



Vanhempien foorumin perustaminen Turkuun

Piia Halla

2022 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

Vanhempien foorumin perustaminen Turkuun

Piia Halla
Voimavaraistavien työtapojen
johtaminen ja kehittäminen
sosiaali- ja terveysalalla
Opinnäytetyö
Syyskuu 2022

Piia Halla

Vanhempien foorumin perustaminen Turkuun

Vuosi

2022

Sivumäärä 83

Tämän opinnäytetyön kehittämistehtävänä oli syrjäytymisvaarassa olevien, täysi-ikäisten nuorten vanhemmille suunnatun foorumin suunnittelu, toteutus ja arviointi. Foorumi toteutettiin syksyllä 2021 osana VamosSampo - hankkeen toimintaa. Foorumin tarkoituksena oli tarjota vanhemmille vertaisuuteen ja ammatilliseen ohjaukseen perustuva ryhmämuotoinen tuki. Tavoitteena oli tukea vanhempien hyvinvointia vastaamalla mahdollisimman hyvin osallistujien psykologisiin perustarpeisiin, joita ovat autonomia, kompetenssi ja liittymisen tarve. Opinnäytetyön tutkimuskysymyksien perusteella tavoitteena oli saada tietoa siitä, miten foorumiin osallistuminen on tukenut vanhempia heidän elämäntilanteessaan, kuvata millaisten vaiheiden kautta vanhempien foorumi voidaan perustaa sekä selvittää vanhempien tuen tarpeita ja kehittämideoita foorumiin ja muihin tukimuotoihin liittyen.

Vanhempien foorumin teemat ja yhteistyötahot valikoituivat opinnäytetyön tietoperustasta esille nousseista aiheista. Tietoperusta koostui syrjäytymisen ja vertaisuuden käsitteen määrittelystä itsemääräämisteoriasta. Itsemääräämisteorian mukaan ihmisen hyvinvointi rakentuu psykologisten perustarpeiden varaan, joiden täytyminen vahvistaa ihmisen sisäistä motivaatiota, tukee mielenhyvinvointia sekä hyvinvointia (Ryan & Deci 2000, 68). Itsemääräämisteoria toimi lähtökohtana tiedon keruussa, aineiston käsittelyssä ja tulosten analysoinnissa.

Opinnäytetyö toteutettiin toimintatutkimuksena. Tietoa kerättiin kyselylomakkeiden, havainnoinnin ja teemahaastattelujen avulla.

Vanhempien foorumi vastasi vanhempien tarpeisiin, mutta foorumiin tavoitettiin odotettua vähemmän osallistujia. Vanhempien haastattelut nostivat esille näiden vanhempien tuen tarpeen oman jaksamisen tueksi sekä tiedollisen tuen tarpeen täysi-ikäisen nuoren tukemiseksi. Tarve vertaisuuteen, kuulluksi tulemiseen ja palveluohjauksellinen tuen tarve nousivat vanhempien tarpeissa vahvimpina esille.

Vanhemmat toivoivat foorumin uusimista samoilla tai päivitettyjen teemojen mukaan. Vanhempien tarpeiden valossa olisi Kansaneläkelaitoksen ja Aisti ry:n tai muun vastaavan osallistuminen foorumiin tarpeellinen lisä, jotta foorumi vastaisi aiempaa paremmin vanhempien tarpeisiin. Vanhempien tavoittamiseksi tarvitaan laajempaa mainostamista sekä vanhempien kannustamista, jotta heidät saadaan osallistumaan foorumiin. Tärkeää olisi jatkossa saada lisää tietoa täysi-ikäisten, syrjäytymisvaarassa tai syrjäytyneiden nuorten tilanteiden vaikutuksista vanhempien hyvinvointiin. Tämän tiedon kautta voisimme lisätä tietoisuutta heidän tarvitsemasta tuesta ja lisätä tarvittavia tukimuotoja yhteistyössä eri toimijoiden kesken.

Asiasanat: syrjäytyminen, nuori, vanhemmat, vertaistuki, toimintatutkimus

Piia Halla

Establishing a Parental Forum in Turku

Year

2022

Pages

83

This study set out to develop the planning, implementation and assessment of a forum aimed at the parents of young adults at risk of social exclusion. The forum was implemented in the autumn of 2021 as part of the activities of the VamosSampo project. The purpose of the forum was to provide parents with support in a group form based on a peer approach and vocational guidance. The aim was to support parents' well-being by finding an optimal way to respond to the participants' psychological basic needs, including autonomy, competence and relatedness. Based on the research questions of this study, the aim was to obtain information about how participation in the forum had supported the parents in their life situations, describe what phases are required to establish a parental forum and determine parents' support needs and development ideas related to the forum and other forms of support.

Themes and partners for the parental forum were selected based on the topics that emerged from the theoretical framework of the study. The theoretical framework includes a definition of the concept of social exclusion and peer support in self-determination theory. According to the self-determination theory, people's well-being is built on psychological fundamental needs, the fulfilment of which will strengthen the person's internal motivation, and support mental health and well-being (Ryan & Deci 2000, 68). The self-determination theory served as the starting point for data collection, the processing of data and analysing results.

The action research method was used in this study. Data were collected using questionnaires, observations and theme interviews.

The parental forum responded to the parents' needs but the forum managed to reach fewer participants than expected. The parents' interviews highlighted the parents' need for the support of their personal coping and a need to provide information to support the young adult. A need for peer relationships, getting one's voice heard and needs for case management emerged as strong areas in the parents' needs.

The parents wished for a renewal of the forum based on the same or updated themes. The needs expressed by the parents indicate that the participation of the Social Insurance Institution of Finland and Aisti association or a similar organisation would be a necessary addition to the forum to ensure that it better corresponds with the parents' needs. In order to reach parents, there is a need for more extensive advertising as well as encouraging parents to promote their participation in the forum. In the future, it would be important to obtain knowledge about how the situations of young people who have reached the age of majority, are at risk of social exclusion or are already socially excluded affect the well-being of their parents. This information could allow us to raise awareness of their support needs and increase the necessary support forms in cooperation with various agents.

Keywords: social exclusion, young person, parents, peer support, action research

Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	Kehittämistehtävän tietoperusta	7
2.1	Nuorten syrjäytyminen vanhemmuuden haasteena	7
2.2	Itsemääräämisen teoria ja voimaantuminen vanhempien foorumin tavoitteena .	12
2.3	Vertaisuus	16
3	Opinnäytetyön toteuttaminen.....	19
3.1	Opinnäytetyön tarkoitus, kehittämistehtävä ja tutkimuskysymykset.....	19
3.2	Toimintatutkimus lähestymistapana.....	20
3.3	Aineiston keruu.....	23
3.3.1	Havainnointi.....	23
3.3.2	Tutkimus- ja havainnointipäiväkirja	24
3.3.3	Palautekyselyt vanhempien foorumiin osallistuneille	25
3.3.4	Vanhempien haastattelu.....	26
3.4	Aineiston käsittely ja analysointi	28
4	Opinnäytetyön prosessi ja tulokset	31
4.1	Vanhempien foorumin suunnittelu, prosessi ja toteutus	31
4.1.1	Foorumin suunnittelu, prosessi ja markkinointi.....	32
4.1.2	Foorumin toteutuminen	35
4.2	Vanhempien tuen ja palveluiden tarve	36
4.3	Vanhempien kokemukset foorumiin osallistumisesta	44
4.3.1	Liittyminen	44
4.3.2	Autonomia	46
4.3.3	Kompetenssi.....	48
4.4	Kehittämisideat vanhempien foorumiin jatkossa	51
5	Johtopäätökset ja pohdinta.....	56
5.1	Prosessin ja kehittämistyön arviointi.....	57
5.2	Opinnäytetyön eettisyys	61
5.3	Opinnäytetyön luotettavuus	64
5.4	Jatkotutkimus ja kehittämisideat.....	66
	Lähteet.....	68
	Kuviot	72
	Liitteet	73

1 Johdanto

Tämän opinnäytetyön kehittämistehtävänä on syrjäytymisvaarassa olevien, täysi-ikäisten nuorten vanhemmille suunnatun foorumin suunnittelu, toteutus ja arviointi. Tarve foorumin perustamiseen syntyi käytännön työssä, vanhempien yhteydenottojen perusteella. Vamokselle yhteyttä ottaessaan vanhemmat nostivat esille huolen täysi-ikäisen lapsensa tilanteesta. Myös Vamoksen valmennuksessa olevat nuoret olivat nostaneet esille vanhempien nuoriin liittyvän huolen. Vanhempien yhteydenottoja yhdisti huolen lisäksi neuvottomuuden tunne sekä tuen tarve vanhemmalle itselleen. Lapsesta välittäminen jatkuu edelleen lapsen ollessa täysi-ikäinen ja huolen aiheet saattavat olla samoja kuin aiemmin tai täysi-ikäisyys saattaa muuttaa huolen aiheita nuoren täysi-ikäisyyden myötä. Lisäksi vanhemman ja lapsen välinen suhde sekä vuorovaikutus muuttuvat nuoren aikuistuessaa.

Syrjäytymisvaarassa olevien täysi-ikäisten nuorten vanhemmille suunnattua vertaistukeen ja ammatilliseen tukeen perustuvia tukimuotoja, jotka eivät olisi sidoksissa nuoren päihde- ja/tai mielenterveysongelmaan tai tiettyyn diagnoosiin on olemassa vain vähän, jos lainkaan. Mielenterveys- ja päihdeongelmat ovat osatekijöitä nuorten syrjäytymisen taustalla, mutta niiden lisäksi olisi hyvä tarjota vanhemmille myös näistä määritelmistä irrallaan olevaa toimintaa. Mielenterveys- ja/tai päihdeomaiseksi profiloituminen voi tuntua vaikealta ja kaikilla nämä eivät ole syrjäytymisen tai sen uhan syinä.

Edellä mainitun palvelun puute palvelujärjestelemässä nousi esille siis käytännön työssä Turussa. Ammatillisessa yhteistyöverkostossa oli myös noussut esille, että täysi-ikäisten nuorten tilanteesta huolestuneiden vanhempien yhteydenotot olivat ammattilaisille tuttuja. Ammatillaiset kokivat kuitenkin puutteita täysi-ikäisten, koulutuksen ja työelämän ulkopuolella olevien nuorten vanhemmille suunnatuissa palveluissa ja tämä haastoi palveluihin ohjaamista.

On yhteiskunnallinenkin ongelma, että tämä asiakasryhmä on jäänyt palveluiden ulkopuolelle. Vanhemmat ovat viestittäneet epätietoisuuden ja huolen aiheuttamaa kuormittumista ja haasteiden heijastumista laajemmin myös muuhun perheeseen sekä vanhempien parisuhteeseen. Nuoren aikuisten haasteellinen tilanne ei siis heijastu vain nuoren omaan elämään tai yksittäiseen vanhempaan vaan mahdollisesti laajemminkin täysi-ikäisen nuoren lähipiiriin.

Opinnäytetyön ja foorumin perustamisen lähtökohtana oli, että tukemalla vanhempia voimme välillisesti tukea nuoren tilannetta. Voimavaraistunut ja tukea vanhemmuuteen saanut vanhempi kykenee mahdollisesti vahvemmin tukemaan omaa nuortaan. Vanhempien foorumin perustaminen ja toiminnan toteutus kuului työnkuvani vastuu tehtäviin hanketyöntekijänä sekä foorumiin liittyvän opinnäytetyön tekijänä.

2 Kehittämistehtävän tietoperusta

2.1 Nuorten syrjäytyminen vanhemmuuden haasteena

Voidaksemme tarjota syrjäytyneiden tai palveluiden ulkopuolella olevien nuorten vanhemmille tukea, on myös tunnistettava, mitä syrjäytymisen käsitteellä tarkoitetaan, eli minkä asioiden äärellä nämä nuoret ovat. Näiden samojen aiheiden ja teemojen äärellä ovat samalla myös nuoren tilanteen kautta heidän vanhempansa. Syrjäytymisen määritelmä ei kuitenkaan ole täysin yksiselitteinen ja käsitteen määrittäminen on ollut tutkijoillekin haasteellinen sen monitulkintaisuuden vuoksi (Juhila 2006, 54). Laineen, Hyvärin ja Vuokila-Oikkosen (2010, 11) mukaan yhtenä syrjäytymisen käsitteen haasteena on, että määritelmänä se on ulkoa päin tuotettu käsite. Lisäksi ihmisiä myös syrjäytetään eli heidän näkökulmansa ja mielipiteensä jäävät huomiotta ja heidän kansalaisuuttaan ja osallisuuttaan voidaan kyseenalaistaa (Laine ym. 2010, 11).

Eri tutkijoiden tekemissä syrjäytymisen määrittelyissä on yhteistä huono-osaisuuden kasautuminen ja syrjäytymisen kuvaaminen prosessina (Juhila 2006, 56). Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisemassa Köyhyyden ja sosiaalisen syrjäytymisen vastaisessa kansallisessa toimintasuunnitelmassa vuosille 2003-2005 syrjäytyminen on määritelty kuvaamaan huono-osaisuuden kasautumista, jonka käynnistäjänä toimivat yleensä sosiaaliset riskit, joihin kuuluvat varattomuus, terveysongelmat, työttömyys, asunnottomuus, koulutuksen riittämättömyys ja muut sosiaaliset ongelmat. Samassa yhteydessä mainitaan, että syrjäytymisen vastakohtana voidaan pitää sosiaalisen osallisuuden toteutumista. (Köyhyyden ja sosiaalisen syrjäytymisen vastainen kansallinen toimintasuunnitelma vuosille 2003-2005, 15). Juhila (2006, 54) toteaaakin, että syrjäytyminen voidaan määritellä myös sosiaalisen osallisuuden toteutumattomuudeksi, osattomuudeksi.

Usein syrjäytyneiden nuorten määritelmiin liittyy puhe koulutuksen ja työelämän ulkopuolella olevista nuorista. Työn, tutkintoon johtavan koulutuksen sekä kurssikoulutuksen ulkopuolella olevista nuorista käytetään myös nimitystä NEET-nuoret (Not in Employment, Education or Training”) (Tilastokeskus 2021). Tämän ryhmän sisällä on kuitenkin moninainen joukko nuoria, kuten tilanteen vapaaehtoisesti valinneita nuoria sekä toisaalta nuoria, jotka eivät ole opiskelu- tai työkuntoisia sekä nuoria, jotka olisivat motivoituneita työ- tai opiskelupaikan saamiseen, mutta eivät syystä tai toisesta ole näiden piiriin päässeet. (Aaltonen, Berg ja Ikäheimo 2015, 128.) Laine, ym. (2010,13) määrittelevät syrjäytymisen olevan työn ja opiskelun ulkopuolelle jäämisen lisäksi myös sosiaalisista suhteista, vaikuttamisesta, vallan käytöstä tai yhteisöllisen toiminnan ulkopuolelle jäämistä.

Tutkiessaan 22-29 -vuotiaiden syrjäytyneiden nuorten sosiaali- ja terveyspalveluiden käyttöä on Ikäheimo (2015, 13, 40) määritellyt syrjäytyneen nuoren työn tai koulutuksen ulkopuolella olevaksi henkilöksi, joka ei myöskään ole varusmiespalveluksessa eikä hoida lapsia kotona, ja

jonka kohdalla mahdollisesti myös taloudellinen uhka toteutuu. Ikäheimo ei ole sisällyttänyt määritelmään pitkällä sairauslomalla tai eläkkeellä olevia nuoria, vaikka nämä täyttäisivätkin edellä mainitun syrjäytymisen mukaisen määritelmän. Ikäheimo (2015,13) toteaa kuitenkin, että riski syrjäytymiseen kasvaa pitkällä sairauslomalla tai työkyvyttömyyseläkkeellä ollessa ja nuoren oma kokemus syrjäytymisestä voi olla merkittävä. Määritelmään liittyen Ikäheimo nostaa esille, että Euroopan komissio (EACEA, 2013) on listannut syrjäytymiseen vaikuttavina tekijöinä myös heikot elinolosuhteet, heikot mahdollisuudet osallistua yhteiskunnan sosiaaliseen tai poliittiseen päätöksentekoon sekä heikot mahdollisuudet nauttia kulttuurista tai virkistystoiminnasta sekä elinolosuhteista johtuvat terveydelliset ongelmat ja ongelmat saada terveys ja sosiaalipalveluita ja nuoren oma kokemus yhteisöstä ja yhteiskunnasta syrjäytymisestä. (Ikäheimo 2015, 12-13.) Karvonen ja Kestilä (2014, 160) toteavat myös, että kouluttamattomien nuorten riski syrjäytyä on suurempi kuin peruskoulun jälkeen jatkokouluttautuneiden nuorien. Heidän mukaansa koulutuksen lisäksi syrjäytyneillä nuorilla on hyvinvointivajetta myös toimeentulon, työllisyyden ja terveydentilaan liittyen.

Nuoruus on elämänmuutosten ja muuttuvien tilanteiden aikaa. Syrjäytyminen voi olla myös väliaikainen tila nuoren elämässä. Nuoren tilanne voi vaihdella ja nuori voi olla esimerkiksi määräaikaissa työsuhteessa, sairauslomalla tai perhevapaalla välillä. (Ikäheimo 2015, 17, 20.) Ikäheimo (2015,14) toteaaakin ettei nuoren toiminta yhden vuoden ajalta ole vielä riittävä osoitus nuoren syrjäytymisestä. Tästä syystä Ikäheimo kutsui yhden vuoden nojalla tarkasteltua tilannetta syrjäytymisvaaraksi (esimerkiksi nuori voi olla lähes puolet vuodesta työssä ja vähintään kuusi (6) kuukautta oltava työtön tai toimeentulotuen piirissä). Nuoren toiminnan tarkastelu kuuden vuoden perusteella voi Ikäheimon mukaan luoda vasta lopulliset luokittelut ja johtopäätökset syrjäytymisestä. Syrjäytyneiden nuorten moninaisten tilanteiden perusteella Ikäheimo on tutkimuksessa määritellyt nuoret kroonisesti syrjäytyneisiin, syrjäytyneisiin sekä syrjäytymisvaarassa oleviin nuoriin. (Ikäheimo 2015, 14-15, 18.)

Syrjäytymisen määritelmää haastaa se, että syrjäytyminen on prosessi eikä niinkään pelkkä staattinen tila tai yksilöihin liittyvä ominaisuus. Prosessissa yksilö ajautuu yhteiskunnassa normaaleina ja tavoiteltavina pidettyjen osallisuuksien, kuten työn, perheen, sosiaalisten verkostojen ja valitettavasti myös palvelujärjestelmän ulkopuolelle. (Juhila 2006, 55-56.) Syrjäytyminen voi tapahtua vähitellen edeten tai nopeana pudotuksena ulkopuolelle. Syrjäytymisen prosessin välietapit muodostuvat riskitekijöistä ja prosessin tuloksena nähdään syrjäytymisen tila tai yksilön/ryhmän syrjäytynyt asema. (Laine 2010, 12-13; Sandberg 2015,144.) Prosessimallin mukaan syrjäytymisestä voidaan puhua myös ongelmien kasautumisesta, ketjuutumuksesta sekä syrjäytymiskierteestä tai huono-osaisuuden kehästä (Sandberg 2015,144).

Juhila (2006, 56) on listannut syrjäytymisuhan alle nimettyjä ryhmiä, joita ovat päihdeongelmaiset, pitkäaikais- ja toistuvaistyöttömät, vajaakuntoiset ja vammaiset, maahanmuuttajat, pitkäaikaissairaat, epävakaisissa oloissa elävät lapset, väkivaltaa kokeneet naiset,

prostituoidut, ylivelkaantuneet, asunnottomat, rikoksen tekijät ja romaniväestö. Syrjäytymisen uhkaa voidaan yhdistää myös alueellisiin tekijöihin, esim. syrjäseutujen taantuviin maa-seutupaikkakuntiin sekä kaupunginosiin, joihin kasaantunut sosiaalisia ongelmia (Köyhyyden ja sosiaalisen syrjäytymisen vastainen kansallinen toimintasuunnitelma vuosille 2003-2005, 27). Kuten todettu, syrjäytymiskäsitteeseen liitetään usein työ- ja opiskeluelämän ulkopuolella oleminen, mutta nuoren tilanteen edetessä kielteiseen suuntaan on tilanteeseen myötävaikuttavina tekijöinä myös perheen ongelmat, vaikeudet oppimisessa ja huono koulumenestys, rikoksiin ajautuminen sekä nuoren omat päihde- ja mielenterveysongelmat. (Eduskunnan tarkastusvaliokunta 2013, 243.)

Syrjäytyneiden nuorten ryhmään kuuluvilla on erityisen paljon psykiatrisia diagnooseja ja toimeentulotuen piiriin kuulumisen on yleistä syrjäytyneiden, syrjäytymisvaarassa tai kroonisesti syrjäytyneiden kohdalla (Ikäheimo 2015, 22, 25). Ikäheimo (2015, 40) toteaa tutkimuksensa perusteella, että terveystalvvelujen käyttö on syrjäytyneillä nuorilla yleisempää kuin väestöllä keskimäärin, mutta näillä nuorilla saattaa samalla olla myös puutteita tarvittavien palveluiden saamisessa. Tämä ilmiö on noussut esille myös nuorten kanssa työskennellessäni. Nuorella on saattanut olla kontakti hoitotahoon, mutta haasteena ovat olleet harvakseltaan toteutuvat käyntikerrat, käyntien toistuvatkin peruuntumiset hoitavan tahon toimesta, vaikeudet uusien aikojen saamiseen. Käytännön työssä on noussut esille myös se, että tehty palvelutarpeen tai tuen tarpeen arviointi ei ole aina vastannut nuoren todellista tarvetta, jonka vuoksi nuori saattaa jäädä tarvitsemien palveluiden ulkopuolelle.

Syrjäytymiskäsitettä on kritisoitu siitä, että syrjäytymiskeskustelussa pyritään siirtämään useammalla osa-alueella ilmenevä huono-osaisuus yhden käsitteen alle sekä siitä, että käsite on liitetty vahvasti yksilöön. Sen sijaan voitaisiin puhua myös syrjäyttämisestä, jossa yksilön omat vaikuttamismahdollisuudet jäävät ulkoisten tekijöiden alle. (Eduskunnan tarkastusvaliokunta 2013; 242.)

Tutkimuksissa on todettu, että neuropsykiatrisia häiriöitä omaavilla nuorilla on riski syrjäytyä opiskelu- ja työelämän ulkopuolelle. Nuoruudesta aikuisuuteen siirtyminen on kriittinen ja haastava elämänvaihe nuorelle ja neuropsykiatrisia erityispiirteitä omaavan nuoren kohdalla elämänvaihe on usein vielä haastavampi. Erilaiset arjenhallinnan ja sosiaalistaitojen ongelmat, tunnesäätelyn vaikeudet ja toiminnanohjauksen ongelmat vaikeuttavat mm. nuoren opiskeluun ja työelämään pääsyä tai paikan löytämistä tai niihin kiinnittymistä. (Appelqvist-Schmidlechner, Lämsä & Tuulio-Henriksson 2017, 5,29.)

Neuropsykiatrisen oireilun (esim. Aspergerin oireyhtymä, aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriö (ADHD), Tourette, autismi) haasteet nuoren arkea haastavana tekijänä on noussut esille myös omassa työssäni nuorten parissa. Kaikilla ei ole oireilusta huolimatta mitään diagnoosia todennettuna. Prosessi diagnoosin saamiseksi on usein pitkä ja osalla nuorista onkin taustalla

myös syystä tai toisesta kesken jääneitä neuropsykiatrisia tutkimuksia. Diagnoosin saaminen mahdollistaisi paremmin tarvittavien palveluiden ja tukimuotojen saamisen sekä mahdollisuuden myös opintojen ja työelämän sopeuttaviin toimiin. Autismin kirjon häiriöitä omaavilla nuorilla syrjäytymisvaara, koulutuksen ja työelämän ulkopuolelle jäämisen riski on todennestusti olemassa. Kansaneläkelaitoksen julkaisussa Neuropsykiatrisesti oireilevien nuorten hoito- ja kuntoutuspolut Suomessa nostetaan esille, että neuropsykiatrisesti oireilevien lapsien tai nuorten on kuitenkin hankala saada esimerkiksi vaikeavammaisen asemaa, jolloin hän olisi oikeutettu kattavammin Kansaneläkelaitoksen palveluihin. Tällöin nuori saattaa jäädä ilman tarvittavaa tukea ja altistua lisäongelmien syntymiselle (esim. psykiatrisen oireilu, syrjäytyminen). Haasteena tässä kohdin on myös se, että nuoren kanssa toimivat ammattilaiset ja nuoren vanhemmat eivät osaa välttämättä kuvailla nuoren oireiden vaikutuksia riittävän kattavasti ja monipuolisesti Kansaneläkelaitokselle päätöksen teon tueksi. (Lämsä, Santalahti, Haravuori, Penttimikko, Tuulio-Henriksson, Huurre & Marttunen 2015, 13, 62-63.)

Eduskunnan tarkastusvaliokunnan (2013, 12) julkaisussa Nuorten syrjäytyminen tietoa, toimintaa ja tuloksia? on koottu ehdotuksia palveluiden vaikuttavuuden parantamiseksi. Kehittämisen kohteeksi julkaisussa nostetaan mm. palveluiden integraation vahvistaminen, palveluohjauksen kohentaminen, kuntoutustoiminnan kehittäminen, matalan kynnyksen palveluiden kehittäminen perustason ja nuorisopsykiatrian välimaastoon sekä nivelvaiheen ohjaukseen panostaminen. Opinnäytetyön aihealueeseen liittyen on julkaisussa nostettu yhtenä parannusehdotuksena esille yhdistelmähoitomallit, joissa työskentely tapahtuisi samanaikaisesti nuoren, hänen vanhempinsa, perheen ja ulkoisten verkostojen kanssa sekä panostaminen julkisten palveluiden avulla nuorten ja nuorten perheiden ja vanhempien tukemiseen. Tässä kohdin kuitenkin muutoksen kohteena ovat erityisesti alle 18-vuotiaat nuoret. (Eduskunnan Tarkastusvaliokunta 2013, 12-16.)

Syrjäytymisen määritelmä on kaiken kaikkiaan siis haasteellinen. VamosSampo -hankkeessa puhuimme koulutuksen ja työelämän ulkopuolella olevista, syrjäytymisvaarassa olevista, syrjäytyneistä, palveluiden ulkopuolella olevista tai niiden ulkopuolelle jätetyistä nuorista sekä syrjäytetyistä nuorista. Hankkeemme asiakkaat ovat kaikki työ- ja opiskeluelämän ulkopuolella ja heillä on usein taloudellisia haasteita.

Päihde- ja mielenterveysongelmat voivat olla osa näiden nuorten elämää, mutta ne eivät ole yksinään selittävinä tekijöinä nuoren tilanteelle. VamosSampo-hankkeeseen ohjautuvilla nuorilla ei pääosin ollut hänen tarvitsemiaan palveluita tai nuori oli sidoksissa palveluun vain löyhästi. Löyhästi palveluun sidoksissa olemisella tarkoitetaan esimerkiksi sitä, että asiakkuus palveluun on avattu, mutta syystä tai toisesta asiakkuus ei ole aktiivisesti käynnissä tai tapaamiset eivät syystä tai toisesta ole toteutuneet. Tällöin nuoren kiinnittyminen palveluihin ei ole onnistunut tai kiinnittyminen on jäänyt heikoksi, jolloin nuoren riski tipahtaa pois palveluiden piiristä on kohonnut. VamosSampo-hankkeessa kartoitimme nuoren kanssa nuoren

omaa kokemusta eli kokeeko nuori saaneensa tarvitsemansa tuen/palvelut. Valmennuksessa kartoitettiin nuoren omaa näkemystä tilanteesta, osallisuuden tunnetta yhteiskuntaan tai muuhun yhteisöön kuulumisesta ja mahdollista syrjäytymisen kokemusta.

Täysi-ikäisen nuoren syrjäytyminen voi liittyä vanhemmuuteen eri tavoin. Sihvonen (2008) on kartoittanut lasten ja nuorten pahoinvointia ja vanhemmuutta mediateksteissä (Helsingin ja Etelä-Suomen sanomissa 1999-2001). Tarkastelun kohteena Sihvosella on ollut se, miten lasten ja nuorten ongelmat liitetään perheeseen ja millaisia ovat toimija asetelmat, joita ongelmien ratkaisijoille luodaan teksteissä. Tekstien pohjalta nousee esille, että vanhemmat nähdään teksteissä sekä syyllisinä ja myös ratkaisijan rooleissa. Huoli vanhemmuuden katoamisesta, vanhempien kyvyttömyydestä toimia vanhempia on noussut Sihvosen tutkimissa kirjoituksissa esille. Ratkaisuna lasten ja nuorten tukemiseen on teksteissä tarjottu ajan antamista, rajojen asettamista, lapsen/nuoren kuuntelemista ja hänen tilanteestaan kiinnostumista. Näihin peilattuna olisi hyödyllistä panostaa perheiden vuorovaikutussuhteita vahvistaviin tukimuotoihin. Sihvonen nostaa esille mielenkiintoisen toteamuksen siitä, että vaikka puheenai-
neena ovat olleet vanhemmuuden ”katoaminen” ja perheiden yhteisen ajan puuttuminen, niin vanhemmuuden tueksi tarjotaan vain harvoin vanhemmuutta vahvistavaa yhteisöllistä toimintaa. (Sihvonen 2008, 173-177.)

Nuorisolain (1285/2016) mukaan nuorella tarkoitetaan alle 29- vuotiasta henkilöä. Nuoruus on vuosissa pitkä ajanjakso, johon sisältyy monia mahdollisia muutoksia, kuten kouluttautuminen, työuran aloittaminen, itsenäistyminen, parisuhde ja perheen perustaminen. Nuoruus on yhteiskunnallisten muutosten myötä muuttunut kestoltaan ollen nykymääritelmien mukaan jopa kahden vuosikymmenen pituinen ajanjakso (Nurmi, Ahonen, Lyytinen, Pulkkinen, Ruopila 2014, 143, 179). Kolmatta vuosikymmentä ihmisen elämässä voidaan nimittää esimerkiksi varhaisaikuisuudeksi tai myöhäisnuoruudeksi. Tämän ikäisistä voidaan myös käyttää nimitystä nuoret aikuiset. Aikuisuuteen siirtyminen on nuorelle iso muutos. Nurmi, ym. (2014, 178) nostavat esille Arnettin (2000) aikuisuutta määrittelevät kriteerit, joita ovat vastuunottaminen itsestä, itsenäinen päätöksenteko ja taloudellinen itsenäisyys. Yhteiskunnallisten muutosten myötä on nuorten kyky kantaa edellä mainitut vastuut ovat muuttuneet haasteellisemmiksi, joka on pidentänyt nuorten riippuvuutta vanhemmista. Aikuisuuteen siirtymisessä ja siihen liittyvissä kehitystehtävissä nuori tarvitsee monenlaisia taitoja, sosiaalisten suhteiden ja persoonallisuuden kehittymistä. Kehitysvaihe on vaativa ja riskikohtia voi olla monia. Nuori voi ikäkauden aikana olla vaarassa syrjäytyä. (Nurmi, ym. 2014, 178-180.) Nurmi, ym. (2014, 180) nostavat kuitenkin esille, että edes toisen vanhemman läsnäolo nuoren elämässä alentaa syrjäytymisriskiä nuoren kohdalla. Vanhempien tarvitsemaa tai vanhemmuuteen tarvittavaa tukea ei tässä kohdin saisi unohtaa.

Käytännössä nuorten vanhemmille suunnatut tukimuodot painottuvan pääsääntöisesti alle 18-vuotiaiden nuorten vanhemmille suunnattuihin palveluihin. Tämän jälkeen perheelle

suunnatut ja vanhemmuuteen liittyvät palvelut vähenevät. Lastensuojelun jälkihuollon piirissä olevien nuorten vanhemmat voivat saada tukea yhdessä nuoren kanssa, kunnes nuori täyttää 21 vuotta. Vanhempien yhteydenotot Vamokseen ja muihin palveluihin ovat kuitenkin nostaneet esille, että myös täysi-ikäisten nuorten vanhemmilla on tuen tarvetta. Suomessa on laadukkaita ja monipuolisia, perheitä ja vanhemmuutta sekä perheen jäsenten keskinäistä vuorovaikutusta vahvistavia ja tukevia palveluita. Näissä palveluissa on elementtejä, jotka soveltuisivat muunneltuina ja tai sellaisenaan varmasti myös täysi-ikäisten nuorten vanhempien tukemiseen. Myös ennaltaehkäisevät toimintamallit olisi hyvä siirtää koskemaan myös täysi-ikäisten nuorten vanhempia.

2.2 Itsemääräämisen teoria ja voimaantuminen vanhempien foorumin tavoitteena

Lähtökohtana vanhempien foorumin perustamisprosessissa oli, että vanhemmat saataisiin motivoitua toimintaan osallistumiseen. Foorumin toteutumisen ja toiminnan tuloksellisuuden kannalta on tärkeää, että toiminta vastaa vanhempien tarpeita ja tukee vanhempien tilannetta, jotta vanhemmat motivoituvat toimintaan osallistumiseen. Motivaation taustalla olevia syitä voivat olla yksilön arvot, hallinnan tunne sekä psykologiset perustarpeet (Nurmi & Salmela-Aro 2017, 10). Jokaisella vanhemmalla on omat henkilökohtaiset arvot, jotka ohjaavat ja motivoivat häntä toiminnassaan vanhempana. Vanhempien motivaation herättäminen ja ylläpitäminen toimintaan osallistumiseksi perustuu siihen, että toiminta vastaisi mahdollisimman hyvin vanhempien psykologisiin perustarpeisiin. Motivaation lisäksi tavoitteena on tukea vanhempien hyvinvointia perustarpeisiin vastaamalla. Vasalammen (2017, 59) mukaan psykologisia perustarpeita tukeva sosiaalinen ympäristö tukee myös yksilön sisäistä motivaatiota, aktiivista itseohjausta, energisyyttä ja hyvinvointia, jotka puolestaan johtavat sinnikkyyteen, luovuuteen ja hyvään suoritukseen.

