

# ERITYISTÄ TUKEA TARVITSEVIEN LASTEN VANHEMPIEN TUKEMINEN – Kirjallisuuskatsaus

Katariina Hiltunen  
Saara Kämppi

Opinnäytetyö  
Toukokuu 2011

Hoitotyön koulutusohjelma  
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala





Tekijä(t) HILTUNEN, Katariina KÄMPPI, Saara	Julkaisun laji Opinnäytetyö	Päivämäärä 09.05.2011
	Sivumäärä 50	Julkaisun kieli Suomi
	Luottamuksellisuus ( ) saakka	Verkojulkaisulupa myönnetty ( X )
Työn nimi ERITYISTÄ TUKEA TARVITSEVIEN LASTEN VANHEMPIEN TUKEMINEN - KIRJALLISUUSKATSAUS		
Koulutusohjelma Hoitotyön koulutusohjelma		
Työn ohjaaja(t) PUNNA, Mari POHJOLAINEN, Maritta		
Toimeksiantaja(t) Jyväskylän ammattikorkeakoulu, HYVIpiste		
Tiivistelmä Vanhemmuuden tukeminen erityistä tukea tarvitsevan lapsen kohdalla on erityisen tärkeää vanhempien jaksamisen ja pärjäämisen vuoksi. Tutkimuksen tarkoituksena oli tuottaa tietoa erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhempien tuen tarpeesta ja käytetyistä tukimuodoista. Tavoitteena oli tuottaa tietoa vanhemmuuden tukimuotojen kehittämiseen, silloin kun perheessä on erityistä tukea tarvitseva lapsi.  Tutkimusmenetelmänä käytettiin kirjallisuuskatsausta. Tutkimuksen aineiston haku tehtiin useammasta eri tietokannasta, joista oletettiin löytyvän asetettujen tutkimuskysymysten kannalta oleellista tietoa. Kattavan haun takaamiseksi tutkimuksia haettiin sekä sähköisesti että manuaalisesti. Opinnäytetyön aineisto koostui 10 tutkimuksesta. Aineisto analysoitiin teemoittelemalla se vanhemmuuden roolikartan mukaan.  Kirjallisuuskatsaus toi esille erityistä tukea tarvitsevan lapsen tuovan monenlaisia haasteita vanhemmuuteen. Vanhemmat kokivat riittämättömyyden tunnetta ja neuvottomuutta, oma jaksaminen oli koetuksella sekä arjen pyörittäminen tuntui haasteelliselta. Vanhemmuuden tukimuotoja oli tarjolla, mikäli vanhemmat osasivat ne etsiä ja hyödyntää. Apu piti itse löytää, sitä ei kukaan tullut tarjoamaan. Tukimuodot koettiin hyväksi. Vanhemmat saivat apua jaksamiseen, keinoja lapsen kanssa pärjäämiseen sekä arjen hallintaan. Työtä voi hyödyntää erityistä tukea tarvitsevien lasten kanssa työskentelevät eri alojen ammattilaiset sekä lasten vanhemmat. Ammattilaiset saavat työstä kuvauksen siitä, mitä haasteita vanhemmilla on arjessa ja mihin he tarvitsevat apua. Vanhemmat taas saavat arvokkaita vinkkejä eri tukimuodoista ja siitä, miten ne on koettu. Jatkossa olisi hyvä selvittää, kuinka ammattilaiset kokevat perheiden ja vanhempien tilanteen. Lisäksi voisi tutkia kuinka perheet pärjäävät jos lapsi ei ole saanut diagnoosia, mutta on erityistä tukea tarvitseva.		
Avainsanat (asiasanat) vanhemmuuden tukeminen, erityistä tukea tarvitseva lapsi, vertaistuki		
Muut tiedot		



Author(s) HILTUNEN, Katariina KÄMPPI, Saara	Type of publication Bachelor's Thesis	Date 09052011
	Pages 50	Language Finnish
	Confidential ( ) Until	Permission for web publication ( X )
Title PARENTS' NEED FOR SUPPORT WHEN THEY HAVE A CHILD WITH SPECIAL NEEDS - A LITERATURE REVIEW		
Degree Programme Degree Programme of Nursing		
Tutor(s) PUNNA, Mari POHJOLAINEN, Maritta		
Assigned by JAMK University of Applied Sciences, HYVIpiste		
Abstract Supporting the parents of a child with special needs is very important in order for the parents to be able to cope. The purpose of this study was to provide information on the parents' need of support and on the forms of support currently used. The aim of this study was to provide information for the development of the forms of supporting parents when a family has a child with special needs.  The research method used was a literature review. The search for the material for this study was performed by using several databases which were assumed to include relevant information considering the research question. In order to have a comprehensive search, the collection of research material was made both electronically and manually. The material of this bachelor's thesis consisted of ten studies. The material was analyzed by categorizing it into different themes with the help of a parenting role map.  The literature review indicated that a child with special needs brings several challenges to parenthood. The parents felt insufficiency and helplessness, their own strength was tested and it was challenging to manage the weekly routines. The support forms for parents were available if the parents knew how to find them and benefit from them. They had to find the help by themselves, it was not offered. The forms of support were found to be good. The parents received help in order to have enough strength, ways to cope with the child and manage the weekly routines.  Professionals from different sectors working with children with special needs and children's parents may utilize this study. The study describes to professionals what type of challenges parents have with their weekly routines and what type of help they need. Parents, on the other hand, receive valuable advice on the different support forms and on the related experiences. In the future it would be fruitful to examine how specialists see the situation of families and parents. In addition, it would be useful to investigate how families cope if the child does not have a diagnosis but he or she has a special need.		
Keywords parenting support, child with special needs, peer support		
Miscellaneous		

## SISÄLTÖ

1	JOHDANTO .....	3
2	ERITYISTÄ TUKEA TARVITSEVA LAPSI.....	4
3	VANHEMMUUDEN TUKEMINEN .....	7
4	VERTAISTUKI.....	11
5	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE .....	12
6	AINEISTON KERUU JA ANALYSOINTI.....	13
6.1	Tutkimusmenetelmä .....	13
6.2	Aineiston keruu.....	14
6.3	Hakuprosessi .....	15
6.4	Aineiston analysointi .....	19
7	TUTKIMUSTULOKSET.....	21
7.1	Huoltaja.....	21
7.2	Rajojen asettaja .....	23
7.3	Ihmissuhdeosaaja.....	24
7.4	Rakkauden antaja.....	26
7.5	Elämän opettaja.....	29
8	POHDINTA .....	30
8.1	Kirjallisuuskatsauksen eettisyys ja luotettavuus.....	30
8.2	Kirjallisuuskatsauksen tulosten tarkastelu .....	32
8.3	Johtopäätökset ja jatkotutkimusehdotukset.....	34
	LÄHTEET.....	38
	LIITTEET .....	42

Liite 1. Kirjallisuuskatsaukseen valitut alkuperäistutkimukset .....	42
Liite 2. Vanhemmuuden roolikartta® .....	47

## **KUVIOT**

KUVIO 1. Alkuperäistutkimusten valinta .....	18
KUVIO 2. Teemat vanhemmuuden roolikartan (LIITE 2) mukaan .....	21
KUVIO 3. Teemojen pääpiirteet .....	32

## **TAULUKOT**

TAULUKKO 1. Oireyhtymät.....	6
TAULUKKO 2. Sisäänotto- ja poissulkukriteerit .....	14

# 1 JOHDANTO

Monelta suunnalta asetetaan entistä enemmän odotuksia lapsiperheelle ja vanhemmille (Juvakka 2005, 21). Vanhemmuus on sitä, että kotoa löytyy tarpeeksi turvallisuutta, läsnäoloa ja aikuisuutta, ja sitä, että tarjotaan turvalliset rajat ja rakkautta näiden rajojen sisällä (Kristeri 2002, 23). Erityistä huolenpitoa ja tukea tarvitsevan lapsen vanhemmuus on useimmiten haastava tehtävä (Martikainen & Savinainen 2009, 38). Kotielämän tulee olla hyvin järjesteltyä ja välillä tuntuukin, että se on järjestelty siihen pisteeseen asti, että kotona ilmapiiri tuntuu enemmän sotilashallitukselta, kuin rennolta ja kodikkaalta (Dean & Kirby 2005, 21–22).

