

Matilda Aydin
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Susa Vinkki
Laurea-ammattikorkeakoulu
Sosionomi (AMK)
Opinnäytetyö, 2023



Diak

TIIVISTELMÄ

Matilda Aydin

Susa Vinkki

29 sivua, 3 liitettä

EEVI- Erityisen elämän vertaistuki-iltamat

Syksy 2023

Diakonia-ammattikorkeakoulu ja Laurea-ammattikorkeakoulu

Sosiaalialan ammattikorkeakoulututkinto

Sosionomi (AMK)

Opinnäytetyön tarkoituksena oli lisätä opiskelijoiden tietämystä neuropsykiatrisista haasteista lapsiperheissä sekä tuoda vertaistuellista tukea perheille haastaviin arjen tilanteisiin. Tavoitteena oli luoda ryhmä pienen paikkakunnan perheille, josta he saavat voimaantumisen tunnetta sekä antaa heille lisää tietoa ja näkemystä neuropsykiatrisista haasteista. Tarkoituksena oli myös luoda vanhemmille osallisuuden tunnetta sekä lisätä tukimuotoja lapsiperheille Forssan seudulla ja auttaa perheitä löytämään muita perheitä, jotka ovat samankaltaisessa elämäntilanteessa.

Kehittämismenetelminä käytettiin laadullisia menetelmiä, kuten haastattelua sekä havainnointia toiminnasta. Yhteistyökumppanin haastattelua hyödynnettiin ryhmän toiminnassa, jotta saatiin selkeämpi kuva perheiden tarpeista. Myös osallistujia haastateltiin niin suullisesti kuin sähköpostilla.

Aineistoa saatiin ryhmän toiminnan havainnoinnista. Ryhmä kokoontui kolmesti huhti-toukokuun 2023 aikana ja osallistujia ryhmässä oli enimmillään neljä, opiskelijoiden sekä asiantuntijoiden lisäksi. Opiskelijat keräsivät myös internetistä ja neuropsykiatriaan liittyvistä kirjoista ja menetelmistä materiaalia, joita he jakoivat osallistujille paikan päällä, helpottaakseen heidän arkeaan. Ryhmässä toimi myös kolme oman alansa asiantuntijaa, joilta perheet saivat mukaansa kattavaa tietoa, jota suhteuttaa omaan arkeensa.

Tässä opinnäytetyössä esitellään EEVI-Erityisen Elämän vertaistuki-iltamien suunnittelua, järjestämistä ja siitä saatuja kokemuksia. Opinnäytetyössä kehitettiin vertaistukiryhmä Forssassa lapsiperheille, joilla on neuropsykiatrisia haasteita. Lopputuloksena koettiin, että vertaistukiryhmille on tarvetta ja osallistujat kokivat ryhmän hyödylliseksi. Pieni ryhmä koettiin lopulta toimivaksi intiimiyden vuoksi ja osallistujat kertoivat tuntevansa olonsa kuulluksi. Opiskelijoiden tietämys neuropsykiatrisista haasteista kasvoi kehittämistyön aikana ja asiantuntijoiden osallisuus ryhmässä todettiin toimivaksi.

Asiasanat: osallisuus, neuropsykiatriset haasteet, vertaistuki

ABSTRACT

Matilda Aydin

Susa Vinkki

Title of thesis

29 page, 3 attachment

Autumn 2023

Diaconia University of Applied Sciences and

Laurea University of Applied Sciences

Bachelor's Degree Programme in Social Services

Bachelor of Social Sciences

The purpose of the thesis was to increase students' knowledge of neuropsychiatric challenges in families with children and to bring peer support to little city families in challenging everyday situations. The goal was to create a group for families from which they get a sense of empowerment and give them more information and insight into neuropsychiatric challenges. The purpose was also to create a sense of participation for parents and to increase forms of support for families with children in the Forssa region and to help families find other families who are in a similar life situation.

Interviews and observation of the activity were used as qualitative methods. The cooperation partner's interview was utilized in the group's activities in order to get a clearer picture of the families' needs. The participants were also interviewed both verbally and by email.

The material was obtained from the observation of the group's activities. The group met three times between April and May 2023 and there were a maximum of four participants in the group, in addition to students and experts. The students also collected material from the internet and books and methods related to neuropsychiatry, which they distributed to the participants on the spot, to make their everyday life easier. The group also included three experts in their respective fields, from whom the families received comprehensive information that they could relate to their own everyday life.

This thesis presents the events and results of the EEVI- Special life peer support evenings. The thesis developed a peer support group in Forssa for families with children who have neuropsychiatric challenges. As a result, it was felt that there is a need for peer support groups and the participants found the group useful. In the end, the small group was felt to work because of the intimacy, and the participants said they felt heard. The students' knowledge of neuropsychiatric challenges increased and the involvement of experts in the group was found to be effective.

Keywords: Participation, neuropsychiatric challenges, peer support

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	4
2 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT, TAVOITTEET JA YHTEISTYÖKUMPPANIT	5
2.1 Lähtökohdat opinnäytetyön aiheelle	5
2.2 Kehittämistyön tavoitteet ja tarkoitus	5
2.3 Kehitysvammapalvelu Teuvola yhteistyökumppanina	6
3 NEUROPSYKIATRISET HÄIRIÖT LAPSILLA	7
3.1 Lapsen ADHD	8
3.2 Autismin kirjo lapsella	8
4 VANHEMMUUS JA VERTAISTUKI	9
4.1 Vanhemmuuden tukeminen	9
4.2 Vertaistukiryhmien saatavuus Forssan seudulla	10
4.3 Vertaistuki	11
5 OPINNÄYTETYÖN PROSESSI JA MENETELMÄT	12
5.1 Opinnäytetyön aloitusvaihe	12
5.2 Opinnäytetyön prosessin haasteet ja onnistumiset	13
6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUSVAIHE	15
6.1 Yleisesti tapaamisista	15
6.2 Ensimmäinen tapaaminen	16
6.3 Toinen tapaaminen	17
6.4 Kolmas tapaaminen	17
6.5 Vinkkejä arkeen	19
6.6 Ohjauskeskustelun kautta uusia näkökulmia	20
7 AINEISTON KERUU	20
7.1 Aineiston keruu kyselylomakkeella	21
7.2 Aineiston keruu haastatteluilla	21
7.3 Aineiston keruu havainnoinnilla	22

8 POHDINTA	22
9 LÄHTEET.....	24
LIITE 1. EEVI- Vertaistukiryhmän mainos.....	26
LIITE 2. Kuvia tapaamisista	27
LIITE 3. Kyselylomake	28

1 JOHDANTO

Keskustelu neuropsykiatrisista haasteista on lisääntynyt huomattavasti viimeisten vuosien aikana ja useat perheet ovat hyvin kuormittuneita. Perheet, joissa lapsilla on ilmennyt neuropsykiatrisia haasteita, saattavat käydä päivittäin läpi useita haastavia tilanteita, jossa aikuisilla ei ole keinoja toimia lasten kanssa. Vanhempien tietotaitoa tuleekin siis lisätä samalle tasolle kuin neuropsykiatriset haasteet ilmiönä on ilmentynyt. Monen vanhemman tietämys aiheesta on vielä puutteellista ja kasvatustavat saattavat perustua vanhanaikaisiin käytäntöihin, jossa lasta ja lapsen haasteita ei kohdata lapsen edun mukaisesti.

Tähän asiaan opinnäytetyö pyrkii luomaan muutosta. Opinnäytetyön tarkoituksena on lisätä vanhempien voimavaroja, sekä lisätä vanhempien tietoutta neuropsykiatrisesta aihepiiristä. Tietouden ja voimavarojen lisäämisellä vanhemmat voivat kehittää omia toimintatapoja toimia haastavissa tilanteissa lasten edun mukaisesti. Tiedon lisääntymisen myötä vanhemmat osaavat reagoida oikea-aikaisesti ilmeneviin haasteisiin ja mahdollisesti hakevat apua riittävän aikaisin.

Aiheen taustalla on vanhempien tarve vertaistuelle. Opinnäytetyö lähti liikkeelle erään toimeksiantajan kanssa, joiden kautta ilmeni tarve tarjota haastavassa elämäntilanteessa olevien perheiden vanhemmille tukea. Seuraavan ja lopullisen toimeksiantajan kautta ilmeni sama tarve vertaistukiryhmän järjestämiselle, koska pienellä paikkakunnalla ei ollut vastaavaa palvelua. Aihetta kuitenkin supistettiin aineiston keruun helpottamiseksi. Lopulta aihe kaventui tarpeeseen tarjota kouluikäisten lasten perheille mahdollisuus tutustua samassa elämäntilanteessa oleviin perheisiin ja jakaa kokemuksiaan heidän kanssaan. Lisäksi tarkoituksena oli lisätä perheiden tietämystä neuropsykiatrisesta aihepiiristä.

