

Jenna Lepistö, Nadja Mäkinen ja Heidi Tuominen

# HARRASTUSTEN VAIKUTUS SIJOITETTUIJEN LASTEN PSYKKISEEN JA SOSIAALISEEN KEHITYKSEEN

Ammatillisten perhekotien alle 10-vuotiaiden

lasten näkökulma

Opinnäytetyö

Sosiaalialan koulutus

Elokuu 2015



**KYAMK**  
University of Applied Sciences

<b>Tekijä/Tekijät</b>	<b>Tutkinto</b>	<b>Aika</b>
Jenna Lepistö, Nadja Mäkinen & Heidi Tuominen	Sosionomi AMK	Elokuu 2015
<b>Opinnäytetyön nimi</b>		77 sivua 10 liitesivua
Harrastusten vaikutus sijoitettujen lasten psyykkiseen ja sosiaaliseen kehitykseen - Ammatillisten perhekotien alle 10-vuotiaiden lasten näkökulma		
<b>Toimeksiantaja</b>		
Ammatillisten Perhekotien Liitto ry		
<b>Ohjaaja</b>		
Lehtori Johanna Jussila		
<b>Tiivistelmä</b>		
<p>Opinnäytetyön tilaajana toimi Ammatillisten Perhekotien Liitto. Aiheena oli selvittää sijaisvanhempien näkemyksiä siitä, millä tavalla harrastukset vaikuttavat alle 10-vuotiaiden lasten psyykkiseen ja sosiaaliseen kehitykseen. Kohderyhmänä oli ammatillisiin perhekoteihin sijoitetut lapset. Aihetta tarkasteltiin psyykkisen ja sosiaalisen kehityksen sekä voimaantumisen näkökulmaa painottaen. Opinnäytetyön muoto on soveltava toimintatutkimus.</p>		
<p>Aihetta selvitettiin havainnoimalla kahden toimintapäivän aikana ja Ammatillisten perhekotien liiton sijaisvanhemmille teetetyn kyselyn avulla. Toimintapäiviin osallistuivat pääasiassa Päijät-Hämeen alueen perhekodit ja niissä esiteltiin kaksi harrastusta, keilaus ja geokätköily. Kysely lähetettiin kaikkiin Etelä-Suomen alueen liittoon kuuluviin perheisiin sähköpostitse. Kyselyitä lähetettiin yhteensä 32 kappaletta, ja vastauksia tuli seitsemän.</p>		
<p>Tulosten mukaan ammatillisten perhekotien lapset harrastavat monipuolisesti, varsinkin liikuntalajeja ja harrastaminen aloitetaan varhaisessa iässä. Harrastuksilla on voimaannuttava vaikutus, joka näkyy muun muassa itsetunnon ja elämänhallinnan parantumisena. Tutkimuksen perusteella lapset saivat harrastuksista uusia ystävyys-suhteita ja oppivat näin sosiaalisia taitoja. Harrastukset auttavat myös purkamaan energiaa ja käsittelemään turvallisesti tunteita. Vastusten mukaan harrastukset ovat tukena kuntoutumiselle silloin kun arki on kunnossa. Harrastaminen vaikuttaa pääsääntöisesti positiivisesti sijaislasten psyykkiseen ja sosiaaliseen kehitykseen.</p>		
<b>Asiasanat</b>		
lastensuojelu, sijaisperhe, sijaislapsi, voimaantuminen, harrastukset, sosiaalinen ja psyykinen kehitys		

<b>Author (authors)</b>	<b>Degree</b>	<b>Time</b>
Jenna Lepistö, Nadja Mäkinen and Heidi Tuominen	Bachelor of Social Services	August 2015
<b>Thesis Title</b>		
The Impact of Hobbies to the Social and Mental Development of Children – in the Perspective of Children under 10-year-old Living in Professional Foster Homes		77 pages 10 pages of appendices
<b>Commissioned by</b>		
The Federation of Professional Foster Homes		
<b>Supervisor</b>		
Johanna Jussila, Senior Lecturer		
<b>Abstract</b>		
<p>The objective of this thesis was to find out how hobbies impact the social and mental development of children less than 10 years of age in perspective of foster parents, focus being on children living in professional foster homes. This subject was viewed in the aspect of mental and social development and empowerment. This thesis was made as an activity analysis.</p>		
<p>The impact of hobbies was examined by observing during two activity days and by an inquiry to the parents of professional foster homes. It was mostly foster homes in Päijät-Häme that participated in the activity days. During the activity days, two hobbies, bowling and geocaching, were introduced. The inquiry was sent to all professional foster homes in Southern Finland by e-mail. There were 32 inquiries sent but only seven answered.</p>		
<p>According to the results, the children of professional foster homes are active in diverse hobbies, especially in sports, and they start in an early age. Hobbies do have an empowering effect which is seen as improved self-esteem and control of their own life among other things. According to the research, children build new friendships in hobbies and learn social skills, Hobbies help to unwind energy and to deal with emotions safely. According to the answers, hobbies do support rehabilitation when everything else is in order in their daily life. Hobbies effect mainly positively in the social and mental development of foster children.</p>		
<b>Keywords</b>		
child welfare, foster family, foster child, empowerment, hobbies, social and mental development		

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	PERHESIJOITUS LASTENSUOJELUN SIIJAISHUOLLON MUOTONA.....	7
2.1	Lastensuojelun tehtävät ja tarve .....	7
2.2	Sijaishuolto .....	8
2.3	Lastensuojelun perhehoito.....	9
2.3.1	Perhehoito lapsen kasvuympäristönä .....	12
2.3.2	Sijoitettujen lasten tuomat haasteet ja ilonaiheet sijaisperheeseen.....	13
2.4	Ammatilliset perhekodit.....	15
2.4.1	Ammatillisten Perhekotien Liitto .....	15
3	VOIMAANTUMISEN MONET ULOTTUVUUDET .....	16
3.1	Voimaantuminen harrastusten ja menetelmien avulla .....	18
3.1.1	Voimauttava valokuvaus .....	18
3.1.2	Sosiaalipedagoginen hevostoiminta.....	20
4	ALLE 10-VUOTIAAN LAPSEN PSYYKKINEN JA SOSIAALINEN KEHITYS .....	21
4.1	Psyykinen kehitys .....	21
4.1.1	Kehityksen suoja- ja riskitekijät .....	23
4.2	Sosiaalinen kehitys .....	24
4.2.1	Kiintymyssuhteen merkitys kehitykseen.....	26
5	HARRASTUSTEN VAIKUTUS LAPSEN PSYYKKISEEN JA SOSIAALISEEN KEHITYKSEEN.....	29
5.1	Lasten harrastaminen nykypäivänä .....	30
5.2	Ryhmätoiminta kehityksen tukena .....	33
5.3	Liikuntaharrastukset merkittäviä kehitykselle .....	34
5.3.1	Liikuntaharrastusten tuomat haasteet ja mahdollisuudet .....	36
5.4	Taideharrastusten vaikutus kehitykseen.....	38
5.4.1	Musiikkiharrastukset hyödyksi kehitykselle .....	40
5.4.2	Luovat harrastukset auttavat tunteiden ilmaisussa ja vuorovaikutuksessa ....	42
6	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	43

6.1	Opinnäytetyön tehtävä .....	43
6.2	Aineistonkeruumenetelmät .....	44
6.2.1	Kysely .....	44
6.2.2	Sisällönanalyysi menetelmänä .....	47
6.2.3	Havainnointi .....	48
6.3	Toimintapäivien kuvaus .....	48
6.3.1	Keilaus .....	49
6.3.2	Geokätköily .....	51
7	TULOKSET .....	53
7.1	Keilauksen havainnointi .....	53
7.2	Geokätköilyn havainnointi .....	54
7.3	Kyselyn vastausten analysointi .....	56
7.3.1	Taustakysymykset .....	56
7.3.2	Harrastusten vaikutus psyykkiseen ja sosiaaliseen kehitykseen .....	58
7.3.3	Eri harrastusten vaikutukset .....	60
8	JOHTOPÄÄTÖKSET .....	61
9	POHDINTA .....	66
9.1	Opinnäytetyön onnistuminen .....	66
9.2	Eettisyys ja luotettavuus .....	67
9.3	Jatkotutkimuksen tarve .....	69
	LÄHTEET .....	71
	LIITTEET	
	Liite 1. Kysely	
	Liite 2. Saatekirje	
	Liite 3. Muistutusviesti	
	Liite 4. Keilauskutsu	
	Liite 5. Keilauksen palaute-laput	
	Liite 6. Hymiö-laput	
	Liite 7. Geokätköilykutsu	
	Liite 8. Geokätköilykartta	
	Liite 9. Geokätköilyn palaute-laput	

## 1 JOHDANTO

Opinnäytetyömme tilaajana toimi Ammatillisten Perhekotien Liitto (APKL). Ammatilliset perhekodit eroavat tavallisista sijoitusperheistä siten, että niiden sijaisvanhemmilla on ammatillinen pätevyys esimerkiksi sosiaaalialalta. Sijaisperheissä voi asua kaikenikäisiä huostaan otettuja lapsia.

Vuonna 2013 huostassa olevia lapsia oli 10 735 ja kodin ulkopuolelle sijoitet-  
tujen lasten ja nuorten kokonaismäärä oli 18 022. Vuoden 2013 lopulla huos-  
tassa olevista lapsista yli 50 prosenttia oli sijoitettuna sijaisperheisiin. Sijais-  
perheissä elävistä lapsista 12 prosenttia oli sijoitettu sukulaisille tai läheisille.  
Kaikista kodin ulkopuolelle sijoitetuista lapsista ja nuorista 37 prosenttia oli  
perhehoidossa, 13 prosenttia ammatillisessa perhekotihoidossa, 39 prosenttia  
laitoshuollossa ja 11 prosenttia muussa huollossa (esimerkiksi sijoitus omaan  
kotiin tai itsenäisesti tuettu asuminen). (Kuoppala & Säkkinen 2014, 1, 8.)  
Vuoden 2012 alussa astui voimaan lastensuojelulain muutokset, joiden mu-  
kaan perhehoidosta tuli ensisijainen hoitomuoto. Näin ollen perhehoidon  
osuus tulee vielä kasvamaan lasten ja nuorten sijoituspaikkana. (Valkonen  
2014, 7.)

Opinnäytetyössämme tarkastelemme harrastamisen vaikutuksia alle 10-  
vuotiaiden lasten kehitykseen. Suomessa lapset harrastavat paljon. Lapset  
aloittavat harrastamaan usein jo ennen kouluikää, ja varsinkin liikuntaharras-  
tuksissa harjoitusmäärät kasvavat nopeasti. Lapsella on harrastamisen ohella  
kuitenkin oltava tarpeeksi aikaa leikkimiseen, läksyjien tekoon ja vapaaseen  
olemiseen. Harrastuskertoja voi olla useitakin kertoja viikossa, kunhan lapsella  
on halukkuutta harrastaa. Kun kyseessä on liikuntaharrastus, ei tarvitse huo-  
lehtia liiasta harrastamisesta, sillä suurempi ongelma on suomalaisten lasten  
liikunnan vähäisyys. Useimmiten liikuntaharrastuksia tarjoavat seurata, joiden  
tavoite on valmentaa lapsista mahdollisimman hyviä esimerkiksi jalkapalloilijoi-  
ta. Suomessa olisi tarve vapaammalle harrastamiselle, jossa opitaan ryhmä-  
taitoja ja liikutaan monipuolisesti. (Mitjonen 2014.)

Koska sijoitettujen lasten määrä on kasvussa ja heillä on usein ongelmia  
psykkisessä ja sosiaalisessa kehityksessä, halusimme selvittää, voisiko har-  
rastusten avulla tukea kuntoutumista. Harrastaminen on tärkeää yleisen hy-  
vinvoinnin kannalta, ja vaihtoehtoja on useita, joten kaikille on olemassa var-  
masti jokin mieleinen harrastus. Perhekodeissa usein harrastetaan paljon joko

yhdessä perheen kanssa tai yksin. Opinnäytetyömme viitekehystenä on harrastusten voimaannuttava vaikutus. Voimaantuminen onkin keskeinen käsite sosiaalialalla. Voimaantuminen näkyy parantuneena itsetuntona, kykynä tehdä päämääriä ja saavuttaa niitä, ja se koetaan elämönhallinnaksi sekä toiveikuudeksi tulevaisuutta kohtaan (Siitonen & Robinson 2001, Karvosen 2011, 121 mukaan).

Opinnäytetyömme teoriapohja koostuu lastensuojelun sijaishuollosta, perhehoidosta, voimaantumisen sekä alle 10-vuotiaiden lasten psyykkisestä ja sosiaalisesta kehityksestä ja harrastusten vaikutuksista niihin. Järjestimme kaksi toimintapäivää, joiden avulla pääsimme tutustumaan perheisiin ja tekemään omia havaintoja. Lisäksi teetimme APKL:n perheiden vanhemmille kyselyn, jolla selvitimme sijaisvanhempien näkemyksiä harrastusten vaikutuksista sijoitettujen lasten kehitykseen. Toteutuksessa käsitellään opinnäytetyömme tehtävää sekä kuvataan toimintapäivien sisältöä ja kyselyn muotoutumista. Tulososiossa analysoimme toimintapäivien havaintoja ja kyselyn vastauksia. Näitä yhdistelemällä muotoutuivat johtopäätökset siihen, millä tavalla harrastukset vaikuttavat kyseisten lasten psyykkiseen ja sosiaaliseen kehitykseen. Lopuksi pohdimme opinnäytetyömme prosessia, eettisyyttä ja jatkotutkimuksen tarvetta.

## 2 PERHESIJOTUS LASTENSUOJELUN SIJAISHUOLLON MUOTONA

### 2.1 Lastensuojelun tehtävät ja tarve

Lastensuojelun pääperiaate on lapsen etu. Tämä periaate on kirjattu lastensuojelulakiin (13.4.2007/417), YK:n lapsen oikeuksien sopimuksen 3. artiklaan sekä lakiin lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta (8.4.1983/361) (Kananoja, Lähtinen & Marjamäki 2011, 176). Periaate tarkoittaa, että lasten tarpeet on otettava huomioon ensisijaisesti sekä kaikkien lasten että yksittäisen lapsen etua toteuttaessa (Mikkola 2004, 64, Kananojan ym. 2011, 176 mukaan). Lastensuojelulain tarkoituksena on turvata lapsen oikeus turvalliseen kasvuympäristöön, tasapainoiseen ja monipuoliseen kehitykseen sekä erityiseen suojeeluun (Lastensuojelulaki 13.4.2007/417, 1. §).

Lastensuojelussa puututaan perheen yksityisyyteen, johon on oikeus puuttua vain, jos lapsen etu on vaarassa tai jos vanhemmat tai lapsi itse pyytävät apua. Lasta voi joutua suojelemaan omilta vanhemmiltaan tai vahingoittamas-

ta itseään tai toisia. Lastensuojelu on erityisen sosiaalityön ja sosiaalialan työkenttää, koska vanhempien roolia huoltajana ja kasvattajana arvioidaan ja koska lapsen ja vanhempien välillä on usein jännitettä. Lastensuojelu pyrkii ehkäisemään lapsen ja perheen ongelmia ja puuttumaan niihin mahdollisimman varhain, jotta ongelmat eivät pahenisi. On arvioitava, miten lastensuojelun ratkaisut vaikuttavat lapsen ja hänen vanhempiensa ja sisarustensa väliin suhteisiin. (Kananoja ym. 2011, 174, 177.)

Yleisimpiä syitä lastensuojelun tarpeelle ovat vanhempien mielenterveys- ja päihdeongelmat, lasten ja nuorten päihteiden käyttö, vuorovaikutus- ja tunne-elämän ongelmat, koulunkäyntivaikeudet sekä psyykkiset ongelmat. Myös erilaiset muutokset, kuten työpaikan, asuinpaikan ja koulujen muutokset, voivat kuormittaa perhettä ja saattavat aiheuttaa turvattomuutta lapsen arkeen. (Kananoja ym. 2011, 173.) Sijoitetut lapset ovat voineet kokea kodissaan väkivaltaa, seksuaalista hyväksikäyttöä tai laiminlyöntejä. He ovat saattaneet joutua jäämään pitkiksi ajoiksi yksin kotiin, ilman huolenpitoa. Pahimmillaan jotkin sijoitetuista lapsista ovat nähneet perheessään raakaa väkivaltaa ja jopa tapon. (Valkonen 2014, 22.) Lastensuojelun perheille on myös yleistä väljät yhteydet perheenjäsenten välillä, ihmissuhteiden katkeamiset ilman surutyötä, epäselvä kommunikaatio ja syyllisyyden sekä häpeän välttäminen (Pölkki 2008, 162). Kuitenkaan selkeää syytä perheiden pahoinvointiin ei ole, koska monet tekijät voivat vaikuttaa lapsen suojelun tarpeeseen (Kananoja ym. 2011, 173).

## 2.2 Sijaishuolto

Sijaishuolto tarkoittaa huostaan otetun, kiireellisesti sijoitetun tai väliaikais määräyksen nojalla sijoitetun lapsen kasvatuksen ja hoidon järjestämistä kodin ulkopuolella. Sijaishuolto voi tarkoittaa perhehoitoa, laitoshuoltoa tai jotain muuta lapselle sopivaa järjestelyä. Lapsi voidaan myös etunsa mukaisesti sijoittaa enintään kuudeksi kuukaudeksi vanhempansa tai muun huoltajansa hoidettavaksi esimerkiksi kun valmistellaan lapsen kotiin palaamista. (Lastensuojelulaki 49. §.)

Huostaanoton edellytyksien täytyttyä lapsi on otettava huostaan ja hänelle on järjestettävä lapsen tarpeita vastaava sijaishuoltopaikka. Sijoituspaikkaa ja muotoa voi tarpeen tullen muuttaa muutospäätöksellä. Huostaanoton edellytykset on säädetty lastensuojelulaissa. Lapsi on otettava huostaan, mikäli lap-



sen huolenpidossa on puutteita tai muut kasvuolosuhteet uhkaavat lapsen terveyttä ja kehitystä. Uhan täytyy näissä tilanteissa olla todellinen ja vakava. Huostaanotto täytyy myös tehdä, mikäli lapsi vaarantaa vakavasti terveyttään tai kehitystään esimerkiksi käyttämällä päihteitä tai tekemällä rikollisia tekoja. Ennen huostaanottoa on täytynyt arvioida, etteivät avohuollon tukitoimenpiteet ole riittäviä turvaamaan lasta. Lisäksi, ennen huostaanottoa on kuultava 12 vuotta täyttäneitä lasta, mutta myös nuorempien lasten mielipide täytyy selvittää. Huostaanotto lakkaa automaattisesti lapsen täyttäessä 18 vuotta. (Saastamoinen 2008, 38–40, 44–45; Lastensuojelulaki 49. §.)

Lasten huostaanottojen määrä on tasaisesti noussut viime vuosien aikana. Kunta on vastuussa lapsen sijoitusmuodon ja paikan valitsemisesta. Kunnan tulee päättää, mikä paikka vastaa parhaiten lapsen tarpeita. Perhehoito on lastensuojelulain mukaan ensisijainen sijoitusmuoto. Päätös tehdään kuitenkin aina lapsikohtaisesti, huomioon ottaen lapsen etu ja tarpeet. (Saastamoinen 2008, 27.) Jos sijaishuoltoa ei pystytä järjestämään lapsen edun mukaisesti perhehoidossa tai muualla, järjestetään lapselle laitoshuoltopaikka (Lastensuojelulaki 50. §). Sijoitus voi kestää useamman viikon tai vuoden mittaisen jakson kodin ulkopuolella. Joillakin lapsilla sijoitus jatkuu täysi-ikäisyyteen asti. Peruslähtökohtana on kuitenkin se, että sijoitus olisi väliaikaista ja lapsi voisi varttua vanhempiensa luona. Tämä saattaa johtaa kierteeseen, jossa lapsen kotona asumista kokeillaan ja sen epäonnistuttua seuraa uusi sijoitus. Pysyväluontoinen sijoitus olisi joissain tapauksissa hyvä vaihtoehto, jotta huostaan otetuille lapsille saataisiin pysyvä kasvuympäristö ja ihmissuhteet. (Pösö 2004, 203–204.) Lapsella on sijoitettuna myös mahdollisuus pitää säännöllisesti yhteyttä omaan perheeseensä (Valkonen 2014, 8).

### 2.3 Lastensuojelun perhehoito

Perhehoito tarkoittaa oman kodin ulkopuolista hoitoa tarvitsevan henkilön hoitamista yksityisessä perheessä. Se kattaa lasten ja nuorten, vammaisten, mielenterveyskuntoutujien ja vanhusten hoidon perheessä. Lastensuojelun perhehoitoa käytetään avohuollon tukitoimena tai sijaishuoltona huostaan otetuille lapsille ja nuorille. Lasten ja nuorten perhehoitajat ovat nimeltään sijaisvanhempia ja perhettä kutsutaan sijaisperheeksi. (Parasta perhehoitoa - perhehoidon tietopaketti 2012, Valkosen 2014, 7–8 mukaan.) Lastensuojelun avohuollon tukitoimen lyhytaikainen perhehoito voi kestää muutamista päivistä

muutamaan kuukauteen. Huostaan otettu lapsi tai nuori voidaan sijoittaa lyhytaikaiseen perhehoitoon kriisitilanteessa tai odottamaan pitkäaikaisen sijaisperheen löytymistä. (Valkonen 2014, 8.)

Lastensuojelun yksi keskeisistä tehtävistä on mahdollistaa onnistunut sijaishuollon arki sitä tarvitseville lapsille. Perhehoidossa on keskeistä, että lapset ja nuoret kokevat saavansa huolenpitoa ja kunnioitusta sekä riittävästi tietoa siitä, mitä perhehoito heidän kohdallaan merkitsee. (Pösö 2004, 210.) Perhehoidon tarkoituksena on myös antaa perhehoidossa olevalle henkilölle kodinomaista hoitoa ja mahdollisuus läheisiin ihmissuhteisiin sekä edistää henkilön perusturvallisuutta ja sosiaalisia suhteita. Perhehoitolaki määrittelee myös ammatillista perhehoitoa, jota annetaan yksityisistä sosiaalipalveluista annetun lain (22.7.2011/922) 7. §:ssä tarkoitetun luvan perusteella ammatillisessa perhekodissa, jollei toisin säädetä. Kunta tai kuntayhtymä tekee yhdessä perhehoitajan kanssa toimeksiantosopimuksen tai sopimuksen perhehoidon järjestämisestä yksityisen perhehoidon tuottajan kanssa. (Perhehoitolaki 20.3.2015/263, 1. §, 2. §, 3. §.)

Lain mukaan perhekodin pitää olla olosuhteiltaan siellä annettavalle hoidolle sopiva. Tämä tarkoittaa, että kiinnitetään huomiota varsinkin perhekodin ihmissuhteisiin sekä perhehoitajan mahdollisuuksiin ottaa huomioon ja vastata perhehoitoon sijoitettavan tarpeisiin tämän edun mukaisesti. Lisäksi selvitetään, haluavatko muut perhekodin jäsenet ottaa sijoitettavan henkilön perheeseensä sekä voiko sijoitettava henkilö saada perhekodin toisiin jäseniin verran tasavertaisen aseman. Perhekodin rakenteen, tilojen ja varusteiden on oltava siellä annettavalle hoidolle sopivaa. (Perhehoitolaki 5. §.)

Perhehoitolain 6. §:n mukaan *perhehoitajaksi voidaan hyväksyä henkilö, joka koulutuksensa, kokemuksensa tai henkilökohtaisten ominaisuuksien perusteella on sopiva antamaan perhehoitoa*. Ennen toimeksiantosopimuksen tekemistä perhehoitajaksi ryhtyvän henkilön on suoritettava ennakkovalmennus. Joissakin tapauksissa ennakkovalmennuksen voi suorittaa vuoden kuluessa sijoituksen alkamisesta. Ammatilliseen perhehoitoon pätevät samat määritelmät, mutta siinä on oltava vähintään kaksi perhehoitajaa, joista ainakin yhdellä perhehoidon hoito- ja kasvatustehtäviin osallistuvista on tehtävään soveltuva koulutus ja riittävä kokemus hoito- ja kasvatustehtävistä. (Perhehoitolaki 6. §.)

Perhekodeissa voidaan samanaikaisesti hoitaa enintään neljää henkilöä, johon lasketaan mukaan myös hoitajan kanssa samassa taloudessa asuvat alle kouluikäiset lapset ja muut erityistä hoitoa tai huolenpitoa tarvitsevat henkilöt. Ammatillisessa perhekodeissa samanaikaisesti saa hoitaa enintään seitsemää henkilöä, silloin jos perhekodeissa annettavasta hoidosta ja kasvatuksesta vastaa vähintään kaksi hoitopaikassa asuvaa henkilöä ja joista ainakin yhdellä on ammatillisen perhehoitajan kelpoisuus ja toisella perhehoitajan kelpoisuus. Saman talouden alle kouluikäiset lapset ja muut erityistä hoitoa tai huolenpitoa tarvitsevat henkilöt lasketaan enimmäismäärään. Jos hoitoa annetaan sisaruksille tai saman perheen jäsenille, saa perhekodeissa tai ammatillisessa perhekodeissa olla samanaikaisesti hoidettavana useampi henkilö kuin mitä aiemmin mainittiin. Hoidettavien määrästä voidaan poiketa erityisen syyn takia. Tällainen syy on tilanne, jossa perhehoidossa hoidetaan samanaikaisesti vain täysi-ikäisiä henkilöitä, joiden kanssakäyminen ja perhehoitosijoituksen laatu yhdessä toimintakyvyn ja hoidon tarpeen kanssa mahdollistavat poikkeamisen enimmäismäärästä. Hoidettavien määrää suhteutetaan kuitenkin perhehoitajien määrään, hoidettavien hoitotarpeeseen ja kasvatukseen sekä toiminnan luonteeseen. (Perhehoitolaki 7. §, 8. §, 9. §.)

Perhehoidon järjestämisestä vastaava kunta tai kuntayhtymä vastaa perhehoitajalle annettavasta valmennuksesta, työnohjauksesta, koulutuksesta sekä perhehoitajaksi aikovan ennakkovalmennuksesta. Lisäksi perhehoitajalle on nimettävä jokaista hoidettavaa varten vastuutyöntekijä, jota on saatava tavata riittävästi. Perhehoitajalla on myös oikeus saada hoitopalkkio, jota maksetaan perhehoidossa olevaa henkilöä kohti kalenterikuukaudessa ainakin 686,25 euroa. Palkkiota ei makseta hoitajan omasta alle 18-vuotiaasta lapsesta. (Perhehoitolaki 15. §, 16. §.)

Hoidon käynnistämisestä aiheutuvista tarpeellisista kustannuksista maksetaan perhehoitajalle käynnistämiskorvaus, joka on perhehoidossa olevaa henkilöä kohti enintään 2 916,43 euroa. Perhehoidossa olevan henkilön hoidosta ja ylläpidosta aiheutuvista kustannuksista maksetaan perhehoitajalle kulukorvausta, joka on vähintään 410,66 euroa kalenterikuukaudessa perhehoidossa olevaa henkilöä kohti, jollei toimeksiantosopimuksessa ole sovittu toisin. Kulukorvaukseen sisältyy perhehoidossa olevan henkilön ravinnosta, asumisesta, harrastuksista, henkilökohtaisista tarpeista ja muusta elatuksesta aiheutuvat

tavanomaiset menot sekä tavanomaiset terveydenhuollon kustannukset, joita ei muulla lailla korvata. Lisäksi kulukorvaus kattaa perhehoitoon sijoitetulle lapselle tai nuorelle annetut käyttövarat. Perhehoitajalle voidaan maksaa myös korvaus perhehoidossa olevan terapioiden tai terveydenhuollon sekä alle 21-vuotiaan lapsen tai nuoren opinnoista aiheutuvista erityisistä kustannuksista, joita ei muulla lailla säädetä korvattavaksi. Näiden lisäksi voidaan korvata myös hoidettavan henkilön lomasta johtuvat tai erityisten harrastusten aiheuttamat sekä muut jatkuvat kustannukset. (Perhehoitolaki 17. §, 18. §.)

Tavanomaisten harrastusten ja harrastusvälineiden kulut maksetaan kulukorvauksella. Sosiaalityöntekijä voi päättää, että myös kallista harrastusta voidaan tukea erityisin perustein. Näitä ovat esimerkiksi harrastuksen terapeuttinen merkitys, lapsen erityinen mielenkiinto tiettyä harrastusta kohtaan, pitkäjänteisen harrastuksen tukeminen tai lapsen hyvä menestyminen harrastuksessa. (Perhehoidon ABC – käsikirja perhehoitajille, 6.)