Nykyään on alettu kiinnittämään lasten lisäksi enemmän huomioita myös lasten perheisiin, ennen kaikkea vanhempiin. Vanhemmuuden tukeminen erityistä tukea tarvitsevan lapsen kohdalla on erityisen tärkeää vanhempien jaksamisen ja pärjäämisen vuoksi (Lonka 2005, 335–336). Kiinnittämällä huomiota vanhempien tukemiseen, autetaan heitä jaksamaan erityistä tukea tarvitsevan lapsen kanssa arjessa sekä olemaan lapsen kehityksen ja kasvun tukena. Vanhempien tukemisella ennaltaehkäistään myös vanhempien väsymystä ja uupumusta. (Lonka 2005, 335–336.)

Erityistä tukea tarvitseva lapsi voi olla esimerkiksi lapsi, jolla on diagnosoitu ADHD eli tarkkaavaisuus/ylivilkkaushäiriö. ADHD:n yleisyys vaihtelee 4–10% ja pojilla häiriö on kolme kertaa tyttöjä yleisempää (Riikola, Moilanen & Puustjärvi 2007). Vuonna 2009 Suomessa oli 584 000 lapsiperhettä. Tilastokeskus luokittelee lapseksi alle 18-vuotiaan. (Tilastokeskus 2010.) Karkeasti ajateltuna tämä tarkoittaa sitä, että yhdessä kymmenestä lapsiperheestä on ADHD lapsi. Aspergerin oireyhtymän esiintyvyyys Suomessa on n. 0.4 %. Tämä tarkoittaa sitä, että 1/250 lapsella on asperger. Näin on mahdollista, että lähes joka koulussa on asperger -lapsia. (Borremans 2011.) Näihin huomioihin ei

sisälly diagnosoimattomat lapset, joilla on erityisen tuen tarve eikä muun kuin ADHD tai asperger diagnoosin saaneet lapset. Työssä on mukana myös lapset, joilla on sensorisen integraation (SI) -häiriö, joista ei tilastotietoa löydy. Tästä voidaan päätellä, että perheitä joissa on erityistä tukea tarvitseva lapsi, on todellisuudessa vieläkin enemmän. Asia siis koskettaa hyvin suurta osaa ihmisistä. Moni ammattihenkilö kohtaa erityistä tukea tarvitsevien lasten perheitä työssään, tällainen perhe voi asua naapurustossa tai oman lapsen harrastus- tai luokkakaveri voi olla erityistä tukea tarvitseva lapsi.

Opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa tietoa erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhempien tuen tarpeista sekä käytetyistä tukimuodoista. Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa tietoa tukimuotojen kehittämiseen silloin kun perheessä on erityistä tukea tarvitseva lapsi. Erityistä tukea tarvitsevaa lasta olemme tarkentaneet käsitteillä ADHD, asperger sekä sensorisen integraation(SI) häiriö, koska näiden häiriöiden oletettiin aiheuttavan haasteita arkeen.

## **2 ERITYISTÄ TUKEA TARVITSEVA LAPSI**

Erityistä huolenpitoa ja tukea tarvitsevaa lasta joudutaan kieltämään ja vanhemmat saavat muilta ihmisiltä palautetta lapsensa käyttäytymisestä. Erityistä tukea tarvitsevan lapsen kanssa arki voi olla raskasta, tavalliset käytännön asiat voivat olla lapselle normaalia vaikeampia. (Martikainen & Savinainen 2009, 38.) ”Aina menossa, käy kuin kone, kiipeilee jatkuvasti, ei osaa istua paikallaan, puhuu jatkuvasti”. Näin Barkley on havainnollistanut piirteitä, jotka kertovat liiallisesta liikkeestä ja ylivilkkaudesta. (Barkley 2008, 63).

Mikäli lapsi kärsii neuropsykologisesta poikkeamasta, kuten asperger, ADHD (Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder) tai SI-häiriö voidaan häntä pitää erityistä tukea tarvitsevana tai haastavana lapsena. Näitä neuropsykologisia

poikkeamia kuvataan paremmin taulukossa 1. Lapsi voi olla erityistä tukea tarvitseva, mikäli hänellä on hyvin vilkas ja voimakas luonne, hän kokeilee rajojaan, särkee tavaroita, ei malta odottaa vuoroaan, joutuu riitoihin, valehtelee ja varastelee. Lapsi voi ahdistua joutuessaan tekemisiin vieraiden ihmisten kanssa ja se voi näkyä estyneenä punasteluna. Estyneillä punastelijoilla ja täysin pidikkeettömällä estottomilla lapsilla onkin yleensä keskivertolasta enemmän ongelmia. Nämä lapset eivät yleensä huomaa oman toiminnan vaikutusta muihin ja heidän on vaikea oppia yhteisöjen sääntöjä. (Viljamaa 2009, 31.)

Erilaisia oireita on huomattavissa jo varhaislapsuudessa. ADHD määritelmän mukaan oireita tulee olla ennen seitsemän vuoden ikää. Oireet ja ongelmat korostuvat usein kouluiässä, kun vaatimukset lisääntyvät. (Michelsson, Miettinen, Saresma, & Virtanen 2003, 12, 44.) Sensorisen integraation häiriöt voivat ilmetä siten, että vauva ei opi kääntymään vatsalleen, ryömimään tai seisomaan samanikäisenä kuin muut lapset. Vaikeudet voivat tulla esiin myös myöhemmin. Kengännauhojen sidonta tai polkupyörällä ajo ilman apupyöriä ei suju. Kouluiässä perustaidot kuten lukeminen, laskeminen ja kirjoittaminen eivät ota onnistuakseen. (Ayres 2008, 35–36, 38.) Taulukossa 1 käsitellään tarkemmin erityistä tukea tarvitsevien lasten neuropsykologisten poikkeamien erityispiirteitä.