Opinnäytetyössä järjestetään kolme ryhmätapaamista. Jokaisella tapaamisella käsitellään eri teemoja liittyen neuropsykiatriseen aihepiiriin. Teemat käsittelevät pitkälti aiheita, jotka koetaan olevan oleellisia kouluikäisten lasten perheille.

2 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT, TAVOITTEET JA YHTEISTYÖKUMPPANIT

2.1 Lähtökohdat opinnäytetyön aiheelle

Toive opinnäytetyön tarpeesta erityislasten perheissä tuli alun perin toisesta yksiköstä. Tarpeiden eroavaisuudet sekä aikataulujen yhteensovittaminen loi kuitenkin haasteita ja yhteistuumiin sovittiin, että vertaistukiryhmä on tarpeellinen, mutta tilalle etsitään uusi yhteistyökumppani. Uudeksi yhteistyökumppaniksi valikoitui Forssan seudun kehitysvammayksikön tilapäishoito Teuvola.

Teuvalan asiakkaille mainostettiin tulevaa vertaisryhmää, mutta lopuksi ryhmään ei osallistunut lainkaan Teuvalan asiakkaita. Osallistujat löysivät ryhmän sosiaalisen median kautta. Kuitenkin hyöty ryhmästä ulottuu myös välillisesti Teuvolaan, sillä ryhmän osallistujat saattavat olla tulevaisuudessa Teuvalan asiakkaita.

2.2 Kehittämistyön tavoitteet ja tarkoitus

Kehittämistyön tarkoituksena on lisätä opiskelijoiden tietämystä neuropsykiatrisista haasteista sekä lisätä vertaistuellista tukea Forssassa. Lisäksi tarkoitus on saada huoltajia tutustumaan samassa elämäntilanteessa oleviin perheisiin, sekä lisätä vanhempien tietämystä neuropsykiatrisista haasteista asiantuntijoiden tuoman tietoperustan kautta. Tarkoituksena oli myös vertaistukiryhmien kautta luoda vanhemmille osallisuuden tunnetta.

Opinnäytetyön tavoitteena on kehittää Forssan seudulle toimintamalli, jota voi jatkossakin hyödyntää uutta ryhmää varten, mikäli kysyntää löytyy vertaistuen jatkolle sekä kehittää opiskelijoiden tietämystä lasten neuropsykiatrisista haasteista. Opinnäytetyötä voidaan hyödyntää uusien vastaavanlaisten ryhmien suunnittelussa ja järjestämisessä.

2.3 Kehitysvammapalvelu Teuvola yhteistyökumppanina

Opinnäytetyön yhteistyökumppanina toimi Forssan seudulla sijaitseva kehitysvammahuollon yksikkö Teuvola. Teuvola toimii Forssan seudun hyvinvointi kuntayhtymän (FSHKY) alaisuudessa. FSHKY tarjoaa tilapäishoitoa myös aikuisille. Aikuisille tarjottava tilapäishoito järjestetään aivan Teuvalan vieressä sijaitsevassa Niittyvillassa. Teuvalassa on neljä huonetta ja keittiö ja se sijaitsee kerrostalon ensimmäisessä kerroksessa. Samassa rakennuksessa toimii myös lastenkoti. Teuvola tarjoaa kehitysvammaisille lapsille ja nuorille tilapäishoitoa, kun perheellä on tarve lapsen tai nuoren tilapäiselle lyhytkestoiselle hoidolle. Tällä hetkellä perheet käyttävät palvelua noin kolme kertaa kuukaudessa. Aiemmin samankaltaista palvelua on järjestetty Karkkilassa, mutta vuoden 2016 alusta palvelu siirtyi Forssassa Teuvalan yksikössä. Vuonna 2018 Teuvola on palkittu Kanta-Hämeen Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelma (LAPE)- hankkeen Aito kohtaaminen- kunniakirjalla. Palkinnon perusteluina on henkilökunnan palveluhalukkuus, sekä lapsien että heidän vanhempiansa kohtaaminen lämpimästi ja aidosti. Lisäksi työntekijöiden halu auttaa ja löytää sopivia ratkaisuja perheen raskaan arjen tukemiseksi. Tämä saattaakin myös olla syynä Toukkarin mainitsemaan palvelun käyttöasteen kasvuun. (Sari Toukkari, kehitysvammahuollon palveluohjaaja, henkilökohtainen tiedonanto 10.3.2023; FSHKY, 2023.)

Toukkari kertoo, että alussa palvelua käytti viidestä kuuteen asiakasta, sekä asiakkailta enemmän vuorokausia käytettävänä, mutta tällä hetkellä käyttöaste on noussut ja asiakaskohtainen vuorokausimäärä on supistunut kolmeen kertaan kuukaudessa. Tällä hetkellä Teuvalassa on kymmenen palvelua säännöllisesti käyttävää 4–17-vuotiasta asiakasta. (Sari Toukkari, kehitysvammahuollon palveluohjaaja, henkilökohtainen tiedonanto 10.3.2023.)

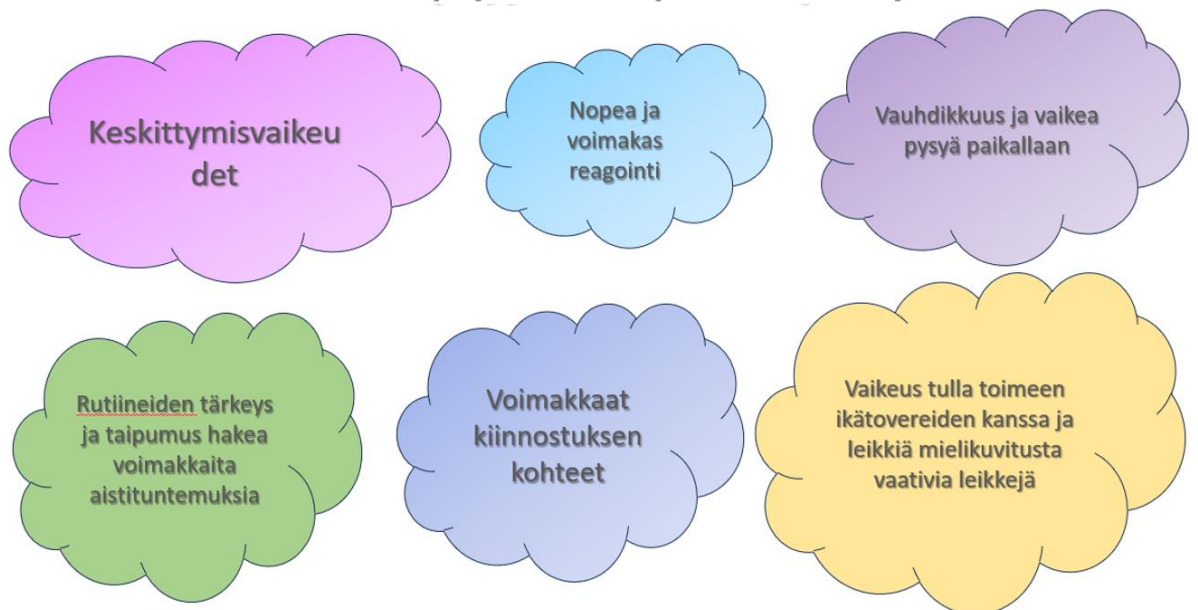
Asiakkaat haluavat lapsensa mieluummin Teuvalan yksikköön, koska kokevat lastensa viihtyvän siellä paremmin kuin perhehoidon yksiköissä kodinomaisen

ympäristön vuoksi. Teuvola on pieni yksikkö, joten suurempien yksikköjen sijaan Teuvola kykenee tarjoamaan hyvin rennon tunnelman strukturoinnin vähyhdellä, joita isommissa yksiköissä tulee olla asiakasmäärien vuoksi. Teuvola tarjoaa majoittuville asiakkailleen kokonaisvaltaista ja lapsilähtöistä hoitoa, johon kuuluu normaaliin arkeen kuuluvat toiminnot, kuten päivittäisten arkirutiinien suorittaminen, yhdessä tekeminen ja erilaiset aktiviteetit. Teurolassa on kolme vakituista hoitajaa, joilla on Lapset puheeksi- menetelmän koulutus. Teurolassa työskentelee myös kaksi vakituista sijaista ja yöhoidosta vastaa tehostetun palveluasumisen yksikön Niittyvillan työntekijät. (Sari Toukkari, kehitysvammahuollon palveluohjaaja, henkilökohtainen tiedonanto 10.3.2023; FSHKY, 2023.)

