Erilaisten sosiaalisten tilanteiden näyttelemisen tai erilaisiin rooleihin asettuminen ohjaa nuorta pohtimaan oman toimintansa seurauksia sosiaalisissa tilanteissa. Nuorten kanssa voi käydä läpi esimerkiksi sitä, miten käyttäytyy iloinen/surullinen tai epäkohtelias/ystävällinen ihminen. Roolivaatteiden ja -asusteiden käyttö auttaa nuorta eläytymään rooliinsa. Asusteilla voi myös vahvistaa roolihaamon luonteenpiirteitä. On hyvä pohtia yhdessä, miten toiset reagoivat käyttäytymiseen, mitä tunteita se toisissa herättää ja mikä olisi hyvä ratkaisu tilanteessa. Draaman ja asusteiden avulla keskustelu aiheesta on helpompaa ja tilanteissa on vahvasti läsnä nuoren näkökulma. (Parikka ym. 2017, 160.) Tärkeää on kuitenkin muistaa, että näyttelemisen ja heittäytymisen tulisi olla mukavaa eikä

se saa aiheuttaa nuorelle ahdistavaa oloa. Ohjaajat voivat osallistua myös tilanteisiin ja näin ollen rohkaista nuoria. Tärkeää on osata myös nauraa itselleen.

6.4 Voimavarojen talo

Voimavarojen talo on menetelmä, joka ohjaa pohtimaan jokapäiväisiä mielenterveyteen vaikuttavia tekijöitä. Se on tarkoitettu käynnistämään ja ohjaamaan keskustelua aikuisen ja nuoren välillä. Voimavarojen talo auttaa nuorta tunnistamaan ja hyödyntämään omia voimavarojaan sekä lisäämään itsetuntemusta. Omien voimavarojen näkeminen vahvistaa itsetuntoa ja pärjäämisen tunnetta sekä auttaa suuntautumaan kohti tulevaisuutta. (Mieli ry 2.8.2021.) Itsetuntemus ja minäkuva on suoraan yhteydessä sosiaaliseen toimintakykyyn. Voimavarojen taloa kannattaa hyödyntää omaohjaajahetkissä. Lisäksi sitä voi käyttää myös tutustumisen ja ryhmäytymisen välineenä.

Menetelmässä piirretään paperille viisikerroksinen talo, jossa jokaisessa kerroksessa on kaksi huonetta. Talosta voidaan käyttää myös valmista mallipohjaa. Kysymyksiä voi keksiä itse kunkin nuoren tarpeen mukaan tai ne voivat olla esimerkiksi: 1. KERROS: Kuka olet? Mitä sinulle kuuluu? Kerro jokin tunne, jonka olet tänään tuntenut. 2. KERROS: Mitkä asiat ovat tuottaneet sinulle hyvää mieltä viimeisen viikon aikana? Miten rentoudut? 3. KERROS: Millaiseen yhteiseen toimintaan osallistut mielelläsi? Millaisessa ryhmässä sinun on helppo ilmaista mielipiteesi? 4. KERROS: Kun haluat tai et halua jotain, miten ilmaiset sen muille? Mihin kaipaat tukea tai apua tällä hetkellä? 5. KERROS: Mitä kolmea ominaisuutta arvostat itsessäsi? (Mieli ry 2.8.2021.)

Nuori voi ensin käydä kysymyksiä itsekseen läpi ja kirjata ajatuksiaan paperille, jonka jälkeen hän käy ne yhdessä ohjaajan kanssa läpi. Kysymyksiä voidaan käydä läpi myös heti yhdessä keskustellen. Tärkeää on antaa nuoren kertoa rauhassa ajatuksiaan ja tunteitaan. Kysymysten läpikäynnin ja keskustelun jälkeen nuorelta on hyvä kysyä, millainen olo hänellä on nyt, keskustelun jälkeen. Lisäksi voi kysyä mihin keskustelussa esiin tulleeseen asiaan nuori haluaisi vielä palata tai jäikö jokin asia häntä mietityttämään.

6.5 Läheiskartta

Nuorelle läheisiä ja tärkeitä ihmisiä voi käydä nuoren kanssa läpi läheiskartan avulla. Ajatuksena on kartoittaa nuoren tukiverkostoa ja suhteiden laatua. Keskelle paperia kirjoitetaan nuoren nimi ja ympäröidään se. Nuorta pyydetään kirjoittamaan paperille oman nimensä ympärille kaikkien hänelle läheisten tai tärkeiden tai muutoin elämässään olevien ihmisten nimet. Lisäksi paperille voi laittaa eläimiä, jos nuoren elämään tällaisia kuuluu. Kartalle laitettavien joukossa voi olla myös kuolleita ihmisiä tai eläimiä. Nuoren voi pyytää laittamaan nimet eri etäisyyksille omasta nimestään sen mukaan, kuinka läheisiä tai etäisiä he nuorelle ovat. (Muukkonen & Tulensalo 2003,39.)

Tämän jälkeen karttaa aletaan käydä yhdessä läpi. Läpikäydessä nuorelta kysytään esimerkiksi, kenelle hän kertoo, kun tapahtuu jotain kivaa ja kenelle kertoo kurjat tapahtumat ja tunteet. Voidaan kysyä myös, kenelle nuori toivoisi pystyvänsä kertomaan edellä mainituista asioista. Nuorelta kysytään myös, ketkä kartalla olevista ovat sellaisia, joihin nuori voi luottaa ja jotka ovat turvallisia. Lisäksi voidaan kysyä, onko kartalla joku sellainen henkilö, josta nuori on huolissaan tai joutuu huolehtimaan ja kenen kanssa nuori riitelee. (Muukkonen & Tulensalo 2003,40.)