### 2.3.1 Perhehoito lapsen kasvuympäristönä

Tutkimukset osoittavat perheen olevan lapselle parempi kasvuympäristö kuin laitos. Jokainen lapsi tarvitsee oman tukiverkoston ja perheen, joka auttaa ja lohduttaa huolissa ja iloitsee lapsen kanssa. Tuki-iäkuisten läsnäolo merkitsee paljon lapselle. Kun aikuinen on tavoitettavissa, on lapsella rauhallinen mieli, vaikkei aikuisen huomio kiinnittyisikään lapseen juuri sillä hetkellä. Tärkeintä ei ole tietää jatkuvasti, missä lapsi on, vaan että lapsi tietää, missä hänen tuki-iäkuisensä on. Lapsi tarvitsee kokemuksen siitä, että on tärkeä osa perhettä ja kuuluu siihen kaikilla tavoin. Lapsen tulee tuntea itsensä halutuksi ja kaivatuksi. On tärkeää, että lapsi tietää ketkä kuuluvat hänen sisäpiiriinsä ja ovat hänen puolellaan, vaikka muut olisivat häntä vastaan. Lapsen perhekäsitykseen kuuluvat perheen lisäksi sukulaiset ja muut lähiaikuiset. Empatia ja luottamus opitaan juuri tässä piirissä. Jos lapsi ei löydä tällaista yhteisöä kotoaan, saattaa hän koettaa löytää sitä kaduilta muista syrjäytyneistä. Yhteenkuuluvuuden tunne tulee yhdessäolosta ja yhteisistä tekemisistä. (Cacciatore, Korteniemi-Poikela & Huovinen 2008, 156–159.)

Lapsi ei tarvitse biologisia vanhempiaan perheeseen tai kotiin. Mikäli lapsi on huostaan otettu, asuu hän joko laitoksessa tai kasvatusvanhemmilla. Laitoksissa kasvaneet lapset eivät voi yhtä helposti luoda syvää suhdetta aikuisen

kanssa, koska henkilökunnan vaihtuvuus on yleistä. Lapsi ei myöskään saa yhtä paljon hellyyttä ja kahdenkeskeistä aikaa kasvattajansa kanssa kuin perheessä, suuren lapsilukumäärän takia. On huomattu kuitenkin, että laitoksissa kasvaneilla lapsilla on myös edellytykset onnelliseen ja onnistuneeseen elämään. Perheessä kasvaminen on kuitenkin suotuisampaa lapsen terveelle kehitykselle. (Hurme 2008, 156.) Perhekodissa lapsi voi kiinnittyä turvalliseen kotiin perheenjäsenenä. Tätä mahdollisuutta laitosasuminen ei tarjoa. Perhekodin avulla lapsi voi muodostaa turvallisia kiintymyssuhteita ja oppia tavallista perhe-elämää. Perheissä eletään tavallista arkea, joka antaa lapselle mahdollisuuden luottaa aikuisiin ja pysyviin ihmissuhteisiin. Sijoitetuilla lapsilla on usein takanaan lyhytaikaisia sijoituksia ja turvatonta koti-elämää. Tämän vuoksi olisi tärkeää, että lapsella on pysyvästi samat aikuiset tukenaan, mikä on yksi perhehoidon suurimmista vahvuuksista. (Lastensuojelun perhehoidon vahvuudet.)

### 2.3.2 Sijoitettujen lasten tuomat haasteet ja ilonaiheet sijaisperheeseen

Sijaisperheen vanhemmuuteen liittyy paljon sellaisia asioita, joihin sijaisvanhemmat eivät pysty itse vaikuttamaan. Tällaiset asiat tapahtuvat pääosin sijaisperheen ulkopuolella. Sijaisperhe ei voi vaikuttaa siihen, millaista perheeseen tulevan sijoitetun lapsen elämä on ollut, millainen hän on tai miten sijoitus tapahtuu. Sijaisvanhemmat kohtaavat myös lapsen vanhemmat ja heidän ajatuksensa sijoituksesta ja sijaisvanhemmista. Sijaisvanhemmuuteen vaikuttaa sosiaalitoimen ja muiden ihmisten tuki, joiden kanssa yhteistyön sujumiseen voi vaikuttaa vain omalta puoleltaan. Sijaisperheen arkeen vaikuttavat myös erilaiset lapseen liittyvät käynnit ja palaverit. Lapsella voi myös olla terapiaa ja kuntoutusta viikoittain. (Valkonen 2014, 14, 88.)

Valkosen sijaisvanhemmuuteen liittyvän tutkimuksen (2014) mukaan alkuvaihe sijaisperheessä on vaikein. Joissakin tutkimukseen osallistuneissa sijaisperheissä sijoitetuilla lapsilla oli alkuvaiheessa nukahtamisvaikeuksia ja he heräilivät useasti pelkotiloihin. He olivat kovin levottomia ja jatkuvasti vahdittavia ja he takertuivat sijaisvanhempiin, karkailivat tai käyttäytyivät aggressiivisesti toisia lapsia kohtaan. Sijoitetut lapset tarvitsivat myös muita enemmän aikaa perusasioiden, kuten wc-asioiden ja syömisen oppimiseen. Sijaisvanhempien mukaan jotkin sijoitetut lapset eivät käyttäytyneet alkuvaiheessa ikätasonsa mukaan. Sijaisperheen arjesta voi tulla myös ennalta arvaamatonta. Lapsi

saattaa esimerkiksi mennä täysin lukkoon, kun pitää lähteä vierailulle tai hän saa kyläillessä tai vieraiden käynnin aikana yllättäviä kiukkukohtauksia. (Valkonen 2014, 87.)

Myös Tuovilan (2008) mukaan on merkittävää, kuinka paljon huostaan otetuilla lapsilla on puutteita kehonsa perustoiminnoissa, kuten syömisessä, nukkumisessa sekä rakon ja suolen hallinnassa. Kun tiedetään, että lapsen varhaisvaiheet ovat olleet hyvin puutteelliset, myös fyysisen kehityksen puutteita on tärkeää tarkastella, sillä ihminen on kokonaisvaltainen yksilö. Sijoitetuilla lapsilla on usein erilaisia kipuja eri puolilla kehoaan ja heidän tuntoaistinsa voivat olla yli- tai alireagoivia. Huostaan otetuilla lapsilla on myös paljon ongelmia ihon kanssa. Nämä kaikki oireet usein vähenevät, kun lapsi pääsee hyvään sijaishoitopaikkaan. Huostaan otettujen lapsien fyysinen kehitys on usein ikäisiään jäljessä, sillä he saattavat olla sekä hieno- että karkeamotoriikaltaan kömpelöitä. (Tuovila 2008, 43–44.)

Valkosen tutkimuksen (2014) mukaan sijoitettujen lasten reagointi huostaan ottamiseen voi näkyä esimerkiksi jatkuvana riitelynä, lapsen raivokohtauksina tai aggressiivisena käyttäytymisenä sijaisvanhempia tai perheen muita lapsia kohtaan. Huono käyttäytyminen näkyy usein myös päiväkodissa. Sijoitetuilla lapsilla on myös keskimääräistä enemmän kouluvaikeuksia ja monella sijoitetulla lapsella on jokin lääketieteellinen diagnoosi. Varsinkin sikiöaikaista alkoholintuotukseen liittyvää neurologista diagnoosia (FASD) esiintyy usealla lapsella. FASD oireilee usein levottomuutena, rauhattomuutena sekä oppimisvaikeuksina. Sijaisvanhemmat voivat kohdata myös valehtelua ja syyttelyä. Esimerkiksi eräs Valkosen tutkimukseen (2014) osallistunut sijaisäiti kertoi, kuinka eräät sisarukset syyttivät häntä väkivaltaisesta kohtelusta, vaikkei se pitänyt paikkaansa. (Valkonen 2014, 94, 21.)

Vaikka sijoitetut lapset tuovat mukanaan monia haasteita, myös ilonaiheita on paljon. Sijoitettuja lapsia koskevat ilonaiheet liittyvät lasten olemukseen ja persoonaan, yhteisiin hetkiin ja yhteiseen tekemiseen. Valkosen tutkimuksessa (2014) kävi ilmi, että monen sijaisvanhemman ilonaihe oli lapsen edistyminen ja erilaiset onnistumiset. Edistyminen voi tarkoittaa esimerkiksi henkistä kuntoutumista, jolloin yölliset painajaiset loppuivat, aggressiivisuus väheni tai omiin oloihinsa vetäytynyt lapsi alkoi ottaa kontaktia muihin perheenjäseniin.

Myös kiintymyksen ja luottamuksen syntyminen tuottivat iloa sijaisvanhemmil-  
le, kun lapsi tuli syliin ja näytti tunteitaan. Sijaisvanhempien mielestä lasten  
kaiken tyyppinen eteenpäin meneminen ja oppiminen tuntuivat hienolta. Iloa  
sijaisperheen arkeen toi myös lasten läheisyys, avoimuus, halaukset, yhteiset  
matkat tai osallistuminen sijoitettujen lasten harrastuksiin. (Valkonen 2014,  
92–93.)

## 2.4 Ammatilliset perhekodit

Ammatillinen perhekoti on lasten sijaishuollon palveluyritysmuoto. Ammatilli-  
nen perhekoti luokitellaan yksityisten sosiaalipalveluiden valvonnan laissa  
kuuluvan yksityisiin sosiaalipalveluihin. Kunnat ostavat perhekodista sijais-  
hoitopaikkoja lastensuojelulain mukaan sijoitusta tarvitseville lapsille. Julkinen  
laitoshoito tai sijaisperhehoito eivät kykene vastaamaan kaikkien sijoitusta tar-  
vitsevien lasten tarpeisiin, joten ammatillinen perhekoti sijoittuu perhehoidon ja  
laitoshuollon väliin. Yksityisen sosiaalipalveluiden valvonnan laki määrittelee,  
että toimintayksikön on oltava terveydellisiltä ja muilta olosuhteiltaan hoidolle,  
kasvatukselle ja muulle huolenpidolle sopiva. Perhekodin henkilöstön luku-  
määrän on oltava riittävä suhteessa palveluiden tarpeeseen ja hoidettavien lu-  
kumäärään. Ammatillisessa perhekodissa tulee olla myös riittävät ja asianmu-  
kaiset toimitilat ja toimintavälineet sekä toiminnan edellyttämä henkilöstö, joka  
täyttää samat kelpoisuudet kuin mitä kunnan ja kuntayhtymän sosiaalihuollon  
ammattilaisilta vaaditaan. Palveluiden tulee perustua sopimukseen tai hallin-  
topäätökseen, johon liittyy yhdessä asiakkaan tai hänen edustajansa kanssa  
laadittu palvelu-, hoito-, huolto-, kuntoutus- tai muu suunnitelma. (Sijaishuol-  
lost.)

Perhekodit voivat olla erilaisia esimerkiksi kooltaan ja erityisosaamiseltaan.  
Ammatillisilta perhekodilta odotetaan taitoa kasvattaa ja hoitaa lapsia, jotka  
tarvitsevat vaativampaa hoitoa sekä kasvatuksellista sijaishuoltoa. Näin ollen  
ammatillisiin perhekoteihin voidaan sijoittaa lapsia, joita ei vaikeahoitoisuuden  
takia voida sijoittaa sijaisperheeseen. (Saastamoinen 2008, 29–30.)

### 2.4.1 Ammatillisten Perhekotien Liitto

Ammatillisten Perhekotien Liittoon (APKL) kuuluu 87 ammatillista perhekotia,  
joissa asuu yli 500 lasta ja nuorta. APKL:n tavoitteena on tukea jäsenperheko-  
teja korkealaatuisten lasten sijaishuoltopalvelujen tarjoamisessa sekä tehdä

tiivistä yhteistyötä muun lastensuojelukentän kanssa alan yleisten toimintaedellytysten parantamiseksi. (APKL RY.) Liitto ylläpitää ja kehittää yhteistyötä perhekotien perheiden, viranomaisten ja alan järjestöjen välillä, toimii palvelu- ja yhteistyöelimenä jäsenperhekotien ja muiden järjestöjen, palveluntuottajien ja viranomaisten välillä sekä osallistuu aktiivisesti lastensuojelualan laadulliseen kehitys- ja yhteistyöhön (Laatua lastensuojeluun). Tällä tavoin APKL suorittaa prosessinomaista arviointiin perustuvaa laatutyötä (APKL RY). Liitto tukee myös ammatillisiin perhekoteihin sijoitettujen lasten ja nuorten hoitoa, seuraa lastensuojelun lainsäädännön kehitystä ja tekee niihin tarvittaessa muutos- ja parannusesityksiä, järjestää koulutusta jäsenilleen sekä tukee jäsenperhekotien alueellista verkostoitumista (Laatua lastensuojeluun).

APKL:n tavoitteena on, että kaikissa jäsenperheissä on mahdollista laadukas hoitotyö. Tämä tarkoittaa, että perhekoti toimii asianmukaisissa toimitiloissa ja sisältää vanhemmuuteen sitoutuneen, ammattikoulutetun ja kokeneen henkilöstön, jolla on motivaatiota ja riittäviä voimavaroja toimia lapsen edun mukaisesti ja tukea eheyttävää kehitystä. APKL:n toiminnan tavoitteena on myös, että liitto toimii yhä systemaattisemmin ja keskitetyemmin palvelu- ja yhteistyötahona suhteessa jäsenperhekoteihin sekä muihin lastensuojelutahoihin ja –viranomaisiin. (APKL RY.)

### 3 VOIMAANTUMISEN MONET ULOTTUVUUDET

Adamsin (2008) mukaan voimaantuminen, eli empowerment tarkoittaa yksilöiden, ryhmien tai yhteisöjen kykyä kontrolloida olosuhteitaan, käyttää valtaa ja saavuttaa omia päämääriään. Empowerment-käsitteeseen liittyy myös prosesseja, joiden avulla ihmiset voivat yksin tai yhdessä auttaa itseään ja muita saavuttamaan parempaa elämänlaatua. (Adams 2008, Mäkisen, Raatikaisen, Rahikan ja Saarnion 2011, 132 mukaan.) Siitonen (1999) tuo näkökulman, että oma sisäinen voimantunteen rakentuminen on yksilön sisäinen prosessi. Se lähtee henkilöstä itsestään. Voimaantuminen on myös sosiaalinen prosessi, sillä se tapahtuu sen mahdollistavassa kontekstissa. Voimaantumista edistävät esimerkiksi valinnanvapaus, avoimuus, rohkaiseminen sekä pyrkimys turvallisuuteen, luottamukseen ja yhdenvertaisuuteen. Voimaantuminen liittyy hyvinvointiin ja johtaa voimakkaaseen sitoutumiseen. Voima tarkoittaa ehey-



den tunnetta, mielenrauhaa, itsetuntemusta, tietoisuutta, toimintakykyä, rakkautta ja uskoa johonkin. (Siitonen 1999, Euramaan 2001, 15 mukaan.)

Sosiaalialan asiakastyön lähtökohtana on olettamus, että lähes jokaisella ihmisellä on mahdollisuuksia etsiä ja löytää ratkaisuja ongelmiinsa. Sosionomit pyrkivät työssään auttamaan ihmisiä löytämään omia voimavarojaan paremman hyvinvoinnin saavuttamiseksi. Yksilöillä on oltava valtaa vaikuttaa omaan elämäänsä ja elinoloihinsa. Empowerment-käsite vastaa tähän sosiaaliseen muutostyöhön teoreettisesti ja menetelmällisesti. Kyseisestä käsitteestä on käytetty Suomessa sanoja valtaistaminen, valtaistuminen, valtautuminen, voimaantuminen, voimavaraistuminen, voimistaminen ja vahvistaminen. Eniten kuitenkin käytetään sanaa voimaantuminen. (Mäkinen, Raatikainen, Raikka & Saarnio 2011, 132–133.)

Vallan toisessa ääripäässä on toisiin kohdistuva valta (power over) ja toisessa päässä yhteinen valta (power with). Sosiaalialalla käytetään toisiin kohdistuvaa valtaa asiakastyössä. Yhteistä valtaa voidaan sanoa myös yhteisvoimaksi, jolloin yksilön suoritukset korvautuvat yhteisillä suorituksilla. Voimaantumisessa on tärkeää muistaa nämä kummatkin vallan ulottuvuudet ja niiden merkitys voimaantumisen osana. Sosiaalialan työntekijän tavoitteena on yhdessä asiakkaan kanssa luoda prosesseja, joiden aikana asiakkaan voimavarat kasvavat, niin että hän saa voimia ja valtaa ohjata omaa elämäänsä. Ihmisen on pystyttävä päättämään omista päämääristään ja sitoutumaan niiden saavuttamiseen, jotta muutos on mahdollinen. Työntekijällä on tärkeä rooli asiakkaan motivoimisessa muutokseen, jonka aikaansaamisessa tarvitaan tunnetta ja kokemusta siitä, että ihmiset voivat vaikuttaa elämänkulkuunsa. Yksilö voimaantuu, kun häntä autetaan kohti elämänhallintaa ja avun saamista. Voimaantumisen lopputuloksena ovat hallinnan ja kontrollin saavuttaminen, tarjolla olevien palvelujen tietäminen, kokemus subjektiivuudesta (omien mielipiteiden tietäminen ja oman tiedon kunnioittaminen) suhteessa omiin asioihinsa ja mahdollisuus vaikuttaa päätöksentekoon. (Mäkinen ym. 2011, 133–135.)

Myös Siitosen ja Robinsonin (2001) mukaan voimaantuminen näkyy parantuneena itsetuntona, kykynä tehdä päämääriä ja saavuttaa niitä. Voimaantuminen koetaan elämänhallinnaksi sekä toiveikkuudeksi tulevaisuutta kohtaan. (Siitonen & Robinson 2001, Karvosen 2011, 121 mukaan.) Voimaantuneella

yksilöllä on myös ymmärrys omista haasteista, puutteista ja kehittämiskohteista (Karvonen 2011, 122).

Samoja voimaantumisen piirteitä näkyy myös hollantilaisessa VrijBaan-projektissa. de Koningin (2007) mukaan VrijBaan-projektissa on määritelty voimaantumisen kuusi osa-aluetta, jotka ovat osaaminen, itsemääräämisoikeus, vaikuttavuus, merkityksen kokeminen, minäkuva sekä yhteisöllisyys. Hollantilaisen ajatuksen mukaan kuntoutujan voimaantuminen ja motivoituminen kulkevat tiiviisti yhdessä. Kun yksilöllä on kokemus omasta kykeneväisyydestä ja toteutuvista mahdollisuuksista, hänen motivaationsa kasvaa. (de Koning 2007, Karvosen 2011, 122–123, 127 mukaan.) Yksilön voimaantuminen alkaa nähdäksi tulemisesta, kun ohjaaja kohtaa asiakkaan aidosti dialogisella vuorovaikutuksella. Tämän jälkeen yksilössä tapahtuu havahtuminen ja motivoituminen. Tällöin refleктоiva ohjaus saa aikaan mielikuvien ja uskomusten tarkastelua sekä merkityksen kokemista. Lopuksi osallistava ohjaus, osaamisen tunnistaminen ja tunnustaminen, positiivinen ja kannustava palaute sekä yhdessä tekeminen auttavat kohti voimaantumista. (Karvonen 2011, 128.)

### 3.1 Voimaantuminen harrastusten ja menetelmien avulla

#### 3.1.1 Voimauttava valokuvaus

Taide- ja sosiaalikasvattaja Miina Savolainen on toteuttanut yhdessä kymmenen Hyvösen lastenkodissa kasvaneen nuoren naisen kanssa valokuvaprojektin *Maailman ihanin tyttö* (Pölkki 2008, 176; *Maailman ihanin tyttö – valokuva-projekti*). Projektin valokuvissa nuoret ovat opetelleet korjaamaan itse häpäisevien katseiden jälkiä ja kantamaan itse vastuuta omasta hyvinvoinnistaan. Projektin valokuvien puhdas ja eheä maailma rinnastuu tyttöjen elämäntarinan raskaisiin kokemuksiin, suruun omien vanhempien rakkauden ja hoivan menetyksestä sekä nuorten kohtaamaan visuaaliseen kulttuuriin, jossa nuoria naisia esitellään muiden halujen kohteina. *Maailman ihanin tyttö* -projektin valokuvat ovat sellaisia kuvia, millaisina kuvatut nuoret itse haluavat tulla nähdyksi tai nähdä itsensä. Projektilla on yhteiskunnallinen sanoma, jonka mukaan ihmiset ovat saaneet nähdä nuoret yksilöinä, eikä vain lastensuojelulapsina. (*Maailman ihanin tyttö* -valokuvaprojekti.)

Miina Savolainen on kehittänyt myös voimauttavan valokuvan menetelmän. Valokuvien avulla voidaan turvallisesti parantaa vuorovaikutustaitoja ja aloittaa terapeutin identiteettityö esimerkiksi perheessä, vertaisryhmässä, työyhteisössä tai ammattilaisen ja asiakkaan välillä. Voimautumisessa on keskeistä, ettei toista ihmistä pysty voimauttamaan. On kuitenkin erittäin tärkeää, että edes joku uskoo toisen ihmisen puolesta hyvän näkyväksi tulemiseen, vaikka tämä ei siihen itse uskoisi. Voimauttavan valokuvan menetelmässä valokuvat eivät ole tarkoitettu asiakkaan arviointiin. Siinä ei myöskään määritellä sitä, missä asiakkaan olisi hyvä kehittyä. Tässä menetelmässä tapa, jolla valokuvaa käytetään, voi olla terapeutista. Jos voimauttavaa valokuvaa käytetään jossakin yhteisössä, kuten perheessä, keskeistä on moniäänisyys ja jokaisen ryhmän jäsenen näkyväksi tuleminen heidän itse määrittelemällään tavalla. (Voimauttavan valokuvan menetelmä.)

Jos lapsi ei ole ollut kenellekään niin rakas, että omalla vastarakkaudella on hänelle merkitystä, ei lapsi voi oppia itsensä rakastamista ja vastavuoroisten ihmissuhteiden rakentamista. Jos lapsi joutuu olemaan pelkän kasvatuksen ja interventioiden kohteena, ei hän voi oppia toisiin liittymistä ja luottamusta. Voimauttavan valokuvan mukaan korjaavat asiat tapahtuvat liittymisen kokemuksessa toisiin ihmisiin. Yksilön on oltava ensin toisen silmissä arvokas, ennen kuin hän voi arvostaa itseään. Kuvausprosessi perustuu korjaaviin katseisiin ja nähdyksi tulemiseen. Se, millä tavoin lapselle tärkeät ihmiset katsovat ja koskevat lasta sekä peilaavat lapselle omilla kasvoillaan ja myötäelämisellään sisäistä maailmaa, antaa lapselle kokemuksen liittymisestä muihin ihmisiin, ymmärretyksi ja kuulluksi tulemisesta sekä omasta arvokkuudesta. Voimauttavaan valokuvaamiseen liitetään arvostava palaute. Menetelmän tärkein tavoite on yksilön itsestään löytämä kyky katsoa itseään lempeämmin ja rakastavammin sekä kuunnella toisia ihmisiä paremmin sekä kohdella heitä myötätuntoisemmin ja arvostavammin. (Voimauttavan valokuvan menetelmä.) Kun omakuva tulee rakkaaksi, sen katsominen herättää mielihyvää ja se alkaa sekoittua mielikuviin ja muistikuviin itsestä. Valokuva itsestä on tunnetasolla uskottava todiste omasta arvokkuudesta ja hyvyydestä ja siitä, ettei yksilö ole syyllinen asioihin, joita hänelle on lapsena tehty. (Maailman ihanin tyttö - valokuvaprojekti.)

### 3.1.2 Sosiaalipedagoginen hevostoiminta

Sosiaalipedagoginen hevostoiminta tarjoaa asiakkaalleen voimaannuttavia kokemuksia sekä valmiuksia toimia sosiaalisissa tilanteissa. Sosiaalipedagogista hevostoimintaa tarjotaan muun muassa lastensuojelun asiakkaille, mielenterveys- ja päihdekuntoutujille, maahanmuuttajille sekä muistisairaille. Asiakas suunnittelee yhdessä koulutetun ohjaajan kanssa tavoitteet hevostoiminnalle ja niiden täyttymistä seurataan. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa ei ole tarkoituksena oppia ratsastamaan. Harjoituksissa voidaan esimerkiksi hoitaa hevosta muun muassa puhdistamalla niitä tai taluttamalla. Asiakkaat pääsevät myös ratsastamaan jakson aikana, jolloin asiakas saa kokea hevosen voimaannuttavan liikkeen selästä. (Hevonen auttaa oivaltamaan olennaisen.)

Hevostoiminnan avulla asiakas pääsee osalliseksi ympäristöön, jossa hän saa olla oma itsensä. Vaikka hänelle olisi haastavaa kommunikoida toisen ihmisen kanssa, voi hän kiinnittyä yhteisöön hevosen avulla. Hevosen tai jonkin muun eläimen kanssa voi olla helpompi luoda tunnesuhde kuin ihmisen kanssa. Hevonen voi jopa tarjota korjaavia kokemuksia asiakkaalle, jolla on aiemmin pettymyksiä ihmissuhteissa. Hevonen odottaa, että sitä kohdellaan hyvin. Asiakkaalla on mahdollisuus huomata oman käyttäytymisensä vaikutukset toiseen olentoon, sillä hevonen reagoi välittömästi ihmisen käytökseen. Yksilön ollessa kiinnostunut hevosista, haluaa hän myös toimia hevosen parhaaksi, mikä puolestaan mahdollistaa asiakkaalle onnistuneita vuorovaikutuskokemuksia. Myös hevosen iso koko ja kunnioitusta herättävä olemus vaikuttaa yksilöön rauhoittavasti. Asiakkaalle on voimaannuttavaa, kun hän pystyy luomaan yhteyden voimakkaaseen eläimeen ja ohjaamaan sitä. Hevostoiminnan avulla yksilön itsetuntemus lisääntyy ja vastuuntunto kasvaa. Tallielämä tarjoaa lastensuojelun asiakkaana olevalle lapselle selkeät säännöt, joihin hevosrakkaan on helppo sitoutua, koska ne suojelevat hevosten hyvinvointia. Hevostoiminta herättää asiakkaassa tunteita, joiden nimeämistä ja tunnustelemista on hyvä harjoitella. Hevostoiminnan avulla yksilö voi unohtaa arjen hetkeksi ja saada voimaannuttavia kokemuksia, minkä avulla hän voi kohdata arjen paremmin. (Hevonen auttaa oivaltamaan olennaisen; Huhta 2009.)

## 4 ALLE 10-VUOTIAAN LAPSEN PSYKKINEN JA SOSIAALINEN KEHITYS

### 4.1 Psyykinen kehitys

Syntymästä lähtien lapsi kykenee biologisten, kognitiivisten, kommunikatiivisten, emotionaalisten ja sosiaalisten, toiminnallisesti jäsentyneiden taitojen avulla etsimään aktiivisesti vuorovaikutusta ja säätelemään omaa käyttäytymistään vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa. Lapsen kehityksen suurimmat muutokset tapahtuvat kolmen ensimmäisen ikävuoden aikana. Nämä kehitystasohyppäykset ajoittuvat 2–3, 7–9, 12–13, 18–21 ja 24–36 kuukauden ikään. Niiden aikana tapahtuu laadullisia muutoksia lapsen biologisissa, kognitiivisissa ja vuorovaikutuksellisissa ominaisuuksissa sekä tunteissa. (Zeanah, Boris & Larrieu 1997, Mäntymaan & Tammisen 1999 mukaan.) Esimerkiksi vuorovaikutuksellinen hymy alkaa 2–3 kuukauden iässä, vierastaminen 7–9 kuukauden iässä, symbolien ymmärtäminen 12–13 kuukauden iässä, ei-sanan käyttö tietoisesti 18–21 kuukauden iässä ja kertova vuorovaikutus 24–36 kuukauden iässä (Emde 1989; Zeanah ym. 1989, Mäntymaan & Tammisen 1999 mukaan).

Lea Pulkkinen (1994, 2002) mukaan tärkeitä kasvatuksen tavoitteita ovat lapsen itsehallinnan ja omantunnon kehittyminen. Itsehallinnalla tarkoitetaan tunteiden säätelyä niin, että lapsi osaa ottaa muita huomioon ja sopeuttaa tunteilijaan ja käyttäytymistään eri tilanteiden mukaan. Esimerkiksi pahaa mieltä ilmaistaan vahingoittamatta muita, ja vaikeissa tilanteissa tulee oppia rauhoittamaan itsensä. Kun lapsen omatunto kehittyy, hän saa käyttöönsä keinoja säädellä toimintaansa ja käyttäytyä hyväksyttävästi myös vanhempien ollessa poissa paikalta. Omantunnon mukaan toimiminen tuntuu lapsesta hyvältä, ja lapsi tuntee syyllisyyttä säännöistä lipsuttaessa. Ohjaava ja lapsilähtöinen kasvatustyyli edistää omantunnon kehittymistä. Lapsen kasvaessa kehittyvät niin omatunto kuin itsekurikin. Sääntöjä on kuitenkin kerrattava aina silloin tällöin. Moni pieni lapsi rikkoo sääntöjä, vaikka tietää tekevänsä väärin. Noin 6–7-vuotiaana lapsen omatunto on kehittynyt niin, että hän tietää miten tulisi toimia oikein. Temperamentiltaan joustamaton ja helposti kiivastuva lapsi tarvitsee kuitenkin enemmän tukea oppiakseen kestämään vastoinkäymisiä ja hallitsemaan käyttäytymistään. Ujo lapsi taas saattaa tarvita kannustusta ja rohkaisua. Omantunnon kehittymisen aikana 6–7-vuotiaana lapsi saattaa olla ankara itselleen ja herkkä arvostelulle. Siksi lapselle ei pidä korostaa vain sitä,

kuinka hän aiheuttaa teoillaan muille harmia, vaan antaa kokemus myös siitä, että erehtyminen on sallittua. (Kasvatus ja kasvatustietoisuus.) Itsesäätely voi olla myös kognitiivisten kykyjen kontrollointia. Tällöin itsesäätely ohjaa lasta kontrolloimaan huomiotaan tiettyihin asioihin tai tilanteisiin, valvomaan ajatteluaan ja ongelmanratkaisukykyään sekä sitoutumaan itsenäisiin oppimistointoihin. (Bronson 2000, 2–3.)