Opiskelijoiden kokemuksen mukaan, aluksi kommunikaatio oli hieman haastavaa aikataulukiireiden vuoksi, mutta sovitulla tapaamisella keskustelu oli soljuvaa ja työyhteisöstä tuli lämmin ja mukava kuva. Vertaistuen tarpeelle oli työyhteisön mukaan myös tarvetta ja opinnäytetyöstä koettiin olevan hyötyä kyseiselle yksikölle.

3 NEUROPSYKIATRISET HÄIRIÖT LAPSILLA

Tavallisimmat neuropsykiatrisiin piirteisiin liittyvät vaikeudet



Kuvio 1. Tavallisimmat neuropsykiatrisiin piirteisiin liittyvät vaikeudet (Mielenterveystalo 2023.)

Opinnäytetyössä keskitytään huoltajiin, joiden huollettavalla on jokin neuropsykiatrisen häiriön. Neuropsykiatriset häiriöt ovat aivojen toimintaan liittyviä häiriöitä, jotka näkyvät ulospäin häiriöihin kuuluvalla tavalla. Kuviossa 1 esitellään joitain yleisempiä haasteita liittyen neuropsykiatrisiin vaikeuksiin (Mielenterveystalo 2023). Neuropsykiatrisiin häiriöihin saattaa kuulua muun muassa haasteita sosiaalisessa vuorovaikutuksessa, oman toiminnan ohjauksessa, tunteiden ja käyttäytymisen säätelyssä sekä kielellisessä kommunikaatiossa (HUS 2023). Neuropsykiatrisiin häiriöihin lasketaan yleensä ADHD, autismin kirjo sekä tic-oireet, kuten Touretten syndrooma (Mielenterveystalo 2023).

3.1 Lapsen ADHD

Vertaistukiryhmässä nousee esiin erityisesti perheitä, joissa oli lapsia ADHD-diagnoosilla. ADHD on lyhenne sanoista Attention Deficit, Hyperactivity Disorder eli aktiivisuuden sekä tarkkaavaisuuden häiriö. Lapsen ADHD:n oireet ilmenevät usein jo ennen kouluikää levottomuutena sekä impulsiivisuutena. Ohjeiden ja kehotuksien noudattaminen voi olla haasteellista ja poikkeuksellisen vilkkauden vuoksi tapaturma-alttius on yleisempää. Jo usein ennen kouluikää alkavat oireet jatkuvat kouluikäisenä ja saattavat vaikuttaa lapsen sosiaalisten taitojen sekä tunnetaitojen kehitykseen. Myös diagnosoimattomana ADHD voi vaikuttaa koulumenestykseen sekä lapsen ja vanhemman väliseen suhteeseen negatiivisella tavalla. Kotona tapahtuvat negatiiviset kasvatuskäytännöt taas saattavat voimistaa lapsen häiriökäyttäytymistä. (Puustjärvi ym., 2023.) Erityisen tärkeää on, että lapsen kasvattajat tukevat lasta myönteisin keinoin. Ympäristöstä tulisi karsia turhat häiriötekijät ja tehdä siitä mahdollisimman paljon lasta tukevaa tilaa. Myös ravinto, liikunta ja unen määrä on pidettävä tasaisina ja riittävinä. (Oksanen & Sollavaara, 2017–2019, 9–10.)

3.2 Autismi lapsella

EEVI-vertaistukiryhmässä käsitellään kokemusasiantuntijan kokemusten kautta myös elämää Asperger-diagnoosilla. Etenkin lapsuus- ja nuoruusmuistojen käsittely saattaa auttaa perheitä asettumaan paremmin lasten asemaan diagnosoimalla kanssa mukana elämisessä ja se tuo parhaimmillaan ymmärrystä haastaviin tilanteisiin.

Autismin kirjoon kuuluu yleensä lapsuusiän autismi sekä Asperger. Autismitilanteissa häiriöillä tarkoitetaan useimmiten häiriöitä, joihin kuuluu haasteet sosiaalisissa tilanteissa ja viestinnässä, kapeus rutiinitilanteissa ja harrastuksissa, sekä siihen voi liittyä laajaa ja monialaista vaikeutta oppimisessa sekä vuorovaikutustilanteissa. Tunne-elämän vaikeudet, kuten unihäiriöt, ahdistuneisuus, haastava käyttäytyminen ja syömisvaikeudet ovat myös yleisiä piirteitä autismin kirjolla. Edellä mainitut piirteet aiheuttavat usein kuormitusta päiväkotij- ja kouluryhmissä, sekä perheessä vanhempien ja sisaruksien kanssa. Lapsen oma selviytyminen ryhmätilanteissa voi olla haasteellista ja rankan tuntuista. Autismiin ei ole mitään sairautta parantavaa lääkitystä olemassa, vaikka joistakin lääkkeistä voi olla apua. On monia eri tukikeinoja, joilla voi kuntouttaa lapsen verbaalisia kommunikointitaitoja sekä käyttäytymishaasteita tukevia menetelmiä, kuten kognitiivinen käyttäytymisterapia. (Koskentausta T. ym. 2013.)

Kohderyhmäksi valikoitui kouluikäisten lasten perheet, joissa lapsilla ilmennyt neuropsykiatrisia haasteita. Opinnäytetyön suunnitteluvaiheessa koettiin kohderyhmän perheiden tarvitsevan vertaistuellista tukea, koska lapset ovat vielä pieniä ja ongelmien ennaltaehkäisy saattaa olla helpompaa.

4 VANHEMMUUS JA VERTAISTUKI

4.1 Vanhemmuuden tukeminen

Vanhemmuutta tukevissa menetelmissä tavoitteena on saada vanhempia tuomaan kotiin toimintamalleja, jotka tukevat lapsen toivottua käytöstä ja, jotta vanhempien ja lapsen välinen positiivinen vuorovaikutus vahvistuisi. Vanhempien

vanhemmuutta tukevissa menetelmissä käytetään usein pohjana kognitiivista käyttäytymisterapiaa sekä kiintymyssuhdeteoriaa. Tarkoituksena on ohjata vanhempien käyttäytymismalleja positiivisemmaksi ja kannustaa vanhempia kuuntelemaan ja havainnoimaan lapsiaan, sekä vahvistamaan vuorovaikutustaitoja esimerkiksi leikin kautta. Vanhempia ohjataan olemaan roolimallina lapsilleen tunteiden käsittelyssä sekä ongelmanratkaisukyvyissä. Vanhemmuuteen tukevia menetelmiä käsitellään usein ryhmämuodoissa, joskus niitä voi olla myös verkossa järjestettävissä. (Karjalainen P, ym. 2016.)

EEVI-vertaistukiryhmässä vanhemmuuden tukemisen menetelmänä käytettiin vertaistukiryhmää yhdistettynä asiantuntijoiden esityksiin. Tarkoituksena oli saada perheille tilaa vertaistuelliseen keskusteluun samojen asioiden kanssa kamppailevilta perheiltä, sekä lisätä vanhempien tietämystä arkea helpottavista toiminnoista neuropsykiatristen haasteiden kanssa elävien lasten kanssa. Materiaaleina vanhemmille tuotiin muun muassa päivärytmiä helpottavia taulukkoja, joita löytyy papunetin verkkosivuilta.

4.2 Vertaistukiryhmien saatavuus Forssan seudulla

Perheisiin liittyviä vertaistukiryhmiä on niukasti Forssan alueella, joka johtuu ehkä osittain siitä, että Forssa on kaupunkina melko pieni. Forssan seurakunta järjestää jonkin verran muun toimintansa lisäksi vertaistuellista apua perheille. Seurakunnan kautta on mahdollista päästä erotukiryhmään, sururyhmään sekä leskien klubiin. (Forssan seurakunta 2023). Forssassa on myös ollut viime keväänä Leijonaemojen järjestämät kaksi vertaisiltamaa erityislasten vanhemmille, josta onkin sujuvasti jatkunut EEVI-vertaistukiryhmä näiden iltojen päätyttyä. (Leijonaemot 2023). Tarvetta uusille vertaisryhmille tuli EEVI:n ryhmässä suoraan asiakkailta. Asiakkaiden toiveita oli saada ryhmää lapsille, joilla on neuropsykiatrisia haasteita. Toiveita tuli myös vertaistukiryhmään maahanmuuttajataustaisille perheille.