Läheiskartan läpikäymistä voidaan vielä syventää pyytämällä nuorta kuvaamaan suhteitaan kuhunkin kartalla olevaan ihmiseen tai eläimeen (Muukkonen & Tulensalo 2003,40.) Kartan avulla voidaan myös pohtia, millaisen suhteen nuori haluaisi kuhunkin olevan. Apuna voidaan käyttää myös esimerkiksi erilaisia hymynaamoja. Nuori voi laittaa iloisen hymynaaman sellaisen henkilön kohdalle, johon hänellä on hyvät välit, surullisen taas sellaisen henkilön kohdalle, johon välit ovat huonot tai riitaiset ja neutraalin hymiön taas neutraalin suhteen kohdalle. Läheiskartan tekeminen ja asioiden pohtiminen voi tarkoittaa osalle nuorista hyvinkin kipeiden ja vaikeiden asioiden läpikäymistä. Tämän vuoksi onkin tärkeää tehdä kartta yhdessä luotettavan ja turvallisen aikuisen kanssa. Tekemiseen on hyvä varata tarpeeksi aikaa ja läpikäymistä voidaan jatkaa tarvittaessa toisella kertaa.

6.6 Lapset puheeksi -menetelmä

Lapset puheeksi -menetelmä on strukturoitu työkalu lasten ja nuorten parissa työskenteleville. Suomessa useat ammattikorkeakoulut sekä yliopistot tarjoavat lapset puheeksi -menetelmän koulutusta.

Lapset puheeksi -menetelmässä käydään ensin ohjatun lomakkeen avulla keskustelu, jossa tunnistetaan perheen haasteita. Keskustelun voi käydä erikseen tai yhdessä vanhemman ja nuoren kanssa. Keskustelun tarkoituksena on tuoda näkyväksi vahvuudet ja haavoittuvuudet. (Mieli ry [viitattu: 12.4.2021]). Keskustelun jälkeen koolle kutsutaan Lapset puheeksi -neuvonpito, jossa pyritään järjestämään tukea haavoittuvuuksiin perheessä ja perhesuhteissa. Neuvonpidolla tarkoitetaan verkostopalaveria, jossa ovat mukana perheen kannalta tärkeät henkilöt ja tahot. Siihen voi osallistua useita eri toimijoita ja yhteistyökumppaneita, jotka tukevat nuoren ja vanhemman arkea.

Lapset puheeksi -menetelmän voi toteuttaa myös sijaishuollossa asuvalle nuorelle ja tämän huoltajalle. Keskustelu antaa lisätietoa nuoren tilanteesta ja toimii hyödyllisenä lisätietona nuoren omaohjaajille. Lapset puheeksi -menetelmä suositellaan aloittamaan vasta, kun akuutti kriisi perheessä on ohi, joten keskustelu kannattaa järjestää vasta, kun sijoitusta on jatkunut useita viikkoja. Nuoren on myös tärkeää saada ensin rakennettua luottamuksellista suhdetta menetelmän käyttäjään. (TUNI [viitattu: 12.4.2021]).

6.7 Koira-avusteinen toiminta

Koiralla on vaikutus niin ihmisen psyykkiseen, fyysiseen kuin sosiaaliseenkin hyvinvointiin. Psykologisista ja psykofysiologisista vaikutuksista tärkeänä pidetään oksitosiinisysteemin eli elimistön ns. turvajärjestelmän aktivoitumista eläimen ja ihmisen välisessä vuorovaikutuksessa (Ikäheimo 2013 7, 20). Oksitosiinihormonia erittyy ihmisellä muun muassa hellässä kosketuksessa alentaen kivun tunnetta ja stressitasoa sekä rentouttamalla. Myös koiran oksitosiinitaso nousee, sillä ihmisen kosketuksella on samanlainen vaikutus koiraan. Tämä taas vahvistaa sidettä ihmisen ja koiran välillä. (Tiira 2019 54.) Koira tarvitsee myös päivittäin ulkoilutusta monta kertaa päivässä. Koiran ulkoiluttaminen saattaa johtaa sosiaalisiin tuokioihin ja tutustumisiin, jotka muuten saattaisivat jäädä kokematta. Pienet kohtaamiset saattavat johtaa esimerkiksi ystävyys-suhteisiin, uuden harrastuksen aloittamiseen tai ainakin moninkertaistaa mahdollisuudet uusiin kokemuksiin. (Ikäheimo 2013, 6; Valkila 2019, 8.) Toisaalta pienet, satunnaiset kohtaamisetkin voivat olla ihmiselle todella merkittäviä. Koiran omistaminen voi vahvistaa oman merkityksellisyyden tunnetta, mikä taas voi heijastua ihmissuhteiden luomisiin. (Valkila 2019, 8.)