TAULUKKO 1. Oireyhtymät

	<b>ADHD</b>	<b>SI-HÄIRIÖT</b>	<b>ASPERGERIN OIREYHTYMÄ (AO)</b>
<b>Kuvaus</b>	Toimintakykyä heikentävä kehityksellinen itsehillinnan häiriö (Barkley 2008, 117; Riikola ym. 2007).	Aivotoiminnan epäjohtonmukaisuus ja häiriö, joka vaikeuttaa aistitiedon jäsentämistä. Monien oppimisvaikeuksien taustatekijöitä. (Ayres 2008, 336.)	Aspergerilla tarkoitetaan autismin kirjoon kuuluvaa neuropsykologista häiriötä. (Rintahaka 2007.)
<b>Etologia</b>	Ei patologista syytä. Uskotaan johtuvan geneettisistä häiriöistä ja aivojen kehityksistä ja toimintahäiriöistä. (Barkley 2008, 39–40; Riikola ym. 2007.)	Syyt eivät ole tarkkaan tiedossa, mahdollisesti geneettisiä. SI-häiriöt eivät aiheuta samantlaisia ongelmia kaikille. (Ayres 2008, 94–96.)	Aspergerin syyt ovat suurelta osin tuntemattomia. Perinnöllisten tekijöiden tiedetään olevan jossain määrin oireyhtymän synnyn taustalla. (Huttunen 2010.)
<b>Eriytyispiirteet</b>	Tarkkaavaisuuden, impulsikontrollin, aktiivisuustason ongelmia. Heikentynyt tahto tai kyky kontrolloida omaa käytöstään. Toiminnan ylläpitäminen ja keskittyminen vaikeaa. Reagointi ympäristön ärsykkeisiin herkentynyt. Levottomuus, hermostuneisuus ja jatkuva puhuminen. (Barkley 2008, 58–60, 117; Riikola ym. 2007.)	Yliaktiivisuus ja heikko keskittymiskyky. Käytösongelmat. Puheen ja kehityksen viiveet. Lihasjänteiden ja koordinaation vaikeudet. Häiriöt eivät vähennä lapsen älykkyyttä, vaan aiheuttavat oppimisen hitautta tai ongelmakäyttäytymistä. (Ayres 2008, 94–96.)	Ongelmat sosiaalisissa vuorovaikutussuhteissa. Erilaiset kaavamaiset käyttäytymistavat, jotka toistuvat. Vaikeuksia ei-kielellisten ilmausten käytössä. Tunneilmaisun vaikeuksia. Lahjakkuus. Motorinen kömpelyys. Rytmit, painotus, soinnit voivat olla outoja. (Huttunen 2010.)
<b>Haasteet arjessa</b>	Vaikea odottaa ja levottomuus (pelit, jonotus, tilaisuuden loppuminen). Tehäviöiden ja ohjeiden loppuun kuunteleminen unohtuu. Heikentynyt itsehillintätaito ja itsekontrolli. Ei ajattele ennen kuin toimii. Ei osaa jakaa leluja, vie toisten lelut. Sosiaaliset ongelmat ja tarpeeton möläyttely. (Barkley 2008, 58–60, 67.)	Keskittyminen vaikeaa, peleissä häviäminen ja asioiden jakaminen vaikeaa, tasapaino ongelmia, kömpelöyttä. Uusiin ja outojen tilanteiden käsittely haastavaa. (Ayres 2008, 36–37, 94–96.)	Silmiin katsomisessa, eleiden ja liikkeiden sekä kasvojen ilmeiden käytössä vaikeuksia. Ei kykene jakamaan ja ilmaisemaan iloa, tunteita, kiinnostusta. Epäonnistuminen ikäänsä vastaavien ihmissuhteiden luomisessa. Kaavamainen kiinnostus erilaisiin toimintoihin ja toiminnallisiin rutiineihin tai rituaaleihin. (Huttunen 2010.)

### 3 VANHEMMUUDEN TUKEMINEN

Monelta suunnalta on asetettu entistä enemmän odotuksia lapsiperheelle ja vanhemmille. Elämä heittää heille eteen koko ajan haasteita täytettäväksi, niistä riittävän hyvä vanhemmuus on varmasti jokaisen isän ja äidin suurin. (Juvakka 2005, 21.) Vanhemmuus on jokaiselle kasvutapahtuma. Kristeri (2002) uskoo kirjassaan riittävän hyvän vanhemmuuden olevan sitä, että kotoa löytyy tarpeeksi turvallisuutta, läsnäoloa ja aikuisuutta, joka tarjoaa turvalliset rajat ja rakkautta näiden rajojen sisällä. Lapsen ja vanhemman välillä vanhemmuus on aina vuorovaikutustapahtuma. Sekä lapsen että vanhemman persoonallisuus vaikuttaa siihen, minkälainen vuorovaikutustapahtuma syntyy. (Kristeri 2002, 23–24.) Luottamuksellinen suhde perheenjäsenten välillä, avoin ilmapiiri, kyky ratkaista ongelmia perheenä, yhdessä kasvaminen ja hyvän elämän varmistaminen perheenjäsenille vaikuttavat perheen rakentamiseen. Perheenjäsenten vointi vaikuttaa koko perheen terveyteen ja perheen toimivuudella on merkitystä yksittäisen perheenjäsenen kokemukseen voinnistaan. (Åstedt-Kurki, Jussila, Koponen, Lehto, Maijala, Paavilainen & Potinkara 2008, 15–16.)

Vanhemmuus täyttää suuren osan elämästä lasten ollessa pieniä (Väestöliitto n.d. 2010a). Molemmilla vanhemmilla on vastuu siitä, että isyys ja äitiys suhteessa lapseen pääsevät elämään ja kukoistamaan eli heillä on vastuu vanhemmuudesta. Vanhemmuus tuo tullessaan iloa ja onnea, mutta se on myös kriisin ja stressin paikka. (Väestöliitto n.d. 2010b.) Vanhemmuuteen kuuluu päivittäisistä toiminnoista, kuten syömisestä, nukkumisesta ja puhtaudesta huolehtimisen lisäksi vastuu lapsen kasvatuksesta ja kehityksestä (Lillqvist & Pilhjerta 2004, 5).

Erityistä tukea tarvitsevan lapsen vanhemmuus on useimmiten haastava tehtävä, tällaisen lapsen vanhemmat kokevat yleensä muita huomattavasti suu-

rempaa stressiä (Martikainen & Savinainen 2009, 38). Erityistä tukea tarvitseva lapsi tuottaa vanhemmilleen päänvaivaa hänen taitojensa ja vaikeuksiensa takia. Milloin käytös on vain normaalia vastustusta ja kuinka erottaa lapsi joka ei *osaa* tehdä jotakin lapsesta joka ei *halua* tehdä. Kun lapsi tuntee itsensä riittämättömäksi, vanhemmat usein imevät tämän saman tunteen ja tuntevat itsensä huonoiksi vanhemmiksi. Vie aikaa että lapset sekä vanhemmat omaksuvat, että erilaisuus ei tarkoita huonommuutta ja se voi itse asiassa olla hyväkin asia. (Smith 2002.)

Vanhemmuuteen kuuluu tervettä syyllisyyden tunnetta ja jokainen vanhempi miettii omia taitojaan kasvattajina. Syyllisyys ja sen ymmärtäminen kuuluvat yhteen. (Martikainen & Savinainen 2009, 38.) Erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhemmat tuntevat usein syyllisyyttä, koska heistä tuntuu, että lapsen oppimisvaikeudet ja käytöshäiriöt ovat jollain lailla heidän oma vikansa, vaikka näin ei ole. Vanhemmat ajattelevat, että heidän olisi pitänyt olla ankarampia, vaatia enemmän ja pakottaa harjoittelemaan enemmän. (Smith 2002.)

Muista lapsista huolehtiminen voi olla haasteellista, kun perheessä on erityistä tukea tarvitseva lapsi. Vanhemmat kokevat riittämättömyyttä ja huonoa omaatuntoa. He kokevat, että aikaa ei riitä kaikille lapsille tasapuolisesti. Tästä ristiriidasta vanhemmille syntyy myös syyllisyyden tunne. Heistä tuntuu, että minkä ratkaisun he tekevätkin, aina se on väärä. Vihan tunne on myös tuttu erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhemmille. Toisinaan on mahdollista hillitä itseään suuttumasta, mutta se ei ole vaarallista, kunhan se ei johda väkivaltaisiin tilanteisiin. (Lonka 2005, 334, 337.) ADHD- lapsen sisarukset jäävät usein vähemmälle huomiolle, kuin he ansaitsisivat. Sisarukset joutuvat toisinaan selviytymään itsenäisesti liiankin paljon; esimerkiksi läksyihin ei välttämättä aina saa tarvitsemaansa apua. (Dean & Kirby 2005, 23.) Veljet ja siskot usein paheksuvatkin huomion määrää, jota erityistä tukea tarvitseva lapsi saa ja voivat julistaa lapsen ”hemmotelluksi kakaraksi”, jolla ei heidän mielestään ole erityisen tuen tarvetta (Smith 2002).

Erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhemmat yrittävät selvittää mikä toimii ja mikä ei, mikä aiheuttaa lapsen turhautumisen ja mikä tuo lapselle onnistumisen kokemuksia. Vanhempien täytyy analysoida kaikkea, miettiä tarkkaan ja reflektoida päivän tapahtumia, oppia huomaamaan lapsen vahvuuksia, mielenkiinnon kohteita ja haasteita sekä keksiä kuinka pärjätä lapsen käytöksen kanssa ja tukea lapsen kehitystä. Kotona ja muualla vanhempien täytyy ennakoita ongelmia ja aistia milloin heidän lapsensa on väsynyt, turhautunut tai aikeissa räjähtää. Vanhempien täytyy oppia kuinka kauan heidän lapsensa jaksaa olla juhlassa, istua ravintolassa tai olla ystävällinen vieraille. (Smith 2002.) Kotielämän tulee olla hyvin järjesteltyä ja välillä tuntuukin, että se on järjestelty siihen pisteeseen asti, että kotona ilmapiiri tuntuu enemmän soti-lashallitukselta, kuin rennolta ja kodikkaalta. Kodin ja koulun yhteistyö on myös tiivistä; mikäli lasten kanssa ei koulussa pärjätä, pyydetään vanhempia hakemaan heidät pois. Tämä lisää arjen haastavuutta oleellisesti. (Dean & Kirby 2005, 21–22.)

Itsestään huolehtimisen pitäisi olla tärkeää erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhemmille. Vanhemmatkin tarvitsevat huolenpitoa, että jaksavat huolehtia lapsensa erityistarpeista. Vanhempien on tärkeää pyytää apua, ennen kuin uupuvat. Heidän täytyy päästä ulos ja pitää hauskaa säännöllisesti. Vanhempi ei ole lapselle huono äiti tai isä, vaikka haluaisikin välillä aikaa itselleen. Itsestään huolehtiminen onnistuu vain ottamalla omaa aikaa. Oman ajan ottaminen lapsesta voi tuntua itsekkäältä ja vaikeasti järjestettävältä asialta, mutta on lopulta koko perheen parhaaksi. Erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhemmat tarvitsevat enemmän unta kuin muut vanhemmat, koska lapset imevät heidän energiansa ja vaativat heidän apuansa jatkuvasti. (Smith 2002; Martikainen & Savinainen 2009, 38.)

Erityistä tukea tarvitsevan lapsen kasvattaminen on haastavaa kenelle tahansa vanhemmalle. Vanhempi joutuu etsimään lapselleen kouluja, ammattiauttajia sekä yhteiskunnallisia resursseja. Vanhemmilta vaaditaan enemmän kuin

yleensä: täytyy valvoa, tarkkailla, opettaa, organisoida, suunnitella, palkita, opastaa, suojata ja hoivata. On tavattava usein lapsen elämään kuuluvia aikuisia, kuten koulun henkilökuntaa ja lastenlääkäreitä. Kohtaamisia on myös naapureiden, valmentajien ja muiden harrastusohjaajien ja yhteisöjen jäsenten kanssa, koska lapsen tavallista yleisemmät erityistuen tarpeet esiintyvät myös hänen ollessaan tekemisissä ulkopuolisten kanssa. (Barkley 2008, 19-20.)

Arjen pyörittämiseen kuluvan ajan vuoksi on tyypillistä, että ystävyysuhteita katkeaa. Mikäli myös kummit ja sukulaiset lopettavat yhteydenpidon, tuntuu tämä vanhemmista erityisen rankalta. Joskus voi käydä niin, että vanhemmat joutuvat lohduttamaan muita heidän ahdistuessaan perheen tilanteesta kovasti. (Lonka 2005, 338–340.) Muiden ihmisten reaktioihin suhtautumaan oppiminen lisää vanhempien taakkaa, joskus hyvää tarkoittava neuvo saattaa loukata vanhempia (Dean & Kirby 2005, 23; Lonka 2005, 338–340). Ystävien, sukulaisten tai vertaisryhmän löytyminen voi tarjota vanhemmille paikan, jossa purkaa turhautumista ja saada arvokkaita neuvoja ja tukea (Smith 2002).

Nauraminen on tärkeää niin vanhemmille, kuin koko perheellekin. Vanhemmatkin tarvitsevat huumoria ja valoisuutta. Silloin, kun vanhemmat osaavat pitää hauskaa lastensa kanssa, jopa hölmöillä ja nauraa sekä nauttia elämästä yhdessä mahdollisimman paljon, jokainen hyötyy. On rankkaa olla aikuinen, vaikeaa olla vanhempi ja vielä haastavampaa on olla erityistä tukea tarvitsevan lapsen vanhempi. Vanhemman täytyy olla suunnittelija, tulkki, ongelmien ratkaisija, viihdyttävä, lakimies, psykiatri, neuvonantaja, organisoija, muistikirja, kumppani ja puolestapuhuja. Useimmat vanhemmat tekevät kaikkensa jotta voisivat auttaa lastaan menestymään ja silti he luulevat tarpeettomasti etteivät ole tehneet tarpeeksi ja olleet tarpeeksi hyviä. (Smith 2002.)

Erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhemmuuteen kuuluu paljon vastuita ja velvollisuuksia. Lapsesta huolehtiminen on moniulotteinen tehtävä ja kaiken sen lisäksi vanhemman tulisi muistaa huomioida myös oma jaksamisensa.

Näitä vanhemmuuteen kuuluvia rooleja voidaan hahmottaa Vanhemmuuden roolikartan (1999) avulla (LIITE 2). Roolikartta on kehitetty yhdeksi vanhemmuuden arvioinnin välineeksi (Sosiaaliportti n.d. 2008). Vanhemmuuden roolikarttaa käsitellään lisää myöhemmin opinnäytetyössä.

## 4 VERTAISTUKI

Erilaisten vertaisryhmien ja -verkostojen lukumäärä on lisääntynyt Suomessa viimeisen vuosikymmenen aikana. Tällainen kasvu osoittaa sen, että ihmisillä on tarvetta jakaa kokemuksiaan ja saada tietoa toiselta samankaltaisessa elämäntilanteesta olevalta. (Nylund 2005, 195.) Ryhmissä keskeistä on kokemuksen ja tiedon jakaminen sekä vaihtaminen, voimaantuminen, yhteisöllisyys ja ystävyys (Nylund 2005, 198–199; Laatikainen 2010, 26).

Vertaistuen ydin on ihmisten välinen arkinen kohtaaminen ilman asiakas- tai potilasroolia. Vertaistuella tarkoitetaan kohdattujen vaikeuksien keskinäistä jakamista. Tällaisia voivat olla esimerkiksi sairaudet, menetykset tai vaativat elämäntilanteet. Vertaistukiryhmässä luodaan vastavuoroisia suhteita toisten auttamiseksi ja tukemiseksi; kriittisiä ja kriisiytyneitä elämäntilanteita käsitellään yhdessä. (Hyväri 2005, 214–215.) Vertaistukiryhmä voi olla ainut paikka, jossa omien tunteiden ja ajatusten ilmaisu on mahdollista (Laatikainen 2010, 18).

Vertaistukea ei voi pitää terapiasuhteena, vaan se rakentuu vastavuoroisuudelle. Tukea ei voi tilata, mutta sille voi luoda suotuisat olosuhteet. (Hyväri 2005, 219.) Vertaistoiminta perustuu kokemukselliseen asiantuntijuuteen. Sen arvoja ovat toisen ihmisen kunnioitus ja tasa-arvoisuus. Vaikka vertaistuki ei ole terapiaa, on sillä kuitenkin vahva ennaltaehkäisevä vaikutus. (Laatikainen 2010, 11–12.)