Itsemääräämisen teoriassa ihmisen hyvinvointi rakentuu kolmen psykologisen perustarpeen varaan. Näitä perustarpeita ovat itsemääräämisen tarve (autonomia), kyvykkyys eli kokemus osaamisesta, taidoista ja aikaansaamisesta (kompetenssi) sekä yhteisöllisyyden tarve (liittyminen). Näiden perustarpeiden täytyminen vahvistaa sisäistä motivaatiota, tukee mielenhyvinvointia sekä hyvinvointia. (Ryan & Deci 2000, 68.) Autonomialla tarkoitetaan yksilön kokemusta siitä, että hänellä on mahdollisuuksia valintoihin ja hän voi itse vaikuttaa elämäänsä koskevaan päätöksentekoon ja omaan tekemiseensä. (Vasalampi 2017, 59; Ruutu & Salmimies 2020, 32-33.) Autonomian tunne koostuu siitä millä voimakkuudella ja tasolla ihminen kokee toiminnan olevan vapaaehtoista, tahdonalaista. Toiminnat, jotka ovat täysin yksilöstä itseltään lähteviä, ovat toimintoja, jotka vahvistavat autonomian tunnetta. (Ryan & Deci 2017, 97.) Vapaaehtoisuuteen perustuva osallistuminen vanhempien foorumiin on jo osaltaan vanhempien autonomian kokemuksen mahdollistava asia. Autonomian kokemukseen vaikuttavat myös vanhemman omat henkilökohtaiset, toiminnalle asetetut odotukset ja tavoitteet. Vasalammen mukaan (2017, 60) autonomiaa tukevassa sosiaalisessa ilmapiirissä tavoitteena on

huomioida jokaisen yksilön näkökulma. Tästä näkökulmasta myös vanhempien autonomian tunteen tukemiseksi tulee foorumin tapaamisissa kiinnittää huomiota siihen, että jokaisen osallistujan näkökulma tulee huomioituksi. Autonomiata tukevassa ilmapiirissä, jossa annetaan myönteistä palautetta, yksilöt voivat toteuttaa valinnanvapauttaan ja yksilöä kontrolloivat puhetapa on minimoitu. (Vasalampi 2017,60.) Mahdollisuudella vaikuttaa foorumin toteutumiseen, tapaamisten sisältöihin voidaan vahvistaa vanhempien autonomian tunnetta toimintaan osallistumisessa (Ryan & Deci 2000, 73). Vanhempien foorumissa osallistujat voivat käydä läpi itselleen merkityksellisiä kokemuksia sekä kertoa oman tarinansa vertaisille tavalla, jonka itse valitsevat. Jokainen saa itse päättää sen, miten paljon kertoo itsestään ja omasta tarinastaan ryhmässä.

Vanhempien kompetenssiin liittyen tavoitteena on tukea vanhemman tunnetta omasta pystyvyydestä vanhempana, vanhemmuuden taidoista ja aikaansaamisesta omassa vanhemmuudessa. Vanhempien foorumin toiminnan tavoitteena on lisätä vanhempien tietoisuutta siitä, että heidän tarinansa, kokemuksensa on tärkeä ja merkityksellinen. Omaan kyvykkyyden tunnetta vanhemmuudessa on voitu koetella nuoren oireilun tai haasteiden myötä. Tunne epäpätevyydestä uhkaa yksilön vapauden ja kontrollin tunnetta sekä heikentää yksilön kykyä tehdä asioita (Ryan & Deci 2017, 95). Tavoitteena on, että foorumin toiminnat vahvistaisivat vertaisuuden ja ohjaajan tuen turvin vanhempien sallivaa, ymmärtäväistä suhtautumista omaan vanhemmuuteen sekä onnistumisia ja voimavaroja tunnistavaa ajattelua sekä tarjoaisi tiedollista tukea. Vertaisuuden ja foorumissa jaettujen kokemusten kautta voidaan myös normalisoida vanhemmuuteen kuuluvaa inhimillistä huolta sekä muita vanhemmuuteen kuuluvia tunteita ja ajatuksia esim. mahdollisia epäonnistumisen tai häpeän tunnetta, neuvottomuutta, ristiriitaisia tai negatiivisia tunteita tai harjoitella myös rajaamista suhteessa omaan aikuiseen nuoreen. Foorumissa ohjaajien työote on voimavaralähtöinen vanhemmuuden ja nuorten tilanteisiin liittyen ja työskentelyssä voimavarojen ja onnistumisten tunnistamiseen ohjaava. Voimavaralähtöisellä työotteella on tavoitteena tukea vanhempien itsetuntemusta vanhemman roolissa ja vanhemmuuden kompetenssia. Vertaisuuden ja muun toiminnan kautta on tavoitteena vahvistaa vanhempien kokemuksia siitä, että heidän toimintansa vanhempana on riittävää sekä mahdollistaa myös uusien näkökulmien syntyminen.

Vertaistuelliseen foorumiin osallistuminen mahdollistaa vanhempien oman kokemukseräisen asiantuntemuksen merkityksellisyyden vahvistumisen. Vanhemmat voivat omia kokemuksia jakamalla tukea toisia vanhempia. Vanhempien foorumin kehittämisidean taustalla oli näkemys siitä, että vanhemmilla on hiljaista tietoa myös nuorten syrjäytymisen ilmiöön vaikuttavista asioista vanhemman näkökulmasta. Vanhemmilla on kokemukseräistä tietoa myös siitä, miten oman lapsen syrjäytyminen vaikuttaa nuoren, vanhempien ja koko perheen elämään ja minkälaisia tuen tarpeita heillä olisi.

VamosSampo hankkeen alustavana suunnitelmana oli myös toteuttaa keväällä 2022 kumppanuusilta, jossa vanhemmat saisivat halutessaan mahdollisuuden oman kokemusperäisen asian-tuntijatiedon esille nostamiseen ja tiedon hyödyntämiseen laajemmin palvelemaan syrjäytyneiden/syrjäytymisvaarassa olevien nuorten, hänen perheensä ja vanhempien hyvinvointia. Kumppanuusilloissa mahdollistuisi ideoiden syventäminen ja jatkosuunnittelu. Kumppanuusillat ja niiden toteuttaminen eivät kuitenkaan sisältyneet tähän opinnäytetyöhön, mutta foorumiin osallistuvilta vanhemmilta tiedusteltiin heidän halukkuuttaan osallistua mahdolliseen kumppanuusiltaan, jos se toteutuisi. Tällä mahdollisuudella haluttiin tukea vanhempien vaikuttamisen mahdollisuutta.

Kolmantena psykologisena perustarpeena itsemääräämisen teoriassa on sosiaalisen liittymisen tarpeisiin sisältyvät halu olla vuorovaikutuksessa muiden kanssa, tulla kuulluksi, arvostetuksi ja hyväksytyksi sekä välittää muista ja olla itse merkityksellinen muille. (Ruutu & Salmimies 2020, 33; Ryan & Deci, 69.) Sosiaalisissa tilanteissa ihminen voi käyttäytyä tavalla, jolla olettaa muiden haluavan hänen toimivan, voidakseen tuntea yhteenkuuluvuuden ja sosiaalisen liittymisen tunnetta. Mikäli ihminen ei kuitenkaan koe toimintaa henkilökohtaisesti merkittävänä tai ole vakuuttunut toiminnasta, ei sosiaalisen liittymisen tarve tule täytetyksi. Pelkkä toisten toiveiden mukaan toimiminen ei siis takaa liittymisen tarpeen täyttymistä vaan ihminen ei hyvästä suoriutumisesta huolimatta tunne itseään rakastetuksi, ryhmään kuuluvaksi tai välitetyksi. Sosiaalisen liittymisen tarpeen täytyminen edellyttää siis toimintojen käynnistymistä sisäisestä motivaatiosta käsin, oman toimijuuden kautta. (Ryan & Deci 2017, 96.)

Autonomialla on erityinen asema perustarpeiden joukossa. Edellä mainittu sisäinen motivaatio, toimintojen lähteminen yksilön omasta aloitteesta, hänelle merkityksellisinä ja yksilön omien arvojen mukaisena toimintana mahdollistavat, että hän omistaa toimijuuden omasta tekemisestään ja voin näiden kautta täyttää psykologisia perustarpeitaan. Autonomia kulkee mukana muiden perustarpeiden täyttymisessä. Pätevyyden ja sosiaalisen liittymisen tarpeet tulevat aidosti täytetyiksi vain toiminnoista, jotka ovat yksilöstä itsestä lähtöisin ja täysin vapaaehtoiseen toimimiseen perustuvia. Voidaan siis sanoa, että muiden tarpeiden täydentyminen edellyttää, että autonomia tarve on rinnakkaisesti tyydyttynyt. Kaikki kolme perustarvetta nivoutuvat siis tiiviisti yhteen, keskinäisen riippuvuuden mukaan. (Ryan & Deci 2017, 94.)

Vanhempien foorumin tavoitteena oli tarjota vanhemmille mahdollisuus vertaisuuteen muiden vanhempien kanssa. Toiminnassa keskeistä oli, että vanhemmat kokevat tullessa kuulluksi ja hyväksytyksi ryhmässä. Tärkeää oli, että ryhmässä vallitsee luottamuksellinen vuorovaikutus osallistujien kesken. Luottamuksellisuutta vahvistettiin määrittelemällä tapaamisen alussa salassapitovelvollisuus ryhmässä käsiteltävien asioiden osalta. Foorumin tapaamisissa läpikäytyjä asioita ei käsitellä missään tapaamisten ulkopuolella kenenkään toimesta. Tapaamisissa painostettiin sallivaan, toisia kunnioittavaan ja tasa-arvoisen ilmapiiriin luomiseen.

Itsemääräämisen teoria jaottelee motivaation sekä sisäiseen että ulkoiseen motivaatioon. Sisäisellä motivaatiolla tarkoitetaan yksilön motivoitumista toimintaan tai tavoitteeseen, koska ihminen kokee toiminnan itselleen merkitykselliseksi, arvojen mukaiseksi ja mielihyvää tuottavaksi. Keskeistä sisäisessä motivaatiossa on se, ettei motivaatio perustu toiminnasta saatavaan ulkoiseen palkintoon. Ulkoisen palkinnon, muiden ihmisten odotusten, ulkoisten vaatimusten tai yksilön oman syyllisyyden tunteen tai muun ohjaava toiminta perustuu ulkoiseen motivaatioon. Pelkän ulkoisen motivaation varassa oleva toiminta saattaa keskeytyä helpommin vaikeuksia kohdatessa tai pelkän ulkoisen motivaation varassa toimiminen voi heikentää yksilön hyvinvointia tai sisäistä motivaatiota. (Ryan & Deci 2000, 71; Vasalampi 2017, 54-56.) Vanhempien foorumin toimintaan osallistuminen on kaikille vanhemmille vapaaehtoista. Näin ollen voidaan olettaa, että toimintaan ohjautuvat vanhemmat osallistuvat toimintaan sisäisen motivaation ohjaamana, omasta halusta osallistua vertaisuutta, osallisuutta ja tietoa tarjoavaan ryhmään.

Sisäisen motivaation säilymisen kannalta olisi tärkeää, että vanhempien foorumin toiminta vastaa vanhemman omia ryhmään osallistumiselle asettamia tavoitteita ja tarpeita. Motivaatiota ryhmään osallistumiselle herätellään foorumin markkinoinnissa mahdollisuutena osallisuuden, vertaisuuden, vaikuttamisen ja voimaantumisen kokemuksille luottamuksellisuuteen perustuvassa ryhmässä. Tärkeää on, että mahdollisuus näihin toteutuu foorumissa, niin teemojen, toimintojen kuin ryhmädynamiikan osalta, jotta vanhemman motivaatio jatkaa ryhmässä säilyisi ja ryhmään osallistuminen tukisi vanhemman hyvinvointia.

Osallisuuden, vertaisuuden ja vaikuttamismahdollisuuden kautta haluttiin tukea mahdollisuutta voimaantumisen kokemukseen Vanhempien foorumin osallistujille. Siitonen (1999, 59) puhuu voimaantumisen kohdalla yksilön sisäisestä voimantunteesta. Voimaantumisen rinnalla käytössä olevana käsitteenä nousee tutkimuksissa empowerment -käsite. Empowerment on suomennettu mm. valtaistumisen ja voimaantumisen käsitteinä (Räsänen 2006, 77). Myös empowerment -käsitettä on käytetty eri konteksteissa eri tavoin eikä sillä ole rajattua, täysin vakiintunutta suomennosta (Karsikas 2005, 33).

Oksanen (2014, 259) määrittelee empowerment -käsitteen liittyvän omaan haluun, päämäärien asettamiseen, omiin mahdollisuuksiin luottamiseen sekä näkemykseen itsestä ja omasta tehokkuudesta. Voimaantuminen tapahtuu Oksasen (2015, 259) mukaan sosiaalisena prosessina, jossa yksilö vaikuttaa ympäristöön ja ympäristö yksilöön. Ympäristöön lasketaan tässä kohdin kuuluvaksi tapahtumien asiayhteydet, toiset ihmiset sekä ympäröivät sosiaaliset tilanteet. Voimaantuminen on aina itsestä lähtevä henkilökohtainen prosessi ja juuri voimaantumisen tunteen henkilökohtaisen luonteen vuoksi se on asia, jota ei voi toinen ihminen tai yhteisö yksilölle antaa. Voimaantumisen tunnetta on kuitenkin mahdollista tukea ympäristön toimesta, mutta aina tulisi muistaa, että voimaantuminen edellyttää yksilön omaa suostumusta voimaantumislle Oksasen (2014, 259) mukaan. (Oksanen 2014, 259-260.)

Mönkkönen (2018) nostaa esille voimaantumisen yhteiskunnallisessa yhteydessä, jossa voimaantuminen on tarkoittanut yksilön omaan yhteiskunnalliseen ja sosiaaliseen asemaan vaikuttamista. Yhteiskunnallisen yhteyden lisäksi voimaantuminen on sidoksissa myös psykologiseen yhteyteen, jolla kuvataan yksilön omaa tilanteen haltuun ottamista haasteiden tai koetelemusten kohdalla. (Mönkkönen 2018, 159.) Voimaantumisen yhteydessä voidaan puhua myös toimintavoiman kasvattamisesta, jossa yksilön tekemät valinnat ovat toimivassa ja harmonisessa yhteydessä sosiaalisen ympäristön kanssa (Rostila 2001, 41). Voimaantumisen tukemisessa keskeistä on asiakkaan toimintavoiman ja vaikutusmahdollisuuksien vahvistamista asiakkaan omassa elämänympäristössään (Rostila 2001, 11).

Vanhempien foorumissa voimaantumista tavoitellaan tukemalla vanhempia tunnistamaan ja käyttämään omia vahvuuksiaan ja resurssejaan. Voimaantumista voidaan ajatella myös eräänlaisena vanhempien toimintavoiman ja pätevyuden vahvistumisena. Voimaantumisen kautta voidaan tukea mm. vanhempien omaa tilanteen haltuun ottamista haasteiden tai koetelemusten kohdalla sekä vahvistetaan vanhempien luottamusta omiin mahdollisuuksiin sekä omaan vanhemmuuteen. Toiminnassa tuetaan vanhempien mahdollisuuksia omien voimavarojen ja resurssien tunnistamiseen. Tärkeää on, että vanhemmat voisivat kokea mielekkyyttä ja saada itselleen mielekkään elämän kokemuksia, vaikka nuoren elämässä on haasteita. Vertaisuuden ja ryhmän avulla on tavoitteena osallisuuden kokemuksen sekä sosiaalisten kontaktien mahdollistaminen yhdessä samassa tilanteessa olevien ihmisten tapaamiseen. Foorumiin osallistumisen kautta vanhemmilla on mahdollisuus vaikuttaa tämän asiakasryhmän palveluiden ideoimiseen foorumin aikana ja myöhemmin kumppanuusiltoihin osallistumalla. Kokonaisuutena vanhempien foorumin lähestymistapa on voimavaralähtöinen ja vanhempien toiveikkuutta tukeva. Vanhempien foorumin teemat nostetaan osittain edellä kuvatusta tietoperustasta ja osittain eri asiantuntijatahojen tieto- ja ammattiosaamisen perustuen. Tavoitteena on luoda teemat ja toiminnot kokonaisuudeksi, joka tukee vanhempien itsemääräämisen tunnetta sekä mahdollistaa voimaantumisen tunteen.

2.3 Vertaisuus

Vanhempien foorumi on suunnattu vanhemmille, joita yhdistää kokemus täysi-ikäisen lapsen vanhemmuudesta sekä lapsen syrjäytymisestä tai syrjäytymisriskistä. Foorumin toiminnan tavoitteena on tarjota vanhemmille mahdollisuus tavata samassa elämäntilanteessa olevia muita vanhempia ja mahdollisuus jakaa ryhmässä vertaiskokemuksia. Vanhempain foorumi on siis vertaisuuteen perustuva vertaisryhmä. Vertaisuudella tarkoitetaan ihmisten välistä suhdetta ja se on keskinäistä kunnioitusta, asiantuntijuutta, voimavaraa, yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoisuutta vertaisten kesken (Hokkanen 2011, 287; Saarinen & Mikkonen 2018, 26). Vertaisuudessa kenenkään kokemusta ei kyseenalaisteta, vaan jokaisella on oikeus kokemukseensa ja oman tilanteensa tulkintaan. Tasa-arvoisuudella vertaisuudessa tarkoitetaan sitä, että sosioekonomiset määritteet eivät ole vertaisuudessa olennaisia vaan ne jäävät jaetulle

yhteiselle asialle alisteiseksi. (Hokkanen 2011, 287.) Vertaistoiminnalla tarkoitetaan toimintaa, joka sisältyy vertaistukeen (Saarinen & Mikkonen 2018, 26). Vertaisryhmässä osallistujia yhdistää suppeasti katsottuna sama ongelma tai laajemmin katsottuna yhdistävänä tekijänä voi olla yhteiset intressit, samanlaiset elämäntilanteet ja kokemukset, jotka synnyttävät vertaisuutta (Vilen, Leppämäki & Ekström 2002, 272; Penttinen, Skaniakos, Valkonen & Plihtari 2011, 6; Saarinen & Mikkonen 2018, 26).

Penttinen, ym. (2011, 6) esittävät Comanin ym. (2002) ja Symesin (2003) näkemyksen vertaisryhmästä ”paikkana, jossa voidaan jakaa kokemuksia, saadaa emotionaalista tukea, palautetta ja uusia näkökulmia, lisätään tietoisuutta, vahvistetaan sosiaalisia taitoja sekä uskoa ja luottamusta tulevaisuuteen sekä myönteistä asenteiden ja käyttäytymisen muutosta”. Ryhmän hoitavia tekijöitä ovat myös tiedon jakaminen, ryhmään kuuluminen, avautuminen ja hyväksyntä, toivon herättäminen ja sen löytyminen, samankaltaisuuden kokeminen, toisten auttamisen kokemus, ihmissuhdetaitojen ja sosiaalisten taitojen oppiminen, sosiaalinen tuki sekä primääriin perheryhmäkokemuksen korjaava kokeminen (Vilen, ym. 2011, 276-277). Näihin tekijöihin perustuu myös ajatus vanhempien foorumin voimaannuttavasta ja vanhempien hyvinvointia tukevasta mahdollisuudesta. Tiedon jakamiseen liittyen vanhempien foorumiin kutsutaan ammattilaisia tuomaan omaa erityisosaamistaan vanhempien tueksi tapaamisiin, mutta keskeistä ryhmässä on kuitenkin vanhempien oma asiantuntijuus, kokemusperäinen tieto. Ryhmän toimivuudelle on tärkeää, että myös ohjaaja on perehtynyt aiheena olevaan erityisalueeseen (Vilen, ym. 2011 273). Tämän opinnäytetyön tietoperusta, oma ammatillinen perustani (lähihoitaja, toimintaterapeutti ja sosionomi), täydennyskoulutukseni sekä työkokemukseni syrjäytymisvaarassa olevien ja syrjäytyneiden nuorten kanssa toimivat perustana omalle ohjaajuudelleni vanhempien foorumissa.

Ryhmään kuulumisen tunteen osalta haasteena on se, että ryhmän osallistujat voivat vaihtua jokaisella ryhmäkerralla. Ryhmä ei ole suljettu vaan täydentyvä ryhmä ja velvoitetta osallistumiskerroille ei ole vaan vanhempi voi halutessaan valita mille ryhmäkerroille (teemoihin) hän haluaa osallistua. Toki onnistunut kokemus ryhmään osallistumisesta voi toimia motivaattorina myös muille ryhmäkerroille osallistumiseen, jolloin osallistujien vaihtuvuus ei olisi niin suuri ja vanhemmat voisivat oppia tuntemaan toisiaan ryhmäprosessin aikana. Tämä toimisi myös ryhmään kuulumisen tunnetta vahvistavana tekijänä osaltaan. Toisaalta myös yksi ryhmäkerta voi toimia voimaannuttavana ja ryhmään kuuluvuuden tunnetta herättävänä kokemuksena vanhemmalle. Täydentyvässä ryhmässä on kuitenkin tunnistettava haasteena myös se, että osallistujan kokemus ryhmään kuulumisesta saattaa jäädä kokematta tai jäädä pinnalliseksi.

Tärkeää on, että ryhmässä vallitsee luottamuksellinen ilmapiiri, jokaisella on tervetullut olo ja jokainen tulee kuulluksi tasavertaisena osallistujana ryhmässä. Luottamuksellisuus ja turvallinen ilmapiiri voivat toimia vapauttavina tekijöinä henkilökohtaisten kokemusten

avaamiseen ja toisten tarinoiden kuulemiseen, tunteiden ilmaisuun ja käsittelyyn sekä toisten kokemuksista oppimiseen ja uusien selviytymiskeinojen löytämiseen (Vilen, ym. 2011, 277; Saarinen & Mikkonen 2018, 21). Vilenin (2011, 277) mukaan ryhmän tarjoama hyväksyntä ja ymmärrys tarjoavat alustan syyllisyydestä ja häpeästä vapautumiselle sekä ymmärretyksi tulemiseen. Samankaltaisuuden kokemus mahdollistaa normaaliuden tunteen syntymisen ja tunteen siitä, ettei vanhempi ole ainoa samankaltaisessa tilanteessa oleva. Kokemuksien jakamisen kautta mahdollistuu osallistujille myös tunne siitä, että voi oman kokemuksensa kautta auttaa tai tukea toista. Tämä auttajana toimimisen kokemus voi vahvistaa vanhemman elämänhallinnan tunnetta hetkellisesti. Ryhmän tarjoaa myös sosiaalisten ja ihmissuhdetaitojen oppimisen sekä sosiaalisen tuen mahdollisuuden. (Vilen, ym. 2011, 277.)

Toivon ja toiveikkuuden herättäminen nousee keskeiseksi osaksi myös vanhempien foorumin toimintaa. Toivoa voivat tapaamisissa mahdollistavat yhdessä jaetut kokemukset, selviytymistarinat, käytännön ideat, saatu tieto ammattilaisilta tai oma koettu oivallus asioista tai ratkaisuksista sekä vertaisten kokemukset asioiden etenemisestä tai voitettavuudesta. (Vilen ym. 2011, 277.)

Aina vertaistuen tarve ei kuitenkaan perustu toiveeseen kokemusten jakamisesta vaan se voi myös liittyä haluun löytää uusia käytänteitä arjen ja elämän helpottamiseen. Tällöin vertaisuuteen sopiva tuen muoto olisi informatiivisen ja toiminnallisen tuen yhdistelmä. Tämä lisäksi toiveeksi vertaisuuden yhdistäväksi tekijäksi voi muodostua myös yhteiskunnallinen toimijuus, jolloin huomio keskittyy laajempaan kokonaisuuteen ja vaikuttamiseen paikallisella, valtakunnallisella tai globaalissa palvelujärjestelmässä. Vaikuttaminen voidaan myös haluta laajentaa palvelujen ja etuisuuksien lisäksi asenteiden muuttamiseen, oikeudenmukaisen aseman tai kohtelun saavuttamiseen vertaisryhmälle. Vertaistuki on siis tunnetuen lisäksi useita sosiaalisen tuen muotoja sisältävä ja mahdollistava tuen muoto. (Hokkanen 2011, 286.)

Osa vertaistuen luotettavuudesta perustuu tiedon kokemuksellisuuteen (Hokkanen 2011, 288). Samalla hän korostaa sen merkitystä, ettei tieto ole kirjatieta vaan vertaisen kokemaa, elämän koettelemusten kautta syntynyttä tietoa, joka on jo käytännössä sovellettu. Kananen (2014, 34) nostaa myös esille esimerkin siitä, että ihmisten toiminnassa on paljon hiljaista, ääneen sanomatonta ja piilossa olevaa tietoa, jota he eivät kuitenkaan välttämättä tiedosta tai osaa kuvailla, vaikka elävät ja työskentelevät sen keskellä päivittäin. Oppiminen kehittyykin tämän hiljaisen tiedon nostamisella tietoiseen ajatteluun ja keskusteluun. (Kananen 2014,34.) Tämä sama ajatus on yhtenä tausta-ajatuksena myös vanhempien foorumin perustamisessa. Vanhemmilla on hiljaista tietoa ja osaamista. He ovat saattaneet unohtaa nämä tai ne eivät ole huolien, kiireen tai muun vuoksi koskaan nousseet tietoisuuteen. Vertaisuuden sekä ryhmän muun toiminnan kautta voidaan vahvistaa vanhempien omaa kokemusta omasta riittävästä vanhemmuudesta sekä nostaa tietoisuuteen tätä hiljaista osaamista ja tietoa sekä sen merkitystä niin vanhemmalle, nuorelle kuin muullekin yhteisölle laajemmin.

Vanhempien foorumissa tavoitteena on mahdollistaa vertaisuuden toteutuminen ryhmässä mahdollisimman vahvasti ja vertaisuuden muotona hyödynnetään juuri informatiivisen ja toiminnallisen tuen yhdistelmää. Vanhempien foorumin idean syntyessä keväällä 2021 kartoitin Turussa tarjolla olevia, vertaistuellisia tukimuotoja kohderyhmän vanhemmille. Selvityksen tuloksena nousi esille, että täysi-ikäisten nuorten vanhemmille suunnatut palvelut rajautuvat lastensuojelun jälkihuollon perhetyöhön tai Varsinais-Suomen mielenterveysomaiset -FinFami ry:n toimintaan. Varsinais-Suomen mielenterveysomaiset - FinFami ry. tarjoaa monipuolisesti laadukasta tukea mielenterveys ja päihdeomaisille, mutta heidän toiminnoissaan vanhemmat ovat tällä hetkellä pikkulapsiperheen vanhempia (esim. Vertti-toiminta) tai jo ikääntyneempiä vanhempia, joiden lapsi on iältään usein jo 40-50-vuotias. Kyse ei ole kuitenkaan siitä, että toiminnot olisi rajattu vain tämän ikäisille vanhemmille. Vanhempien foorumin kohderyhmän vanhemmat voivat elää ruuhkavuosiaan tai heillä saattaa olla syrjäytymisen ylisukupolvisuuden haasteita, joiden seurauksena ryhmiin osallistuminen voi olla haastavaa. Vanhempien foorumin kautta halutaan tarjota vanhemmille vertaisryhmä, jossa vanhemmuus liittyy juuri tietyn ikäisten nuorten (18-29-vuotiaiden) vanhemmuuteen. Tällöin myös vanhempien oma elämäntilanne voi tuoda mukanaan vertaisuutta enemmän kuin esimerkiksi omia eläkevuosiaan elävien vanhempien vertaisryhmään osallistuminen tarjoaisi. Vanhempien foorumin osallistujien löytäminen on kuitenkin yksi foorumin toteutuksen isoista haasteista.

3 Opinnäytetyön toteuttaminen

3.1 Opinnäytetyön tarkoitus, kehittämistehtävä ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön kehittämistehtävänä oli syrjäytymisvaarassa olevien, täysi-ikäisten nuorten vanhempien foorumin suunnittelu, toteutus ja arviointi. Tavoitteena oli tarjota vanhemmille luottamuksellinen ryhmä, jossa vanhemmilla on mahdollisuus osallisuuden, vertaisuuden ja vaikuttamisen kautta voimaantumisen kokemukseen. Tavoitteena oli myös tarjota vanhemmille mahdollisuus tavata toisia samassa elämäntilanteessa olevia ja mahdollisuus vertaisko-kemusten jakamiseen. Vertaisuuden muotona vanhempien foorumissa oli informatiivisen ja toiminnallisen tuen yhdistelmä. Tavoitteena oli foorumin kautta tukea vanhempien hyvinvointia vastaamalla mahdollisimman hyvin osallistujien psykologisiin perustarpeisiin, joita ovat autonomia, kompetenssi sekä yhteisöllisyyden tarve.

Foorumin osallistuneita vanhempia haastatteleamalla sekä kyselyjen avulla koostin tietoa siitä, minkälaista tuen ja palveluiden tarpeita vanhemmilla on. Toiminnan markkinointi ja osallistujien löytäminen foorumiin oli osa kehittämisosiossa. Kiinnostuksen kohteena oli myös se, miten vanhempien foorumiin osallistuminen on tukenut vanhempia heidän elämäntilantees- saan.

Opinnäytetyön kehittämistehtävää tarkasteltiin tässä opinnäytetyössä seuraavien tutkimuskysymysten kautta:

1. Millaisten vaiheiden kautta vanhempien foorumi voidaan käytännössä rakentaa?
2. Millaisia tuen ja palvelun tarpeita sekä kehittämisideoita syrjäytymisvaarassa olevien täysi-ikäisten nuorten vanhemmilla on (vanhempien foorumin mukaan)?
3. Miten vanhempien foorumi on tukenut vanhempien tarpeita heidän elämäntilanteessaan?

3.2 Toimintatutkimus lähestymistapana

Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena kehittämistyönä, jossa sovellettiin lähestymistapana toimintatutkimusta. Toimintatutkimuksesta voidaan puhua lähestymistapana, jossa tutkimus kytketään toiminnan kehittämiseen (Heikkinen 2010, 37). Toimintatutkimus on yksi laadullisen (kvalitatiivisen) tutkimuksen laji ja muoto. Se on sekoitus eri tutkimusmenetelmiä, jonka vuoksi siitä voidaan puhua myös tutkimusstrategiana. (Hirsjärvi 2009, 162, Kananen 2014, 27, 29.) Hirsjärvi (2009,164) on koonnut eri kirjallisuuslähteiden pohjalta laadullisen tutkimuksen keskeiset piirteet, joihin tuleva opinnäytetyönikin perustuu. Laadulliselle tutkimukselle on tyypillistä kokonaisvaltainen tiedon hankinta. Tietoa kootaan luonnollisissa ja todellisissa tilanteissa. Opinnäytetyön tiedonhankinnassa ihminen toimii tiedon keruun välineenä mittausvälineiden sijasta ja aineiston hankinnassa käytetään laadullisia tiedon hankinta menetelmiä, kuten haastattelu, havainnointi ja päiväkirjat sekä täydentävinä menetelminä kyselyjä. Myös tutkimuksen osallistujajoukko on valikoitu tarkoituksen mukaisesti. Opinnäytetyön prosessissa toteutuu laadulliselle tutkimukselle tyypillisesti myös induktiivinen aineiston analyysi, jossa tarkoituksena on aineiston monitahoinen ja yksityiskohtainen tarkastelu. Opinnäytetyössä kohdattuja tapauksia käsitellään ainutlaatuisina ja aineistoa tulkitaan sen mukaisesti ja tutkimussuunnitelman uudelleen muotoutumiselle tai muutoksille on mahdollisuus tutkimuksen edetessä. Suunnitelma ja toteutus elävät tarpeiden ja esille nousseiden asioiden mukaisesti. (Hirsjärvi 2009, 164.)

Toimintatutkimuksessa tavoitteena on saavuttaa käytännön hyötyä ja tuottaa tietoa käytännön toiminnan kehittämiseksi sekä saada aikaan muutos tutkittavassa kohteessa (Heikkinen 2010, 16-17, 19; Kananen 2014,11-12). Metsämuuronen (2008, 29) määrittelee toimintatutkimuksen osallistuvaksi ja osallistavaksi tutkimukseksi, jossa pyritään vastaamaan käytännön toiminnassa esille nousseeseen ongelmaan tai kehittämään käytännön työtä paremmaksi. Tarve täysi-ikäisten syrjäytyneiden tai syrjäytymisvaarassa olevien nuorten vanhemmille suunnatusta tuesta on noussut esille käytännön työssä kohdattujen vanhempien tarpeesta. Toimintatutkimus sopii menetelmäksi vanhempien foorumin kaltaiseen kehittämisprojektiin, jossa

tavoitteena on uuden toiminnan suunnittelu ja uusien toimintatapojen kokeilu. Menetelmä ei tavoittele yleistettävyyttä vaan toimintatutkimus kohdistuu yksittäiseen tapaukseen. (Kananen 2014, 12, 33; Kuula 1999: 204-205.)

