

[Tulosta julkaisu](#) :: [Lataa PDF](#) :: [Piilota viittausohje](#) :: [Piilota metatiedot](#)

Perheliikunnan avulla poikkitoiminnallista yhteistyötä. Oulun kaupungin Lapanen-hanke pilotoi palveluohjausta perhetyössä

Virtanen Katri

21.12.2016 ::

Metatiedot

Nimeke: Perheliikunnan avulla poikkitoiminnallista yhteistyötä. Oulun kaupungin Lapanen-hanke pilotoi palveluohjausta perhetyössä

Tekijä: Virtanen Katri

Aihe, asiasanat: ennaltaehkäisy, hankkeet, liikunta, moniammatillisuus, palveluohjaus, perheliikunta, perhetyö, syrjäytyminen

Tiivistelmä: Perheiden syrjäytymisen ehkäisy ja kuntoutuminen edellyttävät toimijoilta aitoa yhteistyötä. Alle kouluikäisten lasten perheissä ongelmat voivat olla moninaisia ja kasautuneita. Perheliikunta osallistajana, mahdollistajana ja tasa-arvoisuutta lisäävänä toimintana ohjaa liikunta-, kuntoutus-, perhe- ja neuvolatyössä toimivia henkilöitä yhteistyöhön.

Lapanen-hanke vastaa lapsiperheiden syrjäytymisuhkaan liikunnalla. Piloteissa kahden Hyvinvointikeskuksen perhetyössä liikunta on otettu osaksi palveluohjausmallia.

Julkaisija: Oulun ammattikorkeakoulu, Oamk

Aikamäärä: Julkaistu 2016-12-21

Pysyvä osoite: <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe2016113030096>

Kieli: suomi

Suhde: <http://urn.fi/URN:ISSN:1798-2022>, ePooki - Oulun ammattikorkeakoulun tutkimus- ja kehitystyön julkaisut

Oikeudet: Julkaisu on tekijänoikeussäännösten alainen. Teosta voi lukea ja tulostaa henkilökohtaista käyttöä varten. Käyttö kaupallisiin tarkoituksiin on kielletty.

Näin viittaat tähän julkaisuun

Virtanen, K. 2016. Perheliikunnan avulla poikkitoiminnallista yhteistyötä. Oulun kaupungin Lapanen-hanke pilotoi palveluohjausta perhetyössä. Teoksessa H. Honkanen (toim.) 2016. Tehdään yhdessä ja opitaan toisilta – Osallisuus ja yhteistoiminta koulutuksen ja kuntoutuksen kehittämisessä. ePooki. Oulun ammattikorkeakoulun tutkimus- ja kehitystyön julkaisut 34. Hakupäivä xx.xx.201x. <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe2016113030096>.

Perheiden syrjäytymisen ehkäisy ja kuntoutuminen edellyttävät toimijoilta aitoa yhteistyötä. Alle kouluikäisten lasten perheissä ongelmat voivat olla moninaisia ja kasautuneita. Perheliikunta osallistajana, mahdollistajana ja tasa-arvoisuutta lisäävänä toimintana ohjaa liikunta-, kuntoutus-, perhe- ja neuvolatyössä toimivia henkilöitä yhteistyöhön.



Päätavoitteet hankkeella ovat:

- Sosiaalisen syrjäytymisen ehkäisy liikunnan keinoin.
- Luoda uusi innovatiivinen toimintamalli liikuntapalvelumuotoilua kehittämällä.
- Liikunnan puheeksiottamisen mallin kehittäminen ja käyttöönotto lastenneuvoloissa sekä muissa perhepalveluissa.

Hankkeen lähtökohdat

Liikunta mielletään usein virkistystoiminnaksi tai sitä tarkastellaan vain liikunnan suorittamisen näkökulmasta. Perheliikunnassa korostuvat liikunnan mahdollisuudet vuorovaikutuksen mahdollistajana, lasten ja aikuisten yhdessä toimimisen muotona ja osallisuuden ja tasa-arvoisuuden lisääjänä. Kokemuksellisuus ja sen arvostaminen lisäävät positiivisia ajatuksia liikkumisesta, terveellisistä elämäntavoista ja perheen yhteisestä toiminnasta. Liikunnan avulla voidaan opetella muitakin elämänhallintaan liittyviä asioita ^[1]. Lapanen-hankkeessa tarjotaan Sydänliiton Neuvokasperhe-ohjaajakoulutus neuvolan, liikunnan ja perhetyön työntekijöille. Sisältöä on muokattu liikuntapainotteiseksi ja osallistujien monialaisuus tukee palveluohjauksen sisäistämistä ja käyttöönottoa. ^[2] Valon liikuntaleikkikoulun ohjaajakoulutuksella vahvistettiin hankkeessa toteutettua pilotointia vertaisohjaajakoulutuksessa ^[3].

