

Opinnäytetyö (AMK)

Sosionomi

2025

Sari Espola ja Pia Ojala

# Kehitysvammaisten lasten vanhempien vertaistukiryhmä

– toiminnan kehittäminen



Opinnäytetyö (AMK) | Tiivistelmä

Turun ammattikorkeakoulu

Sosionomi

2025 | 60

Sari Espola ja Pia Ojala

## Kehitysvammaisten lasten vanhempien vertaistukiryhmä

- toiminnan kehittäminen

Killin kehitysvammaisten tuki ry:n vertaistukiryhmä kehitysvammaisten lasten vanhemmille on toiminut yhden vapaaehtoisen vetämänä seitsemän vuotta. Toiminta on vakiinnuttanut muotonsa keskusteluryhmänä, josta saa tietoa ajankohtaisista lakimuutoksista, harrastusmahdollisuuksista, tukimuodoista ja osallistujien omista kokemuksista arjen haasteissa.

Miksi lähdetään kehittämään vakiintunutta toimintaa? Vakiintunutkin toiminta kaipaa uusia toimintatapoja ja uusia vetäjiä varmistamaan tapaamisten jatkuvuuden. Erilaiset toiminnalliset menetelmät ja vierailevat luennoitsijat tuovat uusia näkökulmia, tukevat vanhempien hyvinvointia ja houkuttelevat uusia osallistujia mukaan vertaistukiryhmään ja yhdistyksen toimintaan uusiksi aktiiveiksi.

Käytettäviksi menetelmiksi valikoituivat liikuntahetket, käsityöt ja askartelu, ruuanlaitto ja yhteiset retket. Jatkuvan arvioinnin ja palautekyselyn mukaan toiminnalliset tapaamiset vahvistivat ryhmäytymistä, toivat uusia voimavaroja ja antoivat erilaisia kokemuksia arjesta irtautumiseen.

Yhdistystoiminnan jatkumisen kannalta on tärkeää kehittää toimintaa, löytää uusia jäseniä ja vapaaehtoisia ja varmistaa toiminnan tulevaisuus.

Asiasanat:

Vertaistuki, kehitysvammaisen lapsen vanhempi, omaishoitaja, sosiaalinen tuki

Bachelor's Thesis | Abstract

Turku University of Applied Sciences

Bachelor of Science in Sociology

2025 | 60

Sari Espola ja Pia Ojala

## Peer support group for parents with children with development disabilities

- Development of activities

Killi association peer support group for parents with children with development disabilities has been operating for seven years with the help of only one volunteer. The action is well-established, concentrating on conversation on current amendments, various hobbies, benefits, and participants own experiences with everyday challenges.

Why develop well-established activity? Even well-established action needs new ways of working with new volunteers to ensure monthly meetings. Different procedures and guest lecturers bring fresh aspects to participants and possibly direct new parents into the support group and thus into the association.

Chosen functional methods were physical activities, various crafts, cooking, and joint excursions. According to continuous evaluation and the feedback survey, these methods reinforced grouping, gave new resources and offered diverse experiences to break away from everyday life.

The development of activities is vital to finding new active members and volunteers to ensure the future of this association.

Keywords:

Peer support, parent of a child with development disability, caregiver, social support

# Sisältö

<b>1 Johdanto</b>	<b>7</b>
<b>2 Kehittämistyön lähtökohdat</b>	<b>9</b>
2.1 Kehittämistyötehtävä ja -tavoitteet	9
2.2 Kehitysvammaisten Tukiliitto ry	11
2.3 Killin Kehitysvammaisten Tuki ry	12
2.4 Kehitysvammaisten lasten vanhempien vertaistukiryhmä	13
<b>3 Kehitysvammaiset ja heidän läheisensä osana sosiaali- ja terveyspalveluja</b>	<b>14</b>
3.1 Vammaispalvelulaki	14
3.2 Sosiaalipalveluiden asiakasprosessi	16
3.3 Lasten ja nuorten omaishoito Varsinais-Suomen hyvinvointialueella	18
3.4 Muut ammatillaiset kehitysvammaisen lapsen ja nuoren elämässä	20
3.5 Läheisten jaksaminen tuki- ja palveluviidakossa	21
<b>4 Kehitysvammaisten lasten vanhempien jaksaminen ja hyvinvointi vertaistuen kautta</b>	<b>23</b>
4.1 Vertaistuki	23
4.2 Vertaistoiminta	24
4.3 Sosiaalinen tuki	25
4.4 Ryhmä ja ryhmäytyminen	26
<b>5 Kehittämistyön toteutus</b>	<b>29</b>
5.1 Kehittämistyön prosessi ja kehittämismenetelmät	29
5.2 Kehittämistyön eteneminen	31
<b>6 Ryhmätapaamisten toteutus</b>	<b>33</b>
6.1 Työpajat	33
6.2 Avustukset ja budjetti	34
6.3 Ryhmätapaamisten runko	35
6.4 Ensimmäinen tapaaminen	35

6.5 Toinen tapaaminen	37
6.6 Kolmas tapaaminen	37
6.7 Neljäs tapaaminen	39
6.8 Viides tapaaminen	39
6.9 Kuudes tapaaminen	40
<b>7 Yhteenveto, johtopäätökset ja arviointi</b>	<b>41</b>
7.1 Käytetyt arviointimenetelmät	41
7.2 Palautelomakkeen analysointi ja tavoitteiden toteutuminen	42
7.3 Mitä olisi voinut tehdä toisin?	45
7.4 Kehittämistyön luotettavuus ja eettisyys	46
7.5 Ryhmän tulevaisuus	47
<b>Lähteet</b>	<b>48</b>

## **Liitteet**

Liite 1. Palautekysely

Liite 2 Palautekyselyn raportti

## **Kuvat**

Kuva 1. Mahti-tunnekortit.	36
Kuva 2. "Luo tunteesta taidetta" -savityöpajaan osallistuneiden voimahahmot.	38
Kuva 3. Toiveet vertaisryhmän tulevasta toiminnasta.	43
Kuva 4. Palaute vertaisryhmän kevään toiminnasta.	43

## **Kuviot**

Kuvio 1. Kehittämistyön prosessin eteneminen, kehittämismenetelmät ja vastuujako.	30
---	----

Kuvio 2. Kehittämistyön eteneminen.	32
Kuvio 3. Vertaisryhmän jäsenten (N=11) kiinnostus vapaaehtoistyöhön.	42

# 1 Johdanto

Killin kehitysvammaisten tuki ry:n kehitysvammaisten lasten vanhempien vertaistukiryhmän toiminnan kehittämisen valikoitui opinnäytetyömme aiheeksi halustamme vahvistaa yhdistyksen toimintaedellytyksiä. Killin kehitysvammaisten tuki ry toimii kehitysvammaisten ihmisten ja heidän perheittensä yhteistyö-, tuki- ja etujärjestönä toiminta-alueenaan Naantali ja sen ympäristökunnat Raisio, Masku, Nousiainen ja Mynämäki. Yhdistyksen vertaistukiryhmä on toiminut lasten vanhempien voimavarojen vahvistajana jo seitsemän vuotta tarjoten vertaistukea kahvipöytäkeskustelujen parissa.

Yhdistyksen aktiivit alkavat ikääntyä eikä uusia kiinnostuneita jäseniä ole jonoksi asti. Tavoitteiksi asetimme toimeksiantajamme kanssa vertaistukiryhmän toiminnan kehittämisen lisäksi uusien ryhmän toimintaan osallistuvien tuomisen yhdistyksen aktiivisiksi jäseniksi. Yhdistystoiminnan jatkumisen kannalta on tärkeää kehittää toimintaa ja löytää uusia vapaaehtoisia pitämään toiminta vireänä.

Yhteiset aloitustapaamiset pitkään toimintansa vakiinnuttaneen ryhmän kanssa toimintaehdotustyöpajassa sekä verkkopajassa antoivat pohjan kevään 2025 aikana pilotoitaville toiminnallisille tapaamisille, joiden kautta osallistujat saisivat vahvempaa tukea hyvinvoinnilleen ja lisää voimavaroja arjen haasteisiin.

Tietoperustaamme jakautuu kahteen osaan. Ensimmäinen osa valaisee kehitysvammaisten ihmisten ja heidän läheistensä sijoittumista sosiaali- ja terveyspalveluissa ja toinen vanhempien jaksamisen ja hyvinvoinnin vahvistumista vertaistuen kautta. Tapaamisten kirjauksista toivomme kuvastuvan innostuksemme ryhmän tukemiseen ja käyttöön tulevien menetelmien pilotoinnin kehittämiseen.

Kehittämistyömme eteni prosessimaisesti ja eri syklit lomittuivat monesti toisiinsa prosessin aikana. Työmme mukaili Salosen ym. (2017) konstruktivistista kehittämistoiminnan mallia, jossa tärkeässä roolissa ovat

yhdessä tekemisen lisäksi osallisuus, jatkuva reflektointi ja menetelmäosaaminen.

Kehittämistyömme näkökulma on hieman erilainen kuin löytämissämme aikaisemmissa alueen kehittämistöissä. Esimerkiksi Voimaiset-opinnäytetyössä luotiin uusi vertaistukiryhmä erityislasten vanhemmille (Mäkelä ym. 2009) ja Varsinais-Suomen Fin-Famin mielenterveysomaisille kohdennettu käsikirja vertaisryhmän ohjaamiseen toiminnallisia menetelmiä hyödyntäen (Korhonen & Heikura 2022).

Haimme avustuksia ja apurahoja ja toiminta-avustuksen saaminen laajensi mahdollisuuksiamme toteuttaa erilaisia tapaamisia. Kuusi toiminnallista tapaamista hahmottuivat ja kävimme ehdotuksemme läpi ohjaajamme ja ryhmän kanssa. Toteutukset seurasivat toisiaan ja kannustava palaute osallistujilta antoi pontta raportin kirjoittamiseen ja ryhmän tulevaisuuden jatkosuunnitelmiin. Ryhmän tulevaisuuden tarpeisiin keräsimme kehitystoiminnan aikana nimilistan, josta löytyy monen alan asiantuntijoita ohjaamaan toiminnallisia menetelmiä tai luennoimaan ryhmää kiinnostavista aiheista. Tätä listaa pystyy yhdistys hyödyntämään helposti, sillä toinen opinnäytetyön opiskelijoista jatkaa vertaistukiryhmän toisena ohjaajana.

## 2 Kehittämistyön lähtökohdat

Idea opinnäytetyömme aiheeseen lähti meidän kirjoittajien halusta kehittää jotain toimintaa yhdessä. Mietimme erilaisia kohderyhmiä ja kontakteja, joille voisimme kehittämistyötä ja osaamistamme tarjota. Toinen meistä kuuluu Killin Kehitysvammaisten tuki ry:n hallitukseen ja tuntee sitä kautta Killin kehitysvammaisten lasten vanhemmille suunnatun vertaistukiryhmän toimintaa. Toinen meistä taas tulee toiminnan ulkopuolelta ja antaa mahdollisesti erilaisen näkökulman toiminnan kehittämiseksi. Killin kehitysvammaisten lasten vanhempien vertaistukiryhmä on toiminut samankaltaisena jo seitsemän vuotta ja toiminta keskittyy keskusteluihin ajankohtaisista aiheista, joten kohde löytyi ja halusimme vastata ryhmän tulevaisuuden kehitystarpeisiin. Käytämme jatkossa Killin Kehitysvammaisten tuki ry:stä yksinkertaista lyhennettä Killin yhdistys.

Tämän kehittämistyön tarve nousi esiin Killin yhdistyksen sisältä. Monet yhdistykset kohtaavat tällä hetkellä samoja haasteita kuin Killin yhdistys eli aktiivijäsenet ikääntyvät ja jäävät pois toiminnasta eikä uusia, nuoria vapaaehtoisia ole tulossa tilalle. Toimeksiantajan toiveesta lisäsimme tavoitteisiin uusien jäsenten hankinnan mukaan aktiivisiksi toimijoiksi yhdistyksen eri tapahtumiin ja ryhmiin.

Killin yhdistys lähti opinnäytetyömme toimeksiantajaksi. Yhdistyksen hallituksen jäsen, joka toimii vertaistukiryhmän kokoonkutsujana ja aktiivisena osallistujana, valtuutettiin yhteyshenkilöksemme ja opinnäytetyön ohjaajaksi. Yhdistyksen hallitus lupasi tukea ja neuvoja apurahahakemusten tekemiseen ja puheenjohtaja lupautui kertomaan Killin yhdistyksen toiminnasta yhdessä kevään 2025 tapaamisessa.

### 2.1 Kehittämistyötehtävä ja -tavoitteet

Opinnäytetyömme kehittämistehtävä on suunnitella ja toteuttaa Killin kehitysvammaisten lasten vanhempien vertaistukiryhmän kevään 2025 tapaamiset ja toteutettavan toiminnan avulla vahvistaa ryhmämuotoista

vertaistukea. Uusien toimintamallien pilotointi pitkään yhdessä toimineen ryhmän kanssa oli meitä kiinnostava haaste.

Tavoitteenamme oli:

- 1) tuottaa monipuolista ja osallistujien toiveiden mukaista vertaistoimintaa, vahvistaa ryhmäytymistä, lisätä vertaistukea sekä vahvistaa osallistujien hyvinvointia ja arjen voimavaroja.
- 2) kasvattaa vertaisryhmän osallistujamäärää ja aktivoida uusia vetäjiä tuottamalla mielenkiintoista toimintaa.
- 3) luoda erilaisia kontakteja tapaamisten sisältöjen tuottajiin, joita ryhmä voi opinnäytetyön jälkeen käyttää hyväkseen.
- 4) innostaa osallistujia liittymään Killin yhdistyksen jäseniksi, lähteä mukaan hallitustyöskentelyyn ja vapaaehtoistoimintaan sekä näiden myötä yhdistyksen kehittämiseen ja jatkuvuuden varmistamiseen tulevaisuudessa.

Kehitysvammaisten lasten vanhempien vertaistukiryhmän tapaamisten kehittämisen tavoitteena meille itsellemme oli oppia kehittämistyön prosessihallintaa, ryhmätoiminnan suunnittelua ja ohjaamista sekä erilaisten avustusten hakemista.

Vertaistukiryhmälle tavoittelemamme hyöty liittyi toiminnallisuuden lisäämiseen voimavarojen tukemiseksi ja uusien jäsenten mukaan saamiseen. Halusimme tapaamisillamme varmistaa mielenkiintoisten iltojen toteutumisen ja toiminnan juurruttamisen osaksi yhdistyksen toimintaa sekä luoda kontaktilistan ryhmää jatkossa vetäjinä toimivien jäsenten tarpeisiin. Kontaktilistalta he voivat poimia asiantuntijan aiheen mukaan tai pyytää toiminnallisten liikuntahetkien vetäjiä tuomaan vaihtelua iltoihin, sillä kehitysvammaisten lasten vanhempien voimavarojen lisääminen tuo voimavaroja koko perheelle. Vanhemman oman hyvinvoinnin lisäämiseksi on kehitysvammaisen lapsen äidin tai isän voitava joskus olla muutakin kuin vammaisen lapsen vanhempi.

## 2.2 Kehitysvammaisten Tukiliitto ry

Kehitysvammaisten Tukiliitto ry on valtakunnallinen ihmisoikeus- ja kansalaisjärjestö, joka muodostuu eri kokoisista jäsenyhdistyksistä. Toiminnan keskiössä on vaikuttaminen ja vertaistuki, ja yhdistyksen toiminta on tarkoitettu kaikille samankaltaista tukea kaipaaville diagnoosista riippumatta. Tukiliiton tunnuslause ”kohtaa mut” kiteyttää toiminta-ajatuksen kaikkien ihmisten yhdenvertaisuudesta. Tavoitteet ovat selkeät: lisätä kehitysvammaisten ihmisten osallisuutta ja oikeuksien toteutumista sekä auttaa perheitä saamaan tarvitsemansa tuen. (Tukiliitto 2024.)