Siitä huolimatta, että jo pelkällä koiran läsnäololla on myönteisiä vaikutuksia ihmisiin, voidaan koira-avusteisella kasvatus- ja kuntoutustyöllä saavuttaa vielä paljon enemmän. Koiranohjaaja tekee oman pohjakoulutuksensa mukaista asiantuntijatyötä sekä peilaa koira-avusteista tukea omaan asiakasryhmäänsä eli tässä tapauksissa nuoriin. Harjoitteilla on myöskin aina jokin tavoite ja ne tallennetaan, jotta kehitystä voidaan seurata. Myös koiran läsnäolo tilanteessa on perusteltua ja harkittua. Koska kehittyneinkään kone tai lavastettu harjoitus ei voi stimuloida aitoa vuorovaikutteista kohtaamista elävän olennon kanssa, ovat koiran kanssa tehtävät harjoitukset jotain aivan erityistä. (Koirat kuntoutus- ja kasvatustyössä ry [viitattu 7.9.2021].)

Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry järjestää yhdessä Jyväskylän ammattikorkeakoulun kanssa sosiaali-, terveys- ja kasvatustieteiden ammattilaisille kymmenen opintopisteen laajuista täydennyskoulutusta, joka on osa kasvatus- ja kuntoutuskoirakoksi käytävää polkua. Toiminnan toteuttamiseksi voi ottaa myös yhteyttä jo koulutettuihin koirakkoihin, joiden yhteystiedot löytyvät yhdistyksen sivuilta. (Koirat kuntoutus- ja kasvatustyössä ry [viitattu 7.9.2021].)

7 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS JA TUOTOS

Oppaan tarkoitus on auttaa lukijaa tietämään, tekemään sekä oppimaan uutta. Oppaan sisältöä miettiessä on tärkeää lähteä liikkeelle lukijan tarpeesta. (Rentola 2008, 92) Tämä opinnäytetyö on toiminnallinen opinnäyte. Toiminnallinen opinnäytetyö on vaihtoehto ammattikorkeakoulun tutkimukselliselle opinnäytetyölle (Vilkkä & Airaksinen 2003, 9). Toiminnallisella opinnäytetyöllä tarkoitetaan työtä, johon kuuluu jokin tuotos, kuten tässä tapauksessa opas. Tärkeää on, että toiminnallisessa opinnäytetyössä yhdistyvät käytännön toteutus ja sen raportointi tutkimusviestinnän keinoin. Tuotoksen tulee aina perustua teoriapohjaan. Opinnäytetyön tulisi olla työelämälähtöinen, käytännönläheinen ja tutkimuksellisella asenteella toteutettu. Työelämän kanssa yhteistyössä tehty opinnäytetyö vahvistaa opiskelijan projektinhallintaa, tiimityötaitoja sekä tukee ammatillista kasvua (Vilkkä & Airaksinen 2003, 9,10,17.)

7.1 Opinnäytetyön prosessi

Opinnäytetyöprosessin tullessa ajankohtaiseksi aloimme pohtimaan aihetta yhteisten mielenkiinnonkohteiden mukaan. Nopeasti huomasimme, että sijaishuolto on aiheena molempien mielestä kiinnostava ja olisi mielenkiintoista olla osana sijaishuollon kehittämisessä. Toiminnallisen opinnäytetyön ensimmäinen vaihe onkin aiheanalyysi. Aihepiirin valinnassa on ensisijaisen tärkeää, että aihe motivoi ja opiskelija voi kokea voivansa syventää omaa asiantuntemusta aiheesta. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 23.) Meillä molemmilla on myös työkokemusta sijaishuollosta, joten tuntui hyvältä ajatukselta päästä kehittämään myös omaa ammattitaitoa sekä saada omaan työhön uusia materiaaleja hyödynnettäväksi. Otimme yhteyttä Seinäjoella toimivaan yksityiseen lastensuojeluyksikkö Pihakoivun toiminnanjohtajaan, sillä toinen meistä oli tehnyt sijaisuuksia Pihakoivussa. Näin ollen toimeksiantajan valinta oli luonteva ja helppo. Toimeksiantajalta nousi ajatus oppaan tekemisestä sosiaalisesta toimintakyvystä. Pohdinnan jälkeen päädyimme tekemään toiminnallisen opinnäytetyön, sillä toimeksiantajalle oli todellinen tarve oppaalle. Myös luovuuden käyttäminen työn tekemisessä kiinnosti ja oman näköisen tuotoksen aikaansaaminen tuntui hyvältä ajatukselta. Toiminnallisen opinnäytetyön tekemiseen kuuluu myös toimintasuunnitelman laatiminen, jossa vastataan kysymyksiin, mitä, miten ja miksi se tehdään (Vilkkä & Airaksinen 2003, 27). Aluksi ajattelimme tehdä laajemman tuotoksen toimintakyvystä, mutta keskusteltuamme sekä toimeksiantajan että opinnäytetyön ohjaajan

kanssa, tulimme siihen tulokseen, että rajaamme aiheen sosiaaliseen toimintakykyyn. Rajaamiseen vaikuttivat omat mielenkiinnonkohteemme, aiheen ajankohtaisuus ja se, että tästä aiheesta emme löytäneet aikaisemmin tehtyä opinnäytetyötä. Toimeksiantaja antoi meille vapaat kädet työn sisällön ja ulkonäön suhteen. Tässä vaiheessa teimme myös aikataulun, jonka päätavoitteena oli valmistua vuoden 2021 loppuun mennessä.