Toimintatutkimus on interventioon perustuvaa, käytännönläheistä ja osallistavaa, sosiaalinen ja reflektiivinen prosessi. Toimintatutkimukselle tyypillisesti myös opinnäytetyöni eteni prosessinomaisesti ja se liittyi vuorovaikutukseen pohjautuvaan sosiaaliseen toimintaan. Muita toimintatutkimukselle tyypillisiä piirteitä opinnäytetyössäni oli kehittämisprojektin käytännönläheisyys, määräaikaisuus, tutkimuksellisuus, käytännön hyödyn saavuttaminen (uusi toiminta), muutokseen pyrkiminen/toiminnan kehittäminen, kehittämistyön toteutuminen yhteistoimintana tutkittavassa ilmiössä mukana olevien ihmisten kesken, toimintatutkijan osallistuminen toimintaan sekä pyrkimys osallistujien voimaantumiseen ja valtauttamiseen osallistumisen kautta. (Kuula 1999: 10, 204; Heikkinen 2010, 16-20, 22, 29, 36; Kananen 2014, 14.)

Toimintatutkimus on luonteeltaan prosessimaista (Kananen 2014, 14). Siinä suunnittelu ja tutkimus etenevät samanaikaisesti (Metsämuuronen 2008, 31). Kananen (2014,16) täydentää tätä toteamalla, että toimintatutkimuksessa toiminta, tutkimus ja muutos tapahtuvat kaikki samanaikaisesti. Toimintatutkimuksessa ymmärrys ja tulkinta lisääntyvät vähitellen tutkimusprosessin edetessä (Heikkinen 2010, 36). Toimintatutkimukselle tyypillistä on eteneminen syklisenä prosessina, jossa toiminta kulkee syklien toistuvina kehinä. Yhteen sykliin kuuluvat suunnittelu, toiminnan toteutus, havainnointi ja reflektointi/arviointi. Tutkimus sisältyy jokaiseen sykliin ja seuraava sykli käynnistyy uudelleen suunnittelulla, eli siitä mihin edellisen syklin kautta päästiin tai uudesta ongelmasta ja sen poistamisesta. Näin ollen arvioinnissa ja reflektoinnissa syntyneet ajatukset toimivat uuden kokeilun pohjana. (Heikkinen 2010, 29, 35; Kananen 2015, 12.)

Heikkinen, Rovio & Kiilakoski (2010, 80) toteavat, että todellisuudessa edellä luetellut syklin osat eli suunnittelu, toteutus, havainnointi ja reflektointi lomittuvat eikä niitä aina voida erottaa toisistaan. He nostavat esille myös sen, että yhden syklin tuottanut tutkimus voi olla myös toimintatutkimus. Heidän mukaansa syklien määrä ei ole mielekäs arviointikriteeri vaan tärkeämpää on toimintatutkimuksen perusidean, eli juuri suunnittelun, arvioinnin, toiminnan ja arvioinnin toteutuminen tutkimuksessa. Tällöin toimintatutkimukselle ominainen jatkuvuus ja spiraalimainen kehittäminen ovat sisältyneet yhteen sykliin. (Heikkinen, Rovio & Kiilakoski 2010, 82.)

Opinnäytetyössäni toimintatutkimus rajoittui yhteen sykliin, jonka tuloksena syntynyttä tietoa ja kokemusta voidaan hyödyntää jatkokehittelyn tukena suunniteltaessa palveluita ja tukimuotoja vanhemmille tai syrjäytyneiden nuorten lähipiirille. Näin saatu tieto toimii mahdollisen uuden kokeilun perustana.

Toimintatutkimuksessa on olennaista myös se, että tutkija osallistuu itse tutkittavana olevaan toimintaan (Kananen 2014, 28). Tästä syystä osallistuin itse toimintatutkijana Vanhempien foorumiin aktiivisena toimijana. Tutkijan mukana olo toiminnassa vie tutkimuksen konkreettisesti mukaan toimintaan. Lisäksi tutkimukseen osallistuvat yhteistyössä ne, joita kehittämistarve koskee. Vanhempien foorumin toiminnassa osallistujina toimivat vanhemmat (henkilöt, joita kehittämistarve koskee), opinnäytetyön tekijä (toimintatutkija) ja työparina toinen valmentaja Vamokselta sekä mahdollinen yhteistyötahon ammattilainen. (Heikkinen 2010, 19; Kananen 2014, 11, 16.)

Heikkinen (2010, 20) nostaa esille, että toimintatutkimuksessa tavoitteena on myös vahvistaa ihmisten uskoa toimintamahdollisuuksiinsa ja omiin kykyihinsä, joita Heikkinen vertaa osallistujien voimaannuttamiseen ja valtauttamiseen. On tärkeää, että ryhmässä toteutuu tasavertainen keskustelu osallistujien välillä sekä osallistujien omaehtoinen aktiivisuus toiminnassa, joiden pohjalta syntyisi yhteistä ongelmanratkaisua ja tiedonmuodostusta. Tutkijan ja tutkittavien yhteistyön tulee olla toimivaa ja molemmin puolisen asiantuntemuksen jakamisen mahdollistavaa. Ryhmän toimintaan osallistuminen sekä osallistujien välisen vuorovaikutuksellisuuden tukeminen edellyttävät minulta toimintatutkijana mm. sosiaalisia taitoja keskusteluyhteyden onnistumiseksi sekä kykyä etsiä ratkaisua käytännön ongelmiin saman aikaisen osallistumisen sekä tutkimuksen teon kanssa. (Kuula 1999, 206, 208; Kananen 2014, 102.)

Toimintatutkimuksella pyritään muutokseen. Onnistuneen toimintatutkimuksen tuloksena asiat, ajattelutavat tai sosiaalisen toiminnan käytänteet ovat eri tavalla kuin ennen tutkimuksen aloittamista (Heikkinen, ym. 2010, 86). Tavoiteltuja muutoksia opinnäytetyössäni olivat yhteistyönä toteutettu vanhemmille suunnattu voimaannuttava ryhmätoiminta, joka samalla tuottaisi tietoa siitä millaista tukea vanhemmat tarvitsisivat sekä tukee vanhempia heidän elämäntilanteessaan. Se, mitä asioita vanhemmat itse toivoisivat voimaannuttavassa ryhmässä ei ollut tiedossa ennen foorumin aloittamista. Valitut aiheet perustuivat tietoperustasta esille nousseisiin teemoihin sekä kohderyhmän kanssa työskenteleviltä ammattilaisten näkemyksiin foorumiin soveltuvista aiheista. Nämä aiheet eivät välttämättä vastaa vanhempien toiveisiin tai tarpeisiin. Opinnäytetyön tekijänä jätin prosessin alussa avoimeksi sen, minkälaisia muita mahdollisia muutoksia tutkimusprosessin aikana tai jälkeen on havaittavissa tai mitä uutta tietoa prosessi lisäksi synnyttää.

Heikkinen, Rovio ja Kiilakoski (2010, 85) muistuttavat, että aito tieteellinen tutkimus suuntautuu aina kohti sellaista mitä ei ole vielä olemassa. Tämän kaltaista, nuoren syrjäytymisen syitä määrittelemättömästä, täysi-ikäisten nuorten vanhemmille rajattua ryhmätoimintaa ei ole Turussa tarjolla eikä internet hakujen kautta vastaavaa toimintaa ole löytynyt myöskään muista Suomen kaupungeista. Toimintatutkimuksen perusidean mukaan tutkija oppii tutkimuskohteestaan ja projektista koko prosessin ajan ja myös tutkimuskysymykset voivat prosessin edetessä muuttua. Tutkimuksen luonteeseen kuuluu arvaamattomuus, joten kaikkiin

muutoksiin tai esille nousseisiin selvitettäviin asioihin ei ole mahdollista tutkimusprosessissa tai tässä tutkimussuunnitelmassa varautua. (Heikkinen, ym. 2014, 85-86, 96.)

Kuula (1999, 219) toteaa, että muutoksen onnistumiseksi tai sen käsitteellistämiseksi tarvitaan myös toiminnallisia kokeiluja uudenlaisen työn tekemisestä. Vanhempien foorumi toteutettiin eri toimijoiden yhteistyön tuloksena uudenlaisena toteutuksena asiakastyöhön ja suunnittelutyöhön jalkautuvana toimintana.

3.3 Aineiston keruu

Toimintatutkimuksen tiedonkeruun menetelmiä ovat havainnointi, haastattelu, kirjalliset lähteet sekä kyselyt (Kananen 2014, 78). Opinnäytetyössäni hyödynsin näitä kaikkia menetelmiä. Havainnoinnin eri muodoista valitsin toiminnan perusteella osallistuvan havainnoin ja haastattelussa käytin teemahaastattelun menetelmää. Havainnoinnin työkaluina opinnäytetyössä oli tutkimus- ja havainnointipäiväkirja.

Jokaiselle vanhempien foorumiin osallistuvalla jaettiin tiedote tutkimuksesta (liite 1) - lomake, josta osallistuja sai kirjallisena tiedon vanhempain foorumiin liittyvästä opinnäytetyöstä sekä foorumin tapaamisiin liittyvästä tiedonkeruusta ja käytänteistä. Tämän lisäksi jokaiselle osallistujalle jaettiin suostumus tutkimukseen osallistumisesta (liite 2) - lomake.

3.3.1 Havainnointi

Havainnointi on toimintatutkimuksen tärkeimpiä tiedonkeruumenetelmiä (Kananen 2014, 80). Havainnointi tarjoaa tietoa siitä, mitä todella tapahtuu. Sen etuna on, että se tarjoaa välitöntä ja suoraa tietoa yksilöiden, ryhmien ja organisaatioiden käyttäytymisestä. Se tarjoaa mahdollisuuden saada tietoa aidosta toimintaympäristöstä ja -tilanteesta. (Hirsjärvi 2009, 212-213.)

Toimintatutkimuksessa tutkija on itse aina mukana toimijana. Tämä asettaa oman haasteensa toiminnan aikana tapahtuvan havainnoinnin toteuttamiseen. Tutkijan osallistuminen toimintaan vaikuttaa toiminnan toteutumiseen ja tätä kautta myös tutkimuksen tuloksiin (reaktiivisuus). Perinteisesti tutkijan vaikuttaminen tutkimustuloksiin on koettu ongelmalliseksi ja reaktiivisuus on nähty negatiivisena ja vältettävänä asiana. Toimintatutkimus on kuitenkin lähtökohdiltaan jo tutkijan osallistumista edellyttävä tutkimusstrategia, jolloin reaktiivisuuden ja sen vaikutusten välttäminen on toimintatutkimuksessa mahdotonta. On tärkeää, että tutkija on kuitenkin tietoinen oman osallistumisensa vaikuttamisesta toimintaan ja tutkittavana olevaan asiaan. Toimintatutkimuksessa oleellista ovat saadut tulokset ja muutoksen todentaminen. (Kananen 2014, 80-81.)

Kanasen (2014, 81) mukaan havainnoinnin käyttö on perusteltua tilanteissa, joissa ilmiöistä on vähän tietoa tai ei ilmiöstä ei ole tietoa. Tutkijan ollessa fyysisesti läsnä ja osallistuessa

toimintaan tutkimustilanteessa voidaan puhua osallistuvasta havainnoinnista. (Kananen 2014, 80-81.) Osallistuvaa havainnointia voi toteuttaa siten, että tutkija on selkeästi tutkijan roolissa tai vahvemmin toimijan roolissa (Metsämuuronen 2008, 43). Tässä toimintatutkimuksessa olen toimijan roolissa ryhmän ohjaajana ja toimintatutkijana. Hirsjärvi (2009, 217) nostaa esille myös käsitteen: ”osallistuja havainnoijana”, jossa havainnoitsija osallistuu ryhmän elämään, mutta tekee ryhmäläisille myös kysymyksiä. Havainnoija informoi ryhmäläisiä heti alussa siitä, että toimii ryhmässä havaintojen tekijänä. (Hirsjärvi 2009, 217.) Toimin itse osallistuja havainnoijana vanhempien foorumissa vastaten tämän opinnäytetyön havainnoinnin toteutusta.

Havainnointimenetelmiä on kritisoitu siitä, että siinä havainnoitsija voi häiritä tai muuttaa toiminnan kulkua havainnointi tilanteessa. Toisena riskitekijänä on pidetty sitä, että havainnoitsija sitoutuu emotionaalisesti ryhmään tai havainnoitavaan tilanteeseen, jolloin tutkimuksen objektiivisuus voi kärsiä. Havainnointi tilanteessa tietojen kirjaaminen muistiin voi olla tutkijalle haasteellista, jolloin tiedon kirjaaminen voi jäädä vain tutkijan muistin varaan. Tämä vaikuttaa tiedon luotettavuuteen osaltaan. Tähän voitaisiin vaikuttaa esimerkiksi tallentamalla tilanteet, joita halutaan havainnoida. Havainnointia on kritisoitu myös siitä, että se vie runsaasti aikaa. (Hirsjärvi 2009, 213-214.) Kritiikistä huolimatta havainnoinnin käyttö on suositeltava menetelmä toimintatutkimuksessa. Tärkeää havainnointia käytettäessä on se, tutkija muistaa erotella havainnot omista tulkinnoistaan (Hirsjärvi 2009, 217).

Opinnäytetyössä havainnoinnin tavoitteena oli havainnoida osallistujien yleistä osallistumista, tarkastella synnyttääkö teema keskustelua osallistujien kesken, toteutuuko vertaiskokemusten jakaminen yleisesti ryhmässä sekä poimia muistiin ne keskustelussa esille nousevat seikat, jotka ilmaisevat vanhempien kokemuksia foorumin hyödyistä vanhemmalle tai vanhempien tuen tarvetta, toiveita tai odotuksia suhteessa omaan hyvinvointiinsa tai nuoren tilanteeseen. Vanhempien foorumin -tapaamisia ei videoitu. Päätös perustui tavoitteeseen luoda vanhemmille luottamuksellinen ryhmä, jossa osallistujien esille nousseet henkilökohtaiset tarinat, tunteet ja kokemukset jäävät vain ryhmän sisälle. Havainnoinnissa koostin havainnointipäiväkirjaan huomiot vanhempien ilmaisemasta tuen tarpeista, kehittämisideoista ja toiveista tuki-
muotoihin liittyen. Muistiinpanot ja havaintomerkinnot tein siten, ettei ketään osallistujaa voi niiden perusteella tunnistaa eikä muistiinpanoihin kirjattu yhdenkään nuoren tai vanhemman nimeä eikä muita tunnistetietoja eikä elämäntapahtumia.

3.3.2 Tutkimus- ja havainnointipäiväkirja

Opinnäytetyöprosessin ajan kirjoitin tutkimuspäiväkirjaa ja havainnoinnin työkaluna käytin lisäksi erillistä havainnointipäiväkirjaa. Tutkimuspäiväkirjan kirjoittamisen aloitin opinnäytetyön aiheanalyysin kirjoittamisen aikana maaliskuussa 2021. Maaliskuusta lähtien toukokuuhun

asti, kirjoitin tutkimuspäiväkirjaa ilman ennalta tehtyä suunnitelmallista runkoa kirjoittamiselle. Nämä kirjaukset perustuivat kalenterimaisiin muistiinpanoihin opinnäytetyöhön liittyvien toimintojen kirjaamisena.

Kananen (2014, 82) korostaa, että tutkimuspäiväkirjalla on oltava rakenne, joka ohjaa kirjoittamista. Opinnäytetyön tutkimussuunnitelman valmistumisen yhteydessä tein rungon tutkimuspäiväkirjan kirjaamisen perustaksi. Tutkimuspäiväkirjaan kirjoitin merkinnät kaikkina niinä päivinä, jolloin tapahtui jotakin toimintatutkimuksen edistämiseksi. Tutkimuspäiväkirja toimi foorumin perustamiseen liittyvän prosessin kuvaajana. Tutkimuspäiväkirja runkoon kirjasi myös jo ennakkoon tiedossa olevat ja sovitut tapaamiset sekä prosessin aikataulun. (Kananen 2014, 82.) Tutkimuspäiväkirjaan kirjasi lisäksi tietoa ja kenttätapahtumista, tutkimuksen edistymisestä, päivämääristä, yhteistyötahoista ja sovitusta asioista sekä toimenpiteistä (Huovinen & Roivio 2010, 107). Lisäksi merkitsin päiväkirjaan foorumin mainostamiseen ja siihen liittyvien julkaisujen päivämäärät ja julkaisutahot sekä muut Vanhempien foorumin perustamiseen ja toteuttamiseen vaikuttavat asiat.

Tutkimuspäiväkirjan lisäksi kirjoitin havainnointipäiväkirjaa vanhempien foorumin -tapaamisista. Havainnointipäiväkirja on tarkoitettu systemaattisen, informatiivisen havainnoinnin dokumentointiin. Kananen (2014, 83) mukaan tutkimuksen luotettavuus kärsisi ilman havainnoinnin dokumentointia ja toteennäyttöä. Aineistoa keräsin havainnoimalla asioita opinnäytetyön käsitteellisen viitekehyksen mukaisista teemoista. Listausta tuki kirjoittamista ja toimi muistin tukena havainnoitavista ja muistiin kirjattavista asioista. (Kananen 2014, 82; Huovinen & Roivio 2010, 107.) Havainnoinnin jäsentämiseksi tueksi tein havainnointilomakkeen (liite 3), johon määrittelin havainnoitavat asiat tutkimusongelmien ja tutkimussuunnitelman tietoperustan pohjalta. Toimintatutkija osallistuu toimintaan mukaan, jolloin muistiinpanojen ja havainnointien kirjaaminen samanaikaisesti on vaikeaa tai mahdotonta. Jokaisen foorumin jälkeen oli tavoitteena, että ohjaajat/ohjaajapari osallistuvat tapaamisen purkukeskusteluun, jossa käytäisiin läpi tapaamisen toteutuminen sekä nostettaisiin esille kyseisellä kerralla nousseet avainasiat. Tämä yhteispurku jäi tässä muodossa toteutumatta ja purku tapahtui itsenäisenä pohdintana foorumin tapaamisten jälkeen. Purkutilanteessa havainnointi päiväkirjan runko toimi aina kirjaamisen tukena. Tiedon keräämisen lisäksi tutkimus- ja havainnointipäiväkirja toimi itselleni itsearviointin ja reflektointin välineenä. (Kananen 2014, 82.)

3.3.3 Palautekyselyt vanhempien foorumiin osallistuneille

Vanhempien kokemuksia foorumiin osallistumisesta oli tavoitteena kerätä palautekyselynä (liite 4) jokaisen tapaamiskerran päätteeksi. Kyselyn hyötynä on se, että se on helpompi ja nopeampi tapa kerätä palautetta kuin esimerkiksi haastattelut (Hirsjärvi 2009, 195). Hirsjärvi (2009, 202-203) on koonnut eri kirjallisuuden lähteistä kattavan listan ohjeistukseksi kyselylomakkeen laadintaan ja tämä lista toimi ohjenuorana opinnäytetyö palautekyselyn

laatimisessa. Kyselyn suunnittelussa kiinnitin huomiota kyselyn selkeyteen ja tarkkarajaisuuteen sekä siihen, että kysymykset vastaisivat opinnäytetyön tutkimusongelmiin. (Hirsjärvi 2009, 202-203.) Valmis lomake testattiin VamosSampo-hankkeen työntekijöiden (neljä työntekijää) kesken, jonka jälkeen tein kyselyyn tarvittavat muutokset.

Vanhempien foorumi toteutui avoimena ryhmänä, joten mahdollisuus osallistujien määrään ja osallistuvien henkilöiden vaihtelusta eri tapaamiskerroilla oli olemassa. Olemassa oli mahdollisuus myös siihen, että osallistuja saattaisi osallistua foorumiin vain yhden kerran. Tästä syystä palautteen kerääminen jokaisen kerran yhteydessä oli tärkeää. Lisäksi teemat, toiminat ja vierailevat ohjaajat vaihtuivat tapaamiskerroilla. Kyselyssä kerättiin palautetta tapaamisen sisällöstä, sen hyödyllisyydestä sekä heränneistä muutostoiveista. Kysely sisälsi kysymyksiä osallisuuden, voimaantumisen, vaikuttamisen, vertaisuuden sekä itsemääräämisen teorian teemoihin (autonomia, kompetenssi, liittyminen) liittyen. Kyselylomakkeen suunnittelussa piti huomioida kuitenkin myös se, mitä hyötyjä yhteen tapaamiskertaan osallistumisella voidaan tavoitella.

Kyselylomakkeessa hyödynsin avoimia ja monivalintakysymyksiä sekä asteikkoihin perustuvia kysymystyyppejä. Avoimilla kysymyksillä jätin vastaajalle mahdollisuuden kertoa vapaasti omin sanoin ajatuksista, mielipiteestä tai kokemuksista, kun taas monivalintakysymykset rajoittivat vastaukset olemassa oleviin vaihtoehtoihin. Monivalintakysymyksen vastausvaihtoehtoja laajensin lisäämällä vastausvaihtoehdoksi myös avoimen vastauskohdan. (Hirsjärvi 2009, 198-201.) Kyselyssä ei kerätty osallistujista minkäänlaisia tausta- tai yhteystietoja.

Kysely toteutettiin Google Forms -kyselynä siten, että vastaaminen olisi mahdollisimman helppoa ja nopeaa osallistujille. Vanhemmille lähetettiin vastauslinkki kyselyyn vanhempien antamaan puhelinnumeroon. Numeroa ei tallennettu ja lähetetyt viestit poistettiin puhelimestani heti linkin lähettämisen jälkeen. Kysely tulostettiin myös paperiversiona varmuuden vuoksi niille, joilla ei mahdollisesti olisi käytettävissä älypuhelin. Tarvetta paperikyselyjen käyttöön ei kuitenkaan ilmennyt.

3.3.4 Vanhempien haastattelu

Vanhempien foorumiin osallistuneilta vanhemmilta kysyttiin osallistumisen yhteydessä heidän mahdollisuuttaan osallistua haastatteluun foorumin tapaamiskertojen jälkeen joulukuussa 2021. Haastatteluun osallistuminen oli vapaaehtoista. Haastattelujen tavoitteena oli syventää ja täydentää palautekyselyistä ja havainnoinnin kautta esille nousseita asioita. Haastattelun tavoitteena oli myös tarjota vanhemmille mahdollisuus tuoda tuen tarvetta koskevia asioita esille laajemmin ja yksityiskohtaisemmin tuomaan uutta tietoa jo olemassa olevaan kerättyyn tietoon. Haastattelun kautta pystyin myös konkretisoimaan ja täydentämään vastauksia tutkimusongelmiin liittyen. (Hirsjärvi 2009, 205; Huovinen & Roivio 2010, 109.) Haastattelut ja kyselyjen tulokset mahdollistivat myös muutoksen arviointia. (Kananen 2014, 87).

Haastatteluun osallistuminen edellytti, että vanhempi antaa yhteystietonsa (nimi ja puhelinnumero puhelinhaastattelussa tai nimi ja sähköposti Teams- haastattelussa). Yhteystiedot tarvittiin vain yhteydenottamiseen. Haastattelun jälkeen tiedot tuhoitiin.

Haastattelut toteutettiin teemahaastatteluna, jossa teema-alueet oli määritelty opinnäytetyön tietoperustan pohjalta. Haastattelut toteutuivat teema-aihe luettelon sekä apukysymysten avulla. Ennen haastattelujen toteutumista lisäksi alkuperäiseen, tutkimussuunnitelmassa esitettyyn haastattelurunkoon näkyville tutkimuskysymykset täydentämään haastattelurungossa olevia avainsanoja. Haastattelujen aikana varmistin rastittamalla jo läpi käydyt asiat, jotta kaikki aihealueet käytiin varmasti haastattelussa läpi, sillä haastattelu järjestys vaihteli eri haastattelujen välissä. (Hirsjärvi 2009, 208; Eskola, Lätti & Vastamäki 2018,30, 41.)

Teemahaastattelu asettuu strukturoidun ja strukturoimattoman haastattelun välimaastoon, mutta on kuitenkin lähempänä strukturoimatonta haastattelua (Hirsjärvi & Hurme 2011, 48). Teemahaastattelu antaa haastattelussa väljyyttä, mutta antaa myös mahdollisuuden rajaamiseen teemoittelun perusteella. Teemahaastattelussa saatu tieto on syvällistä, mutta henkilöitä, joilta tietoa kerätään, on yleensä vähän. (Kananen 2014, 91-92.) Haastattelurunkoon (liite 5) koostin haastattelun teemat ja apukysymykset perustuivat opinnäytetyön tietoperustaan sekä tutkimusongelmiin. Teema-alue luettelossa esitetyt aihealueet ovat niitä, joiden pohjalta haastattelussa esitetään kysymyksiä. Apukysymykset toimivat tukena haastattelun eteenpäin viemisessä sekä vahvistivat sitä, että kaikilta haastateltavilta kysyttiin myös samoja asioita huolimatta siitä millaiseksi yksilöllinen haastattelu tilanne muodostuisi. Hirsjärvi ja Hurme (2011, 67) suosittelevat jättämään teema-alueet väljiksi, jotta tutkittavan ilmiön monimuotoisuus saataisiin mahdollisimman monipuolisesti esille.

Haastattelut toteutettiin yksilöhaastatteluna vanhemman toiveiden mukaisesti joko puhelimitse, Teams-sovelluksen kautta tai kasvokkain. Yksilöhaastatteluilla suljettiin pois muiden ihmisten vaikutukset haastateltavien vastauksiin. (Hirsjärvi 2009, 210-211.) Haastateltavia vanhempia oli yhteensä neljä (4). Kaksi haastatteluista toteutettiin Teams-haastatteluna ja kaksi haastattelua toteutettiin kasvokkain Vamoksella. Haastattelujen tallentamisesta litterointia varten kerrottiin vanhemmille jo vanhempien foorumissa haastattelusta keskusteltaessa sekä uudelleen haastattelujen alussa. Vanhemmille kerrottiin myös, että tallenteet hävitetään litteroinnin jälkeen. (Eskola, ym. 2018, 35.)

Haastattelut oli ennalta suunniteltu haastattelurungon sekä toteutustavan osalta ja aikaa haastatteluille oli varattu 1-1,5 tuntia henkilöä kohden. (Metsämuuronen 2008, 39). Haastattelut nauhoitettiin ja kerroin nauhoituksesta haastateltaville. Kerroin haastateltaville myös, että haastattelut litteroidaan mahdollisimman nopeasti, jonka jälkeen haastattelun tallenteet hävitettäisiin. Kerroin myös, että haastattelujen tallenteet säilytetään salasanalla lukitussa tietokoneessa, salasanalla lukitussa kansiossa. Haastateltaville annettiin myös mahdollisuus

kuunnella haastattelun tallenne. Kerroin vanhemmille, että heillä on myös oikeus kieltäytyä haastattelun tallentamisesta, mutta kukaan ei kieltänyt tallentamista mahdollisuudesta huolimatta. Tallentamisen myötä muistiinpanojen kirjaamista ei ollut tarpeen tehdä haastattelujen aikana. Tämä vahvisti aidon vuorovaikutuksen syntymistä ja vuorovaikutuksen ylläpitämistä (Kananen 2014, 97). Teknisinä välineinä haastattelun tallentamisessa käytin tietokoneita ja älypuhelimia, riippuen haastateltavan toivomasta haastattelun toteutustavasta.

Haastateltavat osallistuivat haastatteluun nimettöminä ja heidän anonymiteettinsä säilytettiin myös haastattelun litteroinnissa, analysoinnissa tai raportoinnissa. Haastatteluista kolme litteroitiin, eli purettiin tekstimuotoon 1-2 vuorokauden sisällä haastattelusta (Kananen 2014, 94). Yhden haastattelun litterointi jäi kesken ja sen litterointi valmistui tammikuussa 2022. Tämä oli haastattelu, joka oli nimettömänä tiedostona tallennettu kasvokkaisessa tapaamisessa, joten tallenne ei sisältänyt mitään henkilötietoja. Litterointi tehtiin pääsääntöisesti koko aineistosta (Hirsjärvi 2009, 222). Selkeästi täysin teemoihin liittymättömät tai opinnäytetyön aiheen kannalta merkityksettömät osat jätettiin litteroinnista pois tutkimuksen kannalta epäolennaisina tietoina. Näin vahvistettiin myös haastateltavien yksityisyyden suojaa. Nopealla litteroinnilla vahvistettiin osaltaan haastatteluihin osallistuneiden anonymiteetin suojaamista. Litteroinnin jälkeen kaikki tallenteet hävitettiin.

3.4 Aineiston käsittely ja analysointi

Aineiston käsittely alkoi haastattelujen litteroinnilla. Haastattelin yhteensä neljää (4) vanhempien foorumiin osallistunutta vanhempaa. Haastattelut olivat yhteiskestoltaan yhteensä lähes kuusi tuntia (5h 43 min57 sekuntia). Yksittäiset haastattelut olivat kestoltaan noin 1,5 tuntia. Analysointia varten haastattelut litterointiin haastatteluaineiston saamiseksi sähköiseen ja helpommin analysoitavaan ja tarkasteltavaan muotoon. Litteroitua tekstiä muodostui yhteensä 47 sivua (fonttikoko 11, riviväli 1, Calibri-fontti).

Opinnäytetyön muu aineisto, eli tutkimus- havainnointipäiväkirjat olivat jo valmiiksi sähköisenä tiedostona ja tekstimuodossa. Palautekyselyiden pohjana käytetty Google Forms -luo valmiita kaavioita ja laskemia sekä kysymysten ja teemojen perusteella jäsennettyä tietoa analyysin tueksi. Kyselyyn vastaaminen oli vapaaehtoista. Tavoitteena oli tarjota mahdollisuus kyselyyn vastaamiseen anonymisti. Foorumiin osallistuvia vanhempia oli kuitenkin vähän. Toituneita kertoja oli yhteensä kuusi. Yhteen tapaamiskertaan ei saapunut yhtään vanhempaa, yhdellä tapaamiskerralla paikalla oli kaksi vanhempaa ja kolmella tapaamiskerralla oli mukana yksi vanhempi ja viimeisellä tapaamiskerralla vanhempia osallistui yhteensä kolme. Se, että osallistumiskerroilla oli mukana usein yksi vanhempi, asetti esteen palautekyselyyn vastaamiseen anonymisti. Tämä tieto nostettiin esille osallistujalle ja hän valitsi itse vastaako kyselyyn tapaamiskertojen jälkeen vai ei. Palautekyselyyn vastattiin kahden eri tapaamiskerran osalta. Palautetta saatiin ensimmäiseltä ja viimeiseltä tapaamiskerralta, joissa

teemoina olivat ”Valmennuksella tukea muutokseen” sekä ”Vanhemmuuden ilot, surut ja mahdollisuudet”. Ensimmäisellä tapaamiskerralla mukana oli yksi vanhempi ja viimeisellä tapaamiskerralla paikalla kolme vanhempaa. Vastauksia kyselyihin saatiin yhteensä neljä kappaletta. Henkilöinä vastaajien määrä oli yhteensä kolme vastaajaa. Yksi vastaaja vastasi kahden eri tapaamiskerran osalta kyselyihin. Palautekyselyjen vastaukset koostin yhdeksi Word-tiedostoksi, johon koostin eri kerroilta tulleet vastaukset yhteen tiedostoon analysointia varten.

Analysoinnin määritelmä ei ole täysin yksiselitteinen. Joidenkin näkemysten mukaan analyysiin kuuluvat kaikki tutkimusprosessin vaiheet ja toisaalta analysointi voidaan nähdä kuuluvan aineistonkeruusta tulkintaan. Analyysi voidaan määritellä myös ongelman pilkkomiseksi pieniin, erilaisiin osiin, jotka ratkaisemalla kokonaisongelma toivotaan pystyttävän ratkaisemaan. (Kananen 2014, 104-105.) Yleisesti analyysi toteutetaan ymmärtämiseen pyrkivällä tavalla, jossa käytetään laadullista analyysia sekä päätelmien tekemistä analysoinnissa. Tiukoja sääntöjä analyysin toteuttamiselle ei kuitenkaan ole olemassa. Laadullisen aineiston analyysissä haasteellista on usein aineiston runsaus sekä sen elämänläheisyys. (Hirsjärvi 2009, 223-224).

Analysointi vaiheessa on tärkeää tietää, mitä aineistosta etsitään. Tutkimusongelma sekä tutkimuskysymykset ohjaavat aineiston käsittelyä ja tarkastelua. Esille nousseista asioista tutkijan tehtävänä on löytää vastauksia tutkimuskysymyksiin ja -ongelmaan. Toimintatutkimuksessa on tavoitteena aina muutos, mutta pelkkä muutoksen aikaansaaminen ei ole riittävä tulos tieteelliselle tutkimukselle. Muutos on kyettävä myös todentamaan. (Kananen 2014, 113, 119.) Palautekyselyjen tulosten analysointi toi tietoa vanhempien kokemasta hyödyistä ja muutoksista osallistumiseen liittyen. Haastatteluista nousi esille näitä vastauksia täydentäviä asioita.

Opinnäytetyön aineiston osalta aloitin litteroinnin ja koosteiden tekemisen jälkeen aineistoon perehtymisen lukemalla aineistoa useaan kertaan. Perehtymisen myötä aloitin aineiston käsittelyn analysoitavaan muotoon. Sisällön analyysissä tavoitteena oli tuottaa tiivistetty selkeä kuvaus siitä, mitä kerätty aineisto tarkoittaa. Edellytyksenä tälle oli aineiston tiivistäminen ja pelkistäminen. (Kananen 2014, 11-112.) Analysoitavaa materiaalia opinnäytetyössä olivat Word-tiedostoon kirjatut tutkimus- ja havainnointipäiväkirjat, vanhempien haastattelujen litteroitu materiaali ja palautekyselyjen vastaukset Google forms- taulukoiden ja kyselyvastauksen koosteen muodossa.

Aineiston pelkistämisen eli redusoinnin käynnistin karsimalla epäolennaisia kohtia pois jo litterointi vaiheessa. Jokaisen haastattelun litteroin aluksi omaksi tiedostoksi. Pelkistämistä jatkoin poimimalla litterointiteksteistä ja palautekyselyn vastauksista tutkimusongelmiin ja itsemääräämisen teorian otsikoihin vastaavia mainintoja ja koostin litteroidusta aineistosta yhden tiivistetyön tiedoston. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 123.) Säilytin edelleen myös alkuperäiset

litteroidut tekstit myöhemmin tapahtuvaa tarkistusta ja muita mahdollisia tiedon tarpeita varten.