Tukiliitto toimii aktiivisesti monella tavalla (Tukiliitto 2024):

- vaikuttamalla mm. vallitseviin asenteisiin, päättäjiin ja lainsäädäntöön sekä paikallis- että valtakunnallisella tasolla.
- neuvomalla tukiin ja palveluihin yhteydessä olevissa oikeudellisissa asioissa.
- järjestämällä erilaisia koulutustilaisuuksia ja tapaamisia kehitysvammaisten ihmisten lisäksi myös heidän läheisilleen ja alan ammattilaisille.
- kehittämällä vapaaehtoistyötä ja vertaistukitoimintaa.
- julkaisemalla erilaisia oppaita ja esitteitä sekä verkossa että painettuina.
- järjestämällä tarvittavia toimintavälinekoulutuksia.

Tukiliitto on kattojärjestö, johon kuuluu paikallisia yhdistyksiä ja niiden lisäksi myös muita valtakunnallisia harvinaisten kehitysvammaryhmien yhdistyksiä sekä kehitysvammaisten ihmisten Me Itse ry. Tukiliiton työ pohjaa YK:n vammaisten henkilöiden oikeuksia koskevaan yleissopimukseen ja sen toiminta on tarkoitettu kaikille ihmisille, jotka kaipaavat tukea arjen toimintoihin sekä ymmärrykseen ja oppimiseen. Suomessa on arviolta 40 000–50 000 tällaista tukea tarvitsevaa henkilöä ja heille on elämässä tärkeitä samat asiat kuin

kaikille ihmisille eli rakkaus, ystävyys, työ ja harrastukset. Tukiliiton pyrkimys onkin rakentaa yhdenvertaista maailmaa kaikille. (Tukiliitto 2024.)

### 2.3 Killin Kehitysvammaisten Tuki ry

Killin Kehitysvammaisten Tuki ry on vuonna 1969 perustettu yhdistys, jonka tehtävänä on toimia kehitysvammaisten ihmisten ja heidän perheittensä yhteistyö-, tuki- ja etujärjestönä. Yhdistys toimii Naantalissa ja sen ympäristökunnissa Raisiossa, Maskussa, Nousiaisissa ja Mynämäellä. Jäseniä yhdistyksessä on tällä hetkellä 230. (Killinkvtuki 2024.)

Killin yhdistys kuuluu Tukiliiton noin 150 jäsenyhdistyksen joukkoon ja näissä jäsenyhdistyksissä on yhteensä henkilöjäseniä noin 14 300. Tukiliitto on valtakunnallinen ihmisoikeus- ja kansalaisjärjestö, joka toimii kehitysvammaisten ihmisten ja heidän läheistensä omana järjestönä. (Tukiliitto 2024.)

Killin yhdistys järjestää monenlaista toimintaa kehitysvammaisille ja heidän omaisilleen, kuten karaokea, ystävänpäivä-, vappu-, halloween- ja joulujuhlia sekä ulkoilupäiviä ja kiipeilyä. Yhdistys järjestää myös erilaisia tapahtumia ja ryhmätoimintoja, kuten Kehitysvammaisten lasten vanhempien vertaistukiryhmän, sekä vaikuttaa Varsinais-Suomen hyvinvointialueen päätöksentekoon kehitysvammaisten ihmisten ja heidän läheisiään koskevissa asioissa. (Killinkvtuki 2024.)

Killin yhdistys toimii vapaaehtoistoimin ja erilaisten avustusten turvin. Killin yhdistyksen hallituksen jäsenet ovat jo pitkään tehneet arvokasta työtä yhdistyksessä, mutta uusia, nuorempia vapaaehtoisia jäseniä kaivataan jatkamaan toimintaa. Järjestöbarometrin 2024 (Soste 2024,1) mukaan hallitus leikkaa järjestöjen valtionavustuksia rajulla kädellä, joten vapaaehtoisten tarve kasvaa entisestään. Avustusten leikkaukset näkyvät toiminnan supistumisena, joka heijastuu heikommassa asemassa olevien kohderyhmien kuuluvien hyvinvoinnin heikkenemisenä ja eriarvoisuuden kasvuna (Soste 2024, 11).

## 2.4 Kehitysvammaisten lasten vanhempien vertaistukiryhmä

Kehitysvammaisten lasten vanhempien vertaistukiryhmä on suunnattu vanhemmille, joiden lapsi tarvitsee ymmärtämisen, oppimisen ja arjen toimintojen tukea. Ryhmän tarkoituksena on luoda omaa aikaa vanhemmille muiden saman elämäntilanteen haasteiden kanssa elävien kanssa. Yhteisten kokemusten jakaminen antaa uusia näkökulmia ja apukeinoja arjen kuormittaviin asioihin sekä sosiaalista tukea ja toivoa (THL 2023).

Vertaistukiryhmän tapaamiset ovat toteutuneet Raision seurakuntatalolla kerran kuukaudessa kahden tunnin mittaisina ja sisältäneet keskustelua, kahvittelua ja vertaistukea. Joskus on saatu mukaan vierailevia luennoitsijoita esitelmöimään vanhempia kiinnostavista aiheista. Ryhmä on toiminut seitsemän vuotta ja ollut avoin kaikille. Osallistujia on ollut tapaamisissa vaihtelevasti 4–8 henkilöä. Tapaamisten ajankohdasta on ilmoitettu Killin yhdistyksen jäsenkirjeessä, Killin yhdistyksen Facebook-sivuilla ja Facebookin suljetussa ryhmässä nimeltään Killin vertaistukiryhmä vanhemmille.

Yksi Killin yhdistyksen hallituksen jäsen on toiminut ryhmän kokoonkutsujana ja tarjoiluvastaavana. Hän on kehitysvammaisen lapsen vanhempi, joten tapaamiset toimivat vertaistukena myös hänelle. Raision seurakunta on luovuttanut kerhotilan ryhmän tapaamisten käyttöön, ja tarjonnut kesäisin tapaamisen Raision seurakunnan leirikeskuksessa Viherlahdessa Merimaskussa uinnin, saunomisen ja ruokailun merkeissä.

Turun alueella kokoontuu Killin ryhmän lisäksi kaksi samankaltaista vertaistukiryhmää. Turun seudun omaishoitajat ry:n Kehitysvammaisten lasten vanhempien vertaistukiryhmä, jonka jäsenet ovat kotoa muuttaneiden lasten vanhempia ja Turun kehitysvammaisten tuki ry:n Erityiset Emot-vertaistukiryhmä, joka on tarkoitettu kaikille erityislaster vanhemmille ilman diagnoosia. Nämä ovat suljettuja ryhmiä ja toimivat eri tavoin kuin meidän vertaistukiryhmämme.

### 3 Kehitysvammaiset ja heidän läheisensä osana sosiaali- ja terveystalveluja

Kehitysvammaiset lapset, nuoret ja aikuiset tarvitsevat läpi elämän erilaisia palveluita päivittäisen elämänsä tueksi, jotta he voivat elää elämäänsä omien toiveittensa ja tarpeittensa mukaisesti. Suomen vuonna 2016 allekirjoittaman YK:n vammaissopimuksen tarkoituksena on taata kaikille vammaisille henkilöille yhdenvertaisesti ja täysimääräisesti kaikki ihmisoikeudet ja perusvapaudet sekä edistää heidän synnynnäisen arvonsa kunnioittamista. Sopimuksessa on kiinnitetty erityistä huomiota syrjintäkiellon ja esteettömyyden periaatteisiin sekä vammaisten ihmisten itsemääräämisoikeuden merkitykseen. (Gustafsson, 2011 5–6.) Nämä ovat tärkeitä asioita kehitysvammaisten ihmisten kannalta, kuten myös heidän oikeutensa riittäviin sosiaali- ja terveystalveluihin, jotka näin ollen vahvistavat heidän osallisuuttaan yhteiskunnan aktiivisina jäseninä. Suomessa kehitysvammaisten ihmisten oikeuksista ja palveluista säädetään monissa eri laeissa. Kyseisiin lakeihin kuuluvat esimerkiksi uusi vammaistalvelulaki, sosiaali- ja terveydenhuollon laki, sosiaali- ja terveydenhuollon asiakasmaksulaki, laki omaishoidon tuesta, perusopetuslaki ja varhaiskasvatuslaki (THL 2025g).

#### 3.1 Vammaistalvelulaki

Vammaistalvelulaki ja kehitysvammalaki yhdistyivät uudeksi vammaistalvelulain 1.1.2025. Uuden vammaistalvelulain (675/2023) 1§:n mukaan lain tarkoituksena on

- 1) toteuttaa vammaisen henkilön yhdenvertaisuutta, osallisuutta ja osallistumista yhteiskunnassa sekä ehkäistä ja poistaa niiden toteutumisen esteitä;
- 2) tukea vammaisen henkilön itsenäistä elämää ja itsemääräämisoikeuden toteutumista;

*3) turvata vammaisen henkilön yksilöllisen tarpeen ja edun mukaiset, riittävät ja laadultaan hyvät palvelut.*

Lain tarkoituksena on samalla ohjata viranomaisia lain toteuttamisessa sekä palveluita koskevien säännösten tulkinnassa ja soveltamisessa. Se vaikuttaa vammaisten palveluiden tuottamis- ja toteuttamistavan valintaan ja palveluiden käytännön toteutukseen sekä arviointiin siitä, minkä lain nojalla hänen yksilölliset palvelunsa myönnetään. (Tukiliitto 2025.)

Ensisijaisesti vammaisten palveluita järjestetään yleislainsäädännön perusteella, esimerkiksi sosiaalihuoltolain mukaan. Jos palvelut eivät kuitenkaan ole yksilöllisen palvelutarpeen ja edun kannalta riittäviä ja sopivia on ne järjestettävä vammaispalvelulain mukaisesti. (THL 2025g.) Näiden erityispalveluiden järjestämistä sovelletaan vammaiseen henkilöön, jolla on pitkäaikainen tai pysyvä vamman tai sairauden aiheuttama fyysinen, kognitiivinen, psyykkinen, sosiaalinen tai aisteihin liittyvä toimintarajoite. Lakia voidaan soveltaa myös silloin, jos osallistuminen yhteiskuntaan yhdenvertaisesti muiden kanssa estyy vamman tai sairauden ja yhteiskunnassa esiintyvien esteiden vuoksi tai, jos itsenäisen elämän, osallisuuden tai yhdenvertaisuuden toteutuminen sitä edellyttää. (Vammaispalvelulaki 675/2023, 2.) Uuden lain tärkeänä lähtökohtana onkin vammaisen henkilön ihmisarvoisen elämän toteutuminen sekä mahdollisuus osallistua yhdenvertaisesti yhteiskunnan toimintaan, jossa itsemääräämisoikeus, osallisuus ja mahdollisuus päättää omista asioista toteutuvat (Tukiliitto 2025e).

Vanhan vammaispalvelulain ja kehitysvammalain mukaan tehdyt päätökset pysyvät voimassa maksimissaan kolme vuotta tai päätöksiin merkittyyn voimassaoloaikaan saakka, ellei päätöstä tarvitse muuttaa uuden lain mukaisesti asiakkaan toiveesta tai hänen tarpeensa ei sitä vaadi (Tukiliitto 2025). Kehitysvammalain mukaisia erityishuolto-ohjelmia ei enää tehdä uuden vammaispalvelulain tultua voimaan 1.1.2025. Kehitysvammalain perusteella tehdään vielä päätöksiä erityishuoltoon liittyvistä palveluista eli tahdosta riippumattomaan erityishuollon järjestämiseen ja kehitysvammalaissa mainittujen rajoitustoimenpiteiden käyttöön erityishuollossa. (THL 2025b.)

Vammaispalvelulain soveltaminen hyvinvointialueilla on alkanut ja jo nyt maaliskuussa 2025 näyttää siltä, että vammaispalveluita ei toteuteta lain edellyttämällä tavalla (Hintsala ym. 2025). Kehitysvamma- ja autismijärjestöt ovat yhdessä lähestyneet hallitusta vahvalla kannanotolla vammaispalveluiden säästöistä ja puutteista vammaispalvelulain toimeenpanossa. Järjestöjen mukaan hyvinvointialueet ovat laatineet omia soveltamisohjeita, jotka ovat lisänneet eriarvoisuutta palveluiden saannissa ja olleet osin jopa lainvastaisia. Järjestöihin on tullut yhteydenottoja myös asumiseen, lasten aamu- ja iltapäivätoimintaan ja loma-ajan hoidon järjestämiseen liittyvissä asioissa. Vammaisia ihmisiä on siirretty sosiaalihuoltolain mukaisiin palveluihin, jotka eivät ole olleet riittäviä heidän tarpeisiinsa nähden. Myös yksilöllisten tarpeiden ohittamista on näkynyt esimerkiksi henkilökohtaisen avun saamisen ja työ- ja päivätoiminnan sekä kuljetuspalveluiden vähentämisenä. Järjestöjen mukaan hallituksen hyvinvointialueiden lisäleikkaukset ja keskustelut vammaispalvelulain elämänvaiherajauksesta heikentävät kehitysvammaisten ja autismikirjon ihmisten ja heidän perheidensä elämää ja lisäävät näin heidän kärsimystään, eivätkä tuo toivottuja kustannussäästöjä. Järjestöjen mukaan hyvinvointialueet tarvitsevat leikkausten sijaan ohjausta ja aikaa vammaispalvelulain toimeenpanoon. (Hintsala ym. 2025.)

### 3.2 Sosiaalipalveluiden asiakasprosessi

Hyvinvointialueen sosiaalipalveluista vastaa kehitysvammaisen ihmisten sosiaalipalvelujen järjestämisestä (THL 2025h). Hyvinvointialueiden on järjestettävä sosiaalihuollon neuvontaa ja ohjausta selkeästi ja ymmärrettävästi sekä huomioitava esteettömyys ja saavutettavuus jotta kehitysvammaisen pystyy hoitamaan omia asioitaan (THL 2025c). Myös kehitysvammaisten lasten vanhemmat, jotka hoitavat lastensa asioita, saavat näin asianmukaista ja ymmärrettävää neuvontaa ja ohjausta sosiaalihuollon monesti vaikeasti ymmärrettävissä olevasta prosessista.

Kehitysvammaisen ihmisen asia voi tulla vireille suullisella tai kirjallisella yhteydenotolla sosiaalihuoltoon, joko hänen itsensä, varanomaisen,

vanhemman, huoltajan, puolison tai asiakkaan edustajan toimesta. Tässä vaiheessa arvioidaan tuen tarve ja joko aloitetaan asian käsittely tai tarvittaessa ohjataan ja neuvotaan muihin palveluihin. (THL 2025a.)

Sosiaaliviranomaisen on arvioitava, onko tuen tarve kiireellinen ja jos on, tuen tarve on arvioitava välittömästi. Näin tarvittava apu saadaan asiakkaalle nopeasti. Kiireettömän asian palvelutarpeen arviointi on aloitettava viipymättä ja hoidettava loppuun ilman aiheetonta viivytystä. Vammaispalvelulaissa tarkoitetun vammaisen henkilön palvelutarpeen arvio on aloitettava viimeistään seitsemäntenä arkipäivänä, kun asiasta on tullut yhteydenotto sosiaalihuoltoon. Päätös on toimeenpantava viimeistään 3 kuukaudessa sen vireille tulosta. (THL 2025d.)

Palvelutarpeen arvioinnissa on tarkoituksena yhdessä sosiaalihuollon ammattihenkilön ja vammaisen henkilön kanssa miettiä hänen tuen tarvettaan ja asiakkuuden edellytyksiä yksilöllisesti. Samalla mietitään millä sosiaalipalveluilla voidaan vastata vammaisen henkilön tarpeisiin. Asiakkaan oma arvio ja tarvittaessa asiakkaan läheisen näkemys sekä ammattihenkilön tekemät arviot avun- ja tuen tarpeesta yhdistyvät palvelutarpeen arvioinnissa. Ammattilaisen asiantuntijuus mahdollistaa asiakkaan kokonaistilanteen yhdistämisen ja ammattilaisen velvollisuutena on esitellä asiakkaalleen erilaisia palveluvaihtoehtoja. Palvelutarpeen arvioinnissa on tärkeää vammaisen henkilön ja ennen kaikkea vammaisen lapsen osallisuuden tukeminen. (THL 2025d.)