Vertaistuen vaikutuksia on tutkittu yksilötasolla ja useimpien tutkimusten mukaan vertaistuen vaikutukset ryhmän jäseniin ovat olleet positiivisia (Wilska-Seemer 2005, 256). Samankaltaisesta elämäntilanteesta johtuen osanottajat tietävät omasta kokemuksestaan millaisia tunteita toisella voi olla. Tällaista empatiaa ei ammattilainen voi tarjota. Vertaistuki kasvattaa itsetuntoa sekä tunnetta omasta pätevyydestä. (Laatikainen 2010, 18–19.)

Vanhemmuuden tukemisessa vertaistuki tuo vanhemmille vertailutietoa ja vanhempi voi rinnastaa omia kokemuksiaan muiden vanhempien kokemuksiin. Muiden vanhempien kanssa keskusteleminen eri ongelmatilanteissa auttaa vanhempia tuntemaan itseään hyviksi vanhemmiksi ongelmista huolimatta, ja tämä myös vahvistaa vanhempien itsearvostusta. Tapaamiset samassa elämäntilanteissa olevien vanhempien kanssa ovat tärkeitä vanhemmuuden tukea tarvitseville vanhemmille ja nämä tapaamiset edistävät uusien ystävyyssuhteiden solmimista ja sosiaalisten verkkojen muodostumista. Vanhemmat kokevat asiantuntijoiden tiedon hyödylliseksi, mutta muilta samassa tilanteissa olevilta vanhemmilta saatu tuki tuntuu vanhemmista tärkeydessään ylivoimaiselta. Vertaiselta saatu tieto koetaan helpommaksi vastaanottaa, kuin asiantuntijoilta saatu tieto. (Lehtinen 2005, 12–13.)

## **5 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE**

Opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa tietoa erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhempien tuen tarpeesta ja käytetyistä tukimuodoista. Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa tietoa vanhemmuuden tukimuotojen kehittämiseen, silloin kun perheessä on erityistä tukea tarvitseva lapsi.

Opinnäytetyössä haetaan vastauksia seuraaviin kysymyksiin:

1. Millaisia haasteita erityistä tukea tarvitsevat lapset tuovat perheidensä arkeen?
2. Minkälaisia tukimuotoja vanhemmuuden tukemiseen on käytetty?
3. Miten tukimuotojen on koettu vaikuttavan vanhemmuuteen sekä perheiden arkeen?

## 6 AINEISTON KERUU JA ANALYSOINTI

### 6.1 Tutkimusmenetelmä

Tässä opinnäytetyössä tutkimusmenetelmänä on kirjallisuuskatsaus. Kirjallisuuskatsauksessa tarkoituksena on järjestelmällinen ja kriittinen kirjallisuuden kerääminen sekä analysointi perustellusti muotoiltujen kysymysten avulla (Stolt & Routasalo 2007, 58). Kirjallisuuskatsaus on yksi keino koota, tiivistää ja levittää tutkimustietoa (Pekkala 2000, 58). Kirjallisuuskatsaukset ovat näyttöön perustuvan hoitotyön peruspilari. Ne auttavat hoitoratkaisujen teossa ja terveyspolitiikassa sekä mahdollistavat menetelmien vaikuttavuutta koskevien perusteltujen johtopäätösten tekemisen. Kirjallisuuskatsaukset soveltuvat päätöksentekijöiden, ammattilaisten ja maallikoiden käyttöön. (Pekkala 2000, 60.)

Kirjallisuuskatsauksen jokainen vaihe rakentuu järjestelmällisesti edeltävään vaiheeseen, ja nämä vaiheet ovat nimettävissä. Kirjallisuuskatsauksen vaiheet nimetään seuraavanlaisesti: tutkimussuunnitelma, tutkimuskysymysten määrittäminen, alkuperäistutkimusten haku, valinta ja laadun arviointi sekä alkuperäistutkimusten analysointi ja tulosten esittäminen. Jotta kirjallisuuskatsaukseen osattiin valita tutkimuksia, määritettiin tarkat sisäänotto- ja poissulku-



kriteerit (TAULUKKO 2). Tämä tarkoittaa, että alkuperäistutkimuksille määritettiin edellytyksiä ja rajoituksia ennen niiden valintaa. (vrt. Kääriäinen & Lahtinen 2006, 39, 41.)

TAULUKKO 2. Sisäänotto- ja poissulkukriteerit

SISÄÄNOTTOKRITEERIT	POISSULKUKRITEERIT
erityistä tukea tarvitseva lapsi	mielenterveys
vanhemmuuden tukeminen	päihteet
vertaistuki	lastensuojelu
interventio	kehitysvammaisuus
	autismi

## 6.2 Aineiston keruu

Tässä kirjallisuuskatsauksessa alkuperäistutkimusten haku perustui tutkimuskysymyksiin eli haut kohdistettiin niihin tietolähteisiin, joista oletettiin löytyvän tutkimuskysymysten kannalta oleellista tietoa. Kattavan haun taakamiseksi haettiin tutkimuksia sekä sähköisesti että manuaalisesti. (vrt. Kääriäinen & Lahtinen 2006, 40.) Kirjallisuushaun avulla haettiin tietoa erityistä tukea tarvitsevien lasten tuomista haasteista perheisiin, vanhemmille järjestetyistä tukitoimista, perheiden tuen tarpeista sekä vanhempien kokemuksista saamastaan tuesta. Haussa käytettiin hakusanoja ADHD, interventio, vanhemmuuden tukeminen, vanhemmuus, vertaistuki, erityistä tukea tarvitseva lapsi, erityislapsi sekä näistä tehtyjä sanayhdistelmiä, kuten erityistä tukea tarvitsevat lapset + vanhemmuus, ADHD + vanhemmuuden tukeminen, asperger ja sensorisen integraation häiriö. Asperger ja sensorisen integraation häiriöt hakusanoilla ei löytynyt yhtään työhön sopivaa tutkimusta. Kansain-

välisiä lähteitä haettiin hakusanoilla: ADHD, parent\*, parenting support sekä näitä yhdistämällä esim. ADHD and parent\*. Hakuun käytettiin tietokantoja, joista saatiin opinnäytetyön kannalta oleellista tietoa. Tietokannat joista tehtiin hakuja, olivat: Linda, Jyx, CINAHL(EBSCO), Aleksis sekä Theseus. Theseus - opinnäytetyötietokantaa käytettiin sen vuoksi, että sieltä löytyi tärkeitä tutkimuksia tähän työhön. Opinnäytetyössä otettiin huomioon tutkimusaineistoon kuuluvien opinnäytetöiden vähäisempi tutkimusnäyttö, mutta tutkimuksista löytyi aiheeseen liittyen arvokasta tietoa. Sähköiset haut rajattiin koskemaan 2000 – luvulla tehtyjä julkaisuja. Haut rajattiin koskemaan englannin- ja suomenkielistä lähdeaineistoa.

Alkuperäistutkimusten sopivuutta tarkasteltiin otsikko-, abstrakti- ja koko teksti tasoilla. Tämä tarkoittaa, että ensimmäisessä vaiheessa alkuperäistutkimuksista luettiin otsikot, seuraava valinta tehtiin abstraktien perusteella ja lopullista valintaa varten luettiin koko tutkimus. Jokainen valinta perustui päätettyihin sisäänottokriteereihin. Jokaisessa vaiheessa kirjattiin hyväksytyjen ja hylättyjen alkuperäistutkimusten lukumäärä sekä perustelut hylkäämisen syille. (vrt. Kääriäinen & Lahtinen 2006, 41; Stolt & Routasalo 2007, 59.)