Vertaistukiryhmien järjestettävyyttä saattaa vaikeuttaa ajanhallinnan haasteellisuus ja työntekijöiden vähyys. Forssan perhesosiaalityössä olisi tarvetta eri ryhmille, mutta Forssan perhesosiaalityön työntekijöiden mukaan niiden

tekemiseen ja järjestämiseen ei löydy riittävästi aikaa. Haasteina ovat myös budjettiongelmat. Vertaistukiryhmiin osallistuminen saattaa myös olla iso kynnys ihmisille, jotka apua tarvitsevat. Leimaantumisen pelko ja stigma saattavat olla suuria etenkin pienissä kaupungeissa ja ihmisille voi tulla pelko muun muassa lastensuojelun asiakkuudesta, jos he kertovat julkisesti tarvitsevansa apua. Osallistujilla saattaa myös olla hankaluuksia oman elämän hektisyyden vuoksi löytää aikaa vertaistukiryhmille. (Kaltiala-Heino, Poutanen & Välimäki, M. 2001; Laitinen 2007.)

Forssan perhesosiaalityö yritti järjestää heinäkuussa 2023 vertaistukiryhmää ensiodottajille, mutta ryhmää ei järjestetty, sillä osallistujia ilmoittautui yksi, ahkerasta mainonnasta huolimatta. Kesä saattaa olla ajankohtana huono vertaistukiryhmille ihmisten lomamatkojen vuoksi. Tulevaisuudessa voisi yrittää esimerkiksi tämän kaltaista ryhmää syyskaudelle.

4.3 Vertaistuki

Vertaistukitutkimuksia ja selvityksiä on tehty maailmalla lukuisia. Tutkimukset jaetaan kahteen ryhmään; yhteiskuntatieteellisiin sekä psykologisiin ja terveystieteellisiin. Tanska ollut edelläkävijä vertaistukitutkimuksen, että vertaistoiminnan käytäntöjen kehittämisessä. Vertaistuen muotoa on tarkasteltu ympäri maailmaa jo 1990-luvun puolivälistä saakka ja tutkimuksissa on teemoina ollut arvot, kohtaaminen, osallisuus, vaikuttaminen, vastavuoroisuus, voimaantuminen, sosiaalinen pääoma ja yhteisöllisyys. Vuosina 2010–2016 tehtyjen tutkimusten perusteella huomattiin, että yksilöllisen vertaistuen erilaisilla käytännöillä oli tuotettu hyödylliseksi koettua emotionaalista ja sosiaalista tukea. Saatavilla olevat palvelut eivät aina vastaa odotuksia ja haastatteluissa olleet kokivat vertaistuen arvokkaaksi. Vertaistukiryhmien tuloksissa ilmeni, että vertaistuen on mahdollisuus normaaleihin ihmissuhteisiin, jotka eivät perustuneet mihinkään hoitotohtoon. Tutkijat päätyivät tulokseen, että vertaistuki tukee, mutta ei korvaa perinteisiä mielenterveyspalveluja. Vertaistuen vaikutuksista terveyteen on myös tehty laajoja tutkimuksia. Saksassa on tutkittu vertaistuen ja omatoimisuuden yhdessä lisäävän terveyteen vaikuttavia myönteisiä elementtejä. (Mikkonen & Saarinen 148-169, 2018; Anttila 78-82, 2020.)

Maailmalla toteutettuihin vertaistukiryhmiin osallistuneet vanhemmat kertovat saavansa monenlaisia uusia keinoja ja toimintatapoja kasvatuskäytäntöihinsä. Osa vanhemmista kertoo kasvatuskäytäntöjensä olevan sidoksissa omaan fyysiseen vointiinsa. Jatkuvaa lääkitystä käyttävien vanhempien psyykinen ja fyysinen hyvinvointi ovat sidoksissa toisiinsa; kun lääkitys on kunnossa, lapsen haastava käytös on helpompi kohdata. Vertaistukiryhmiin osallistuminen on taas saanut jotkut vanhemmat keskittymään puhetyyliinsä ja sanomisiinsa, kun käyvät läpi lapsen käytöksestä johtuvia haastavia tilanteita. Osa vanhemmista taas kertoo kiinnittävänsä enemmän huomiota lapsen kiittämiseen ja kehumiseen. (Kinnunen 112–115,2006.)

Vertaistukimuotoja ja toteutuksia on useita. Kasvokkain tapahtuviin tapahtumiin saattaa toisinaan olla haastavaa liittyä, jos esimerkiksi osallistuja on vaikeasti sairas tai muutoin estynyt osallistumaan kasvokkaiseen toimintaan. Näille osallistujille on tarjolla myös verkkotapaamisia muun muassa Skypea kautta. (Mikkonen & Saarinen 148–169, 2018.)

5 OPINNÄYTETYÖN PROSESSI JA MENETELMÄT

5.1 Opinnäytetyön aloitusvaihe

Opinnäytetyön prosessi alkoi suunnitteluvaiheesta, jolloin opiskelijat pohtivat, mikä aihe heitä kiinnostaa ja minkä parissa haluaisivat ammatillisesti kehittyä. Molemmilla opiskelijoilla on mielenkiintoa tietää lisää neuropsykiatrisista haasteista sekä halua työskennellä tulevaisuudessa perheiden kanssa. Toiveena oli myös kehittää jotain, mistä voisi olla tulevalle yhteistyökumppanille hyötyä. Opiskelijoille tuli ehdotus neuropsykiatristen haasteiden kanssa elävien lasten vanhemmille tarkoitettua vertaistukiryhmästä. Aihe kiinnosti heti opiskelijoita ja ehdotus kuulosti siltä, että toiminnassa opiskelijat pääsevät toteuttamaan myös omia luovia ominaisuuksiaan.

Alkuperäisessä suunnitelmassa tarkoituksena oli järjestää noin viisi tapaamiskertaa sekä tehdä kansio yksikölle vertaistukiryhmän materiaaleista, jotta he voisivat jatkossakin toteuttaa ryhmää seuraaville asiakkaille. Opinnäytetyön ohjaajien kanssa käydyn keskustelun jälkeen päädyttiin kuitenkin supistamaan suunnitelmaa, jottei työtunnit menisi yli ja aikaa jäisi myös raportin kirjoittamiseen. Uudessa suunnitelmassa tulikin tavoitteeksi järjestää kolme tapaamiskertaa sekä jättää kansion tekeminen kokonaan pois. Opiskelijoilla oli sen hetkiseen yhteistyökumppaniinsa hyvä keskusteluyhteys, mutta yhdessä huomattiin, etteivät tarpeet kohdanneetkaan riittävästi. Tästä syystä uuden yhteistyökumppanin etsiminen alkoi, jonka kanssa vertaistukiryhmä kyettäisiin toteuttamaan. Uudeksi yhteistyökumppaniksi valikoitui Forssan kehitysvamma palvelun tilapäishoitoyksikkö Teuvola. Ikähaarukaksi supistettiin kouluikäisten lasten vanhemmat, jotta vanhemmat varmasti kokevat saavansa ryhmästä vertaistukea. Voi olla täysin eri asia olla kolmevuotiaan ADHD-lapsen vanhempi, kun 13-vuotiaan. Ammattilaisten kanssa keskusteltuaan opiskelijat toteavat, että tämän kaltaiselle ryhmälle on tarvetta Forssan seudulla, mutta hakua laajennetaan myös Teuvolan ulkopuolelle, jotta kaikilla Forssan seudun perheillä on mahdollisuus osallistua ryhmään.

5.2 Opinnäytetyön prosessin haasteet ja onnistumiset

Resurssit	Riskit	Vaihtoehtoinen ratkaisu
Osallistujat	Opinnäytetyöhön osallistuvien osallisten sairastumiset tai muut poissaolot	Ryhmän vetäminen pienelle osallistujamäärälle tai vaihtoehtoisesti opinnäytetyön muuttaminen tutkimus- tai kirjallisuuspainotteiseksi
Tietotekniikka	Tietotekniset ongelmat, kuten rikkinäiset laitteet, käyttäjien it-aidot	Laitteiston ja yhteyksien testaus huolellisesti ja hyvissä ajoin ennen käyttöä tai vaihtoehtoisten sovellusten käyttäminen
Tarjoilut	Osallistujilla useita ruokarajoitteita	Yleisimpien ruokarajoitteiden selvittäminen ja tarjoilujen riittävä suunnittelu
Aikataulut	Aikataulujen muuttuminen, ajankäytön haasteet, ajankohdan vaikutukset	Ajanhallinnan riittävä ja huolellinen suunnittelu
Ryhmäkeskustelu	Keskustelun tyrehtyminen, ohjaajien osaamattomuus	Menetelmäkortit keskustelun tueksi
Yhteistyökumppani	Yhteistyökumppanin vetäytyminen	Omien verkostojen käyttö uuden yhteistyökumppanin etsintään tai opinnäytetyön aiheen muuttaminen ja toteuttaminen kirjallisuuskatsauksena

Kuvio 2. Resurssien riskienhallintataulukko.