Vanhempien haastatteluja ohjasivat teemahaastattelun ennalta valitut teemat itsemääräämisen teorian mukaisesti sekä tutkimusongelmien mukaiset apukysymykset. Samoja asioita kartoitettiin myös kyselylomakkeen kysymyksillä. Analysointi vaiheessa tarkastelun kohteena olivat mm. mitä asioita ja ilmiöitä aineistosta nousee esille, toistuvatko jotkin tietyt teemat tai toiveet useammin. Aineiston analysoinnissa hyödynsin menetelmänä teemoittelua, joka koostui kolmesta pääteemasta. Nämä teemat nostin tutkimusongelmista. Teemoja olivat vanhempien ilmaisema tuen tarve, kehittämisideat vanhempien foorumiin ja muihin tukimuotoihin liittyen ja vanhempien kokemat hyödyt foorumiin osallistumisesta. Foorumin hyödyt -teeman jaottelin yleiseen kokemukseen foorumiin osallistumisesta sekä itsemääräämisteorian mukaisesti liittymisen, autonomian ja kompetenssin alaluokkiin. Tarkastelin sitä, miten vanhemmat ovat kokeneet vanhempien foorumin vastanneen heidän tarpeitaan ja vertailin, onko vanhempien tarve vastannut opinnäytetyön tietopohjasta esille nostettujen teemojen kanssa ja onko toiminta voimaannuttanut, tarjonnut vertaisuutta, osallisuuden tunnetta tai vaikuttamisen mahdollisuuksia. Tukitarpeen ja kehittämisideoiden kohdalla tarkastelin vanhempien tuen tarvetta sekä toiveita vanhempien foorumin kaltaiseen toimintaan liittyen.

Jätin teemojen alle myös suoria tekstisitaatteja opinnäytetyönraportissa käytettäväksi. (Kananen 2014, 111.) On tärkeää muistaa, että pelkkien vastausten tai toteamusten esittäminen sellaisenaan, ilman tulkintaa eivät kuitenkaan ole tutkimusta. On myös huomioitava, että aineistoa luokitellessa tai teemoitellessa ei saa kadottaa tietoa (Kananen 2014, 111, 109). Tämän ohjenuoran mukaan merkitsin jokaisessa sitaatissa ydinseikan ja -asian esille. Vanhempien tuen tarvetta tarkasteltaessa nostin aluksi esille kaikki tuen tarpeet, jonka jälkeen lähdin tarkastelemaan, niitä yhdistäviä tekijöitä. Näiden perusteella muodostuivat vanhempien tuen tarpeen avain seikat, joita olivat tuen tarve liittyen omaan rajaamiseen, tiedon tarve tuki- ja palvelumuodoista, tukea omaan jaksamiseen, tuen tarve omalle nuorelle ja tietoa nuorille suunnatuista palveluista sekä vertaisuuden tarve.

Aineiston koostamisen ja tiivistämisen yhteydessä jäsensin asioita ohessa myös fläppipaperille ajatuskarttaan (mindmap) eri teemojen mukaan. Teemojen alle koostin teksteistä nousevat ydin asiat ja tiivistin toistuvia asioita yhteen. Tämä vaihe auttoi jäsentämään aihetta myös visuaalisesti, jonka seurauksena myös asioiden nivoutuminen yhteen nousi konkreettisemmin esille ja oli itselleni visuaalisesti helpommassa muodossa tarkasteltavana.

Kehittämisideoissa nousivat esille tilaan, tapaamiskertojen käytänteisiin, tapaamisaikoihin ja toteutustapaan liittyviä tekijöitä. Nämä sisällytin luomaani alaluokkaan nimeltä yleiset kehittämisideat. Tämän lisäksi muita alaluokkia kehittämisideoihin ja vanhempien toiveisiin

liittyen olivat vanhempien foorumin teemat, vierailijat ja mainostaminen/vanhempien tavoittaminen.

Tulkintojen tekemisen voi toteuttaa aineistopohjaista tai teoriapohjaista lähestymistapaa käyttäen. Tässä opinnäytetyössä lähtökohtana oli teoriapohjainen lähestyminen sekä samalla tarkastella mitä muuta tietoa aineistosta on nostettavissa esille.

4 Opinnäytetyön prosessi ja tulokset

Opinnäytetyö toteutettiin osana Helsingin Diakonissalaitoksen VamosSampo -hankkeen kehittämistoimintaa. Työskentelin itse kyseisessä hankkeessa valmentajana vuosina 2020-2021 ja vanhempien foorumin suunnittelu ja toteutus on yksi vastuutehtävistäni hankkeessa.

VamosSampo -hankkeessa tavoitteenamme oli löytää uusia keinoja löytää syrjäytyneitä (tai syrjäytettyjä) 16-29-vuotiaita nuoria. Hanke oli Euroopan sosiaalirahaston rahoittama ja rahoitukseen osallistui myös Turun kaupunki, Turun ja Kaarinan seurakunta yhtymä sekä Helsingin Diakonissalaitos. Hanke toteutettiin yhteishankkeena Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymän kanssa siten, että toinen hankkeen valmentajista on seurakunnan työntekijä. Hankkeessa tavoitteenamme oli myös laajentaa valmennuksellinen toiminta koskemaan nuoren lisäksi hänen lähipiiriään - niin läheisiä kuin palveluissa toimivia ammattilaisia koskevaksi. Lähipiirin mukaan ottaminen nuorten valmennukseen mahdollistaisi nuorten hyvinvoinnin tukemisen kokonaisvaltaisemmin kuin vain nuorelle kohdistettu valmennus. Valmennuksen kautta nuoren läheisille voitaisiin tarjota uudenlaisia keinoja toimia nuoren tukena ja uudenlaisia näkökulmia tilanteeseen sekä tukea myös läheisten voimavaroja ja jaksamista. Vanhempien foorumin toiminnassa kohderyhmänä olivat nimenomaan nuorten vanhemmat.

Hankkeemme kehittämistyön olettamuksena oli, että vanhemmille suunnattu tuki hyödyttää välillisesti myös nuoria. Syrjäytyminen ja siihen liittyvät tekijät vaikuttavat nuoren hyvinvointiin ja vanhempiin sitä kautta. Huoli omasta lapsesta ei katoa nuoren täysi-ikäisyyden myötä. Nuoren mahdollinen itsenäistyminen muuttaa vanhemman ja nuoren välisiä suhteita. Vamokselle tulleissa vanhempien yhteydenotoissa oli usein yhdistäviä tekijöinä vanhempien huoli nuoresta, neuvottomuuden tunne tilanteesta ja auttamismahdollisuuksista sekä vanhemman oma uupuminen tilanteessa. Nuoret, joista nämä vanhemmat ovat olleet yhteydessä, ovat olleet palveluiden ulkopuolella ja vain vanhempiensa tuen varassa - halusipa nuori vanhemman tukea tai ei. Syrjäytymisen syyt olivat näiden nuorten kohdalla toisistaan poikkeavia.

4.1 Vanhempien foorumin suunnittelu, prosessi ja toteutus

Opinnäytetyössä tarkastelun yhtenä tarkastelun kohteena oli foorumin kehittämisprosessi ja sen eri vaiheiden sisällöt, toimenpiteet sekä toteutuneen foorumin arviointi. Opinnäytetyön

prosessin vaiheet ja toiminnot kirjattiin tutkimuspäiväkirjaan muistiin. Tutkimuspäiväkirjan merkinnät toimivat perustana vanhempien foorumin kehittämis- ja käynnistämisen prosessin kuvaamisessa. Tämä kuvaus oli yksi opinnäytetyön tutkimuskysymyksistä.

Vanhempien foorumi toteutettiin yhteistyössä eri toimijoiden kanssa ja foorumi toteutui syksyn 2021 aikana.

4.1.1 Foorumin suunnittelu, prosessi ja markkinointi

Opinnäytetyön prosessi käynnistyi vanhempien foorumiin sopien teemojen kartoittamisella. Teemat nousivat esille ja muodostuivat opinnäytetyön teoreettisen viitekehyksen pohjalta. Näiden teemojen (nuorten aikuisten syrjäytymiseen ja vanhemman hyvinvointi itsemääräämisteorian perusteella) pohjalta poimittiin esille foorumiin sopivia ammattilaisvierailijoita niiden toimijoiden joukosta, jotka toimivat kyseisen asiakasryhmän tai heidän vanhempiensa parissa edellä mainittujen teemojen äärellä.

Foorumin teemoihin sopivien yhteistyötahojen kontaktointi käynnistyi maaliskuussa 2022 ja jatkui aina kesäkuulle asti. Foorumin sopivien teemojen ja niihin liittyvien toimijoiden listaan lukeutuivat tässä kohdin Varsinais-Suomen Linkki-toiminta, Turun kaupungin mielenterveys- ja päihdepalveluiden mielenterveys- ja päihdetiimi, Varsinais-Suomen mielenterveysomaiset - FinFami ry, Turun Ohjaamo, Turun kaupungin sosiaalitoimi/alkupalvelut. Lisäksi tavoiteltiin myös A-klinikan edustajaa asiaan liittyen. Yhteydenotoista foorumiin jalkautuviksi yhteistyötahoiksi lupautuivat Linkkitoiminta, Varsinais-Suomen mielenterveysomaiset ry ja Turun Ohjaamo. Turun kaupungin tahot osallistuivat prosessiin lupaamalla mainostaa foorumia asiakkaille ja osallistumaan tällä tavalla foorumin asiakasohjaukseen. Myöhemmin syksyllä foorumia esiteltiin VamosSampo-hankkeen esittelyjen yhteydessä myös Kaarinan kaupungin sosiaalitoimelle sekä Varsinais-Suomen sairaanhoitopiirin psykiatrian yksiköille.

Vanhempien foorumiin jalkautuvien ammattilaisten kanssa toteutettiin erilliset yhteistyötapaamiset foorumin kokonaisuuden, teemojen ja käytännön toteutuksen puitteissa. Jokainen osallistuja sai tämän pohjalta määritellä tarkemmin omalle tapaamiskerralleen sopivan teeman ja tapaamiskerran nimen. Samalla sovittiin, että lopullinen foorumin ohjelma olisi valmis elokuun alussa, jotta mainostaminen voitaisiin aloittaa elokuussa. Suunnittelussa huomioitiin myös vallitseva koronatilanne. Tavoitteena oli toteuttaa foorumi lähitapaamisina, mutta suunnitelmassa varauduttiin myös etätoteutusmahdollisuuteen.

Alkuperäisenä suunnitelmana opinnäytetyön tutkimussuunnitelmassa oli aloittaa vanhempien foorumin mainostaminen toukokuusta 2021 alkaen. Työyksikössä käytyjen pohdintojen perusteella siirrettiin foorumin kohderyhmälle suunnatun markkinoinnin aloittaminen elokuulle, lähemmäksi foorumin toteutumisen ajankohtaa. Näin syyskuussa alkavan foorumin ja sen markkinoinnin aloituksen välillä ei olisi liian pitkää aikaa eivätkä mainokset unohtuisi

potentiaalisten osallistujien mielestä. Perusteluna myöhäisemmälle markkinoinnin aloittamiselle oli myös se, että vanhempien aiempia yhteydenottoja yhdisti usein avun tarve juuri yhteydenoton hetkellä.

Ensimmäinen vanhempien foorumia markkinoiva julkaisu toteutui toukokuussa, jolloin julkaistiin kaikkiin kotitalouksiin jaettava Turkuposti-lehti. Kyseisessä julkaisussa oli uutinen VamosSampo -hankkeen toiminnasta sekä tieto syksyllä käynnistyvästä vanhempien foorumista. Sama uutinen julkaistiin myös Turun kaupungin viestinnän Turkupostin internet-julkaisussa.

Foorumia markkinoitiin ennakkoon yhteistyöverkoston ammattilaisille toukokuusta alkaen VamosSampo-hankkeen esittelyjen ja foorumin esittelyjen yhteydessä. Tuolloin markkinoinnin keskiössä olivat foorumin toteutuminen syksyllä, ilmoittautumiskäytännöt, kohderyhmä ja tavoitteet foorumille. Syksyllä markkinointi aktivoitiin uudelleen tarkennetulla mainoksella, jossa oli kirjattuna sovitut yhteistyötahot, foorumin tapaamisten aikataulut sekä sovitut teemat.

Vanhempien foorumin sähköinen mainos (liite 6) lähetettiin elokuussa yhteistyöverkostoille, joita olivat Varsinais-Suomen sairaanhoitopiirin nuorisopsykiatria ja mielialatyöryhmä, Turun kaupungin mielenterveys- päihdetiimi sekä sosiaalitoimi (alkupalvelut ja aikuissosiaalityö), Varsinais-Suomen mielenterveysomaiset FinFami Ry, VSLJ:n Linkkitoiminta, Turun Ohjaamo, Fingerroosin säätiön Me-talolle, Kaarinan kaupungin sosiaalityön henkilöstölle, Turun ja Kaarinan seurakunta yhtymän asiakasryhmää kohtaaville toimijoille. Tämän lisäksi foorumin mainos lähetettiin sähköpostitse ensi- ja turvakodin toimijoille sekä Turun SPR:n turvatalolle.

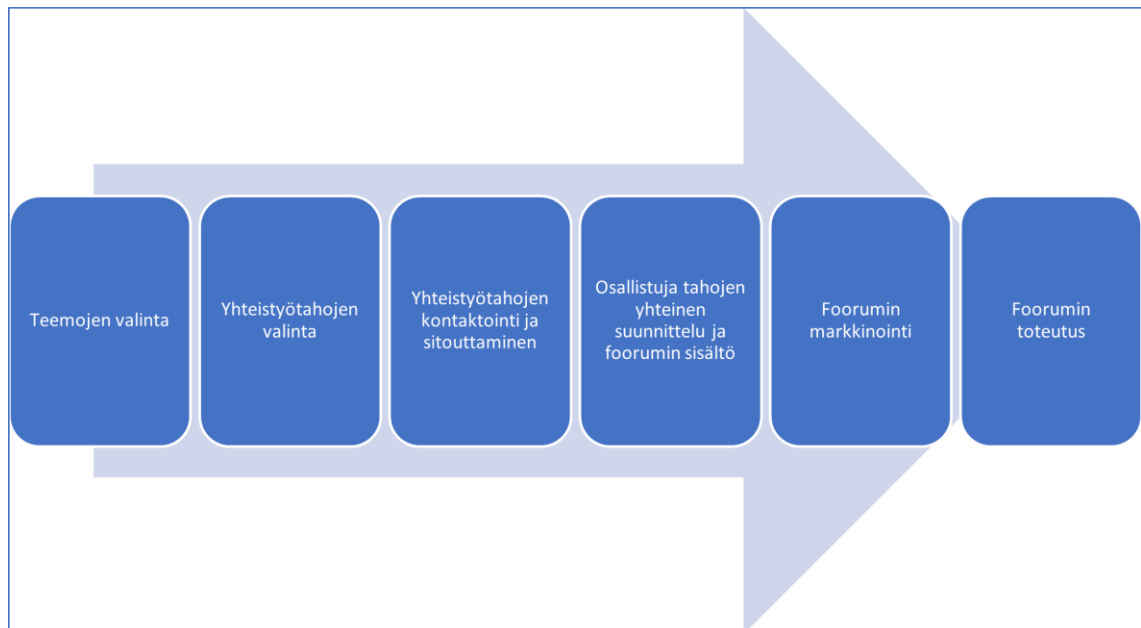
Tämän lisäksi jalkauduin jakamaan foorumin paperisia mainoksia kauppojen ilmoitustauluille. Lisäksi mainoksia jaettiin kolmeen terveyskeskukseen. Foorumin mainoksia jaettiin hankkeemme muiden työntekijöiden toimesta myös Pansio-Pernon alueella suoraan postilaatikoihin. Tämän lisäksi vapaaehtoiset nuoret jakoivat vanhempien foorumin mainoksia Runosmäen asuinalueelle kotien postilaatikoihin.

Foorumia markkinoitiin myös sosiaalisessa mediassa ja internet-sivuilla Turun Vamoksen, Varsinais-Suomen mielenterveysomaiset FinFami ry:n, Turun Ohjaamon sekä VSLJ:n sivuilla, Turun seudun mamit - sekä Tykkää Turkulaisesta -Facebook-ryhmissä. Lisäksi foorumia mainostettiin Turun alueella nuorten parissa työskentelevien ammattilaisten verkostosta koostuvassa Facebook-ryhmässä eli Turun nuoret -verkostossa. Foorumin mainos julkaistiin myös Turun kaupungin www-sivuilla syyskuussa julkaistussa kaupunkilaisille syksyn toimintoja markkinovassa tapahtumatiedotteessa. Tämä julkaisu edelleen jaettiin myös Tykkää turkulaisesta - Facebook-ryhmässä.

Osana markkinointia elokuussa julkaistiin vanhempien foorumiin liittyviä blogikirjoituksia Helsingin Diakonissalaitoksen valtakunnallisilla sivuilla elo- ja syyskuussa sekä VSLJ:n uutiskirjeessä elokuussa.

Jokaista foorumin tapaamiskertaa markkinoitiin ennakkoon viikon ajan Turun kaupungin tapahtumakalenterin sivuilla sekä Turun Sanomien -menovinkit osiossa (nettiversio ja poimintoina sanomalehdessä). Tapahtumakalenterin sivulla julkaistussa mainoksessa oli aina mukana myös foorumin seuraavien tapaamiskertojen teemat. Kahden tapaamiskerran ja vähäisen osallistujamäärän vuoksi vaihdoin mainostekstin näissä ilmoituksissa siten, että mainos kohdistettiin syrjäytymisvaarassa olevien nuorten aikuisten vanhempien sijasta työ- tai opiskeluelämän ulkopuolella oleville täysi-ikäisten nuorten vanhemmille. Tämä ei kuitenkaan vaikuttanut osallistujamäärän kasvua toimintaan. Yleisen mainostamisen lisäksi lähetin foorumin mainoksen sähköpostitse kolmelle asian tiimoilta yhteyttä ottaneelle vanhemmalle.

Foorumin tapaamiset käynnistyivät syyskuussa 2021 osana VamosSampo - hankkeen toimintaa. Tapaamiskertoja oli yhteensä kuusi ja tapaamiset oli jaoteltu toteutuviksi vuoroin Vamoksen ohjaajien toimesta sekä vuoroin yhteistyössä vierailevien ammattilaisten kanssa. Jokaisen yhteistyötahon kanssa oli ennalta sovittu, että tapaamiskerroilla mahdollisesti nousevat toiveet ja ideat tuleviin kertoihin liittyen tiedotettaisiin vieraileville ammattilaisille. Tavoitteena oli näin vastata vanhempien tarpeisiin parhaalla mahdollisella tavalla ja joustavasti.



Kuvio 1: Kaavio foorumin perustamisprosessista

4.1.2 Foorumin toteutuminen

Vanhempien foorumi toteutui kuuden tapaamiskerrankokonaisuutena ajalla 14.9-23.11.2022. Tapaamiset toteutuivat kahden joka toinen tiistai kello 17.00 - 19.00. Tapaamiset toteutuivat Turun keskustassa Vamoksen tiloissa. Koronatilanne mahdollisti lähitapaamisten toteutumisen. Foorumin teemat muodostuivat teoreettisen viitekehyksen pohjalta. Jokainen foorumiin osallistuva taho sai itse määrittellä oman osallistumiskertansa teeman. Teemoista syntyi yhtenäinen ja johdonmukainen kokonaisuus, joka vastasi teoreettisen viitekehyksen ydin teemoihin. Foorumi koostui kuudesta tapaamiskerrasta, joista alkuperäisen suunnitelman mukaan puolet (kolme kertaa) oli tarkoitus toteuttaa vierailijoiden ohjaamana heidän määrittelemän teeman mukaisesti. Lopullisessa toteutuksessa vierailijoiden ohjaamia kertoja oli kaksi. Kerrot, joissa ei ollut mukana vierailevia ohjaajia toteutettiin minun ja VamosSampo -hankkeen projektipäällikön ohjaamina.

Tapaamisten teemat ja vierailijat:

1. Foorumi käynnistyy - Valmennuksella tukea muutokseen
VamosSampo
2. Läheisen mielenterveys- ja/tai päihdeongelma
Varsinais-Suomen mielenterveysomaiset- FinFami ry & kokemusasiantuntija vanhempi & VamosSampo
3. Vanhemman voimavarat ja jaksaminen
VamosSampo
4. ”Jos et tiedä mistä aloitat - aloita Ohjaamosta”
Ohjaamo Turku & VamosSampo
5. Suhde omaan nuoreen & vuorovaikutus nuoren kanssa
VamosSampo
6. Vanhemmuuden ilot, surut ja mahdollisuudet
VamosSampo (Linkki-toiminta peruuntui tästä kerrasta)

Jokainen tapaamiskerta alkoi kahvihetkellä, jota seurasi lyhyt esittäytymiskierros, jossa jokainen sai valita mitä kertoo itsestään ja siitä millä mielellä on osallistumassa foorumiin. Esittelykierroksen tukena käytettiin jokaisella kerralla kuvakortteja. Tämän jälkeen käytiin läpi se, että ryhmä perustuu luottamuksellisuuteen. Ryhmäläisille kerrottiin, että ryhmätilasta saa poistua halutessaan. Tapaamisten alussa jokaiselle osallistujalle kerrottiin foorumin liittyvästä opinnäytetyöstä. Jokainen osallistuja sai tiedotteen tutkimuksesta sekä suostumus tutkimukseen osallistumisesta -lomakkeen, jonka osallistujat saivat allekirjoittaa ja samalla määrittellä osallistuisivatko erilliseen yksilölliseen haastatteluun opinnäytetyöhön liittyen. Osallistujille tarjottiin mahdollisuus myös kieltäytyä tutkimukseen osallistumisesta. Tapaamisten alussa kerrottiin osallistujille myös haastattelumahdollisuudesta, johon palattiin tapaamisen

lopussa. Tapaamisen lopussa halukkaille lähetettiin linkki myös palautekyselyihin, joiden täyttäminen oli vastaajille vapaaehtoista.

Tapaamiskerrat perustuvat dialogisuuteen osallistujien ja ohjaajien kesken. Ohjaajat olivat ryhmässä mukana ammattilaisina, mutta myös vanhempina, joilla on täysi-ikäisiä lapsia. Keskustelun tukena tapaamiskerroilla hyödynnettiin osittain aiheeseen sopivaa, keskustelua tukevaa ja virittävää sekä eri näkökulmia herättävää materiaalia kuten Mieli ry:n Selviytyjän purjeet- juliste (liite 7), jossa aiheena oli selviytymiskeinot haastavissa tilanteissa sekä Nytyi Ry:n Stressipisteet - lomaketta (liite 8), jonka pohjalta keskusteltiin testin tekemisen herättämisestä ajatuksista ja oivalluksista sekä siitä, lisäikö testin tekeminen osallistujien ymmärrystä omien voimavarojen nykyhetkestä sekä jaksamiseen vaikuttavista asioista. Molempia lomakkeita hyödynnetään nuorten kanssa työskentelyssä, mutta lomakkeet toimivat myös aikuisten kanssa työskentelyssä keskustelun herättäjänä ja aiheeseen syventymisen perustana.

Foorumin tapaamisissa oli kolmella tapaamiskerralla paikalla yksi vanhempi ja yhdellä tapaamiskerralla paikalla oli kaksi vanhempaa. Yhdelle kerralle ei saapunut yhtään vanhempaa ja viimeiselle päätöskerralle tavoitettiin paikalle kolme vanhempaa. Yksi vanhempi osallistui mukaan viidelle tapaamiskerralle, muut vanhemmat osallistuivat vain yhden kerran foorumiin.

4.2 Vanhempien tuen ja palveluiden tarve

Vanhempien haastattelujen sekä palautekyselyjen tulosten mukaan vanhemmat toivoivat tukea vanhemman ja nuoren väliseen vuorovaikutukseen, tietoa palveluista ja tukimuodoista ennen kaikkea nuorelle, mutta myös itselleen. Tuen tarpeena esille nousi myös toive vertaisuudesta sekä tukea omaan jaksamiseen ja rajaamiseen liittyen sekä tarvittaessa yksilöllistä keskusteluapua ja vertaistukea rinnakkain. Kolme haastateltavista toivoi yksilöllisen tuen mahdollisuutta vertaistuen rinnalle.

Vanhempien foorumin tavoitteet määrittivät itsemääräämisteorian mukaan siten, että tavoitteena oli vanhempien hyvinvoinnin tukeminen vastaamalla mahdollisimman hyvin vanhempien psykologisiin perustarpeisiin eli autonomian, pätevyuden ja sosiaalisen liittymisen tarpeisiin. Tämän tavoitteen mukaisesti peilaan myös vanhempien esille nostamia tuen tarpeita psykologisiin perustarpeisiin peilaten. Näiden perustarpeiden puutteellisen toteutumisen on todennettu heikentävän yksilön hyvinvointia ja eheyden tunnetta. Teorian mukaan myös jokaisen perustarpeen tulee täytyä, jotta ihminen voi kokonaisvaltaisesti hyvin. (Ryan & Deci 2000, 74-75.)

Kaikkien osallistujien toiveena ja merkityksellisenä asiana oli tuen saaminen omalle täysi-ikäiselle lapselle. Tuen saaminen nuorelle koettiin suoraan myös vanhemman omaa hyvinvointia tukevinä asioina.

” Et kyl mä tiedän heti sen, et jos hän on jotenkin täs yhteiskunnas vähä enemmän osallinen, ni se auttaa mua ihan välittömästi. Sil on niin tärkeä, et mä voin heti paremmin, niinku ihan välittömästi”

”Kun hän saa sen oman valmentajan, ni sit jollai taval lähtee luistamaan. Se on niinku tylsää nyt, ku ei hän osaa sielt omast kodist lähtee mihinkään. Et hän voi olla ihan omas kodissaan niinku koko ajan vaan eikä mitään tee sitten. Jos ei oo sellast päivää, et näkis ketää kaverii tai mitään, ni hän on tosi passiivinen.”

Jokainen haastateltavista kertoi, että tietoa tarjolla olevista palveluista ja tukimuodoista oli vaikeaa tai työlästä löytää itsenäisesti. Vanhemmat toivoivat itselleen tietoa palveluista ja tukimuodoista sekä täysi-ikäiselle nuorelle, että vanhemmalle itselleen. Itsemääräämisteoriaan peilattuna vanhemman tiedon lisääntyminen voi vahvistaa vanhemman kompetenssia eli kokemusta pystyvyydestä, vanhemman kokemusta omasta osaamisesta ja aikaansaamisesta, kun vanhemmalla on tietoa siitä, minkälaisen tuen piiriin hänen on mahdollista omaa aikuista lasta ohjata. Haastateltujen vanhempien kohdalla tarve tiedon tai tuen saamiseen ja hankintaan nousi vanhemman omasta sisäisestä tarpeesta ja oli näin sisäisen motivaation ohjaamaa, vanhemmasta itsestään lähtevää. Nämä autonomian tunteeseen ja tarpeeseen liittyvät seikat vahvistavat ja mahdollistavat myös kompetenssin tarpeen täydentymistä aidosti ja lisäävät vanhemman toimintamahdollisuuksia nuoren tukemiseksi tai omasta hyvinvoinnista huolehtimiseksi. (Ryan & Deci 2017, 94).

Tiedon löytämisen haasteiden lisäksi haastatteluissa nousi esille, että vanhemman ollessa uupunut, väsynyt tai muuten omien voimavarojen ääri rajoilla tuntuu tiedon hakeminen työläältä ja vaikealta. Vanhempia yhdisti toive saada tietoa täysi-ikäiselle nuorelle suunnatuista tuki- ja palvelumuodoista helposti ja läheltä. Palveluohjauksellinen tuki koettiin tärkeäksi.

”Tietty tietoa on helposti saatavilla netin kauttaki, jos vaan jaksaa... mut joskus voi olla niin uupunut, ettei sit jaksa hakee sitä.”

”Haluisin saada tietoa, mitä vaihtoehtoja on auttaa nuorta löytämään paikkansa maailmassa ja tietoa, mistä itse saisi apua.”

Kahden haastateltavan kohdalla opinnäytetyön haastattelu ja sen ohessa käyty keskustelu toimi myös palveluohjauksellisena tukena, josta vanhempi kertoi saaneensa merkittävästi tietoa ja tukea nuorelle sekä vanhemmalle itselleen suunnatuista tukimuodoista. Tiedosta huolimatta vanhempia huoletti toisaalta se, miten saada oma nuori vastaanottamaan tukea ja tunnistamaan oma tuen tarve sekä avun mahdolliset hyödyt. Tästä syystä tiedon saaminen itselle oli vanhemmille tärkeää, jotta voivat toimia tukena nuorelle avun vastaanottamisen prosessissa.

”Et hän on niinku niin tyhjän pääl tipahtanu. Et ei oo oikein ketää muuta kuin se oma perhe, joka hänt auttaa tai jollai taval tukee. Eikä hän sil taval osaa meilt edes oikee pyytää mitään. Et meiän pitää sit, niinku tarjota sitä ja sit jos hän ottaa sen vastaan, ni hyvä niin.”

”Mut ihan hirveestihän näitä on. Et nyt kun puhuu sun kanssa. Se on vaan siitä kysymys, et sit osaa lähteä hakemaan niitä. Ja et saa sit sen nuorenkin mukaan.”

”Ei mulle oo tullu mieleenkään, että täällä on näin paljon näitä kaikkia vaihtoehtoja.”

Paikkoja, joista vanhemmat kokivat, että tietoa olisi ollut helppoa saada olivat sosiaalitoimi tai palvelut, joissa nuori ollut alaikäisenä. Vanhempien mukaan nuori oli saattanut olla alaikäisenä palveluissa, mutta nämä palvelut koettiin osittain rajallisina, yhteen asiaan keskittyvinä ja kokonaisuus elämänhallintaan tai perheen hyvinvointiin liittyen puuttui. Vanhemmilla oli myös epätietoisuutta siitä keneltä tukea tai apua olisi voinut palvelujärjestelmässä pyytää aiemmin ja sama epätietoisuus oli mielessä myös täysi-ikäisen nuoren kohdalla ja omaan jakamiseen liittyvän tuen osalta.

”Mut tääkin on niinku yks asia, et tämmösestäkin ois hyvä puhua, et mistä sen nuoren kanssa kannattaa lähteä hakemaan apua. Et onko ne nyt neurologeja, onko ne psykiatreja vai onko ne psykologeja.”

”Mä koen tänki jotenkin ongelmaksi, että mihin pitäisi mennä. Että pitäisikö mennä psykologille, vai pitäiskö mennä neuropsykiatrille vai pitäiskö mennä psykiatrille. Ja jotenkin koen, että psykiatrit on siitä ongelmallisii, et nillähän on oikeus määrätä kaiken maailman masennuslääkkeitä ja mä en halua, että mun lapseni opetetaan syömään masennuslääkkeitä. Vaan ensin pitäisi lähteä jostakin muusta. Et mikä on se oikea lääkäri, jolle ensin pitäisi mennä. Ja jos ei sit pääse johonkin tällaiseen kaupungin vaan menee yksityiselle, koska mä voisin kustantaa hänet yksityisestikin niinku, mihin vaan..mutta, kun mä en tiedä mihin mun pitäis hänet kustantaa, jos hän ei pääse johonkin kaupungin.”

Tukimuotoihin liittyen vanhemmat toivoivat paikkaa, johon voisi yhdessä tulla nuoren kanssa tai paikkaa, jossa joku ulkopuolinen toimisi täysi-ikäisen nuoren ja vanhemman kanssa erikseen tai nuorille aikuisille suunnatuilta palveluilta mahdollisuutta tarjota tukea myös vanhempien ohjaamiseen ja tukemiseen yhdessä nuoren kanssa. Toisaalta vanhemmat tunnistivat haasteeksi sen, ettei nuori välttämättä lähtisi palveluihin yhdessä vanhemman kanssa. Vaihtoehtona edellä mainitulle voidaan nostaa vanhempien toive siitä, että vanhempi saa tietoa

palveluista ja tuen muodoista, joiden avulla vanhempi tietää mihin ja miten ohjata nuorta avun piiriin.

”Välil, ku on ollu aika umpisolmus kommunikaatio sen nuoren kanssa...ni olis kiva, et olis olemas joku sellanenkin paikka, johon vois sopii jonkun tapaamiseen, mihin voi mennä yhdes sen nuoren kanssa. Ja joku ulkopuolinen kuuntelee jonkun meiän konfliktitilanteen mikä on just sil hetkel päällä tai jotenkin aiheuttaa jatkuvasti päänvaivaa tai siitä tulee riitaa. Mä uskon ainakin, et munikin nuori olisi lähtenyt semmoseen, jos mä oisin sanonu, et ”mennääks juttelee jonkun kans, kun me aina täst samast asiast riidellään”. Mut en mä ainakaan osannu niinku hakee semmost apuu mistää sitten.”

”Mut se on haasteellista. Et mä tiedä lähtisikö mun nuori mun kanssa, mut mä kokeilen sitä. Jos mä nyt ensin selvitän itse noita ja mä kokeilen, et jos hän lähtisi.”