Traumatisoituneilla lapsilla saattaa olla ongelmia tunteidensäätelyssä, ja tällöin oleellista kasvatuksessa on rakentaa turvallisuutta ja luotettavuutta. Kun lapsen kanssa saavutetaan tasapainotila, alkaa se vähitellen siirtyä lapsen sisäisiksi tunnetaidoiksi, elämänhallinnaksi ja myönteiseksi käsitykseksi itsestään. Aikuinen pystyy auttamaan lasta tunnistamaan tunteitaan ja säätelemään tunnetilojaan pukemalla sanoiksi lapsen sisäisiä kokemuksia esimerkiksi ihmettelemällä ääneen havaitsemaansa. Monet lapset ilmaisevat itseään helpommin toiminnallisuuden, kuten piirtämisen tai leikkimisen avulla. (Välivaara 2010, 8–9.) Pieni lapsi käyttää tunteiden käsittelyyn erilaisia strategioita, kuten itsensä lohduttamista ja avun etsimistä. Lapsi saattaa myös etsiä ympäristöstään aktiviteettejä, jotka ehkäisevät pelkoreaktioiden ja turhautumisen syntymistä. Katseen muualle suuntaaminen ja mielenkiinnonkohteiden lähestyminen voivat tuoda lapselle ilon ja mielihyvän tunnetta. Tällaiset käyttäytymisstrategiat aloittavat varhaisen itsesäätelymekanismin synnyn lapsen ensimmäisen elinvuoden aikana ja vaikuttavat tunteidensäätelyyn sekä myöhempien sosiaalisten taitojen kehittymiseen. (Calkins & Fox 2002, 483.)

Ihmisten arvoa mitataan usein vain suoritusten perusteella. Suoritusten ollessa heikkoja ihmisen arvo laskee omassa mielessä. Heikosti suoriutuva kokee olevansa huonompi kuin muut ja hänen itsetuntonsa laskee. Jos lapsen itsetunto murenee, hän voi tuntea olevansa mitätön ja naurettava ja että koko maailman on häntä vastaan. Jos lapsen itsetunto jää häilyväksi, saattaa hän alkaa vältellä sellaisia haasteellisia tilanteita, joiden jälkeen itsetunto saattaa romahtaa. Alisuoriutuvat lapset haavoittuvat helposti ja kokevat ympäristön reaktiot odottamattomina sekä suurentelevat niiden merkitystä. Tällaiset lapset saattavat myös pelätä vaatimuksia ja odotuksia. Tällöin on kannustettava lasta ja keskityttävä onnistumisiin. Onnistumisia ei kuitenkaan saa hehkuttaa liikaa tai paineet vain kasvavat. (Cacciatore ym. 2008, 64–66.) Uuden tiedon ja taidon oppiminen on yhteydessä lapsen omiin yksilöllisiin ominaisuuksiin, kuten motorisiin, kognitiivisiin ja sosiaalisiin kykyihin ja taitoihin, sekä motivaatioon.

Keskeistä on myös lapsen kyky itse suunnitella ja monitoroida omaa toimintaansa oppimistilanteissa, oppimiseen liittyvät tunteet ja uskomukset sekä tavat selviytyä vaikeista tilanteista. (Ahonen, Viholainen, Cantell & Rintala 2005, 7.)

Odotusarvoteorian mukaan yksilön odotukset siitä, kuinka hän onnistuu tehtävässä, vaikuttavat hänen motivaatioonsa. Odotusten taustalla vaikuttavat uskomukset ja näkemykset omista kyvyistä ja tehtävän haastavuudesta. Lapsilla ajatukset, tunteet ja tehtävään valmistautuminen ovat erilaisia heillä, jotka epäilevät omia kykyjään ja ovat epävarmoja, kuin heillä, jotka luottavat itseensä. Omiin kykyihinsä luottavat lapset yrittävät sitkeämmin kohdatessaan vaikeuksia. Tällaiset lapset tulkitsevat epäonnistumisen yrityksen puutteeksi ja yrittävät jatkossa entistä enemmän. Epävarmat lapset olettavat enemmän epäonnistuvansa ja luovuttavat helposti vaikeuksien edessä välttääkseen epäonnistumisen. Nämä suhtautumistavat ja ennakoinnit vaihtelevat tehtäväalueen mukaan ja voivat olla erilaisia esimerkiksi matematiikan ja äidinkielen kohdalla. Lapsi voi ajatella olevansa hyvä matematiikassa ja pitää kirjoittamista ja lukemista haastavana tai päinvastoin. Toinen keskeinen motivaation taustalla olevat tekijä on yksilön tehtävälle antama arvo. Mitä kiinnostavampi tehtävä on, sitä motivoituneempi ihminen on siihen sitoutumiseen ja sen suorittamiseen. On tutkittu, että lasten antama arvo tehtävälle on tärkeämmässä merkityksessä kuin kykyuskomukset ja ennakointi. Erityisesti pitkän tähtäimen sitoutumisessa tehtävän arvostaminen on tärkeää. (Salmela-Aro & Nurmi 2002, 106–108.)

#### 4.1.1 Kehityksen suoja- ja riskitekijät

Psyykkisesti terveitä lapsia kasvaa ja kehittyä myös vaikeissa olosuhteissa, mutta toisaalta lapsen psyykinen kehitys voi häiriintyä suotuisissakin oloissa. Riski- ja suojatekijöitä kehitykselle voidaan löytää vauvasta, vanhemmista ja vanhempiin liittyvistä asioista sekä perheen ja sosiaalisen ympäristön tekijöistä. Riskitekijän laatua merkittävämpi seikka on riskien määrä. (Zeanah ym. 1997, Mäntymaan & Tammisen 1999 mukaan.) Hyvinvoiva lapsi selviytyy päivittäisistä arkirutiineista ilman suurta ahdistusta, lähtee useimmiten päivähoittoon ja kouluun hyvillä mielin, nukkuu ja syö hyvin, kykenee toimimaan ryhmässä ja luomaan ystävyyssuhteita oman ikätasonsa mukaisesti. Lapsi sietää epäonnistumisia, tunnistaa oikean ja väärän, osaa iloita ja nauraa ja kykenee

osoittamaan monenlaisia tunteita. Hän kykenee osoittamaan empatiaa, asettumaan toisen ihmisen asemaan ja puolustamaan toisten oikeuksia. Hyvinvoiva lapsi kokee tyytyväisyyttä elämästä, uskoo omiin kykyihinsä ja voi olla oma itsensä. (Cacciatore ym. 2008, 77.)

Lapsen psyykkistä kehitystä vie eteenpäin halu ymmärtää itseä ja ulkopuolista maailmaa. Sosiaaliset taidot ja tunteiden sekä käyttäytymisen säätely taas kehittyvät vuorovaikutuksessa erityisesti vanhempien kanssa. Pienen lapsen kokemukset ovat kokonaisvaltaisia ja ajattelu on konkreettista, kielen kehittyminen muokkaa myös ajattelua. Leikkiessään lapsi tarvitsee ja oppii motorisia, kielellisiä ja sosiaalisia taitoja. Leikin avulla lapsi myös käsittelee asioita. Normaaliin kehitykseen lapsi tarvitsee yhden tai useamman vuorovaikutuksellisen ihmissuhteen, ravintoa, lepoa, virikkeitä, kommunikointia, toistuvia tapahtumia ja turvallisuuden tunnetta sekä yhteisön, johon kuulua, kuten perheen ja suvun. Psyykkistä kehitystä tukevia tekijöitä ovat riittävän turvallinen kiintymyssuhde, aidosti läsnä oleva lähipiirin aikuinen ja yhdessäolo. Lapsi tarvitsee myös tilaa tunteille ja tarpeille, turvallisuutta, arjen ennustettavuutta, rakkautta ja empatiaa, huolenpitoa sekä kannustavaa hyväksyvää ja rajoja asettavaa vanhemmuutta. Tärkeää on myös mahdollisuus ystävyssuhteisiin ja leikkiin sekä mieluisaan harrastukseen, mutta myös yksinoloon. (Puustjärvi 2011.)

## 4.2 Sosiaalinen kehitys

Frank M. Greshamin ja Stephen N. Elliotin (1990) määritelmän mukaan sosiaaliset taidot voidaan jaotella viiteen osa-alueeseen. Niihin kuuluu yhteistyötaito, joka koostuu muiden auttamisesta sekä sääntöjen ja ohjeiden noudattamisesta. Sosiaaliin taitoihin kuuluu myös aloitteellinen käyttäytyminen, kuten tietojen kysyminen sekä oma-aloitteellisuus toisiin tutustumisessa ja toisten toimintaan vastaamisessa. Sosiaaliin taitoihin kuuluvat myös vastuu, empatiakyky ja itsekontrolli. Ihminen, jolla on hyvät sosiaaliset taidot, pystyy toimimaan ihmisten, asioiden ja omaisuuden kanssa vastuullisesti. Hän on empatiakykyinen, eli kykenee huomioimaan toisten tunteet ja näkökulman sekä tunnistaa ja tuo esiin omat tunteensa. Sosiaaliin taitoihin liittyy myös itsekontrolli eli rakentavasti käyttäytyminen ristiriitatilanteissa. (Muhonen, Lallukka & Turtiainen 2009, 26.)



Sosiaalisuuden kehitys lapsuudessa pitää sisällään vuorovaikutustaitoja ja valmiutta liittyä ja toimia ryhmissä. Sosiaalista kehitystä tarkastellessa täytyy ottaa myös huomioon ajattelutaito, tunne-elämän kehitys, persoonallisuuden kehitys sekä lapsen turvallisuuden tunteen vakiintuminen. Lapsen sosiaalista kehitystä pohditaan useimmiten kiintymyssuhdeteorian tai vertaissuhdevaikutteiden pohjalta. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 116–117.) Judith Harrisin (2000) mukaan vertaissuhteet voivat olla jopa vaikuttaa enemmän lapsen sosiaaliseen kehitykseen kuin vanhemmat. Harris kutsuu tätä ryhmäsosialisaatioteoriaksi. Teorian mukaan lapset haluavat olla toistensa kaltaisia ja tämän vuoksi vertaisryhmä on merkittävä osa sosiaalisessa kehityksessä. Teorian keskeisimpiä kysymyksiä on pohtia, kuinka lapsista tulee normaaleja, yhteiskunnan hyväksymiä aikuisia. (Harris 2000, Kronqvistin & Pulkkinen 2007, 117 mukaan.)

Alle kouluikäisen lapsen sosiaalisiin taitoihin lukeutuu taito tunnistaa toisten ilmeitä ja eleitä, ja tehdä niiden pohjalta päätelmiä toisen tunteista. Lapsen tehdessä paljon tunnistamisvirheitä, kokee hän usein muiden ilmaisut kielteiseksi ja vihamielisiksi. Näin ollen lapsi vastaa toisen ilmaisuun oman tulkintansa mukaisesti. Tämän tapaiset tunnistamisvirheet ovat usein yhteydessä lapsen ongelmakäyttäytymiseen. Myönteinen tunnistamisvirhe puolestaan auttaa lasta lähestymään muita ja aloittamaan yhteisiä leikkiä. Lapsilla, jotka tunnistavat heikosti tunteita, on usein sopeutumisvaikeuksia ryhmissä. Empatia tarkoittaa kykyä asettua toisen ihmisen asemaan sekä ymmärtää toisen tunteita ja eläytyä niihin. Empatia saattaa johtaa prososiaaliseen käyttäytymiseen, joka tarkoittaa esimerkiksi toisen auttamista, yhteistyötä ja lohduttamista. Empatia kehittyy ympäristön vuorovaikutuksesta. Jo kuuden kuukauden iässä lapsi osaa ilmaista perustunteitaan ja tunnistaa niitä muissa. Empatiaa voi oppia vain silloin, jos sitä saa muilta. Lasten kanssa on keskusteltava esimerkiksi siitä, miksi toisesta joku asia tuntuu pahalta. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 118, 128—129.)

Kouluiässä lapsen sosiaaliset suhteet laajenevat ja koulutovereiden sekä ystävien kanssa vietetään enemmän aikaa. Kouluikäisenä lapsi pohtii enemmän saman ikäisten suhtautumista häneen. Lapsi alkaa myös pitää tärkeänä keskinäistä ymmärtämistä toisiltaan saamasta palautteesta. Tätä kutsutaan sosiaalisiksi havaitsemiseksi. Sosiaalinen havaitseminen saa alkunsa sosiaalisesta vihjeistä, joita tulkitaan, joihin haetaan vastausta ja reagoidaan sopi-

vimmalla tavalla. Aggressiiviset lapset tulkitsevat toisten käyttäytymistä usein vihamieliseksi, jolloin heidän toimintansa ei ole yhtä rakentavaa kuin ei-aggressiivisten lasten. Koulumaailmassa lapsen sosiaaliset taidot ovat yhä tärkeämmässä asemassa. Sosiaaliset vaikeudet johtavat usein lapsen syrjäytymiseen ryhmästä. Kouluiässä lapsen sosiaalinen käyttäytyminen vakiintuu ja pojilla havaitaan vähemmän aggressiivista käyttäytymistä kuin päiväkodissa. Kouluiässä tyttöjen aggressiivisuus muuntautuu useimmiten epäsuoraksi ja he alkavat esimerkiksi hiljaisesti syrjimään toisia lapsia tai levittämään juoruja toisesta. Ystävyysuhteessa lapsi oppii vastavuoroisuutta, uskoutumista, läheisyyttä ja luottamusta. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 154–157.)

#### 4.2.1 Kiintymyssuhteen merkitys kehitykseen

Aivot kehittyvät huimasti varhaislapsuudessa, ja tunteet vaikuttavat aivojen toiminnalliseen kehitykseen. Yksilölliset kokemukset vuorovaikutussuhteissa vaikuttavat siihen, millaisia neuroniyhteyksiä syntyy tai mitkä synapsit jäävät toiminnallisiksi. Hankalat vuorovaikutussuhteet saattavat vaikuttaa siihen, ettei lapsen mieli kehity ja toimi optimaalisella tavalla. Toistuvat vuorovaikutustilanteet luovat kiintymyssuhteen, joka opettaa vauvalle tunteiden säätelyä. Stressaavassa tilanteessa lapsi pyrkii lisäämään turvallisuuden tunnetta hakeutumalla lähelle äitiään tai isäänsä. Turvattomassa kiintymyssuhteessa ongelmana on, etteivät vanhemmat reagoi tilanteisiin, joissa lapsi tarvitsee apua. Tällöin vauva saattaa esimerkiksi vähentää tunneilmaisua ja kiintymyssuhdekäyttäytymistä. Vauva saattaa tuntea olonsa torjutuksi. Tätä kutsutaan vältteleväksi kiintymyssuhteeksi. (Mäntymaa & Puura 2011, 19, 22.)

Suhdetta, jossa vauva ei osaa ennakoida vanhemmiltaan saamaa reaktiota esimerkiksi itkemällä, kutsutaan ambivalentiksi kiintymyssuhteeksi. Tässä tilanteessa vauva luottaa siihen, että vanhemmat yleensä reagoivat jollain tavalla voimakkaisiin tunnereaktioihin. Tämän tapaisessa kaoottisessa kiintymyssuhteessa lapselle ei ole muodostunut jäsentynyttä strategiaa hyödyntää vanhemman apua tunteidensa säätelyyn. Äärimmäisin ja vaikein tilanne on niillä lapsilla, joille ei vakavan hoidon laiminlyönnin tai pysyvän ihmissuhteen puuttumisen vuoksi ole muodostunut lainkaan kiintymyssuhdetta, jolloin kukaan ei ole auttamassa heitä tunteiden säätelyssä. Kun lapsi pystyy ennakoimaan vanhempiensa toimia, lisääntyy turvallisuuden tunne, ja lapsi voi olla oma utelias itsensä erilaisissa ympäristöissä. Jos vanhemmat eivät voi tarjota

lapselle riittävästi turvallista vuorovaikutusta, on lapsen aivojen kehitys vaarassa ja lapsella voi olla vaikeuksia tunne-elämän säätelyssä. (Mäntymaa & Puura 2001, 22–24.)

Varhaiset hoivakokemukset vaikuttavat pitkään lapsen kehitykseen. Terve kehitys perustuu läheisten, turvallisten ja pysyvien ihmissuhteiden merkitykseen. Lapsen huostaanoton ja sijoituksen yhteydessä katkaistaan lapsen ja hoivajan välinen suhde. Sijoitetuilla lapsilla on usein ollut turvattomia kiintymyssuhteita. Sijoituksella tavoitellaan lapselle kehitystä suojaavaa kasvuympäristöä. Kyseisillä lapsilla on usein enemmän tunne-elämän ongelmia ja terveysongelmia sekä käyttäytymishäiriöitä, myös koulumenestys on heikompaa. Vuonna 2001 tehdystä tutkimuksesta kävi ilmi, että sijoitettujen lasten ja nuorten kuolleisuus oli normaalia suurempi kaikissa alle 25-vuotiaitten ikäryhmissä. Kuolemantapaukset nuoruudessa ja varhaisessa aikuisuudessa liittyivät päih-teisiin, onnettomuusalttiuteen ja itsemurhiin. (Kalland 2011, 207.)

Jos huostaan otetun lapsen kotiinpaluusta pidetään yllä illuusiota, vaikka tiedetään, etteivät hänen biologiset vanhempansa pysty kuntoutumaan riittävän kyvykkäiksi vanhemmiksi, on tilanne vaurioitava jokaiselle osapuolelle ja estää uuden kehittymisen. Tällöin ei myöskään pystytä kiinnittämään lasta uuteen perheeseensä. Toimivalla eri osapuolten välisellä yhteistyöllä voidaan kuitenkin saavuttaa hyviä tuloksia, kunhan sijoitusten perusteet ovat kunnossa. Vahingoittunutta mieltä ja kehitystä voidaan myöhemmin korjata, kunhan korjaustyöhön ryhdytään mahdollisimman varhain. Vaikka lapselle on voinut jäädä pysyviä vaurioita, voidaan hänen elämänlaatuaan pyrkiä kohentamaan. Jokaisessa suhteessa yhteydet katkeavat väliaikaisesti, mutta hyvä vanhemmuus korjaa ne palauttamalla nopeasti hyvän yhteyden lapsen ja itsensä välille. Kun vanhempi ymmärtää, milloin lapsi tarvitsee lohdutusta ja antaa myös sitä, voi lapsi alkaa luottaa siihen, että hän saa hädän hetkellä apua ja näin hän voi keskittyä omaan kehitykseensä. (Tuovila 2008, 32–35.)

Jotta lapsi voi kehittyä normaalisti, on tärkeää, että hän saa turvallista läheisyyttä, turvallisia eroja ja jälleennäkemisiä. Aikuisen tulee osoittaa mielenkiintoa lapsen tunteisiin ja ajatuksiin sekä pohtia lapsen kanssa menneisyyttä, nykyhetkeä ja tulevaisuutta. Sijoitetuilla lapsilla, jotka ovat kokeneet useita katkoksia kiintymyssuhteissaan, esiintyy usein reaktiivista kiintymyssuhdehäiriötä. Se ilmenee valikoimattomana sosiaalisuutena ja/tai äärimmäisenä estynei-

syytenä. (Kalland 2011, 210–211.) Jos vanhempi kohtelee lastaan kaltoin, tai on pelokas ja kyvytön koostamaan lapsen kokemuksia ja sisäisiä tunnetiloja, lapsi jää kykenemättömäksi liittämään kokemuksiaan pidempään kokemusten riviin eikä löydä omille tuntemuksilleen nimiä ja ymmärrystä. Tällä tavoin omasta itsestä tulee hajanainen ja tähän hetkeen sidottu, eikä kokonainen, jolloin asiat ja tunteet liittyvät yhteen. Sijoitetuilla lapsilla syy-seuraussuhteet sekä kyky oppia omista kokemuksista ovat kadoksissa. Kun varhaisessa vaiheessa itseään säätelevä vanhempi on vain osittain läsnä, lapsen kyky säädellä omia tunteitaan ja toimintaansa vaurioituvat. Se näkyy myöhemmin monella kehityksen osa-alueella. Siegelin (1999) mukaan mieli järjestäytyy ainoastaan järjestäytyneemmän mielen eli vanhemman rinnalla. Usein traumatisoituneella lapsella ei ole ollut perussuhteissaan tarpeeksi tätä ”järjestäytyntä mieltä” rinnallaan. Sijaishuollossa suuri haaste ovat vanhemmat, jotka vaikuttavat monella tavalla kyvykkäiltä ja ovat koulutettuja, mutta eivät tavoita toisen mielensisältöä. He heijastavat omat sisäiset impulssinsa ja tunteensa toiseen ja lukevat lasta itsestään lähtien eivätkä lapsesta lähtien. Tällöin lapsi ei opi tunnistamaan omia sisäisiä tilojaan oikein ja hän oppii mukautumaan aikuisen tunnetiloihin. (Tuovila 2008, 35–36.)

Pahimmillaan kiintymyssuhdehäiriöisellä lapsella voi olla puutteita jokaisessa kehityksen osa-alueessa: tunne-elämän, kognitiivisen, sosiaalisen sekä fyysisen kehityksen alueilla. Tunne-elämän kehityksen puutteet näkyvät esimerkiksi siinä, että lapsi ei tule toimeen negatiivisten mutta ei myöskään positiivisten tunteidensa kanssa. Lapsella ei ole käsitystä siitä, mitä eri tunteet sisältävät ja miten niistä selviytyy. Omien tunteiden säätelykyky kehittyy suhteessa toiseen, jaettujen kokemusten ja tunnetilojen avulla. Lapsi, jolla on puutteita tunne-elämän kehityksessä, reagoi joko voimakkailla tunnekuuhuilla tai jää näkymättömäksi lapseksi, joka ei mielestään tarvitse mitään eikä ketään. (Tuovila 2008, 38–41.)

Kognitiiviseen kehitykseen liittyvät vauriot näkyvät lähinnä keskittymisongelmina. Sijoitetulla lapsella on vaikeuksia keskittyä oppimaan ja kiinnostua oppimisesta. Kiintymyssuhdehäiriöisellä lapsella on paljon vaikeuksia myös tarkkaavuudessa. Sosiaalisessa kehityksessä ongelmat taas näkyvät ihmissuhteissa sekä ikätovereihin että aikuisiin. Lapsen kanssa vuorovaikutuksessa olevan on mukauduttava hänen mielenkiinnon kohteisiin. Lapset sisäistävät jo

hyvin pienenä ympäristön epäluotettavuuden. Sijoitetut lapset ovat usein kehittäneet suhteessa olemisen tavan, jossa voi kokea turvaksi vain oman itsensä ja tämän takia on syytä hallita kaikkea, kokeakseen olevansa jotenkin turvassa. Henkilöt, joilla on ongelmia varhaisessa vuorovaikutuksessa, usein yli-reagoivat ja vetäytyvät suhteissaan. He hakevat jatkuvasti huomiota muilta, mikä voi tehdä heidät alttiiksi hyväksikäytölle. Ryhmätilanteet ovat tällaisille lapsille usein vaikeita, sillä he eivät voi sietää usean henkilön välisiä suhteita. He eivät myöskään tunne syyllisyyttä omista vääristä teoistaan, vaan syy on aina toisissa. (Tuovila 2008, 41–42.)

## 5 HARRASTUSTEN VAIKUTUS LAPSEN PSYKKISEEN JA SOSIAALISEEN KEHITYKSEEN

Lapsen eheytyminen ja tervehtyminen on hidas ja työläs prosessi. Arki ja päivittäisten suhteiden merkitys ovat erittäin tärkeässä asemassa. On erityisen tärkeää, että lapsia ohjataan harrastamaan ja löytämään lahjakkuuksia itsessään. Kaikenlainen toiminta, jossa lapsi voi nauttia ja löytää iloa, kuten musiikki, draama, liikunta ja kädentaidot, ovat tärkeitä lapselle. Iloiset asiat rakentavat psyykeä parhaiten. Aikuisten on autettava lapsia löytämään omat kykynsä ja saamaan ne käyttöönsä. Lapsista löytyy kyvykkyyttä ja monenlaista lahjakkuutta, kunhan heidät auttaa pääsemään alkuun ja kiinnostumaan erilaisista puolista ja taidoista itsessään. (Tuovila 2008, 72–73.)

Harrastamiseen kuuluu erilaisia vaiheita. Leikkimisvaiheessa lapsi pääsee tutustumaan lajeihin ja kiinnittämään lajiin positiivista huomiota. Pieni lapsi voi ihailla tähtiä ja tunnelmaa, ja tahtoa itse tulla tähdeksi. Tässä vaiheessa vasta tunnustellaan, eikä lajia varsinaisesti harrasteta. Aikuisen tehtävänä on seurata lapsen mielialoja ja pelailla, soittaa tai kisailla silloin kun lapsi on hyvällä tuulella ja hänellä on energiaa. Leikki-ikäisenä lapsi tarvitsee paljon vapaata leikkiä ja vanhempiensa päähänpintymiin liittymätöntä toimintaa, jottei päätös harrastuksesta jää täysin vanhemman valinnaksi. Systemaattisen harjoittelun vaiheessa harrastusta opetellaan tuhansien toistojen avulla. Tässä vaiheessa harjoitellaan vasta perustekniikoita. Systemaattisessa harjoittelussa nouseaan ylöspäin portaittain. Jääkiekkoilija opettelee kiihdytyksiä, jarrutuksia, sirklausta ja luistelua kiekon kanssa, kun taas pianon soittaja opettelee sormitekniikkaa. Valmentajan tulee osata kommunikoida selkeästi ja olla hyvä vuorovaikutustaidoissa. Liiallinen totisuus tappaa mielenkiinnon ja harjoitteluilon lajissa kuin

lajissa. Teini-iässä 12–14- vuotiaana ala-asteen kestänyt systemaattinen perusasioiden harjoittelu alkaa tuottaa tulosta. (Viljamaa 2013, 104–107.)

Osassa perheistä harrastamisesta on tullut pakollinen asia. Sinkkonen avaa tekstissään harrastusten lieveilmiöiden yleistymistä. Vanhempien tulisi ottaa huomioon onko lapsi psyykkisesti sekä fyysisesti kypsä harrastamaan. Liian aikaisin aloitettu harrastus voi muuntautua lapselle ahdistavaksi, ikään kuin uraksi. Lapsen voi olla melkein mahdotonta omasta tahdostaan lopettaa harrastustaan, esimerkiksi jos vanhemmat ovat käyttäneet siihen suuren määrän rahaa ja aikaa. Sinkkonen painottaakin, että lapsen kiinnostus enemmän leikkiin kuin harrastamiseen ei ole hälyttävää, sillä leikki on lapsen tärkein tehtävä. Jos lapsi ei ole kiinnostunut harrastamisesta, voi sitä kokeilla uudelleen muutaman vuoden päästä. Sinkkonen tuo esiin näkökulman, että harrastaminen voisi olla enemmän spontaania yhdessä tekemistä, kuin suorituskeskeistä ja ylhäältä ohjattua toimintaa. Kilpailut eivät kannusta lapsia leikkimielisyyteen tai kokeiluhenkisyyteen. (Sinkkonen 2008, 30–33.)

Erilaiset harrastukset kuuluvat lapsuuteen ja nuoruuteen. Harrastuksen valintaan vaikuttaa lapsen oman halun ja kiinnostuksen lisäksi perheen ja ikätoverien harrastukset. Suurin osa harrastuksista on liikunnan tai musiikin parissa. Harrastukset tukevat lapsen sosiaalisten taitojen kehittymistä, sillä niissä lapsi harjoittelee sosiaalista kanssakäymistä. Eri harrastusten on huomattu kehittävän eri taitoja lapsessa. Esimerkiksi taideharrastukset edistävät usein esteettisten arviointien ja kannanottojen kehittämistä, kun taas urheiluharrastuksissa opitaan enemmän ryhmässä toimimista. (Ruoppila 2008, 165–166.)

## 5.1 Lasten harrastaminen nykypäivänä

Nuorten vapaa-aikatutkimuksessa 2013 oli mukana 7-29-vuotiaita. Osallistujista 7-9-vuotiaita oli 157. Vapaa-aikaa pidetään erittäin tärkeänä kulttuurissamme, ja monet toivovatkin sitä lisää. Vapaa-ajan vähäisyys rajoittaa harrastustoimintaa, ja ajanpuute rajoittaa monien sosiaalista elämää. Tutkimuksen mukaan suurin osa lapsista ja nuorista (78 %) kokee kuitenkin itsellään olevan sopivasti vapaa-aikaa. (Myllyniemi & Berg 2013, 9, 37–38.) 7-9-vuotiaista 86 % vastasi, että harrastaa jotakin. Sukupuolella ei ole juuri eroa harrastusaktiivisuudessa, eikä myöskään sillä, asuuko maalla vai kaupungissa. Kuitenkin Länsi- ja Etelä-Suomessa harrastaminen on yleisempää kuin Pohjois- ja Itä-Suomessa. Äidin koulutustaso sekä se, onko perheessä sekä isä että äiti, ovat

yhteydessä positiivisesti lapsen tai nuoren harrastamiseen. Tutkimuksessa suurin osa 7-9-vuotiaista vastasi, että heillä on 7-9, 5-6 tai 3-4 harrastusta. Enemmistö alle 10-vuotiaista kuitenkin vastasi, että heillä on 7-9 harrastusta, verraten 10–29-vuotiaisiin, joista enemmistö vastasi, että heillä on 5-6 harrastusta. Tutkimuksessa kävi myös ilmi, että ne, jotka eivät harrasta liikuntaa, harrastavat muutenkin vähemmän. (Myllyniemi & Berg 2013, 39, 42–43.)