Teoriapohjan kirjoittamisen aloitimme alkuvuodesta 2021. Tämä oli selkeästi työläin vaihe opinnäytetyöprosessissa. Lähteitä etsimme laajasti eri tietokantoja käyttäen, mutta nopeasti huomasimme, että aihetta on käsitetty suhteellisen vähän verrattuna muihin toimintakyvyn osa-alueisiin, joita ovat fyysinen ja psyykinen toimintakyky. Lähteiden etsimistä varten jaoimme vastuuta omien mielenkiintojemme mukaan, jotta motivaatiota olisi helpompi ylläpitää. Keväällä kirjoittamisen prosessi hidastui hieman, sillä työharjoittelut ja muut opinnot veivät valtavasti aikaa. Tässä vaiheessa pyrimme tukemaan toisiamme erityisen paljon, jotta kumpikaan ei kuormittuisi liikaa. Myös aikataulujen tekeminen nousi tärkeään rooliin. Teoriapohja rakentui kuitenkin pikkuhiljaa. Kesän aikana uurastimme erittäin ahkeraan kirjoittamalla sekä teoriapohjaa että tekemällä samalla opasta valmiiksi. Syyskuussa pidetyssä seminaarissa esitimme kakkosseminaarityön. Tässä vaiheessa olimme aikataulua hieman edellä. Seminaarissa saatujen palautteiden ja opponoinnin perusteella teimme vielä muutoksia ja viilauksia sekä teoriapohjaan että oppaaseen. Lisäsimme yhden menetelmän sekä laajensimme teoriapohjaa sosiaalisten taitojen ja perhesuhteiden osalta.

7.2 Oppaan toteutus

Oppaan suunnittelun aloitimme keväällä 2021 pohtimalla, mitä asioita oppaan olisi hyvä sisältää. Teimme Pihakoivun henkilökunnalle suunnatun Google docs -kyselyn, jolla keräsimme ajatuksia ja toiveita työntekijöiltä (ks. liite 1). Tällä varmistamme sen, että opas vastaa juuri tilaajan tarpeeseen. Kysely lähetettiin ensin Pihakoivun toiminnanjohtajalle, joka välitti tiedon eteenpäin yksikönjohtajille. Kyselyyn saimme vastauksia kolmelta yksikönjohtajalta. Suurimmaksi toiveeksi opasta koskien kyselystä nousi esille tarve selkeälle sosiaalisen toimintakyvyn arviointimenetelmälle. Lisäksi kaivattiin lisää ymmärrystä sosiaalisesta toimintakyvystä ja siihen vaikuttavista tekijöistä. Facebookissa laitoimme myös sosionomien uraverkosto-ryhmään kyselyä siitä, millaisia arviointimenetelmiä lastensuojeluyksiköissä toimivat sosionomit käyttävät arvioidessaan

lapsen tai nuoren sosiaalista toimintakykyä. Vastauksia saimme kolme, ja niistä nousi esiin, ettei tällaisia menetelmiä juuri ole. Yhdessä vastauksessa kerrottiin, että käytössä on yrityksen sisäinen menetelmä.

Pohdimme oppaan sisältöä ja sitä, miten siitä saisi lastensuojeluyksikön ohjaajille mahdollisimman hyödyllisen ja kattavan. Päädyimme siihen, että oppaassa painopiste on arvioinnissa ja menetelmissä. Oppaan tarkoituksena on tarjota ohjaajille työkaluja nuorten sosiaalisen toimintakyvyn kohentamiseksi. Tarkoituksena ei ole niinkään tehdä diagnooseja, vaan tukea nuorta hänen haasteissaan. Avaamme myös sosiaalisen toimintakyvyn käsitteen. Vaikuttavia tekijöitä emme tarkastele oppaassa yhtä laajasti kuin teoriaosuudessa.

Oppaan ulkoasun on tarkoitus olla selkeä, Pihakoivun brändiin sopiva ja mielenkiintoa herättävä. Valitsimme oppaan teko-ohjelmaksi Canva-ohjelman, sillä se tarjoaa mahdollisuuden tehdä oppaasta visuaalisesti vaikuttavan. Lisäksi toisella meistä oli kokemusta ohjelman käytöstä, mikä helpotti itse oppaan tekemistä. Otimme opasta varten maksullisen jäsenyyden, joka tarjosi mahdollisuuden käyttää ohjelman ominaisuuksia monipuolisemmin ja teki muokkaamisesta helpompaa. Oppaan ulkoasuun valitsimme neutraaleja ja rauhallisia värejä, sillä mielestämme ne sopivat oppaan aiheeseen. Kuvat oppaaseen otimme poikkeuksetta Canvan omasta kuvapankista, ja valitsimme ne kuhunkin aiheeseen sopivaksi tuomaan sisältöä oppaaseen. Canvan kuvapankin kuvat elävöittivät opasta, emmekä kokeneet tarvetta etsiä kuvia muista lähteistä tai valokuvata itse opasta varten.