Kaikkia vanhempia yhdisti kokemus oman jaksamisen ääri rajoilla olemisesta. Jokainen haastateltava kuvaili myös sitä, että nuoren tilanne on jatkunut pitkään tai nuoren aikuisen koko elämän ajan, jolloin vanhemman tilanne on voinut kestää ja kehittyä jopa yli 20 vuoden ajan. Kaikkien haastateltavien kohdalla nousi esille myös tuen tarve vanhemman oman jaksamisen tukemiseen jossakin vaiheessa omaa vanhemmuutta. Jokaisen vanhemman mukaan nuoret ovat alaikäisinä olleet asiakkaina useankin eri palvelun piirissä toimintakyvyn ja tilanteen kartoittamiseksi, mutta vanhemman jaksamisen huomiointi jäänyt huomiomatta näissä palveluissa. Vanhempien jaksamiseen liittyvä tuen tarve on ollut olemassa jo lapsen ollessa pieni ja on jatkunut edelleen lapsen ollessa nuori aikuinen. Vanhemmat kuvailivat tilannettaan ajoittaisena tai koko aikaisena omien ”voimienvarojen ääri rajoilla olemisena”, ”sinnittelynä” sekä ”uupumisen partaalla” olemisena.

” Oon aika periksantamaton luonne, ni siin kohtaakin, ku oon tosi uupunu ja tosi väsyny, ni mun pitää vaan puurttaa ja puurttaa ja jaksaa... Ni mä kyl vedän itseni helposti piippuun. Ja nyt mä olen sellases elämäntilantees täs kohtaa ja et tota, X (nuoren nimi) on tarvinnu niin paljon sitä apuu...et se on ihan rajaton määrä. Ja sit mä oon kuitenkin ollu tosi huolissani niinku. Et mä oon sit nukkunut huonosti ja sit mä oon semmone väsyny. Mut sit mä en osaa sanoa ittelleni, et ”Nyt sä oot tehny niin paljon, et sul on iha lupa olla viikko et sä et mitään soita tai laita viesti. Et teet vaan niit omii kivoi asioit. Ni mää en pysty. ”

Jaksamista kuormittamina syiksi vanhemmat nimesivät jatkuvan valppaana ja auttamisvalmiudessa olemisen, nuoren konkreettisen avun tarpeen määrän, huolen nuoren tilanteesta, epä-tietoisuuden, neuvottomuuden ja tietämättömyyden tunne keinoista, joilla voisi nuorta

auttaa/tukea omaa lasta, oma riittämättömyyden tunne sekä nuoren oma haluttomuus vastaanottaa apua tai kyvyttömyys tunnistaa avun tarvetta.

Vanhemmista osalla jaksamista kuormittivat haasteiden jatkuminen pitkään sekä vanhemman jääminen yksin haasteiden kanssa. Omien voimavarojen vähenemisen myötä vanhemmat kuivailivat myös arjen, itsestä huolehtimisen sekä sosiaalisten verkostojen kaventumista. Tämä on ollut uhka vanhempien autonomian, kompetenssin ja sosiaalisen liittymisen tarpeen toteutumiselle. Vanhemmilla ei ole haastavassa tilanteessa ollut voimavaroja tehdä itselleen merkityksellisiä asioita, tavata muita ihmisiä ja kokea yhteenkuuluvuuden ja liittymisen tunnetta muiden kanssa. Tilanteet olivat alkaneet jo nuoren lapsuus ajoista lähtien, jolloin tilanteet ovat kuormittaneet vanhempien voimavaroja pitkäkestoisesti. Vanhemmat nostavat jokainen esille myös sen, että tilanteiden kuormittavuus on vaihdellut eri ajankohtina lievemmästä vaativampiin ajanjaksoihin.

”.. Siis eihän mulla ole mitään muuta elämää työn lisäksi kuin mun lapseni. Siis ihan huimasti on vaikuttanut....Ihan kaikkeen....Kokonaisvaltaisesti. --Toki on muitakin kuormittavia tekijöitä mun elämässä. Mut kyllähän se on suurin kuormitustekijä.... ihan kaikelle jaksamiselle...Välit sukulaisiin, ni... menny. Tai no, ei kokonaan menny... mut silleen, et sellainen tabu.... ei edes puhuta mun lapsesta..ni.. Tai sit varovasti kysytään... tai mä en kerro kaikkee..”

”Mä en voinu tehdä mitää siin ohel, laittaa pyykkii samal, et ”mee peseen hamppaat”. Et kyl hänt piti ihan koko ajan valvoo, ja olla ihan vierellä. Se oli vuosikaudet sitä ihan samaa. Se rajotti tosi paljon sitä mun elämää. Mut toisaalta mä olin yksin lasten kans, et enhän mä sielt olisi mihinkään menny siihen aikaa illast.”

”Ku sä painit niiden omien asioiden keskellä, ni ei siinä paljon auta, ku et ajatella, että tätähän tää elämä on. Tämä on tän hetkist ja huomen on parempi. Sen hetkinen tuska on niin raskas ja sit siin toisaalta on se, et en mä ainakaan periks anna. Et tasapainoilee koko aika. Jollai tiedostamattomal tasolla. Et eihän sitä nyt koko ajan mieti, et kyllä mä tästä selviän, vaan se on jossain siel pohjalla.”

Näkökulmana vanhemmuudessa jokaisella haastateltavalla oli, että vanhempina heidän on jaksettava ja on pitänyt jaksaa aina. Muuta vaihtoehtoa ei ole ollut.

”... niin eihän mul ollu oikeutta romahtaa, mä näin, kun X (lapsen nimi) romahti... Mut ei mul ollut siihen oikeutta.”

”Ei sulla vanhempana ole sitä vaihtoehtoa ettet niinku jaksais enää.”

Vanhempien jaksamisen kannalta olisi tärkeää, ettei vanhempi jäisi yksin vaan hänellä oli mahdollisuus sosiaalisiin kontakteihin. Tarve sosiaaliseen liittymiseen on itsemääräämisteorian mukaisesti yksi ihmisen perustarpeista, joiden tyydyttyminen on ihmisen hyvinvoinnin kannalta merkittävässä roolissa. Lisäksi vanhemmat kaipasivat mahdollisuutta omien tunteuksien läpikäymiseen sekä tukea itselle mielekkäiden asioiden tekemiseen.

Haastatteluissa jokainen vanhempi nosti esille myös rajaamiseen liittyviä seikkoja. Vanhemmat pohtivat rajaamisen tarvetta eri asioiden näkökulmista. Näitä olivat rajaamisen tarve taloudellisen tuen osalta, nuoren luokse tapahtuvien vierailujen tai yhteydenpidon osalta, auttamisen riittävyys, rajaaminen suhteessa lapsen asioihin panostetun ajan ja oman jaksamisen tukemiseksi käytettävän ajan suhteen sekä rajaaminen tarvittavan avun ja lapsen itsenäistymisen yhteensovittamiseksi. Tiivistettynä vanhemmat puntaroivat avun antamisen ja nuoren itsenäisen suoriutumisen välillä. Rajaamisen vaikeus vaikuttaa vanhemman hyvinvointiin, mikäli vanhempi jättää omasta hyvinvoinnista huolehtimisen. On tärkeää, että vanhempi voi toimia sisäisen motivaation ohjaamana arvojen mukaisesti. Vanhemmat nostivat yhdeksi arvoksi omasta hyvinvoinnista huolehtimisen. Tämän arvon mukaan toimiminen on kuitenkin jäänyt kahden vanhemman kohdalla vähäiseksi aiheuttaen ristiriitaisuuden tunnetta ja herättänyt rajaamisen tarvetta vanhempien pohdintaan ja tietoisuuteen.

”Mul on ollut tosi niinku suppee täl hetkel mun elämä. Et en mä oo edes jaksanu soittaa mun ystäville. Että kyllä mä niinku vien itteäni liian semmoseen ääripisteeseen. Et kyl mul on siin viel semmost oppimist edelleenkin, vieläkin. Mut mä tiedostan sen niinku tosi hyvin, mut silti mä en tavallaan pysty sitä toiminnan tasol niinku tuomaan. Siin on joku semmonen -- Ettei siedä sitä, et joku asia on näin kesken ja hajalla. Et mun täytyy niin kauan toimii, et mä saan sen jotenkin tyydyttävämpään tilaan. Enkä nyt oikeestaan kauheesti pysty täl hetkel muuta tekemään, ku et vähän jollain taval olen ne anturit pystys.”

”Sit niinku viimeksiki. Et olin päättänyt, et ikinä en kotiini enää ota. Mut sit, ku hän oli siel satees.. ni tottakai mä hain hänet sielt.”

” Mut sit välil miettiin, et jos me ei autettais taloudellisesti ni olisko hänen sit pakko miettii, et mitä hän isona tekee.”

Yksi vanhemmista kuvasi oman identiteettinsä muovautuneen kokonaan oman äitiyden ympärille. Vanhempi pohti mitä ja minkälainen hänen identiteettinsä olisi ilman huolta nuoresta ja nuoren auttamista. Vanhempi koki, että tärkeää olisi saada apua ja mahdollisuuksia muun sisällön rakentamiseen omaan elämään jaksamisen ja oman hyvinvointinsa vahvistamiseksi. Yksin muun sisällön löytäminen voi olla vaikeaa.

”No, jos mä vaik viel vahvistuisin täst tunteessani, ja pääsisin vaik oikeesti simosta omaa elämäni, niin en mä tie mitä se ois. Edelleen jottai harrastust. Et ois jottai muutaki elämässä. Ni sithän mulla ois enemmän varaa ja varmaa vahvistuis se, et mä pystyn vaikuttamaan (omaan elämään). Mut ei kukaan kenenkään puolest pysty. Et itte ne kaikki täytyy..”

Vanhemmat toivoivat myös tukea keinoihin kommunikoida oman nuoren kanssa esimerkiksi siihen, miten tarjota apua sekä miten tukea ja motivoida nuorta aikuista tuen vastaanottamiseen. Tukea vuorovaikutustilanteisiin olisi toivottu kahden haastateltavan mukaan jo nuoren ollessa ala-ikäinen, jotta yhteys nuoreen olisi säilynyt toimivampana ja vuorovaikutus tilanteissa ei olisi ajautunut riitatilanteisiin niin usein. Toimivan vuorovaikutus ja valmiuksien vahvistuminen nuoren kanssa tapahtuvaan vuorovaikutukseen liittyvät vanhemman kokemaan kompetenssiin, kyvykkyydestä toimia vanhempana.

”Mut tietyst joskus tuntuu, et hän on vähän niin kun semmonen... masentunut. Et tota.. mut et siihen ei tahdo päästä käsiks. Et se tulee jossain esil, mut jos siihen alkais tarttumaan, no, et miksi, mikäs mahtais olla se päällimäinen syy, tai et mitä sil tehtäis, ni siihen pääsee kauheen huonost kiinni. Et, esimerkiks toi, et miten keskustella, miten saada kontakti siihen nuoreen. Ni se on tosi tärkeä asia.”

Liittymisen tarve ilmeni vanhempien toiveessa vertaisuuteen samassa tilanteessa olevien vanhempien kanssa. Vanhempien foorumin tavoitteena oli tarjota vanhemmille vertaisuuteen perustuva ryhmä, jossa vanhemmat olisivat voineet jakaa kokemuksiaan ja ajatuksiaan. Vähäisen osallistujia määrän vuoksi vertaisuuden toteutuminen oli mahdollista vain kahdella tapauksella, jolloin paikalla oli enemmän kuin yksi vanhempi. Vertaisuuteen liittyen vanhempien toiveina oli keskustella ja jakaa kokemuksia samassa tilanteessa olevien vanhempien kanssa mm. vanhemmuuden varjopuolista, yksinäisyyden tunteesta ja vähentää yksinäisyyttä vertaisuuden kautta.

”Sitä varten mä aikanaan menin sinne (toiseen vertaistuelliseen) ryhmään, että saisin sieltä vinkkejä, että mitä voisin tehdä, miten vois toimia sen nuoren kanssa paremmin ja vaihtaa niitä ajatuksia, että mitä kokemuksia muilla on.”

”Ku sit kuitenkin tietää, et vähän kaikil on ollut jotaki murheit elämäs. Et jollei ne oo erityislapsii, ni sit niil on muuten jotenkin.. Ni sit niil on jotai muuta tapahtunu. Ja aika monet pystyy jakamaan sitä semmost vanhemmuuden varjopuolta.”

”Se, et voi puhuu näistä, kun en mä voi niitä töihinkään viedä ja se on raskasta kantaa sitä yksin. Sitä taakkaa ja yksin mieltii, jos jotain tapahtuu. Yksin

mieltii sitä ja yksin pelätä ja ...sen takia mä varmaan olen hyvä uhri mun lapselle..... kun se tietää, et mä olen nii yksin.”

Vertaisuus koettiin ”voimia antavana” ja ”jaksamista tukevana”. Sen koettiin mahdollistavan myös myötätuntoa omaa vanhemmuutta kohtaan ja samalla myös väsymystä kohtaan.

”Niin se, että saisi joskus sanoa ääneen niitä koviakin ajatuksia. Niitä mistä ajatellaan, ettei saa ajatella. Vaikka se, että tekisi mieli heittää se seinään. Vaikka sillä ei oikeasti ole sen kanssa mitään tekemistä, että oikeasti tekisi selaista. Vaan se tunne - se tulee varmaan siitä riittämättömyydestä. Ettei oo mitään välineitä, et toi ei kuuntele mua yhtään.. näin se vaan on. Ja täytyy nyt heti sanoa, että mä en ole koskaan yhtään lasta heittänyt päin seinää.”

”Tulee mieleen taas se vertaisuus. Että, kun kuulet muita, niin sä jotenkin omien ongelmien kanssa pääset johonkin tasolle. Et se jo jotenkin helpottaa. Et, ku meil on sellainen kummallinen sisäänrakennettu malli, että mä olen ainoa, jolle käy näin ja mä olen ainoa, jolla on näitä ongelmia. Sit kun me kuullaan, että muillakin on näitä ongelmii, ni se jo helpottaa.”

Vanhemmat nostivat esille tarpeen kuulla muiden kokemuksia ja saada vertaisilta myös tietoa sekä mahdollisia vinkkejä siitä, miten voisivat auttaa omaa nuortaan. Jokainen haastateltava nosti esille myös tarpeen tulla kuulluksi ja tarpeen oman tarinan jakamiseen. Toiveena oli vertaistuellisen ja ryhmämuotoisen tuen lisäksi mahdollisuus myös yksilölliseen keskustelutukseen ammattilaisten kanssa. Vertaisuuden osalta merkitykselliseksi koettiin luottamuksellisuus ja hyvä porukka, jotta keskustelu ryhmässä olisi turvallista ja toimivaa. Kuulluksi tulemisen ja aidon, tasavertaisen kohtaamisen merkitys tuen vastaanottamiseen ja jaksamista tukevana tekijänä vertaistuellisessa toiminnassa sekä myös palveluissa, nousi esille haastatteluissa kolmen vanhemman kohdalla.

”Johonkin pitää päästä ja ite oon sitä mieltä, et ei sen tarvi olla joku psykoterapia, vaan se, et joku kuuntelee sua. Se jo auttaa. Toki on ihmisiä, jotka tarvii enemmän apua ja lääkitystä ja mitä vaan, mut et omalla kohdallani se olisi ollut vaan niin vähästä kiinni, että joku olisi vaan kuunnellut.”

”Ihan mä olisin halunnut kuulla toisten vanhempii, jolloin ois vähän saman tapasii ongelmii. Miten he on selvinnyt ja vinkkejä. Siihen selviytymiseen ja neuvoja ja toisinpäin. Kokemusten jakamista mikä heil on toiminu ja ...(tauko- poh-tii) .. lähinnä niinku semmost vertaistukee. Niin, kun toiselta vanhemmalta voi saada semmosta, et niinku ”Ahaa” - hyvän vinkin.”

”Tietty riippuu hirveesti kemiast siin ryhmässä, mut jos on hyvä porukka ja kaikki kuuntelee ja tasavertaisesti kuuntelee ja huomioi, ni onhan se tärkeetä - ja saa jakaa.”

4.3 Vanhempien kokemukset foorumiin osallistumisesta

Vanhempien foorumin tavoitteena oli mahdollistaa osallisuuden, vertaisuuden ja vaikuttamisen kautta voimaantumisen kokemukseen vanhemmille ja tukea vanhempien hyvinvointia perustarpeisiin (autonomia, kompetenssi, liittyminen) vastaamalla. Vanhempien kokemuksia foorumista ja sen tarjoamasta tuesta kartoitettiin vanhemmille suunnattujen palautekyselyjen sekä haastattelujen kautta.

Palautekyselyihin vastasi yhteensä neljä (4) vanhempaa. Yksi vastaus oli kerrasta, jossa oli paikalla vain yksi vanhempi ja kolme vastausta saatiin viimeiseltä tapaamiskerralta, jolloin kolmesta osallistujasta jokainen vastasi palautekyselyyn.

Jokainen vain yhteen tapaamiskertaan osallistuneista haastateltavista kertoi, että oli pohtinut mielessään myös muihin foorumin kertoihin osallistumista. Osallistuminen oli kuitenkin jäänyt väliin eri syistä. Yleisellä tasolla osallistuminen foorumiin koettiin kuitenkin antoisana ja hyvänä kokemuksena, joka toi lohtua ja mahdollisti vertaisuuden kokemuksen. Tämän lisäksi konkreettisia hyötyjä jo yhteen kertaan osallistumisesta oli kuitenkin mm. toimeentulotuen hakemisen käynnistyminen, tiedon saaminen eri palveluista, mahdollisuus vertaisuuteen, kuulla muiden kokemuksia sekä oman tilanteen ja kokemusten jakaminen muille ja tuen antaminen muille. Foorumin toistamista samalla teema rungolla ehdotti kolme vanhempaa.

Seuraavaksi siirryn tarkastelemaan vanhempien kokemuksia foorumiin osallistumisesta psykologisten perustarpeiden mukaisesti tarkasteltuna. Tarkasteltaessa tuloksia eri perustarpeisiin pohjautuen on muistettava, että kaikki kolme perustarvetta nivoutuvat tiiviisti yhteen, keskinäisen riippuvuuden mukaan (Ryan & Deci 2017, 94).

4.3.1 Liittyminen

Vanhempien foorumin toteuttamisen tavoitteena oli tarjota osallistujille mahdollisuus osallisuuteen ja vertaisuuteen samassa tilanteessa olevien vanhempien kanssa ja täyttää kautta vahvistaa liittymisen psykologista perustarvetta. Yksi käyttäytymisen päämäärä on tunne yhteenkuulumisesta ja tunne siitä, että on merkittävä muiden silmissä (Ryan & Deci 2017,96). Tavoitteena oli tarjota vanhemmille paikka, jossa he voivat jakaa luottamuksellisessa ryhmässä tulla kuulluksi ja jakaa vertaiskokemuksia. Toiminnassa keskeistä oli, että vanhemmat tulisivat ryhmässä hyväksytyiksi ja kuulluiksi. Vertaisuuden muotona hyödynnettiin informatiivisen ja toiminnallisen tuen yhdistelmää. Toiminta perustui ryhmän dialogisuuteen.

Haastattelujen mukaan vanhempien foorumi onnistui vastaamaan edellä mainittuihin tavoitteisiin. On otettava huomioon, että vastaajista vain yksi oli osallistunut useampiin kertoihin mukaan ja muut haastateltavat vain yhteen kertaan. Samalla voidaan ajatella, että tämä on osoitus myös siitä, että yhdelläkin tapaamiskerralla voidaan tukea vanhemman tilannetta. Vanhemmilta saaduissa palautekyselyjen vastausten mukaan kaikilla oli ollut tervetullut olo ryhmässä ja ryhmän ilmapiiri koettiin luottamukselliseksi.

”Mun mielest siel oli ihan hyvä tunnelma ja tosiaan tuli heti sellainen olo, että ne asiat jää sinne seinien sisälle, että.. et tota. Ehkä se on just ku tietää, et kaikil on jotai vähän saman tapasii ongelmii tai asioita mieles, ni ei kukaan haluu niit sit levitellä tuolla. Eikä siel tullu sellaista fiiliskään, et kukaan nyt sanois mitään. Et se oli hyvä.”

Kaikissa vastauksissa nousi esille myös se, että kaikki kokivat saaneensa mahdollisuuden omien kokemusten jaksamiseen. Vanhempien palautteissa yhteneväistä oli myös kokemus siitä, että vanhemmat kokivat saaneensa itse päättää miten osallistuvat keskusteluun ja ryhmän toimintaan. Kuulluksi tulemisen koettiin vahvistaneen hyvää olotilaa. Kuulluksi tulemisen tarve, kunnioitetuksi tuleminen sekä siitä, että on merkityksellinen muille ovat osa liittymisen tarvetta (Ryan & Deci 2017, 96). Haastatteluissa nämä tarpeet nousivat toistuvasti esille, erityisesti kuulluksi tulemisen tarve.

”Kyllä siit puhumisest ihan yleensä, et joku vaan kuuntelee ja saa ääneen puhuu. Ni kyl se mua auttaa heti.”

Vähäisen osallistuja määrän vuoksi vertaisuuden kokemuksen syntyminen rajoittui pääsääntöisesti päätöskerralle, jossa paikalla oli useampi vanhempi. Viimeisen tapaamiskerran palautteiden ja haastattelujen perusteella vanhemmat kokivat päätöskerrassa olleen vertaistuellista keskustelua. Vanhemmat kertoivat kokeneensa vertaisuutta ryhmässä huolimatta siitä, että heidän täysi-ikäisillä lapsillaan oli erilaiset tilanteet ja heillä vanhemmilla oli erilaiset tilanteet.

”Et semmost lohtuu jollaki taval lohtuu siit, et muillaki ... vaik sen aina tietää, et enhän mä nyt oo maailmas ainut ihminen kenel on jotai ongelmii. Sehän on aina selkee asia. Mut kyl siit aina jotai lohtuu saa, ku näkee et ihan oikeesti, et mul olla vaik ihan pieni ongelma tää mun juttu, et jollai voi olla viel huonommin tai jotenki näin. Et kyl seki auttaa.”

”Tuntui hyvältä kertoa omista kokemuksista äitinä olosta, koin saavani lohtua.”

Haastateltavien täysi-ikäiset lapset olivat erilaisissa elämän tilanteissa, yksilöllisten haasteiden äärellä. Tätä ei koettu vertaisuutta hankaloittavana tekijänä vaan kolme haastateltavaa

mainitsi saaneensa tätä kautta kannustettua toista vanhempaa sekä mielenrauhaa siitä, ettei oman lapsen tilanne olen yhtä haastava välttämättä kuin toisella. Lisäksi erilaiset tilanteet ja tarinat koettiin myös kannattelevana asiana ryhmässä. Ohjaajien osallistuminen myös vanhemman roolissa koettiin mielekkäänä.

”Toisaalta masentavaa, jos kaikilla äideillä on kovin kurja tilanne ja huono tilanne. Voi tietysti tulla olo, että mulla on vaan tosi huono tilanne ja et noikin vaan tuossa turhaan valittaa. Mutta toisaalta, jos kaikilla on oikein huonosti, niin onhan sekin tosi masentavaa.”

”Niin, ja että on erilaisia asioita ja erilaisia murheita. Joo, kyllä mä näen, että toi on hyvä lähtökohta, että on tietynikäisten nuorten vanhempia ja niillä on sitten erilaisiin ongelmiin niillä lapsilla.”

Tasavertainen osallistumismahdollisuus ja kuulluksi tuleminen ovat perustava osa dialogista suhdetta, johon vanhempien foorumissa pyrittiin. Se oli myös tavoite, joka vanhempien kertoman mukaan myös saavutettiin. Tasavertainen osallistumismahdollisuus ja kuulluksi tuleminen ovat perustava osa dialogista suhdetta. Vanhemmat myös kokivat, että jokainen osallistuja ja hänen tarinansa oli tasa-arvoisessa asemassa suhteessa muihin osallistujiin ja heidän kertomaan tarinaan.

Haastatteluissa nousi esille, että vanhemmat kokivat Vamoksen tilat kauniina, rauhoittavana ja turvallisena. Ohjaajien läsnäolo ja tapa osallistua myös itse vanhemman roolissa sai positiivista palautetta vanhemmilta. Ohjaajien läsnäoloa kuvailtiin haastattelussa ”tasavertaiseksi” ja ”aidoksi”.

”Kyllä siinä tuli sellainen hyvä olo, et ku jokainen kertoi omistaan. Ja tietyllä tavallahan te olitte aika hauskaasti mukana, kun kerroitte itsestännekin.”

”Vamos oli suuri tuki minulle! Sain sekä yksilöllistä että ryhmämuotoista tukea. Eriyiskiihtos aivan ihanille ryhmän vetäjille” (Palautelomakkeen palaute)

4.3.2 Autonomia

Vanhempien foorumin toteutuksessa vanhempien autonomian tunnetta oli tavoitteena tukea tarjoamalla mahdollisuuksia valintoihin omaan tekemiseen ja foorumiin osallistumisen suhteen. Ennakoon julkaistu ohjelma ja tapaamiskertojen teemat mahdollistivat myös valinnan osallistumisesta tiettyjen teemojen mukaan. Foorumiin sai osallistua haluamallaan kerroilla eikä osallistuminen yhteen kertaan velvoittanut osallistumista muille kerroille. Vanhemmilla oli mahdollisuus vaikuttaa myös tapaamiskerran keskustelun etenemiseen sekä tuleviin teemoihin.

”Joo se teema oli mulle se (syy osallistumiseen). Mä olinkin vähän pettynyt ja sit, kun se vetäjä ei ollut silloin ensiks. Mä ajattelin, et voi harmi. Jotenkin, en nyt muista niitä teemoja mitkä siinä aikaisemmin oli, mut aina vähän sellainen olo, että ei toi nyt ihan mua sillai kosketa eikä toi, mut tää oli jotenkin sellainen.... ajattelin, että toi vois olla kyllä ihan kiva.”

Vanhemmilta tiedusteltiin myös kiinnostusta osallistua vanhemman roolissa kokemusasiantuntijana mahdollisesti toteutuvaan täysi-ikäisten nuorten ja heidän läheisten palveluiden kehittämiseen liittyvään kumppanuusiltaan vuonna 2022. Osallistuminen kumppanuusiltoihin oli vanhempien mukaan mielenkiintoinen mahdollisuus ja kolme haastateltavista oli kiinnostunut kuulemaan foorumista myöhemmin, mikäli se toteutettaisiin. Haastatteluhetkellä vanhempien kokemus kuitenkin oli, että osallistumista pitäisi arvioida ajantasaisesti omien voimaverojen mukaan. Haastatteluissa nostin esille, että osallistumalla tämän opinnäytetyön haastatteluun, he antoivat myös panoksen vanhemmille suunnattujen palveluiden kehittämiseen. Rajaaminen toimintoihin osallistumiseen oman mielenkiinnon sekä voimavarojen mukaan on osa autonomian tunnetta ja vastaa näin kyseiseen perustarpeeseen.

” Se et mä viel itse pystyisin oleen ite jotenki sellainen aktiivinen vaikuttaja täl sektoril, ni must tuntuu et mul ei oo yhtää sellasta voimavaraa niinku.”

Rajaamisen tarve nousi esille myös jo aiemmin asiana, johon vanhemmat toivoivat tukea. Rajaaminen liittyy autonomiaan ja siihen, että ihminen voi tehdä päätöksiä omaan elämään ja toimintaansa liittyen. Tämä koski rajaamista esimerkiksi nuoren tukemiseen liittyen avun määrän suhteessa sekä myös rajaamista liittyen asioihin, joihin vanhempi käyttää aikaansa ja toisaalta, miten hän haluaisi käyttää aikaansa. Rajaaminen ei kuitenkaan ole helppoa, kun kyseessä on itselle rakas ja läheinen ihminen.

”Vaik mä oon tääl puhunu ja vaik mä järjel tiedän kaikki nää, et täytyis ottaa etäisyyttä... Ja sit mä toimin täysin päinvastaisesti sen marraskuunki. Enemmän autoin kuin koskaan ennen...ja sit vasta jotenkin... tuli se oma raja. Vaik sä kui järjel tiedät, ni jotenki... ja mä en tehny sitä tahallani - uhmallani jotenkin niinku tein ihan päinvastoin ja autoin.”

”Ehkä ne ei aina tykkää, että autetaan tai tarjotaan niitä neuvoja. Mut se on ollut ahdistavaa, että kun on virallisesti täysi-ikäinen ja voi kirjoittaa nimen johonkin paperiin, ni se on sit täyttä totta.. et se on ollut mun mielestä jollain taval kurja sitten. Mut toisaalta toisten täytyy sit jotenkin niin kantapäähänsä oppiikin. Ja jos hän ei sano ja kerro, niin ei sit vaan pysty yhtään mitään. JA mitä enemmän yrität lypsää, sitä vähemmän se sit kertoo.”

Vanhemmilta kartoitettiin mielipidettä siitä, kokivatko vanhemmat ryhmään osallistumisen voimauttavana kokemuksena. Vastauksissa oli hajontaa tässä kohdin lineaarisella asteikolla 3-5, jossa 5= täysin samaa mieltä. Kysymyksen analysoinnissa haasteena on, ettei lomakkeessa tai haastattelussa kartoitettu sitä, miten vastaajat ovat käsittäneet voimaantumisen käsitteen. Haastatteluissa perehdyttiin tarkemmin voimaantumisen käsitteeseen ja ajatukseen vanhempia voimaannuttaviin asioihin. Voimaannuttavina asioina ja toimintoina koettiin mm. luonnossa liikkuminen, itselle mielekkäiden asioiden tekeminen, työssä tapahtumat onnistumiset, lapsen onnistumiset ja pienet arkiset hetket omassa elämässä.

Voimaantumisen rinnalle nousi vanhempien haastatteluissa merkityksellisenä lohtu, toiveisuus ja luottamus. Luottamus tulevaan ja ihmisten pohjimmaiseen hyvyyteen, usko huomiiseen ja usko asioiden selviämiseen sekä oma sisukkuus olivat seikkoja, joita vanhemmat nostivat esille omaa selviytymistä ja jaksamista tukevin asioina. Foorumiin osallistumisen oli koettu kolmen haastateltavan mukaan koettu tarjonnan lohtua ja lisänneen toiveikkuutta.

Vanhemmilta kysyttiin palautelomakkeista mitä he kokivat ryhmään osallistumisen antaneen heille. Vastausten välillä oli hajontaa. Kaikki vastaajista kokivat foorumiin osallistumisen hyödyllisenä kokemuksena ja kolme vastaajaa koki foorumiin osallistumisen tukeneen omaa jaksamista. Puolet vanhemmista koki saaneensa uusia näkökulmia, hyödyllistä tietoa sekä lisää toiveikkuutta osallistumisen kautta. Yksittäisinä hyötyinä foorumiin osallistumisessa koettiin foorumin vastanneen tarpeisiin sekä antaneen lisää voimia. Vaihtoehdoissa oli mukana myös vaihtoehto, jossa vanhempi olisi voinut valita, ettei foorumi ole tarjonnut mitään edellä mainituista. Tätä ei kukaan vanhemmista ollut valinnut.

4.3.3 Kompetenssi

Foorumin tavoitteena oli tukea vanhempien hyvinvointia vastaamalla kolmeen psykologiseen perustarpeeseen. Edellä on tarkasteltu vanhempien kokemia hyötyjä osallistumiseen liittyen liittymisen ja autonomian tarpeen osalta. Vanhempien kompetenssiin liittyen tavoitteena oli tukea vanhemman tunnetta omasta pystyvyydestä vanhempana, vanhemmuuden taidoista ja aikaansaamisesta omassa vanhemmuudessa. Keinoina tavoitteen saavuttamiseksi oli tarjota vertaistuellisen ja ammatillisen tuen kokonaisuuden kautta vanhemmille lisää tietoa ja kokemusperäistä tietotaitoa oman vanhemmuuden ja hyvinvoinnin tueksi. Tieto voi vahvistaa vanhemman keinoja tukea nuorta ja myös omaa hyvinvointiaan. Keskeistä oli tukea sallivaa ja ymmärtäväistä suhtautumista omaan vanhemmuuteen sekä onnistumisia ja voimavaroja tunnistavaa ajattelua. Tausta ajatuksena foorumia suunniteltaessa oli, että vertaisuuden ja foorumissa jaettujen kokemusten ja tiedon kautta voidaan myös normalisoida vanhemmuuteen kuuluvaa inhimillistä huolta sekä muita vanhemmuuteen kuuluvia tunteita ja ajatuksia. Nämä voivat toimia myös tukena rajaamisessa oman nuoren auttamisen ja oman hyvinvoinnin huolehtimisen välillä.

Vanhemmat kuvasivat, että nuoren auttaminen on heillä mielessä koko ajan ja osa identiteettiä. Syyllisyyden tunne voi vaikeuttaa rajaamista suhteessa omaan nuoreen. Rajaaminen liittyy autonomiaan, mutta kaikki perustarpeet ja niiden tyydyttyminen nivoutuvat myös toisiinsa. Haastatteluissa nousi esille, että vanhemmista kaksi oli saanut foorumista tukea myös rajaamiseen. Foorumi ja opinnäytetyön haastatteluhetki sekä yksilöllinen tuki olivat toimineet tukena sille, että rajaamisen tarve oli noussut esille ja aiempaa enemmän mahdolliseksi. Toinen oli jo rajaamista myös harjoitellut suhteessa nuoren auttamisen ja itsestä huolehtimisen välillä. Voidaan ajatella, että foorumin tai siihen liittyvä yksilöllinen tuki ja ohjaus on vahvistanut sekä vanhemman autonomiaa ja kompetenssia, jotta rajaaminen on mahdollista tai vanhempi kokee sen luvalliseksi itselleen.

”Eikä se ole turhaa (rajaamisesta puhuminen). Se, että oli taustalla kaikki nää keskustelut, niin sitten kun se tuli se juttu, et siit oli hyötyä, et siit on puhuttu. Ja puhuttu - ja uudestaan puhuttu. -- Koska en ole vastannu kaikkii puheluihin. Yöt mul on puhelin äänettömäl. Sehä oli tää yöaika, kun hän yritti mua..hän oli iha ihmeissään siel, ku mä en vastannu---: Joo, mut on tästä ollut iso apu. Teist on ollu iso apu.”