Asiakassuunnitelma on laadittava palvelutarpeen arvion jatkoksi vammaispalveluja tarvitsevalle henkilölle. Asiakassuunnitelma korvaa vanhan vammaispalvelulain mukaisen palvelusuunnitelman ja kehitysvammalain mukaisen erityishuolto-ohjelman. Asiakassuunnitelma sisältää vammaispalvelulain mukaiset palvelut sekä mahdollisesti muilla laeilla, esimerkiksi sosiaalihuoltolailla, toteutettavat palvelut. Asiakassuunnitelma sisältää muun muassa asiakkaan ja ammattilaisen arviot tuen tarpeesta, tarvittavista palveluista ja toimenpiteistä sekä asiakkaan ehdotuksen palveluiden tuottamis- ja toteuttamistavasta. Lapsen ja nuoren

asiakassuunnitelman perustana on lapsen, nuoren tai perheen oma näkemys tuen ja palveluiden tarpeesta sekä omasta perhekohtaisesta elämäntilanteesta, jolla voidaan tukea lapsen ja nuoren kasvua ja kehitystä sekä perheen arkea. (Tukiliitto 2025f.)

Asiakassuunnitelma ei vielä oikeutta palveluihin, vaan ne haetaan yleensä erillisellä hakemuksella. Asiakassuunnitelma kuitenkin toimii pohjana ja perusteluna myönnettäville palveluille. (Tukiliitto 2025f.) Palvelusta on annettava kirjallinen päätös, joka sisältää oikaisuvaatimus- tai valitusohjeen. Päätöksen tekee virkasuhteessa oleva sosiaalihuollon ammattihenkilö. Vammaispalvelulain päätökset ovat lähtökohtaisesti toistaiseksi voimassa olevia, mutta ne voidaan tehdä määräaikaiseksi henkilön oman edun, yksilöllisen tilanteen tai palvelun luonteen vuoksi. Päätös on toimeenpantava ilman aiheetonta viivytystä, kuitenkin viimeistään 3 kuukaudessa asian vireille tulosta. (THL 2025f.)

Vammaisilla henkilöillä on useasti monenlaisia eri palveluita ja tukitoimia, joita tuottavat ja järjestävät useat eri tahot. Asiakkaan edun kannalta onkin tärkeää, että palveluiden järjestäjien ja toteuttajien välinen yhteistyö on sujuvaa. Hyvinvointialueen on säännöllisesti seurattava ja arvioitava asiakkaan prosessia ja palveluita, jotta palvelut ovat hänen palvelutarpeeseensa ja tavoitteisiinsa nähden riittäviä, sopivia ja vaikuttavia. Tällä tavoin tulevat sekä asiakassuunnitelma että päätökset päivitetyiksi. Seurannassa on otettava huomioon asiakkaan arvio omasta tilanteestaan ja tarvittaessa hänen läheistensä arviot sekä asiakkaan kanssa toimivien ja asioihin vaikuttavien tahojen arviot tilanteesta. (THL 2025e.)

### 3.3 Lasten ja nuorten omaishoito Varsinais-Suomen hyvinvointialueella

Monet kehitysvammaisten lasten vanhemmista toimivat lastensa omaishoitajina, kuten myös suurin osa vertaistukiryhmämme jäsenistä. Omaishoidon tuki on sosiaalipalvelu, jonka järjestämisestä vastaa hyvinvointialue varaamiensa

määrärahojen puitteissa. Tätä palvelua säätelee laki omaishoidon tuesta. (Ilmanen ym. 2024, 5.)

Varsinais-Suomen hyvinvointialueen Omaishoidon tuen toimintaohjeiden mukaan lasten ja nuorten omaishoidon tuki on kohdennettu vammaisille ja pitkäaikaissairaille lapsille ja nuorille, joiden hoidon tarve on erittäin vaativaa ja sitovaa. Hoitoa, huolenpitoa, valvontaa ja ohjausta verrataan samanikäisen terveen lapsen vastaaviin tarpeisiin. Lapsen tai nuoren omaishoitajan työssäkäynti ei ole este omaishoitajana toimimiseen, koska lapsi tai nuori voi olla koulussa tai päiväkodissa. (Varsinais-Suomen hyvinvointialue 2024, 12.)

Omaishoidon tuki koostuu hoidettavalle annettavista palveluista, hoitajan hoitopalkkiosta ja omaishoidon vapaista sekä omaishoitoa tukevista palveluista. Myönnetystä omaishoidon tuesta tehdään päätös ja laaditaan omaishoitosopimus, johon liitetään yhdessä hoidettavan ja omaishoitajan kanssa tehtävä hoito- ja palvelusuunnitelma. (Tukiliitto 2025d.)

Omaishoidon tuki on jaoteltu Varsinais-Suomen hyvinvointialueella kolmeen hoitopalkkioluokkaan hoidon sitovuuden ja vaativuuden mukaan ja omaishoidon lakisääteisiä vapaita on kolme (3) vuorokautta kalenterikuukautta kohti. Hyvinvointialue vastaa omaishoidon vapaiden järjestämisestä ja sitä voidaan järjestää lyhytaikaisena hoitona ympärivuorokautisessa palveluasumisessa, sijaishoitona, kotiin annettavana palveluna tai lyhytaikaisena perhehoitona. (Varsinais-Suomen hyvinvointialue 2024, 12–14, 16–18.)

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos on toimeksi antanut selvityksen omaishoidon tuen tilanteesta vuonna 2024. Raportin mukaan hyvinvointialueiden kesken on eroja omaishoidon tuen myöntämisperusteissa, lakisääteisten vapaiden käytössä ja myöntämisessä, jolloin omaishoitajien yhdenvertaisuus ja jaksamisen tukeminen eivät toteudu. Varsinkin alle 18-vuotiaan lapsen hoitajan työpanoksen arviointi koettiin haasteelliseksi, koska huoltajan velvollisuutena on muutenkin auttaa, hoivata ja hoitaa lastaan monta kertaa päivässä. Koettiin, että hoivan, vaativan valvonnan sekä ohjauksen sitovuuden eron kuvaaminen omaishoitajan ja muun huoltajan välillä oli vaikeaa. Pääsääntöisesti

omaishoidon tukea myönnetään huolenpidosta, joka syntyy alle 18-vuotiaan lapsen ikätasoon nähden selkeästi sitovammasta ja vaativammasta hoidosta, huolenpidosta ja valvonnasta. Näin alle 18-vuotiaan omaishoidon tuen myöntämisen raja on korkeampi kuin aikuisilla. (Ilmanen ym. 2024, 1, 9–10.)

Omaishoidon lakisääteiset vapaat ovat tärkeä tukimuoto omaishoitajien jaksamiseen. Sitä kuitenkin käytetään vähän ja syynä on muun muassa tilapäishoitopaikkojen vähyys ja soveltuvuus sekä haluttomuus jättää hoidettava muiden hoitoon tai hoidettavan oma vastahakoisuus hoitoa kohtaan. Erityisen haastavaa hoidon järjestäminen on alle 18-vuotiaille ja olisinkin hyvä monipuolistaa vapaiden muotoja, jotta jokaiselle omaishoidettavalle löytyisi joustava ja yksilöllinen hoitopaikka. (Ilmanen ym. 2024, 17.)

### 3.4 Muut ammattilaiset kehitysvammaisen lapsen ja nuoren elämässä

Sosiaalitoimen lisäksi kehitysvammaisilla lapsilla on yleensä muitakin ammattilaisia ympärillään antamassa apua ja tukea sekä kuntoutusta. Heillä voi olla erilaisia terapioita, kuten toiminta-, fysio- ja puheterapiaa sekä säännöllisiä tutkimusjaksoja ja lääkärikäyntejä. Kelan kautta saatavia palveluita ja tukia on myös mahdollista saada, kuten vammaistukea, sopeutumisvalmennusta, terapioita ja kelan tulkkauspalvelua. Nämä vaativat kuitenkin lääkärin b-lausunnon tai kuntoutussuunnitelman sekä hakemuksen Kelaan. (Kela 2025.)

Kehitysvammaisilla lapsilla on subjektiivinen oikeus saada kokopäiväistä varhaiskasvatusta ja tarpeittensa mukaista varhaiskasvatuksen tukea sekä opetusta ja tukea opiskeluun osallistumisessa ja oppimisessa. Heille tehdään erityisen tuen päätös, joka annetaan hallintopäätöksenä. Varhaiskasvatuksessa lapselle on laadittava varhaiskasvatussuunnitelma eli VASU ja koulussa henkilökohtainen opetuksen järjestämistä koskeva suunnitelma eli HOJKS. Näihin suunnitelmiin kirjataan lapselle myönnetty apu ja tuki sekä näiden järjestäminen. (Eskelinen 2023, 8, 18; Tukiliitto 2025b.)

Kehitysvammaisilla lapsilla on oikeus maksuttomaan koulukuljetukseen esi- ja perusopetuksessa (Tukiliitto 2025c). Lapset voivat saada myös aamu- ja

iltapäivätoimintaa perusopetuslain mukaisesti tai lyhytaikaisena huolenpitona uuden vammaispalvelulain mukaisesti, jos kunta ei järjestä perusopetuslain mukaista vammaisen lapsen tarpeisiin vastaavaa aamu- ja iltapäivätoimintaa. (Tukiliitto 2025a.)

Edellä mainittujen palveluiden lisäksi kehitysvammaisen lapsi ja hänen perheensä voivat saada paljon muitakin erilaisia palveluita, jotka helpottavat arkea. Jokaisella kehitysvammaisella lapsella ja hänen perheellään on yksilölliset tuen tarpeet, joiden mukaan palvelut räätälöidään. On tärkeää, että perheiden kanssa työskentelevillä ammattilaisilla olisi ymmärrys perheen kokonaistilanteesta, jossa jokaisen perheenjäsenen toiveita ja tarpeita tarkastellaan yksilöllisesti (Anttila 2020).

### 3.5 Läheisten jaksaminen tuki- ja palveluviidakossa

Anttila (2020) tuo esille, miten mutkikkaita, joustamattomia ja riittämättömiä erityislapsiperheiden palvelut voivat olla. Perheiltä vaaditaan aikaa ja voimavaroja asioinnissa moneen suuntaan. Nämä vaatimukset ovat näkyvissä myös kehitysvammaisten lasten perheissä. Olisi tärkeää, että vanhemmat saisivat tarvitsemaansa tukea vaativaan arkeensa ja omaan jaksamiseensa.

Samoja asioita on tuotu esiin myös Leijonaemojen tarinat -kasvu erityislapsen vanhemmaksi kirjassa (Aalto ym. 2015, 261). Siinä kuvataan, miten omien oikeuksien hakeminen tuntuu erityisen raskaalta silloin, kun kaikki energia menee pelkästään arjessa selviytymiseen. Byrokratian kanssa tappeleminen vie voimia ja säästöbudjettien vuoksi eivät viranomaiset tarjoa avustuksia tai tukia, vaikka vammaisella ihmisellä olisi niihin lain mukainen oikeus.

Hyvinvointialueiden säästöjen ja uuden vammaispalvelulain myötä on vanhempien pelko tukien ja palveluiden saamisessa kasvanut entisestään. Hyvinvointialueiden säästötoimet ja vammaispalvelulain soveltaminen vaativat vahvaa lain tuntemusta, jotta lain suomat oikeudet eri tukiin ja palveluihin toteutuvat. Tämä taas kuormittaa vanhempia entisestään ja näkyy koko perheessä.

Kaikesta huolimatta kehitysvammaisten lasten perheillä on joustavuutta selviytyä arjen kuormituksesta sekä tuki- ja palveluviikosta. Rakkaus lapsiin on koettu tärkeimmäksi voimavaraksi. Voimia antavat myös esimerkiksi parisuhde, ystävät ja läheiset, vertaistuki, oma aika, riittävä uni ja lepo, työ, lapsen avustaja ja tilapäishoito sekä liikunta. Vanhemman on hyvä tiedostaa, mitkä asiat tukevat juuri hänen hyvinvointiaan. Näin vanhempi pystyy paremmin suunnittelemaan ja jaksottamaan omaa arkeaan. (Anttila 2020.) Tähän vanhemman jaksamiseen, hyvinvointiin ja voimavarojen ylläpitoon halusimme kehittämistyöllämme panostaa, jotta vertaistukiryhmämme perheet jaksaisivat edelleen vaalia omaa hyvää erityistä arkeaan.

## 4 Kehitysvammaisten lasten vanhempien jaksaminen ja hyvinvointi vertaistuen kautta

Kehittämistyön tuotoksen tavoite on uusien, erilaisten ryhmätapaamisten syntyminen, joissa vahvistetaan ryhmäytymistä ja tuetaan vanhempien arjen voimavaroja. Vanhempien jaksaminen helpottaa perheen arkea ja vahvistaa parisuhdetta sekä vanhemman ja lapsen välistä suhdetta. Tärkeää olisi myös huomioida erityislapsen ns. terveet sisarukset, joita koskevat asiat jäävät helposti sivuutetuiksi ryhmän keskusteluissa. Jokainen perhe on ainutlaatuinen omalla tavalla haasteineen ja voimavaroineen ja tämän ainutlaatuisen kokonaisuuden tukena toimivat läheiset ihmissuhteet. Lapsen hoito vaatii aikaa ja aiheuttaa huolta, joten parisuhteelle jää vähemmän aikaa. (Anttila 2020.) Erityislasten vanhemmilla on suurempi eroriski kuin tavallisten perheiden vanhemmilla ja eronneen erityislapsen vanhemman mahdollisuus käydä töissä on usein rajallista puutteellisten tukitoimien vuoksi lisäten eriarvoisuutta ja mahdollista syrjäytymistä (YTPL 2024). Vertaistuki on hyvinvointia lisäävää vuorovaikutusta ja tukea, joka voi toimia hyvänä pohjana uusille, vanhemmuutta tukeville ystävyysuhteille.

### 4.1 Vertaistuki

Vertaistuella tarkoitetaan kokemukseen perustuvaa, samassa elämäntilanteessa olevien ihmisten vastavuoroista tukea. Varhaisimmat vertaisryhmät ovat toimineet Suomessa 1940-luvulta, mutta varsinainen arvonnousu tapahtui vasta 1990-luvun laman myötä ja vertaistuen merkitys oman alansa asiantuntijana alkoi kasvaa etenkin erityisten diagnoosien alla toimivissa vammais-, omais-, potilas- ja mielenterveysjärjestöissä (Mikkonen & Saarinen 2018, 3). Sosiaali- ja terveydenhuollon resurssien leikkaukset auttoivat erilaisten oma-apuohjelmien syntyä nostaen esiin vertaistuen merkityksen.

Vertaistuki perustuu vapaaehtoisuuteen sekä tasa-arvoon ja toisten kunnioitukseen. Osallistujien samankaltaiset kokemukset luovat ainutlaatuisen näkökulman kulloinkin käsiteltäviin aiheisiin ja samanlaista tukea voi saada vain ihmisiltä, joilla itsellään on kokemuksia aiheesta. Kukaan ei jää ryhmässä kamppailemaan ongelmiensa kanssa yksin vaan pystyy vaihtamaan ajatuksia ja tulee kuulluksi ja nähdyksi samassa elämäntilanteessa olevien ihmisten kanssa. Vertaistukea on enenevässä määrin tarjolla myös verkossa sosiaalisen median alustoilla, joka helpottaa myös harvaan asutulla alueella elävien perheiden mahdollisuutta löytää vertaistukea. Kehitysvammaisten lasten vanhemmille voi vertaistuki parhaimmillaan antaa voimaantumista ja voimavaroja sekä kokemuksen selviytymisestä sekä vahvistaa myös tunnetta siitä, että oma lapsi tulee selviämään tulevaisuuden mukanaan tuomista haasteista. (Anttila 2020.)

Näytämme raportissamme vertaistoiminnan positiivisessa valossa, mutta toimimattomat vuorovaikutussuhteet ryhmän jäsenten kesken voivat johtaa myös epätydyttävään vertaiskokemukseen ja yksinäisyyden tunteen lisääntymiseen (Kinnunen 2006, 128).