Liikunta on yksi lasten ja nuorten keskeisin harrastus. Tutkimuksessa vastaajat käsittivät harrastuksen käsitteenä eri tavoin, sillä osa liikuntaa harrastavista ilmoitti, ettei harrasta mitään. Näin ollen osa lapsista ja nuorista saattoi mieltää harrastuksen liittyvän esimerkiksi seura- tai yhdistystoimintaan. Harrastus käsitteenä on siis monitulkintainen. Vaikka tutkimuksessa pääteemana oli liikunta, kysyttiin siinä myös kulttuurin, taiteen ja yhteisöllisyyden parissa harrastamisesta. Näillä harrastuksilla on yhteistä se, että ne lisäävät ja parantavat hyvinvointia. (Myllyniemi & Berg 2013, 39, 41.)

Tutkimukseen osallistuneista 7-9-vuotiaista 86 % harrastaa liikuntaa. Tutkimuksesta kävi ilmi, että 7-9-vuotiaat harrastavat vähintään 1-2 kertaa viikossa sellaista liikuntaa, jossa ainakin lievästi hengästyy ja hikoilee. Suurin osa tämän ikäisistä harrastaa kuitenkin 3-4 kertaa viikossa tällaista liikuntaa. (Myllyniemi & Berg 2013, 60–61.) Lasten terveystieteiden tutkimuskeskuksen mukaan Lasten terveysliikuntasuositus on vähintään tunti päivässä mahdollisimman monipuolista liikuntaa. Kansallisten lasten ja nuorten liikuntasuosituksen mukaan kaikille kouluikäisille, 7-18-vuotiaille suositellaan vähintään 1-2 tuntia fyysistä aktiivisuutta päivittäin ja monipuolisesti. (Husu & Suni 2011; Nuori Suomi 2008, Myllyniemen & Bergin 2013, 63 mukaan.) Nuorten vapaa-aikatutkimuksen mukaan 7-9-vuotiaiden suosituin liikuntamuoto on jalkapallo, jota harrastaa neljännes 7-9-vuotiaista vastaajista. Jalkapallo, salibandy ja jääkiekko ovat suosittuja varsinkin 7-9-vuotiailla pojilla. Myös pyöräily, luistelu, uinti, hiihto ja laskettelu ovat suosittuja liikuntamuotoja 7-9-vuotiaiden vastauksissa. Osa vastanneista harrastaa myös tanssia, juoksemista, ratsastusta, potkulautailua tai yleisurheilua. (Myllyniemi & Berg 2013, 66–68.)

Tutkimuksessa kysytyistä harrastuksista (muista kuin liikunnasta) yleisin oli elokuvissa, teatterissa, konserteissa tai taidenäyttelyissä käynti, jota sanoi tekevänsä ainakin silloin tällöin useampi kuin kolme neljästä. Jos huomioidaan

tekemisen säännöllisyys, olivat tietokoneella, konsolilla tai älypuhelimella pelaaminen sekä kirjojen lukeminen yleisintä. Näitä harrastaa noin kaksi kolmesta viikoittain tai päivittäin. Kun taas elokuvissa, teatterissa ym. käy vain muutama prosentti viikoittain, joten tätä harrastetaan paljon epäsäännöllisemmin. Nuorten vapaa-aikatutkimuksen mukaan myös musiikkia, kirjoittamista, kuvataiteita ja tanssia harrastetaan usein. Lauta- ja roolipelejä tai larppaamista, näyttelemistä tai muuta teatteria sekä järjestö- ja vapaaehtoistyötä taas ei harrasteta juurikaan viikoittain. (Myllyniemi & Berg 2013, 41–42.)

Television tai tietokoneen ääressä saisi viettää korkeintaan kaksi tuntia päivässä (Nuori Suomi 2008, Myllyniemen & Bergin 2013, 53 mukaan). Suosituksella pyritään välttämään varsinkin istuvasta elämäntavasta koituvia terveyshaittoja ja lasten aivojen kehitykseen liittyviä haittoja (Husu & Suni 2011, Myllyniemen & Bergin 2013, 53 mukaan). Valtaosa nuorten vapaa-aikatutkimukseen (2013) osallistuvista 7-9-vuotiaista lapsista katsoo televisiota 1-2 tuntia päivässä. Suurin osa 7-9-vuotiaista viettää tietokoneella tai älypuhelimella aikaa alle yhdestä tunnista 1,4 tuntiin päivässä. Yhteenlaskettu aika tietokoneen tai television äärellä oli suurimmaksi osaksi 1,1-2 tuntia päivässä, moni 7-9-vuotiaista viettää ruudun äärellä aikaa myös 2,1-4 tuntia vuorokaudessa. (Myllyniemi & Berg, 2013, 53–54.) Tilastokeskuksen ajankäyttötutkimuksen mukaan liikuntaan, ulkoiluun sekä sosiaaliseen kanssakäymiseen käytetty aika on vähentynyt, samalla kun lasten ja nuorten ruutuaika on kymmenessä vuodessa kasvanut suuresti (Miettinen & Rotkirch 2012, 106–109; Miettinen & Rotkirch 2012, Myllyniemen & Bergin 2013, 55–56 mukaan).

Sääkslähden, Soinin, Mehtälän, Laukkasen ja Iivosen artikkelissa *Liikunnallisen lapsuuden askelmerkit asetetaan jo päiväkotikäytössä* (2013) on perehdytty 2000-luvulla tehtyihin tutkimuksiin lasten liikunnallisuudesta. Myös varhaiskasvatuksen liikunnan suositusten mukaan alle kouluikäisen tulisi liikkua reippaasti vähintään kaksi tuntia päivittäin. Artikkelin mukaan Lapsuuden tutkimushankkeessa vanhemmat kirjasivat päiväkirjaan lasten ajankäyttöä. Päiväkirjan tulokset osoittivat, että vain 40 % kolmevuotiaista liikkui vähintään kaksi tuntia päivässä arkisin ja 50 % viikonloppuisin. Myös muut tutkimustulokset osoittavat, että kolmevuotiaat lapset eivät liiku suositusten mukaan tarpeeksi. Artikkelissa kerrotaan myös terveyden- ja hyvinvoinninlaitoksen Lasten terveysseurantatutkimuksen LATE:n tuloksista. LATE:n mukaan suomalais-



set lapset aloittavat harrastamisen varhain. Kolmivuotiaista 25 % harrastaa kerran viikossa, 12 % harrastaa kahdesta kolmeen kertaa viikossa.

## 5.2 Ryhmätoiminta kehityksen tukena

Ryhmistä saadut sosiaaliset suhteet auttavat syrjäytymisen ehkäisemisessä. Tuen tarpeessa olevilla perheillä on usein huonosti sukulaisia, ystäviä ja naapureita ympärillään auttamassa. Vaikka sosiaalinen verkosto olisikin hyvä, se ei välttämättä anna perheen tarvitsemaa tukea. Vertaisryhmäksi sanotaan ryhmiä, joissa mahdollistuu samanlaisessa elämäntilanteessa olevien vertais-tuen antaminen ja saaminen (Euramaa 2001, 14.) Omien kokemusten jakaaminen toisten kanssa voi auttaa ratkaisemaan tai lievittämään omaa ongelmaa ja elämäntilannetta (Nylund 1996, Euramaan 2001, 14 mukaan).

Ryhmässä saadut myönteiset kokemukset edistävät lasten itsetunnon ja itse-tuntemuksen kehittämistä, sosiaalisten vertailujen tekemistä sekä sosiaalisen todellisuuden ymmärtämistä. Vertaisten hyväksyntä, tuki ja keskinäinen apu vahvistavat lapsen turvallisuuden ja pätevyyden tunteita. Ne myös tekevät helpommaksi uusiin tilanteisiin sopeutumista. Vertaisryhmällä on merkitystä lasten hyvinvoinnille. Vertaisryhmän hyväksynnällä tai torjunnalla on sekä välittömiä että kauaskantoisia vaikutuksia lapsen hyvinvoinnille. Vertaisryhmän hyväksyntä ennustaa lapsen tulevaa mielenterveyttä, kun taas torjutuksi tuleminen voi aiheuttaa monenlaisia ongelmia. Torjutuksi tuleminen voi aiheuttaa nimittäin inhimillistä kärsimystä ja yksinäisyyden kokemuksia sekä tekee haasteelliseksi sosiaalisten taitojen, kommunikoinnin ja yhteistyötaitojen oppimisen. (Muhonen ym. 2009, 27–28.) Näin yksilölle voi alkaa muodostua kielteinen käsitys itsestään ja muista (Vertaissuhteet).

Vertaiset ovat henkilöitä, jotka ovat lapsen kanssa suunnilleen samalla tasolla kehityksessä. Vertaissuhteet ovat erittäin merkityksellisiä lapsen psyykkiselle, sosiaaliselle ja fyysiselle hyvinvoinnille. Vertaissuhteissa harjoitellaan vuorovaikutustaitoja ja saadaan palautetta omasta toiminnasta. Vertaissuhteissaan lapsi rakentaa käsitystään itsestään suhteessa toisiin, muokkaa persoonallisuuttaan, kehittää tiedollista osaamistaan oppimalla yhdessä sekä omaksuu asenteita, arvoja ja normeja. (Vertaissuhteet.)

Ihminen hakeutuu mielellään sellaisten ihmisten seuraan, joilla on samankaltainen arvo- ja ajattelumaailma. Koulussa jokaisella lapsella on vuorovaikutus-

suhde kuhunkin samalla luokalla olevaan. Koululaisille muodostuu monenlaisia vertaissuhteita, eivätkä kaikki suhteet tue tai palkitse lasta. Ystävyyssuhteet ovat vastavuoroisia sekä myönteisiä, läheisiä ja tasavertaisia suhteita. Suhteiden laadulla on merkitystä kiusaamisen ehkäisemisessä. Kun ystävyyssuhteeseen ei liity kielteistä vuorovaikutusta kuten torjuntaa, pilkkausta tai dominoivaa käyttäytymistä, ystävyys on tasapainoinen ja edistää lapsen myönteistä kehitystä. Jo yksikin hyvä ystävyyssuhde voi suojata lasta kiusaamiselta. (Vertaissuhteet.)

Ryhmässä toimiminen antaa mahdollisuuden uusille kokemuksille, jotka vahvistavat itsetuntemusta. Ryhmän ohjaajien ja ryhmän jäsenten antamat palautteet voivat vaikuttaa sosiaalisen minän muutokseen. Itseen määrittäessä on otettava huomioon sosiaaliset suhteet. Ryhmätoiminnassa, jossa myös vanhemmat ovat mukana, uudenlaiset yhteiset kokemukset voivat parantaa vanhempien ja lasten välistä vuorovaikutusta. Niin lapset kuin vanhemmat saattavat oivaltaa toisistaan ominaisuuksia, joita ei perheympäristössä huomata. Näin ollen sosiaalinen minä on yhteydessä sosiaalisiin suhteisiin, ja sosiaalisen ympäristön muutokset mahdollistavat minäkuvan muutoksen. Eri harrastuksiin yhdessä tutustuminen vahvistaa sosiaalisia taitoja. (Muhonen ym. 2009, 13–15.) Koko perheen toimintapäivien tarkoitus onkin vahvistaa sijaisperheen sisäisiä suhteita ja tarjota vaihtelua arkeen (Sijaisperheille). Tarkoituksena on myös, että sijaisperheet tutustuvat toisiinsa yhteisen toiminnan avulla ja saavat vertaistukea toisiltaan (Sijaisperheille; Muhonen ym. 2009, 15). Yhteisen toiminnan avulla pyritään parantamaan vuorovaikutustaitoja (Muhonen ym. 2009, 15). Vuorovaikutustaitojen ja sosiaalisten taitojen kehittäminen ovat merkittäviä itsetunnon, minäkuvan ja elämänhallinnan vahvistumiselle. Onnistumisen kokemukset, ryhmätyötaitojen harjaantuminen ja vertaistyhmissä toimiminen ovat tärkeitä. (Muhonen ym. 2009, 26.)

### 5.3 Liikuntaharrastukset merkittäviä kehitykselle

Sensomotorinen toiminta muodostaa perustan myöhemmin kehittyville kognitiivisille toiminnoille. Myöhemmin mielensisäisinä ajatuksina tulevat ilmiöt ovat alun perin konkreettisia ja ulkoisessa toiminnassa tapahtuneita. Lapsen toiminnan ja liikkumisen merkitys kognitiiviselle ja sosiaaliselle kehitykselle on merkittävä. Esimerkiksi spatiaaliset (visuaaliset ja tilan hahmottamiseen liitty-

vät) taidot kehittyvät silloin kun lapsi alkaa liikkua itse ryömien ja konttaamalla. Motorisella kehityksellä on myös yhteys kielen ja vuorovaikutuksen kehittymiseen. Kun lapsi lähtee liikkumaan, lisääntyvät hänen esikielellisen vaiheen eleensä, joita hän käyttää ennen puhumaan oppimista. Aivojen kuvantamistutkimukset ovat osoittaneet, että motoriseen ja kognitiiviseen säätelyyn liittyvät aivorakenteet ovat voimakkaasti yhteydessä erilaisten kognitiivisten tehtävien suorittamisessa. Näin voitaisiin olettaa, että motorisella harjoittelulla voitaisiin tukea myös kognitiivisten toimintojen rakentumista. Liikunnan avulla lapsi oppii monenlaisia taitoja, esimerkiksi matemaattisen, kielellisen ja tiedeopiskelun perusteita, kuten suuntia, etäisyyksiä, käsitteitä, rajoja, sijaintia, kokoja, värejä ja muotoja. Myös sosiaalisia taitoja opitaan liikkumalla. Tällaisia taitoja ovat esimerkiksi ongelmanratkaisukyky, tiimityöskentely ja yhteisen tavoitteen hyväksi työskentely. (Ahonen, Viholainen, Cantell & Rintala 2005, 22–25.)

Se, että lapsi tai nuori tuntee itsensä psyykkisesti ja fyysisesti turvatuksi sekä viihtyy, on perustana kaikelle kehitykselle (Telama & Laakso 2008, 286). Liikunnalla voidaan tukea esimerkiksi oppimisvaikeuksista kärsivää lasta. Liikuntaa järjestettäessä on muistettava, että kasvattaja luo turvallisen ja kannustavan ympäristön lapselle. Lapsen kanssa on toimittava henkilökohtaisesti ja häntä on kunnioitettava. Lasta ei myöskään saa nolata muiden edessä, jotta onnistumisen kokemukset mahdollistuvat. (Craft 2000, Rintalan, Ahosen, Cantellin & Nissisen 2005, 218–219 mukaan.)

Liikunnan ja motoriikan kehittyminen on välttämätöntä koko persoonallisuuden kehittymiselle. Psykomotorisen liikunnan tavoitteet eivät ole vain fysiomotorosia, vaan psyykkisen, sosiaalisen ja kognitiivisen alueen tavoitteet ovat yhtä suuressa arvossa. Psykomotoriikka on psyykkisen ja motorisen kehityksen yhteenkuuluvuutta. Liikunta on tavoitteellinen kehityksen ja toiminnan, sekä terveyden edistämisen ja tukemisen väline. Monet ammattiryhmät kasvatuksen ja terapian alueella voisivat hyödyntää liikunnan tarjoamia mahdollisuuksia työssään. (Koljonen 2005, 73.)

Psykomotoriikassa motoriikka ja psyyke ovat yhteydessä toisiinsa ja jatkuvassa vuorovaikutuksessa. Lapsen kyky ilmaista itseään ja tunteitaan sanallisesti voi olla estynyt, joten hänen on helpompi ilmaista itseään leikin ja liikunnan avulla. Onnistumisen kokemuksia tuottava liikunta vahvistaa lapsen minäku-

vaa ja itsearvostusta. Liikkumiseen liittyvät ongelmat rajoittavat lapsen mahdollisuutta osallistua leikkeihin ja peleihin ikätovereidensa kanssa. Häntä ei ehkä huolitakaan, tai hän jättäytyy itse peläten epäonnistumisista. Tämä voi puolestaan heijastua kielteisesti minäkuvaan, itsetuntoon ja sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Psykomotorisessa harjoittelussa tarvitaan kokonaisvaltaista tukea. Vaikka kasvattaja tiedostaisi heikkoudet ja ongelmat, ei niitä aseteta keskipisteeksi tai tuoda näkyvästi esiin. Psykomotorinen harjaannuttaminen edistää ja kannustaa lasta itsenäiseen toimintaan ja omaan toimintakykyyn. Ensisijaisena tavoitteena on siis edistää ja tukea persoonallisuuden kehittymistä liikunnallisten elämysten avulla. (Koljonen 2005, 73–77.)

Psykomotorisen harjoittelun kolme keskeistä osa-aluetta ovat kekokokemus, materiaalikokemus ja sosiaalinen kokemus (Irmischer 1993 Koljosen 2005, 82 mukaan). Kehokokemus ja minä-kokemus liittyvät oman kehon tuntemiseen. Keho on tärkeä tunteiden, tarpeiden ja elämysten ilmaisukeino. Materiaalikokemus liittyy ympäristön havaitsemiseen, sopeutumiseen ja kokeelliseen oppimiseen liikkeen avulla. Erilaiset materiaalit aktivoivat havainnointijärjestelmää tuottaen aistikokemuksia. Sosiaalinen kokemus liittyy kommunikointiin, vuorovaikutukseen, yhteisten sääntöjen oppimiseen ja noudattamiseen sekä leikkimiseen ja pelaamiseen. Yhteinen toiminta leikkien ja harjoitusten avulla vahvistavat sosiaalista käyttäytymistä. Psykomotorisessa harjoittelussa lapsi nähdään itsenäisenä, aktiivisena ja omaa toimintaansa säätelevänä yksilönä. (Koljonen 2005, 82–83.)

### 5.3.1 Liikuntaharrastusten tuomat haasteet ja mahdollisuudet

Liikuntaa ja joukkueurheilua pidetään yleisesti asioina, jotka edistävät lapsen sosiaalista kehitystä ja kehittävät moraalista ajattelua. Vanhemmat pitävät usein urheilua hyvänä harrastuksena ja kokevat sen olevan suotuisa kasvuympäristö lapselle. Tutkimukset, jotka käsittelevät urheilijoiden moraalista päätöksentekoa, ovat käsittäneet useimmissa tapauksissa ainoastaan kilpaurheilun. Tämän vuoksi tuloksia ei voi heijastaa esimerkiksi koululiikuntaan tai vapaampaan harrastamiseen. Urheiluharrastuksessa juuri kilpaurheilu asettaa esteen moraaliselle toiminnalle. Kilpailu vaikuttaa suuresti käyttäytymiseen. Kilpaileminen on sosiaalisen yhteistyön vastakohta, sillä kilpaurheilussa yksilön tai joukkueen tulee toimia itsekkäästi voittoa tavoitellessaan ja esimerkiksi vastustajan auttaminen ei ole tarkoituksenmukaista. Tämän takia kilpailemi-

nen ei kulje käsi kädessä sosiaalisuuden tai empatiakyvyn kanssa. (Telama & Laakso 2008, 275, 280–281.)

Habermasin (1990) mukaan kilpailun merkityksen korostuessa toiminnasta tulee enemmän strategista. Strateginen pelaaminen on hyvin erilaista kuin reilu pelaaminen. Reilussa pelissä sääntöjen lisäksi on normeja joita noudatetaan. Strategisessa pelaamisessa pyritään vain noudattamaan sääntöjä ja saamaan mahdollisimman hyvä tulos. Säännöistä käy siis ilmi, mikä pelissä on kiellettyä kun taas reilun pelin hengestä käy ilmi, mitä tulisi tehdä. Myös päätösvastuun siirtäminen tuomareille vähentää pelaajien moraalista vastuuta. Jos lapset pelaavat keskenään, keskustelevat he ristiriitatilanteessa yhdessä kuinka tulisi toimia. Jos taas oikeassa pelissä vastustaja on kaatunut ja loukkaantunut, voivat pelaajat silti jatkaa pelaamista ja yrittää maalintekoa. Tällöin tilanteessa voidaan perustella, että tuomarin tehtävä on pysäyttää peli tarvittaessa. (Habermas 1990, Telaman ja Laakson 2008, 293–283 mukaan.)

Shieldsin ja Bredemeierin tutkimukset kertovat, että ristiriitatilanteissa urheilijat arvioivat tilanteen alemman moraalisen kehityksen tason mukaisesti kuin ei-urheilijat. Urheilijoiden reilun pelin hengen katoamiseen on pohdittu liittyvän se, että urheilusta on tullut enemmän kaupallista. Näin huippu-pelaajien yksilösuorituksia ihannoidaan. Usein oletetaan että joukkuepelit vaikuttavat positiivisesti sosiaalisten taitojen kehitykseen, mutta tutkimukset eivät ole osoittaneet tätä todeksi. (Shields & Bredemeier 1995, Ruoppilan 2008, 167 mukaan.) Lasten ja nuorten urheilussa on ongelmallista se, että reilun pelin säännöt ovat hyvin erilaisia ammatillisella tasolla, joka heijastuu lasten ja nuorten pelityyliin. Näin ollen pelityyli omaksutaan ammatillisesta urheilusta, vaikkei se olisi tarpeen lasten ja nuorten peleissä. Myös reilun pelin käsite on muuttunut vuosien varrella lapsilla ja nuorilla. Toisen huomioon ottamista ja auttamista ei enää pidetä yhtä tärkeänä. Tänä päivänä on viitteitä siitä, ettei rehellisyys enää ole tärkeä osa peliä. (Telama & Laakso 2008, 285.)

Vaikka kilpaurheilu ei välttämättä ole sosiaaliselle tai moraalille kehitykselle suotuisa, liittyä urheiluun muutoin tärkeitä asioita. Tutkimusten mukaan tietyllä tavalla järjestetty urheilu oikeita asioita korostaen voi olla tärkeä ympäristö sosiaalisen ja moraalisen kehityksen kannalta. Tällöin korostettavia asioita ovat muun muassa, että harrastusympäristössä on mahdollisuus kiinteisiin ja aitoihin vuorovaikutussuhteisiin sekä yhteistyöhön. (Telama & Laakso 2008, 285–

286.) Kahilan (1993) mukaan väite, että joukkuepelit ovat sosiaalisesti kehittäviä, ei ole saanut tutkimuksista tukea. Tutkimukset osoittavat sen sijaan selkeästi että mikäli liikunnanopetuksesta oppilaat saavat toimia pareittain keskenään, edistää se lasten auttamiskäyttäytymistä ja sosiaalisia suhteita. Tämä kuitenkin edellyttää sitä että parit vaihtuvat, niin että lapset joutuvat olemaan tekemisissä monien erilaisten lasten kanssa. (Kahila 1993, Telaman & Laakson 2008, 286 mukaan.)

Shieldsin & Bredemeierin (1995) mukaan lasten liikuntakasvatuksessa on vertailtu millä tavalla erilaiset ohjausmenetelmät vaikuttavat lapsen moraalisen ajattelun kehittymiseen. Esimerkiksi yhdelle ryhmälle on korostettu ohjauksessa oikean ja väärän eroja, toista ohjattu vahvistamalla tiettyjä moraalisia ratkaisuja ja kolmatta kannustettu ratkaisemaan ristiriitatilanteita keskustelemalla. Tulokset osoittivat, että kehitystä tapahtui eniten ryhmissä, joissa ristiriitoja ratkaistiin keskustelemalla. (Shields & Bredemeier 1995, Telaman & Laakson 2008, 286–287 mukaan.) *Sosiaalisuuden ja moraalisen ajattelun oppimisessa pätee liikunnan yhteydessä sama kuin muissakin tilanteissa: tärkeämpää kuin se, mitä tehdään on se, miten tehdään* (Telama & Laakso 2008, 287). Liikunta aktivoi myös aivojen toimintaa. Säännöllinen liikkuminen lisää uusien hermosolujen määrää hippokampusessa, oppimisen ja muistin keskuksessa. Liikunnan avulla myös aivosolujen ja rakenteiden väliset yhteydet lisääntyvät ja tihentävät hermoverkkoja, jotka puolestaan kehittävät tarkkaavaisuutta, keskittymistä sekä muistin käyttöä. Säännöllisen liikunnan harrastamisen voidaan siis todeta vaikuttavan lapsen oppimiseen. Liikunnasta on myös hyötyä sosiaalisuuden kehitykselle, sen avulla opitaan yhteisöllistä työskentelyä, vastuunottokykyä, aloitteellisuutta, aktiivisuutta sekä kykyä itsearviointiin. (Kantomaa, Syväoja & Tammelin 2013, 12.)

#### 5.4 Taideharrastusten vaikutus kehitykseen

Lasten kanssa kuvataidetta voidaan tehdä leikin kautta, esimerkiksi muodoilla tai väreillä leikkimällä. Kuvataiteessa lapsi joutuu käyttämään mielikuvitustaan. Varhaiskasvatuksen kentällä kuvataidekasvatus jaetaan neljään osaan: kuvataiteelliseen ilmaisuun, kuvataiteelliseen kokemiseen, ympäristön esteettiseen ja kulttuuriseen kokemiseen sekä median tarkasteluun. Kuvataiteellisessa ilmaisussa lapsi antaa muodon kokemuksilleen, tunteilleen ja ajatuksilleen. Kun lapsen täytyy kertoa näistä kuvallisesti, on se myös kommunikaation harjoitte-

lemista. Kuvataiteellisessa kokemisessa taas lapsi kertoo jonkun taiteilijan työstä, näin lapsi opettelee kertomaan omia mielipiteitään. (Rusanen 2009, 49–50.)

Kuvataideterapialla tarkoitetaan psykoterapian ja kuvallisen ilmaisun yhdistämistä, jonka tavoitteena on tukea asiakasta kokonaisvaltaisesti. Prosessin aikana lapsi ilmaisee sisäistä maailmaansa kuvien avulla, jolloin kuva toimii siltena ulkoisen ja sisäisen minän välillä. Kuvan kautta voidaan työstää ahdistavia ja traumaattisia asioita symbolisessa muodossa turvallisen välimatkan päästä. Maalaamisessa tavoitteena on eheyttää ihmisessä jotakin ilman teknistä osaamista, eikä siinä välttämättä tarvitse osata maalata. (Heiskanen & Hiisijärvi). Taiteen terapeuttisuus perustuu taiteen antamaan mahdollisuuteen ilmaista tunteita. Lapsi voi esimerkiksi runon tai tanssin avulla ilmaista iloa, onnea, surua tai pelkoa. Muiden tehtävänä on vastaanottaa lapsen ilmaus hyväksyvästi, jolloin lapsi saa vahvistusta sille, että tunteet mahtuvat maailmaan. (Pusa 2009, 73.) Taide voi auttaa pohtimaan tunteita ja kokemuksia, jotka ovat usein hankalia palauttaa mieleen ja muotoilla sanoiksi (Pölkki 2008, 175). Kuvataiteen harrastaminen sopii varsinkin sellaisille lapsille, joille ns. keskustelu piirtämällä on luonnollinen tapa ilmaista itseään. Riitta Salmun mukaan kuvataideterapiaan perehtynyt lääkäri Michael Evans on todennut, että terapeuttinen maalaaminen on turvallinen keino toteuttaa vuoropuhelua itsensä kanssa. Evansin mukaan maalaamisen avulla voi itse muuttua ja nähdä itsensä ja omat ongelmansa uudella tavalla. (Tervonen-Arnkil 2007, 65.) Taide voi olla eräänlainen luova leikki, jonka avulla lapsi voi työstää itselleen tärkeitä asioita. (Ahonen 1994, 95).

Taidelähtöisillä menetelmillä voidaan lisätä tasa-arvoa sekä ehkäistä osattomuutta ja syrjäytymistä. Menetelmien kautta taiteesta voi muodostua lapselle harrastus. Myös valokuvauksen avulla voidaan tukea identiteetin, elämäntarinan ja perhesuhteiden pohtimista. Omasta valokuvastaan voi nähdä erilaisia puolia omasta persoonasta, ulkoisesta olemuksesta ja kasvamisesta. Valokuvien avulla voi näyttää toisille myös uudenlaisen puolen itsestään. Lapsuuteen lastensuojelussa liittyy hylkäämisen kokemuksia ja näkymättömäksi jäämistä sekä lastenkotilapsen leiman ja ennakkoluulojen kantamista. Esimerkiksi valokuvausprojektissa *Maailman ihanin tyttö* otettujen valokuvien satumaisuus rinnastuu elämäntarinaan, jossa satua ei ollut. Kuviin liittyy surua, mutta myös

toivoa ja halua katsoa itseään ja toista ihmistä lempeämmin. (Pölkki 2008, 176.)