Lasten syrjäytymisen uhka ja yksinäisyys, terveydenhuollon ja perhetyön vähäiset vaikuttamismahdollisuudet ja perheiden päivärytmien epäsäännöllisyys (liikunnan vähäisyys, ruokailun epäsäännöllisyys, vähäinen yhteinen aika) tulivat esille tutkittaessa Oulussa lasten painonhallintaa perheiden, kouluterveydenhuollon ja voimisteluseuran yhteistyönä 2012 ^[4]. Samansuuntaisten asioiden lisäksi on tutkimuksissa todettu liikuntaintervention vähäinen vaikuttavuus pitkäaikaisesti ^[5]. Lisäksi painonhallinnassa on tutkittu ravinnon ja liikunnan yhteisvaikutusta ^[6], on todettu viranomaisten vähäinen yhteistyö viestinnässä ^[7] ^[8] ja kolmannen sektorin "ulkopuolisuus" toiminnassa ^[4]. Kuntoutuksessa palvelut ovat eri toimijoiden toteuttamina jopa perhettä kuormittavia koordinoitun ajankäytön sijaan. Asiakaslähtöisyys ei aina toteudu ^[8].

Lapanen-hankkeen toiminnalla pyritään vaikuttamaan pitkäjänteisesti syrjäytymisen ehkäisyyn liikunnan keinoin

Arja Veijolan väitöskirjatyössä ^[8] luotiin kuntoutuksen asiakaslähtöinen ja monitahoinen perhetyön malli ja Katri Virtasen työssä ^[4] malli palveluohjauksesta liikapainoisten lasten ja heidän perheittensä ohjauksesta liikuntaryhmiin kouluterveydenhuollossa. Mallit eivät jää käytäntöön, ellei sitoutuminen toimintaan lähde ylimmältä viranhaltijatasolta alkaen. Halme ym. ^[9] mukaan "Sovittuja käytäntöjä ja menettelytapoja oli useimmin toimialan sisällä, harvemmin toimialojen välillä, alueellisesti tai yksityisen ja kolmannen sektorin kanssa. Hallinnonalat ylittävä yhteistyö on käytännössä haasteellista. Toimiva horisontaalinen yhteistyö kunnissa ei synny itsestään, vaan se edellyttää yhteisistä toimintakäytännöistä sopimista ja strategisella tasolla luotuja monialaisia yhteistyörakenteita, kuten toimintaperiaatteista ja -käytännöistä sopimista yhdessä, ja näiden toimivuuden seuranta." ^[9] Lapanen-hankkeessa ohjausryhmän muodostavat Oulun kaupungin ylin johto eri hallintoaloilta (perhetyö-, terveys-, sosiaali- ja työpalvelut) ja projektiryhmässä toimijoina ovat alojen operatiivinen johtajat. Toimijaverkoston luovat kolmannensektorin toimijat yhdessä viranomaisten kanssa.

Menetelmät tavoitteen saavuttamiseksi

Kaksivuotinen Lapsiperheiden liikunnan avulla tapahtuva hyvinvoinnin edistäminen - LAPANEN 2015-2017 - hankkeella kehitetään Oulun kaupungissa monipuolisia ja innostavia liikuntaharrastusmahdollisuuksia sekä luodaan uusia innovatiivisia toimintamalleja, joilla estetään liikunnan eriarvoistuminen lasten- ja lapsiperheiden keskuudessa. Hanke toteutetaan laaja-alaisella ja moniammatillisella yhteistyöllä eri hallintokuntien sekä liikuntapalveluja järjestävien eri kansalaisjärjestöjen, Lintulammen asukasyhdistys ry:n, Sydänliiton ja Virpiniemen liikuntaopiston kanssa.