#### 4.2 Vertaistoiminta

Vertaistukiryhmissä tuki on yksinkertaisimmillaan kuuntelemista ja omien kokemusten jakamista. Ryhmässä kaikki ovat tasa-arvoisessa asemassa, kaikkia osallistujia kuunnellaan ja tuetaan haasteissa, osoitetaan empatiaa, ymmärretään, mutta ei säälitä. Ihmisillä on tarve saada olla tekemisissä samankaltaisissa elämäntilanteissa elävien ihmisten kanssa ja purkaa turvallisesti omia kokemuksiaan ymmärtävien ihmisten kanssa. Yhteisten kokemusten jakaminen vertaisryhmän foorumilla ja muiden vertaisten mentorointi auttavat myös vanhemmuuden vahvistumisessa (Kinnunen 2006, 2). Vertaistukiryhmät voivat olla joko keskustelevia tai toiminnallisia, usein vaihtelevasti molempia tarpeen mukaan. Keskustelu on tuen antamisessa tärkein muoto ja ryhmän keskusteluissa voi oma elämäntilanne rakentua selkeämmäksi. Vertaistukiryhmän ryhmän koolla on merkitystä. Ryhmän ihanteellinen koko on 6–10 jäsentä, jolloin ryhmä pysyy kiinteämpänä, toiminta

päämäärätietoisena ja emotionaalisen lämmön ja tuen määrä suurempana (Kinnunen 2006, 33).

Vertaistuen organisointiin on nykyään monia malleja ja verkkotapaamiset yleistyvät kovaa vauhtia, tulevaisuudessa todennäköisesti lisääntyvässä määrin (Anttila 2020). Järjestöjen avustusten leikkaukset ja toiminnan tarpeen ja kustannusten kasvu eivät kohtaa ja monet järjestöt ovatkin huolissaan toimintansa jatkuvuudesta (Järjestöbarometri 2024). Sosiaalisen median ja verkon avulla tuotettu vertaistukitoiminta on kustannustehokasta verrattuna fyysisissä tiloissa järjestettävään toimintaan ja myös kehitysvammaisten lasten vanhempien mahdollisuudet osallistua toimintaan helpottuvat verkon välityksellä. Kaikilla ei ole tukiverkkoja eikä edullista lastenhoitoapua ole tarjolla MLL:n toiminnan alasajon jäljiltä. Hyvinvointialueuudistus ja rahoituksen leikkaukset tulevat varmasti vaikuttamaan tarjottavan vertaistuen määrään, sillä vertaistuki on perinteisesti ollut maksutonta ja vapaaehtoisten rooli ammattilaisten rinnalla huomattava. Vapaaehtoisten ikääntyminen ja poisjäänti järjestötoiminnasta on myös valtakunnallinen haaste. (Järjestöbarometri 2024.)

#### 4.3 Sosiaalinen tuki

Sosiaalinen tuki toimii ihmisten vuorovaikutuksessa, jossa molemmat antavat ja saavat tukea. Me kaikki tarvitsemme sosiaalista tukea elämämme aikana voimavarojemme lisäämiseksi suojana stressiä vastaan ja sosiaalisen tuen puute voi vakavasti heikentää terveyttämme ja hyvinvointiamme (Cohen & Syme 1985,13). Vertaistuki on vain yksi monista sosiaalisen tuen muodoista. Muita tukimuotoja ovat emotionaalinen, tiedollinen, arvioiva ja instrumentaalinen tuki. Emotionaalinen tuki sisältää tunnetukea eli kuuntelemista ja välittämistä, tiedollinen tuki kirjaimellisesti tietoa ja toimintamalleja, arvioiva tuki positiivista palautetta ja sosiaalista arviointia ja instrumentaalinen tuki aineellista apua. Sosiaalinen tuki vaihtelee riippuen ryhmän jäsenten persoonallisuudesta, ryhmän rakenteesta ja tapaamisen mallista sekä niiden välisistä suhteista. (Vahtera & Uutela 1994.) Killin vertaistukiryhmässä on havaittavissa emotionaalista, tiedollista ja arvioivaa tukea rohkaisun ja kannustuksen kautta.

Ryhmä koostuu eri-ikäisistä vanhemmista ja kokeneempien jäsenten puheenvuoroja kuunnellaan arvostavasti, sillä heidän kokemuksillaan on kaukupohjaa. Ihmiset antavat sosiaalista tukea yleensä kolmesta eri syystä eli 1) heille on siitä jotain hyötyä, 2) he välittävät toisesta ihmisestä tai 3) heillä on velvollisuus tukea toista ihmistä (Mäenpää 2018, 16). Sosiaalinen tuki on myönteinen käsite, joka perustuu vastavuoroisuuteen ja tasapainoon. Killin vertaistukiryhmässä annetaan ja saadaan sosiaalista tukea kaikista edellä mainituista syistä.

#### 4.4 Ryhmä ja ryhmäytyminen

Me kaikki kuulumme elinkaaremme aikana erilaisiin ryhmiin, joiden merkitys itsellemme ja elämällemme vaihtelee. Ryhmät ovat erilaisia kokonaisuuksia ja ne käyvät lävitse useampia vaiheita olemassaolonsa aikana. Ryhmä ei kehity kertatapaamisella, vaan sen muodostumiseksi tarvitaan useampi yhteinen tapaaminen. Ryhmäytymisen yksi tunnetuimmista teorioista on Bruce Tuckmanin kehittämä ryhmän kehitysvaiheiden malli, joka ei sellaisenaan täysin sovi kaikkien ryhmien kuten esimerkiksi Killin vertaistukiryhmän kehityskulkuun, mutta antaa ymmärrystä ryhmän tämänhetkisestä toiminnasta. Ryhmän kehitysvaiheet voivat seurata toisiaan mallin mukaisesti, mutta voivat myös vaihdella eikä kaikkia vaiheita välttämättä edes pääse kehittymään. (Tuckman 1965, 384–387.) Tuckmanin teorian mallin viisi vaihetta on:

- 1) Muodostumisvaihe, jonka aikana ryhmän jäsenet tutustuvat toisiinsa ja hakevat tulevan toiminnan muotoja. Alkuvaiheessa ristiriitoja on vähän ja ilmapiiri on avoin. Muodostumiseen tarvitaan aikaa ja useampia tapaamisia.
- 2) Kuohuntavaihe, jonka aikana jäsenten persoonallisuus nousee esiin ja jokainen löytää paikkansa ryhmässä. Tässä vaiheessa voi nousta esiin myös ristiriitoja ja ryhmän ohjaajalla onkin tässä vaiheessa ryhmän toimintaa erityinen merkitys.
- 3) Sopimisvaihe, jonka aikana jäsenet tuntevat toistensa persoonaa ja toimintatapoja. Ryhmä tuntuu omalta ja turvalliselta eli ryhmäytyminen on

nyt tapahtunut. Keskusteluissa voidaan sukeltaa syvemmälle ja vaikeampiin asioihin kuin aiemmin.

- 4) Menestysvaihe, jonka aikana ryhmä toimii tehokkaasti ja tavoitteellisesti yhdessä ja pystyy ratkomaan ristiriitoja itsenäisesti. Tätä vaihetta yleensä tavoitellaan kaikissa ryhmissä.
- 5) Päättymisvaihe, jonka aikana ryhmä lopettaa toimintansa. Jäsenet voivat siirtyä muihin ryhmiin tai hyvästellä toisensa lopullisesti. Tämä vaihe voi tulla ajankohtaiseksi aikaisemminkin.

Ryhmämme on toiminut pitkälti samalla kokoonpanolla seitsemän vuotta, joten alun muodostuminen ja kuohuntavaihe ovat jo taaksejäänyttä toimintaa. Ryhmä on vakiintuneen sopimisvaiheen ja menestysvaiheen välimaastossa, ja osallistujat tuntevat toisensa ja ovat rakentaneet luottamuksellisen ja toimivan ryhmän. Luottamuksellisuus onkin tärkeä osa vertaistukea ja luottamuksellisuuden synty vaatii aikaa (Anttila 2020). Ryhmän jäsenet pystyvät keskustelemaan ja esittämään mielipiteitään rohkeasti ja spontaanisti ja ohjaajana toimiva henkilö pystyy nauttimaan työstään ja osallistumaan tarpeen mukaan.

Ryhmän toiminnan edelleen kehittymiseen tulevaisuudessa tarvittiin lisää toimintatapoja ja malleja, joten kehitystoimintamme osui ryhmän kehityskaaren oikeaan kohtaan. Me pääsimme heti kokeilemaan uutta ja tarkkailemaan ryhmän reaktioita uudenlaisten toimintailtojen myötä. Toivomme uusien menetelmien käyttöönoton jatkavan ryhmän menestysvaihetta vielä pitkään, jolloin päättymisvaihe siirtyy kauas tulevaisuuteen.

Ryhmämme on toiminut alusta asti avoimena ja sen toimintaan on voinut liittyä missä vaiheessa tahansa. Tutustuimme kahden eri yhdistyksen suljettuihin ryhmiin ja niiden toimintaan ja pohdimme avoimen ja suljetun ryhmän hyviä ja huonoja puolia. Suljetun ryhmän jäsenet ovat sitoutuneita toimintaan ja ryhmän luottamus ja tuki ovat vahvaa, mutta uudistuuko suljettu ryhmä riittävästi niin, että sen toiminta on pitkällä tähtäimellä jatkuvaa? Avoin ryhmä on joustavampi tapaamisten osallistumisten suhteen, mutta vähentääkö avoimuus sitoutumista ja onko avoimellakaan ryhmällä tulevaisuutta? Näitä asioita pohdimme

kehitystyössämme, jonka tarkoituksena oli vireän ja monipuolisen ryhmätoiminnan jatkuminen ja yhdistyksen tulevaisuuden turvaaminen.

## 5 Kehittämistyön toteutus

Salosen ym. (2017, 52) mukaan kehittämistyö etenee prosessimaisesti eteenpäin ja erilaisia menetelmiä käyttäen. Kehittämisprosessin vaiheita ovat (1) nykykäytännön kehittämistarpeiden tunnistaminen, (2) ideointivaihe, (3) suunnitteluvaihe, (4) toteutusvaihe, (5) tulos ja tuotos, (6) arviointivaihe ja (7) päätösvaihe. Prosessi etenee sykleittäin ja syklit lomittuvat usein toisiinsa. Kehitysvammaisten lasten vanhempien vertaistukiryhmän kehittämistyön työskentelytapaa voidaan kuvata konstruktivistisen mallin mukaan, jossa lineaarisuus ja syklisyys ilmenevät eri vaiheissa. Tässä työskentelytavassa tärkeää on yhdessä tekeminen, osallisuus, toiminnassa oppiminen, jatkuva reflektointi ja menetelmäosaaminen. Yhteisöllisyys, osallistava johtaminen ja arvioiva työote ovat sen koossapitäviä voimia. (Salonen ym. 2017, 53.)

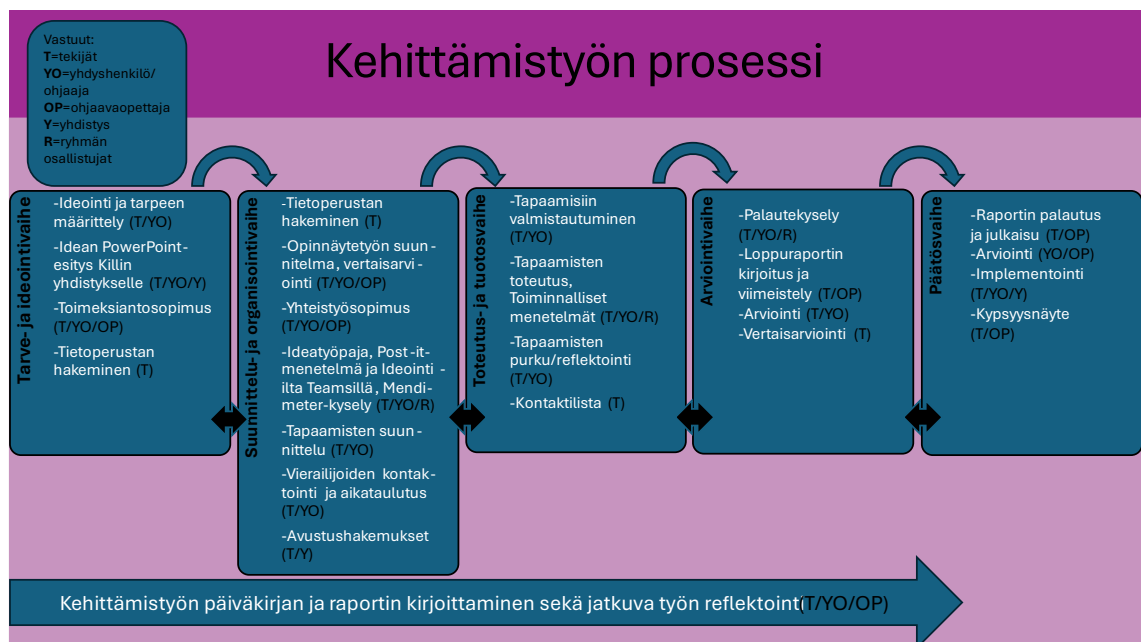
### 5.1 Kehittämistyön prosessi ja kehittämismenetelmät

Kuviossa 1 olemme kuvanneet kehittämistyömme prosessia, työssämme käytettäviä menetelmiä ja vastuunjakoja. Koko kehittämissuunnitelman aikana pidimme päiväkirjaa ja kirjoitimme loppuraporttia sekä teimme jatkuvaa työn reflektointia. Näin pysyimme koko ajan tilanteen tasalla, pystyimme palamaan tarvittaessa taaksepäin ja suunnittelemaan tulevaa.

Prosessi alkoi tarve- ja ideointivaiheesta, jossa kartoitimme ensin Kehitysvammaisten lasten vanhempien vertaistukiryhmän kehittämistarpeita ja lähdimme siitä ideoimaan kahdestaan erilaisia ideoita ja keräämään tietoperustaa ideamme tueksi. Tämän jälkeen kokosimme ideoista mielestämme toimivan kokonaisuuden, jonka esitimme PowerPoint-esityksenä Killin yhdistyksen hallitukselle ja teimme toimeksiantosopimuksen heidän kanssaan. Kirjoitimme alusta asti päiväkirjaa tapaamisistamme, tapaamisten aiheista ja päätettävistä asioista.

Suunnittelu- ja organisointivaiheessa jatkoimme tietoperustan tutkimista ja hakemista sekä hioimme ideamme. Pidimme Ideatyöpajan vertaistukiryhmän

kanssa lokakuun 2024 lopussa. Tässä työpajassa kartoitimme osallistujien ideoita Post it-menetelmällä ja seuraavana iltana pidimme ideointitapahtuman etäyhteydellä Teams-sovelluksen välityksellä käyttäen apuna Mentimeter-ohjelman sanaseinää, jonne osallistujat pääsivät mobiililaitteillaan kirjoittaen antamamme numerokoodin osoitteeseen menti.com. He kirjasivat toiveitaan ja ideoitaan runsaasti. Edellisten kahden illan ideoiden mukaan lähdimme suunnittelemaan toiminnallisia menetelmiä vertaistukiryhmän tapaamisiin, ottamaan yhteyttä mahdollisiin vieraileviin vetäjiin ja aikatauluttamaan ryhmän kevään 2025 tapaamisia. Samaan aikaan suunnittelimme budjettia ja haimme raha-avustuksia antamaan linjauksen siitä, minkälaisia toiminnallisia tapaamisia pystyisimme järjestämään. Annoimme opinnäytetyön suunnitelman arvioitavaksi ohjaajallemme Killin yhdistyksessä, ohjaavalle opettajalle sekä vertaisarvioitavaksi toiselle koulumme opinnäytetyön työntekijäparille. Tämän jälkeen teimme yhteistyösopimuksen Killin yhdistyksen kanssa.



Kuvio 1. Kehittämistyön prosessin eteneminen, kehittämismenetelmät ja vastuujako.