Kuvio 2 selkeyttää koetut riskit ja miten niihin ennakoitiin. Haasteeksi todettiin yhteistyökumppanin vaihtuminen kesken opinnäytetyön. Opiskelijoiden tarjoama palvelu ei lopulta palvellut alkuperäistä yhteistyökumppania, josta tuli epäonnistumisen tuntemuksia opiskelijoille. Myös epävarmuus omasta työkokemuksesta aiheutti haasteita vertaistukiryhmän kanssa. Pelko siitä, ettei osaa olla riittävästi ammattilaisen roolissa puuttuvan kokemuksen neuropsykiatrisista haasteista oli alussa läsnä, mutta lopulta opiskelijoiden kokemattomuus ei tuntunut vaikuttavan ryhmän kokonaisuuteen negatiivisella tavalla. Asiantuntijoiden mukana olo vahvisti sitä, että opiskelijoiden rooli on enemmänkin olla keskustelun ohjaajana ja ryhmän tukena ja tämä saattoi vaikuttaa positiivisella tavalla ryhmässä toteutuneeseen rentoon ilmapiiriin.

Uuden toimeksiantajan etsintä oli myös hetken aikaa haasteena, mutta uusi yhteistyökumppani löytyi kuitenkin yllättävän nopeasti ja uuden yhteistyökumppanin löytyminen oli helpompaa, kun opiskelijoilla oli jo valmiiksi tehty suunnitelma, joka tarvitsi enää vain toimeksiantajan. Uuden yhteistyökumppanin sijainti on pienemmässä kaupungissa, joten haasteita olisi saattanut syntyä lisää, jos aiheen teemaa olisi rajattu liian suppeaksi. Näin ollen, osallistujia olisi saattanut olla vielä hankalampaa löytää. Ryhmään etsittiin minkä vain neurokirjoon

kuuluvan lapsen huoltajia ja ehtona oli vain, että kyseessä olisi kouluikäisten lasten vanhemmat.

Osallistujien etsiminen osoittautui hieman hankalaksi ja alkuun näytti siltä, ettei ryhmä pääse toteutumaan pienen osallistujamäärän vuoksi. Loppua kohden kuitenkin ilmoittautumisia alkoi tulemaan, kun mainostamista laajennettiin sosiaaliseen mediaan. Erityisesti Facebookin omista seudulle tehdyistä ryhmistä löytyi lopulta osallistujia. Seitsemän ilmoittautui paikalle ja parhaimmillaan osallistujia oli neljä. Tästäkin kuitenkin löydettiin positiivinen näkökulma siitä, että pienellä osallistujamäärällä keskustelut olivat intensiivisiä ja kaikki pääsivät osallistumaan keskusteluun.

Haasteena olivat myös arjen kiireet sekä sairastelut. Viimeisellä tapaamiskerralla sairastui sekä toinen opiskelijoista, että asiantuntija. Opiskelijat kuitenkin saivat nopeasti kehitettyä varasuunnitelman asiantuntijan tilalle ja näin ollen sairasteluistakin selviydettiin onnistumisen kokemuksella. Opinnäytetyön onnistumiseen vaikutti opiskelijoiden motivaatio omaa työtään kohtaan, innokkuus kehittää vertaistoimintaa sekä rohkeus muuttaa nopeallakin aikataululla suunnitelmia.

6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUSVAIHE

6.1 Yleisesti tapaamisista

Ilmapiiri tapaamisissa vaihteli paljon. Jokaisessa tapaamisessa kaikille riitti istumatilaa ja tunnelma vaikutti rennolta ja keskustelua syntyi paljon. Lähes jokaisessa tapaamisessa ilmeni monipuolista tunteiden ilmaisua, sekä henkilökohtaisia asioita jaettiin osallistujien kesken mittavasti. Tila, jossa tapahtuma järjestettiin, oli juuri sopiva kyseiseen toiminnan harjoittamiseen. Tilaa oli riittävästi ja tunnelma pysyi kotoisena.

6.2 Ensimmäinen tapaaminen

Tapaamiset järjestettiin Forssassa Yhteisötalolla. Yhteisötalo on Forssan asukkailla oleva olohuonemainen kohtaamispaikka, jossa järjestöt, palveluiden työntekijät ja asukkaat järjestävät kursseja, tapaamisia ja vertaistukiryhmiä. Yhteisötalon tiloissa toimii myös Kotouttamo maahanmuuttajille sekä kierrätyskeskus. (Forssan seudun hyvinvointikuntayhtymä 2023.)

Ensimmäinen tapaaminen oli 2.5.2023 klo 17.30–19.30. Vertaistukiryhmään tuli seitsemän ilmoittautumista, joista lopulta paikan päälle tuli neljä äitiä. Ensimmäinen tapaaminen alkoi esittäytymiskierroksella. Ensimmäisen kerran teemana olivat arjen haasteet. Arjen strukturointi hyödyttää erityisesti neurokirjon lapsia. Rutiinit ja strukturointi voivat maltillisella määrin auttaa lasta, kun muuten ympäröivä maailma tuntuu kaoottiselta. Lapsi saattaa myös jumiutua vahvasti rutiineihin, joten liian vahvoina rituaaleina ne eivät ole lapselle hyväksi. Kun lasta valmistelea ja ennakoii hyvissä ajoin muutoksiin, se auttaa lasta oppimaan uusia asioita ja totuttaa sietämään muutoksiin liittyvää ahdistusta. Tämän vuoksi siis arjen ennakointi ja strukturointi on tärkeää erityisesti neurokirjossa olevien lasten perheille. (Oksanen & Sollavaara 117, 2017–2019.)

Ryhmän ohjaajina kerroimme keitä olemme ja mistä tulemme. Pöydälle levitettiin Elämän tärkeät asiat-kortit tukemaan esittelykierrosta. Opiskelijat ottivat myös omaan elämäänsä liittyviä kortteja tukemaan esittelyään ja kertoivat, miten nämä asiat näkyvät heidän arjessaan. Mallin jälkeen osallistujat esittelivät itsensä ja kertoivat, miksi valitsivat tietyt kortit kuvaamaan heidän elämänsä tärkeitä asioita.

Esittelykierroksen jälkeen Teams-yhteyden kautta neuropsykiatrinen valmentaja Sanna Minkkinen esitti PowerPoint-esityksen, jossa käsiteltiin arkea erityislapsen kanssa. Esitys kesti noin puoli tuntia, jonka jälkeen asiakkaat saivat esittää kysymyksiä. Esityksen jälkeen alkoi vapaampi aika, jolloin kahvin ja purttavan kanssa keskusteltiin vapaamuotoisista arjen haasteista ja voimavaroista asiakkaiden kanssa. Pöydälle jätettiin runsaasti kotiin vietävää materiaalia, jotka opiskelijat uskovat tukevan perheiden arkea.

6.3 Toinen tapaaminen

Toisella tapaamisella paikalla oli yksi osallistuja, ryhmän toteuttavat opiskelijat sekä Jokioisilla sosiaalipedagogista hevostoimintaa järjestävä Anu Laamanen, joka ohjasi tapaamisen ammattilaisen puheenvuoron. Illan teemana olivat perheen voimavarat ja vahvuudet. Ilta aloitettiin jälleen kierroksella, jossa jokainen sai alkuun puheenvuoron. Tällä kertaa pöydälle levitettiin Pesäpuun Vahvuuskortit. Jokainen sai vuorollaan nostaa kortit, jotka kuvastavat omia vahvuuksia sekä lasten vahvuuksia. Korttien tarkoituksena on voimavaraistaa itsetuntoa tukemalla sekä positiivisella ajatuksella. Vahvuuskorttien avulla voi vahvistaa perheen voimavaroja, myönteistä ajattelua sekä nostattaa selviytymisen kokemuksen tunnetta (Pesäpuu RY 2023).