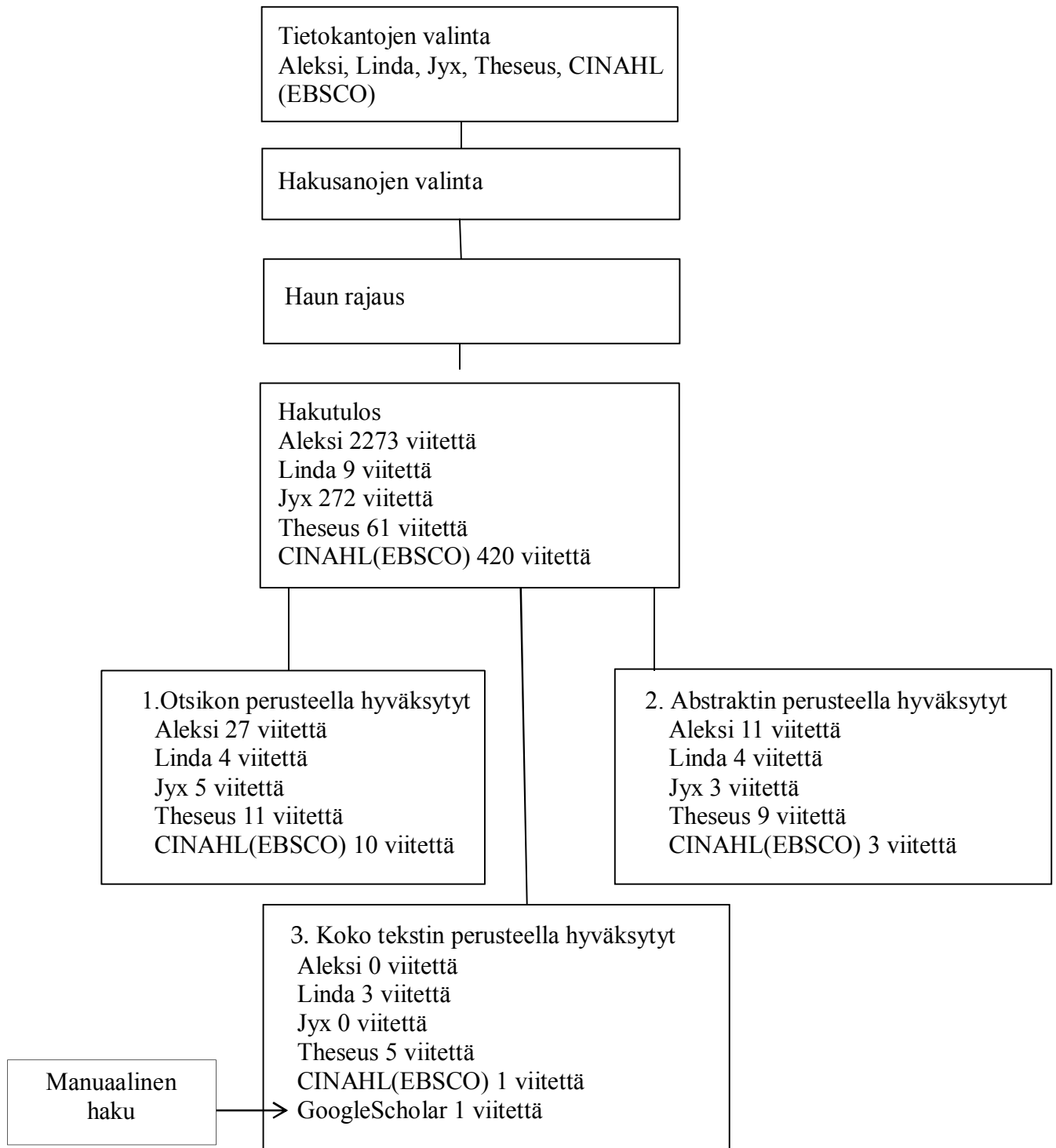
### 6.3 Hakuprosessi

Kuviossa 1. on kuvattu tiedonhaun prosessia. Aleksis artikkelitietokannasta löytyi hakusanoilla "vanhemmuus" 2138 osumaa, "ADHD" 133 osumaa" ja "vertaistuki + vanhemmuus" 2 osumaa. Otsikon perusteella näistä otettiin lukuun 27. Abstraktin perusteella pudotettiin pois 16 tutkimusta/artikkelia ja koko tekstin perusteella lukuun jäi 11 artikkelia, näistä 4 artikkelia ei ollut saatavilla. Lopulta yhtään artikkelia ei hyväksytty tutkimusaineistoon, sillä ne eivät täyttäneet täysin asetettuja kriteereitä. Linda tietokannasta löytyi sanayhdistelmällä "ADHD+ interventio" 3 osumaa ja "ADHD + vanhemmuus" 6 osumaa. Otsikon perusteella valittiin jatkotarkasteluun 4 osumaa ja kaikki

valitut aineistot hyväksyttiin abstraktin perusteella jatkotarkasteluun. Valituista tutkimuksista yksi ei ollut saatavilla. Koko tekstin perusteella hyväksyttiin 3 tutkimusta. Jyx tietokannasta löytyi sanayhdistelmillä "ADHD and vanhemmuus" 22 osumaa, "erityistä tukea tarvitsevat lapset" 22 osumaa, "erityistä tukea tarvitsevat lapset AND vanhemmuus" 228 osumaa. Otsikon perusteella hyväksyttiin 5 osumaa jatkotarkasteluun. Näistä valittiin abstraktin perusteella 3 jatkotarkasteluun. Koko tekstin perusteella ei hyväksytty yhtään tutkimusta. Theseus tietokannasta löytyi sanayhdistelmillä "ADHD + interventio" 14 osumaa, "ADHD + vanhemmuuden tukeminen" 23 osumaa, "ADHD + vanhemmuus" 24 osumaa. Otsikon perusteella hyväksyttiin 11 osumaa jatkotarkasteluun. Näistä valittiin abstraktin perusteella 9 jatkolukuun. Koko tekstin perusteella valittiin 5 opinnäytetyötä. CINAHL(EBSCO) artikkelitietokannasta sanayhdistelmillä "ADHD AND parenthood AND support" 1 osuma, "ADHD AND parenting support" 1 osuma ja "ADHD AND parent\*" 418 osumaa. Otsikon perusteella hyväksyttiin 6 osumaa jatkotarkasteluun. Näistä valittiin abstraktin perusteella 3 jatkolukuun. Koko tekstin perusteella hyväksyttiin 1 tutkimus. Näiden lisäksi löydettiin yksi kansainvälinen tutkimus GoogleScholar-hakukoneella muiden tietokantahakujen yhteydessä. GoogleScholar ei sisällynyt varsinaisiin tiedonhakukoneisiin. Kuitenkin tämä hyväksyttiin työhön, koska siinä oli oleellista tietoa työtä ajatellen. Opinnäytetyön aineisto muodostui 10 alkuperäistutkimuksesta, joista 8 oli suomalaisia ja 2 kansainvälisiä (LIITE 1.).

Otsikon perusteella hylätyt tutkimukset ja artikkelit eivät vastanneet asetettuja sisäänotto- ja poissulkukriteereitä. Abstraktin perusteella tutkimukset ja artikkelit hylättiin samoilla kriteereillä. Koko tekstin perusteella hylätyt tutkimukset / artikkelit eivät vastanneet riittävän hyvin opinnäytetyön kriteerejä. Näissä oli käsitelty lähinnä lapsen näkökulmaa tai erityistä tukea tarvitsevalla lapsella tarkoitettiin eri asioita, kuin tässä aineistohaussa haettiin.

Alkuperäistutkimusten valinnan sekä laadunarvioinnin jälkeen (KUVIO 1) oli tiedossa hyväksytyjen alkuperäistutkimusten lukumäärä. Lopulliset alkuperäistutkimukset määrittivät kirjallisuuskatsaukseen analysoitavan aineiston. Aineiston analysoinnin tarkoituksena oli vastata tutkimuskysymyksiin mahdollisimman kattavasti, objektiivisesti, ymmärrettävästi sekä selkeästi. (vrt. Kääriäinen & Lahtinen 2006, 43.)