Perhehoitoliitto on kehittänyt Raha-automaattiyhdistyksen tuella sijoitetuille lapsille ja heidän perheyhteisölleen Keinu-toimintamallin, jossa sijoitettu lapsi ja hänen perheensä pääsevät rakentamaan myönteistä vuorovaikutusta taide menetelmien avulla. Taide antaa suojan, jonka avulla vaikeita asioita voidaan lähestyä lempeästi. Sijoitetut lapset joutuvat usein määrittelemään perheensä uudelleen, sillä heillä on huostaanoton jälkeen elämässään kahdet vanhemmat. Tilanne on haastava niin lapsille, kuin muillekin osapuolille ja siihen liittyy kipeitä tunteita. Keinu-mallissa lapsi, vanhemmat ja sijaisvanhemmat viettävät ohjatusti aikaa yhdessä heti sijoituksen alussa, tutustuvat toisiin ja käyvät läpi elämäntilanteeseen liittyviä tunteita. Taiteen ja yhteisen tekemisen avulla pyritään luomaan luottamuksen ilmapiiriä. (Perheeseen sijoitettu lapsi tarvitsee tukea tunteiden käsittelyyn 2014.)

#### 5.4.1 Musiikkiharrastukset hyödyksi kehitykselle

Jo sikiö kuulee kohtuun ääniä 20. - 24. raskausviikosta lähtien, muun muassa äidin kehon ääniä sekä ääniä ympäristöstä. Tutkijoiden mukaan musiikki tavoittaa ne alueet aivoista, joissa perustunteet organisoituvat. Musiikin voidaan väittää olevan tunteiden kieli. Aivot työstävät tunnekokemuksia suurimmaksi osaksi oikeassa aivopuoliskossa, kun taas tiedollisia asioita vasemmassa aivopuoliskossa. Musiikin harrastaminen sisältää tunnekokemuksia sekä tiedollisten asioiden oppimista. Tämä johtaa siihen, että musiikin harrastaminen pakottaa käyttämään aivoja monipuolisesti, minkä takia musiikkia voi väittää erittäin hyödylliseksi harrastukseksi kehitykselle. (Sinkkonen 2008, 259–261.)

Musiikkikasvatuksessa lapsella on mahdollisuus musiikillisiin elämyksiin ja onnistumisen sekä oppimisen kokemuksiin. Musiikkikasvatuksella tuetaan kodin kasvatustehtävää ja tasoitetaan yksilöllisesti erilaisista taustoista johtuvia kokemuseroja. Musiikki on lapselle leikin ja fantasian tila, josta saa ravintoa erilaisille tunnekokemuksille ja ajatteluprosesseille. Musiikillinen oppimisympäristö rohkaisee ja kehittää lasta itseilmaisuuksiin laulamisen, soittamisen, liikkumisen, tanssimisen, maalaamisen ja dramatisoinnin kautta. Varhaiskasvatuksessa tapahtuva musiikkikasvatus tukee lapsen kokonaiskehitystä ja oppimisedellytyksiä. Laulaminen ja puhuminen kehittyvät yhtä aikaa, ja lapsilta luontuvat itsestään spontaanit laulut. Vapaassa leikissä tai yksin puuhailles-



saan lapsi saattaa laulella ajatuksiaan tai päivän tapahtumia. Musiikki on luonnollinen ja elämyksellinen tie maailmankuvan avartamiseen ja eri kulttuurisiin tutustumiseen. (Ruokonen 2009, 22–23.)

Hans Günther Bastian ja hänen työryhmänsä tekivät 1990-luvulla Berliinissä laajan tutkimuksen musiikin harrastamisen vaikutuksesta lasten henkiseen kehitykseen. Bastian on saksalainen musiikkitieteilijä. Bastianin tutkimus perustui ajatukseen, että kaikki lapset ovat musikaalisia, taustasta riippumatta. Bastian halusi yrittää aktivoida musikaalisuutta, ja selvittää kuinka se vaikuttaa lasten henkiseen kehitykseen. Musiikkipainotteinen opetusohjelma otettiin käyttöön viiteen berliiniläiseen peruskouluun. Opetusohjelma alkoi lasten ollessa 6–7-vuotiaita, ensimmäisellä luokalla olevia. Opetusohjelman mukaan musiikkitunteja oli kahdesti viikossa. Tunneilla joko opiskeltiin eri instrumentteja tai soitettiin yhdessä. Bastianin tutkimuksen vertailuryhmänä oli kaksi Berliiniläistä tietopuolisiin aineisiin painottunutta peruskoulua. Vertailuryhmän perusopetukseen kuuluu myös musiikintunnit, mutta niissä ei ole pakollista soittoa. (Bastian 2000, Ahon mukaan.)

Bastianin laaja tutkimus kesti yli kahdeksan vuotta, tutkimuksen toteuttamiseen kului kuusi vuotta, 1992–1998. Tulokset puhuvat soittoharrastusten positiivisten vaikutusten puolesta. Varsinkin lasten sosiaalinen kyvykkyys oli kehittynyt huomattavasti vertaisryhmään verrattaessa. Lasten torjuva asenne muita luokkatovereita kohtaan väheni musiikkipainotteisissa luokissa jatkuvasti koko tutkimusjakson aikana, kun taas perinteisissä luokissa torjuva asenne pysyi muuttumattomana. Esimerkiksi neljännen luokan jälkeen 62 % musiikkiluokan lapsista ei ollut enää luokkatoveria josta eivät pitäneet, kun vertailuryhmässä vain 34 % hyväksyi kaikki luokkatoverinsa. (Bastian 2000, Ahon mukaan.)

Tutkimuksen mukaan yhdessä soitto kehittää suuresti lasten sosiaalisia taitoja. Näillä lapsilla oli esimerkiksi kypsempi sosiaalinen arvostelukyky, he kykenivät paremmin selviytymään ristiriitatilanteista ja he tulivat suvaitsevaisemmiksi. Musiikinopetus vähensi myös koululaisten aggressioita ja niiden hallitsemattomia purkauksia. Musisoivien lasten henkinen kypsyminen tapahtuu tutkimuksen mukaan nopeammin kuin sellaisilla lapsilla jotka eivät harrasta musiikkia. Lapset jotka koulunkäynnin, ja tutkimuksen, alkaessa olivat torjuttuja ja syrjäytyneitä, hyötyivät selvimmin enemmästä musiikinopetuksesta. Musiikkiluokilla oli myös parempi koulumenestys, erityisesti matematiikassa,

geometriassa, äidinkielessä ja vieraassa kielessä. (Bastian 2000, Ahon mukaan.)

Vaikka musiikkiryhmän ja vertailuryhmän lähtökohdat olivat melko samanlaiset, oli kuuden vuoden jälkeen ryhmien henkisessä kehityksessä selviä eroja. Musiikkiryhmällä oli tutkimuksen päätyttyä esimerkiksi paremmat sosiaaliset kyvyt, enemmän oppimismotivaatiota, parempi keskittymiskyky, enemmän luovuutta, kehittyneempi emotionaalinen herkkyys ja vastaanottokyky sekä vähemmän ahdistus- ja pelkotiiloja. (Bastian 2000, Ahon mukaan.)

#### 5.4.2 Luovat harrastukset auttavat tunteiden ilmaisussa ja vuorovaikutuksessa

Luovassa liikunnassa olennaista on, ettei aikuinen näytä mallia lapselle. Tässä pedagogiikassa opettajan ja oppijan roolit sekoittuvat, ja liikuntaa luodaan ja toteutetaan yhdessä. Näin lapsi pääsee osallistumaan luovasti toimintaan ja tuomaan omaa kulttuuriaan esille. Lapsi nähdään aktiivisena ja taitavana, eikä hän ole ainoastaan pedagogisen tai sosiaalistavan toiminnan kohde. Luomalla omaa kulttuuriaan lapsi tekee oman kokemusmaailmansa näkyväksi toisilleen ja aikuisille. Lasten kuunteleminen ja arvostaminen antaa lapsille mahdollisuuden kasvaa osallisuuteen ja aktiivisuuteen myös muilla elämän osa-alueilla. Luova liikunta ja tanssi on kuin sadutusta liikkeen kautta, ilman sanoja. Kehonkieli on tärkeä kanava lapsen ja aikuisen välisessä vuorovaikutuksessa ja lapsi ilmaisee kehollaan tunteita ja kokemuksiaan. Kehollisen ilmaisun ymmärtäminen on keskeinen taito kasvattajille. (Anttila 2009, 18.)

Draamaan varhaiskasvatusikäisten harrastuksena kuuluvat kaikki draaman ja teatterin muodot. Draamassa toiminta on leikinomaista ja lähtee lapsen kehitystasosta. Se edistää lapsen kielellistä kehitystä sekä valmiuksia uusien asioiden oppimiseen. Lapsen tarve oppia otetaan huomioon mielikuvituksen ja leikin kautta. Kulkiessaan todellisen ja fiktiivisen maailman välillä roolissa ja omana itsenään lapsi voi kokea uutta ja luoda uusia merkityksiä. Erilaisissa rooleissa toimiminen luo edellytyksiä uusien näkökulmien ja mahdollisuuksien löytämiseen ja tutkimiseen. Lapsi voi tarkastella suhdettaan toisiin ja ympäröivään maailmaan. Välineinään lapsella on hänen oma kehittyvä ajattelunsa, kehollisuutensa ja puheensa. Draaman työtavoilla toimiminen edellyttää toisten huomioimista. Toiminnassa korostuu ja kehittyy aikuisten ja lasten yhteistyö, ryhmälähtöisyys, elämykset ja keskeneräisten tilanteiden sietäminen. Keskeistä on dialogisuus. Draaman avulla voidaan käsitellä myös vaikeita ja

uusia asioita kuten erilaisuutta, kiusaamista ja monikulttuurisuutta. Lasten omia tarinoita voidaan saduttaa. Tämän harrastusmuodon pyrkimyksenä on tukea pienen lapsen itseluottamusta, myönteistä minäkäsitystä ja mielikuvituksen kehittymistä. Leikin ja draaman avulla opitaan asioita omasta itsestä ja ryhmän jäsenistä. Myös tunteiden ilmaisun oppiminen on keskeistä. (Toivanen 2009, 32.)

Myös käsityö voi olla harrastus ja sen tavoitteina on muun muassa ilon tuottaminen, käsien taitojen kehittäminen, oivaltaminen ja ajattelun herättäminen sekä omien taitojen tutkiskelu. On keskeistä, että lapselle muodostuu ”minä osaan”-kokemuksia, jotka ovat merkittäviä onnistumisen kannalta. Tavoitteina ovat myös onnistumisen kokemusten tuottaminen, aistitoimintojen kehittyminen sekä luovuuden ja hahmottamisen kehittyminen. Käden taitoihin tarvitaan myös sekä psykomotoristen taitojen että sosioemotionaalisen osa-alueen (kuten itsetunto ja minäkuva) kehittämistä. (Karppinen 2009, 57–58).

## 6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

### 6.1 Opinnäytetyön tehtävä

Ammatillisten Perhekotien Liitolta tuli pyyntö Kymenlaakson ammattikorkeakoululle opinnäytetyön teosta. Tilaaja tuntui meille sopivalta, koska lastensuojelu ja lasten hyvinvointi kiinnostavat meitä ammatillisesti. Saimme muutaman aihevaihtoehdon, joista valitsimme harrastuksiin liittyvän aiheen. Se vaikutti mielenkiintoiselta, koska koemme harrastamisen olevan iso osa omaa hyvinvointiamme ja halusimme tutkia, voidaanko sillä tukea sijoitettujen lasten henkistä ja sosiaalista kehitystä. Harrastuksiin liittyvä aihe toi myös mahdollisuuden liittää toiminnallisuuden opinnäytetyöhön.

Tutkimuskysymyksenämme oli: ”Miten harrastuksilla voidaan tukea ammatillisissa perhekodeissa olevien alle 10-vuotiaiden sijoitettujen lasten psyykkistä ja sosiaalista kehitystä?”. Keskityimme opinnäytetyössämme alle 10-vuotiaisiin sijoitettuihin lapsiin, koska suoritamme opinnoissamme lastentarhanopettajan kelpoisuuden. Halusimme selvittää sijaisvanhempien näkemyksiä harrastusten vaikutuksesta lasten psyykkiseen ja sosiaaliseen kehitykseen kyselyn avulla. Henkinen terveys on oleellisempaa sosiaalialan kannalta kuin fyysinen, mutta fyysinen terveys on osana kokonaisvaltaista kehitystä, joten sitä ei kuitenkaan voinut kokonaan jättää huomioimatta. Lisäksi sijoitetuilla

lapsilla esiintyy usein vaikeuksia juuri psyykkisen ja sosiaalisen kehityksen osa-alueilla.

Käytimme aineistonkeruumenetelminä kyselyä ja toimintapäivien havainnointia. Toimintapäivillä otimme tutkittavat mukaan tutkimukseen, mikä on olennaista toimintatutkimukselle. Toimintapäiviemme aikana kokeilimme kahta eri harrastusta, keilailua ja geokätköilyä, yhdessä kohderyhmämme kanssa. (Kuula.) Aluksi tarkoituksena oli tehdä toiminnallinen opinnäytetyö, mutta huomasimme jo suunnitteluvaiheessa, ettemme saa vastausta kysymykseemme pelkkien toimintapäivien avulla. Tämän vuoksi päätimme teettää lisäksi kyselyn APKL:n perhekotien vanhemmille. Näin opinnäytetyöstämme muodostui soveltava toimintatutkimus. Pohdimme kyselystä ja havainnoinnista saatua tietoa keräämämme teorian pohjalta. Halusimme liittää opinnäytetyöhömmme kaksi toimintapäivää, koska näin pääsimme tutustumaan kohderyhmäämme kasvokkain. Lisäksi toiminnallinen työskentely tuntui luontevalta meille. Toimintapäivien tarkoituksena oli esitellä perheille uusia harrastusvaihtoehtoja sekä tarjota mukavaa yhdessäoloa. Tarkoituksena oli myös virittää toimintapäiviin osallistuvat sijaisvanhemmat vastaamaan kyselyymme. Ollisimme järjestäneet toimintapäivät liittoon kuuluville Kymenlaakson alueen perhekodeille, mutta niissä ei ollut tarpeeksi alle 10-vuotiaita sijoitettuja lapsia. Päädyimme pitämään toimintapäivämme pääasiassa Päijät-Hämeen perhekodeille Lahdessa.

## 6.2 Aineistonkeruumenetelmät

### 6.2.1 Kysely

Ennen suunnittelua päätimme teoreettisen viitekehyksen ja keskeiset käsitteet opinnäytetyölle. Viitekehyksenämme on harrastusten voimaannuttava vaikutus sijoitettujen lasten kehitykseen, joten suunnittelimme kysymykset sen pohjalta. Ennen kyselyn (liite 1) suunnittelua tutustuimme aihealueen teoriaan sekä muihin tutkimuksiin. Muokkasimme kysymyksiä vastaamaan tarkemmin tutkimuskysymykseemme. (Ks. Vilka 2007, 81.)

Järjestelimme kysymykset niin, että alkuun tulivat selkeät ja helposti vastattavat kysymykset. Jos olisimme laittaneet heti alkuun vaativimmat kysymykset, olisi vastaajien mielenkiinto voinut loppua. Laitoimme kysymykset loogiseen järjestykseen aihealueittain, jotta kysely olisi mahdollisimman selkeä vastaajil-

le. Valitsimme avoimia kysymyksiä lomakkeeseen, koska koimme saavamme luotettavampia vastauksia laadullisella tutkimuksella. Mikäli olisimme tehneet valmiit vastausvaihtoehdot, emme olisi saaneet yhtä kattavaa kuvaa aiheesta. Nyt vastaajat saivat vastata oman näkökulmansa mukaan kysymyksiin. Yleensä kyselyihin ei suositella käytettävän pelkkiä avoimia kysymyksiä. Tähän voidaan tehdä poikkeus, jos tiedetään kyselyn osallistujien vastaavan aktiivisesti. Koska tapasimme suurimman osan vastaajista ennen kyselyn lähettämistä, koimme sen olevan riittävän hyvä perustelu heidän aktiiviseen vastaamiseensa. Annoimme vastaajille etukäteen kyselyyn vastaamiseen näkökulman tarkastella alle 10-vuotiaiden sijoitettujen lasten psyykkistä ja sosiaalista kehitystä. Tämän kerroimme saatekirjeessä (liite 2), jonka lähetimme sähköpostitse kyselyiden ohella. (Ks. Kyselylomakkeen laatiminen 2010.)

#### 6.2.1.1 Taustakysymykset

Kysymyksillä 1–6 keräsimme taustatietoja kohderyhmästämmme. Ensimmäinen kysymys oli: *Minkä ikäisiä ja mitä sukupuolta perheenne sijoitetut lapset ovat?* Tämä on taustamuuttuja, jolla selvitimme vastanneiden perheiden sijaislasten iän ja sukupuolen. Taustamuuttujan avulla saimme varmuuden, että vastaukset käsittelivät sekä tyttöjä että poikia. Harrastukset saattavat olla erilaisia sukupuolesta ja iästä riippuen. Taustamuuttujat vaikuttavat tulosten analysointiin, ja niiden avulla voidaan tulkita vastauksia. (Ks. Vilkka 2007, 82.)

Toisen kysymyksen *Mitä perhekotinne alle 10-vuotiaat sijoitetut lapset harrastavat?* avulla saimme tietää, millaisten harrastusten pohjalta vanhemmat vastasivat kyselyyn. Tämä kysymys oli oleellinen, sillä esimerkiksi liikuntaharrastukset voivat tukea kehitystä eri tavalla kuin taideharrastukset. Kolmas kysymys oli: *Onko näillä lapsilla ollut aiemmin muita harrastuksia? Jos, niin mitä?* Oli hyvä tietää myös lasten aiemmista harrastuksista, sillä niilläkin on vaikutusta kehitykseen. Mietimme, että vanhemmat voivat vastata kyselyyn myös aiempien harrastusten kautta, esimerkiksi jos lapsi ei tällä hetkellä harrasta mitään.

Neljäntenä kysymyksenä oli: *Missä iässä he ovat aloittaneet harrastamisen?* Kysymyksellä halusimme saada lisää taustatietoa. Olisimme kuitenkin voineet kysyä, onko harrastus aloitettu biologisessa vai sijaisperheessä. Tämä olisi ollut oleellista tietää, koska tutkimuskysymyksemme rajattiin koskemaan amma-

tillisten perhekotien sijoitettuja lapsia. Viidennessä ja kuudennessa kohdassa kysyimme: *Kuinka usein nämä lapset käyvät harrastuksissa? ja Harrastavatko he yksin vai ryhmän/joukkueen kanssa?* Näiden kysymysten avulla saimme lisätietoa harrastuksista, mikä auttaa vastausten tulkitsemista. Tiheämmin harrastavilla lapsilla harrastusten vaikutukset voivat esimerkiksi näkyä selkeämmin kuin harvoin harrastavilla lapsilla. Ryhmässä harrastavilla taas sosiaaliset vaikutukset saattavat olla suuremmassa arvossa kuin yksin harrastavilla.

#### 6.2.1.2 Pääkysymyksen muotoutuminen

Jaoimme seitsemännen kysymyksen kolmeen osaan. Seitsemäs kohta on selittävä muuttuja, ja se vastaa tutkimuskysymykseemme. Toivoimme, että tästä saatu vastaus tukisi hypoteesiamme. (Vilka 2007, 82.) Kohdassa A) tiedustelimme *Onko harrastuksista mielestänne ollut hyötyä kyseisten lasten kuntoutumiselle ja sosiaaliselle sekä psyykkiselle kehitykselle?* Tällä kysymyksellä haimme suoraa vastausta tutkimuskysymykseen, kun taas kohdassa B) *Jos, niin millä tavalla? Esim. luettele missä asioissa näet kehityksen tapahtuneen?*, halusimme konkreettisemmän vastauksen. Toivoimme, että B-kohdan vastaukset tarkentaisivat A-kohtaa. Ilman B-kohdan vastauksia, emme saisi toteutukseen tarpeeksi tietoa. Oletimme, että sijaisvanhemmat tietävät, mitä kuntoutuminen tarkoittaa, siksi emme selittäneet käsitettä enempää. A- ja B-kohdan kysymyksillä pyrimme saamaan tietoa harrastusten voimaannuttavasta vaikutuksesta, sillä juuri se, miten harrastukset vaikuttavat positiivisesti sijoitettujen lasten kehitykseen ja hyvinvointiin, tukee voimaantumista. C-kohdassa kysyimme *Mitä eroa olette huomanneet eri harrastuksien vaikutuksesta sosiaaliselle ja psyykkiselle kehitykselle? (Esimerkiksi verratessa joukkueurheilua taideharrastuksiin.)* Rajasimme kysymyksen viitekehityksen mukaisesti sosiaaliseen ja psyykkiseen kehitykseen. Kysymyksellä halusimme saada vastauksen siihen, onko eri harrastusten vaikutuksilla eroja. Teoriapohjan mukaan näitä eroja on, joten tämän vuoksi halusimme selvittää asian.

#### 6.2.1.3 Kyselyn vastausprosentit

Lähetimme kyselylomakkeen sähköpostitse 20.3.2015 Kymenlaakson, Päijät-Hämeen ja Kanta-Hämeen alueiden APKL:n perhekodeille. Lähetimme kyselyn myös yhdelle Keravan perhekodeille, koska se osallistui ensimmäiseen toimintapäiväämme. Lähetimme yhteensä 14 kyselylomaketta. Saatekirjeessä

pyysimme perhekoteja vastaamaan kyselyyn 12.4.2015 mennessä. Ensimmäiseen toimintapäivään osallistuneille lisäsimme saatekirjeeseen kutsun toiseen toimintapäivään geokätköilemään. Lähetimme ensimmäiseen toimintapäivään osallistuneille perheille myös muistutusviestin (liite 3) 2.4.2015, sillä halusimme vastauksia enemmän. Kymenlaakson alueelle lähetimme saman viestin ilman muistutusta geokätköilystä. Vastauksia tuli kuusi, joten vastausprosentti oli noin 43 %.

Koimme tarvitsevamme vielä lisää vastauksia, jotta tutkimuksemme olisi mahdollisimman luotettava. Lähetimme lisäksi 18 lomaketta samalla saatekirjeellä kuin aiemmin 14.4. Uudenmaan, Itä-Uudenmaan ja Etelä-Karjalan alueiden ammatillisille perhekodeille. Näistä vastauksia tuli vain kolmelta perheeltä, joista kahdella ei ollut alle 10-vuotiaita lapsia, joten he eivät vastanneet itse kyselyyn. Näin ollen kyselyyn vastasi vain yksi ja vastausprosentti oli 5,6 %. Koko Etelä-Suomen alueen Ammatillisen Perhekotien Liiton perhekodit saivat siis lomakkeen. Lähetimme yhteensä 32 kyselylomaketta, joista saimme seitsemän vastausta kyselyyn. Yhteensä vastausprosentti oli 21,9 %. Vastausprosentti jäi siis alhaiseksi, mutta vastaukset olivat melko kattavia ja saimme niiden avulla hyvin tietoa tutkimuskysymykseemme.

### 6.2.2 Sisällönanalyysi menetelmänä

Valitsimme laadullisen tutkimusmenetelmän, koska meillä ei tule numeraalisia, tilastollisia tuloksia. Laadullisen tutkimusmenetelmän tutkimuksessa tarkastellaan tutkimusongelmaa ihmisten omien käsitysten ja kokemusten kautta. (Ks. Varto 1992, Vilkan 2005, 97 mukaan.) Käytimme opinnäytetyössämme sisällönanalyysia kyselyn vastausten ja toimintapäivien havaintojen analysoimiseen. Sisällönanalyysilla analysoidaan systemaattisesti ja objektiivisesti. Tällöin tutkimusaineistoa kuvataan sanallisesti. (Tuomi & Sarajärvi 2006, 93, 105, 107.)

Tulkitsimme aineistoa ja teimme sen pohjalta päätelmiä. Vertasimme teoriaa ja johtopäätöksiä omien havaintojemme ja kyselyn tuloksiin. Pyrimme ymmärtämään kohderyhmämme eli alle 10-vuotiaiden sijoitettujen lasten näkökulmaa koko analyysin ajan. (Hämäläinen 1987, Tuomen & Sarajärven 2006, 115 mukaan.) Aloitimme analysoinnin lukemalla kyselyn vastaukset läpi. Huomasimme, että perheet olivat vastanneet kyselyyn ajatuksella. Kysymyksissä 1, 4, 5 ja 6 purimme vastauksia määrällisesti. Analyysin aineistosta voidaan tuottaa

määrällisiä tuloksia, ja sitä kutsutaan kvantifioinniksi (Tuomi & Sarajärvi 2006, 109). Painotimme saatekirjeessä ja kyselyssä, että vastauksissa tulee käsitellä alle 10-vuotiaita sijaislapsia, joita kaikilla perheillä ei kuitenkaan tällä hetkellä ollut. Tulimme näin lopputulokseen, että osa perheistä vastasi ilmeisesti sitä vanhempien sijoitettujen lasten näkökulmasta näiden ollessa alle 10-vuotiaita.

Milesin ja Hubermanin (1984) mallin mukaisesti aineistolähtöisessä sisällönanalyyysissä karsimme epäolennaisen tiedon pois ja tiivistimme kyselyn vastaukset. Vastaukset olivat kuitenkin jo hyvin tiiviitä, joten niissä ei ollut paljoa karsittavaa. Tiivistimme pidempiä lauseita niin, että saimme olennaisen tiedon vastauksista. Tämän jälkeen ryhmittelimme aineiston ja etsimme siitä samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia. Yhdistimme samaa asiaa tarkoittavat käsitteet seitsemään luokkaan ja nimesimme ne seuraavasti: *vuorovaikutus ja sosiaaliset taidot, ystävät, onnistumisista varmuutta, tunteiden hallinta, fyysinen kunto, mielen hyvinvointi, sitoutuneisuus ja mielekkyys*. (Ks. Miles & Huberman 1984, Tuomen & Sarajärven 2006, 110–115 mukaan.)

### 6.2.3 Havainnointi

Keräsimme tutkimusaineistoa myös havainnoimalla toimintapäiviemme aikana. Tyypillinen tapa havainnoida ihmisen toimintaa on osallistava havainnointi. Näin pystyimme keräämään tietoa sijaisperheiden lapsista yksilöinä sekä yhteisön jäseninä. Havainnoimme lasten toimintaa heidän harrastaessaan toimintapäivissä. (Vilkkä 2005, 119–120.) Vaikka toimintapäivien aikana havainnointi jäikin lyhytaikaiseksi, oli mielestämme tärkeää päästä tutustumaan kohderyhmäämme konkreettisesti.

## 6.3 Toimintapäivien kuvaus

Valitsimme toimintapäivien harrastuksiksi keilailun ja geokätköilyn. Päätimme valita tavanomaisesta poikkeavat harrastukset, sillä APKL:n puheenjohtajan mukaan perhekotien lapset harrastavat jo entuudestaan paljon. Toimintapäiviemme tarkoituksena oli innostaa perheitä sekä tarjota uusia kokemuksia heille. Toivoimme myös toimintapäivien virittävän perheitä vastaamaan kyselyyn. Tarkoituksena oli esitellä lapsille toisenlaisia harrastuksia ja mahdollisesti innostaa heitä löytämään uuden harrastuksen. Valitsimme keilailun, sillä vaikka laji saattaa olla monelle tuttu, ei sitä välttämättä mielletä harrastukseksi. Keilaus tuntui hyvältä valinnalta, koska vaikka itse suoritus tehdään yksin, sai-



vat perheet olla vuorovaikutuksessa keskenään. Idea geokätköilyyn tuli ohjaavalta opettajaltamme. Harrastus kuulosti heti mielenkiintoiselta vaihtoehdolta ja sopivalta kaiken ikäisille. Geokätköilyssä saa viettää aikaa ulkona ja siinä korostuu yhteistyötaitojen merkitys. Opettelimme itse geokätköilemään, jotta osaisimme ohjata perheitä toimintapäivässä.

Geokätköily on ulkoiluharrastus, jossa etsitään GPS-satelliittipaikannuksen avulla kätköjä, jotka on piilotettu luontoon. Kätköjen etsintään voi ostaa GPS-laitteen, mutta useassa puhelimessa on myös GPS-toiminto, jonka avulla voi etsiä kätköjä. Puhelimeen voi myös ladata sovelluksia, joiden avulla geokätköjä voi etsiä. Osa geokätköistä on myös löydettävissä pelkän kartan avulla. (Geokätköily – GPS-aartenetsintää.) Koska kätköjen etsimiseen on monia keinoja ja lähes jokaisella on nykyään älypuhelin käytössään, ajattelimme harrastuksen olevan mahdollinen toteuttaa toimintapäivässä.

### 6.3.1 Keilaus

Suunnittelimme alun perin pitävämmme ensimmäisellä kerralla geokätköilyä 7.3.2015. Vähäisen osallistujamäärän vuoksi päivä peruuntui, ja siirsimme geokätköilyn lauantaille 11.4. Näin ollen ensimmäinen toimintapäivämme oli 14.3., jolloin veimme perheet keilaamaan Lahden Hohtokeilaan. Keilailuun ilmoitauduttiin APKL:n puheenjohtajalle, joka välitti tekemämme keilailukutsun (liite 4) perheille, eikä meillä ollut tarkkaa tietoa osallistujamäärästä. Varaudimme aiempien tietojen pohjalta alle 20 osallistujaan, mutta paikalle saapuikin yli kolmekymmentä osallistujaa. Tämän vuoksi jouduimme soveltamaan suunnitelmiamme. Lapset ja nuoret olivat iältään noin 7–8-vuotiaita.