Aloituskierroksen jälkeen Anu Laamanen esitti PowerPoint-esityksen, jossa hän kertoi yrityksensä toiminnasta sekä eri palveluista, joita perheet voisivat hänen kauttaan hyödyntää sekä avaa eläinpedagogiikan myönteisiä vaikutuksia erityistarpeita omaaviin lapsiin. Tutkimuksissa on todettu, että jo pelkkä eläimen läsnäolo saattaa rauhoittaa ihmisen mieltä. Eläimen läheisyys ja kosketus voivat tuoda lohtua ja läheisyyden tunteita. Kommunikaatiota helpottaa se, että eläinten kanssa ei tarvitse sanoja. Läheisyyden tunne ja yhteys tulevat ruumiinkielestä. (Green Care Finland 2023.)

Illan päätteeksi kahvin ja naposteltavan lisäksi pöydälle laitettiin materiaaleja unelmakarttaa varten. Osallistujia ohjattiin, että halutessaan he voisivat kahvin ohella askarella lehdistä, kartongista, liimoista, tarroista ja saksista itselleen Unelmakartan. Unelmat voivat olla pieniä, arkea helpottavia asioita tai suuria ja mahtipontisia. Unelmat voivat liittyä perheeseen ja lapsiin tai heihin itseensä yksilöinä. Jokainen osallistuja askarteli kartan ja esitteli sen muille osallistujille.

6.4 Kolmas tapaaminen

Kolmas tapaaminen tapahtui 24.5 klo 17.30–19.30. Paikalle saapui kolme osallistujaa neljästä. Päivän teemana oli tunnetaidot ja rajat. Suunnitelmassa oli keskustella tunnetaidoista ja rajoista lasten kasvatuksessa sekä musiikin

vaikutuksista tunteisiin. Osallistujien oli tarkoitus miettiä jokin kappale, joka on itselle merkityksellinen tai herättää vahvoja tunteita. Jokainen osallistuja saisi halutessaan soittaa kappaleen koko ryhmälle tai vain kertoa minkä takia on valinnut kyseisen kappaleen. Jokaisen kappaleen jälkeen ryhmä keskustelee ajatuksista ja tuntemuksista, joita kyseinen kappale aiheutti. Musiikkiohjelmanumeron jälkeen olisi ollut asiantuntijan puheenvuoro etäyhteydellä. Puheenvuoron jälkeen oli suunniteltu lyhyt kahvitauko, jonka jälkeen keskustellaan, mitä asiantuntijan puheenvuoron jälkeen saattoi nousta mieleen. Lopuksi suunnitelmassa oli toteuttaa lyhyt loppurentoutus, joka oli valmiiksi etsitty Spotify-sovelluksesta. Asiantuntijan tarkoituksena oli olla neuropsykiatrinen valmentaja, joka työskentelee lastenkodissa. Päivän ohjelma kuitenkin muuttui täysin useiden sairastumisien vuoksi. Toinen opiskelijoista ja asiantuntija eivät päässeet osallistumaan tapahtumaan, joten päivän ohjelma meni täysin uusiksi vain päivä ennen tapahtumaa.

Opiskelijat saivat kontaktinsa kautta järjestettyä asiantuntijapuheenvuoron tilalle neuropsykiatrisista haasteiden kanssa eläneen kokemusasiantuntijan. Opiskelijat keksivät kymmenen kysymystä kokemusasiantuntijalle ja kokemusasiantuntija lähetti vastaukset kysymyksiin WhatsApp-sovelluksen kautta. Tämän jälkeen opiskelijat loivat PowerPoint-esityksen koostuneista kysymyksistä ja niiden vastauksista äänitallenteen muodossa. Vastaukset olivat hyvin monipuolisia, selkeitä ja kattavia.

Ennen esitystä osallistujille kerrottiin tapaamiseen muutoksiin vaikuttavista tekijöistä ja osallistujat ilmaisivat ymmärrystä ohjelman muutokseen ja vaikuttivat olevan tyytyväisiä myös muuttuneeseen ohjelmanumeroon. Ennen esityksen alkua keskusteltiin hieman aiempien tapaamisten herättämistä ajatuksista ja viime päivien kuulumisista. Osallistujilta kysyttiin musiikkiohjelmanumeron järjestämisestä, mutta osallistujat kokivat tehtävän liian vaikeaksi ja tästä syystä kyseinen ohjelmanumero päädyttiin jättämään pois. Osallistujat kokivat myös saavansa enemmän hyötyä keskustelusta, kuin musiikillisesta tehtävästä.

Esityksessä kokemusasiantuntija kertoi elämästään, erilaisista haasteista ja ajatuksista, joita on kohdannut ja käsitellyt elämänsä aikana. Esityksen aikana

osallistujilla nousi useita ajatuksia, joista keskusteltiin esityksen välissä. Keskustelun runsauden vuoksi sovittiin osallistujien kanssa kahvitauon pidettävän aivan lopussa tilaisuuden lopussa. Lisäksi paikalla oleva opiskelija kertoi suunnitelmastaan pitää lopuksi loppurentoutus, mutta osallistajat ilmaisivat, etteivät kokeneet sitä tarpeelliseksi ja halusivat käyttää kaiken ajan keskusteluun. Koko tapaaminen siis käytettiin vain keskusteluun, jonka lomassa kaikki osalliset saivat hakea kahvia ja tarjottavia kun itsestä tuntui siltä. Ohjelman muutoksista sovittiin yhdessä osallistujien kanssa, koska mahdollisuus vaikuttaa itseä koskeviin asioihin lisää osallistujien osallisuuden tunnetta. Osallisuuden tuntemukset lisäävät ihmisen psyykkistä hyvinvointia, kun hän kokee pystyvän vaikuttamaan itseä koskeviin toimintoihin ja kokee kuuluvansa johonkin. (SOSTE 2018.)

Tapaamisen lopuksi opiskelija kyseli osallistujien ajatuksia ja epävirallisia palautteita tapaamisista. Palaute oli myönteistä ja jokainen osallistuja koki vastavien vertaistukiryhmätapaamisten hyvin tarpeelliseksi ja ehdottivat uuden ryhmän perustamista syksylle tai seuraavalle vuodelle.

6.5 Vinkkejä arkeen

Ryhmähaastattelun ja avoimen keskustelun tuloksena osallistajat ilmaisivat saaneensa tapaamisista seuraavia asioita: vinkkejä oman arjen sujuvoittamiseksi, vertaistukea ryhmän muista osallistujista, uusia näkökulmia ihmisten ominaisuuksista ja niiden hyödyntämisestä arjessa, neuropsykiatrisen aihealueen tietoisuuden lisääntyminen, tietoisuuden lisääntyminen perhesosiaalityötä kohtaan, sekä julkisen ja yksityisen sektorin kautta saatavista palveluista.

Osallistujilta kysyttiin myös palautelomakkeen kautta kirjallisesti arvioita, miten he kokivat ryhmän kokonaisuuden. Suullisesti osallistajat kertoivat pitäneensä ryhmän rennosta ja tiiviistä tunnelmasta. Kotiin annettavista materiaaleista, jossa oli vinkkejä arkeen neuropsykiatristen haasteiden kanssa elävien lapsen arkeen, koettiin hyödyllisiksi. Myös ammattilaisten puheenvuorot olivat olleet osallistujien mielestä opettavaisia, ja niistä oli tullut hyödyllistä tietoa heidän perheidensä arkeen. Kaksi asiakasta myös kertoivat toivovansa sosiaalipalveluita kotinsa tilanteisiin ja opiskelijat auttoivat heitä tekemään yhteydenoton

perhesosiaalityöhön, jotta heille voitaisiin tehdä palvelutarpeen arviointia mahdollisia tukitoimia varten.

6.6 Ohjauskeskustelun kautta uusia näkökulmia

Vertaistukiryhmän osallistujat osallistuivat samalla ikään kuin ohjauskeskusteluun, jossa he oppivat ymmärtämään omaa arkeansa ja oppivat muutamia keinoja toimia arjessaan eri tavoin. Osallistujia ohjattiin jäsentämään omaa arkeaan uudella tavalla ja kehittämään uusia toimintatapoja vanhojen tilalle. Osallistujille sanoitettiin arjessa tapahtuvia tapahtumia, sekä pyrittiin yhdessä ryhmänä keksiä uusia näkökulmia kohdata tilanteita, sekä laajentaa näkökulmaansa. Ohjauskeskustelun avulla pyritään rakentamaan asiakkaalle uudenlainen näkemys asiakkaan elämästä, sekä pyritään löytämään asiakkaalle sopivat toiminnalliset työvälineet, joilla hän kykenee muuttamaan opittuja käyttäytymis- ja ajatusmalleja (Vänskä, Laitinen-Väänänen, Kettunen & Mäkelä 68–69, 2011).