Kahden toimintavuoden aikana on perustettu Kontinkankaan ja Tuiran hyvinvointikeskusten alueilla erilaisia perheliikuntaryhmiä (vauva-, taapero-, perheliikunta-, puistoperheliikunta-, perheuinti- ja tanssiryhmiä), joihin on vapaa pääsy. Ryhmät toteutetaan päivällä, jotta kohderyhmäksi ohjautuvat työttömänä, hoitovapaalla tai muusta syystä kotona olevat vanhemmat ja lapset. Perheliikunnassa toteutuvasta vuorovaikutuksesta on tehty pro gradu -työ Oulun yliopistoon 2016 ^[10] Liikkumaan ohjaamista käytetään hankkeen myötä niin, että se kirjataan asiakkaan palvelu- tai aktivointisuunnitelmaan osaksi aktivointi/tukitoimia. Vastuu esimerkiksi kuntouttavan työtoiminnan siirtymissä ja ohjauksissa on asiakkaan omalla ohjaajalla. Hankkeessa kootaan alueellista 'liikuntatarjontaa' kuntalaisten ja viranhaltijoiden käyttöön. Samalla hankkeessa toteutuvat poikkitoiminnallinen suunnittelu- ja kehittämistyö ja päätöksenteko sekä toimintojen kytkeminen osaksi kehitteillä olevaa Oulun kaupungin palveluohjausmallia. Kuntakokeilussa hyvinvointi integroidaan palveluohjaukseen.

Yhteistyöverkosto on koottu kolmannen sektorin eri aloilta urheiluseuroista kansanterveysjärjestöihin. Yhteistyöverkoston kanssa on järjestetty kolme kertaa perheliikuntapainotteinen Unelmien liikuntapäivä, perinneleikkipäivä ja on kerätty liikuntavälineitä lainauspisteeseen.

Mäntylän päiväkodissa on toteutettu vanhempia ja lapsia osallistavalla menetelmällä pilotti liikunnan puheeksiottamisesta ja lapsiperheiden liikuntaneuvonnasta. Perheet ideoivat yhdessä päiväkodin henkilökunnan kanssa syyslukukaudelle kuukausittaisten iltatapaamisten aiheet ja sisällöt. Kerran kuussa tapahtuvissa kokoontumisissa valmistetaan välipaloja yhdessä, liikutaan ratkomalla yhdessä teemaan liittyviä rasteja ja perheet saavat 'kotiläksynä' kaksi reseptiä ja ohjeita liikkumiseen. Ruuanvalmistus ja liikkumiset toteutetaan ennen seuraavaa tapaamista. Tapaamisissa on mukana Oulun kaupungin liikelaitos Serviisi, joka suunnittelee lasten kanssa päiväkodissa valmistettavia välipaloja, terveydenhoitaja, ravitsemusterapeutti ja kolme liikuntaneuvojaopiskelijaa. Saaduilla kokemuksilla kehitetään alle kouluikäisten lasten perheiden ja päiväkotien yhteistyötä ja liikuntaneuvontaa. Pilotista tehdään opinnäytetyö Humanistiseen ammattikorkeakouluun.

Tulokset

Hanke päättyy joulukuussa 2016. Väliraportin mukaan liikuntaryhmiin osallistui ensimmäisen vuoden aikana noin 1000 osallistujaa. Ryhmiin ilmoittautuminen on ollut vilkasta. Neuvokaskoulutuksiin on osallistunut 40 terveydenhoitajaa, perhetyöntekijää ja liikunta-alan ammattilaista. Osallistujille järjestetään Neuvokaskoulutuksen kokemuksista ja soveltamisesta työhön kysely syksyllä 2016. Uusia matalankynnyksen perheliikuntaryhmiä on perustettu useita ja kuntouttavan työtoiminnan alueella liikuntapainotteisuus on toteutunut työkaluna vuorovaikutuksessa, identiteetin ja osallisuuden kokemuksessa terveyskunnan lisääntymisen ohella. Liikunnalla on tuettu elämänhallintaa koko perheessä.