Suuren osallistujamäärän vuoksi varasimme toimintapäivän aikana lisää ratoja ja hankimme enemmän tarjottavaa. Tarkoituksenamme oli aluksi esitellä keilailua ja ohjeistaa osallistujia esimerkiksi tekniikassa ja pallon valinnassa. Jaoin perheille radat, jolloin he alkoivat heti kirjoittaa nimiä listaan ja valita palloja, eivätkä keskittyneet enää kuuntelemaan ohjeistusta. Tämän vuoksi ohjaaminen oli hankalaa ja jäi vähäiseksi. Jokainen keilaaja sai itse päättää, halusiko ottaa käyttöön aidat helpottamaan keilausta. Kysyimme, tarvitseeko joku apua keilaamisessa, mutta kaikki perheet eivät kuitenkaan keskittyneet vastaamaan ja osa ilmoitti keilailun olevan hyvin tuttua. Perheiden keilatessa kiertelimme heidän joukossaan sekä valmistelimme kabinettilaa.

Olimme varanneet kabinetin palautetuokiota varten keilailun jälkeen. Tarjolla oli myös mehua, keksejä ja makeisia. Saimme tutun kautta Fazerilta lakritsipatukoita, makeisrasioita sekä erilaisia keksejä. Mehut ostimme etukäteen itse, mutta joutuessamme hankkimaan niitä lisää toimintapäivän aikana, APKL maksoi loput. Suuren osallistujamäärän ja tilan pienen koon takia jaoin osallistujat kahteen ryhmään. Otimme kabinettiin ensin aiemmin valmiit keilaajat ja loput jäivät odottelemaan vuoroaan. Palautetuokion alussa esittelimme lyhyesti opinnäytetyömme tarkoituksen ja kehoitimme vanhempia vastaamaan tulevaan sähköpostikyselyyn. Annoimme molempien ryhmien vanhemmille täytettäväksi palautelomakkeet (liite 5). Tarkoituksenamme oli tehdä lapsille palautekysely jänamuodostelman avulla, mutta tilan koon takia laitoimme lapsille kiertämään hymiöpaperit (liite 6) ja pyysimme laittamaan merkin sekä mahdollisesti kommenttia valitsemansa hymiön kohdalle. Mainostimme perheille tulevaa geokätköilypäivää ja kysyimme, mikä ajankohta sopisi heille parhaiten. Lopuksi kiitimme keilailuun osallistumisesta.

#### 6.3.1.1 Palautteet keilailusta

Lapsille oli kolme palautelappua, joissa oli hymiövaihtoehdot "☺", "☹" sekä "☺". Lasten hymiöpalautelappujen perusteella toimintapäivä oli onnistunut ja lajivalinta oli mieleinen. Suurin osa, 16, oli laittanut rastin "☺" kohdalle, "☹" kohdalle ei tullut yhtään merkintää ja "☺" kohdalla oli neljä merkintää. Iloisen hymiön lapussa kommentteina oli esimerkiksi *paras päivä ja oli mahtavaa päästä tänne teidän kanssa keilaamaan.*

Sijaisvanhempien palautelomakkeita saimme takaisin kahdeksan kappaletta. Lomakkeista kävi ilmi, että suurin osa vanhemmista piti lajia sopivana kohde-ryhmälle. Kahdessa lomakkeessa arveltiin lajin sopivan paremmin vanhemmille lapsille. Kysyimme lomakkeessa, olisiko meidän pitänyt tehdä jotain eri tavalla. Vastauksissa tuli selkeästi esille ohjauksen lisätarve ja se, että perheet olisi voitu sekoittaa, jotta lapset olisivat tutustuneet toisiinsa paremmin. Olimme harkinneet tätä, ja kysyimme ennen keilausta, haluavatko he olla perheitäin vai sekoitamme heidät. Yksi perheistä vastasi, että haluaa olla yhdessä ja muut eivät kommentoineet. Näin ollen päädyimme siihen, että kaikki keilaavat perheitäin. Palautteen perusteella perheet voisivat harrastaa keilaamista jatkossa.

### 6.3.2 Geokätköily

Toisena toimintapäivänä 11.4. oli geokätköilyä, ja siihen ilmoitettiin meille suoraan sähköpostitse, jotta saisimme tietää tarkan osallistujamäärän ja osaisimme varautua paremmin kuin ensimmäisellä kerralla. Laitoimme etukäteen perheille kutsun (liite 7). Ilmoittautumisia tuli viideltä perheeltä. Paikalle saapui 21 lasta ja nuorta sekä seitsemän aikuista. Emme tiedustelleet osallistujien ikää tarkasti, mutta lapset ja nuoret olivat iältään noin 7–18-vuoden välillä. Mukana oli hyvin alle 10-vuotiaita lapsia. Alkuun kerroimme geokätköilystä yleisesti ja kysyimme, onko harrastus kenellekään ennestään tuttu. Vain muutama oli kokeillut kätköilyä aiemmin. Viime kerran palautteen perusteella päätimme sekoittaa perheet eri ryhmiin. Jokainen meistä ohjasi omaa ryhmää, joten ryhmiä tuli kolme. Pyysimme lapset riviin, ja otimme jokaiseen ryhmään aina kaksi vierekkäin seisovaa lasta. Ajattelimme, että näin suurin osa lapsista tuntisi edes jonkun omasta ryhmästään. Tämän jälkeen vanhemmat saivat päättää, mihin ryhmään menivät. Vanhemmat jakautuivat melko tasaisesti niin, että jokaiseen ryhmään tuli suunnilleen saman verran aikuisia.

Kehotimme kutsussa osallistujia lataamaan Geocaching-sovelluksen älypuhelimien mikäli mahdollista, ja tutustumaan geokätköilyyn ennen toimintapäivää. Ohjasimme jokainen omassa ryhmässämme sovelluksen käyttöä, mutta harva osallistujista oli ladannut sovelluksen etukäteen tai halusi ladata sen paikan päällä. Tämä vaikeutti geokätköilyä, koska sovellus on melko oleellinen väline kätköjen löytämiseen. Geokätköilyssä voi myös käyttää GPS-laitteita, mutta meillä ei ollut sellaisia käytössämme.

Olimme etsineet valmiiksi kuuden kätkön koordinaatit. Teimme itsellemme kartat (liite 8), jotta muistaisimme, mille kätköille olisi tarkoitus mennä toimintapäivän aikana. Päätimme etsiä ainakin neljä kätköä nimeltään *Sitikätkö*, *Loviisan rata*, *Wellamo – Betonihirviö BYOP* ja *Wellamo LKS*. Merkitsimme karttaan lisäksi kaksi kätköä, mikäli jäisi ylimääräistä aikaa niiden etsimiseen. Nämä kätköt olivat nimeltään: *Mustankallion liikennetunneli* ja *Lahti Alphabets – E – Eläväistä elämää*. Nämä kaksi kätköä olivat kuitenkin pidemmän välimatkan päässä. Tarkoituksena oli alun perin etsiä myös *Paavolan cittari – tankki täyteen* -niminen kätkö, mutta Geocaching-sovelluksen mukaan se ei enää ollut löydettävissä, joten emme lähteneet etsimään sitä. Merkitsimme kätköjen sijainnit karttoihin, jotka kulkivat jokaisen ryhmän mukana. Karttoja oli

vain yksi per ryhmä, koska oletimme, että osallistujilla olisi Geocaching-sovellus ladattuna.

Lähdimme etsimään kätköjä ryhmittäin. Aluksi tunnelma oli varautunut, sillä ryhmän jäsenet eivät välttämättä tunteneet toisiaan, eivätkä meitä, ja geokätköily oli vieras harrastus. Ilmapiiri muuttui vapautuneemmaksi ryhmien löydettyä ensimmäiset kätköt ja huomattaessa, että geokätköily onkin ihan hauskaa. Kaikki etsimämme kätköt sijaitsivat Lahdessa kaupunkialueella, koska luonnossa sijaitsevilla kätköillä oli niin pitkät välimatkat. Päätimme aiemmin keskenämme, missä järjestyksessä lähdemme kiertämään kätköjä, jottei kätköille tulisi ruuhkaa. Kätköilyyn oli varattu aikaa vajaan kaksi tuntia, jonka aikana ehdimme jokainen löytää ainakin kolme kätköä. Huomasimme itse kätköilyn aikana, että kävelymatkat olivat liian pitkiä perheen pienimmille, vaikka itse etsiminen tuntui olevan hauskaa. Olimme kuitenkin valinneet kaikista lähikäimmin sijaitsevat kätköt, joten kävelymatkoja ei olisi voinut lyhentää.

Jennan ohjaamassa ryhmässä etenkin nuorimmat lapset innostuivat geokätköilystä heti ensimmäisen kätkön löydyttyä. Ryhmässä oli myös muutama lapsi sekä nuori, jotka tarkkailivat sivummalta toimintaa eivätkä osallistuneet etsintään ohjaajan kannustuksista huolimatta. Nadjan ryhmän lapsia kätköily ei niinkään innostanut, mutta kätköjen löytyessä lasten mielenkiinto aina nousi. Silti osa ei olisi tullut edes katsomaan löydettyjä kätköjä ilman ohjaajan kehoitusta. Heidin ohjaamassa ryhmässä suurin osa etsi kätköjä innokkaasti, mutta pienimmät kyllästyivät kävelemiseen melko nopeasti. Ohjaaja koki saavansa parhaiten yhteyden ryhmän pienimpiin lapsiin. Ohjaajina vastasimme mielellämme kysymyksiin ja kerroimme lisää kätköilystä. Yritimme innostaa lapsia geokätköilyyn ja annoimme kartan kiertää ryhmässä. Vain osaa kuitenkin kiinnostaa kartasta seuraaminen.

Nadjan ryhmä oli valmis ensimmäisenä ja siirtyi kohtaamispaikalle odottelemaan toisia ryhmiä, sillä ryhmä ei halunnut lähteä etsimään enää viimeistä, neljättä kätköä. Jennan ja Heidin ryhmät taas saapuivat yhtä aikaa ylimääräiselle kätkölle ja etsivät sitä yhdessä. Kätköä ei kuitenkaan löytynyt, joten ryhmät palasivat sovittuun aikaan kohtaamispaikalle. Tämä kätkö oli ainut, mitä kukaan ei löytänyt ja epäilimmeekin, että se ei kenties ollut enää löydettävissä. Aiemmat kätköt olivat löytyneet tarpeeksi helposti, jotta osallistujien mielenkiinto oli säilynyt ja pienet lapsetkin välttyivät liialta turhautumiselta.

### 6.3.2.1 Palaute

Geokätköilyn jälkeen kokoonnuimme oppimiskeskus Fellmanniassa. Olimme varanneet etukäteen ryhmätilan, jota ei kuitenkaan ollut käytössä, sillä Fellmanniassa oli menossa postimerkinäyttely, joten meidät ohjattiin yläkerrassa vapaana olevaan tilaan. Tila oli kuitenkin melko pieni, eikä istumapaikkoja ollut riittävästi, joten osa aikuisista joutui seisomaan ovensuussa. Jaoimme jokaiselle osallistujalle lyhyen palautelapun (liite 9), mehua, keksiä ja makeisia. Isommat sisarukset auttoivat pienempiä palautteen kirjoittamisessa. Tällä kertaa meillä oli samat palautelaput vanhemmille sekä lapsille. Saimme positiivista palautetta siitä, että tällä kertaa sekoitimme lapset eri ryhmiin. Positiivista oli myös yhdessäolo, ulkoilu ja kätköjen etsiminen. Kommentteja tuli esimerkiksi: *mukavat vetäjät, lapsilla oli kivaa, oli mielenkiintoista etsiä, kun sai kävellä, että sais kuntoa ja kun saa juoda mehua*. Osassa palautelapuista ei ollut mitään negatiivista palautetta. Negatiivisessa palautteessa tuli esille pitkät kävelymatkat ja vielä syvemmän ohjauksen tarve. Kommentteina tuli esimerkiksi *no ei ollut mun laji; käveleminen oli rasittavaa ja ei löytynyt yhtä kätköä*. Kahdessa lapussa mainittiin, että olisi pitänyt kertoa älypuhelimien sovellusta tarvittavan päivän aikana. Olimme kuitenkin kirjoittaneet tämän lähettämäämme kutsuun. Mielestämme ryhmät olivat liian isoja geokätköilyyn, mutta oli välttämätöntä, että jokaisen ryhmän mukana kulki ohjaaja. Pienemmissä ryhmissä osallistujat olisivat kenties saaneet enemmän rohkeutta etsiä kätköjä. Lisäksi, myös sellaiset, jotka jättäytyivät enemmän taka-alalle, olisivat mahdollisesti aktivoituneet paremmin, kun ryhmät olisivat olleet pienempiä.

## 7 TULOKSET

### 7.1 Keilauksen havainnointi

Keilauksessa osallistujat jakautuivat perheittäin radoille. Osa ilmoitti etukäteen keilailun olevan tuttua, kun taas muutama lapsi tuli kysymään neuvoa, kuinka keilapalloa pidellään oikeaoppisesti. Lapset, jotka eivät olleet ennen keilanneet, pääsivät päivän aikana kokeilemaan uutta lajia. Näin he oppivat uusia taitoja. Toimintapäivä ei ollut ikävystyttävä kuitenkaan sellaisillekaan, jotka olivat aiemmin keilanneet. He pääsivät harjoittelemaan lisää ja syventämään taitojaan.

Perheenjäsenet keilasivat hyvässä hengessä ja heillä tuntui olevan mukavaa. Koimme lasten mielialan kohentuneen keilailun aikana, sillä he nauroivat ja vaikuttivat pirteämmiltä kuin paikalle saapuessaan. He myös kannustivat toisiinsa, kun joku pärjäsi hyvin keilauksessa. Jotkin vanhemmista auttoivat lapsiaan tarvittaessa. Koska huostaan otetuilla lapsilla on usein ongelmia sosiaalisessa vuorovaikutuksessa, ajattelimme, että ne näkyisivät jollain tapaa heidän käyttäytymisessään. Lasten käyttäytymisestä ei kuitenkaan huomannut toimintapäivän aikana heidän olevan lastensuojelun asiakkaita. Keilailupäivästä muodostui mukava yhteinen hetki perheille. Nykyisin ihmisillä on paljon kiireitä ja vanhemmat vievät lapsiaan omiin harrastuksiin, eikä perheellä näin ollen ole tarpeeksi aikaa yhteiselle ajalle. Tällaisilla yhteisillä toiminnoilla perheet viettävät aikaa yhdessä, mikä vahvistaa perheenjäsenten välisiä suhteita.

Toimintapäivän aikana perheet pääsivät näkemään myös toisia sijaisperheitä. Lapset eivät tutustuneet pahemmin toisten perheiden lapsiin, mutta osa perheiden vanhemmista näytti tuntevan toisensa etukäteen ja he keskustelivatkin keilauksen aikana keskenään. Havainnoimme keilailun harjoittavan pettymystensietokykyä. Osa lapsista harmitti silminnähden, kun he eivät saaneet aina kaadettua keiloja. Vastapainoksi keilailu tarjosi myös onnistumisen kokemuksia osallistujien saadessa keiloja kaadetuksi. Onnistumisen kokemukset tuovat lisää varmuutta ja uskallusta yrittää ja kokeilla uusia asioita. Kenties lapset saivat tästä varmuutta mennä keilaamaan jatkossakin.

## 7.2 Geokätköilyn havainnointi

Geokätköilyssä sekoitimme perheet keskenään, joten tämän päivän aikana lapset pystyivät tutustumaan toisiinsa paremmin kuin keilauksen aikana. Huomasimme, että jotkin lapset eivät pitäneet tästä, mutta kaikki sopeutuivat tilanteeseen hyvin. Tähän saattoi vaikuttaa se, että liittoon kuuluville sijaisperheille on järjestetty ennenkin erilaisia toimintapäiviä. Havainnoimme kuitenkin, että lapset keskustelivat mieluiten tutun ihmisen kanssa, eivätkä ottaneet paljon kontaktia vieraisiin. Tässä tuli esiin se, että sijoitetuilla lapsilla on yleensä enemmän vaikeuksia olla ryhmässä, kuin muilla lapsilla. Lapset kuitenkin vastasivat kysyttäessä ja osa keskusteli muutenkin. Meiltä kyseltiin esimerkiksi millaisia erilaisia kätköjä on olemassa ja kuka niitä piilottaa. Toimintapäivien aikana osa lapsi pystyi tuomaan esille niin positiiviset kuin negatiiviset tunteensa ja ajatuksensa. Tässä saattoi auttaa tutun ihmisen läsnäolo. Turvalli-

suuden tunne korostuu sijoitetuilla lapsilla, sillä he ovat joutuneet kokemaan turvattomuutta omassa perheessään. Muutama lapsi oli hyvinkin hiljaa eikä toimintapäivien aikana ilmaissut omia mielipiteitään. Ryhmissä mukana olleet sijaisvanhemmat ottivat enemmän tarkkailijan roolia ja antoivat ensisijaisesti lasten etsiä kätköjä. Jos kätköä ei ollut löytyä, vanhemmat osallistuivat etsintään. Geokätköilyn aikana osa lapsista vaikutti kärsimättömältä esimerkiksi silloin, jos kätköä ei löytynyt heti. Tällaisen toiminnan kautta kärsivällisyyttä on hyvä harjoitella.

Kätköjä etsittiin yhdessä ryhmänä, mikä auttoi yhteistyötaitojen kehityksessä. Kaksi ryhmistä keksi yhdessä nimet: *Karhut* ja *BestLöytäjät*, mikä vahvisti mehenkeä. Huomasimme myös, että ryhmiin jakaminen loi kilpailuasetelman suhteessa toisiin joukkueisiin. Tämäkin vahvisti ryhmän sisäistä yhteishenkeä, vaikkei tarkoituksena ollut kilpailla. Vaikka suunnittelimme etukäteen, missä järjestyksessä ryhmät käyvät läpi kätköjä, sattui kaksi ryhmää samalle kätkölle samaan aikaan. Tämä ei kuitenkaan haitannut, vaan loi positiivista ryhmähenkeä kilpailuasetelman syntyessä ryhmien välille. Tämä myös aktivoi kaikkia ryhmäläisiä etsimään kätköjä ja loi onnistumisen kokemuksen hänelle, joka kätkön löysi. Ryhmien sisällä ei tullut erimielisyyksiä toimintapäivien aikana ja sosiaalinen käyttäytyminen oli suurimmalla osalla ikätasoista. Osaa lapsista ja nuorista geokätköily ei tuntunut kiinnostavan juurikaan. Toisia taas itse kätköily kiinnosti, mutta käveleminen niiden välillä kyllästytti. Kätköille saavuttaessa melkein kaikki kuitenkin lähtivät innoissaan etsimään. Kätköjen löytyminen oli selvästi toiminnan kohokohta, ja osallistujat olivat uteliaita niiden sisällöistä.

Geokätköilyn aikana pystyi samalla tutustumaan kaupunkiympäristöön. Osalle perheistä Lahti oli jo kaupunkina tuttu, mutta toisille paikka oli vieraampi. Kaupunkiympäristö oli toisaalta huono valinta geokätköilyyn, sillä lapset eivät aina olisi malttaneet seurata liikennettä. Lapsia tarvitsi esimerkiksi välillä muistuttaa autojen varomisesta. Luonto ympäristönä olisi tuonut erilaisempaa tarkastelua ympäristöön ja enemmän mielikuvia, kun samalla olisi voinut ihmetellä esimerkiksi puita, kiviä ja kasveja. Toivomme, että jotkut perheistä olisivat innostuneet toimintapäivän aikana geokätköilystä niin, että voisivat jatkaa sitä harrastuksena.

## 7.3 Kyselyn vastausten analysointi

### 7.3.1 Taustakysymykset

Ensimmäisessä kysymyksessä tiedustelimme sijoitettujen lasten ikää ja sukupuolta. Sijaisvanhempien vastauksissa oli eritelty lasten sukupuoli ja ikä niin, että niistä pystyi katsomaan, kuinka monta, mitä sukupuolta ja minkä ikäisiä lapset olivat kullakin perheellä. Vastauksista kävi ilmi, että poikia oli perheillä yhteensä 13 ja tyttöjä 14. Yhdellä perheellä (N=7) oli myös 20-vuotias nuori, jonka sukupuolta ei kerrottu. Poikien iät vaihtelivat kahdeksasta kuuteentoista, ja tyttöjen seitsemästä kahdeksaentoista. Vastajilla oli tällä hetkellä kolme alle 10-vuotiasta poikaa, iältään kahdeksan ja yhdeksän vuotiaita. Tyttöjä oli neljä alle 10-vuotiasta, iältään seitsemän-, kahdeksan- ja yhdeksänvuotiaita. Vastanneilla perhekoodilla ei siis tällä hetkellä ollut sijoitettuna alle kouluikäisiä lapsia. Ensimmäisellä taustakysymyksellä saimme tietoa siitä, minkä ikäisiä sijaislapsia vastanneilla perhekoodilla tällä hetkellä on. Tämä vaikutti siihen, miten tarkastelimme vastauksia, sillä vastaukset käsittelivät 7–18-vuotiaita, eivätkä päiväkotikäisiä lapsia. Harrastukset saattavat olla erilaisia sukupuolesta ja iästä riippuen, joten tämän kysymyksen vastauksilla oli riippuvuus muihin kysymyksiin. Jotkin perhekotien vanhemmista saattoivat vastata kysymyksiin kuitenkin myös näkökulmasta, jolloin sijaislapset olivat alle 10-vuotiaita, vaikka he tällä hetkellä ovat vanhempia.

Toisessa ja kolmannessa kysymyksessä selvitimme, mitä alle 10-vuotiaat sijoitetut lapset harrastavat nyt tai ovat harrastaneet aiemmin. Kaikissa vastauksissa ei käynyt tarkemmin ilmi, kuka lapsista harrastaa mitään lajia, tai onko perheessä lapsia, jotka eivät harrasta mitään. Näin ollen kysymyksiä olisi voinut tarkentaa niin, että olisimme saaneet selville, minkä ikäisenä ja mitä sukupuolta oleva lapsi harrastaa mitään lajia. Esimerkiksi yhdessä perheessä oli yhdeksän, yksitoista ja viisitoista vuotiaat pojat ja yksi 17-vuotias tyttö. Vanhempi vastasi, että perheen alle 10-vuotiaat sijoitetut lapset harrastavat jalkapalloa. Emme voi tietää, vastasiko hän vain perheen ainoan alle 10-vuotiaan lapsen näkökulmasta vai myös muiden lasten, kun he olivat alle 10-vuotiaita.

Vastauksista saimme selville, että nykyisiä harrastuksia olivat musiikkileikkikoulu, kokkikerho, judo, parkour, liikuntakerho, tanssi, pianonsoitto, uinti, pyöräily, laskettelu, ratsastaminen, keilaus, jääkiekko, jalkapallo, salibandy, frisbeegolf, sulkapallo, seurakunnan toiminta, lautapelit, englanninkerho, liikunta



ja matkailu. Aiempina harrastuksina mainittiin jalkapallo, salibandy, liikuntaleikkikoulu, tarinakerho, pyöräily, shakki, koripallo ja uinti. Toisen ja kolmannen kysymyksen vastauksilla emme voineet yleistää, mitkä harrastukset ovat alle 10-vuotiaiden lasten suosituimpia harrastuksia. Vastauksissa kuitenkin näkyi, että ammatillisten perhekotien lapset harrastavat paljon ja monimuotoisesti. Lisäksi näkyi, että, sekä entisissä että nykyisissä harrastuksissa oli selvästi enemmän liikunnallisia lajeja. Vastauksia tulkitessamme yllätyimme taide- ja musiikkiharrastusten vähyydestä. Esimerkiksi jalkapallo mainittiin nykyisenä ja entisenä harrastuksena useammassa vastauksessa, mutta poikkeavia harrastuksia olivat esimerkiksi muskari ja tarinakerho, jotka olivat vain yksissä vastauksissa. Eräs vastaaja toi esille tärkeän näkökulman, että *yleensä sijoitukseen tulevat lapset eivät heti kykene sitoutumaan säännölliseen harrastukseen vaan ensin pitää saada rakenteet kuntoon (turvallinen ja säännöllinen arki)*. Kolmanteen kysymykseen hän kommentoi myös, että *harvoin perheillä on ollut varaa ja/tai voimavaroja lasten harrastuksiin*. Kyseisessä vastauksessa mainittiin perheen harrastavan muun muassa liikuntaa ja matkailua yhdessä. Perheessä oli aiempina harrastuksena ollut myös jalkapallo, joka oli aloitettu sijoituksen alussa, mutta lopetettu myöhemmin.

Neljännessä kysymyksessä tiedustelimme, missä iässä kyseiset lapset ovat aloittaneet harrastamisen. Aloittamisikä vaihteli viidestä yhdeksään, mutta puolet vastaajien sijoitetuista lapsista, 50 %, oli aloittanut harrastamisen kuusivuotiaana. Vastauksista kävi siis ilmi, että perhekodeissa aloitetaan harrastaminen alle 10-vuotiaana. Yksi vastaajista kertoi, että heidän perheessään yli viisivuotiaat aloittavat harrastamisen heti perhekotiin muutettuaan. Heidän perheessään myös pyritään siihen, että jokaisella lapsella ja nuorella on yksi kodin ulkopuoleinen harrastus.

Viidennessä kysymyksessä selvitimme, kuinka usein lapset harrastavat. Vastauksissa ei ollut eroteltu, kuinka monta kertaa viikossa kukakin lapsi harrastaa mitäkin lajia. Jotkin sijaisvanhemmat vastasivat lasten harrastavan esimerkiksi 2–3 kertaa viikossa tai 2–5 kertaa viikossa. Jopa 4–5 kertaa viikossa harrastavia lapsia oli vastauksien mukaan neljässä perheessä. Vastauksien perusteella kaikki lapset kuitenkin harrastivat vähintään kerran viikossa. Lisäksi niissä näkyi, että harrastuskertoja on suurimmalla osalla melko monta viikossa. Tarkemmilla vastauksilla tähän kysymykseen ei ollut suurta merkitystä opinnäytetyömme kokonaisuudessa. Jos olisimme tarvinneet tarkemman

vastauksen, olisi kysymys pitänyt muotoilla niin, että eri lasten harrastuskerrat olisi eritelty.

Viimeisellä taustakysymyksellä tiedustelimme, harrastavatko lapset yksin vai ryhmän kanssa. Vastausten mukaan suurin osa, 73 %, lapsista harrasti ryhmissä. Myös yksilöharrastuksia, kuten pianonsoitto ja keilaaminen mainittiin. Yhdessä vastauksessa tuotiin myös esille aikuisten tuen ja kannustuksen tarve harrastamisessa. Viimeisen taustakysymyksen vastaukset vaikuttavat varsinkin seitsemänteen, pääkysymykseemme. Koska suurin osa lapsista harrasti ryhmissä, ovat vanhemmat luultavimmin vastanneet seitsemänteen kysymykseen enimmäkseen joukkueharrastusten pohjalta.

### 7.3.2 Harrastusten vaikutus psyykkiseen ja sosiaaliseen kehitykseen

Vastauksista erottuivat seuraavat teemat: vuorovaikutus ja sosiaaliset taidot, ystävät, onnistumisista varmuutta, tunteiden hallinta, fyysinen kunto, mielen hyvinvointi, sitoutuneisuus sekä mielekkyys. Odotuksiemme mukaan kaikki vastaajat olivat sitä mieltä, että harrastukset vaikuttavat sijoitettujen lasten psyykkiseen ja sosiaaliseen kehitykseen positiivisesti. Suurimmassa osassa vastauksista, 86 %, tuotiin esiin harrastusten opettavan vuorovaikutusta ja sosiaalisia taitoja. Vastaajat kertoivat harrastusten muun muassa tuovan lapselle ryhmän, johon kuulua sekä yhteenkuuluvuuden tunnetta. Vanhempien mukaan harrastuksissa harjoitellaan vuorovaikutustaitoja, jotka ovat puolestaan edistäneet sosiaalisia suhteita. Osa vanhemmista, 43 %, vastasivat harrastusten tuovan lapsille myös uusia ystäviä, mikä liittyy vahvasti vuorovaikutukseen ja sosiaalisten taitojen kehittymiseen. Hyvät vuorovaikutustaidot helpottavat lapsen ystäväystymistä toisiin lapsiin, ja näissä ystävyys-suhteissa lapsi taas harjoittelee vuorovaikutustaitoja. Kyselyn vastauksien perusteella suurin osa kyseisistä sijoitetuista lapsista harrastaa ryhmässä tai joukkueen kanssa. Vastauksista ei ilmennyt, kuinka moni lapsi harrastaa yksin ja kuinka moni ryhmässä. Vastauksien mukaan ainakin yksi jokaisen vastanneen perheen sijoitetuista lapsista harrastaa ryhmässä. Tämä voi olla syynä siihen, että useassa vastauksessa tuotiin esille harrastusten tuovan ryhmän johon kuulua sekä uusia ystäviä.