Oppaan teon aloitimme opinnäytetyön teoriapohjan tekemisen ohella kesällä 2021. Tässä vaiheessa opinnäytetyön teoriapohja oli menetelmäosion osalta jo lähes valmis, mikä helpotti tietojen muokkaamista oppaaseen soveltuvaksi. Välillä haastavaa oli asioiden tiivistäminen tarpeeksi, jotta oppaasta ei tule yhtä laajaa kuin teoriapohjasta, mutta kuitenkin niin laajasti, että esimerkiksi menetelmien ohjeet ovat selkeät. Syyskuussa järjestetyssä seminaarissa saimme hyvää ja rakentavaa palautetta opasta koskien. Saimme palautta muun muassa värien käytöstä ja luovuudesta, sillä näiden avulla myös luki- ja keskittymishäiriöisten oli helppo lukea koko opas ajatuksella. Lisäksi saimme palautetta siitä, että menetelmiä on sopiva määrä, ei liikaa eikä liian vähän, ja lisäksi menetelmät ovat erilaisia ja eri henkilöille sopivia. Palautteen pohjalta teimme vielä viimeisiä muutoksia ja viilauksia oppaaseen. Lisäsimme vielä yhden menetelmän sekä muun muassa sivunumerot,

mitkä helpottaa oppaan käyttöä. Keksimme myös lisätä QR-koodit arviointimenetelmien kohdalle siten, että koodin lukemalla pääsee suoraan sivulle, jossa on tarkemmat ohjeet sekä josta saa tarvittavat lomakkeet helposti käyttöön. Sivuja oppaaseen tuli yhteensä 38. Mielestämme opas on kattava, mutta siihen perehtyminen ei vaadi liikaa aikaa, jolloin oppaan ehtii lukea tarvittaessa myös työpäivän lomassa. Oppaan tekeminen oli hieman kevyempää kuin teoriapohjan kirjoittaminen, joten opasta pystyi hyvin työstämään esimerkiksi työpäivän jälkeen. Toinen meistä otti yhteyttä paikalliseen mainostoimistoon oppaan painamiseksi, sillä halusimme antaa toimeksiantajalle konkreettisen oppaan käyttöön. Lisäksi halusimme painattaa myös itsellemme oppaat, jotta voisimme käyttää niitä helpommin työelämässä. Tarjouksen saatuaamme sovimme yksityiskohdista. Tässä vaiheessa pohdimme myös oppaan kokoa ja lopulta päädyimme tekemään oppaan A5 kokoisena, sillä ajattelimme, että silloin se kulkee kätevästi mukana eikä ole liian opusmainen.

Oppaan arviointia suoritimme jatkuvasti prosessin edetessä tarkastelemalla niin kokonaisuutta kuin yksityiskohtiakin. Myös syksyn 2021 toisessa seminaarissa saimme osallistujilta rakentavaa palautetta oppaasta. Koemme, että oppaasta tuli juuri sellainen kuin ajattelimmekin, sillä se sisältää useita eri työkaluja ohjaajille, mutta lisäksi myös tietoa sosiaalisesta toimintakyvystä. Oppaan painatuksen jälkeen lähetimme oppaan toimeksiantajalle saatekirjeineen, ja toivoimme saavamme myöhemmin palautetta siitä, miten opas on toiminut käytännössä.

8 POHDINTA

Opinnäytetyöprosessi on kokonaisuudessaan ollut erittäin antoisa ja kasvattava, vaikka välillä myöskin hermoja ja sinnikkyyttä on koeteltu. Kirjoittaminen on ollut antoisaa, mutta myös raskasta. Vaikka välillä prosessi on ollut sivussa muiden opintojen ja töiden vuoksi, on se siitä huolimatta ollut mielessä koko vuoden ajan, mikä on ollut henkisesti raskasta. Haasteellisinta prosessissa on aikataulussa pysymisen lisäksi ollut myös rajaaminen, jotta opinnäytetyö ei paisu liikaa ja tasapaino sisällön suhteen säilyy. Myös se, mihin panostamme itse oppaassa, oli melko haasteellista, sillä oppaan ei ole tarkoitus olla yhtä laaja kuin teoriapohja. Prosessin ajan pidimme mielessä myös sosionomin kompetenssit (sosiaalialan amk-verkosto [viitattu 16.10.2021]), joissa mainitaan muun muassa, että sosionomin täytyy osata luoda ammatillinen vuorovaikutus- ja yhteistyösuhde, arvioida asiakkaan palvelutarpeita, tukea yksilöiden kasvua ja kehitystä sekä tunnistaa hyvinvointia suojaavia ja riskitekijöitä. Koemme, että opas toimii hyvin työkaluna näiden toteuttamiseen käytännössä. Sosionomin kompetenssien on painotettu olevan tärkeä pohja ammattilaiseksi kehittymisessä. Kompetensseissa mainitaan tilanteeseen sopivien työmenetelmien valinta, minkä pohjalta olemme koonneet laajasti erilaisia menetelmiä opinnäytetyön tuotokseen. Kriittisessä ja osallistavassa yhteiskuntaosaamisessa tuodaan esiin myös sosiaalisen osallisuuden ja hyvinvoinnin edistäminen, minkä olemme pyrkineet tässä opinnäytetyössä täyttämään. (Sosiaalialan amk-verkosto, [viitattu 16.10.2021].)