KUVIO 1. Alkuperäistutkimusten valinta

## 6.4 Aineiston analysointi

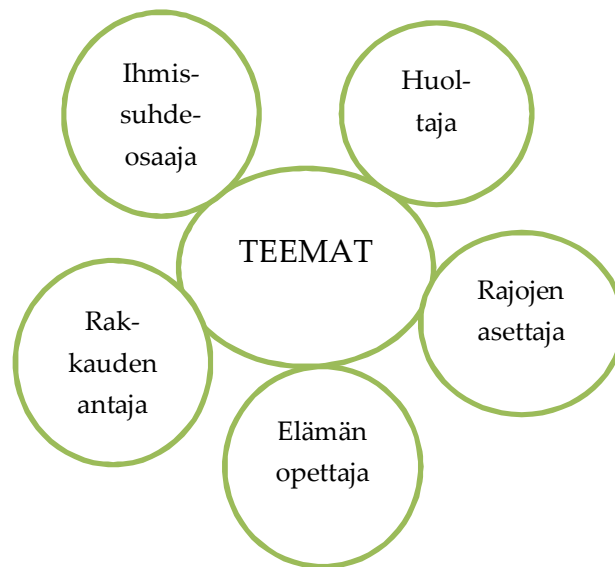
Tässä työssä lähestymistapa oli kvalitatiivinen. Laadullisessa eli kvalitatiivisessa tutkimuksessa puhutaan aineistolähtöisestä analyysistä (Eskola & Suoranta 1998, 19). Alkuperäisestä raakamateriaalista erotellaan tutkimusongelman kannalta olennainen aineisto analyysimenetelmillä. Aineiston keruuta, teorian muodostusta ja analyysia ei voida kuitenkaan erottaa erillisiksi kokonaisuuksiksi laadullisessa tutkimuksessa. Koko tutkimuksen tekemisen ajan sekä pitkin koko tutkimuksen toteutusprosessia tapahtuu analyysiä. Erilaisia ohjeita, menetelmällisiä periaatteita sekä suosituksia analyysitavoista on olemassa erilaisia. Näissä kaikissa tavoissa on kuitenkin kyse tutkimuksen aineiston käsittelemisestä helpommin ymmärrettävään muotoon ja raportoitavaan asuun. (Helakorpi 1999, 70.)

Laadullisessa aineiston analyysissä on kyse siitä, että luodaan aineistoon selkeyttä ja sen kautta tuotetaan uutta tietoa tutkittavasta asiasta. Aineisto pyritään analyysillä tiivistämään siten, että ei kadoteta sen sisältämää informaatiota, vaan päinvastoin pyritään jo olemassa olevan informaation arvon kasvuun luomalla hajanaisesta aineistosta selkeää ja mielekästä lukea. (Eskola & Suoranta 1998, 138, 146.) Tässä opinnäytetyössä aineiston analysointiin käytettiin teemoittelua.

Tiettyjen teemojen esiintymistä ja ilmenemistä aineistossa pyritään saamaan esille teemoittelun avulla. Teemoittelu tarkoittaa sitä, että tutkimusaineistosta on mahdollista koota tiettyihin aihekokonaisuuksiin kuuluvat sisällöt saman kappalleen alle yhdeksi kokonaisuudeksi. Aihekokonaisuudet eli teemat on voitu jakaa alustavasta viitekehyksestä tai tutkimuskysymyksiä asettelusta. (Helakorpi 1999, 71.) Laadullinen aineisto ei lopu koskaan ja tämä muodostuu usein ongelmaksi. Kun tarvitaan perustietoa jonkin tietyn ilmiön olemuksesta, on tällöin aineistolähtöinen analyysi tarpeellinen (Eskola & Suoranta 1998, 19).

Jonkin käytännöllisen ongelman ratkaisemisessa teemoittelu on suositeltava aineiston analysointitapa. Tämä mahdollistaa sen, että aineistoista voidaan kätevästi poimia käytännöllisen tutkimusongelman kannalta olennaista tietoa. Esitettyihin tutkimusongelmiin/-kysymyksiin saadaan teemoittelun avulla tekstiaineistosta esille kokoelma erilaisia vastauksia ja tuloksia. Tällöin tutkimustulokset palvelevat parhaiten juuri erilaisia käytännöllisiä intressejä. ( Eskola & Suoranta 1998, 179–180.)

Tutkimustulosten teemoittelu on tehty Vanhemmuuden roolikartan (1999) mukaan (LIITE 2). Vanhemmuuden roolikartta on työväline, jonka Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymän henkilökunta on kehittänyt vuonna 1999. Roolikartta auttaa jäsentämään vanhemmuuden rooleja. Se on tarkoitettu perhekuntoutuksen ja vanhemmuuden arvioinnin välineeksi. (Sosiaaliportti n.d. 2008.) Vanhemmuuden roolikartan ajatuksena on, että sen avulla vanhemmuus voitaisiin hahmottaa mahdollisimman selkeästi ja luontevasti (Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä n.d. 1999). Roolikartassa on kuvattu viisi pääroolia, jotka ovat elämän opettaja, rakkauden antaja, huoltaja, rajojen asettaja ja ihmissuhdeosaaja. Jokaisen pääroolin alle kuuluu 6-9 alaroolia. Tutkimustulokset ovat teemoitettu näiden roolien mukaisesti käsittelemään vanhemmuuden haasteita, vanhempien toiveita ja tarpeita tuelle sekä miten vanhemmat ovat kokeneet saamansa tuen.



KUVIO 2. Teemat vanhemmuuden roolikartan (LIITE 2) mukaan

## 7 TUTKIMUSTULOKSET

Tutkimustulokset pohjautuvat tehtyyn aineistohakuun. Valitut tutkimukset ovat esitelty tarkemmin taulukossa, joka liitteenä (LIITE 1).

### 7.1 Huoltaja

Erityistä tukea tarvitsevan lapsen vanhemmuudessa korostui huoltajan rooli. Lapsen kasvaessa ja kehittyessä ei ymmärrys aina kasvanut mukana. Silloin lapsi tarvitsi aikuisen tukea ja kannustusta. (Koskenmäki 2009.) Äidit kokivat usein, että heitä tarvittiin vanhempana enemmän kuin mitä he pystyivät itsensä antamaan. Tasa-arvoisuuden ja yksilöllisyyden huomiointi kaikkien lasten suhteen ei aina onnistunut vaikka niin halusikin. (Miskala 2010.)



Haasteita arkeen loivat osaltaan kotityöt ja niistä suoriutuminen sekä arjen aikatauluttaminen. Perheet kokivat kodin hoitamisen haasteelliseksi ja vaikeaksi. Riittävän järjestyksen ylläpitäminen loi haasteita ja vanhemmat kokivat, että ne veivät kohtuuttomasti energiaa. (Heikkilä 2009.) Vanhemmat kaipasivatkin arkeensa konkreettista apua esimerkiksi kotitöihin, siivoukseen ja ruuanlaittoon, koska niiden koettiin vievän paljon aikaa ja energiaa. Näiden tukien kautta vanhemmat toivoivat saavansa omaa aikaa ja mahdollisuuden harrastuksille sekä toisaalta myös aikaa olla lasten kanssa. (Kohvakka 2008.)

Työt ja taloudellinen pärjääminen loivat vanhemmille paineita. Työn ja perheen yhteensovittaminen koettiin haasteelliseksi (Miskala 2010). Vanhempien väsyminen heijastui työelämään ja sitä kautta toimeentuloon. Vanhemman masennus ja uupumus saattoi aiheuttaa työkyvyttömyyttä. Rahan puute puolestaan kiristi perheenjäsenten välejä entisestään. Elinpiiri kapeni, kun rahat eivät riittäneet harrastuksiin tai loman viettoon. (Heikkilä 2009.) Heikkilän (2009) tutkimuksessa vanhemmat kokivat lapsen sairauden vaikuttavan tulotason työssäolon rajoittumisena, lääke- ja hoitokustannuksina sekä uupumusta seuraavina sairaslomina. Vanhemmat joutuivat joustamaan urakehityksessään. Urakehitys viivästyi tai vanhempi valitsi koulutustaan alemman työn turvatakseen lapsen tarvitseman ajan ja vanhemman läsnäolon. (Heikkilä 2009.)