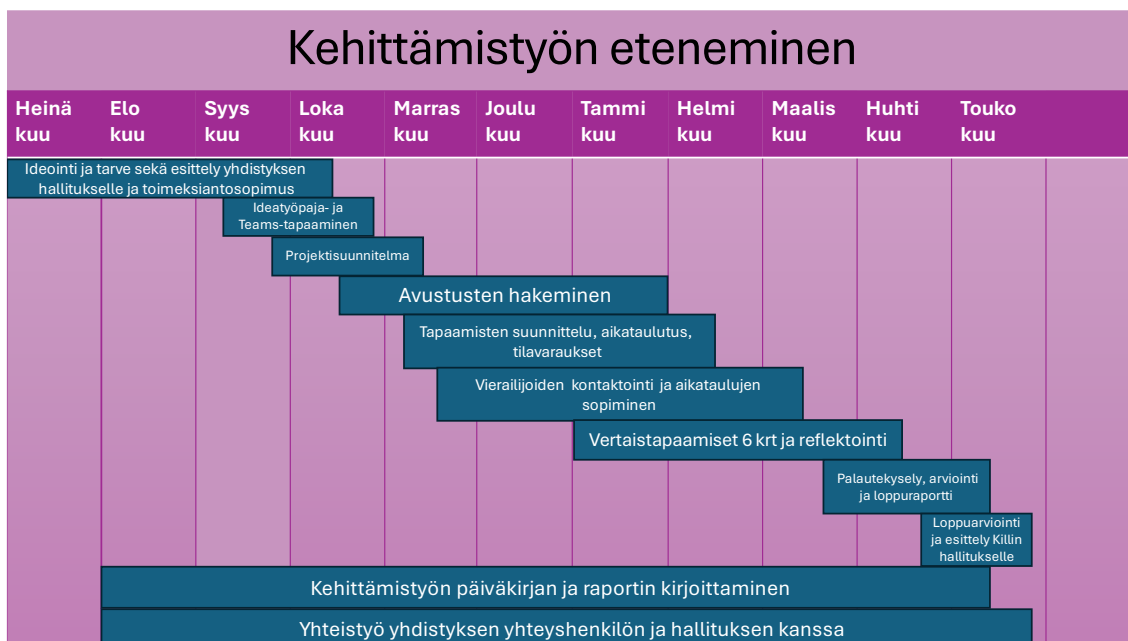
Toteutus- ja tuotantovaiheessa pääpaino oli itse tapaamisiin valmistautumisessa ja tuottamisessa sekä purkamisessa ja reflektomisessa. Kirjasimme jälleen kaiken päiväkirjamaisesti ylös, jotta pystyimme esittämään tapaamisten prosessin loppuraportissa selkeästi. Tässä vaiheessa saimme niin sanotun kontaktilistan valmiiksi, johon kokosimme kaikki mahdolliset kontaktit, joita vertaistukiryhmä voi käyttää jatkossa meidän kahden toteuttamien tapaamisten jälkeen. Teimme tiivistä yhteistyötä ja pyysimme palautetta koko ajan Killin yhdistyksen yhdyshenkilöltä ja kuuntelimme ryhmän osallistujien mielipiteitä jokaisen tapaamisen päätteeksi.

Arviointivaiheen alussa teimme palautekyselyn vertaistukiryhmään osallistuvilta ja analysoimme sen. Kirjoitimme opinnäytetyön loppuraporttia kehittämistyön ajan, joten arviointivaiheessa pääsimme viimeistelemään sen. Lopuksi loppuraportti vertaisarvioitiin ja Killin yhdistyksen yhdyshenkilö ja ohjaava opettaja arvioivat sen.

Kun kaikki on hyväksytty, siirrytään päätösvaiheeseen, jossa raportti palautetaan ja julkaistaan sekä saadaan lopullinen arvio. Esittelemme PowerPoint-esityksenä kehittämistyömme tulokset ja jatkosuunnitelmat Killin yhdistyksen hallitukselle, jotta työmme tulokset saataisiin juurrutettua yhdistyksen jatkuvaan toimintaan.

## 5.2 Kehittämistyön eteneminen

Kehittämistyön etenemistä ajallisesti olemme kuvanneet kuviossa 2. Kehittämistyömme alkoi kesällä 2024 ideoinnin merkeissä ja idean esittelemisellä Killin yhdistykselle elokuussa 2024. Aihe ilmoitettiin koulun Itslearning-alustalle ja ohjaava opettaja julkistettiin syyskuussa 2024. Kehitysvammaisten lasten vanhempien vertaistukiryhmän Ideatyöpaja ja Ideailta etänä järjestettiin lokakuussa 2024 ja projektisuunnitelman palautus oli marraskuun puolivälissä 2024.



Kuvio 2. Kehittämistyön eteneminen.

Tapaamisten suunnittelu, aikataulutus, tilavaraukset, vierailijoiden kontaktointi ja heidän aikataulujensa sopiminen sekä avustusten hakeminen sijoittuivat loppuvuoteen 2024 ja vuoden 2025 alkuun. Vertaistapaamiset toteutuivat tammikuun 2025 lopusta huhtikuun puoleen väliin, jonka jälkeen oli palautekysely vastattavana halukkaille, linkin kyselyyn laitoimme ryhmän omalle Facebook-sivulle. Lopullinen raportti viimeisteltiin ja arvioitiin huhti-toukokuun vaihteessa ja julkaisu oli toukokuussa.

Kirjoitimme päiväkirjaa ja loppuraporttia kehittämisprosessin ajan sekä teimme yhteistyötä Killin yhdistyksen yhdyshenkilön ja hallituksen kanssa syksystä 2024 kevääseen 2025.

## 6 Ryhmätapaamisten toteutus

Opinnäytetyömme tehtävänä oli suunnitella ja toteuttaa Killin kehitysvammaisten lasten vanhempien vertaistukiryhmän kevään 2025 tapaamiset. Toteutimme kevään aikana kuusi lähitapaamista. Toteutimme tapaamiset ohjaajavetoisesti sekä tuotimme vertaistapaamisiin erilaisia toiminnallista ja vaihtelevia sisältöjä osallistujien toiveita kuunnellen.

### 6.1 Työpajat

Ryhmän jäsenet pääsivät esittämään toiveitaan tulevien tapaamisten aiheista työpajoissa, jotka järjestimme Raision seurakuntatalolla paikan päällä sekä etänä Teams-alustan kautta. Lähipäivänä paikalla oli 8 ryhmän jäsentä, joille esittelimme kevään toiminnan kehittämissuunnitelman opinnäytetyömme aiheena. Tapaaminen sujui kahvin ja keskustelun äärellä ja jaoimme jokaiselle pinon post-it-lappuja, joihin he saivat kirjata omia toiveitaan tapaamisten teemoiksi. Keskustelimme pitkään vaihtoehtoista ja niiden merkityksellisyydestä ryhmän jäsenten hyvinvoinnin tukemiseksi. Teamsiin saimme mukaan 3 osallistujaa, kerroimme opinnäytetyöstämme kuten lähiryhmällekkin ja käytimme toivekartoituksen apuna Mentimeter-sanaseinää. Tämä keskustelu antoi uusia näkökulmia etenkin asiantuntijavierasluentojen aiheisiin ja koimme molemmat työpajat onnistuneiksi. Jaoimme työpajoilta saamamme ehdotukset seuraavanlaisiin teemoihin:

- erilaiset hyvinolon menetelmät, kuten rentoutus, jooga, ilmajooga ja äänimaljat sekä avantouinti ja sauna
- liikunnalliset menetelmät, kuten pilates, tanssi, zumba, kangoo - jump, ratsastus ja ulkoilu
- luovat ja kädentaitomenetelmät, kuten savi-, kranssi-, heijastin- ja korutyöt

- kulttuuritapahtumat ja yhteiset tapahtumat, kuten teatteri, ravintolaruokailu, viini-tasting, illanvietto, piknik-risteily ja 24 h-risteily
- asiantuntijaluennot eri aiheista, kuten lakiasiat, erilaiset tuet ja niiden hakeminen, asumispalvelut, työllistyminen ja kasvatushaasteet sekä tunnetaidot, tunteiden hallinta ja itsensä johtaminen

Näitä toiveita lähdimme seulomaan ja miettimään mitä pystyisimme toteuttamaan ja minkälaisella budjetilla. Tarkoituksena oli hyödyntää omia vahvuksiamme ja asiantuntijuuttamme sekä vuosien varrella kerääntynyttä verkostoamme. Meillä molemmilla on pitkä työura takana erilaisissa tehtävissä ja verkostoistamme löytyy monen alan ammattilaisia.

## 6.2 Avustukset ja budjetti

Laadimme kehitystoiminnalle ensin nollabudjetin ja suunnittelimme hoitavamme vuorotellen tapaamisten tarjoilut. Hyödynsimme omia kontaktejamme ja verkostojamme sekä ystäviemme halua auttaa meitä ilman veloitusta. Aloitustyöpajassa esille tulleissa kehitysehdotuksissa oli kuitenkin mukana hyvinvointia edistäviä vaihtoehtoja, jotka vaatisivat taloudellista panostusta. Mahdollisuus juhlavampaan päätöstapaamiseen siinsi ajatuksissamme, sillä yhdistelmä rentoutumista ja ruokailua oli ryhmän jäsenten isoin toive.

Haimme avustuksia ja apurahoja erilaisista säätiöistä, yhdistyksistä ja liitoista, kuten Tukilinjalta, Omaishoitajaliitolta, Killin yhdistykseltä ja lähialueen eri Lions Clubeilta. Avustussummaksi määrittelimme 500 €, joka kattaisi materiaalit ja tarjoilut loppuvuoden tapaamisiin. Olimme onnekkaita ja saimme Killin yhdistykseltä lupauksen avustuksesta mahdollisen retriittipäivän kustannuksista 40 €/osallistuja ja Lions Club Nousiainen myönsi vuodelle 2025 apurahan 500 € tapaamisten kustannuksiin. Rasion seurakunta ja Naantalın kaupunki tarjosivat tilat vertaistapaamisten järjestämiseen veloituksetta. Mahdollisuudet monipuolisten toiminnallisten tapaamisten järjestämiseksi kasvoivat avustusten myötä.

### 6.3 Ryhmätapaamisten runko

Suunnittelimme ryhmätapaamisiin rungon, joka toistuisi jokaisella tapaamisella tuoden struktuuria tapaamisiin ja auttaisi keskittymään toimintaan sekä luomaan turvallisen tilan ryhmän osallistujille ja meille ohjaajille.

Tapaamisten runko:

1. Tervetuloitovotus ja lyhyt alustus päivän teemaan
2. Mahti-tunnekorteilla aloitusfiilikset ja tarvittaessa esittelykierrros uusille osallistujille
3. Toiminnallinen osuus
4. Toiminnan purku ja vapaata keskustelua kahvittelun lomassa
5. Mahti-tunnekortit loppufiiliksestä ja palaute tapaamisesta

Vartaistukiryhmän osallistajat olivat tottuneet aloittamaan aikaisemmin tapaamiset kahvittelulla ja keskustelulla, joten uuden toimintatavan omaksuminen vei vähän aikaa. Halusimme kuitenkin pitää kiinni suunnittelemastamme tapaamisten rakenteesta, koska näin pystyimme toteuttamaan paremmin toiminnallisen osuuden ja säätelemään ajankäyttöä sekä pitämään ohjat käsissä alusta loppuun asti.

### 6.4 Ensimmäinen tapaaminen

Aloitimme tapaamisen suunnitellusti Mahti-tunnekorteilla (Kuva 1). Kaikki valitsivat itselleen sopivan kortin ja kahdeksan kymmenestä rohkaistui kertomaan kortin osoittamista tunteista. Tunnelma oli odottava ja hieman epävarma, mutta meidän tehtävänä on luoda ryhmän ilmapiiri avoimeksi ja luottavaksi. Alkufiilisten jälkeen kerroimme ryhmälle kevään tapaamisten rakenteen ja suunnitellut tapaamispäivät sekä niiden ohjelmat. Toimintapäivistä viikonloppuun sijoittuvaan rentoutusretiriittiin suhtauduttiin hieman epäillen ja sovimme, että laitamme ryhmän Facebook-sivulle kyselyn asiasta. Jos saamme kiinnostuneita vähintään kuusi henkilöä niin retiriitti toteutetaan. Tunnelma

keveni vähitellen ja keskustelu siirtyi luontevasti lasten ajankohtaisiin asioihin ja niiden aiheuttamiin tunteisiin.



Kuva 1. Mahti-tunnekortit.

Ensimmäisen tapaamisen varsinainen ohjelmaosuus oli Killin yhdistyksen hallituksen puheenjohtajan Riitta Kantosen puheenvuoro yhdistyksen toiminnasta ja pisin keskustelu käytiin Killin yhdistyksen yhteistyössä Turun kehitysvammaisten tuki ry:n kanssa pitämien Paneelipaja-keskustelujen loppuraportista, joka oli juuri ilmestynyt. Yhdistys on halunnut olla mukana Tukiliiton 2024 teemavuodessa ”Jokaisella on oikeus päättää itse asioista” ja lähti selvittämään Mynämäen, Naantalin, Turun, Liedon, Kaarinan ja Salon alueilla kehitysvammaisten ihmisten omia ajatuksia ja mielipiteitä, jotka koskevat heidän jokapäiväistä elämäänsä ja sitä koskevia päätöksiä. Linkki halukkaille lukijoille löytyy Killin yhdistyksen verkkosivuilta osiosta Uutiset.

Mielenkiintoisen esityksen jälkeen nautimme kahvit ja leivonnaiset, keskustelimme tapaamisesta ja saimme pienen palautteen siitä, että kahvituis voisi olla heti alkuun, koska osa ryhmäläisistä lähtee suoraan urheiluharrastukseen tapaamisen jälkeen.

Jatkoimme keskustelua kahdestaan tapaamisen kulusta ja suunnittelimme ja vahvistimme seuraavan kerran asiantuntijan saapumisen. Hän tulee ohjaamaan ryhmälle 45 minuutin pilates-harjoituksen. Keskustelimme myös kahvitarjoilun ajankohdasta ja totesimme, että paras paikka sille on tapaamisen toiminnallisen osuuden jälkeen.

### 6.5 Toinen tapaaminen

Tällä kertaa aloitimme ASPA-palveluiden fiiliskorteilla ja saimme heti palautetta, että kyseiset kortit ovat huonommat tunteiden käsittelyyn kuin Mahti-tunnekortit. Ryhmän tunnelmat olivat jännittyneet ja ensimmäisen toiminnallisen tapaamisen takia odotukset olivat selvästi korkealla. Olimme laittaneet kutsun tapaamiseemme oman Facebook-ryhmän lisäksi myös Erityislasten vanhempien ryhmään, ja tieto oli saavuttanut yhden vertaistukea etsivän henkilön. Esittelimme kaikki itsemme ja tilanteemme, jotta uusi osallistuja tuntisi itsensä tervetulleeksi.

Pääsimme tämän jälkeen heti toiminnalliseen osuuteen, joten ohjaaja kertoi suunnittelemansa harjoituksen rungon ja tavoitteet ja ohjasi meille rentouttavan 45 minuutin Pilates-treenin. Harjoituksen jälkeen nautimme smoothiet ja terveellisen välipalan keskustelun lomassa. Keskustelun lomassa muistutimme Killin yhdistyksen kevään kiipeilypäivästä ja luontoretkestä sekä kerroimme seuraavasta tapaamisesta, jonka teemana olisi Taidetta tunteista.

### 6.6 Kolmas tapaaminen

Aloitimme tuttuun tapaan Mahti-tunnekorteilla ja tällä kertaa monen kortti osoitti negatiivisia tunteita ja aggressiota eli sopivia tunteita savityön tekemiseen. Paikalla oli kahdeksan henkilöä ja pääsimme nopeasti toiminnalliseen osuuteen ja tarinallinen työskentelykokonaisuus, jossa savi ensin kesytettiin raivoisasti hakkaamalla ja sen jälkeen sitä muotoiltiin ja siloteltiin lempeän musiikin

tahdissa pääsi alkamaan. Tunteiden muokkaaminen taiteeksi oli fyysistä ja äänekästä työtä.



Kuva 2. "Luo tunteesta taidetta" -savityöpajaan osallistuneiden voimahahmot.

Nautimme laskiaisena kunniaksi nimikkopullia, pidimme savityötaidenäyttelyn ja keskustelimme tehdyistä voimahahmoista (Kuva 2). Saimme välitöntä positiivista palautetta toiminnasta ja toiveen toteuttaa vastaava tapaaminen myöhemminkin. Savityön tekeminen ei tulisi kenellekään kotona mieleen, mutta yhteinen tekeminen, jossa nauru ja tunteet räiskyivät, teki hyvää kaikkien mielille ja sieluille. Lopun fiiliskortit olivatkin aivan erilaisia kuin alussa eli savi oli tehnyt tehtävänsä ja aggressiot hävinneet.