Foorumin tapaamisessa vertaisuuden positiivinen voima ja merkitys nousi esille vanhempia haastatellessa. Vanhemmat kokivat saaneensa lohtua ja kokivat merkityksellisenä kuuluksi tulemisen, kokemusten jakamisen sekä sen, että pystyivät olemaan toisille tueksi oman kokemuksensa kautta. Sama nousi esille opinnäytetyön tietoperustassa, jossa todettiin auttajana toimimisen kokemuksen mahdollistavan ihmiselle hetkellistä elämänhallinnan tunteen vahvistumista (Vilen 2011, 277).

”Ja jos pystyy vaik toisen ihmisen kans puhumaan ja sanomaan, et hei, me ollaan just toi ihan sama koettu ja meil menee nyt näin hyvin. Et kylhän seki, et pystyy sitä apuu antamaan toisellekin.”

”No, kyllä mulla oli hyvä fiilis, kun menin sielt pois.. Kyl se jotain sellast - Lohtu on ehkä se oikee sana. Siin oli just tullu sitä kaikkee, mitä hän ei ollu kertonu..(luettelee nuoren kokemia haasteita).. Siin oli sillo tapahtunut niin paljo, et mul oli just sillo semmone olo, et mä roikun ihan mis tahansa oljen korres, et mikä tahansa tai joku helpottais. Et kyl mua helpotti sitten. Jo ihan se tila oli niinku sellanen ihana. Et mä tykkäsi ihan hirveesti siit huoneestaki, että se oli ihan jo sellanen, et se lohdutti mua.”

Vertaisuuden merkitys ja kokemusten jakaminen nostivat esille vanhemmalle myös muistutuksen ja oivalluksen omasta selviytymisestä.

”Et kyllähän meil vanhemmilla on sitä oman kokemuksen kautta tulevaa tietoa, mutta sitten kun me kuullaan muitten tarinoita, niin jotenkin omat kokemukset ja oma ongelma saa oman paikkansa. Kun me kuitenkin vertaillaan meiän omaa elämää toisten elämään, ni se jotenkin löytää paikkansa siel.. Sit tulee jotenkin sellainen huojentunut olo, et mä olen selvinnyt. Toikin on selvinny. Et ollaan jollain tasolla selviydytty näistä asioista.”

Lohdun lisäksi vanhempien haastatteluja yhdisti kokemus siitä, että he olivat saaneet tietoa palveluista ja toiminnoista, joita voi hakea tukea itselle tai nuorelle. Tietoa vanhemmat kokivat saaneensa sekä ohjaajilta että muilta osallistujilta. Tämä kokemus vahvistaa osaltaan sitä, että foorumin toteutus informatiivisen ja toiminnallisen tuen yhdistelmänä oli toimiva ja osaksi vanhempien tarpeisiin vastaava tapa toteuttaa foorumia.

” No, ehkä se jotenkin helpottaa elämää. (liikuttuu) . Ja, jos sieltä löyty niitä keinoja millä voin niinku auttaa.... kuulee mitä muut on tehnyt ja mikä on auttanut. Tai on näitä erilaisii mahdollisuuksia, että tulee niistä niinku tietoa. Tai ehkä se on just se tiedon saaminen ja vertaistuki, että en ole yksin ongelmieni kanssa.”

Haastattelussa kartoitettiin vanhempien pystyvyyden tunnetta vanhempana ja suhtautumista omaan vanhemmuuteen tai nuoren tilanteeseen. Syyllisyyden tunne oli yhdistävä tekijä kolmessa haastattelussa, jossa vanhemmat nostivat sen esille tuttuna tunteena omaan vanhemmuuteen liittyen. Syyllisyys liittyi joko menneisiin tapahtumiin tai nykytilanteeseen. Näitä yhdisti pohdinta omasta riittävydestä, eli onko tehnyt tarpeeksi tai liikaa tai onko toiminut oikein. Toisaalta vanhemmat olivat tietoisia siitä, etteivät mennyttä voi enää muuttaa ja yksi haastateltavista ilmaisi itsemyötätuntoa ja sallivuutta omalle vanhemmuudelle.

”Se syyllisyys. Mähän koen paljon sitä syyllisyyttä, et joku tämmönen aiheena myös. Et vanhemman ei tarttis tuntea syyllisyyttä.”

”Edelleen on sellanen olo - riittämätön olo. Sit tulee tietty tää itsensä syyllistäminen, että missä minä tein virheen. Vaikka järki sanoo, et ei. Ei oo yksi eikä kaksi asiaa, jotka on vaikuttanut. Se on se itsensä syyllistäminen tosi totta noin syvällä.”

” Mä en oo sit ihan hirveesti lähteny märehtii sitä, että mä oisin tehnyt jotain väärin tai miksi mä en niinku osaa. Mut ehkä se on just se, että kun mullakin on useampi lapsi ja ne on kaikki olleet vähä erilaisii. Ni sit vaa, mä oon kuitenkin sama äiti ollu. Et mul on ollut kaikkien kans ne samat taidot ollut kaikkien kans käytettävissä. Ni en mä sit voi olla niin huono, et ei se mun vika voi olla. Et en mä kaikkien kans oo samal taval riidelly tai jotai.”

” kun on erityislapsi ja mäki oon ollut yksinhuoltaja. Ja mul on aina kuitenkin ollu tosi tärkeet, et itse tehty ruoka ja koti on siisti ja vaatteet on puhtaat. Et mä oon joskus vaan miettiny, et oisko vähän pitänyt ottaa niist niinku lungimmin. Et ois ehkä enemmän viel aikaa olla sen lapsen kanssa. Et niinku tarjota vaik erilaisiin harrastus mahdollisuuksii, et sielt ois löytynyt se mikä hänel on sopiva. Et jotai semmost aikaa. Et sit mä en oo ehkä jaksanu hakee mitää sellaisia. Et sit mä oon vaan tyytynyt, et ä se nyt jottai potkii tos pihal tota palloo tai jottai tämmöst jälkeen päin. Mut se on sit taas turhaa miettiä tämmöst jälkeen päin. Se on sit ollutta ja mennyttä. Ja siinä tilanteessa on kuitenkin tehnyt parhaansa.”

Haastattelussa vanhemmilta kysyttiin, että vaikuttiko foorumiin osallistuminen omaan pystyvyyden tunteeseen vanhempana. Jokainen vanhemmista oli osallistunut foorumiin omasta vapaasta tahdostaan, oma-aloitteisesti, aktiivisena toimijana ja kuten jo aiemmin on mainittu, kulkevat perustarpeet limittäin suhteessa toisiinsa. Tämä autonomian tunne osaltaan mahdollistaa myös pätevyyden tunteen saavuttamisen paremmin.

Vanhemmista kolme kertoi foorumista saadun tiedon auttaneen konkreettisen avun tarjoamisessa nuorelle eli vanhemmat saivat uusia keinoja auttaa nuorta. Itsemääräämisteorian kannalta tarkasteltuna voidaan todeta, että foorumi on tässä kohdin mahdollistanut pätevyyden tarpeen vahvistumista. Vanhemmat kertoivat haastattelussa tunteneensa aiemmin riittämättömyyden tunnetta sekä kokivat etteivät tienneet riittävästi palveluista. Kolme haastateltavista kertoi saaneensa lisätietoa tai konkreettista apua (palvelun käynnistyminen, saatu tuki) edetä oman nuoren tukemisessa eteenpäin. Tunne pätevyyden vahvistumisesta on kuitenkin aina yksilön oma sisäinen tunne.

Kokonaisuutena jokainen koki foorumiin osallistumisen positiivisena kokemuksena ja osallistuminen toi toivon tunnetta, helpottavaa oloa ja hyvää mieltä.

4.4 Kehittämisideat vanhempien foorumiin jatkossa

Haastatteluissa vanhemmilta pyydettiin palautetta ja muutosehdotuksia sekä kehittämisideoita foorumin toteutukseen, teemoihin ja kokonaisuuteen liittyen. Kehittämisideoita kerättiin myös palautelomakkeella. Palautelomakkeessa vanhemmilta kysyttiin mitä aiheita he toivoisivat foorumiin sekä mitä muutostarpeita ja -toiveita heillä oli foorumin tapaamisiin liittyen.

Kehittämisideat ja toiveet vanhempien foorumin toteutukseen liittyen koostin kaikki ensin yhteen tekstitiedostoon. Tämän jälkeen tiivistin toistuvat asiat yhteen. Kehittämisideat olivat sidoksissa selkeästi haastattelurungon teemoihin ja kysymyksiin ja ne liittyivätkin vierailijoihin, teemoihin, toteutustapaan ja käytänteisiin. Kirjasin ylös myös vanhempien ilmaisemia huolenaiheita, jotka voisivat toimia tulevaisuuden vanhempien foorumin teemojen lähteinä.

Vanhemmat kokivat syksyn 2021 toteutuneet vanhempien foorumin teemat pääsääntöisesti tarpeitaan vastaavaksi, sillä neljä vastaajaa vastasi kysymykseen arvolla 4 ja yksi vastaus oli arvolla 5 arviointiasteikon ollessa lineaarinen asteikossa 1= teema ei vastannut lainkaan tarpeitani ja 5= teema vastasi hyvin tarpeitani. Vanhempien yksilölliset haastattelut vahvistavat kyselyjen tuloksia sillä saman suuntaiset arvioinnit foorumista nousivat esille myös haastatteluiluissa.

Erityisesti päätöskerran teema ”Vanhemmuuden ilot, surut ja mahdollisuudet” koettiin kolmen vanhemman mukaan teemoja yhdistäväksi ja/tai parhaiten omaa tarvetta vastaavaksi. Kaksi haastateltavaa kertoivat aluksi pettyneensä tapaamiskerralle sovitun vierailijan peruuntumisesta, mutta molemmat kokivat kerran olleen toteutuksena lopulta onnistunut vierailijan puuttumisesta huolimatta.

Päihde- ja mielenterveysteeman kohdalle toivottiin keskustelua siitä, milloin vanhempi saattaa toimia mahdollistajana ja milloin auttajana.

Ohjaamon vierailun aikana foorumiin ei tullut yhtään osallistujaa. Haastatteluiluissa nousi esille, että Ohjaamon palvelut sekä palveluohjauksellinen tuki olisi vastannut kahden haastateltavan tarpeisiin ja toiveisiin vahvasti. Kolmas haastateltava koki myös Ohjaamon mukana olon tärkeäksi, juuri palveluohjauksen kannalta. Yksi vanhemmista kertoi, että teeman nimi ei ollut riittävän kuvaava aiheen sisällön laajuuteen liittyen. Vanhempien ohjaamoon liittyviä aiheita olivat mm. työttömän nuoren tukeminen ja tukimuodot, neuropsykiatrisesti oireilevien nuorten työ- ja opiskeluvälmiudet ja niiden tukimuodot, nuoren aikuisen tukimuotojen kartoittaminen eli palveluohjauksellinen tarve. Yleisesti toivottiin tietoa myös olemassa olevista kuntoutus- ja sosiaalialan palveluista, joiden pariin myös ohjaamosta voidaan nuorta ohjata. Haastatteluiluissa ja foorumin viimeisellä tapaamiskerralla nousikin esille, etteivät kaikki vanhemmat tunteneet Ohjaamon toimintaa entuudestaan. Kyseinen kerta olisi ollut yhdelle vanhemmalle tärkein kerta, mutta muiden menojen vuoksi osallistuminen kyseisenä kertana ei onnistunut. Ohjaamo koettiin kuitenkin kolmen haastateltavan mukaan tärkeäksi osaksi vanhempien foorumia.

Vanhemman oma jaksaminen ja voimavarat -teema koettiin merkitykselliseksi ja tärkeäksi. Tähän liittyen vanhemmat toivoivat konkreettisesti teemaan sisällytettäväksi tietoa siitä, mistä vanhempi voi hakea apua itselleen, jos omat voimat eivät riitä. Yksi haastateltavista toivoi tietoa siitä mistä löytää mielekästä sisältöä omaan elämään ja tukea yksinäisyyteen. Teemaan liittyen vanhemmat toivoivat myös vahvistusta rajaamiseen, ”terveen itsekkyyden ja omien rajojen löytämiseen” sekä tukea tasapainotteluun auttamisen ja itsenäiseen toimintaan tukevan vanhemmuuteen. Foorumin alkuperäinen tavoite oli tukea vanhempia juuri itsemytätuntoiseen, omia voimavaroja ja rajoja tunnistavaan vanhemmuuteen.

Toivottuja teemoja tuleville kerroille olivat tukea syyllisyyden ja riittämättömyyden tunteeseen ja näistä irrottautuminen.

”Ja et ehkä se sitten on aiheena.. Se syyllisyys. Mähän koen paljon sitä syyllisyyttä, et joku tämmönen aiheena myös. Et vanhemman ei tarttis tuntea syyllisyyttä.”

Neuropsykiatriset oireet ja häiriöt nuorella aikuisella sekä nuoren tukeminen olivat myös teema ehdotuksina. Tarkennuksena tähän teemaan toivottiin muun muassa keskustelu - ja ohjauksellisen tuen lisäksi tietoa siitä, mihin tahoon vanhempi ja nuori voivat olla yhteydessä keskeytyneen ADHD-lääkityksen uudelleen aloittamiseksi sekä erilaisista työ- ja opiskelukykyisyyden arvioinneista ja porrastetuista vaihtoehdoista työ- ja opiskeluelämään liittyen.

Jokainen vanhemmista toivoi positiivisia ja iloisiakin aiheita foorumiin ja tästä syystä juuri viimeisen kerran aiheena ollut ”Vanhemmuuden ilot, surut ja mahdollisuudet” oli teemana houkutteleva. Positiivisina aiheina vanhemmat mainitsivat omasta hyvinvoinnista huolehtimisen, vanhemmuuden voimaa antavat asiat sekä mahdollisuuden mielekkääseen tekemiseen vanhempien ryhmän kanssa yhdessä.

Foorumin toistamista toivottiin. Kolme vanhempaan ehdotti foorumin toistamista esimerkiksi kerran vuodessa ja toiveena oli foorumin toistaminen jo keväällä 2022. Täysi-ikäisten nuorten vanhemmat koettiin väliinputoajiksi. Yksi vanhempi koki tärkeäksi sen, että joku toimija ottaisi ”kopin heistä”. Aisti ry koettiin kolmannen tapaamisen jälkeen yhtenä vaihtoehtona, joka voisi toimia Vamoksen rinnalla vanhempien tukena. Linkki-toiminnan, Ohjaamon ja Fin-Famin rinnalle vanhemmat ehdottivat vierailijoiksi toimijoita seuraavista palveluista: sosiaalitoimen palvelut, Kriisikeskus, katkaisuhuolto, talousneuvonta, poliisi, Aisti ry. sekä kokemusasiantuntija nuoria ja vanhempia eri teemojen mukaan (päihde- ja mielenterveys, neuropsykiatrisesti oireileva nuori aikuinen, rikostaustainen nuori, Vamoksen valmennuksessa ollut nuori). Työllisyyspalveluiden edustajaa ehdotettiin myös, mutta tässä kohdin Ohjaamon osallistuminen vastasi tähän tarpeeseen. Ohjaamon kerralla ei foorumissa kuitenkaan ollut paikalla yhtään vanhempaa. Yksi vanhemmista nosti esille, että teemojen kohdalla oli tärkeää avata, ettei kyseessä ole vain toimintojen esittely vaan foorumissa on laajempaa keskustelua aiheista.

Haastattelut olivat kahden haastateltavan kohdalla vahvasti palveluohjauksellisia. Tässä kohdin nousi esille tiedon tarve esimerkiksi Kansaneläkelaitoksen palveluista (NUOTTI-valmennus, Omaväylä kuntoutus, taloudelliset tuet, tuki opiskelu- ja työvalmiuksien selvittelyyn jne.) ja tukimuodoista sekä talousneuvonnan palvelusta. Aiheiksi nousi myös erilaiset opiskeluvaihtoehdot, kuten oppisopimusopiskelu, opiskelu kuntoutustuella, iltalukio. Nämä olisivat varmasti tarpeellisia teemoja ja ammattilaistahoja foorumiin vierailijoiksi jatkossa.

Teemoja voi nostaa myös vanhempien esille nostamien huolenaiheiden pohjalta. Vanhempien huoli liittyi riskiin nuoren passivoitumisesta ja syrjäytymisestä, nuoren kyvyttömyyteen hoitaa itsenäisesti esimerkiksi virasto asiointeja ja nuoren kyvyttömyyteen tunnistaa tai tiedostaa omia oikeuksiaan työelämässä, jotka lisäävät riskiä esimerkiksi tuloitta jäämiseen. Myös mahdollinen päihteidenkäyttö herätti huolta. Yleisesti huoli nuoren taloudellisesta toimeen tuloista yhdisti vanhempien ajatuksia. Vanhemmat olivat huolissaan myös nuoren riskistä joutua hyväksikäytetyksi taloudellisesti tai nuoren joutuminen muuten epäoikeudenmukaisen kohtelun kohteeksi. Vanhemmat olivat huolissaan siitä, etteivät saa enää mitään tietoa täysi-ikäisestä nuoresta eivätkä vanhemmat pysty auttamaan kaikkien asioiden hoidossa enää kuten alaikäistä nuorta ovat asioinneissa pystyneet auttamaan.

Palautekyselyiden vastauksissa ideana nousi esille, että jokin tilaisuuksista järjestettäisiin mahdollisesti kahtena tilaisuutena, joista toiseen voisivat tulla nuoret tai läheiset ja toinen olisi vain vanhemmille.

Haastatteluissa kartoitettiin vanhempien mielipiteitä myös foorumin käytännön toteutuksesta ja kehittämisideoista. Jokainen haastateltavista koki, että vertaistapaamisissa on hyvä olla mukana myös ammattilainen ohjaajana. Ohjaaja toimii tilaisuuden vastuu henkilönä ja huolehtii tasapuolisesta kohtaamisesta ja puheenvuoroista sekä tarjoaa vertaistuen rinnalle ammatillista tietämystä. Tasavertaista ja ymmärtäväistä kohtaamista pidettiin kuitenkin kaikkien haastateltavien mukaan tärkeänä. Teemojen osalta toivottiin, että tapaamisissa olisi välillä myös kertoja, joissa ei olisi mitään erillistä nimettyä teemaa vaan tapaamisen ajatuksena olisi yhteinen kahvittelu ja vapaamuotoinen keskustelu vuorovaikutuksessa heräävien teemojen mukaisesti. Alkuperäinen foorumin idea oli, että vanhemmilla on mahdollisuus vaikuttaa tapaamisten sisältöihin oman osallistumisen ja toiveiden kautta. Vanhemmat kokivat tämän hyvänä ideana. Tapaamisten keston osalta kahden tunnin aika koettiin hyväksi kaikkien vastaajien mukaan ja kello 17.00 alkamisaika koettiin sopivaksi. Tapaamistiheyden osalta toiveet kahden viikon välein tapahtuvista tapaamisista kerran kuukaudessa toteutuviin tapaamisiin. Vanhemmat kokivat, että foorumin paikka voisi myös vaihdella esimerkiksi siten, että foorumi voisi toteutua vierailukokonaisuutena eri toimijoiden luokse. Tässä kuitenkin korostui, ettei paikkoja saisi olla liian monta vaan pääosin tapaamiset yhdessä paikassa, josta muutama kerta voisi olla vierailuja muualle.

Vanhempien mielipiteet siitä, olisiko luento vaihtoehto toimiva tapa vanhempien foorumiin vaihteli. Kaksi vanhempaa koki, että luento ei edellyttäisi omaa aktiivista toimijuutta tapaamisessa, joten se saattaisi olla helpompi tapa joillekin osallistua. Hybridimalli, jossa luennon jälkeen olisi vapaaehtoinen vertaistuellinen tapaamismahdollisuus kahvikupin ääressä koettiin toimivana vaihtoehtona. Yleisesti kahvitarjoilu koettiin tärkeäksi osaksi toimintaa. Tarjoilu koettiin rentouttavana, tilanteen toimivuutta ja jännitystä sekä vuorovaikutusta helpottavana tekijänä. Ryhmätapaamisten rinnalle toivottiin mahdollisuutta myös yksilölliseen tukeen

keskustelutuen ja palveluohjauksellisen tuen muodoissa. Vanhemmat kokivat avoimen ryhmän ja vapaaehtoisen osallistumismahdollisuuden tärkeänä ja osallistumista helpottavana tekijänä.

Avoim ryhmä ja sitä kautta mahdollisesti jokaisella kerralla vaihtuvat osallistujat voivat haastaa ryhmän sisäisen turvallisuuden ja luottamuksen syntyminen tunnetta, jotka taas toimivat dialogisuuden perustana. Luottamuksen syntyminen vaatii usein myös aikaa. Toisaalta vanhempien foorumiin viimeisellä kerralla ilmaisivat kokeneensa tapaamisen turvallisenä ja luottamuksellisenä, eli turvallisuuden syntyyn vaikuttavat paljon paikalla olijat, tila ym. Suljettuna ryhmänä foorumin jäsenet voisivat oppia tuntemaan toisiaan paremmin, joka voisi osaltaan vahvistaa luottamuksen syntyä ja sen pysyvyyttä ryhmässä. (Haarakangas 2011, 148.)

Toive vertaisuudesta oli kaikilla haastateltavilla vahva. Vertaisuus edellyttää kuitenkin vanhempien löytämistä ja tavoittamista sekä heidän saapumistaan ryhmään. Tähän olisi selvästi jatkossa panostettava vahvemmin ja kokonaisvaltaisemmin.

Foorumin kehittämisen näkökulmasta voidaan tarkastella myös niitä syitä, jotka ovat vaikuttaneet siihen, ettei vanhempi ole saanut tukea itselleen tai vanhempi ei ole avun piiriin hakeutunut. Jokainen haastateltava nosti esille, että oli ja/tai oli ollut aikaisemmin tilanteessa, jossa omat voimavarat ovat olleet koetuksella ja vanhempi olisi tarvinnut tukea itselleen. Jokainen kuvaili tunnistavansa omien voimavarojen ehtymisen ja avun tarpeen, mutta kuvailivat erilaisia esteitä avun hakemiselle tai avun piiriin menemiselle. Väsymys, uupumus ja voimavarojen loppuminen ovat vaikuttaneet vanhempien kykyyn toimia siten, kuin he olisivat halunneet toimia. Aiemmin tietoperustassa nostin esille, että tunne epäpätevyydestä uhkaa yksilön toimintavapauden ja kontrollin tunnetta heikentäen ihmisen kykyä toimia (Ryan & Deci 2017, 95). Tällöin myös itselle hyödylliseksi ja sisäisesti motivoiva tuen piiriin hakeutuminen voi jäädä pois. Muita vanhempien luettelemia syitä oli osittain tietämättömyys tarjolla olevasta tuesta ja siitä, mistä apua voisi hakea. Toisaalta taustalla saattoi olla aiempia negatiivisia kokemuksia palveluista tai voimattomuuden tunne avun hakemiseen. Yksinäisyys ja yksinhuoltajuus oli haastanut myös mahdollisuuksia osallistua vanhemman jaksamista tukeviin toimintoihin. Toisaalta vanhempi oli saattanut hakea apua ja osallistua tukimuotoihin, mutta kokenut jäävänsä täysi-ikäisen nuoren vanhempana ulkopuoliseksi muiden ollessa pienten lasten vanhempia. Itsemääräämisteorian mukaan ihminen tavoittelee sosiaalisen liittymisen tunnetta ja välttelee torjutuksi tuleamista (Ryan & Deci 2017, 96). Ryhmään lähteminen ei välttämättä ole helppoa, kun ei tiedä mitä on odotettavissa ja siinä altistaa itsensä vieraiden ihmisten kohtaamiseen.

”Siellähän mä kävin, kun siellä oli tällane ADHD-lasten ja nuorten vanhempien vertaisryhmä -- Mut sit kun (lapsen nimi) alkoi olla ...oisko hän ollut lukiossa... ni sit siin alkoi olla, et ne kaikki muut oli aika pienten lasten vanhempia... ne

aiheet alkoi olla pienten lasten ja pienten koululaisten ehdoilla - et sit mä jän sieltä pois.”

Vanhempi oli saattanut yrittää saada apua, mutta ei ollut sitä saanut tai tarjottu apu ei ollut vastannut tarpeeseen. Esteenä avun vastaanottamiseen oli joidenkin kohdalla myös negatiiviset kokemukset kohtaamisesta tai sivuutetuksi tulemisen tunne.

”Hän (sosiaalipalveluiden edustaja) meinas, mun mielest jotenkin vaan -- ei hän kokenu niinku puhelimes ollenkaa, et hän mittää aikaa pystyy mulle antamaa -et ei pysty aikaa niinku omaisena, et jos sul ei ittellä niinku mittää ihmeellist ja et aikuinen kyseessä eikä lapsi. Ni, et voidaan varata pojalle aika ja mä voin tulla hänen kans vaik yhdessä, ko hänestä on niinku murhe. --Poika voi varata itselle aikaa, et mä en voi hänel sitä aikaa varata. Vaan poika voi varata itselle ajan, johon mä voin tulla mukaan. Mut ei mulle yksin, ku pojan ongelmist on kyse.”

”Mut se kohtaamattomuus mä koen, et oli todella kauhee ongelma -- Et tärkeätä ois just se kohtaaminen, et ollaan kuitenkin samalla viivalla (viittaus koskeen ammattilaisilta saatuun tukeen).”

Toiminnasta tiedottaminen yleisesti sekä kohdennetusti eri toimijoille on tärkeää, jotta vanhemmat löytäisivät avun piiriin itse tai ohjautusivat mukaan toimintaan eri toimijoiden kautta. Mainostaminen laajasti eri lähteissä on myös tärkeää vanhempien tavoittamiseksi. Vanhempien ideoina mainontaan ja sitä kautta vanhempien löytämiseen oli kirjoitus tai mainos seurakunnan Lilja -nimisessä ilmaislehdessä tai muut lehtiartikkelit jo käytettyjen menetelmien lisäksi. Foorumin kehittämisen osalta olisi siis tärkeää kehittää juuri näille vanhemmille suunnattu tukimuoto. Tukimuoto, johon osallistuminen on joustavaa elämäntilanteen mukaan. Palvelussa olisi mahdollisuus vertaisuuteen ja ammatilliseen tukeen. Tärkeää toiminnassa on tasa-arvoinen ja hyväksyvä kohtaaminen. Vanhempien vapaan palautteen mukaan osallistujille jäi osallistumisesta hyvä mieli, ja ohjaajat sekä tarjoilut saivat positiivista palautetta. Vanhemmat ilmaisivat kiitosta tilaisuudesta ja sen annista heille.

5 Johtopäätökset ja pohdinta

Vanhempien foorumiin osallistui vanhempia odotettua vähemmän. Vähäisestä osallistujamäärästä huolimatta foorumi saavutti sille asetettuja tavoitteita. Foorumiin osallistuneet vanhemmat kokivat hyötyneensä foorumiin osallistumisesta. Luottamuksellisuuden ja turvallisen ilmapiirin merkitys nousi esille myös opinnäytetyön tietoperustassa, jossa nämä tekijät nostettiin esille vapauttavina tekijöinä oman tarinan ja kokemusten jaksamiseen sekä toisten kuulemiseen, tunteiden ilmaisuun ja niiden käsittelyyn sekä uusien selviytymiskeinojen

löytämiseen (Vilen, ym. 2011, 277; Saarinen & Mikkonen 2018, 21). Turvallisuus ja avoimuus toimivat dialogisuuden syntymisen ja toteutumisen ehtona eikä vanhempien foorumissa olisi välttämättä syntynyt dialogisuutta ilman turvallisuuden kokemusta (Haarakangas 2011, 147). Vanhempien kokemukset foorumiin osallistumisesta olivat positiivisia ja uuteen osallistumiseen kannustavia. Turvallisuuden ja luottamuksellisuuden merkitys oli vanhemmille selvästi suuri ja vahvasti vanhempien sosiaalisen liittymisen tunnetta ryhmässä ja mahdollisti omien tunteiden jakamisen turvallisesti. Haarakangas (2011, 148) muistuttaa, että avoimessa dialogissa kaikkien osapuolten mielipiteillä tulee olla yhtäläinen painoarvo, joka toteutui myös vanhempien kokemana foorumissa.

Haastatteluissa nousi esille, että kokemukset vanhempien foorumin hyödyistä vaihtelivat yksilöllisesti. Yhtenä tarkastelun kohteena oli se, kokivatko vanhemmat foorumiin osallistumisen voimaannuttavana kokemuksena. Voimaantumisen kognitiivisen mallin mukaan henkilökohtaisen voimaantumisen arvioimisen perustana voidaan pitää neljää tekijää, joita ovat yksilön kyvykkyyden/pätevyyden, pätevyuden ja merkityksellisyyden tunne sekä vaikuttamismahdollisuudet. Näin ollen vanhempien vastausten psykologisiin perustarpeisiin vastaamisen kautta heijastelee myös voimaantumisen tunteen saavuttamiseen. Toisaalta havahtuminen ja tietoiseksi tuleminen osaltaan mahdollistavat voimaantumisen tunteen saavuttamista ja tunnetta siitä, että ihminen hallitsee elämäänsä itse eli omistaa toimijuuden omissa toiminnoissaan. Voimaantuminen ei synny kuin itsestään vaan se muodostuu tietoisien ajattelun ja valintojen kautta. (Räsänen 2006, 74, 79, 92.) Foorumin ja haastattelujen kautta aiheen pohdintaa ja sen merkitystä herätettiin vanhempien mieleen. Kokonaisuutta tarkasteltaessa on muistettava, että niin voimaantumisen tunne kuin psykologisten perustarpeidenkin merkitys lähtee ihmisestä itsestään. (Ryan & Deci 2017, 95.)

Merkityksellistä on se, että jokainen vanhempi koki tarvitsevansa tukea, mahdollisuuden vertaisuuteen ja kuulluksi tulemiseen sekä tietoa nuoren ja oman hyvinvoinnin tukemiseen. Tämä tukee foorumin tai sitä vastaavan tuen tarpeen olemassaolon.

5.1 Prosessin ja kehittämistyön arviointi

Opinnäytetyön prosessin käynnistymistä hidasti alussa se, että tutkimustietoa täysi-ikäisten syrjäytyneiden tai syrjäytymisvaarassa olevien nuorten tilanteen vaikutuksista heidän vanhempiensa hyvinvointiin ei ole tehty tai itse en oppilaitoksesta saadun tuen turvin tietoa onnistunut löytämään. Lapsen tilanteen vaikutuksia vanhempien hyvinvointiin tai lasten vanhempien jaksamista on tutkittu, mutta tutkimukset keskittyvät alaikäisten lasten vanhempiin. Tämä tieto toisaalta vahvasti omaa haluani selvittää ja todentaa tämän opinnäytetyön kautta koulutuksen ja työelämän ulkopuolella olevien nuorten vanhempien tuen tarvetta. Foorumin prosessi eteni tiedon haun ja teoreettisen tietoperustan luomisen jälkeen kuitenkin alkuperäisen suunnitelman aikataulussa (liite 9).

Täysi-ikäisten, työn ja opiskelun ulkopuolella nuorten vanhempien tuen tarve ja idea vanhempien foorumin perustamiseen nousi alun perin esille Vamokselle yhteyttä ottaneiden vanhempien avun pyynnöistä ja heidän ilmaisemasta tuen tarpeesta. Foorumin tarpeellisuus nousi esille myös tämän opinnäytetyön vanhempien haastatteluissa. Täysi-ikäisten, työn ja opiskelun ulkopuolella nuorten vanhempien tuen tarpeen tunnistivat myös foorumissa mukana olleet ammattilaistahot.

Ilmenneestä tarpeesta huolimatta foorumi ei kuitenkaan onnistunut tavoittamaan vanhempia parhaalla mahdollisella tavalla. Ennakkoon yhteyttä ottaneilla vanhemmilla kynnys ryhmään osallistumiseen oli korkea. Mainonnan kautta yhteydenottoja tuli kolme ja kaikille näille lähetettiin foorumin mainokset. Näistä yhteydenottajista yksi osallistui lopulta foorumiin.

Foorumiin osallistuneiden yhteistyötahojen eli Varsinais-Suomen mielenterveysomaiset -FinFami ry:n, Turun Ohjaamon ja Linkkitoiminnan mukaan lähteminen tuki aikataulun mukaan etenemistä. Vallitseva koronatilanne oli asia, jota jouduimme prosessin aikana seuraamaan tiiviisti. Toteutuksen kannalta oli hyvä, että koronarajoitukset sallivat foorumin toteutuksen kuitenkin kasvokkain ja ilman maskeja toteutuvina tapaamisina. Tämä mahdollisti myös kahvitarjoilun, joka sai paljon hyvää palautetta vanhemmilta.

Foorumin mainontaa olisi ollut hyvä toteuttaa laajemmin ja pyrkiä saamaan lehtikirjoituksia aiheesta enemmän. Lehtikirjoitukset tai esimerkiksi mielipide kirjoitus olisi ollut hyvä huomion herättelijä vanhemmille. Vanhempien esille nostama idea myös seurakunnan ilmaislehdessä olevasta mainoksesta ja/tai lehtijutusta oli hyvä. Mainonta olisi ollut hyvä aloittaa myös aiemmin, jotta vanhempien kannattelu ja motivointi ryhmään osallistumiseksi olisi ollut mahdollista.