Sijaisvanhemmat pitivät tunteiden hallinnan harjoittelua harrastusten avulla tärkeänä. Vastaajista 29 %:n mielestä varsinkin liikuntaharrastukset olivat lapselle hyvä keino purkaa pahaa oloa, aggressiota ja energiaa. Yhden vastaajan

(N=7) mielestä harrastusten avulla lapsi *pystyy havaitsemaan itsessään olevia tunteita, joista keskustellaan tilanteiden jälkeen*. Kaikissa perheissä ainakin osa sijoitetuista lapsista harrasti liikuntaa, mikä saattaa viitata siihen, että sijaisvanhemmat vastasivat kyselyyn liikuntaharrastuksen kannalta. Vanhempien mukaan kilpailutilanteissa lapsi harjoittelee voittamisen ja häviämisen nostattamia tunteita. Osa vanhemmista, 43 %, nosti esiin harrastusten tuovan lapselle lisää varmuutta onnistumisten kautta. Uusien kykyjen oppimisen nähtiin parantavan lapsen itseluottamusta ja uskallusta esiintyä.

Vain yhdessä vastauksessa mainittiin suoraan mielen hyvinvoinnin kohoaminen, mikä saattaa johtua siitä, että pyysimme vastaajia kertomaan konkreettisesti, millä tavalla harrastukset vaikuttavat sosiaaliseen ja psyykkiseen kehitykseen. Vastanneista vanhemmista kaksi (N=7) oli sitä mieltä, että harrastukset ovat kuntouttavia, kunhan arki on kunnossa, sillä lapsen kuntoutuminen tapahtuu pääsääntöisesti arjessa. Turvallista ympäristöä pidettiin tärkeänä lähtökohtana lapselle asioiden käsittelyyn.

Kahdessa vastauksessa tuotiin esiin harrastusten parantavan lasten sitoutumista ja yleistä toimimista. Esimerkiksi omista tavaroista huolehtiminen lisääntyi. Säännöllinen harrastaminen opettaa sitoutumista ja pitkäjänteisyyttä. Vanhempien mielestä harrastukset olivat lapsille tärkeitä ja antaneet mielekästä tekemistä vapaa-ajalle. Lapset ovat myös saaneet harjoitella oman tahtonsa ilmaisemista, ja se on otettu huomioon harrastusten valinnassa.

Moni vanhemmista, 71 %, toi myös esille fyysisen kehityksen näkökulman vastauksissaan, vaikka olimme pyytäneet keskittymään sosiaaliseen ja psyykkiseen näkökulmaan. Vastausten perusteella liikuntaharrastukset kehittävät kehon hallintaa ja motorisia taitoja. Myös lasten fyysinen kunto ja vireystaso kohoavat, jolloin yleinen jaksaminen on parempaa. Fyysinen näkökulma tuli vastauksissa esille kenties siksi, että suurin osa lapsista harrasti paljon liikunnallisia lajeja. Vanhemmat keskittyivät vastauksissa kuitenkin pääosin harrastusten sosiaalisiin ja psyykkisiin hyötyihin, mihin voi vaikuttaa se, että kysymysasettelussa pyysimme miettimään lasten kehitystä juuri näiden asioiden kannalta.

Harrastusten voimaannuttava vaikutus tuli esille monessa vastauksessa. Vastauksissa kävi ilmi, että harrastuksissa onnistuminen toi lisää itsevarmuutta. Harrastusten avulla pystytään myös havaitsemaan itsessä olevia tunteita ja

purkamaan niitä. Lisäksi vastauksissa kerrottiin, että lapset saivat harjoitella oman mielipiteensä ilmaisemista harrastuksen valinnassa. Varsinkin ryhmässä harrastavat lapset saivat ryhmän, johon kuulua sekä uusia ystäviä. Ryhmässä harrastaminen kehittää lapsen sosiaalisia taitoja, jolloin myös vastuullisuus kehittyy. Fyysinen terveys on osa ihmisen kokonaisvaltaista hyvinvointia, joten harrastusten positiivinen vaikutus fyysiseen kehitykseen edesauttaa hyvinvointia ja voimaantumista.

### 7.3.3 Eri harrastusten vaikutukset

Selvitimme, ovatko sijaisvanhemmat huomanneet eroja eri harrastusten vaikutuksista sijaislasten sosiaaliselle ja psyykkiselle kehitykselle. Näin saisimme lisää tietoa siitä, mikä harrastus vaikuttaisi mihinkin kehityksen osa-alueeseen. Selvennykseksi pyysimme heitä vertaamaan esimerkiksi joukkueurheilua tai deharrastuksiin. Emme nähneet hyötyä tämän kysymyksen vastausten ryhmitelyssä, sillä vastaukset poikkesivat toisistaan niin paljon, ettei niitä kannattanut yhdistellä. Vastaajista vain yksi (N=7) oli jättänyt kohdan tyhjäksi.

Kahdessa vastauksessa ei osattu verrata eri harrastusten vaikutuksia. Yhden mielestä vertaaminen tuntui hankalalta, koska heidän perheessään lapset harrastivat pääsääntöisesti ryhmässä. Toisen mielestä taas kaikki harrastukset olivat hyviä ja myös lukemista tulee arvostaa. Hän toi siis lukemisen harrastuksena esille, josta kukaan muu ei ollut maininnut. Tämä vastaaja ei ollut kuitenkaan kertonut taustakysymyksissä, harrastetaanko heidän perheessä lukemista. Kaikissa perheissä lukemista ei taas välttämättä mielletä harrastukseksi.

Vastauksista kahdessa (N=7) tuotiin esille, että liikuntaharrastuksien avulla voidaan purkaa energiaa. Toinen näistä vastaajista pohti lisäksi, että *Nopeatempoiselle lapselle sopii paremmin nopeatempoinen laji – – Toisinaan paikallaan pysyminen joillekin vaikeaa ja tarvitsee toiminnallisen lajin*. Kyseisissä perheissä vastattiin liikuntaharrastusten pohjalta, sillä heidän perheissään harrastettiin jääkiekkoa, keilailua ja jalkapalloa. Eräs vastaaja eritteli heidän perheensä harrastusten vaikutuksia. Hänen mielestään ratsastus ja uinti kehittävät kehon motoriikkaa ja hallintaa, kun taas joukkuelajit tukevat sosiaalisia taitoja ja lisäävät kuntoa.

Yhden sijaisvanhemman mielestä erot ovat lähinnä sosiaaliset. Hän toi esille myös sen, että ryhmässä olo voi olla toisille lapsille haastavaa. Hänen mielestään kaikki harrastukset vaikuttavat hyvällä tavalla psyykkiseen kehitykseen onnistumisten ja uusien kokemusten kautta.

Vaikka vastaukset olivat erityyppisiä keskenään, ne kuitenkin tukivat toisiaan, eikä mikään vastauksista poikennut erityisesti joukosta. Vastauksista ilmeni, että harrastus kannattaa valita lapsen yksilöllisten tarpeiden mukaan. Toisille sopivat paremmin harrastukset, joissa saa purkaa energiaa, eikä tarvitse pysyä paikallaan. Jotkut lapset taas pitävät enemmän sosiaalisesta toiminnasta, ja joillekin sopivat yksin harrastettavat lajit. Kysymys eri harrastusten vaikutuksista oli yleispätevä eikä erityisemmin tuonut lastensuojelun näkökulmaa esille.

## 8 JOHTOPÄÄTÖKSET

Työmme aiheena oli selvittää, millä tavalla harrastuksilla voidaan tukea sijoitettujen lasten sosiaalista ja psyykkistä kehitystä. Vaikka emme toimintapäivien avulla saaneet suoraa vastausta tutkimuskysymykseemme, päivät tukivat keräämästämme aineistosta saatuja tietoja. Toimintapäivien lisäksi teetimme kyselyn, jonka tarkoituksena oli saada vastaus tutkimuskysymykseemme sijaisvanhempien näkökulmasta. Ammatillisten perhekotien vanhemmat pystyivät antamaan luotettavia vastauksia kysymykseemme, sillä he ovat jatkuvasti läsnä sijoitettujen lasten arjessa. Sijaisvanhemmat pääsevät näkemään lasten kokonaisvaltaisen kehityksen eri tavoin kuin esimerkiksi lastensuojelun sosiaalityöntekijä.

Kyselyn vastauksista kävi ilmi, että harrastaminen on olennainen osa sijaisperheiden lasten arkea. Lapset harrastivat monipuolisesti varsinkin eri liikuntalajeja. Vastausten mukaan taide- ja muita harrastuksia harrastettiin huomattavasti vähemmän. Myös Nuorten vapaa-aikatutkimuksen (2013) mukaan liikunta on lasten ja nuorten keskeinen harrastus. Nuorten vapaa-aikatutkimuksen mukaan 7–9-vuotiaiden suosituin liikuntamuoto on jalkapallo. Myös salibandy ja jääkiekko ovat suosittuja varsinkin 7–9-vuotiailla pojilla. Vapaa-aikatutkimuksen mukaan myös pyöräily, luistelu, uinti, hiihto ja laskettelu ovat suosittuja liikuntamuotoja 7–9-vuotiailla lapsilla. (Ks. luku 5.1.) Myös kyselysämme varsinkin jalkapallo mainittiin nykyisenä ja entisenä harrastuksena useammassa vastauksessa. Vastauksissa mainittiin myös esimerkiksi jää-

kiekko, salibandy, uinti ja laskettelu. Kyselyssämme on siis yhtäläisiä vastauksia Nuorten vapaa-aikatutkimuksen 7–9-vuotiaiden vastauksiin.

Kyselyn mukaan lapset aloittivat jo varhain harrastamisen, suurin osa alle 10 vuoden iässä. Sinkkosen (2008) mukaan liian varhain aloitettu harrastus voi tuntua lapsesta ahdistavalta pakotteelta. Vanhempien tulisi ottaa huomioon lapsen fyysinen ja psyykinen kehitys ja muistaa, että lapsen ensisijainen tehtävä on leikkiä. Lapsen oma halukkuus harrastaa tulee huomioida. Yhdessä sijaisperheessä pyrittiin löytämään lapselle kodin ulkopuolinen harrastus viiden vuoden iässä. Onkin hyvä, että vanhemmat ovat aktiivisia löytämään lapsille harrastuksia, kunhan lasten toiveet huomioidaan. Eräät vanhemmat kertoivatkin, että lasten mielipiteitä kuunnellaan harrastusta valittaessa. Tämä lisää lapsen itsemääräämisoikeutta ja oman elämän kontrollointia, jotka ovat olennaisia asioita voimaantumisen osana.

Voimme todeta, että harrastuksilla on voimaannuttava vaikutus sijoitettujen lasten kehitykseen. Yhtenä teemana vastauksissa esiintyi varmuuden lisääntyminen onnistumisten kautta. Voimaantuminen näkyikin parantuneena itse-tuntona sekä kykynä asettaa päämääriä ja saavuttaa niitä. Sijoitetuilla lapsilla on usein taustalla katkonaisia ihmissuhteita, joten sitoutuminen saattaa olla vaikeaa. Harrastukset auttavat lapsia käsittelemään tunteitaan ja sitoutumaan asioihin pitkällä tähtäimellä. Nämä harrastuksissa harjoiteltavat asiat lisäävät elämänhallintaa, mikä on nimenomaan voimaantumista. (Ks. luku 3.) Lapset, jotka ovat saaneet paljon onnistumisen kokemuksia, luottavat itseensä enemmän ja ovat motivoituneempia jatkamaan harrastuksia. Itsevarmuus auttaa kohtaamaan vastoinkäymisiä. (Ks. luku 4.1.) Esiintymisvarmuus kehittyy harrastuksissa, joissa esitellään omia taitoja toisille, kuten kyselyn vastauksisakin esille tulleet pianonsoitto ja tanssiminen. Esiintymistaito on tärkeää myös tulevaisuutta ajatellen koulussa ja työelämässä. Sijoitetut lapset ovat monesti tavallista estyneempiä ja pidättyväisempiä sosiaalisesti, joten omien vahvuuksien löytäminen sekä esiintymisen harjoittelu ovat entistä tärkeämpiä (ks. luku 2.3.2).

Esimerkiksi ratsastuksen avulla yksilön itsetuntemus voi lisääntyä ja vastuun-tunto kasvaa. Voimakkaaseen eläimeen yhteyden luominen ja sitä ohjaaminen tukevat voimaantumista. Lisäksi hevosen kanssa toimiminen tarjoaa lasten-suojelun asiakkaana olevalle lapselle selkeät säännöt, joihin hevostarhaan on

helppo sitoutua, koska ne suojelevat hevosten hyvinvointia. (Ks. luku 3.1.2.) Lasten kanssa sääntöjä on usein kerrattava aina silloin tällöin. Moni pieni lapsi rikkoo sääntöjä, vaikka tietää tekevänsä väärin. Noin 6–7-vuotiaana lapsen omatunto on kehittynyt niin, että hän tietää, miten tulisi toimia oikein. (Ks. luku 4.1.) Myös esimerkiksi valokuvaaminen on voimaannuttava harrastus. Kun pystyy arvostamaan itseään, oman kuvan katsominen voi herättää mielihyvää ja se voi sekoittua omiin mielikuviin. Valokuva itsestä on todiste omasta arvokkuudesta ja hyvydestä. (Ks. luku 3.1.1.) Valokuvaus voi tukea identiteetin, elämäntarinan ja perhesuhteiden pohtimista. Omasta valokuvastaan voi nähdä erilaisia puolia omasta persoonasta, ulkoisesta olemuksesta ja kasvamisesta. Niiden avulla voi näyttää toisille myös uudenlaisen puolen itsestään. (Ks. luku 5.4.) Valokuvaus ja ratsastaminen harrastuksena ja menetelmänä tukevat näin varsinkin psyykkistä kehitystä. Kyselymme vastanneiden sijoitetuista lapsista vain yksi harrasti ratsastusta. Valokuvausta ei mainittu.

Vastauksissa kerrottiin liikunnan auttavan purkamaan energiaa ja hallitsemaan myös aggressiivisuutta. Teoriapohjamme mukaan tunteita opetellaan miltei jokaisessa harrastuksessa. Esimerkiksi taiteen avulla lapsi oppii käsittelemään ja ilmaisemaan tunteitaan myös sanattomasti, kuten tanssin tai maalaamisen kautta (ks. luku 5.4), vaikka taiteen näkökulma ei tullut vanhempien vastauksissa juurikaan esiin. Sijaishuollossa olevilla lapsilla esiintyy usein tunne-elämän häiriöitä, joten tunteiden ilmaisua on harjoiteltava enemmän. Harrastukset antavat myös keinon purkaa tunteita turvallisesti. (Ks. luku 4.2.1.) Harrastusten avulla myös itsetuntemus lisääntyy, kun lapsi voi havaita harrastuksissa itsessään olevia tunteita. Näistä tunteista on hyvä keskustella tilanteiden jälkeen. Myös Valkosen tutkimuksessa (2014) kävi ilmi, että sijaisvanhempien ilonaiheena on se, kun lapsi edistyy alkutilanteesta sijaisperheessä asumisen aikana. Edistymisellä tarkoitettiin esimerkiksi aggressiivisuuden vähentymistä ja sitä, kun lapsi alkoi ottamaan enemmän kontaktia toisiin ihmisiin sekä näyttämään tunteitaan rohkeammin. Näin ollen myös harrastukset edesauttavat lapsen kuntoutumista.

Sinkkosen (2008) mukaan harrastaminen voisi olla enemmän spontaania yhdessä tekemistä, kuin suorituskeskeistä ja ylhäältä ohjattua toimintaa. Hänen mukaansa kilpailut eivät kannusta lapsia leikkimielisyyteen tai kokeiluhenkisyyteen. (Ks. luku 5.) Myös Teleman ja Laakson (2008) mukaan kilpaurheilu asettaa esteen moralliselle toiminnalle. Heidän mukaansa kilpaileminen on yh-

teistyön vastakohta, sillä kilpaurheilussa tavoitellaan itsekkäästi voittoa. (Ks. luku 5.3.1.) Kuitenkin kyselyyn vastanneiden sijaisvanhempien mukaan kilpailutilanteissa lapsi harjoittelee voittamisen ja häviämisen nostattamia tunteita. Näin ollen kilpailuasetelma ei ole välttämättä huono asia lapselle, sillä hän pääsee harjoittelemaan eri tunteiden käsittelyä. Myös negatiivisia, tässä tapauksessa, häviämisen nostattamia tunteita, on hyvä harjoitella. Elämässä kuitenkin joutuu kohtaamaan silloin tällöin pettymyksiä.

Vastauksissa painotettiin ryhmässä harrastamista, jossa opitaan sosiaalisia taitoja, kuten ongelmanratkaisua ja tiimityöskentelyä (ks. luku 5.2). Yhdessä harrastamisen tärkeys nousi esiin myös teoriassa. Ahon mukaan Bastianin (2000) tutkimuksessa kävi ilmi, että yhdessä musisointi parantaa huomattavasti lasten vuorovaikutustaitoja, emotionaalista herkkyyttä ja vastaanottokykyä. Ryhmäsosialisaatioteorian mukaan ystävyysuhteet ovat lapselle erityisen tärkeitä, sillä jo ennen kouluikää lapsi saa ikätovereistaan vertaisryhmän, jonka kautta opitaan sosiaalisia taitoja. Lapsi saa käyttäytymismalleja toisista lapsista ja kehittää näin omaa identiteettiään. (Ks. luku 4.2.) Kouluiässä ystävien merkitys lisääntyy, sillä lapset viettävät yhä enemmän aikaa kodin ulkopuolella. Ystävyysuhteet lisäävät lapsen hyvinvointia ja kehittävät itsetuntoa. (Ks. luku 4.2.) Kyselyn tulosten mukaan sijoitetut lapset saivat paljon positiivisia ihmissuhteita harrastusten avulla. Toimintapäivissämme lapset toimivat vertaisryhmässä, mikä vaati sosiaalisten taitojen käyttämistä. Mikäli ryhmätoiminta saman ryhmän kesken olisi jatkunut useamman kerran, olisivat vuorovaikutussuhteet kehittyneet pidemmälle. Voimme päätellä, että ryhmässä harrastaminen tukee lasten sosiaalista kehitystä vertaisryhmän kautta.

Toimintapäivissä harjoiteltiin juuri sosiaalisia taitoja. Keilailussa toimittiin perheittäin, mikä vahvisti perheen sisäisiä suhteita, koska se oli arjesta poikkeavaa yhteistoimintaa. Geokätköilyssä sekoitimme perheet keskenään, jolloin sijoitetut lapset pääsivät tutustumaan vertaisryhmään. Eri harrastuksiin yhdessä tutustuminen vahvistaa sosiaalisia taitoja. Sosiaaliset taidot rakentuvat yhteistyötaidosta, aloitteellisesta käyttäytymisestä, vastuusta, empatiakyvystä sekä itsekontrollista. (Ks. luku 4.2.) Etenkin geokätköilyssä tarvittiin yhteistyötaitoja oikean suunnan löytämiseen, kätköjen etsimiseen ja ryhmässä toimimiseen. Oma-aloitteisuus toisiin tutustumisessa oli lasten kesken vähäistä, mutta lapset keskustelivat kuitenkin aikuisten kanssa. Monilla lapsilla ilmeni toimintapäivien aikana sosiaalisia taitoja, kuten yhteistyötaitoja sekä tunteiden ilmai-



sua. Näitä taitoja harjoiteltiin yhdessä tekemällä. Tällaisilla perheen yhteisillä toimintapäivillä voidaan siis tukea sijoitettujen lasten sosiaalista ja psyykkistä kehitystä. Meidän oli kuitenkin vaikea päätellä ensimmäisen toimintapäivän tukevaa vaikutusta sosiaaliseen ja psyykkiseen kehitykseen, sillä emme osallistuneet toimintaan ja havainnointi jäi täten vähäiseksi. Havaintojemme ja toimintapäivistä saatujen positiivisten palautteiden perusteella voimme todeta, että päivät vaikuttivat positiivisesti lähes kaikkien osallistuneiden lasten mielen hyvinvointiin.

Vaikka emme keskittyneet opinnäytetyössämme fyysiseen kehitykseen, otimme sen huomioon, sillä se vaikuttaa myös henkiseen jaksamiseen. Kyselyssä myös monet vanhemmat keskittyivät fyysiseen puoleen, koska lapsilla oli monia liikuntaharrastuksia. Motoriset taidot tukevat vuorovaikutuksen ja kognitiivisten taitojen kehittymistä (ks. luku 5.3). Lisäksi on merkittävää, kuinka paljon sijoitetuilla lapsilla esiintyy ongelmia myös fyysisen kehitykseen liittyen. Sijoitetuilla lapsilla esiintyy huomattavan paljon puutteita perustoiminnoissa, kuten syömisessä, nukkumisessa ja rakon hallinnassa. Heillä esiintyy usein myös erilaisia kipuja kehossaan. (Ks. luku 2.3.2.) Kiputilat voivat johtua henkisestä pahoinvoinnista. Sijoitetuilla lapsilla ei ole yleensä ollut arki kunnossa omassa kodissaan, joten nukkumisen ja syömisen vaikeudet voivat liittyä arkirutiinien puutteeseen. Lapset eivät ole oppineet tietynlaisiin rutiineihin. Liikuntaharrastukset vaikuttavat siis fyysiseen kehitykseen ja tätä kautta henkiseen hyvinvointiin. Näin ollen liikunnan harrastaminen olisi hyvä kaikille lapsille, sillä se tukisi heidän kehitystään monella osa-alueella. Tämä tulikin esille kyselyn vastauksissa, joissa vanhemmat mainitsivat yleisen kunnan ja vireystason kohoavan harrastusten avulla.

Kyselyn vastausten perusteella voimme todeta, että harrastukset ovat tukena kuntoutumiselle silloin kun arki on kunnossa. Harrastuksilla on täten myös voimaannuttava vaikutus. Vastauksissa tuli esiin myös turvallisuuden tärkeys kehitykselle. Turvallinen ympäristö (turvalliset ihmissuhteet, fyysinen tila, koskemattomuus, mahdollisuus tunteiden näyttämiseen ja käsittelyyn) tukee psyykkistä kehitystä (ks. luku 4.1.1). Suurin osa vastauksista liittyi vuorovaikutukseen ja sosiaalisiin taitoihin. Tämä saattaa kertoa siitä, että vanhemmat pitävät näitä taitoja tärkeänä. Voimme päätellä, että harrastaminen vaikuttaa pääsääntöisesti positiivisesti lapsen kehitykseen, oli se sitten mikä harrastus tahansa.

## 9 POHDINTA

### 9.1 Opinnäytetyön onnistuminen

Tavoitteenamme oli selvittää, millä tavalla harrastuksilla voi tukea alle kymmenenvuotiaan ammatillisessa perhekodissa sijoitettuna olevan lapsen psyykkistä ja sosiaalista kehitystä. Järjestimme sijaisperheille kaksi toimintapäivää ja teetimme vanhemmille kyselyn. Toivoimme, että toimintapäivät virittäisivät vanhempia vastaamaan kyselyyn. Toimintapäivät liittyivät harrastusteemaan, ja niiden aikana muistutimme vanhempia vastaamaan sähköpostikyselyyn. Onnistuimme tässä, sillä kyselyyn vastanneista suurin osa oli toimintapäiviin osallistujia. Kun lähetimme kyselyitä muille APKL:n perhekodeille, vastausprosentti oli paljon pienempi näillä alueilla. Näin ollen perheiden tutustuminen meihin ja esittelemiimme harrastuksiin virittivät vanhempia vastaamaan kyselyyn, joka oli meille erittäin tärkeä tutkimuskysymyksen vastauksen kannalta. Olisimme kuitenkin toivoneet suurempaa vastausprosenttia, sillä vain noin 22 % vastasi kyselyyn. Vastausprosentti olisi voinut olla suurempi, mikäli olisimme tarjonneet jonkin kannustimen vastaamiseen, esimerkiksi arvontapalkinnon. Saamamme vastaukset olivat kuitenkin huolella mietitty, mikä auttoi aineiston analysointia ja johtopäätösten tekemistä. Pyrimmekin analysoimaan saamamme vastaukset huolellisesti. Sisällönanalyysi menetelmänä oli mielestämme kuitenkin hankala sisäistää käytännössä.

Koska teoriataustassa ilmeni harrastusten kannalta tärkeänä lapsen oma halukkuus harrastaa ja mahdollisuus vaikuttaa harrastuksen valintaan, olisimme voineet kyselyssä selvittää, ovatko lapset saaneet tuoda esille omaa mielipidettään harrastusvalinnoissa. Vaikka ensin ajattelimme, että kysymys *Missä iässä sijaislapset ovat aloittaneet harrastamisen?* oli turha, niin saimme kysymykseen liittyen mielenkiintoista teoriatietoa. Hyvä huomio teoriasta oli se, että pienemmän lapsen ensisijainen tehtävä on leikkiä. Harrastuksen aloittamisen sopivaa ikää on syytä siis pohtia. Lisäksi harrastusten sopivaa määrää on hyvä miettiä, ettei lapselle synny stressiä liiasta tekemisestä.

Ensimmäisessä toimintapäivässä olisimme voineet toimia paremmin. Huomasimme ohjauksen puutteen itse ja se tuli ilmi myös palautteissa. Vaikka alussa yritimme kysyä ohjauksen tarpeesta, olisi meidän pitänyt aktiivisemmin kiertää auttamassa perheitä keilauksessa. Geokätköilyyn olimme valmistautuneet paremmin ja ohjasimme enemmän. Toimintapäivien aikana saimme har-

joitella ryhmän ohjaamista, ja meillä on nyt lisää kokemusta siitä. Koimme oppivamme lisää ryhmän ohjaamisesta. Oppimisemme näkyy jo siinä, että paransimme ohjaustamme ensimmäisestä päivästä. Ammattitaito kehittyi vain harjoittelemalla ja saamalla lisää kokemuksia.

Toivoimme, että näiden kahden eri harrastusten esittely ja kokeileminen innostaisi lapsia ja perheitä harrastamaan niitä jatkossakin. Palautteesta ja keskustelusta sijoitettujen lasten kanssa kävi ilmi, että geokätköily harrastuksena jakoi mielipiteitä. Toiset eivät pitäneet geokätköilyä mielekkäänä, kun taas toiset innostuivat harrastuksesta. Keilailu lajina tuntui taas monelle olevan paljon mieluisampi ja palautteen perusteella perheet voisivat harrastaa keilailua jatkossa. Näin ollen toimintapäivämme saivat lapset ja vanhemmat innostumaan keilailusta ja löytämään mahdollisesti uuden harrastuksen. Me taas innostuimme geokätköilystä sitä kokeillessamme ensimmäistä kertaa opinnäytetyön suunnitteluvaiheessa. Jos geokätköilyssä olisi ollut kaikilla oikeanlaiset laitteet, olisi se voinut innostaa lapsia ja vanhempia vielä enemmän. Olimme ottaneet vain yhden kartan joka ryhmään. Huomasimme, että tekemiämme karttoja olisi voinut olla jokaiselle ryhmäläiselle, mikä olisi voinut lisätä innostusta kätköilyyn. Kenties perheet innostuvat geokätköilystä lisää, mikäli he kokeilevat sitä vielä keskenään vapaa-aikana.

Opimme paljon myös aiheeseen liittyvään teoriaan perehtymisessä. Tulimme paljon lähemmäksi perhekotiin ja harrastuksiin liittyviä aiheita. Saimme lisää varmuutta lastensuojelun asiakkaiden kanssa työskentelystä teorian ja käytännön kautta. Opimme myös tutkimuksen tekemisestä paljon. Opinnäytetyön tekeminen aikataulullisesti oli kuitenkin epätasaista, ja olisimme voineet aikatauluttaa työmme eri vaiheet paremmin. Käytimme liikaa aikaa teorian koaamiseen ja liian vähän aikaa analyysin ja johtopäätösten tekemiseen. Työskentelyllämme oli lisäksi jonkin verran pidempiä välejä, jolloin emme tehneet työtä ollenkaan. Toimintapäivien järjestelyyn käytimme sopivasti aikaa.

## 9.2 Eettisyys ja luotettavuus

Eettinen työ vaatii sen, että on tutustuttu aiheeseen liittyviin muihin tutkimuksiin ja yhdistelty vanhaa tietoa uuteen. Opinnäytetyössämme keräsimme teoriaa monista eri lähteistä, suurimmaksi osaksi kirjallisuudesta. Peilasimme keräämäämme teoriapohjaa kyselyistä ja toimintapäivistä kerättyihin tuloksiin. Pyrimme tekemään työmme rehellisesti ja huolellisesti sekä esittämään tutki-

mustulokset tarkasti. Kirjasimme ylös kyselystä saamamme vastaukset ja analysoimme ne yksityiskohtaisesti. Viittasimme lähteisiin tarkasti, jotta lukijalle on selkeää alkuperäislähteen tekijä. (Ks. Vilka 2005, 30, 34.)

Toimimme eettisesti tutkittavien anonymiteetin säilyttämiseksi. Emme tuoneet vastauksia analysoidessamme esiin, mitkä kuusi perhekotia Etelä-Suomen APKL:stä olivat vastanneet kyselyihin. Saatekirjeessä olisi pitänyt kertoa, että vastaukset käsitellään anonyymisti. Kyselyyn vastaamisen muistutusviestissä kuitenkin kerroimme, että vastaukset käsitellään opinnäytetyössämme nimettömästi. (Ks. liite 3.) Pyrimme analysoimaan tulokset niin, ettei vastaajia voida tunnistaa niistä (ks. Vilka 2005, 35). Tämän koimme erityisen tärkeäksi, koska kohderyhmänämme ovat lastensuojelun asiakkaana olevat lapset. Anonymiteetti on tärkeää lastensuojelun kentällä.