Opinnäytetyön tekeminen yhdessä oli hyvä päätös. Pystyimme jakamaan vastuuta ja tukemaan toisiamme koko prosessin ajan. Välillä muistutimme toinen toisiamme siitä, että liikaa stressiä ei opinnäytetyöstä kannata ottaa, sillä pysyimme hyvin aikataulussa ja etenimme tasaista tahtia haasteista huolimatta. Myös silloin, kun toisella oli haastavaa, toinen otti enemmän vastuuta kirjoittamisesta, mikä auttoi prosessin eteenpäin viemistä. Ajatuksemme olivat hyvin samansuuntaisia ja yhteistyö sujui paremmin kuin odotimme. Molemmat joustivat tarpeen vaatiessa henkilökohtaisten aikataulujensa suhteen siten, että opinnäytetyöprosessi pysyi aikataulussa. Olimme melkein päivittäin yhteydessä toisiimme puhelimen välityksellä, sillä asumme eri paikkakunnilla. Pidimme myös säännöllisesti Teams-kokouksia, jossa pohdimme prosessin seuraavaa vaihetta ja senhetkistä tilannetta. Syksyllä 2021 tapasimme noin kerran kuukaudessa, jolloin työstimme opasta yhdessä. Näinä hetkinä kirjoittaminen tuntui paitsi helpommalta myös antoisammalta, kun pystyi ajantasaisesti jakamaan ajatuksia ja mielipiteitä.

Opinnäytetyö vahvisti myös ammatillista identiteettiämme. Prosessin aikana vahvistui ajatus siitä, että nuorten kanssa työskentely on mielenkiintoista ja tahdomme tehdä sitä myös tulevaisuudessa. Lisäksi koemme, että kehittäminen on sosiaalialalla jatkuvasti tarpeellista, minkä vuoksi haluamme myös tulevaisuudessa olla osana kehittämässä sosiaalipalveluita entistä paremmiksi. Opinnäytetyöprosessi toimi myös hyvänä muistutuksena siitä, että välillä on hyvä pysähtyä työelämässäkkin miettimään, miksi jotain tehdään tai menetelmää käytetään. Mielestämme oman toiminnan arviointi on erityisen tärkeää silloin, kun tavoitteena on esimerkiksi tukea yksilöiden kasvua ja kehitystä, johon myös tämän oppaan avulla pyritään.

Toivomme, että oppaastamme on tukea mahdollisemman monen nuoren haasteisiin ja että sitä todellisuudessa myös käytetään. Toivomme myös, että opas havahduttaa muita tutkimaan sosiaalista toimintakykyä ja sen vaikutuksia elämän eri osa-alueisiin enemmän. Koemme, että sosiaalinen toimintakyky on yhtä tärkeä, ellei tärkeämpi kuin muut toimintakyvyn osa-alueet.

LÄHTEET

- Aalto-Setälä, T & Marttunen, M. 2007. [Verkkojulkaisu]. Nuoren psyykkinen oireilu - häiriö vai normaalia kehitystä? Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. [Viitattu 3.9.2021]. Saatavana: <http://www.duodecimlehti.fi.ezproxy.puv.fi/lehti/2007/2/duo96233>
- Aunola, K. 2001. Children's and Adolescents' Achievement Strategies, School Adjustment, and Family Environment. [Verkkojulkaisu]. Jyväskylä: University of Jyväskylä. Jyväskylä studies in education, psychology and social research 178. Väitösk. [Viitattu 8.9.2021]. Saatavana: <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/41823>
- Barber, B. K., Olsen, J. E., & Shagle, S. C. 1994. Associations between parental psychological and behavioral control and youth internalized and externalized behaviors. *Child Development*.
- Berg, A-M. 25.1.2012. Suomalainen perhe. Perheen modernisaatio murroksessa? [Ppt-tiedosto]. Helsinki: Tilastokeskus. [Viitattu 7.6.2021]. Saatavana: https://www.stat.fi/ajk/tapahtumia/2012-01-25_tkpaiva_berg.pdf
- Borg, A. 10.10.2013. SDQ, Vahvuudet ja vaikeudet. Toimia-tietokanta. [Verkkosivu]. Saatavana: <https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/tmi/article/tmm00147/search/SDQ>
- Cacciatore, R. 2017. Kunnioitus tarttuu. [Verkkosivu]. [Viitattu 20.9.2021] Saatavana: <https://www.raisacacciatore.fi/31>
- Cacciatore, R., Korteniemi-Poikela, E. & Huovinen, M. 2008. Miten tuen lapsen ja nuoren itsetuntoa. Juva. WS Bookwell.
- Darling, N. 1999. Parenting style and its correlates. Springfield EDRS.
- Duodecim. 30.11.2018. Masennus. [Verkkosivu]. Saatavana: <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00389>
- Duodecim. 7.1.2019. Ahdistuneisuushäiriö. [Verkkosivu]. Saatavana: <https://www.kaypahoito.fi/hoi50119>
- Eloranta, T. & Punkanen, T. 2008. Vireään vanhuuteen. Helsinki: Tammi
- EPIS. Ei päiväystä. Aggression Replacement training. [Verkkosivu]. [Viitattu 16.4.2021]. Saatavana: <http://www.episcenter.psu.edu/ebp/ART>
- Goldstein, A. Glick, B. Gibbs, J. 2011. Ryhmäharjoitusmenetelmä aggressiivisesti käyttäytyville nuorille. Nord Print.