Tulevaa kehittämistä ajatellen olisi tärkeää löytää keinot, joilla yhteistyö- ja muita palvelutahoja voitaisiin lisätä ja heidät pystyttäisiin sitouttamaan vanhempien foorumin mainontaan vanhemmille. Tärkeää olisi, että vanhempia kohtaavat ammattilaiset kannustaisivat ja jopa kannattelisivat vanhempia osallistumiseen. Yhteydenotto foorumin ohjaajiin yhdessä vanhempien kanssa olisi yksi hyvä keino. Tulostettu mainos käteen annettuna, sähköisesti toimitettuna tai ilmoitustaululta luettuna ei yksinään riitä toimimaan kaikille kannustimena osallistumisessa.

Työtä olisi jatkossa tehtävä myös täysi-ikäisten, koulutuksen ja työelämän ulkopuolella olevien vanhempien tuen tarpeen esille nostamisessa. Ilman tämän tietoisuuden vahvistamista toiminnan markkinoimisen ja asiakkaiden kannustaminen ryhmään osallistumiseen ei saa täyttä voimaa alleen.

Foorumin perustamisessa oli hienoa se, miten rohkeasti ja avoimin mielin yhteistyötahot tulivat mukaan uuden toiminnan kokeiluun. Tämä edellytti yhteistyötahoilta uskallusta osallistua

toimintaa yhteistoimintana toisten toimijoiden kanssa ja asiakasryhmälle, jonka tavoittamisesta ei ollut varmuutta. Foorumiin valikoituneet ja opinnäytetyön tietoperustaan pohjautuvat teemat löytyivät hienosti yhteisessä ymmärryksessä foorumiin osallistuvien yhteistyötahojen kanssa. Linkki-toiminnan edustaja joutui perumaan osallistumisensa viime hetkellä, joka oli osittain vanhemmille pettymys. Tapaamisen jälkeen vanhemmat kuitenkin olivat tyytyväisiä tapaamiseen alku pettymyksen väistyttyä.

Foorumin tapaamisissa oli paikalla Vamoksen työntekijöitä aina kaksi. Kaksi ohjaajaa foorumin toteutuksessa oli toiminnan toteutuksen kannalta hyvä käytännön asioiden järjestämisen sekä yksilöllisen keskustelumahdollisuuden varmistamiseksi foorumin jälkeen ja foorumin aikana. Vierailevien ammattilaisten osallistuessa oli ohjaajia paikalla yhteensä kolme, joka oli liikaa vähäiseen osallistujamäärään suhteutettuna. Isomman osallistujamäärän kohdalla kolme ammattilaista olisi saattanut toimia. Toisaalta vierailijoiden kerroille olisi Vamokselta riittänyt yksi ohjaaja.

Foorumiin valikoituvat teema-alueet vastasivat haastattelujen ja palautekyselyjen mukaan vanhempien tarpeeseen. Foorumin tavoite vertaistuellisen ja ammatillisen tuen tarjoamisesta toteutui vain pieneltä osin vähäisen osallistujamäärän vuoksi. Toisaalta toteutuksessa nousi esille, että yhden osallistumiskerran anti voi olla vanhemman autonomian, pätevyyden tai sosiaalisen liittymisen tarvetta ja tätä kautta vanhemman kokonaisvaltaista hyvinvointia ainakin hetkellisesti vahvistavaa.

Foorumiin osallistuminen vastasi vanhempien esille nostamien hyötyjen valossa myös pätevyyden tarpeeseen, mutta mielestäni haastattelut täydensivät foorumissa saatua tukea merkittävästi. Opinnäytetyön tekijänä ja VamosSampo-hankkeen työntekijänä tämä vahvisti kokemusta siitä, että vertaistuen rinnalla olisi tärkeä tarjota myös yksilöllisen tuen mahdollisuutta vanhemmille.

Autonomian tunteeseen liittyen vanhemmat kokivat foorumin vapaaehtoisen osallistumisen ja valinnan mahdollisuuden itselle tärkeisiin kertoihin hyvänä. Vanhemmat kokivat tärkeänä myös kokonaisuuteen vaikuttamisen mahdollisuuden. Ryhmään osallistuvien vanhempien tarpeista nousevat teemat koettiin parhaana tapana toteuttaa foorumi. Vanhemmat kertoivat kokeneensa hyvänä sen, ettei ennalta sovittu teema rajannut oikeutta ottaa puheeksi myös muita aiheita tapaamisissa.

Foorumin toteutuksen jälkeen alkoivat haastattelut suunnitellun aikataulun mukaisesti. Tätä seurasi aineiston käsittely ja analysointi sekä opinnäytetyön raportin kirjoittaminen. Kirjoittamisvaihe venyi alkuperäisestä suunnitelmasta neljä kuukautta myöhäisemmäksi. Kaikki raportin kirjoittamiseen tarvittava materiaali oli kuitenkin litteroitu ja koostettu valmiiksi kirjoittamista varten. Huolellisesti täytetty tutkimuspäiväkirja sekä havainnointipäiväkirjan

muistiinpanot tukivat kirjoittamista kattavasti ja tukivat tulosten luotettavuutta tiedon todentajana.

Tiedonkeruu menetelmistä jätin pois kenttämuistiinpanot, joita vähäisen osallistujia määrän vuoksi en tehnyt foorumin tapaamisten aikana. Perusteluina kenttämuistiinpanojen hylkäämiselle oli, että näin säilytimme osallistujan yksityisyyden suojan ja samalla pystyttiin säilyttämään tilanteen sensitiivisyys. Palautelomake oli vanhempien kokemusten mukaan helppo täyttää. Kaikki vanhemmat toivoivat, että voivat vastata lomakkeeseen omalla ajalla ja rauhassa, joten he saivat linkin foorumin tapaamisen päätteeksi, mutta täyttivät vastauksen kotona vasta. Alkuperäinen suunnitelma oli täyttää vastaukset tapaamisen lopussa Vamoksella. Toteutunut, vanhempien toivoma tapa osoittautui toimivaksi ja oletan sen myös lisänneen vastauksiin käytettyä aikaa ja näin myös vastausten laajuutta.

Toimintatutkimus oli mielestäni toimiva lähestymistapa uuden toiminnan suunnitteluun ja kehittämiseen liittyvään opinnäytetyöhöni. Toimintatutkimuksena toteutus salli myös oman osallistumiseni aktiivisesti foorumin toteutukseen, joka oli edellytyksenä foorumin ollessa myös vastuu työtehtävänä Vamoksella. Toimintatutkimus on laadullinen tutkimusmenetelmä ja toimintatutkimuksena toteutettu opinnäytetyö mahdollisti myös useamman eri tutkimusmenetelmän käytön tiedonkeräämisessä (Hirsjärvi 2009, 162, Kananen 2014, 27, 29). Toimintatutkimuksessa tavoitteena on saavuttaa käytännön hyötyä, tuottaa tietoa käytännön toiminnan kehittämiseksi ja saada aikaan muutos tutkittavassa kohteessa (Heikkinen 2010, 16-17, 19; Kananen 2014, 11-12). Tämän toimintatutkimuksena toteutetun opinnäytetyön tuloksena syntyi koulutuksen ja työelämän ulkopuolella olevien täysi-ikäisten nuorten vanhemmille kohdennettu vertaistuellinen ryhmä, joka toteutettiin useamman toimijan yhteistyönä. Tuloksena oli konkreettisenä tämä foorumi ja siitä syntynyt tapaamisten teemarunko myös jatkoa varten, jos joku taho innostui toistamaan foorumin tällaisena tai osittain samanlaisena.

Vähäinen osallistujia määrä yllätti itseni, sillä alkuperäisiä yhteydenottoja oli enemmän ja mainontaa toteutettiin kuitenkin aikataulu huomioiden melko laajasti. Vähäisen osallistujamäärän vuoksi haastattelut nousivat merkittäviksi tiedon lähteiksi. Teemahaastattelu oli aihepiiri huomioiden sopiva menetelmä, mutta apukysymyksen ja ennalta suunniteltu runko oli ehdottoman tärkeä, jotta pystyin varmistamaan opinnäytetyön kannalta merkittävien ja keskeisten asioiden läpikäymisen. Haastattelujen ollessa vahvasti myös palveluohjauksellisia, jouduin litteroinnissa tekemään rajauksia jättääkseni nuoren henkilökohtaista tilannetta kuvaavia osioita pois. Nämä rajattiin pois tutkimussuunnitelmaan perustuen ja tutkimusongelmiin liittymättöminä asioina vastaajien anonymiteettiä ja nuorten yksilöllisyyden kunnioittamiseksi.

Vähäisestä foorumin osallistujamäärästä huolimatta onnistuttiin mielestäni haastattelujen kautta nostamaan esille täysi-ikäisten nuorten haastavan tilanteen heijastuvan myös

vanhempiin ja vaikuttavan vanhemman hyvinvointiin. Tätä tietoa tarvittaisiin lisää ja tämä asiakasryhmä ja sen tarpeet tulisi tunnistaa palveluissa paremmin. Foorumin toteuttaminen oli antoisaa, kun sai nähdä ja kuulla mitä se tarjosi vanhemmille.

Vanhempien foorumi toteutettiin avoimena ryhmänä, joka lisäsi muuttuvien tekijöiden, kuten vaihtuvien osallistujien määrää ryhmässä. Ryhmä on aina osallistujiensa summa ja sen toiminta muodostuu osallistujien mukaan. Ohjaaja voi osaltaan tukea ryhmän dialogisuutta tukeamalla vastavuoroisuutta ja tasavertaista mahdollisuutta kuuluuksi tulemiseen esimerkiksi puheenvuorojen jamisella. (Haarakangas 2011, 148-149.) Ammatillisen ohjaajan toiminta ryhmässä voi vaikuttaa osaltaan ryhmän sisäiseen toimintaan, mutta ryhmän kokonaisuuteen vaikuttavat kaikkien osallistujien toiminta. Foorumin järjestäjänä on tärkeää siis pohtia sitä, tulisiko foorumi toteuttaa jatkossa avoimena vai suljettuna ryhmänä.

5.2 Opinnäytetyön eettisyys

Opinnäytetyö prosessin alussa selvitin oman esteellisyyteni ja sen, että voin toimia tutkijan roolissa tämän opinnäytetyön toteutuksessa sekä vanhempien foorumiin osallistumisessa. En ollut esteellinen, sillä toiminnan luonne ja oma asemani toiminnassa (vanhempien foorumin vastuuohjaaja) ei asetanut minua sellaiseen asemaan suhteessa osallistujiin, joka vaarantaisi puolueettomuuteni. (Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset 2020, 16.)

Perehdyin tutkittavaan aiheeseen kattavasti syventäen perehtymistä prosessin edetessä. Taustatietona hyödynnettyjen materiaalien lähdemerkinnöissä olen noudattanut Laurean kirjallista ohjeistusta kirjaamalla viittaukset ja lähdemerkinnät opinnäytetyön raportissa hyvän tutkimustavan mukaisesti (alkuperä, tekijät, vuosi, lähteet) (Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset 2020, 12).

Opinnäytetyöprosessissa noudatin hyvän tieteellisen käytännön periaatteita, jotka on määritelty tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjeessa (Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukausepäilyjen käsitteleminen Suomessa, 2012). Ohjeisiin perustuen toimin opinnäytetyön tekijänä rehellisesti, yleistä huolellisuutta ja tarkkuutta noudattaen opinnäytetyö prosessissa, tulosten tallentamisessa ja esittämisessä sekä kehittämisprosessin ja sen tulosten arvioinnissa. Opinnäytetyön prosessissa olen soveltanut tieteellisen tutkimuksen kriteerien mukaisia ja eettisesti kestäviä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä. Tutkimusprosessi, aineisto sekä valmiin raportin osalta noudatin avoimuutta ja vastuullista tiedeviestintää tuloksia julkaistaessa. Muiden tutkijoiden tietoihin perustuvissa kirjauksissa käytin aina asianmukaisia viittauksia heidän teksteihinsä. Opinnäytetyön kirjallisessa raportissa noudatin hyviä ja eettisiä tutkimuksellisia sääntöjä ja ohjeita. Ennen vanhempien foorumin käynnistymistä hain tutkimuslupaa Helsingin Diakonissalaitokselta, jonka toimintaa Vanhempien foorumi liittyi.

Opinnäytetyölle oli nimettyä myös työyhteisöstä työelämän ohjaaja. (Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa, 2012.)

Tutkimuseettinen neuvottelukunta (2021) on määritellyt, että tutkimukseen osallistuvilla on myös ”oikeus saada tietoa tutkimuksen sisällöstä, henkilötietojen käsittelystä ja tutkimuksen käytännön toteutuksesta kuten siitä, mitä tutkimukseen osallistuminen konkreettisesti tarkoittaa ja millaiseksi kerättävän tutkimusaineiston käsittelyn ja säilyttämisen elinkaari on suunniteltu”. Tätä ohjeistusta noudatettiin jakamalla jokaiselle foorumiin osallistuneelle Tiedote tutkimuksesta -lomake, joka myös käytiin keskustellen läpi foorumin tapaamiskertojen alussa uusien osallistujien kanssa. Lomakkeessa ja keskustelussa esiteltiin opinnäytetyön tavoite, sisältö ja siihen liittyvä tutkimuksellinen osuus. Opinnäytetyön tavoitteet sekä sen mahdolliset hyödyt kerrottiin vanhemmille realistisesti. (Ihmistieteiden eettisen ennakkoarvioinnin ohje, 2021.)

Vanhemmille korostettiin, että foorumiin ja tutkimukseen osallistuminen oli täysin vapaaehtoista eikä tutkimukseen osallistumisesta kieltäytyminen vaikuttaisi kenenkään osallistumismahdollisuuksiin vanhempien foorumin toimintaan. Velvoitetta osallistumisen jatkamiseen ei ollut yhden tapaamiskerran jälkeen vaan vanhemmat saivat päättää mille tapaamiskerroille haluavat osallistua. Näin ollen myös osallistuminen tutkimukseen oli vanhemmille täysin vapaaehtoista ja tavoitteena oli varmistaa vanhempien ymmärrys sille, ettei pakotetta tutkimukseen tai toimintaan osallistumiseen tai tutkimuksen materiaalin tuottamiseen liittyen ollut. Samalla osallistujille kerrottiin, että osallistujien anonymiteetti turvataan eikä yksittäisen osallistujan vastauksia tai mielipiteitä voitaisi tunnistaa valmiissa opinnäytetyössä. Jokaiselle informoitiin, että heillä oli oikeus keskeyttää foorumiin ja tutkimukseen osallistumisen koska tahansa syytä ilmoittamatta. Tiedote tutkimuksesta sisälsi myös tiedot tutkimusmenetelmistä, toimenpiteistä sekä aikataulusta, tutkimuksen toteuttajasta ja tutkimuksen päättämisestä. Muita tiedotteessa olevia tietoja olivat tieto tutkimustuloksista tiedottamisesta, opinnäytetyöntekijän yhteystiedot sekä tieto siitä, ettei tutkimukseen osallistumisesta makseta korvauksia ja ettei osallistuminen on maksutonta. Samat tiedot käytiin keskustellen läpi foorumin tapaamiskerran alussa uusien osallistujien kanssa. Jokainen osallistuja sai itselleen oman tiedote tutkimuksesta -lomakkeen.

Tämän jälkeen osallistujille, jotka olivat valmiit antamaan suostumuksen tutkimukseen osallistumiseen, saivat allekirjoitettavakseen suostumuslomakkeen tutkimukseen osallistumisesta. Tälle lomakkeelle oli kirjattu lyhyesti tutkimuksen tarkoitus ja toteutustapa, tietoa kerättävästä tiedosta ja vapaaehtoisesta haastattelumahdollisuudesta. Lomakkeen allekirjoittamalla vanhempi antoi suostumuksensa opinnäytetyö prosessiin osallistumisesta ja kerättävän tiedon hyödyntämiseen opinnäytetyön tarkoituksen mukaisesti. Lomakkeessa oli mahdollisuus ilmaista halukkuutensa osallistua erilliseen yksilöhaastatteluun. Haastatteluun osallistuvilta lomakkeeseen pyydettiin puhelinnumero haastatteluajan ja -tavan sopimiseksi. Yhteystietoja ei

käsitelty eikä liitetty missään kohdin foorumissa tai haastatteluissa kerättäviin tietoihin liit-
tyen. Allekirjoitetut suostumuslomakkeet säilytettiin Vamoksen lukitussa toimistotilassa, lu-
kollisessa kaapissa. Kaksi vanhempaa toivoi haastattelun toteuttamista Teams- sovelluksen
kautta, jonka vuoksi Teams-kokouskutsuun kirjattiin vanhemman sähköpostiosoite. Haastatte-
lun toteuttamisen jälkeen kalenterikutsut sähköpostiosoitteineen poistettiin sähköisestä ka-
lenterista. Muita yhteystietoja vanhempien foorumiin osallistujilta ei opinnäytetyön prosessin
aikana kerätty.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta (2021) on määritellyt myös sen, milloin tutkijan tulee pyy-
tää ihmistieteiden eettiseltä toimikunnalta eettinen ennakoarviointilausunto. Määritelmän
mukaan ennakkolausunto tulee pyytää, jos tutkimukseen osallistumisessa poiketaan tietoon
perustuvan suostumuksen periaatteesta tai puututaan tutkittavien fyysiseen koskemattomuu-
teen. Arviointi tulee pyytää myös silloin, jos tutkimus kohdistuu ilman huoltajan erillistä suos-
tumusta tai informointia alle 15-vuotiaisiin tai tutkimuksessa tutkittaville esitetään poikkeuk-
sellisen voimakkaita ärsykeitä sekä silloin, kun tutkimuksessa on riski aiheuttaa tutkittaville
tai heidän läheisilleen normaalin arkielämän rajat ylittävää henkistä haittaa tai tutkimuksen
toteuttaminen voi merkitä turvallisuushkaa tutkittaville tai tutkijalle tai heidän läheisilleen.
(Ihmistieteiden eettisen ennakoarvioinnin ohje, 2021.) Näiden kriteerien perusteella ei tä-
män opinnäytetyön osalta ollut tarvetta ennakoarvioinnille.

Havainnointi tai tutkimuspäiväkirjan muistiinpanoihin ei kirjattu mitään tunnistettavia tietoa
osallistujista tai heidän esille nostamista tarinoista tai henkilökohtaloista. Havainnoissa ja
päiväkirjamerkinnöissä kirjattiin ylös vain vanhempien toiveita ja tuen tarpeita sitomatta
niitä missään muodossa vanhemman tai hänen lapsensa tarinaan. Aineistoon kirjattiin myös
vanhempien esille nostamia löytämisen ja tavoittamisen tapoja irrallaan henkilötarinoista. Pa-
lautekyselyyn vanhemmat vastasivat nimettöminä ja kyselyssä ei kysytty henkilötietoja osal-
listujilta. Foorumi toteutui neljä kertaa siten, että paikalla oli vain yksi vanhempi. Tällöin
vanhemmalle kerrottiin, että vastaaminen kyselyyn täysin anonyymina on mahdotonta koska
ohjaajana tiesin kuka kyselyyn vastannut vanhempi olisi. Vastausten purkaminen opinnäyte-
työhön kuitenkin toteutuisi siten, että vanhempaa ei voi tunnistaa opinnäytetyön raportista.
Vanhemmalle lähetettiin kysely, jokaisen kerran jälkeen korostaen vapaaehtoisuutta vastaa-
miseen.

Palautekysely toteutettiin Google Forms -kyselynä siten, että osallistujille lähetettiin vastaus-
linkki kyselyyn heidän antamaan puhelinnumeroon. Kyseistä numeroa ei tallennettu ja lähetyt
viestit poistettiin lähettäjän puhelimesta heti linkin lähettämisen jälkeen. Kysely tulostettiin
myös paperiversiona niille, joilla ei ole käytettävissä älypuhelin. Tarvetta paperikyselyiden
käyttöön ei kuitenkaan ollut. Opinnäytetyön kirjallisen raportti kirjoitettiin kaikkien tutki-
mukseen osallistuneiden yksityisyyttä suojellen. Ketään osallistujista ei voi tunnistaa raportin
perusteella.

Tutkimukselle haettiin tutkimuslupaa opinnäytetyön tekijän työnantajalta eli vanhempien foorumin sekä VamosSampo -hankkeen taustaorganisaatiolta, Helsingin Diakonissalaitokselta.

Opinnäytetyön prosessin aikana noudatin Tutkimus eettisen neuvottelukunnan esittelemiä, kaikilla tieteenaloilla tutkijaa ohjaavia yleisiä eettisiä periaatteita, eli kunnioitin tutkittavien henkilöiden ihmisarvoa ja itsemääräämisoikeutta ja kunnioitin aineellista ja aineetonta kulttuuriperintöä sekä luonnon monimuotoisuutta sekä sitouduin toteuttamaan tutkimuksen siten, ettei siitä aiheudu tutkittavina oleville ihmisille, yhteisölle tai muille tutkimuskohteille merkittäviä riskejä, vahinkoja tai haittoja (Ihmistieteiden eettisen ennakkoarvioinnin ohje, 2021).

Vanhempien foorumiin osallistuville kerrottiin heidän osallistuessaan toimintaan, että havainnoinnin ja kenttämuistiinpanojen kohteena eivät ole ihmisten tarinat ja elämäkokemukset vaan toiminnan aikana ylös kirjataan ainoastaan asiat, jotka liittyvät vanhempien tuen tarpeeseen, keinoihin tukea ja löytää vanhempia sekä syrjäytyneitä nuoria jatkossa paremmin sekä vanhempien kokemuksia foorumin toimintaan ja sen teemoihin liittyen. Vanhemmilla oli myös oikeus kieltäytyä heidän esille nostamien ajatusten muistiin kirjaamisen toiminnan aikana. Näin varmistettiin, että vanhempi sai käyttää oikeuttaan osallistua toimintaan vapaaehtoisesti, mutta myös kieltäytyä osallistumisesta tutkimukseen (Ihmistieteiden eettisen ennakkoarvioinnin ohje, 2021). Vähäisen osallistujia määrän vuoksi luovuin kenttämuistiinpanojen keräämisestä foorumin aikana ja tein foorumin jälkeen vain havaintopäiväkirja merkinnät ennalta sovitusta asioista havainnointipäiväkirja lomakkeen mukaisesti. Jokaiselle vanhemmalle kerrottiin, jokaisella vanhemmalla on oikeus nähdä havainnointipäiväkirjan muistiinpanot halutessaan.

Aineiston säilytys toteutettiin tallentamalla aineisto omalle tietokoneelleni, jota vain minä käytin ja joka oli lukittu salasanalla. Opinnäytetyöhön liittyvät tiedostot tallennettiin kansioon, joka oli lukittu salasanalla. Teams-haastattelun tallenteet säilyivät tallenteena salasanalla lukitussa tiedostokansiossa, salasanalla lukitussa tietokoneessa vuorokauden ajan litterointiin asti. Kasvokkain tapahtuneet haastattelut nauhoitettiin puhelimen muistiin, josta ne haastattelun jälkeen siirrettiin äänitiedostona salasanalla lukittuun kansioon, salasanalla lukittuun tietokoneeseen. Äänitallenteet säilytettiin myös litterointiin asti, jonka jälkeen myös nämä tallenteet tuhottiin. Tiedostot eivät sisältäneet henkilötietoja muita tunnistetietoja prosessiin osallistuneista vanhemmista haastattelujen purkamisen jälkeen. Myös havaintomuistiinpanot sekä tutkimuspäiväkirja olivat sähköisessä muodossa tietokoneella, salasanoilla turvattuna.

5.3 Opinnäytetyön luotettavuus

Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta voidaan tarkastella eri tavoin. Perinteisesti luotettavuutta on käsitelty tutkimuksen validiteetin ja reliabiliteetin kautta. Näiden käyttöä on kuitenkin kritisoitu, sillä ne vastaavat vahvemmin määrällisen tutkimuksen luotettavuuden

käsittelyyn. Tuomi ja Sarajärvi (2018, 162) ovat koonneet yhteen eri lähteistä laadullisen tutkimuksen kriteerejä, joita ovat uskottavuus, vastaavuus, siirrettävyys, luotettavuus, varmuus, riippuvuus, vakiintuneisuus sekä tutkimustilanteen arviointi.

Vilkan (2015, 224) mukaan laadullisen tutkimuksen luotettavuus tarkoittaa sitä, että tutkimuksen tutkimuskohde ja tulkittu materiaali ovat yhteensopivia keskenään, eivätkä teoriamuodostukseen ole vaikuttaneet satunnaiset tai epäolennaiset asiat. Tämä liittyy tutkimuksen uskottavuuteen. Uskottavuutta vahvistaa tutkimukseen osallistuneiden riittävä kuvaus ja arvio aineiston totuudenmukaisuuteen. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 162.) Olen tässä opinnäytetyössä kuvannut vanhempien foorumin kohderyhmän (syrjäytyneiden/syrjäytymisvaarassa olevien täysi-ikäisten nuorten vanhemmat). Keskeistä luotettavuuden kannalta on, ettei tutkija ole vääristänyt tulkinnallaan tutkittavien sanomaa (vastaavuus). Opinnäytetyön luotettavuutta arvioitaessa on otettava huomioon myös tutkimuksen koko toteutus (Tuomi & Sarajärvi 2018, 162; Vilka 2015, 196). Tutkija itse eli tutkijan rehellisyys, valinnat ja ratkaisut ovat merkittävä osa tutkimuksen luotettavuuden arviointia. Opinnäytetyön prosessissa olen edennyt rehellisesti ja kirjoittanut raporttia aineistoa vääristelemättä. Luotettavuuden vahvistamiseksi olen tässä opinnäytetyön raportissa kuvailut ja perustellut mahdollisimman tarkasti tutkimuksen toteutuksen eri vaiheet, aineiston keruun ja käsittelyn sekä prosessissa tehdyt valinnat ja ratkaisut mahdollisimman tarkkaan. Olen pyrkinyt tutkijana avaamaan tekemiäni ratkaisuja, niiden tarkoituksenmukaisuutta tavoitteiden kannalta. (Vilka 2015, 196-197.)

Opinnäytetyötä tehdessäni itseäni opinnäytetyön tekijänä huolestutti pieni haastateltavien määrä. Vilka (2015, 150) kuitenkin toteaa, että laadullisen tutkimuksen tutkimusaineistoa ei säätele määrä vaan aineiston laatu. Aineiston tulee tukea ilmiön ymmärtämisessä ja teoreettisen tulkinnan muodostamisessa eikä tutkimuksella haeta määrällisen tutkimuksen kaltaista yleistettävyyttä. Omassa opinnäytetyössäni oli tavoitteena aineiston pohjalta selittää ymmärrettävästi täysi-ikäisten syrjäytyneiden tai syrjäytymisvaarassa olevien nuorten tilanteen ja haasteiden vaikutuksia vanhemman hyvinvointiin ja tätä kautta myös vanhemman tuentarpeeseen. (Vilka 2015, 150.)

Luotettavuuden kohdalla puhutaan myös tutkimuksen käytännön toistettavuudesta sekä tutkimustekstin teoreettisesta toistettavuudesta. Laadullisen tutkimuksen toistaminen täysin samanlaisena ei käytännössä onnistu laadullisen tutkimuksen ainutkertaisuuden vuoksi. Toisen tutkijan tulisi kuitenkin löytää aineistosta muiden tulkintojensa ohella myös alkuperäisen tutkijan esittämä tulkinta. Lukijan on siis päädyttävä tutkimustekstissä tutkijan kanssa samaan tulokseen. Opinnäytetyön raportissa olen kuvannut tulkintojen taustalla olevaa aineistoa lisäämällä tekstin joukkoon myös suoria sitaatteja vanhempien haastatteluista. Näiden avulla lukija saa käsityksen siitä minkälaiseen aineistoon tulkintani on perustunut. (Kananen 2014, 111; Vilka 2015, 198.) Toistettavuuden rinnalla puhutaan myös tutkimuksen siirrettävyydestä, jolla tarkoitetaan tutkimuksen tulosten siirrettävyyttä toiseen kontekstiin.

Toimintatutkimus on aina oma ainutlaatuinen toteutusena. Tutkimusmenetelmien ja tutkimuksen toteutuksen siirrettävyyttä voidaan vahvistaa kuvaamalla tutkimuksen toteutus ja käytetyt menetelmät mahdollisimman hyvin. Uskon, että tämän opinnäytetyön tutkimusasetelman uusinta toisessa ympäristössä on mahdollista kirjallisen raportin pohjalta, lomakkeita ja haastattelurunkoa hyödyntäen. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 162.)

Laadullisessa tutkimuksessa tulee erottaa havaintojen luotettavuus ja puolueettomuus. Laadullisessa tutkimuksessa tutkijan toimiminen tutkimusasetelman luojana ja tulkitsija vaikuttaa kuitenkin väistämättä siihen, että tiedonantajan tieto suodattuu tutkijan oman kehyksen läpi koska tutkija on tutkimusasetelman luoja ja tiedon tulkitsija. Tärkeää on, että tutkija tunnistaa tämän ja on tietoinen asiasta tulkintoja tehdessään, jolloin tutkijan pystyy olemaan kriittinen myös tulkinnoilleen. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 160). Oma asemani opinnäytetyön tekijänä ja toiminnassa (vanhempien foorumin vastuuohjaaja) mukana olemisessa ei asetanut minua sellaiseen asemaan suhteessa osallistujiin, joka vaarantaisi puolueettomuuteni. (Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset 2020, 16.)

Tutkimuksen luotettavuutta vahvistaa se, että haasteltavat ovat todennetusti kohderyhmään kuuluneita vanhempia. Haastattelut toteutettiin yksilohaastatteluina, jolloin pystyttiin sulkemaan muiden ihmisten vaikutus haastateltavan vastauksiin. Toki haastattelijan läsnäolo ja kysymysten asettelu olivat vaikuttavina tekijöinä läsnä.

5.4 Jatkotutkimus ja kehittämisideat

Opinnäytetyön tekijänä sekä työn ja opiskelun ulkopuolella olevien nuorten aikuisten parissa työskennelleenä ammattilaisena näkemystäni myös heidän vanhempiensa tuen tarpeesta on edelleen olemassa. Tämä opinnäytetyö prosessi vahvisti näkemystäni siitä, että ryhmänä nämä vanhemmat jäävät kuitenkin vielä tarvitsemansa avun ja tuen ulkopuolelle. Vanhempi saattaa toimia täysi-ikäisen nuoren ainoana tukijana ja kannustajana tilanteessa, jossa nuoren arki on rajoittunut täysin kotiin. Uskon vahvasti, että tärkeää olisi vanhempien jaksamisen, toiveikkuuden ja tiedon vahvistaminen nuoren tukemiseksi. Mielestäni olisi tärkeää jatkossa tutkia lisää ja kattavammin täysi-ikäisten nuorten lähipiirin avun ja tuen tarpeita. He ovat linkki syrjäytyneeseen nuoreen. Mikäli nämä läheiset väsyvät, niin kuka auttaa nuorta?

Olisi tärkeää ja hyödyllistä saada tutkittua tietoa laajemmin siitä onko nuoren aikuisen syrjäytymisellä vaikutusta vanhemman hyvinvointiin ja jos on, niin minkälaisia vaikutuksia. Miten nuoresta aiheutuva huoli, oma neuvottomuuden tunne tai nuoren kyvyttömyys avun vastaanottamiseen vaikuttaa vanhempiin esimerkiksi työssä jaksamiseen, muuhun arjen hallintaan ja vanhemman kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Tutkitun tiedon kautta voisimme todentaa tuen tarvetta ja lisätä tietoisuutta palveluissa toimiville ammattilaisille vanhempien ohjaamiseen palveluiden piiriin.

Kehittämisideana olisi hyvä jatkokehittää ja mahdollisesti mallintaa täysi-ikäisten nuorten vanhemmille suunnattu palvelumuoto. Resurssit ja sisällön moninaisuuden vuoksi olisi jatkosakin hyvä toteuttaa foorumia eri toimijoiden yhteistyönä. Tämä vahvistaisi toimintatavan vakiintumista palveluiden tuottamisessa. Mukaan foorumiin olisi opinnäytetyöstä saadun tiedon perusteella ehdottomasti hyvä ottaa mukaan myös Kansaneläkelaitoksen ja neuropsykiatrista osaamista omaavia tahoja.

Kehittämisideana olisi jatkossa hyvä pohtia myös eri toimijoiden omia, tälle kohde ryhmälle suunnattavia palveluita yksilöllisen tai ryhmämuotoisen tuen muodossa tai kohdennettuina tapahtumina täysi-ikäisille nuorille, mutta myös heidän läheisilleen.

Nuoren syrjäytymisen taustalla syyt ovat moninaisia ja samalla tavalla myös vanhempien huolen aiheet ja tuen tarpeet. Olisi tärkeää jatkossa tarjota tukea nuorten aikuisten vanhemmille ilman, että palvelu on sidoksissa esimerkiksi nuoren päihde- tai mielenterveysongelmaan. Tämä olisi rajannut myös haastateltavia vanhempia pois vanhempien foorumista. Syrjäytymisen käsite voidaan myös kokea leimaavana ja koenkin, että foorumin mainonta koulutuksen ja työelämän ulkopuolella olevien nuorten vanhemmille olisi mielekkäämpi ja vanhempia osallistumisen kynnystä mahdollisesti madaltava määritelmä.

Opinnäytetyön prosessi oli määritelty alun perin yhden toimintatutkimuksen syklin pituiseksi. Prosessin jatkaminen saadun tiedon ja kehittämisideoiden pohjalta olisi nyt ollut mielekästä ja innostavaa. Opinnäytetyön valmistumisen aikana en enää työskennellyt Vamoksella, mutta opinnäytetyön tuottama tieto on täysin Vamoksen käytettävissä ennen työn julkaisua Theseus-tietokannassa ja myöhemmin se on myös muiden toimijoiden hyödynnettävissä Theseus-tietokannan kautta.

Lähteet

Painetut

Eskola, J. Lätti, J. & Vastamäki, J. 2018. Teema haastattelu: Lyhyt selviytymisopas. Teoksessa Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1 - metodin valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. ps kustannus 5. uudistettu painos. R.Valli (toim.) 27-51.