Johtopäätökset

Lapanen-hanke on mahdollistanut kunnassa poikkitoiminnallisen yhteistyön niin vertikaalisesti kuin horisontaalisesti. Asiakaslähtöisyys painottuu palveluohjauksessa ja liikunta nähdään toimivana työkaluna edistettäessä lapsiperheiden elämänhallintaa, osallisuutta ja pystyvyyttä. Pilotteina kokeillut toimintamallit jäävät kunnan toimintaan hankkeen päättyessä ja toimintoja laajennetaan kaikkiin hyvinvointikeskuksiin. Hanketta esitellään Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin alueellisessa koulutuksessa marraskuussa 2016.

Lähteet

1. [△]Tiihonen, A. 2011. Miksi liikumme? Itsearviointimenetelmä liikkumisen merkitysten tutkimisessa ja liikuntaneuvonnan työkaluna. Lahden tiedepäivä 29.11.2011. Ikäinstituutti & Haaga-Helia, Vierumäen yksikkö.
2. [△]Sydänliitto. 2016. Neuvokas perhe –ohjaajakoulutus. Hakupäivä 2.11.2016.
<http://sydanliitto.fi/neuvokas-perhe-ohjaajakoulutus>
3. [△]Pohjois-Pohjanmaan liikunta. 2016. Liikuntaleikkikoulu-ohjaajakoulutus. Hakupäivä 2.11.2016.
<http://www.popli.fi/lastenliikunta/koulutukset/varhaiskasvattajille...>
4. ^{^ abc}Virtanen, K. 2012. "Äiti, täällä on toisia samanlaisia, ku mä!" Voimisteluseura ja kouluterveydenhuolto perheiden tukena lasten painonhallinnassa. Väitöskirja. Acta Universitatis Ouluensis D Medica 1170. Oulun yliopisto. Lääketieteellinen tiedekunta. Hakupäivä 2.11.2016.
<http://jultika oulu.fi/Record/isbn978-951-42-9919-3>
5. [△]Taalu, A. 2010. Pienryhmämuotoinen ravitsemus ja liikuntainterventio lasten lihavuuden ja ylipainon ehkäisyssä – Kvasikokeellinen interventiotutkimus. Väitöskirja. Acta Electronica Universitatis Tampereensis 965. Tampereen yliopisto, Lääketieteellinen tiedekunta, Hoitotieteen laitos. Hakupäivä 2.11.2016.
<http://tampub.uta.fi/handle/10024/66623>
6. [△]Vanhala, M. 2012. Lapsen ylipaino - Riskitekijät, tunnistaminen ja elintavat. Väitöskirja. Acta Universitatis Ouluensis D Medica 1146. Oulun yliopisto, Lääketieteellinen tiedekunta. Hakupäivä 2.11.2016.
<http://jultika oulu.fi/files/isbn9789514297441.pdf>
7. [△]Javanainen-Juvonen, T., Poskiparta, M. & Rintala, P. 2007. Terveystieteiden mahdollisuudet liikunnan edistämiseen lastenneuvolatyössä. Liikunta & Tiede 44(1), 22–30.
8. ^{^ abc}Veijola, A. 2004. Matkalla moniammatilliseen perhetyöhön – Lasten kuntoutuksen kehittäminen toimintatutkimuksen avulla. Väitöskirja. Oulun yliopisto, Hoitotieteen ja terveyshallinnon laitos, Kansanterveystieteen ja yleislääketieteen laitos, Yleislääketieteen yksikkö, Oulun yliopistollinen sairaala. Hakupäivä 2.11.2016.
<http://jultika oulu.fi/files/isbn9514274245.pdf>
9. ^{^ abc}Halme, N., Vuorisalmi, M. & Perälä, M-L. 2014. Tuki, osallisuus ja yhteistoiminta lasten ja perheiden palveluissa - Työntekijöiden näkökulma. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, Raportti 4. Hakupäivä 2.11.2016.
<https://www.julkari.fi/handle/10024/114954>
10. [△]Halonen, J. & Isteri, R. 2016. "Se sai olla niin lähellä äitiä". Havainnointi- ja haastattelututkimus vuorovaikutuksesta perheliikunnassa. Pro gradu -tutkielma. Oulun yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta, Luokanopettajan koulutus. Hakupäivä 2.11.2016.
<http://jultika oulu.fi/files/nbnfioulu-201603111303.pdf>