7 AINEISTON KERUU

Aineistonkeruumenetelmiksi valikoituvat laadulliset menetelmät. Menetelmiksi valittiin yleisimmät laadullisen tutkimuksen aineistonkeruumenetelmät. Menetelmät ovat haastattelu, kysely ja havainnointi. Menetelmät sopivat opinnäytetyöhön, koska aineistoa oli saatava mahdollisimman luontevasti. Laadulliset menetelmät takaavat, että osallistujilta voidaan kerätä aineistoa hyvin luonnollisesti havainnoinnin, vapaan keskustelun ja vähän strukturoidun haastattelun kautta. Vähän strukturoitu haastattelu mahdollistaa strukturoitua haastattelua vapaamman tavan vastata. Strukturoidussa haastattelussa esitetyt kysymykset luovat tarkat raamit, joiden sisällä vastaukset ovat suhteellisen rajattuja. Havainnointi taas sopii hyvin ryhmäkeskustelun tuoman vuorovaikutuskäyttäytymisen aineistonkeruuseen. (Tuomi & Sarajärvi; Kallinen & Kinnunen. 2023.)

7.1 Aineiston keruu kyselylomakkeella

Opinnäytetyön palautteen keräämiseen päädyttiin käyttämään asteikollista kyselylomaketta. Kyselylomakkeelle valikoitui kymmenportainen asteikko koska portaikollisten asteikkojen käyttäminen kyselylomakkeissa on helppokäyttöistä, sekä ne tuottavat yksityiskohtaista dataa vastaajan mielipiteistä ja asenteista. Kyselylomakkeessa olevat kysymykset kohdistuivat tapahtumassa suoritettuihin toimintoihin, tapaamisten aikana ilmenevään tunnelmaan, tapahtuman ohjaajien eli opiskelijoiden toimintaan, sekä mahdollisiin kehityskohteisiin, kuten mitä muuta tapahtumassa olisi voitu ottaa huomioon. Kyselylomakkeen avulla tapahtuman toistettavuutta voidaan tarvittaessa kehittää tulevaisuudessa järjestettävissä vastaavanlaisissa tapahtumissa. Lisäksi kyselylomakkeen avulla voidaan mitata osallistujien tyytyväisyyttä tai tyytymättömyyttä tapahtuman eri muuttujiin. (SurveyMonkey 2023; Trustmary 2022.)

Kyselylomake päädyttiin lähettämään sähköpostilla, koska se koetaan olevan osallistujille luontevin ja helpoin tapa vastata. Kun kyselylomake lähetetään sähköpostitse, vastaajille annetaan mahdollisuus vastata, kun heille sopii parhaiten. Sähköpostilla lähetetty kysely myös lisää vastausten todenmukaisuutta, kun vastaaja saa vastata kysymyksiin rauhassa omalla ajallaan. (SurveyMonkey 2023; Trustmary 2022.)

7.2 Aineiston keruu haastatteluilla

Opinnäytetyöhön aineistoa kerättiin myös avoimella- sekä dialogisella haastattelulla. Avointa haastattelua sekä dialogista haastattelua käytetään samaan aikaan ryhmäkeskustelun aikana. Keskustelussa esitetään kysymyksiä, joihin osallistujat vastasivat ja jokaisen vastauksen jälkeen jatkettiin dialogisella haastattelumenetelmällä siihen asti, kunnes seuraava kysymys esitetään.

Avoin haastattelu sopii opinnäytetyön muotoon, koska haastattelun avulla vastaajat saavat mahdollisuuden vastata kysymyksiin mahdollisimman luontevasti, ilman kysymyksen mitoitettavia viitekehyksiä, kuten numeroasteikkoa tai kuvailua

muutamalla sanalla (SurveyMonkey 2023). Palautetta kerättiin avoimen haastattelulla jokaisen tapaamiskerran jälkeen.

Dialogi haastattelumenetelmänä luo tutkijalle ja tutkimuskohteelle ”sinä ja minä” keskusteluasetelman, jossa kumpikin osapuoli kokee itsensä mukaan otetuksi. Dialogissa on kyse mukaan ottamisesta, joka sisältää samaan aikaan kokemuksen kummatkin puolet, kuten esimerkiksi ”koskea” ja ”tulla kosketuksi”. Molemmat kokemukset ovat erilaisia ja keskustelun kumpikin osapuoli kokee asiat eri tavoin. Dialogisen keskustelun pääajatus onkin näiden kokemusten molemminpuolisuus. (Tuomi & Sarajärvi, 71, 2013,) Tapaamisten aikana dialogista keskustelua käytiin jokaisen osallisen kanssa erikseen; sekä opiskelijat että osallistujat keskustelivat keskenään, että erikseen.

7.3 Aineiston keruu havainnoinnilla

Aineistoa kerätessä havainnoin avulla, kyetään havainnoimaan ihmisiä heidän normaalissa elementissään. Havainnoinnin avulla pystytään havaitsemaan ihmisten eri ilmeitä ja eleitä, kehonkieltä, toimintaa ja käyttäytymistä. Havainnointi monipuolistaa ja lisää laadullisen tutkimuksen aineiston reliabiliteettia, koska materiaalia saadaan kuuloaistin lisäksi näköaistin kautta. Kun käytössä on useampi tutkimusmenetelmä, tutkimuksen tai kokeen reliabiliteetti ja toistettavuus lisääntyy. Näin vastaavanlainen vertaistukiryhmä voidaan vetää jatkossakin joko täysin samalla tavalla tai tapahtumapäivien teemaa muuttamalla. (Avoin tiede 2018; SurveyMonkey 2023.)

8 POHDINTA

Vertaistukiryhmätapaamisista jäi opiskelijoille onnistunut jälkitunnelma. Alun perin ryhmään ilmoittautui seitsemän ihmistä, mutta lopulta osallistujia oli neljä. Osallistujamäärän pienuus kuitenkin näkyi ryhmässä intiiminä ja rentona tunnelmana ja osallistujille sekä opiskelijoille jäi tunne, että ryhmässä oli turvallista

keskustella vaikeistakin asioista. Haasteena nousi esiin sairastumiset ja muut peruutukset. Viimeisellä kerralla alun perin sovittu neuropsykiatrinen valmentaja peruutti tulonsa sekä toinen opiskelijoista sairastui. Ripeällä etsinnällä kuitenkin tilalle löytyi kokemusasiantuntija, joka vastaili kysymyksiin ääniviestein ja näin opiskelijat saivat luotua tästä esityksen osallistujille.

Osallistujilta kysyttiin ryhmässä ovatko he kokeneet saavansa tarpeeksi apua ja tukea lastensa neuropsykiatrisiin haasteisiin. Esille nousi, että palvelujen saataavuus, kuten perhetyö koettiin hankalaksi, sillä osallistujat olettivat, että neuvola on liian ruuhkautunut pystyäkseen tekemään lähetteitä eteenpäin.

Opinnäytetyötä tehdessä ilmeni useita tilanteita, jotka opettivat vuorovaikutustaitojen kehittymistä. Opinnäytetyö aloitettiin eri yhteistyökumppanin kanssa, mutta kyseinen yritys olisi kaivannut järeämpää palvelua kohderyhmällensä kuin mitä opiskelijoilla oli tarjota. Lisäksi yrityksen yhteyshenkilöiden kanssa oli katkoksia ja epäselvyyksiä kommunikoinnissa, koska osa osallisista yhteyshenkilöistä tulivat mukaan toimintaan suunnittelun keskivaiheilla ja tästä syystä eivät olleet täysin tietoisia aiemmista keskusteluista ja suunnitelluista toiminnoista. Kommunikointi yhteyshenkilöiden kanssa tapahtui sekä sähköpostite että puhe-
limitse.

Kommunikoinnista johtuvista epäselvyyksistä olisi voitu välttyä, jos jokainen jo aiemmissa keskusteluissa käydyt viestiketjut olisi jaettu kesken suunnittelun mukaan tulleille henkilöille. Lisäksi suunnitelmista olisi voitu tehdä selkeät muistiinpanot esimerkiksi Word tiedostoon ranskalaisilla viivoilla ja jakaa tämä henkilöille, jotka tulivat kesken suunnittelun.

Ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa on myös tärkeää olla tekemättä oletuksia. Suunnittelun aikana ilmeni muutamia asioita, joista eri osapuolet olivat tehneet omia oletuksiaan, keskustelematta ja varmistamatta asian todenmukaisuutta toisilta osapuolilta. Jos nämä asiat olisivat keskustelu läpi ennen toimimista, olisi välttytty erinäisiltä epäselvyyksiltä, kuten esimerkiksi opinnäytetyön toteutukseen liittyvät, yhteistyökumppanin sekä opiskelijoiden, tarpeet ja toiveet.