Keskustelimme lopuksi seuraavasta tapaamisesta Naantalissa järjestötoiminnalla sekä äänestimme viimeisen tapaamisen ruokailusta, jonka paikaksi valikoitui ravintola Hasta la Pasta Naantalissa. Alkuperäinen suunnitelmamme toisen ravintolan kanssa ei valitettavasti onnistunut. Totesimme myös, että suunniteltu retiriitti toteutuu, sillä ilmoittautuneita oli tullut yhdeksän.

## 6.7 Neljäs tapaaminen

Olimme ajoissa paikalla Naantalin Kreivinniityn järjestötalolla ja kannoimme tarvittavat tavarat portaille valmiiksi. Ovikoodi ei suostunut toimimaan, mutta onneksi Naantalin kiinteistöpalveluilla oli vielä päivystäjä paikalla. Hän saapuikin nopeasti ja saimme yhdessä paikan pikavauhtia valmiiksi illan toimintaa varten.

Tapaamiseen saapui kahdeksan henkilöä, joista kaksi oli uusia osallistujia. Uusista osallistujista toinen oli mieshenkilö eli ryhmämme sai ihan uudenlaisen näkökulman toimintaan. Alun Mahti-tunnekortit paljastivat jälleen odottavan tunnelman ja vieraileva asiantuntija pääsi kertomaan ryhmälle ruuan ja juoman yhdistämisen saloista. Opimme paljon uutta ja keskustelua syntyi maistelun lomassa. Aika kului kuin siivillä ja loppufiilisten kortit olivat jälleen positiivisemmat kuin alussa. Moni totesi, että oli saanut hetken irtioton arjesta ja unohtanut muun maailman mukavasti pariksi tunniksi. Muistutimme seuraavasta tapaamisesta, joka on saariretriitti Ruotsalaisen saarella. Tähän tapahtumaan tulee ilmoittautuneille vielä lisätietoa sähköpostitse naantalilaiselta hyvinvointiyrittäjältä.

## 6.8 Viides tapaaminen

Tämä tapaaminen on erilainen eikä meidän kahden tarvinnut tehdä paljon muuta kuin saapua paikalle Rymättylän Haapalan rantaan aamulla klo 09.00. Kaikki ehtivät paikalle ja yhteysalus Isla starttasi 20 minuutin merimatkalle tasan kello yhdeksältä. Kävelimme läpi kauniin keväisen saaren ja saavuimme retriittipaikkaan, jossa aamupala oli jo meitä odottamassa. Ennen aamupalaa levitimme vielä Mahti-tunnekortit pöydälle ja varovaiset ja odottavat tunnelmat paljastuivat monen kortista. Aamupalan jälkeen pääsimme rauhoittumaan äänimaljarentoutukseen, jonka jälkeen nautimme lounasta yhdessä.

Lounaan jälkeen jakaannuimme kahtia. Halukkaat pääsivät saunaan ja mereen uimaan ja muut jooga Nidraan ja rumpurentoutukseen. Valittujen toimintojen jälkeen nautimme välipalaa rannassa nuotion ääressä ja lähdimme takaisin

kohti yhteysaluslaituria. Yhteysalus nouti meidät klo 16.30 ja loppufiiliskortit kävimme lävitse merimatkan aikana. Tulos oli selkeä eli rentoutumista oli tapahtunut ja osallistujat kiittelivät irtiotta rutiineista.

## 6.9 Kuudes tapaaminen

Edessä oli kevään viimeinen toiminnallinen tapaaminen opinnäytetyön osalta ja se loi meillä ohjaajille haikeat tunnelmat. Toinen meistä jatkaa ryhmän kanssa toukokuussa, mutta myös toinen on toivotettu tervetulleeksi tapaamisiin jatkossa oppimaan lisää kehitysvammaisten lasten ja heidän vanhempiensa elämästä. Tapasimme ryhmän kanssa Naantalissa Hasta la Pasta-ravintolassa, ja meille oli varattuna oma erillinen tila, jossa voimme keskustella omassa rauhassa. Meitä oli iso seurue tällä kertaa eli 13 ruokailijaa ja aloitimme jälleen Mahti-tunnekorttien tahdissa. Kortit kertoivat työhuolista ja väsymyksestä, joten kaikilla tuntui olleen rankka viikko takana. Nautimme ruuasta ja keskustelimme monista ajankohtaisista huolista, kesän lomista ja niiden järjestelyvaikeuksista sekä Varhan toiminnasta vammaispalvelulain soveltamisessa. Jälkiruuan ja kahvin aikana käänsimme keskustelun menneen alkukevään tapaamisiin. Kerroimme palautelomakkeen auenneen vastattavaksi ja linkki kyselyyn löytyy ryhmän Facebook-sivulta. Keskustelu jatkui vapaana ja saimme mukavasti sanallista palautetta tapaamisen päätteeksi. Ryhmässä oli turvallista ja lopun tunnekortit kertoivat lämpimistä fiiliksistä ja yhteisöllisyydestä.

## 7 Yhteenveto, johtopäätökset ja arviointi

Toteutimme kehittämistyön prosessin yhtä aikaan opiskelun ja työn kanssa, joten kaiken yhteensovittaminen vaati meiltä hyvää suunnittelua, pitkäjänteisyyttä ja kestävyyttä. Onneksi kuitenkin itse kehittämistyön aihe oli molemmille innostava ja yhteistyömme oli joustavaa, yhteensopivaa ja kannustavaa. Näin välttyimme ristiriidoilta ja pahimmalta uupumiselta. Pientä väsymistä oli välillä havaittavissa, mutta toinen toistaan kannustamalla ja lepoetkiä vaalimalla jaksoimme viedä kehittämistyömme maaliin.

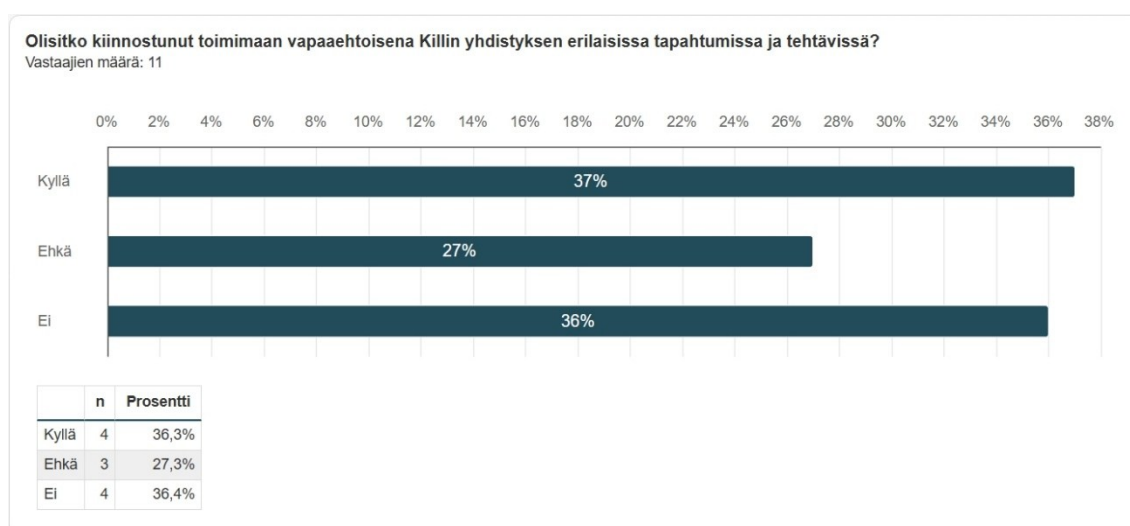
Lähdimme arvioimaan kehittämistyötämme alusta alkaen jatkuvana arviona. Pidimme kaikista kehittämistyön tapaamisista päiväkirjaa ja refleктоimme niitä yhdessä sekä Killin yhteyshenkilön, vertaisarvioitsijoiden ja ohjaavan opettajan kanssa. Ryhmän tapaamisten toteutusta arvioimme palautekyselyn ja suullisen palautteen avulla. Kehittämistyömme arviointia tapahtui koko prosessin ajan kaikkien prosessiin osallistuvien ihmisten toimesta ja kirjasimme arvioinnit tarkasti ylös.

### 7.1 Käytetyt arviointimenetelmät

Tapaamisten arvioinnissa käytimme erilaisia menetelmiä. Havainnoimme tapaamisilla muun muassa osallistujien kehonkieltä, äänenpainoja ja sanavalintoja sekä pyysimme joka tapaamisen lopuksi osallistujilta palautetta ei vain Mahti-tunnekorttien avulla, mutta myös suoraan kysymällä. Opinnäytetyön ohjaajan kanssa keskustelimme säännöllisin väliajoin ja pyysimme häneltä palautetta. Vertaisryhmän viimeiselle tapaamiselle olimme tehneet Webropol-kyselyn (Liite 1), jossa pyysimme palautetta tapaamisista sekä Likertin asteikon mukaisilla kysymyksillä että avoimilla kysymyksillä. Olimme ajastaneet kyselyn vertaisryhmän Facebook-sivuille avautumaan viimeiseen tapaamiseen, jolloin osallistujat pystyisivät sitä kautta vastaamaan kyselyyn tapaamiseen päätteeksi. Edellä mainittujen arviointimenetelmien avulla saimme arvokasta tietoa kehittämistyömme onnistumisesta ja tavoitteiden toteutumisesta.

## 7.2 Palautelomakkeen analysointi ja tavoitteiden toteutuminen

Palautekyselyn raportin (Liite 2) mukaan lomakkeen täytti 11 ryhmän jäsentä, joiden kaikkien mielestä toiminta vastasi odotuksia joko täysin tai lähes täysin. Ryhmään oli helppo päästä mukaan ja ilmapiiri koettiin kannustavaksi. Neljä viidestä ilmoitti saaneensa hyvin vertaistukea muilta ja koki kevään järjestelyt hyvin hoidetuiksi. Yhdistyksen kannalta merkittäviä olivat vastaukset jäseneksi liittymisestä eli joka viides oli kiinnostunut liittymään jäseneksi ja yli puolet kiinnostuneita ainakin jossain määrin toimimaan yhdistyksessä esimerkiksi ideointi, suunnittelu, markkinointi ja organisointitehtävissä (Kuvio 3). Kaikkien elämäntilanne ei tällä hetkellä anna aikaa aktiivisempaan toimintaan, mutta suunnitelmassa on osallistua aktiivisemmin, kun lapsi kasvaa ja pystyy itsekin osallistumaan yhdistyksen tapahtumiin.



Kuvio 3. Vertaisryhmän jäsenten (N=11) kiinnostus vapaaehtoistyöhön.

Ryhmän toivottiin kokoontuvan jatkossakin kerran kuukaudessa ja tulevan toiminnan sisältävän myös toiminnallisia elementtejä yhteisen tekemisen ja rentoutumisen parissa. Yhteiset keskustelut koettiin jatkossakin tärkeiksi ja toivottiin vierailuja muihin alueen kehitysvammayhdistyksiin (Kuva 3).

### Minkäläistä toimintaa toivoisit ryhmässä toteutettavan jatkossa?

Vastaajien määrä: 7

Vastaukset
Vertaistuki ja hölöttely on tärkeintä. Muutamia spesiaaleja juttuja voi järjestää, esim. äänimallarentoutus.
Tällä linjalla on hyvä jatkaa eli jaksamisen vahvistamista ja tukemista.
Rentoutusta, keskusteluja vaihtuvien teemojen, vierailuja muissa kehitysvammayhdistyksissä
Vertaistuelliset keskustelut ja kokoontumiset pääroolissa ja pari kertaa vuodessa jtn erilaista ohjelmaa.
Lajikokeiluja, ulkoilu, patikointi.
Teemailtoja, keskustelua, jotain pientä aktiviteettiä
Vapaata jutustelua, vertaistuellista keskustelua aihealueittain, asiantuntija luentoja, kädentaitoja (askartelu, leivonta, kokkaus tms), rentoutusta eri muodoissa, yhteistä tekemistä (leffa, ravintola, museokäynti, retriitti, konsertti, luontoretki jne), peli-iltoja, yhdessä ideointia ja uusien asioiden suunnittelua (workshoppailua), tiedon+ymmärryksen+kokemusten jakamista.

Kuva 3. Toiveet vertaisryhmän tulevasta toiminnasta.

Kahdeksan vastaajaa antoi avointa palautetta kevään toiminnasta (Kuva 4) ja palaute oli ihanaa. Toiminnan kerrottiin antaneen iloista vaihtelua arkeen ja oli mukavaa tulla valmiiseen pöytään kokeilemaan uusia juttuja, joiden järjestämiseen eivät omat voimavarat riittäisi. Paras kehu oli se, että yksi osallistuja koki tapaamisten olleen lämminhenkisiä, monipuolisia, turvallisia ja rentouttavia ja hän oli saanut uusia tuttuja ryhmästä.

### Anna palautetta kevään toiminnasta.

Vastaajien määrä: 8

Vastaukset
Kivaa vaihtelua ja tuli kokeiltua juttuja mihin ei muuten olisi lähtenyt. Etenkin retriitti saaristoon oli tosi kiva.
Pirstävä kevät ja ihana tulla valmiiseen pöytään ja kokeilla uusia asioita, joiden järjestämiseen oma energia ei riittäisi ☺ iso kiitos ❤️
Kaikki ryhmä kerrat olivat erittäin hyviä. Kerroilla oli mahdollista keskittyä hetkeen ja unohtaa arjen haasteet.
Mielenkiintoista, erilaista, mukavaa ja iloista toimintaa kaikille aisteille, suuri kiitos ❤️
Oli kiva touhuta porukalla. 😊
Hyvin vedetty! Jokaiselle jotain :-)
Mukavia tapaamiskertoja
Olitte järjestäneet mukavaa, monipuolista ja mielekästä ohjelmaa ja toimintaa! Järjestelyt onnistuivat aina hyvin. Tapaamisissa oli avoin, luottamuksellinen, lämmin ja ystävällinen ilmapiiri. Kohtaamiset toisten kanssa eri tilanteissa olivat onnistuneita ja sain uusia tuttavuuksia. Pidän siitä, että joka kerta aloitettiin ja lopetettiin fiilis-korteilla. Se maadoitti tapaamiseen, auttoi pysähtymään siihen hetkeen ja madalsi keskustelukynnystä, kun jokainen vuorollaan sai lyhyesti kertoa kortista, fiiliksestä ja itsestään. Kiitos teille mahtavasta keväästä! Onnistuitte ryhmäkertojen suhteen todella hyvin! Monipuolisuus, lämminhenkisyys, turvallisuudentunne tilaisuuksissa, teidän ystävällisyys, avoimuus ja rentous oli parasta! Annan arvosanaksi 10+ ja vielä 🐸 (papakajamerkki)

Kuva 4. Palaute vertaisryhmän kevään toiminnasta.

Toimeksiantajamme asettamiin tavoitteisiin saimme kevään pilotoinnin aikana selkeitä vastauksia. Vertaistoiminta monipuolistui toiminnallisten tapaamisten myötä ja ryhmäytyminen vahvistui yhdessä tekemällä. Osallistujien hyvinvointi

ja arjen voimavarat kasvoivat ja uudenlaiset tapaamiset houkuttivat mukaan aiemmin osallistuneita, mutta eri syistä pois jättäytyneitä jäseniä.

Tapaamisiin osallistui keskimäärin 8–10 henkilöä ja saimme kevään aikana mukaan neljä täysin uutta osallistujaa. Tapaamiset aktivoivat myös aiemmin käyneitä ryhmän jäseniä mukaan vaihtelevaan toimintaan. Ryhmän vetäjänä toimiva opinnäytetyömme ohjaaja saa rinnalleen innokkaan apulaisen Piasta ja palautekyselyn vastausten perusteella tulee ryhmästä nousemaan myös muita aktiiveja jatkamaan innovointia.