- Humana. Ei päiväystä. Lastensuojeluyksikkö Pihakoivu. [Verkkosivu]. [Viitattu 13.2.2021]. Saatavana: <https://www.humana.fi/lastensuojelun-laitospalvelut/lastensuojeluyksikot/lastensuojeluyksikko-pihakoivu/>
- Huttunen, M. 30.11.2018. Nykimishäiriöt (Touretten oireyhtymä). Duodecim terveyskirjasto. [Verkkosivu]. Saatavana: <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00524>
- Ikäheimo, K. 2013. Karvaterapiaa – eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Solution Models House.
- Jäntti, E & Savinainen, R. 2018. Nepsyt: erityistä elämää. Hämeenlinna. Karisto Oy.
- Kallinen, K. 2019. Perhehoitoon sijoitettujen lasten suhteet biologisiin vanhempiinsa. [Verkkajulkaisu]. Yhteiskuntapolitiikka. [Viitattu 2.5.2021]. Saatavana: <https://core.ac.uk/download/pdf/187145141.pdf>
- Kannasoja, S. 2013. Nuorten sosiaalinen toimintakyky. [Verkkajulkaisu]. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Department of Social Sciences and Philosophy. Väitösk. [Viitattu 7.2.2021]. Saatavana: https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/42447/1/978-951-39-5459-8_vaitos23112013.pdf
- Keltinkangas-Järvinen, L. 2011. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Werner Söderström.
- Kerola, V. 2018. Luokanopettajaopiskelijoiden kokemuksia ahdistuneisuudesta opinnoissa. Lapin yliopisto. Pro Gradu. Julkaisematon.
- Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry. Ei päiväystä. Koira hyvinvoinnin tukena. [Verkkosivu]. [Viitattu 7.9.2021]. Saatavana: <http://www.kasvatus-kuntoutuskoirat.fi/koira-tyoparina/koira-hyvinvoinnin-tukena/>
- Kurtti, H. 2014. Narratiivinen tutkimus masentuneiden nuorten vertaistuen kokemuksista. Lapin yliopisto. Pro Gradu. Julkaisematon.
- Kääriälä, A., Gyllenberg, D., Sund, R., Pekkarinen, E., Keski-Säntti, M., Ristikari, T., Heino, T. & Sourander, A. 8.6.2021. The association between treated psychiatric and neurodevelopmental disorders and out-of-home care among Finnish children born in 1997. [Verkkolehtiartikkeli]. European Child & Adolescent Psychiatry. [Viitattu 28.5.2021]. Saatavana: <https://link.springer.com/article/10.1007/s00787-021-01819-1>
- Leinonen E. 7.1.2019. SSRI-lääkkeet sosiaalisten tilanteiden pelon akuutissa hoidossa. [Verkkajulkaisu]. Suomalainen Lääkäriseura Duodecim. Käypä hoito. [Viitattu 1.6.2021]. Saatavana: <https://www.kaypahoito.fi/nak09135>
- Mieli ry. 2.8.2021. Materiaalit: julisteet, pelit ja tehtävät: Voimavarojen talo. [Verkkosivu]. Saatavana: <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/materiaalit/voimavarojen-talo/>

- Mieli ry. Ei päiväystä. Materiaalit: Lapset puheeksi -menetelmä. [Verkkosivu]. [Viitattu: 12.4.2021]. Saatavana: <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/tietoa-mielenterveyden-vahvistamisesta/perheet/toimiva-lapsi-ja-perhe-tyo/lapset-puheeksi-menetelma/>
- Mieli ry. 4.8.2021. Ihmissuhteet ja vuorovaikutus: Vuorovaikutustaitoja voi oppia. [Verkkosivu]. Saatavana: <https://mieli.fi/vahvista-mielenterveyttasi/ihmissuhteet-ja-vuorovaikutus/vuorovaikutustaitoja-voi-oppia/>
- MLL. 2017 b. Ystävyyssuhteiden merkitys korostuu murrosiässä. Vanhemmille. [Verkkosivu]. [Viitattu 8.9.2021]. Saatavana: <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/elamaa-murrosikaisen-kanssa/ystavyyssuhteiden-merkitys-korostuu-murrosiassa/>
- MLL. 2017 c. 12–15-vuotiaan kaverisuhteet. Vanhempainnetti. [Verkkosivu]. [Viitattu 8.9.2021]. Saatavana: <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/12-15-v/12-%2015-vuotiaan-kaverisuhteet/>
- Muukkonen, T & Tulensalo, H. 2003. Kohtaavaa lastensuojelua: Lapsikeskeisen lastensuojelun sosiaalityön tilannearvion käsikirja. Helsingin kaupungin sosiaalivirasto. Saatavana: http://www.socca.fi/files/104/Lapsilahtoisien_tilannearvion_kasikirja.pdf
- Monimuotoiset perheet verkosto. 2020. Monimuotoiset perheet varhaiskasvatuksessa. [Verkkosivu]. [Viitattu 1.10.2021.] Saatavana: <https://monimuotoisetperheet.fi/wp-content/uploads/2020/10/Monimuotoiset-perheet-varhaiskasvatuksessa.pdf>
- Nyyti ry. Ei päiväystä. Vuorovaikutustaidot. [Verkkosivu]. [viitattu 16.10.2021]. Saatavana: <https://www.nyyti.fi/opiskelijoille/opi-elamantaitoa/vuorovaikutustaidot/>
- Nuorten mielenterveyshäiriöt. 2013. Opas nuorten parissa työskenteleville aikuisille. [Verkkojulkaisu]. Saatavana: <https://www.julkari.fi/handle/10024/110484>
- Oksanen, J & Sollaavaara R. (toim.) 2019. Esteille hyvästit! Opas autismikirjon sekä adhd- ja Tourette- oireisten lasten kasvattajille. Helsinki: Into Kustannus oy.
- Parikka, J., Halonen-Malliarakis, N. & Puustjärvi, A. 2017. Vaikudesta voimaksi: Neuropsykiatriset häiriöt ja niiden huomioiminen koulussa. Helsinki. Oy Finn Lectura Ab.
- Saastamoinen, K. 2020. Lapsi sijaishuollossa. Edita.
- Sateenkaariperheet. Ei päiväystä. Mikä sateenkaariperhe. [Verkkosivu]. [viitattu: 16.10.2021]. Saatavana: <https://sateenkaariperheet.fi/tietoa-ja-koulutusta/mika-sateenkaariperhe/>
- Solantus, T. 2003. Tutkimuskatsaus sateenkaariperheissä elävien lasten kehityksestä ja hyvinvoinnista. Teoksessa: Sosiaali- ja terveysministeriö (toim.). Lapset ja rekisteröity parisuhde. Helsinki; Edita Prima oy