Haarakangas, K. 2011. Voimistava läsnäolo. Mielen tiet lapsuudesta vanhuuteen. Jyväskylä: PS-kustannus.

Heikkinen, H. L.T., 2010. Toimintatutkimuksen lähtökohdat. Teoksessa Heikkinen, H.L.T., Rovio, E & Syrjälä, L. (toim.) Toiminnasta tietoon. Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat. 3. painos. Vantaa: Hansaprint, 16-38.

Hirsjärvi, S. 2009. Kvalitatiivinen tutkimus. Teoksessa Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. Tutki ja kirjoita. 15. uudistettu painos. Helsinki: Kirjayhtymä Oy. 160-166.

Hirsjärvi, S. 2009. Tutkimustyyppit ja aineistonkeruun perusmenetelmät. Teoksessa Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. Tutki ja kirjoita. 15. uudistettu painos. Helsinki: Kirjayhtymä Oy. 191-220.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2011. Tutkimushaastattelu. Teema haastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.

Huovinen, T. & Roivio, E. 2010. Toimintatutkija kentällä. Teoksessa Heikkinen, H.L.T., Rovio, E & Syrjälä, L. (toim.) Toiminnasta tietoon. Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat. 3. painos. Vantaa: Hansaprint, 94-113.

Kananen, J. 2014. Toimintatutkimus kehittämisen muotona. Miten kirjoitan toimintatutkimuksen opinnäytetyönä? Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja - sarja. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Kuula, A. 1999. Toimintatutkimus. Kenttätöitä ja muutospyrkimyksiä. Tampere: Vastapaino.

Laine, T., Hyväri, S. & Vuokila-Oikonen, P. (toim.). 2010. Syrjäytymistä vastaan sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tammi.

Mikkonen, I. & Saarinen, A. 2018. Vertaistuki sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tietosanoma.

Metsämuuronen, J. 2008. Laadullisen tutkimuksen perusteet. Metodologia -sarja 4. 3. uudistettu painos. Helsinki: International Methelp Ky.

Mönkkönen, K. 2018. Vuorovaikutus asiakastyössä. Asiakkaan kohtaaminen sosiaali- ja terveysalalla. Tallinna: Gaudeamus.

Nurmi, J-E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. 2014. Ihmisen psykologinen kehitys. 5. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Nurmi, J-E. & Salmela-Aro, K. 2017. Johdanto. Teoksessa Salmela-Aro, K. & Nurmi, J-E. (toim.) Mikä meitä liikuttaa. Motivaatio psykologian perusteet. 3. täysin uudistettu painos. Jyväskylä: PS- kustannus, 9-15.

Oksanen, J. 2014. Motivointi työvälteenä. 2. painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Ruutu, S. & Salmimies, R. 2020. Työnohjaajan opas. Valmentava ja ratkaisukeskeinen ote. Turun: Hansaprint.

Ryan, R.M. & Deci, E.L. Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychologist*. 1/2000. American Psychological Association, Inc. 68-78.

Ryan, R.M. & Deci, E.L. Self-Determination Theory. *Basic Psychological Needs in Motivation, Development and Wellness*. New York: A Division of Guilford Publications, Inc.

Räsänen, J. 2006. Voimaantumisen mahdollistaminen ja ratkaisut. Yhteiskunnan, yhteisön ja yksilön valtaistaminen. Järvenpää: Julkiviestintä Oy.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. Uudistettu laitos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Vasalampi, K. 2017. Itsemääräämisteoria. Teoksessa Salmela-Aro, K. & Nurmi, J-E. (toim.) Mikä meitä liikuttaa. Motivaatio psykologian perusteet. 3. täysin uudistettu painos. Jyväskylä: PS- kustannus, 54-65.

Vilen, M., Leppäkoski, P. & Ekström, L. 2008. Vuorovaikutuksellinen tukeminen. 3. uudistettu painos. Helsinki: WSOY.

Vilka, H. 2015. Tutki ja kehitä. Jyväskylä: PS-kustannus.

Sähköiset

Aaltonen, S., Berg, P. & Ikäheimo, S. 2015. Lopuksi: mitä rekisterit ja haastattelut kertovat meille syrjäytymisestä, nuorista ja palveluista? Teoksessa: Aaltonen, S., Berg, P & Ikäheimo, S. Nuoret luukulla Kolme näkökulmaa syrjäytymiseen ja nuorten asemaan palvelujärjestelmässä. Verkkojulkaisu 84. Nuorisotutkimusverkosto/Nuoris <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/72388/TRM200323.pdf?sequence=1> otutkimusseura. 128-133. Viitattu 9.5.2021. <http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/nuoretluukulla.pdf>

Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. 2020. Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto, Arene Ry. Viitattu 28.5.2021. https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULU-JEN%20OPINN%2084YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?_t=1578480382

Appelqvist-Schmidlechner, K., Lämsä, R. & Tuulio-Henriksson, A. 2017. Oman väylän kulkijat. Neuropsykiatrisen kuntoutuksen aloittaneiden nuorten aikuisten psykososiaalinen hyvinvointi. Kelan tutkimus. Helsinki: Kansaneläkelaitos. Viitattu 25.5.2021. <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/192751/Tyopapereita120.pdf?sequence=4&isAllowed=y>

Eduskunnan tarkastusvaliokunta. 2013. Nuorten syrjäytyminen Tietoa, toimintaa ja tuloksia? eduskunnan tarkastusvaliokunnan julkaisu 1/2013. Viitattu 9.5.2021. https://www.eduskunta.fi/FI/naineduskuntatoimii/julkaisut/Documents/trvj_1+2013.pdf

Hokkanen, L. 2011. Vertaistuki ja vammaispalvelut. Teoksessa Järvikoski, A., Lindh, J. & Suikkanen, A. Kuntoutus muutoksessa. Rovaniemi: Lapin Yliopistokustannus. 284-289. Viitattu 18.5.2021. https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/63644/Kuntoutus_muutoksessa_pdfA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. 2012. Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Viitattu 29.5.2021. <https://tenk.fi/fi/ohjeet-ja-aineistot/HTK-ohje-2012>

Ihmistieteiden eettisen ennakoarvioinnin ohje. Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2021. Viitattu 28.5.2021. <https://tenk.fi/fi/ohjeet-ja-aineistot/ihmistieteiden-eettisen-ennakoarvioinnin-ohje>

Ikäheimo, S. 2015. Syrjäytyneiksi luokiteltujen nuorten terveystalvelujen käyttö ja kustannukset. Teoksessa Aaltonen, S., Berg, P & Ikäheimo, S. Nuoret luukulla Kolme näkökulmaa syrjäytymiseen ja nuorten asemaan palvelujärjestelmässä. Verkkojulkaisu 84. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. 12-40. Viitattu 9.5.2021. <http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/nuoretluukulla.pdf>

Juhila, 2006. Sosiaalityöntekijöinä ja asiakkaina. Sosiaalityön yhteiskunnalliset tehtävät ja paikat. E-kirja. Tampere: Vastapaino.

Karsikas, V. 2005. Selvinpään olosta tulee hyvä fiilis. Päihdeongelmaisten vankien voimaantuminen. Rikosseuraamusviraston julkaisu 3/2005. Viitattu 11.4.2021. <https://www.sosnet.fi/loader.aspx?id=b98886bb-ca4b-4847-a5cb-31b0a0dfc1b9>

Karvonen, S & Kestilä, L. 2014. Nuorten aikuisten syrjäytymisvaaraan liittyvä huono-osaisuus. Teoksessa: Vaarama, M., Karvonen, S., Kestilä, L., Moisio, P. & Muuri, A. (toim.) Suomalaisen hyvinvointi 2014. Terveys- ja hyvinvoinnin laitos. 160- 174. Viitattu 15.5.2021. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125340/THL_TEE022_2014verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Köyhyyden ja sosiaalisen syrjäytymisen vastainen kansallinen toimintasuunnitelmassa vuosille 2003-2005. Sosiaali- ja terveysministeriön työryhmämuistioita 2003:23. STM. Viitattu 11.5.2021 <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/72388/TRM200323.pdf?sequence=1>

Lämsä, R., Santalahti, P., Haravuori, H., Pentinmikko, A., Tuulio-Henriksson, A., Huurre, T. & Marttunen, M. 2015. Neuropsykiatrisesti oireilevien nuorten hoito- ja kuntoutuspolut Suomessa. Kansaneläkelaitos. Työpapereita 78/2015. Viitattu 11.5.2021. https://www.kela.fi/documents/10180/751941/L%C3%A4ms%C3%A4_ym+Tyopapereita78.pdf/8c842b4d-915e-4b57-9e16-18c601966a50

Nuorisolaki 1285/2016. Viitattu 13.5.2021. <https://finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20161285>

Nuorten syrjäytyminen. Tietoa, toimintaa ja tuloksia? Eduskunnan tarkastusvaliokunnan julkaisu 1/2013. Viitattu 11.5.2021. https://www.eduskunta.fi/FI/naineduskuntatoimii/julkaisut/Documents/trvj_1+2013.pdf

Penttinen, L., Plihtari, E., Skaniakos, T. & Valkonen, L. (toim.). 2011. Vertaisuus voimavarana ohjauksessa. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Viitattu 18.5.2021. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/47643/978-951-39-4497-1.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Rostila, I. 2001. Tavoitelähtöinen sosiaalityö. Voimavarakeskeisen ongelmanratkaisun perusteet. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Viitattu 27.5.2021. https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/47920/3/SoPhi61_978-951-39-6498-6.pdf

Sandberg, O. 2015. Hallittu syrjäytyminen Miten syrjäytymisestä muodostui lähes jokaiseen meistä ulottuva riski? Akateeminen väitöskirja. Tampereen yliopisto. Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö. Viitattu 11.5.2021. <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/96542/978-951-449677-6.pdf?sequence=1>

Sihvonen, E. 2008. Lasten ja nuorten pahoinvointi ja vanhemmuus mediateksteissä. Teoksessa Autio, M., Eräranta, K. & Myllyniemi, S. (toim.) Polarisoituva nuoruus? Nuorten elinolot -vuosikirja 2008. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisu 84. Sosiaali- ja

terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus (Stakes). Viitattu 11.5.2021. <http://www.nuoriso-tutkimusseura.fi/images/julkaisuja/polarisoituvanuoruus.pdf>

Siitonen, J.1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Oulun yliopisto. Opettajan koulutuslaitos. Viitattu 11.4.2021 <http://jultika.oulu.fi/files/isbn951425340X.pdf>

Tilastokeskus 2021. Käsitteet. Viitattu 15.5.2021. https://www.stat.fi/meta/kas/ei_ty-ossa__koul.html

Kuviot

Kuvio 1: Kaavio foorumin perustamisprosessista	34
--	----

Liitteet

Liite 1: Tiedote tutkimuksesta.....	74
Liite 2: Suostumus tutkimukseen osallistumisesta	76
Liite 3: Havainnointilomake.....	77
Liite 4: Palautekyselyn kysymykset	78
Liite 5: Haastattelurunko.....	79
Liite 6: Vanhempien foorumin mainos	80
Liite 7: Mieli Ry:n selviytyjän purjeet	81
Liite 8: Nyyti Ry- stressipisteet	82
Liite 9: Opinnäytetyön prosessin aikataulu	83

Liite 1: Tiedote tutkimuksesta

TIEDOTE TUTKIMUKSESTA

Tutkimuksen nimi

Vanhempien foorumin perustaminen Turkuun

Pyyntö osallistua tutkimukseen

VamosSampo-hankkeen kehittämistoimintaan liittyen on syksyllä 2021 käynnistetty syrjäytymisvaarassa olevien täysi-ikäisten nuorten vanhemmille suunnattu vanhempien foorumi. Olette osallistuneet/osallistumassa vanhempien foorumiin. Piia Halla tekee YAMK- opintojen opinnäytetyön vanhempien foorumin toteutumiseen, osallistuneiden vanhempien tuen ja palvelutarpeen kartoittamiseen sekä foorumin tarpeellisuuteen liittyen. Opinnäytetyössä kartoitetaan osallistujien kokemuksia vanhempien foorumiin osallistumisesta ja lisäksi kootaan esille nousutta tietoa myös mahdollisista keinoista tukea ja löytää syrjäytymisvaarassa olevia nuoria tai näiden vanhempia tuen piiriin jatkossa. Tämä tiedote kuvaa tutkimusta ja teidän osuuttanne siinä. Pehdyttyänne tähän tiedotteeseen teille järjestetään mahdollisuus esittää kysymyksiä tutkimuksesta, jonka jälkeen teiltä pyydetään suostumus tutkimukseen osallistumisesta.

Vapaaehtoisuus

Vanhempien foorumiin ja tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Kieltäytyminen ei vaikuta osallistumismahdollisuuksiinne vanhempien foorumin toimintaan. Osallistujien anonymiteetti turvataan eikä yksittäisen osallistujan vastauksia tai mielipiteitä voida tunnistaa valmiissa opinnäytetyössä. Voitte myös keskeyttää foorumiin ja tutkimukseen osallistumisen koska tahansa syytä ilmoittamatta. Mikäli keskeytätte tutkimuksen tai peruutatte suostumuksen, teistä keskeyttämiseen ja suostumuksen peruuttamiseen mennessä kerättyjä tietoja ja tallenteita voidaan käyttää osana tutkimusaineistoa.

Tutkimuksen tarkoitus

Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, millaisten vaiheiden kautta vanhempien foorumi voidaan käytännössä rakentaa, millaisia tuen ja palvelun tarpeita syrjäytymisvaarassa olevien täysi-ikäisten nuorten vanhemmilla on sekä miten vanhempien foorumi on tukenut vanhempien tarpeita heidän elämäntilanteessaan.

Tutkimusmenetelmät ja toimenpiteet

Tutkimus toteutetaan syksyn 2021 aikana. Vanhempien foorumin tapaamisissa ei kirjata muistiin osallistujien tai heidän läheistensä henkilökohtaisia tarinoita, kokemuksia tai henkilötietoja muistiin. Tapaamiskerroilla muistiin kerätään yleisellä tasolla vanhempien toivomia tuki- ja palvelumuotoja, toiveita tuen laadusta, kokemuksia vanhempien foorumista ja foorumien teemojen soveltuvuudesta vanhempien tarpeeseen, foorumin sisällöstä sekä ideoita vanhempien tai nuorten tukemiseen ja löytämiseen. Osallistujilta kerätään myös palautetta vanhempien foorumin toiminnasta.

Vanhempien foorumiin osallistuneilla on mahdollisuus osallistua lisäksi erilliseen, yksilöllisesti toteutettuun haastatteluun. Haastattelun tavoitteena on syventää ja tarkentaa edellä mainittuja tietoja (vanhempien tuen ja palvelun tarve, kokemukset vanhempien foorumiin osallistumisesta ja sen hyödyistä omaan elämäntilanteeseen) sekä mahdollisia toiveita tulevista tutkimusmuodoista. Haastatteluun osallistutaan nimettömänä ja haastateltavien anonymiteetti säilytetään haastattelun purussa kirjalliseen muotoon, analysoinnissa ja raportoinnissa. Yksilölliset haastattelut nauhoitetaan, jonka jälkeen niistä saatu tieto puretaan kirjalliseen muotoon.

vain tutkittavana olevien asioiden osalta. Tiedot tallennetaan salasananalla turvattuun tietokoneeseen kansioon. Kyseinen kansio on lukittu erillisellä salasanalla. Tallenteet ja muistiinpanot säilytetään tietoturvaohjeiden mukaan lukollisessa kaapissa ja tuhoetaan tutkimuksen valmistuttua, viimeistään 31.12.2022.

Tutkimuksen toteuttajat

Tutkimuksesta vastaa opiskelija Piia Halla. Tutkimus on osa Laurea ammattikorkeakoulun sosionomi YAMK-tutkintoa. Toimeksiantaja on Helsingin Diakonissalaitoksen Vamos-palvelut.

Kustannukset ja niiden korvaaminen

Tutkimukseen osallistuminen ei maksa osallistujille mitään. Osallistumisesta ei myöskään makseta erillistä korvausta.

Tutkimuksen päättyminen

Myös tutkimuksen suorittaja voi keskeyttää tutkimuksen, mikäli työyhteisössä tapahtuu merkittäviä muutoksia ja tutkimusta ei voida suorittaa loppuun tai tutkimuksen tekijälle tulee välitön este (kuten sairastuminen) suorittaa tutkimusta loppuun.

Tutkimustuloksista tiedottaminen

Tutkimuksen tulokset ovat luettavissa valmiista opinnäytetyöstä, joka löytyy Helsingin Diakonissalaitoksen internetsivuilta sekä Theseus-tietokannasta opinnäytetyön valmistumisen jälkeen. Tutkimustuloksia voidaan esitellä Vamos-palveluissa ja eri yhteyksissä Helsingin Diakonissalaitoksella. Tutkimustuloksia voidaan esittää myös ammatti- ja tieteellisissä julkaisuissa.

Lisätiedot

Pyydämme teitä tarvittaessa esittämään tutkimukseen liittyviä kysymyksiä tutkijalle.

Tutkijan/opinnäytetyöntekijän yhteystiedot

Piia Halla
Puh: 050 502 2558
Email: piia.halla@student.laurea.fi

Liite 2: Suostumus tutkimukseen osallistumisesta

Suostumus tutkimukseen osallistumisesta

Tutkimuksen nimi: Vanhempien foorumin perustaminen Turkuun

Tutkimuksen tekijä: Laurea ammattikorkeakoulu,

Piia Halla puh: 050 5022 558, piia.halla@student.laurea.fi

Tutkimus liittyy Turussa käynnistettävään vanhempien foorumiin. Yhtenä tavoitteena tutkimuksessa on kartoittaa, millaisten vaiheiden kautta vanhempien foorumi voidaan käytännössä rakentaa. Lisäksi tutkimuksessa kartoitetaan, millaisia tuen ja palveluiden tarpeita sekä mahdollisia kehittämisideoita syrjäytymisvaarassa olevien täysi-ikäisten nuorten vanhemmilla on sekä selvitetään miten vanhempien foorumiin osallistuminen on tukenut vanhempien tarpeita heidän elämäntilanteessaan. Vanhempien foorumin tapaamisissa kerätään yleisellä tasolla tietoa vanhempien toivomista tuki- ja palvelumuodoista, toiveita tuen sisällöstä sekä ideoita vanhempien tai nuorten tukemiseen ja löytämiseen. Tämän lisäksi vanhempien foorumiin osallistuneilla vanhemmilla on mahdollisuus osallistua erilliseen, yksilöllisesti toteutettuun haastatteluun. Yksilöllisen haastattelun tavoitteena on syventää ja tarkentaa edellä mainittuja tietoja sekä mahdollisia ideoita tulevista tukimuodoista. Haastatteluun osallistutaan nimettömänä ja haastateltavien anonymiteetti säilytetään haastattelun purussa kirjalliseen muotoon, analysoinnissa ja raportoinnissa.

Minulle on selvitetty yllä mainitun tutkimuksen tarkoitus, tutkimuksessa käytettävät tutkimusmenetelmät sekä tutkimuksen julkaisuun liittyvät tiedot. Olen tietoinen siitä, että tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Olen myös tietoinen siitä, että tutkimukseen osallistuminen ei aiheuta minulle minkäänlaisia kustannuksia, henkilöllisyyteni jää vain tutkijan tietoon, minua koskevaa aineistoa käytetään vain kyseiseen tutkimukseen ja aineisto hävitetään tutkimuksen valmistuttua.

Suostun siihen, että vanhempien foorumissa antamiani tietoja voidaan käyttää kyseisen tutkimuksen tarpeisiin.

Voin halutessani keskeyttää tutkimukseen osallistumisen milloin tahansa ilman, että minun täytyy perustella keskeyttämisspäätöstä.

Osallistun erilliseen yksilöhaastatteluun. Yhteystietoni opinnäytetyöntekijälle:

Päiväys

Tutkittavan allekirjoitus ja nimenselvennys

Liite 3: Havainnointilomake

KESKUSTELU/VERTAISUUS/ keskustelua?, yleinen tunnelma, vertaisuus, kaikki kuuluksi	TEEMA / RINNALLE NOUSEVAT TEEMAT tarpeellisuus, osuvuus	TUKI JA PALVELUT VANHEMMILLE + löytäminen
KOKEMUKSET FOORUMISTA foorumin vs tarpeet vaikutukset, toiveet, odotukset	VOIMAANTUMINEN	VAIKUTTAMINEN
NUORTEN TUKEMINEN JA LÖYTÄMINEN		

Liite 4: Palautekyselyn kysymykset

Kysely vanhempien foorumiin osallistuneille

Tämä kysely on suunnattu vanhempien foorumiin syksyllä 2021 osallistuneille. Kyselyyn vastaaminen on vapaaehtoista ja vastaaminen tapahtuu nimettömästi. Tietoa kerätään vanhemmille suunnattujen palveluiden kehittämiseksi sekä vanhempien foorumiin liittyvän opinnäytetyön käyttöön. Vastajia ei voida tunnistaa.

1. Minulla oli tervetullut olo ryhmässä
 - Lineaarinen, asteikolla 1= täysin eri mieltä, 5= täysin samaa mieltä
2. Ryhmässä oli luottamuksellinen ilmapiiri
 - Lineaarinen, asteikolla 1= täysin eri mieltä, 5= täysin samaa mieltä
3. Sain mahdollisuuden omien kokemusteni jakamiseen
 - Lineaarinen, asteikolla 1= täysin eri mieltä, 5= täysin samaa mieltä
4. Ryhmässä syntyi vertaistuellista keskustelua
 - Lineaarinen, asteikolla 1= täysin eri mieltä, 5= täysin samaa mieltä
5. Sain itse päättää, miten osallistun keskusteluun ja ryhmän toimintaan
 - Lineaarinen, asteikolla 1= täysin eri mieltä, 5= täysin samaa mieltä
6. Ryhmään osallistuminen oli mielestäni voimaannuttava kokemus
 - Lineaarinen, asteikolla 1= täysin eri mieltä, 5= täysin samaa mieltä
7. Ryhmään osallistuminen (valitse itseesi sopivat vaihtoehdot)
 - tarjosi uusia näkökulmia
 - antoi hyödyllistä tietoa
 - tuki jaksamistani
 - antoi uusia ideoita
 - lisäsi toiveikkuutta
 - vastasi tarpeitani
 - antoi lisää voimia
 - vahvisti myötätuntoista suhtautumista omaan vanhemmuuteeni
 - auttoi tunnistamaan omia vahvuuksiani ja/tai voimavarojani
 - oli hyödyllinen kokemus
 - ei tarjonnut mitään edellä mainituista
 - Muu? Mikä_____
8. Foorumin aihe vastasi tarpeitani
 - Lineaarinen, asteikolla 1= ei lainkaan, 5= hyvin

AVOIMET KYSYMYKSET:

9. Mitä aiheita toivoisit vanhempien foorumiin
10. Mitä muutos- tai muita toiveita sinulla olisi vanhempien foorumin tapaamisiin liittyen? (esim. teemat, tapaamisten toteutuminen, ohjaaminen, vertaisuus, kesto, ym?)
11. Millaista tukea tai mitä palveluita toivoisit tueksi vanhemmuuteesi?
12. Vapaa palaute

Liite 5: Haastattelurunko

- LIITTYMINEN:
 - o Osallisuus/Sosiaalinen liittyminen/Kokemus ryhmään osallistumisesta & Vertaisuus: Kokemukset vertaisuudesta (arvostetuksi ja hyväksytyksi tuleminen ryhmässä, vuorovaikutus muiden kanssa, luottamuksellisuus, kuulluksi tuleminen)
 - o Tarjosiko toiminta: lisää tietoa, kokemuksia, ideoita, ajatuksia, voimavaroja ym.

- AUTONOMIA:
 - o Vaikuttaminen (yleisesti ja foorumiin), valinnanvapauden toteutuminen
 - o Yksilöllinen huomiointi
 - o Omaehtoinen osallistuminen
 - o Kiinnostus tulevaan vaikuttamistoimintaan (kumppanuusillat?)

- KOMPETENSSI:
 - o muuttuiko oma näkemys, ajatukset aiheesta, saiko tukea, vahvistuiko, olisiko kaivannut jotakin lisää:
 - o kokemusperäinen asiantuntijuus
 - o Pystyvyyden tunne vanhempana, vaikuttamismahdollisuudet
 - o suhtautuminen omaan vanhemmuuteen tai nuoren tilanteeseen
 - o omien voimavarojen, onnistumisten ja resurssien tunnistaminen ja hyödyntäminen
 - o uusien keinojen löytyminen

- VOIMAANTUMINEN
- Onko kokenut hyötyvänsä vanhempien foorumista? Jos on, miten?
- Kokemukset foorumin sisällöistä ja hyödyistä osallistujalle
- MILLAISIA TUEN/PALVELUIDEN TARPEITA?
- KEHITTÄMISIDEOITA? Toiveet, ideat, tarpeet?
- Vapaa palaute

TUTKIMUSKYSYMYKSET:

1. Millaisten vaiheiden kautta vanhempien foorumi voidaan käytännössä rakentaa?
2. Millaisia tuen ja palvelun tarpeita sekä kehittämideoita syrjäytymisvaarassa olevien täysi-ikäisten nuorten vanhemmilla on (vanhempien foorumin mukaan)?
3. Miten vanhempien foorumi on tukenut vanhempien tarpeita heidän elämäntilanteessaan?

Liite 6: Vanhempien foorumin mainos

SYRJÄYTYMISVAARASSA OLEVIENTEN
18-29-VUOTIAIDEN NUORTEN
**VANHEMPIEN
FOORUMI**

Vanhempien foorumi on luottamuksellinen ryhmä, jossa vanhemmilla on mahdollisuus tavata toisia samassa elämäntilanteessa olevia vanhempia sekä eri tahojen ammattilaisia.

Voit osallistua haluamillesi kerroille. Tapaamisissa käytämme maskeja ja toteutamme tapaamiset turvavälejä noudattaen.

Tapaamiset & teemat

KLO17-19

14.9.2021 Foorumi käynnistyy - Valmennuksella tukea muutokseen
VamosSampo

28.9.2021 Läheisen mielenterveys- ja/tai päihdeongelma
Mukana Varsinais-Suomen mielenterveysomaiset - FinFami ry:n
Sirpa Madsen

12.10.2021 Vanhemman voimavarat ja jaksaminen
VamosSampo

26.10.2021 "Jos et tiedä mistä aloitat - aloita ohjaamosta"
Mukana Uraohjaaja Minja Vaherkylä Ohjaamosta

9.11.2021 Suhde omaan nuoreen & vuorovaikutus nuoren kanssa
VamosSampo

23.11.2021 Vanhemmuuden ilot, surut ja mahdollisuudet
Mukana Karoliina Kallio Linkki-toiminnasta

Lisätietoa: VamosSampo Piia Halla p. 050 5022558/piia.halla@hdl.fi



FinFami



LINKKI

iVAMOS!
Diakonissalaitos

Kirkko Turussa
ja Kaarinassa



TURKU
ÅBO

Vipuvoimaa

EU:lta
2014-2020



Euroopan unioni
Euroopan sosiaalirahasto

SELVIITYJÄN PURJEET

mieli
Suomen Mielenterveysseura

© Mielenterveystaidot kasvun -hankeet, Suomen Mielenterveysseura. Alkuperäinen lähde: Ajalan 1995. • mielenterveysseura.fi • mielenterveysseura.fi/kehittamistoiminta

**Omia selviytymis-
keinoja voi aina vahvistaa**

FYSIOLOGINEN

- Lähden lenkille ja ulkoilemaan.
- Harrastan lempiliikuntalajiani.
- Rentoudun.
- Syön hyvin.
- Nukun riittävästi.

HENKINEN

- Haen turvaa ja toivoa uskonnosta, aatteista ja arvoista.
- Pohdin elämän merkitystä.
- Rukoilen, mietiskelen, hiljennyn.

ÄLYLLINEN

- Hankin asioista lisätietoa.
- Teen suunnitelmia.
- Kirjoitan asioita ylös.
- Ratkaisen pulmia.
- Teen listoja.

LUOVA

- Käytän mieli-kuvitustani.
- Ajattelen myönteisesti.
- Kuuntelen itseäni.
- Etsin uusia tapoja toimia.

TUNTEELLINEN

- Nauran, itken, iloitsen.
- Kerron tunteistani.
- Ilmaisen itseäni ja tunteitani: tanssin, soitan, piirrän, maalaan, nikkaroin, kokkaan.

SOSIAALINEN

- Vietän aikaa kavereiden kanssa.
- Harrastan porukoissa.
- Otan vastaan tukea ja tuen myös muita.
- Jaan kokemuksia muiden kanssa.

**MIELENTERVEYSTAIDOT
KASVUN
MÄÄRÄ**

Liite 8: Nyyti Ry- stressipisteet

3 Stressipisteet

Tutki elämäsi kuormittavia asioita ja laske itsellesi stressipisteet. Tarkastele listaa ja arvioi, mitkä näistä tapahtumista olet kokenut omakohtaisesti viimeisen kahden vuoden aikana. Laske sitten yhteen saamasi pisteet. Mukailtu Thomas Holmesin ja Richard Rahen työstä.

Henkilökohtaiset tapahtumat / muutokset

● Lomaan liittyvä stressi	13
● Merkittävä muutos ruokailutottumuksissa	15
● Muutos päivittäisessä aikataulussa	15
● Muutos nukkumisajoissa tai -tottumuksissa	16
● Merkittävä muutos vapaa-ajan vietoissa	18
● Muutos uskonnollisessa ajattelussa ja käytännössä	19
● Muutos suhteissa vanhempiin	19
● Merkittävä muutos vireystasossa	24
● Muutos lääkkeiden käytössä	24
● Muutos tupakoinnin suhteen	24
● Muutos alkoholijuomien käytössä	24
● Itseluottamuksen kadottaminen	5
● Huomattava saavutus (loppututkinto, tehtävässä/virassa yleneminen)	28
● Lainrikkomukset	29
● Muutos seksuaalisessa aktiivisuudessa	39
● Raskaus (tai puolison raskaus)	40
● Läheisen ihmisen vakava sairastuminen	47
● Vammautuminen, tapaturma, sairaus tai sairaalaan joutuminen	53
● Itsemurhan suunnittelu	58
● Läheisen ystävän tai perheenjäsenen kuolema	75

Parisuhde

● Ongelmia puolison lähisukulaisten kanssa	25
● Puoliso aloittanut tai lopettanut työn tai opiskelun	26
● Lisääntynyt etäisyys tunnesuhteessa	32
● Erimielisyyksiä rahan käytössä	35
● Avioituminen	50
● Avoliiton aloittaminen tai lopettaminen	60
● Uskottomuus kriisi parisuhteessa	60
● Asumusero	65
● Ero	73
● Leskeksi jääminen	100

Kotipiiriin tapahtumat

● Muutos naapureiden suhteen tai naapurustossa	12
● Asunnon remontti tai uuden rakentaminen, asunnon ostaminen ja sisustaminen	15
● Puoliso kotona enemmän kuin ennen	20
● Asuinpaikan muutos	20
● Perheenjäsenen lähtö pois kotoa	29
● Ongelmia lasten kanssa kotona	30

● Uusi perheenjäsen (syntymä, adoptointi, vanhempien muuttaminen)	39
● Muutos kotipiiriin kuuluvan jäsenen terveydessä/ käyttäytymisessä/asennoitumisessa	44

Ammattia koskevat muutokset

● Muutos työtunneissa ja -olosuhteissa, -matkoissa ym.	20
● Ongelmia työ- tai opiskelutovereiden kanssa	23
● Vähemmän turvallisuutta työsuhteessa	35
● Uusi työ tai työala, opiskelun aloittaminen	36
● Ylennys	39
● Alennus	39
● Irtisanoutuminen	40
● Lomautus	45
● Eläkkeelle siirtyminen	45
● Irtisanominen	47

Taloudelliset muutokset

● Kiinnitetyn omaisuuden menettäminen tai suurehkon lainan erääntyminen	30
● Otettu laina tai lainan kiinnitys	31
● Muutos taloudellisessa tilanteessa (joko parempaan tai huonompaan suuntaan)	38

Minun pisteeni yhteensä:

Pisteiden summa

300 ja yli = psyykinen kestävyys on kovilla

150–200 = lievää stressiä

alle 150 = normaalia stressiä

Kommenttini:

Ei pidä säikähtää, jos stressipisteet ovat korkeat. Todennäköisesti syynä on opiskelijan ja nuoren aikuisen elämänvaihe. Pistemäärä on suuntaa antava ja auttaa ehkä ymmärtämään, miksi voimavarat ovat koetuksella tai miksi saattaa tuntua siltä, ettei jaksa eikä oikein saa otetta mistään.

Liite 9: Opinnäytetyön prosessin aikataulu

	Touko	Kesä	Heinä	Elo	Syys	Loka	Mar- ras	Joulu	Tammi 2022
Yhteistyöta- hojen kon- taktointi	x	x	x	x					
Foorumin si- sältö		x	x	x	valmis				
Ennako info yhteis- työtahoille	x	x							
Mainonta	en- nako mai- nonta	x	mainos valmis	aktiivi- nen mai- nosta- mien	aktiivi- nen mai- nonta				
Havainnoin- tirunko			x	valmis					
Palauteky- sely		x	x	tes- taus	valmis				
Foorumin tapaamiset					2krt	2krt	2krt		
Aineiston koostami- nen ja käsit- tely					x	x	x	x	x
Aineiston analysointi ja tulkinto- jen tekemi- nen					x	x	x	x	x
Haastattelu- runko			x	valmis					
Haastattelut								x	
Haastattelu- jen litte- rointi								x	x
Raportin kirjoittami- nen									kirjoit- tami- nen al- kaa