Olimme yhteydessä moniin eri tahoihin luodaksemme yhteyksiä erilaisiin sisällöntuottajiin ja loimme listan henkilöistä, jotka voivat jatkossa toimia tapaamisissa ohjaajana tai luennoitsijana. Meillä on luotuna nimilista, joka on tarkoitettu vain Killin yhdistyksen käyttöön, mutta se sisältää seuraavanlaisia ammattilaisia:

- Keittiöalan ammattilaisia 3 henkilöä, jäsenten yhteisten ruuanvalmistustoiveiden täyttämiseksi.
- Juoma-alan ammattilaisia 2 henkilöä, esim. suunnitteilla Mocktail-koulutusilta.
- Liikunta- ja hyvinvointiohjaajia 3 henkilöä liittyen erilaisiin rentoutuksiin ja toiminnallisiin harjoituksiin.
- Kädentaitojen opettaja askartelutoimintaa tukemaan.
- Lista yhteistyökumppaneista ja yhdistyksistä, joilta anoa toiminta-avustusta jatkossa.

Tärkeä tavoite yhdistyksen tulevaisuuden kannalta oli innostaa osallistujia liittymään Killin yhdistyksen jäseniksi ja aktiiveiksi mukaan erilaisiin tilaisuuksiin ja tapahtumiin. Tämä tavoite onnistui ainakin palautelomakkeen vastausten mukaan ja nyt onkin tärkeää hyödyntää tätä intoa ja sitouttaa ryhmäläisiä mukaan yhdistyksen toimintaan ja kehittämiseen tulevaisuudessa.

Omat tavoitteemme saimme täytettyä, sillä kehittämistyön prosessi tuli selkeäksi. Keskustelut ryhmässä antoivat syventävää tietoa vanhempien eri haasteista, ja yhdessä tekeminen sekä vertaistuen eri muodot selkenivät.

Vertaistukiryhmämme keskusteluissa korostuivat arjen pyörittämisen ohella kuormittavina tekijöinä lasten asioiden hoitaminen ja hyvinvointialueen monimutkainen palvelurakenne, byrokratia ja huono tavoitettavuus.

Vertaistukiryhmän jäsenet kokivat myös, että heidän tulisi olla monen asian ja alan asiantuntijoita, jotta lapsi ja perhe saisivat tarvitsemansa avun ja palvelut.

Ryhmän ohjaamisesta oli meillä molemmilla aiempaa kokemusta, mutta lisäkokemus ja erilaiset suunnittelupalaverit yhteistyökumppanien kanssa ovat aina uuden oppimisen paikka. Avustuksia emme olleet aiemmin hakeneet, joten tämä toiminta tuli tutuksi ja vaati astumista oman mukavuusalueen ulkopuolelle, sillä kirjallisten hakemusten lisäksi soitimme myös alueen pienempiin yhdistyksiin ja keskustelimme hakemuksistamme päättävien henkilöiden kanssa. Perustelutaitomme paranivat ja rohkeus yhteydenottoihin kasvoi.

### 7.3 Mitä olisi voinut tehdä toisin?

Opinnäytetyön aikana tuli eteen tilanteita, joissa jälkeenpäin ajateltuna olisi pitänyt toimia toisin. Ryhmän ensimmäisellä tapaamisella olimme varautuneet ryhmän sääntöjen luomiseen, mutta keskustelun vallatessa tilan, jäivät säännöt kirjaamatta. Seuraavilla tapaamisilla veivät toiminnalliset harjoitteet oman aikansa eikä sopivaa hetkeä enää tullut. Keskustelun tärkeä merkitys selkisi tapaamisten aikana ja niille varasimmekin aina aikaa. Toiminnallisuus toi vaihtelua kokoontumisiin, mutta vertaistuen vahvistuminen vaatii dialogisuutta yhteisen tekemisen rinnalle.

Ohjaajan ja ryhmän jäsenen väliset roolit ja suhteet mietityttivät meitä. Nämä suhteet vaativat aikaa luottamuksen rakentamiseen ja vaikka Pia tunsu ryhmän pitkältä ajalta osallistujan roolissa niin Sarin ulkopuolisuus aiheutti alkuun arastelua. Meidän toiminnallisten tapaamisten pilotointimme kesti noin puoli vuotta, mikä on lyhyt aika vakiintuneen toiminnan luomiseen. Jatkossa venyttäisimme vastaavan projektin vuoden mittaiseksi.

Tekninen yksityiskohta, johon emme kiinnittäneet huomiota, oli loppukyselyn helppo raportointi. Käytimme Webropol-lomaketta, joka oli yksinkertainen tehdä,

mutta hankala raportointityökaluna. Microsoft Forms-sovelluksen lomakkeella olisimme päässeet helpommalla ja jatkossa valitsemme tämän vaihtoehdon.

#### 7.4 Kehittämistyön luotettavuus ja eettisyys

Suunnittelimme opinnäytetyön elinkaaren kulun, tapaamiset ja raportin Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjeiden mukaisesti. Hyvän tieteellisen käytännön mukaiset peruseriaatteet toimia luotettavasti, rehellisesti, arvostaen ja vastuuta kantaen läpi prosessin antoivat selkeät puitteet kaikelle tekemisellemme. (TENK 2023.) Ennen kuin toiminta alkoi, mietimme eettistä kysymystä, joka koski toisen toteuttajan toimintaa Killin yhdistyksen hallituksessa opinnäytetyön toimeksiantosopimuksen ajankohtana. Pia jääväsi itsensä asian osalta ja poistui kokoustilasta aina hallituksen käsitellessä opinnäytetyötämme koskevia asioita.

Toteutuksen aikana meille oli selvää, että noudatamme vaitiolovelvollisuutta jäsenten henkilökohtaisista asioista, emmekä kirjaa niin, että kirjauksesta voi tunnistaa yksittäisen ryhmän jäsenen. Pohdimme tutkimusluvan hakemista, mutta totesimme sen tarpeettomaksi. Opinnäytetyön raportissa ei mainita ryhmän jäseniä tai tapahtumissa vierailevia asiantuntijoita nimeltä ja alku- ja loppukartoitukset toteutettiin anonyymisti. Tapaamisten aikatauluista ja toteutuksista viestitettiin vain ennalta sovituissa Facebook-ryhmissä.

Luotettavuuden osalta pohdimme valmiuksiamme joustaa muuttuvissa tilanteissa, esimerkiksi vierailijan mahdollisen esteen tai toimintatapoihimme kohdistuvan kritiikin takia. Huolenaiheina meillä olivat ryhmän jäsenten halu sitoutua uudenslaisiin ryhmätapaamisiin, henkilökemioiden kohtaaminen sekä meidän oma osaamisemme ja ryhmän vastaanottavuus eli meillä oli iso kokonaisuus pohdittavana.

Kiinnitimme erityistä huomiota sensitiiviseen ja kunnioittavaan ohjaamiseen, koska ryhmän keskusteluissa korostuivat hyvin usein erilaiset eettiset kysymykset. Ihmisarvo ja ihmisoikeudet, itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen, osallisuuden edistäminen, henkilön kokonaisvaltainen

huomioiminen ja voimavarat sekä sosiaalinen oikeudenmukaisuus (Talentia 2022, 10–23) ovat asioita ja kysymyksiä, joiden eteen kehitysvammaisen lapsen vanhempi joutuu päivittäin ja joiden edestä hänen täytyy taistella. Nämä asiat herättivät myös meissä paljon eettistä pohdintaa ja keskustelua, joita pystyimme onneksi refleктоimaan keskenämme.

## 7.5 Ryhmän tulevaisuus

Toiminnan aikana varmistui, että tällä vanhempien vertaistukiryhmällä on tulevaisuutta ja innovoivia jäseniä, joilla on taitoja tukea toisia ja kehittää toimintaa monipuoliseksi. Kevään 2025 aikana huomasimme, ettei aina tarvita toimintaa vaan kahvipöytäkeskustelu antaa kokemusten vertailulle tilaa. Toisaalta havainnoimme myös sen, että kevään tapaamisten yhteiset toimintahetket auttoivat osallistujia irrottautumaan arjesta ja he kokivat hyvinvointinsa lisääntyvän osallistavan toiminnan myötä. Toiminta ei kuitenkaan saa jämähtää polkemaan paikoilleen vaan on heittäydyttävä ja kokeiltava uutta. Ryhmästä löytyy valtavasti osaamista ja monen alan osaajien verkostoja, joita voi tulevaisuudessa hyödyntää.

Toiminta jatkuu kahden ohjaajan toimesta eli ei olla vain yhden vastaavan varassa. Ohjaajilla on käytössään opinnäytetyön tuloksena kontaktilista, josta he poimivat jatkossa sopivat vierailija. Viestintä jatkuu kuten aikaisemmin eli suljetussa omassa ja yhdistyksen Facebook-ryhmissä. Välillä voidaan viestiä myös esimerkiksi Turun seudun erityislasten vanhempien Facebook-ryhmässä uusien vanhempien tavoittamiseksi. Tutustumisvierailuja alueen vastaaviin yhdistyksiin on vireillä ja toteutettavissa syksyllä 2025.

Suosittelimme yhdistykselle toiminta-avustusten hakemista tälle vertaistukiryhmälle monipuolisten tapaamisten toteuttamiseksi myös tulevaisuudessa. Kannattaa muistaa myös pieni omavastuuosuus varmistamaan järjestettyyn tapahtumaan osallistumisen.

## Lähteet

Anttila, U. 2020. Erityislapsen vanhempana-voimavaroja hyvään elämään. Kirjapaja. Viitattu 4.4.2025. <https://www.bookbeat.com/fi/book/erityislapsen-vanhempana-308508>. Vaatii käyttäjätunnuksen.

Cohen, S. & Syme, S.L. 1985. Issues in the Study and Application of Social Support. Teoksessa Social Support and Health. Carnegie Mellon University, 1-20. Viitattu 17.4.2025. <https://www.cmu.edu/dietrich/psychology/stress-immunity-disease-lab/publications/books/symechap85.pdf>

Eskelinen, M. 2023. Lapsen tuki varhaiskasvatuksessa. Viitattu 19.4.2025. <https://thl.fi/documents/155392151/190312319/Lapsen+tuki+varhaiskasvatukseen.pdf/64d78aa0-934b-58e2-f57c-fdcdb87ed711/Lapsen+tuki+varhaiskasvatuksessa-.pdf?t=1676644294625>

Gustafsson, H. 2019. YK:n vammaissopimus käyttöön! -käsikirja. 3., uudistettu painos. Invalidiliitto. Viitattu 19.4.2025. [https://www.invalidiliitto.fi/sites/default/files/2020-04/YK\\_vammaissopimus\\_paivitys2019\\_0.pdf](https://www.invalidiliitto.fi/sites/default/files/2020-04/YK_vammaissopimus_paivitys2019_0.pdf)

Hintsala, S.; Repo, J.; Taiveaho, S. & Tallberg-Hahtela A. 2025. Järjestöt lisäleikkauksista: Vammaispalveluita ei voi enää kurjistaa. Kehitysvammaliitto. Viitattu 18.4.2025. <https://www.kehitysvammaliitto.fi/jarjestot-lisaleikkauksista-vammaispalveluita-ei-voi-ena-kurjistaa/>

Ilmanen, K.; Lindström, E; Neijonen, A.; Honkanen, S. & Kehusmaa, S. 2024. Sopimusomaishoidon tilannekuva 2024. Hyvinvointialueiden myöntämisperusteet, toimintakäytänteet ja omaishoidon tuen menot. Työpaperi 53/2024. THL. Viitattu 19.4.2025. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/149865/URN\\_ISBN\\_978-952-408-391-1.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/149865/URN_ISBN_978-952-408-391-1.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Kela 2025. Henkilöasiakkaat. Viitattu 19.4.2025. <https://www.kela.fi/henkiloasiakkaat>

Killinkvtuki 2024. Viitattu 1.4.2024. <https://www.killinkvtuki.net/>

- Kinnunen, T. 2006. Vertaistuki erityislasten vanhempien voimavarana. Pro gradu tutkielma. Kasvatustieteen laitos. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 28.3.2025. <https://jyx.jyu.fi/bitstreams/a70dcc4f-eba8-4c0f-b1f1-be3ad998e012/download>
- Korpela, T. 2003. Moni saa apua vertaistuesta. Ryhmässä parempi kuin yksin. Socius. Sosiaali- ja terveystieteiden aikakauslehti 5/2003, 18–19.
- Mikkonen, I. & Saarinen, A. 2018. Vertaistuki sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tietosanoma Oy. Viitattu 18.4.2025. <https://www.ellibslibrary.com/reader/9789518854442>. Vaatii käyttäjätunnuksen.
- Mäenpää, M. 2008. Laajempi ystäväpiiri - keveämpi mieli? Yliopisto-opiskelijoiden sosiaalinen tuki ja positiivinen mielenterveys. Pro Gradu tutkielma. Terveystieteiden laitos. Jyväskylä. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 11.4.2025. [https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/18718/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-200806275564.pdf](https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/18718/URN_NBN_fi_jyu-200806275564.pdf)
- Mäkelä, J.; Vesänen, M.; & Virtanen J. 2009. Voimaiset-vertaisryhmä erityislasten vanhempien voimaantumisen välineenä. Opinnäytetyö (AMK). Sosiaalialan koulutusohjelma. Turku. Turun Ammattikorkeakoulu. Viitattu 14.4.2025. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/5312/makela\\_jonna\\_vesanen\\_mia\\_virtanen\\_jenny.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/5312/makela_jonna_vesanen_mia_virtanen_jenny.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Salonen, K.; Eloranta, S.; Hautala, T. & Kinon, S. 2017. Kehittämistoiminta ja kehittämisen menetelmiä ammatillisessa korkeakoulutuksessa. Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja 108. Turun ammattikorkeakoulu. Viitattu 4.4.2025. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/817817/isbn9789522166494.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Soste. 2024. Järjestöbarometri 2024 -Järjestötoiminnan tulevaisuus. Viitattu 24.3.2025. <https://www.soste.fi/wp-content/uploads/2024/04/Jarjestobarometri-2024-luku-7-jarjestotoiminnan-tulevaisuus.pdf>
- Talentia 2022. Arki, arvot ja etiikka. Sosiaalialan ammattihenkilön eettiset ohjeet. 3.painos. Helsinki: PunaMusta Oy. Viitattu 24.3.2025. <https://talentia.lukusali.fi/#/reader/4fb08bf6-d9e1-11ed-bdad-00155d64030a>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023. Kokemusasiantuntijuus ja vertaistuki. Viitattu 1.11.2024.

<https://thl.fi/aiheet/mielenterveys/mielenterveyspalvelut/kokemusasiantuntijuus-ja-vertaistuki>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2025a. Asian vireille tuleminen ja hakemus. Vammaispalveluiden käsikirja. Viitattu 18.4.2025.

<https://thl.fi/julkaisut/kasikirjat/vammaispalvelujen-kasikirja/asiakasprosessi/asian-vireille-tuleminen-ja-hakemus>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2025b. Erityishuollon prosessi. Vammaispalveluiden käsikirja. Viitattu 18.4.2025.

<https://thl.fi/julkaisut/kasikirjat/vammaispalvelujen-kasikirja/asiakasprosessi/erityishuollon-prosessi>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2025c. Neuvonta ja ohjaus. Vammaispalveluiden käsikirja. Viitattu 16.4.2025.

<https://thl.fi/julkaisut/kasikirjat/vammaispalvelujen-kasikirja/asiakasprosessi/neuvonta-ja-ohjaus>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2025d. Palvelutarpeen arviointi. Vammaispalveluiden käsikirja. Viitattu 18.4.2025.

<https://thl.fi/julkaisut/kasikirjat/vammaispalvelujen-kasikirja/asiakasprosessi/palvelutarpeen-arviointi>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2025e. Palveluiden toteuttaminen ja seuranta. Vammaispalveluiden käsikirja. Viitattu 18.4.2025.

<https://thl.fi/julkaisut/kasikirjat/vammaispalvelujen-kasikirja/asiakasprosessi/palvelujen-toteuttaminen-ja-seuranta>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2025f. Päätöksenteko. Vammaispalveluiden käsikirja. Viitattu 18.4.2025. <https://thl.fi/julkaisut/kasikirjat/vammaispalvelujen-kasikirja/asiakasprosessi/paatöksenteko>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2025g. Vammaispalveluiden soveltamisala. Vammaispalveluiden käsikirja. Viitattu 16.4.2025.

<https://thl.fi/julkaisut/kasikirjat/vammaispalvelujen-kasikirja/tuki-ja-palvelut/vammaispalvelulain-soveltamisala>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2025h. Yleislaki ja erityislaki.

Vammaispalveluiden käsikirja. Viitattu 16.4.2025.