9 LÄHTEET

- Avoin tiede. (2018). *Todennettavuus ja toistettavuus*. <https://avoin-tiede.fi/fi/ajankohtaista/todennettavuus-ja-toistettavuus>
- Anttila, U. (2020). *Erityislapsen vanhempana. Voimavaroja hyvään elämään*. Kirjapaja.
- Forssan Seurakunta, i.a. Vertaistukea. Saatavilla. 9.6.2023 <https://www.forssan-seurakunta.fi/apua-ja-tukea/vertaistukea>
- Forssan seudun hyvinvointikuntayhtymä (FSHKY), i.a. Tilapäishoito. Saatavilla 29.8.2023 <https://www.fshky.fi/asiakkaalle/sosiaali-perhe-ja-vammaispalvelut/vammaispalvelut/kehitysvammahuolto/tilapaishoito/>
- GreenCare Finland, Eläinavusteiset menetelmät. (2023). <https://www.gcfinland.fi/green-care-/menetelmat/elainavusteiset-menetelmat/>
- HUS, Neuropsykiatriset häiriöt lapsilla. i.a. Saatavilla 5.6.2023: Neuropsykiatriset häiriöt lapsilla | HUS
- Kaltiala-Heino, R., Poutanen, O. & Välimäki, M. (2001). *Sairauden häpeällinen leima*. Lääketieteellinen aikakauskirja duodecim, 117(6), 563–570
. <https://www.duodecimlehti.fi/duo92138#s5>
- Tietoarkisto. Kallinen, T. & Kinnunen, T. Etnografia. Teoksessa Jaana Vuori (toim.), i.a. Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Tampereen yliopisto. Saatavilla 4.9.2023 <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus>
- Karjalainen, P, Santalahti, P. & Sihvo, S. (2016). *Vaikuttavatko vanhemmuustaitoja tukevat ohjelmat lapsen käytöshäiriöiden ja -ongelmien ehkäisyssä ja vähentämisessä?*. Duodecim, 132(10), 968.
- Kinnunen, T. (2006). *Vertaistuki erityislapsen vanhempien voimavarana*. (Diakonia-ammattikorkeakoulu. B raportteja 33). Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteen Pro gradu- tutkielma. Juvenes Print.
- Koskentausta, T. Sauna-aho, O. & Varkila-Saukkola, L. (2013). Suomen lääkäri-lehti - Finlands läkartidning (68,8) 587–592.
- Laitinen, K. (2007). Vanhempien kokemuksia työn ja perheen yhteensovittamisesta pikkulapsiperheiden arjessa. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma.

- Jyväskylän yliopisto. Varhaiskasvatuksen laitos. https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/18207/URN_NBN_fi_jyu-2007417.pdf
- Leijonaemot. i.a. Saatavilla 9.6.2023. <https://leijonaemot.fi/tapahtuma/vertaisryhma-forssa-3-2023/>
- Mielenterveystalo. i.a. Neuropsykiatriset vaikeudet. Saatavilla 5.6.2023: Neuropsykiatriset vaikeudet | Mielenterveystalo.fi
- Mielenterveystalo. i.a. Nepsypiirteisten lasten omahoito-ohjelma: 1. Mistä on kyse? Saatavilla 8.8.2023 <https://www.mielenterveystalo.fi/fi/omahoito/nepsypiirteisten-lasten-omahoito-ohjelma/1-mista-kyse>
- Mikkonen I. & Saarinen A. (2018). *Vertaistuki sosiaali- ja terveysalalla*. Tietosanomaa Oy.
- Oksanen J., Sollaavaara R. *Esteille hyvästit! Opas autismikirjon sekä ADHD:n ja Tourette-oireisten lasten kasvattajille*. (2019). (2. uud. p.). Estetön lapsuus neurokirjon lapselle ja nuorelle 2017–2019 hanke, autismsäätiö. Into Kustannus Oy
- Pesäpuu RY Lastensuojelun kehittämisselkko, 2023. Saatavilla 20.7.2023: https://verkkokauppa.pesapuu.fi/product/109/vahvuuskortit?gclid=EAlaIqobChMI1vny18ucgAMVQzcYCh3LDA-vUEAAYASAAEqJfD_D_BwE
- Puustjärvi A., Huhdanpää H. & Korhonen, M. (2023). Suomen lääkirilehti - Finlands läkartidning. (78/18), 788–791 Pienen lapsen ylivilkkaus ja impulsiivisuus: ADHD vai jotakin muuta?
- Suomen sosiaali ja terveys ry (SOSTE). (2018). *Osallisuus on tunne siitä, että kuuluu johonkin*. <https://www.soste.fi/osallisuus-on-tunne-siita-etta-kuuluu-johonkin/>
- Survey Monkey. (2023). Laadullisen tutkimuksen tekeminen. <https://fi.surveymonkey.com/mp/conducting-qualitative-research/>
- Tuomi J. & Sarajärvi A. (2013). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. (10. uud. p). Hansa Print Oy.
- Vänskä K., Laitinen-Väänänen S., Kettunen T. & Mäkelä J. (2011). *Onnistuuko ohjaus: Sosiaali- ja terveysalan ohjaustyössä kehittyminen*. Edita Prima

LIITE 1. EEVI- Vertaistukiryhmän mainos



Sosionomiopiskelijoiden järjestämä EEVI-Vertaistukiryhmä
Klo 17.30-19.30
Paikka: Haudankorvankatu 2, 30100 Forssa

Tiistai 2.5.2023:
Arjen haasteet

Keskiviikko 17.5.2023:
Perheen voimavarat ja vahvuudet

Keskiviikko 24.5.2023:
Tunnetaidot ja rajat

Lisätiedot ja ilmoittautuminen

susa.vinkki@student.laurea.fi
matilda.lehtisaari@student.diak.fi

Ilmoittautuminen viimeistään Ti 11.04.2023

Paikkoja rajoitetusti!

Kahvitarjoilu!





Mikä on EEVI?

Erityisen Elämän Vertaistuki-illat on suunnattu neuropsykiatristen ominaisuuksien kanssa elävien kouluikäisten lasten huoltajille. Luvassa on rentoa keskustelua samankaltaisessa tilanteessa elävien perheiden kanssa sekä mahdollisuuden oppia uutta neuropsykiatristen häiriöiden aihepiiristä, kuten esimerkiksi lisätietoa palveluista ja toiminnallisista mahdollisuuksista.

Tervetuloa mukaan!

Osallistuminen

Ohjelmaan ja keskusteluun osallistuminen on vapaaehtoista. Tapahtuman jälkeen mahdollista jäädä jatkamaan keskustelua noin 30min ajaksi.



2.5 Arjen haasteet

- Tutustumiskierros
- Keskustelua haastavista tilanteista
- Toimintatapojen käsittely

17.5 Perheen voimavarat ja vahvuudet

- Käsitellään arjen voimavaroja
- "Aarrekartatyöskentely" kuvien avulla

24.5 Tunnetaidot ja rajat

- Keskustelua tunnetaidoista ja rajoista lasten kasvatuksessa
- Musiikin vaikutukset tunteisiin

Liity mukaan viimeistään 11.04.2023

Mitä voin saada EEVI:stä?

Voimavaroja arjessa jaksamiseen

Lisää tietämystä neuropsykiatrisesta aihepiiristä

Ideita ja vinkkejä arkeen sekä lapsen kanssa toimimiseen

Kahvihetken hyvässä seurassa



LIITE 2. Kuvia tapaamisista



LIITE 3. Kyselylomake

Palautekyselylomake:

Asteikko 1-10.

1 huonosti / en - 10 todella hyvin/kyllä

Miten ryhmänohjaajat suoriutuivat? 1-10

Miten tilat soveltuivat ryhmälle? 1-10

Saitko halutessasi puheenvuoron? 1-10

Tunsitko olosi epämukavaksi? 1-10

Olisiko ollut aiheita, joista olisit halunnut keskustella lisää? Jos vastasit kyllä, niin mitä?

Olisiko jotain voitu tehdä toisin? Jos vastasit kyllä, niin mitä?

Oliko vapaaseen keskusteluun riittävästi aikaa? 1-10

Minkä arvosanan antaisit kokonaisuudesta? 1-10

Haluatko antaa jotain muuta palautetta tapaamisiin liittyen?