- Sosiaalialan amk-verkosto. Ei päiväystä. Sosiaalialan tutkinnot ja kompetenssit. [Verkkosivu]. [Viitattu 16.10.2021]. Saatavana: <https://www.sosiaalialanamkverkosto.fi/sosiaalialan-tutkinnot-ja-kompetenssit/>
- Sosped-säätiö. Ei päiväystä. Sosiaalinen toimintakyky. [Verkkosivu]. [Viitattu 17.3.2021]. Saatavana: <https://sosped.fi/toiminta/toimintakyky/>
- Suomen ART. Ei päiväystä. Aggression replacement training. [Verkkosivu]. [Viitattu: 16.4.2021]. Saatavana: <http://www.suomenart.com/>
- TAYS. 10.2.2020. Nuorten mielenterveyden häiriöiden kasvu on hätähuuto yhteiskunnan muutoksesta. [Verkkosivu]. Saatavana: [https://www.tays.fi/fi-FI/Nuorten_mielenterveyden_hairioiden_kasvu\(102911\)](https://www.tays.fi/fi-FI/Nuorten_mielenterveyden_hairioiden_kasvu(102911))
- Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. Ei päiväystä. Sijaishuollon päätyminen. [Verkkosivu]. [Viitattu 1.4.2021]. Saatavana: <https://thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/sijaishuolto/sijaishuollon-paattyminen#perheen%20jalleenyhdistaminen>
- Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. Ei päiväystä. Sijaishuolto. [Verkkosivu]. [Viitattu 3.4.2021]. Saatavana: <https://thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/sijaishuolto>
- Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. Ei päiväystä. Käsityksiä sosiaalisesta toimintakyvystä. [Verkkosivu]. [Viitattu 1.4.2021]. Saatavana: <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/sosku/sosiaalinen-kuntoutus/kuntakysely/sosiaalinen-toimintakyky>
- Tahkokallio, K. 2003. Mitä tehdä levottomille lapsille. Juva: Bookwell Oy.
- TUNI. Ei päiväystä. Lapset puheeksi menetelmäkoulutus. [Verkkosivu]. [Viitattu 12.4.2021]. Saatavana: <https://www.tuni.fi/fi/tule-opiskelemaan/lapset-puheeksi-menetelmakoulutus>
- Tilastokeskus. 23.3.2018. Tulonjakotilasto. [Verkkosivu]. Saatavana: https://www.tilastokeskus.fi/til/tjt/2016/02/tjt_2016_02_2018-03-23_tie_001_fi.html
- Tiikkainen, P. 2013. Sosiaalinen toimintakyky. Teoksessa: Heikkinen, E., Jyrkämä, J. & Rantanen, T. (toim.) Gerontologia. Helsinki: Duodecim.
- Tiikkainen, P. 2011. Yksinäisyys, koettu. Toimia-tietokanta. [Verkkosivu]. Saatavana: <https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/tmi/article/tmm00092/search/koettu%20yksin%C3%A4isyys>
- Tiikkainen, P & Aho, T. 2010. Social Provision Scale. Toimia-tietokanta. [Verkkosivu]. Saatavana: <https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/tmi/article/tmm00046/search/SPS?db=147533>

Tiira, K. 2019. Koirien käyttäytyminen ja persoonallisuus. Tammi.

Valtioneuvosto. 13.4.2021. Suomen väestö monimuotoistuu – vaihtelua on alueittain. [Verkkosivu]. Saatavana: <https://valtioneuvosto.fi/-/1410869/suomen-vaesto-monimuotoistuu-vaihtelua-on-alueittain>

Valkiala, N. 2019. Koira jäänmurtajana. Teoksessa: Koiramme 10/2019. Suomen Kennelliitto ry.

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi

LIITTEET

Liite 1. Kyselylomake Pihakoivun vastaaville ohjaajille

Liite 1. Kyselylomake Pihakoivun vastaaville ohjaajille

Sosiaalinen toimintakyky sijaishuollossa

Kysely opinnäytetyötä varten

Mikä yksikössänne vaikuttaa eniten sosiaalisen toimintakyvyn haasteisiin? *

- Nepsy -haasteet
- Traumat
- Muu...

Millä tavoin heikko sosiaalinen toimintakyky näkyy yksikönne nuorissa?

Lyhyt vastausteksti

Mitä toivoisitte opinnäytetyön sisältävän, jotta siitä olisi mahdollisimman paljon hyötyä sijaishuoltoyksikössä?

Lyhyt vastausteksti