<https://thl.fi/julkaisut/kasikirjat/vammaispalvelujen-kasikirja/asiakasprosessi/yleislaki-ja-erityislaki>

Tuckman, B.W. 1965. Developmental sequence in small groups. Psychological Bulletin. 1965, 63/6, 384–399. Viitattu 5.4.2025.

[https://web.mit.edu/curhan/www/docs/Articles/15341\\_Readings/Group\\_Dynamics/Tuckman\\_1965\\_Developmental\\_sequence\\_in\\_small\\_groups.pdf](https://web.mit.edu/curhan/www/docs/Articles/15341_Readings/Group_Dynamics/Tuckman_1965_Developmental_sequence_in_small_groups.pdf)

Tukiliitto 2025a. Aamu- ja iltapäivätoiminta. Viitattu 19.4.2025.

<https://www.tukiliitto.fi/tuki-ja-neuvot/perusopetus/aamu-ja-iltapaivatoiminta/>

Tukiliitto 2025b. Erityinen tuki. Viitattu 19.4.2025. <https://www.tukiliitto.fi/tuki-ja-neuvot/perusopetus/erityinen-tuki/>

Tukiliitto 2025c. Koulumatkat. Viitattu 19.4.2025. <https://www.tukiliitto.fi/tuki-ja-neuvot/perusopetus/koulumatkat/>

Tukiliitto 2025d. Omaishoidon tuki. Viitattu 18.4.2025.

<https://www.tukiliitto.fi/tuki-ja-neuvot/omaishoidon-tuki/>

Tukiliitto 2025e. Osallisuuden tukeminen asiakasprosessissa. Viitattu

18.4.2025. <https://www.tukiliitto.fi/tuki-ja-neuvot/palveluiden-jarjestaminen/osallisuuden-tukeminen-asiakasprosessissa/>

Tukiliitto 2025f. Palvelutarpeen arviointi ja asiakassuunnitelma. Viitattu

18.4.2025. <https://www.tukiliitto.fi/tuki-ja-neuvot/palveluiden-jarjestaminen/palvelutarpeen-arviointi-ja-asiakassuunnitelma/>

Tukiliitto.fi 2024. Tukiliitto ja yhdistykset. Viitattu 28.3.2025.

<https://www.tukiliitto.fi/>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2023. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen

neuvottelukunnan HTK-ohje 2023. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan

julkaisuja 2/2023. Viitattu 28.4.2025. [https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje\\_2023.pdf](https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf)

Vahtera, J. & Uutela, A. 1994. Sosiaaliset verkostot ja sosiaalinen tuki

terveysresursseina. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim. 11/1994. Viitattu

16.4.2025. <https://www.duodecimlehti.fi/duo40219>

Vammaispalvelulaki 675/2023. Viitattu 18.4.2025.

<https://finlex.fi/fi/lainsaadanto/saaduskokoelma/2023/675>

Varsinais-Suomen hyvinvointialue 2024. Omaishoidon tuen toimintaohje.

Viitattu 18.4.2025. <https://v-shva.ims.fi/spring/public/88c1ae98-d629-4efd-aeeb-e6b1be1447d2/fi>

Yhden Vanhemman Perheiden Liitto ry 2024. Viitattu 4.4.2025. <https://yvpl.fi/>

# Palautekysely

## Palautekysely

Killin kehitysvammaisten lasten vertaistukiryhmän kevään 2025 tapaamisista  
Vastaukset viimeistään 17.4.2025.

Vastasiko kevään ryhmätoiminta odotuksiasi?

	1	2	3	4	5	
Erittäin vähän	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Erittäin paljon

Ryhmän ilmapiiri oli kannustava.

	1	2	3	4	5	
Täysin eri mieltä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Täysin samaa mieltä

Olivatko tapaamisten järjestelyt mielestäsi onnistuneet?

	1	2	3	4	5	
Täysin eri mieltä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Täysin samaa mieltä

Mahdollisia muutohdotuksia

---

---

---

---

---

Ovatko voimavarasi ja hyvinvointisi lisääntyneet toiminnan johdosta?

	1	2	3	4	5	
Erittäin vähän	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Erittäin paljon

Oletko saanut vertaistukea ryhmätapaamisissa?

	1	2	3	4	5	
Erittäin vähän	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Erittäin paljon

Olisitko kiinnostunut liittymään Killin yhdistyksen jäseneksi?

- Kyllä
- Ei
- Olen jo jäsen

Olisitko kiinnostunut toimimaan vapaaehtoisena Killin yhdistyksen erilaisissa tapahtumissa ja tehtävissä?

- Kyllä
- Ehkä
- Ei

Minkälaiset tehtävät kiinnostavat sinua erityisesti?

---

---

---

---

---

Kuinka usein toivoisit ryhmän tapaavan jatkossa?

- Kerran viikossa
- Kerran kahdessa viikossa
- Kerran kuukaudessa
- Muu, mikä \_\_\_\_\_

**Minkälaisista toiminnoista toivoisit ryhmässä toteutettavan jatkossa?**

---

---

---

---

---

**Anna palautetta kevään toiminnasta.**

---

---

---

---

---

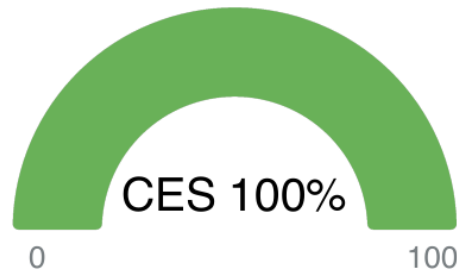
## Palautekyselyn raportti

### Palautekysely

Vastaajien kokonaismäärä: 11

#### Vastasiko kevään ryhmätoiminta odotuksias?

Number of respondents: 11



	Erittäin vaikea	Vaikea	Neutraali	Helppo	Erittäin helppo	Yhteensä	Keskiarvo	CES
N	0	0	0	3	8	11	4,7	11
Prosentit	0,0%	0,0%	0,0%	27,3%	72,7%	100,0%	4,7	100,0%

#### Ryhmän ilmapiiri oli kannustava.

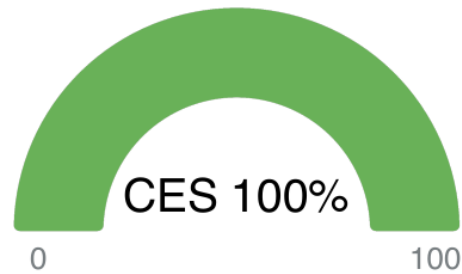
Number of respondents: 11



	Erittäin vaikea	Vaikea	Neutraali	Helppo	Erittäin helppo	Yhteensä	Keskiarvo	CES
N	0	0	0	1	10	11	4,9	11
Prosentit	0,0%	0,0%	0,0%	9,1%	90,9%	100,0%	4,9	100,0%

## Olivatko tapaamisten järjestelyt mielestäsi onnistuneet?

Number of respondents: 11



	Erittäin vaikea	Vaikea	Neutraali	Helppo	Erittäin helppo	Yhteensä	Keskiarvo	CES
N	0	0	0	2	9	11	4,8	11
Prosentit	0,0%	0,0%	0,0%	18,2%	81,8%	100,0%	4,8	100,0%

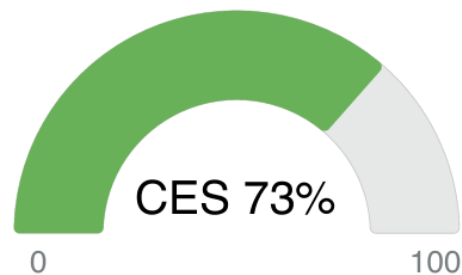
## Mahdollisia muutoehdotuksia

Number of respondents: 2

Vastaukset
Ei ole
Kaikki tapaamiset, joihin osallistuin olivat erittäin hyvin suunniteltu ja toteutettu.

## Ovatko voimavarasi ja hyvinvointisi lisääntyneet toiminnan johdosta?

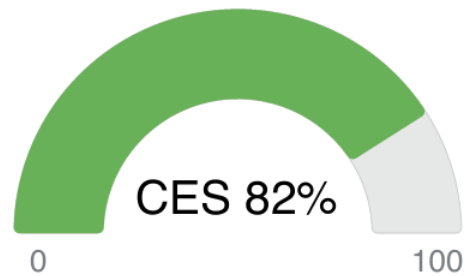
Number of respondents: 11



	Erittäin vaikea	Vaikea	Neutraali	Helppo	Erittäin helppo	Yhteensä	Keskiarvo	CES
N	0	0	3	5	3	11	4,0	8
Prosentit	0,0%	0,0%	27,3%	45,5%	27,3%	100,0%	4,0	72,8%

## Oletko saanut vertaistukea ryhmätapaamisissa?

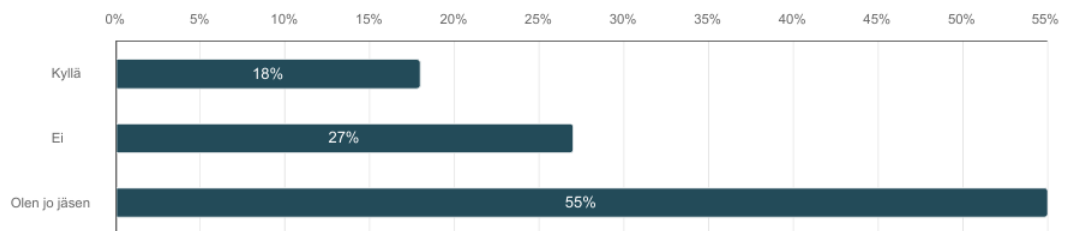
Number of respondents: 11



	Erittäin vaikea	Vaikea	Neutraali	Helppo	Erittäin helppo	Yhteensä	Keskiarvo	CES
N	0	0	2	0	9	11	4,6	9
Prosentit	0,0%	0,0%	18,2%	0,0%	81,8%	100,0%	4,6	81,9%

## Olisitko kiinnostunut liittymään Killin yhdistyksen jäseneksi?

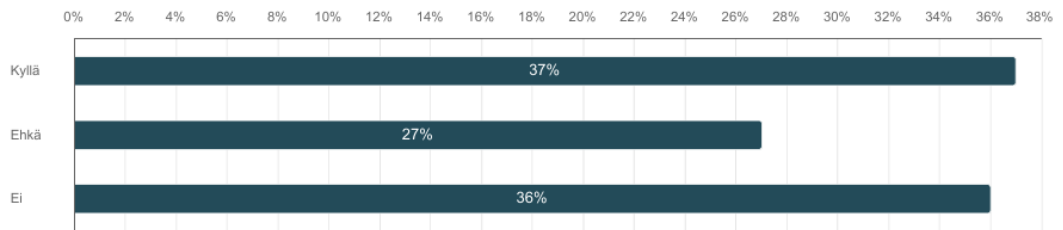
Number of respondents: 11



	n	Prosentti
Kyllä	2	18,2%
Ei	3	27,3%
Olen jo jäsen	6	54,5%

### Olisitko kiinnostunut toimimaan vapaaehtoisena Killin yhdistyksen erilaisissa tapahtumissa ja tehtävissä?

Number of respondents: 11



	n	Prosentti
Kyllä	4	36,3%
Ehkä	3	27,3%
Ei	4	36,4%

### Minkälaiset tehtävät kiinnostavat sinua erityisesti?

Number of respondents: 3

#### Vastaukset

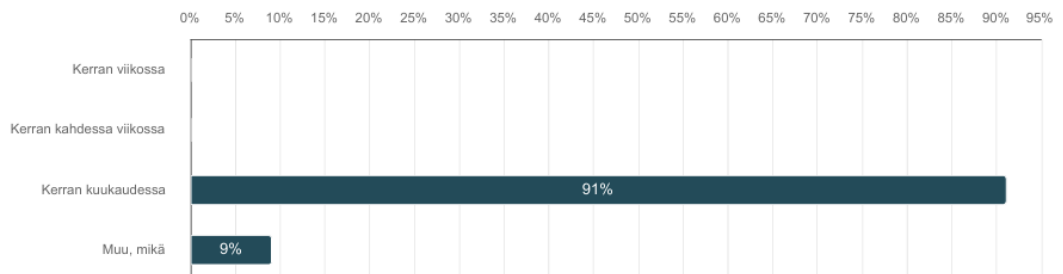
Ideointi-, suunnittelu-, organisointi- ja järjestelytehtävät. Vertaisuullinen toiminta vanhemmille, lapsille ja perheille. Yhdistyksen "markkinointi" tehtävät ja uusien jäsenten "houkuttelu" mukaan toimintaan.

Avustavat vapaaehtoisten tehtävät

Ehkä sitten, kun tyttäreni on niin vanha, että osallistuu toimintaan, niin voin tulla mukaan.

### Kuinka usein toivoisit ryhmän tapaavan jatkossa?

Number of respondents: 11



	n	Prosentti
Kerran viikossa	0	0,0%
Kerran kahdessa viikossa	0	0,0%
Kerran kuukaudessa	10	90,9%
Muu, mikä	1	9,1%

Answers given into textfield

Show all

Vastausvaihtoehdot	Teksti
Muu, mikä	Joka toinen tai kolmas viikko.

**Minkälaista toimintaa toivoisit ryhmässä toteutettavan jatkossa?**

Number of respondents: 7

**Vastaukset**

Vapaata jutustelua, vertaistuellista keskustelua aihealueittain, asiantuntija luentoja, kädentaitoja (askartelu, leivonta, kokkaus tms), rentoutusta eri muodoissa, yhteistä tekemistä (leffa, ravintola, museokäynti, retriitti, konsertti, luontoretki jne), peli-iltoja, yhdessä ideointia ja uusien asioiden suunnittelua (workshoppailua), tiedon+ymmärryksen+kokemusten jakamista.

Teemailtoja, keskustelua, jotain pientä aktiviteettiä

Lajikokeiluja, ulkoilu, patikointi.

Vertaistuelliset keskustelut ja kokoontumiset pääroolissa ja pari kertaa vuodessa jtn erilaista ohjelmaa.

Rentoutusta, keskustelua vaihtuvien teemojen, vierailuja muissa kehitysvammayhdistyksissä

Tällä linjalla on hyvä jatkaa eli jaksamisen vahvistamista ja tukemista.

Vertaistuki ja hölöttely on tärkeintä. Muutamia spesiaaleja juttuja voi järjestää, esim. äänimäljarentoutus.

**Anna palautetta kevään toiminnasta.**

Number of respondents: 8

**Vastaukset**

Olitte järjestäneet mukavaa, monipuolista ja mielekästä ohjelmaa ja toimintaa! Järjestelyt onnistuivat aina hyvin. Tapaamisissa oli avoin, luottamuksellinen, lämmin ja ystävällinen ilmapiiri. Kohtaamiset toisten kanssa eri tilanteissa olivat onnistuneita ja sain uusia tuttavuuksia. Pidin siitä, että joka kerta aloitettiin ja lopetettiin fiilis-korteilla. Se maadoitti tapaamiseen, auttoi pysähtymään siihen hetkeen ja madalsi keskustelukynnystä, kun jokainen vuorolleen sai lyhyesti kertoa kortista, fiiliksistä ja itsestään. Kiitos teille mahtavasta keväästä! Onnistuitte ryhmäkertojen suhteen todella hyvin! Monipuolisuus, lämminhenkisyys, turvallisuudentunne tilaisuuksissa, teidän ystävällisyys, avoimuus ja rentous oli parasta! Annan arvosanaksi 10+ ja vielä 🐼 (papukaijamerkki)

Mukavia tapaamiskertoja

Hyvin vedetty! Jokaiselle jotain :-)

Oli kiva touhuta porukalla. 😊

Mielenkiintoista, erilaista, mukavaa ja iloista toimintaa kaikille aisteille, suuri kiitos ❤️

Kaikki ryhmä kerrat olivat erittäin hyviä. Kerroilla oli mahdollista keskittyä hetkeen ja unohtaa arjen haasteet.

Pirstävä kevät ja ihana tulla valmiiseen pöytään ja kokeilla uusia asioita, joiden järjestämiseen oma energia ei riittäisi ☺️ iso kiitos ❤️

Kivaa vaihtelua ja tuli kokeiltua juttuja mihin ei muuten olisi lähtenyt. Etenkin retriitti saaristoon oli tosi kiva.