Olemme huomioineet eettisyyden myös niin, että kyselystä saatu aineisto on purettu tasapuolisesti, emmekä ole jättäneet pois vastauksia tai painottaneet joitain enemmän kuin toisia (ks. Vilka 2005, 166). Opinnäytetyömme luotettavuutta lisäsi se, että meitä oli kolme pohtimassa kyselyn kysymysten rakentamista, kyselyn vastauksia sekä havainnoinnin tuloksia. Tätä kutsutaan tutkijat-riangulaatioksi. (Ks. Eskola & Suoranta 2014, 70.) Eri näkökulmilla saimme opinnäytetyöstämme laajemman ja monipuolisemman. Pyrimme myös saamaan kyselystä niin selkeän, että vastaajat ymmärtäisivät kysymykset oikein, eikä luotettavuus kärsisi väärinymmärrysten takia. Luotettavuutta lisää myös se, että tutustuimme aiheeseen kirjallisuuden ja aiempien tutkimusten avulla. Reflektoimme aineistomme tuloksia edellä mainittuihin, ja ne vastasivat pitkälti toisiaan. Olemme myös kuvanneet opinnäytetyön toteutuksen yksityiskohtaisesti, esimerkiksi toimintapäivien tarkkojen kuvausten avulla. Kerroimme myös tutkimuksen vastausprosentin ja selostimme tarkasti, millä tavalla aineisto kerättiin. (Ks. Vilka 2005, 162, 166.) Luotettavuutta lisäsi myös se, että käytimme erilaisia aineistonhankinta- ja tutkimusmenetelmiä. Tätä kutsutaan menetelmätriangulaatioksi. Keräsimme tietoa tutkimuskysymykseen kyselyllä ja havainnoimme lisäksi kohderyhmää toimintapäivien avulla. (Ks. Eskola & Suoranta, 2014, 70.)

Järjestimme vain kaksi toimintapäivää, jossa esittelimme eri harrastuksia emmekä näin päässeet konkreettisesti näkemään kuinka harrastukset vaikuttavat psyykkiseen ja sosiaaliseen kehitykseen. Mikäli olisimme järjestäneet harras-

tustoimintaa useamman kerran samalle ryhmälle, olisimme voineet saada luotettavampia tutkimustuloksia myös havainnoinnista. Tarkoituksenamme oli aluksi tehdä toiminnallinen opinnäytetyö ja saada toiminnalla vastaus kysymykseemme. Jos olisimme halunneet säilyttää opinnäytetyön pelkkänä toiminnallisena, olisi pitänyt suunnitella toiminta alusta uudelleen ja pitää useampi harrastuspäivä samalle ryhmälle. Kahden päivän perusteella ei pysty juuri tekemään luotettavia havaintoja ja johtopäätöksiä. Toimintapäivämme toimivat silti hyvänä tukena kyselymme ja teoriapohjamme kanssa. Toimintapäivien aikana huomioimme jokaisen osallistujan. Esimerkiksi geokätköilyn palautetuokiossa jaoin palautelaput kaikille, sekä lapsille että vanhemmille. Lapset saivat harjoitella palautteen antamista, ja isommat sisarukset auttoivat pienempiä tarvittaessa. Palautteen antaminen on hyvä taito sosiaalista kehitystä ajatellen. Isommat sisarukset saivat neuvoa pienempiä, mikä on hyvä taito sekin.

### 9.3 Jatkotutkimuksen tarve

Aloittaessamme opinnäytetyön huomasimme, että harrastusten merkityksestä kehitykseen ei ollut paljon aiempaa tietoa tai tutkimuksia. Kirjallisuudessa oli tietoa yksittäisistä harrastuksista, kuten musiikista ja liikunnasta erikseen. Näin ollen lähdimme selvittämään vastausta kysymykseen keräämällä mahdollisimman paljon tietoa aiheesta ja yhdistelemällä eri tietoja keskenään. Lisätutkimukselle aiheesta olisi varmasti tarvetta. Huomasimme, että moni lastensuojelua ja harrastuksia koskeva kirjallisuus koski nuoria, joten aihetta voisi tutkia lisää juuri alle 10-vuotiaiden näkökulmasta, ja painottaa lastensuojelun näkökulmaa. Varsinkin sijaisperheissä harrastetaan paljon, joten aiheen lisätutkimuksesta voisi olla paljonkin hyötyä huostaan otettujen lasten kehityksen tukemisessa.

Aihetta voitaisiin lähestyä esimerkiksi haastattelemalla Ammatillisten perhekotien liittoon kuuluvia vanhempia. Jatkotutkimuksena voitaisiin myös tutkia aihetta lasten näkökulmasta, haastattelemalla tai teettämällä kyselyn heille. Näin aiheeseen saataisiin erilainen näkökulma. Jatkotutkimuksena voisi myös esimerkiksi toteuttaa harrastustoimintaa useana kertana samalle ryhmälle. Näin saataisiin kattavampi kuva pitkäaikaisen harrastustoiminnan vaikutuksista. APKL:n perhekodit voivat hyödyntää kuitenkin tämän opinnäytetyön tuloksia omassa toiminnassaan, vaikka ammatillisten perhekotien sijaisvanhemmil-

la on varmasti paljon tietoa lasten kehityksestä ja sijaislasten yleisimmistä puutteista kehityksen eri osa-alueilla. Harrastukset tukevat kehitystä, joten niitä on pidettävä merkityksellisinä lapsen elämässä ja lapsia on kannustettava harrastustoimintaan.

## LÄHTEET

Aho, K. Musiikin harrastaminen ja lasten henkinen kehitys. Kauniaisten musiikkiopisto. Saatavissa: <http://www.kaumo.fi/index.php?id=86> [viitattu 20.5.2015].

Ahonen, H. 1994. Löytöretki itseen. Musiikki, kuva ja liike itseilmaisun välineen ja itsetuntemuksen lisääjänä. Helsinki: Kirjayhtymä.

Ahonen, T., Viholainen, H., Cantell, M. & Rintala, P. 2005. Motoriikka ja oppimisvaikeudet. Teoksessa: Rintala, P., Ahonen, T., Cantell, M. & Nissinen, A. (toim.) Liiku ja opi. Jyväskylä: PS-kustannus.

Anttila, E. 2009. Tanssii tähtien kanssa – luova liikunta ja tanssi varhaiskasvatuksessa. Teoksessa: Ruokonen, I., Rusanen, S. & Välimäki, A.-L. Taidekasvatus varhaiskasvatuksessa. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen opas. Saatavissa: <http://www.julkari.fi/handle/10024/80314> [viitattu 21.4.15].

APKL RY. Ammatillisten perhekotien liitto. Saatavissa: <http://apkl.fi/apkl-ry/> [viitattu 29.12.2014].

Bronson, M. 2000. Self-regulation in early childhood. New York: The Guilford press.

Cacciatore, R., Korteniemi-Poikela, E. & Huovinen, M. 2008. Miten tuen lapsen ja nuoren itsetuntoa. Helsinki: WSOY.

Calkins, S. D & Fox, N. 2002. Self-regulatory process in early personality development. Development and Psychopathology.

Eskola, J. & Suoranta, J. 2014. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino oy.

Euramaa, K.-I. (toim.) 2001. Ryhmätoiminta lapsiperhe-projektin perhetyössä: Kokemuksia ja näkemyksiä vertaisryhmistä. Helsinki: Mannerheimin Lastensuojeluliitto.

Geokätköily – GPS-aartenetsintää. Geokätköt. Saatavissa: <http://www.geokätköt.fi> [viitattu 13.2.2015].

Hevonen auttaa oivaltamaan olennaisen. My Empower Mission. Saatavissa: [http://myempowermission.fi/?page\\_id=10](http://myempowermission.fi/?page_id=10) [viitattu 5.8.2015].

Huhta, A. 2009. Hevosen parantava voima – sosiaalipedagoginen hevostoiminta lastensuojelutyössä. Saatavissa: [http://files.kotisivukone.com/hevostoiminta.kotisivukone.com/pilke\\_2009\\_sph1.pdf](http://files.kotisivukone.com/hevostoiminta.kotisivukone.com/pilke_2009_sph1.pdf) [viitattu 5.8.2015].

Hurme, H. 2008. Perhe kehityksen kontekstina. Teoksessa: Lyytinen, P., Korkiakangas, M. & Lyytinen, H. (toim.) Näkökulmia kehityspsykologiaan: kehitys kontekstissaan. 1. – 8. painos. Helsinki: WSOY.

Kalland, M. 2011. Varhaislapsuuden tunnesuhteet ja sijoitettu lapsi. Teoksessa: Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.) Varhaislapsuuden tunnesuhteet ja niiden suojeleminen. 1. painos. Helsinki: WSOYpro OY.

Kananoja, A., Lähteinen, M. & Marjamäki, P. (toim.) 2011. Sosiaalityön käsikirja. 3. uudistettu laitos. Helsinki: Tietosanoma.

Kantomaa, M., Syväoja, H. & Tammelin, T. 2013. Liikunta – hyödyntämätön voimavara oppimisessa ja opettamisessa. Liikunta & Tiede 4/2013.

Karppinen, S. 2009. Kädentaidot ja käsityökasvatus. Teoksessa: Ruokonen, I., Rusanen, S. & Välimäki, A.-L. Taidekasvatus varhaiskasvatuksessa. Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen opas. Saatavissa: <http://www.julkari.fi/handle/10024/80314> [viitattu 21.4.15].

Karvonen, R. 2011. Voimaantumista ei voi opettaa, mutta sen voi mahdollistaa. Teoksessa: Lämsä, A.-L. (toim.) Mieli maasta – Masentuneen nuoren kohtaaminen ja tukeminen. Jyväskylä: PS-kustannus.

Kasvatus ja kasvatustietoisuus. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Saatavissa: [http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemmuus\\_ja\\_kasvatus/kasvatuksen\\_tapoja/](http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemmuus_ja_kasvatus/kasvatuksen_tapoja/) [viitattu 21.4.15].

Koljonen, M. 2005. Psykomotorisen harjaannuttamisen mahdollisuudet. Teoksessa: Rintala, P., Ahonen, T., Cantell, M. & Nissinen, A. (toim.) Liiku ja opi. Jyväskylä: PS-kustannus.



Kronqvist, E.-L. & Pulkkinen, M-L. 2007. Kehityspsykologia — Matkalla muutokseen. 1. painos. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit.

Kuoppala, T. & Säkkinen, S. 2014. Lastensuojelu 2013. Tilastoraportti 26/2014. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus. Saatavissa: [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116946/Tr26\\_14.pdf?sequence=3](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116946/Tr26_14.pdf?sequence=3) [viitattu 21.12.2014].

Kuula, A. Toimintatutkimus. Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto: Kvalitatiivisen menetelmäopetuksen tietovaranto. Saatavissa: [http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L5\\_4.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L5_4.html) [viitattu 24.7.2015].

Kyselylomakkeen laatiminen. 2010. Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto: Menetelmäopetuksen tietovaranto. Päivitetty: 26.08.2010. Saatavissa: <http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kyselylomake/laatiminen.html> [viitattu 24.7.2015].

Laatua lastensuojeluun. Ammatillisten perhekotien liitto. Saatavissa: <http://apkl.fi/apkl-ry/> [viitattu 29.12.2014].

Lastensuojelulaki 13.4.2007/417.

Lastensuojelun perhehoidon vahvuudet. Perhehoitoliitto. Saatavissa: [http://www.perhehoitoliitto.fi/sijaisvanhemmaksijaisvanhemmuus/perhehoidon\\_vahvuudet](http://www.perhehoitoliitto.fi/sijaisvanhemmaksijaisvanhemmuus/perhehoidon_vahvuudet) [viitattu 23.7.2015].

Maailman ihanin tyttö – valokuvaprojekti. Voimauttava valokuva. Saatavissa: <http://www.voimauttavavalokuva.net/etusivu.htm> [viitattu 4.8.2015].

Mitjonen, J. 2014. Lapset hyötyvät harrastuksista – useatkaan treenit viikossa eivät ole pienelle koululaiselle liikaa. Artikkelin Helsingin Sanomien internetsivuilla. Päivitetty: 10.11.2014. Saatavissa: <http://www.hs.fi/elama/a1305896147253> [viitattu 24.7.2015].

Muhonen, J., Lallukka, K. & Turtiainen, P. 2009. Pienryhmätoiminta lasten ja nuorten ehkäisevän työn menetelmänä. Jyväskylä: YAD Youth Against Drugs ry.

Myllyniemi, S. & Berg, P. 2013. Nuoria liikkeellä! Nuorten vapaa-aikatutkimus 2013. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriö, Valtion liikuntaneuvosto, Nuori-soasiain neuvottelukunta, Nuorisotutkimusverkosto.

Mäkinen, P., Raatikainen, E., Rahikka, A. & Saarnio, T. 2011. Ammattina so-sionomi. 1.-2 painos. Helsinki: WSOYpro.

Mäntymaa, M. & Puura, K. 2011. Varhainen vuorovaikutus ja aivojen kehitys. Teoksessa: Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.) Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. 1. painos. Helsinki: WSOYpro OY.

Mäntymaa, M. & Tamminen, T. 1999. Varhainen vuorovaikutus ja lapsen psyykkinen kehitys. Duodecim artikkeli. Saatavissa:  
[http://www.duodecimlehti.fi/web/guest/uusinnumero?p\\_p\\_id=Article\\_WAR\\_DL6\\_Articleportlet&\\_Article\\_WAR\\_DL6\\_Articleportlet\\_viewType=viewArticle&\\_Article\\_WAR\\_DL6\\_Articleportlet\\_tunnus=duo91150](http://www.duodecimlehti.fi/web/guest/uusinnumero?p_p_id=Article_WAR_DL6_Articleportlet&_Article_WAR_DL6_Articleportlet_viewType=viewArticle&_Article_WAR_DL6_Articleportlet_tunnus=duo91150)

Perheeseen sijoitettu lapsi tarvitsee tukea tunteiden käsittelyyn. 2014. Perhehoitoliitto. Saatavissa:  
[http://www.perhehoitoliitto.fi/ajankohtaista/tiedotteet\\_ja\\_uutiset/perheeseen\\_sij\\_sijointe\\_lapsi\\_tarvitsee\\_tukea\\_tunteiden\\_kasittelyyn.1224.news](http://www.perhehoitoliitto.fi/ajankohtaista/tiedotteet_ja_uutiset/perheeseen_sij_sijointe_lapsi_tarvitsee_tukea_tunteiden_kasittelyyn.1224.news) [viitattu 4.8.2015].

Perhehoidon ABC – käsikirja perhehoitajille. Tampereen kaupunki. Saatavissa:  
[http://www.tampere.fi/material/attachments/p/67tYknfYy/Perhehoidon\\_ABC.pdf](http://www.tampere.fi/material/attachments/p/67tYknfYy/Perhehoidon_ABC.pdf) [viitattu 28.3.2015].

Perhehoitolaki 20.3.2015/263.

Pusa, T. 2009. Taide kestää elämän – taiteen terapeuttisuus varhaiskasvatuk-sessa. Teoksessa: Ruokonen, I., Rusanen, S. & Välimäki, A.-L. (toim.) Taidekasvatus varhaiskasvatuksessa. Helsinki: Yliopistopaino Oy.

Puustjärvi, A. 2011. Lapsen tasapainoisen kehityksen tukeminen. PowerPoint-esitys. Suomen Ortodoksisten Opettajien Liitto ry. Saatavissa:  
<http://www.sooli.fi/kevat2011/lapsentasapainoisenkehityksentukeminen.pdf> [viitattu 21.4.15].

Pölkki, P. 2008. Uusi mahdollisuus: Millaista aikuisen tukea sijaishuollossa oleva nuori tarvitsee identiteetilleen? Teoksessa: Lahikainen, A R., Punamäki, R.-L. & Tamminen, T. Kulttuuri lapsen kasvattajana. Helsinki: WSOY.

Pösö, T. 2004. Kasvatustyö sijaishuollossa. Teoksessa Puonti, A., Saarnio, T. & Hujala, A. (toim.) Lastensuojelu tänään. 2. painos. Helsinki: Tammi.

Rintala, P., Ahonen, T., Cantell, M. & Nissinen, A. 2005. Liiku ja opi. Jyväskylä: PS-kustannus.

Ruokonen, I. 2009. Musiikillista oppimisympäristöä luomaan. Teoksessa: Ruokonen, I., Rusanen, S. & Välimäki, A.-L. Taidekasvatus varhaiskasvatuksessa. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen opas. Saatavissa: <http://www.julkari.fi/handle/10024/80314> [viitattu 21.4.15].

Ruoppila, I. 2008. Lapsuudesta nuoruuteen. Teoksessa: Lyytinen, P., Kor-kiakangas, M. & Lyytinen, H. (toim.) Näkökulmia kehityspsykologiaan: kehitys kontekstissään. 1.–8. painos. Helsinki: WSOY.

Rusanen, S. 2009. Lapsen kuvista kulttuurin kuviin. Teoksessa: Ruokonen, I., Rusanen, S. & Välimäki, A.-L. (toim.) Taidekasvatus varhaiskasvatuksessa. Helsinki: Yliopistopaino Oy.

Saastamoinen, K. 2008. Lapsen asema sijaishuollossa – Käsikirja arjen toimintaan. Helsinki: Edita Publishing Oy.

Salmela-Aro, K. & Nurmi, J.-E. 2002. Mikä meitä liikuttaa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Sijaishuollosta. Ammatillisten Perhekotien Liitto. Saatavissa: <http://apkl.fi/sijaishuollosta/> [viitattu 1.2.2015].

Sijaisperheille. Pelastakaa Lapset. Saatavissa: <http://www.pelastakaalapset.fi/toiminta/lastensuojelutyo/kehittamishankkeet/peppi-hanke/sijaisperheille/> [viitattu 28.3.2015].

Sinkkonen, J. 2008. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. Toinen painos. Helsinki: WSOY

Sääkslahti, A., Soini, A., Mehtälä, A., Laukkanen, A. & Iivonen, S. 2013. Liikunnallisen lapsuuden askelmerkit asetetaan jo päiväkotiiässä. *Liikunta & Tiede-lehti* 2–3/2013.

Telama, R. & Laakso, L. 2008. Liikunta ja urheilu lasten ja nuorten sosiaalisesta kehityksen ympäristönä. Teoksessa: Lyytinen, P., Korhonen, M. & Lyytinen, H. (toim.) *Näkökulmia kehityspsykologiaan: kehitys kontekstissaan*. 1. – 8. painos. Helsinki: WSOY.

Tervonen-Arnkil, K. 2007. Miten eri terapioidissa työskennellään ja autetaan lasta. Teoksessa: Tervonen-Arnkil, K. (toim.) 2007. *Lapsen kanssa – olennaista etsimässä*. Artikkelikokoelma *Minun Elämäni* -projektin työstä 2003–2006. Helsinki: Pelastakaa Lapset ry.

Toivanen, T. 2009. Draamakasvatuksen mahdollisuudet varhaiskasvatuksessa. Teoksessa: Ruokonen, I., Rusanen, S. & Välimäki, A.-L. *Taidekasvatus varhaiskasvatuksessa. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen opas*. Saatavissa: <http://www.julkari.fi/handle/10024/80314> [viitattu 21.4.2015].

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2006. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 1.—4. painos. Helsinki: Tammi.

Tuovila, P. 2008. Menetykset ja lapsen kehitys. Teoksessa: Ketola, J. (toim.) *Menetyksistä mahdollisuuksiin – Perhehoitoa lasten ja vanhemmuuden tueksi*. Jyväskylä: PS-kustannus.

Valkonen, L. 2014. *Sijaisvanhemmat*. Jyväskylä: Perhehoitoliitto.

Vertaissuhteet. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Saatavissa: <http://www.mll.fi/kasvattajille/kiusaamisen-ehkaiseminen/vertaissuhteet/> [viitattu 4.8.2015].

Viljamaa, J. 2013. *Tue lapsesi lahjakkuutta*. Helsinki: WSOY.

Vilka, H. 2005. *Tutki ja kehitä*. Helsinki: Tammi.

Vilka, H. 2007. *Tutki ja kehitä*. 1.–2. painos. Helsinki: Tammi.

Voimauttavan valokuvan menetelmä. Voimauttava valokuva. Saatavissa:  
<http://www.voimauttavavalokuva.net/menetelma.htm> [viitattu 4.8.2015].

Väliavaara, C. 2010. Ihmeet tapahtuvat arjessa! - kiintymyssuhteissaan traumatisoituneiden lasten tukeminen varhaiskasvatuksessa. Pesäpuu ry:n julkaisu.  
Saatavissa:  
[http://www.pesapuu.fi/media/uploads/dokumentit/raportit/traumatisoitunut\\_lapsi\\_varhaiskasvatuksessa.pdf](http://www.pesapuu.fi/media/uploads/dokumentit/raportit/traumatisoitunut_lapsi_varhaiskasvatuksessa.pdf) [viitattu 4.8.2015].

1. Minkä ikäisiä ja mitä sukupuolta perheenne sijoitetut lapset ovat?
2. Mitä perhekotinne alle 10-vuotiaat sijoitetut lapset harrastavat?
3. Onko näillä lapsilla ollut aiemmin muita harrastuksia? Jos, niin mitä?
4. Missä iässä he ovat aloittaneet harrastamisen?
5. Kuinka usein nämä lapset käyvät harrastuksissa?
6. Harrastavatko he yksin vai ryhmän/joukkueen kanssa?

7. A) Onko harrastuksista mielestänne ollut hyötyä kyseisten lasten kuntoutumiselle ja sosiaaliselle sekä psyykkiselle kehitykselle?

B) Jos, niin millä tavalla? Esim. luettele missä asioissa näet kehityksen tapahtuneen?

C) Mitä eroa olette huomanneet eri harrastuksien vaikutuksesta sosiaaliselle ja psyykkiselle kehitykselle? (Esimerkiksi verratessa joukkueurheilua taideharrastuksiin.)

Hei!

Olemme kolme Kymenlaakson ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijaa Nadja, Heidi ja Jenna. Teemme opinnäytetyötä Ammatillisten Perhekotien Liitolle ja aiheenamme on, miten harrastuksilla voi tukea sijaisperheissä olevien lasten tervettä kehitystä. Keskitymme psyykkiseen ja sosiaaliseen kehitykseen ja alle 10 vuotiaisiin lapsiin. Viitekehiksenä on harrastusten voimaannuttava ja kuntouttava merkitys.

Keräämme aineistoa työhömmе teiltä kyselyn avulla, joten siihen vastaaminen olisi meille erittäin tärkeää. Pyydämme siis vastaamaan liitteenä olevaan kyselyyn ajatuksella. Muistakaa tarkastella kysymyksiä varsinkin alle 10 vuotiaiden lasten näkökulmasta, sillä suoritamme lastentarhanopettajan kelpoisuuden opinnoissamme. Toivoisimme, että vastaisitte kyselyihin 12.4 mennessä sähköpostiin [nadja.makinen@student.kyamk.fi](mailto:nadja.makinen@student.kyamk.fi).

Opinnäytetyöhömmе liittyy myös kaksi toimintapäivää, joista toinen vietettiin lauantaina 14.3 keilailun merkeissä. Kutsumme teidät myös toiseen toimintapäiväämmе lauantaina 11.4, jolloin geokätköilemmе. Liitteenä on tarkemmat tiedot tuosta päivästä. Olisi todella mukavaa, jos moni pääsisi paikalle viettämään päivää ulkoilun merkeissä! Ilmoittautumiset sähköpostiin [nadja.makinen@student.kyamk.fi](mailto:nadja.makinen@student.kyamk.fi) tiistaihin 7.4 mennessä.

Ystävällisin terveisin,

Nadja Mäkinen, Jenna Lepistö ja Heidi Tuominen

Kymenlaakson ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijat



Hei!

Lähetimme 20.3 teille kyselyn liittyen sijaisperheiden lasten harrastuksiin. Jos ette ole vielä vastannut kyselyyn, olisi todella tärkeää, että vastaisitte **12.4** mennessä sähköpostiin **nadja.makinen@student.kyamk.fi**. Kyselyn vastaukset käsitellään nimettömänä opinnäyte-työssämme. Vastauksenne olisi meille erittäin tärkeitä, sillä tutkimme aiheita kyselyiden avulla. (Alla vielä lähettämämme sähköposti.) Kiitos paljon vaivannäöstänne! Kysely on liitteenä.

Tämän lisäksi muistutamme vielä **lauantain 11.4 geokätköilystä**. Tulkaa mukaan pitämään yhdessä mukava päivä! Ilmoittautumiset sähköpostiin [nadja.makinen@student.kyamk.fi](mailto:nadja.makinen@student.kyamk.fi) **torstaihin 9.4** mennessä, kiitos! Nähdään lauantaina **klo 13** Lahden Kirkkopuiston lähteen luona, Kirkkokadun puolella! Liitteenä vielä tarkemmat tiedot tuosta päivästä.

Hyvää pääsiäistä!

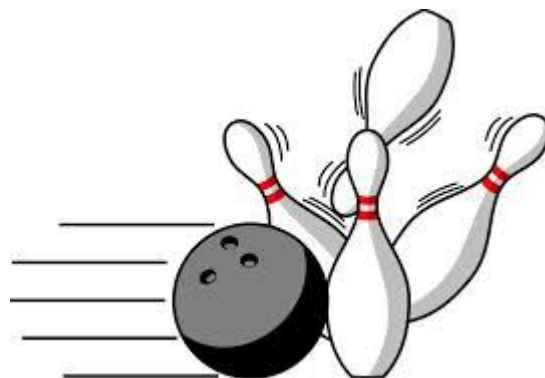
Iloisin terveisin,

Nadja Mäkinen, Jenna Lepistö & Heidi Tuominen

Kyminlaakson Ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijat

## TERVETULOA KEILAAMAAN!

- Toivotamme tervetulleeksi perheet, joissa on alle 10-vuotiaita lapsia, myös sisarukset sekä vanhemmat ovat tervetulleita!



- Lauantaina 14.3. klo 12–13
- Paikkana Lahden hohtokeila:  
Vapaudenkatu 18, 15110 Lahti
- Tavataan klo 11.45 keilahallin edessä
- Keilailun jälkeen on varattu kabinettitila klo 14 asti keskustelua ja herkuttelua varten
- APKL kustantaa keilauksen

Terveisin Kymenlaakson ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijat

Jenna Lepistö, Nadja Mäkinen ja Heidi Tuominen

**Kiitos että osallistutte opinnäytetyöhömme!**

## Palautekysely vanhemmille

1. Mitä piditte toiminnasta ja oliko se mielestänne sopivaa kohderyhmällemme?

2. Mitä olisimme voineet tehdä eri tavalla ja jäikö meiltä jotain huomioimatta?

3. Voisitko nähdä perheenne harrastavan tätä jatkossa?

Kiitos osallistumisestanne ja palautteesta!

Ystävällisin terveisin sosionomiopiskelijat Jenna Lepistö, Nadja Mäkinen ja Heidi Tuominen



## GEOKÄTKÖILEMÄÄN!

- Toivotamme tervetulleeksi perheet, joissa on alle 10-vuotiaita lapsia, myös sisarukset sekä vanhemmat ovat tervetulleita!
- Lauantaina 11.4.15 kello 13 kokoontuminen Lahden Kirkkopuiston suihkulähteellä (Kirkkokadun puolella)
- Lopuksi kokoonnumme Fellmanniassa noin kello 15, tarjolla mehua ja herkkuja
- Muistakaa pukeutua sään mukaan lämpimästi, koska olemme ulkona



(Geokätköilyyn voitte tutustua aiemmin [geocaching.com](http://geocaching.com) – sivustossa, halutessanne voitte ladata älypuhelimienne Geocaching-sovelluksen.)

Tarjoamme hauskaa ulkoilua ja yhdessäoloa! 😊

Terveisin Kymenlaakson ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijat  
Jenna Lepistö, Nadja Mäkinen ja Heidi Tuominen

**Kiitos että osallistutte opinnäytetyöhömmme**

The screenshot shows the Geocaching website interface with a map of Lahti, Finland. The map is populated with several geocache icons, each labeled with a letter from a to g. Handwritten notes in blue and red ink provide details for each cache:

- 1.f) Wellan beton:** Located near the intersection of Keskuskatu and Keskuskatu.
- 2.c) Lavinan rata:** Located near the intersection of Keskuskatu and Keskuskatu.
- 3.a) Sirkätkö:** Located near the intersection of Keskuskatu and Keskuskatu.
- 4.g) Wellamo LKS:** Located near the intersection of Keskuskatu and Keskuskatu.
- a) Sirkätkö:** Located near the intersection of Keskuskatu and Keskuskatu.
- b) paavalan siltä:** Located near the intersection of Keskuskatu and Keskuskatu.
- c) Lavinan rata:** Located near the intersection of Keskuskatu and Keskuskatu.
- d) Lahti Alfabetti-E-äiväisiä etä:** Located near the intersection of Keskuskatu and Keskuskatu.
- e) Juvastalon uitemetuneli:** Located near the intersection of Keskuskatu and Keskuskatu.
- f) Wellamo betonihii:** Located near the intersection of Keskuskatu and Keskuskatu.
- g) Wellamo LKS:** Located near the intersection of Keskuskatu and Keskuskatu.

Additional handwritten notes include:

- Kerän saattajat:** A button on the website interface.
- Lahti:** The search bar text.
- Geocaching.com:** The website logo and URL.

+

-

Kiitos osallistumisesta ja vastauksista! 😊