Kuhmu ADHD -projektin myötä vanhemmat kokivat arkensa helpottuneen huomattavasti: he saivat konkreettisia muutoksia työkalujen, toimintatapojen ja näkökulmien ansiosta. Vanhemmat saivat muutettua päivärytmiä parempaan suuntaan sekä mahdollisuuden viettää aikaa enemmän lapsensa kanssa. (Höykinpuro, Kivelä & Laakso 2008.) ADHD -liiton perhekoulussa taas vanhemmat oppivat ymmärtämään erityisen vilkkaiden lasten käyttäytymiseen johtavia tekijöitä ja kuinka niitä voidaan ennaltaehkäistä. Vanhemmat kokivat, että vanhempana toimiminen oli selkeytynyt ja luottamus omaan toimintaan vanhempana oli kasvanut. (Koskenmäki 2009; Maukonen 2006.)

Taloudelliseen tukeen vanhemmat kaipasivat apua. Vanhemmat toivoivat, että tukea tarjottaisiin tai kehoitettaisiin hakemaan. Toivottiin, että tukea saisi Kelalta niin, ettei siitä tarvitsisi aina tapella. (Koskenmäki 2009.)

## 7.2 Rajojen asettaja

Koskenmäki (2009) mainitsee vanhempien tärkeimmiksi tehtäviksi vastuun ottamisen lapsen kasvatuksesta sekä rajojen asettamisesta. Erityistä tukea tarvitseva lapsi tarvitsi paljon huomiota, rakkautta ja tukea. Lapsi haki huomionsa keinoja kaihtamatta. Eräs äiti kuvaili voimiensa olevan niin lopussa, ettei rajoista jaksanut pitää tiukasti kiinni. Välillä äiti haluaisi vain selvitä tilanteista mahdollisimman helposti, jotta välttyisi lapsen kiroilulta, haukkumiselta, tavaroiden rikkomiselta sekä mahdolliselta kiinnikäymiseltä. Oli erityisen tärkeää antaa lapselle myös myönteistä huomiota ja kiitosta, lapsi tarvitsi selkeät ohjeet sekä rajat. Lapselle oli tärkeää, että hänelle kerrottiin etukäteen mitä häneltä odotettiin. (Koskenmäki 2009; Kohvakka 2008.) Kaikki tämä vaati vanhemmalta suunnitelmallisuutta ja että kumpikin vanhempi noudatti yhdessä sovittuja toimintamuotoja, vaikka sitten väsyneenäkin.

Lapsen käyttäytyessä huonosti oli vanhemman vaikea pysyä johdonmukaisena ja rauhallisena. Jatkuva kieltäminen johti helposti huutamiseen ja hermojen menetykseen. Erityisesti muuttuvat tilanteet joihin, lapsi reagoi voimakkaasti, hankaloittivat arjen sujumista. Lähtö johonkin tai yllättävä muutos päivärytmiin saivat aikaan vastustelua ja levottomuutta lapsessa. Lähtötilanteissa lapsi helposti kokeili vanhempia. Vanhemmuuden haasteiksi koettiin mm. neuvottomuus, itsehillinnän ja kärsivällisyyden riittävyys, riittävä tieto lapsen sairaudesta ja käyttäytymisestä, ymmärrys lapsen tekoja kohtaan sekä johdonmukaisuus (säännöt ja rajat) ja oman rauhallisuuden säilyttäminen. (Kohvakka 2008.)

Kuhmu ADHD -projekti auttoi vanhempia ymmärtämään sääntöjen ja niistä kiinnipitämisen merkityksen paremmin. Tasapaino lasten ja vanhempien välisessä suhteessa parantui yhteisten pelisääntöjen myötä. (Höykinpuro ym. 2008.) Perhekoulun myötä vanhemmat kokivat, että ongelmatilanteiden hallinta lapsen kanssa ja varmuus omasta toiminnasta vanhempana olivat parantuneet perhekoulun jälkeen. Lisäksi sillä nähtiin olevan myönteinen vaikutus ohjauskeinoihin. Vanhemmat oppivat vaihtoehtoisia tapoja ohjata lapsiaan ja tästä syystä määrällävien ohjauskeinojen käytön uskottiin vähenevän. Vanhemmat käyttivät perhekoulussa oppimiaan erilaisia lapsen käyttäytymisen hallinnan menetelmiä perhekoulun jälkeenkin. (Katajisto & Tuomisto 2006; Maukonen 2006.) Kaiken kaikkiaan vanhemmat kokivat, että perhekoulun jälkeen arki sujui paremmin ja toiminta ongelmatilanteissa oli helpottunut (Maukonen 2006).

Parental- Child Interaction therapy (PCIT) vähensi vanhemmuuteen liittyvää stressiä sekä kehitti vanhemmuuden taitoja. Äidit kertoivat olevansa itsevarmempia omiin kykyihinsä vaikuttaa lapsen käyttäytymiseen. Prosessin aikana vanhemmat rohkaistuivat muodostamaan omia ratkaisumalleja lapsensa haastavaan käyttäytymiseen. (Matos, Bauermeister & Bernal 2009.) Behavioral Parent Training (BPT) puolestaan tehosti vanhempien havaintoja lapsen ongelmakäyttäytymisestä ja näin vanhemmilla oli havaittu vähemmän negatiivista käyttäytymistä lasta kohtaan. Tämä vaikutti lapsen käyttäytymiseen positiivisesti. (Chronis, Chacko, Fabiano, Wymbs, & Pelham 2004.)

### **7.3 Ihmissuhdeosaaja**

Vanhempien huolenaiheisiin kuului lasten väliset sisarussuhteet. Vanhemmat kokivat haasteena lastensa väliset riidat (Miskala 2010). Heikkilän (2009) tutkimuksessa nousi esille, että sisarusten riitely meni jopa aggressiivisuuden

tasolle. Sisarusten välisten suhteiden kehittyminen aiheutti huolta vanhemmissa. Sisarukset tunsivat helposti kateutta toisiaan kohtaan. Kateutta aiheuttivat vanhempien antama huomio toiselle, itseä koskevat rajoitukset sekä saatu palaute. Kateuden lisäksi sisarella saattoi ilmetä häpeää ja pelkoa tulla leimatuksi esim. ”ADHD -lapsen sisarukseksi”. (Miskala 2010.)

Tutkimuksissa nousi esiin vanhempien tarve perheen välisen vuorovaikutuksen ja kommunikoinnin tukemiseen. Nimenomaan lasten keskinäisten suhteiden paranemiseen toivottiin apua. Ammattilaisilta odotettiin tiedollista tukea arkeen ja vanhemmuuteen sekä terapiaryhmää vanhemmuuden jakamista käsittelevistä aiheista (Heikkilä 2009; Koskenmäki 2009).

Erityistä tukea tarvitsevan lapsen vanhempien parisuhde oli koetuksella (Kohvakka 2008). Vanhemmat kokivat, että erityistä tukea tarvitsevalla lapsella oli erilaisia vaikutuksia parisuhteeseen. Isona haasteena nähtiin yhteisen ajan puute, sillä lapsi tarvitsi paljon huomioita ja tällä oli väistämättä vaikutusta vanhempien kahdenkeskiseen aikaan. Lapsen aiheuttama stressi ja väsymys, kasvatuserimielisyydet, lapsen tulkintavaikkeudet sekä lapsen kanssa vietetty aika johtivat vanhemmat herkästi riitelemään keskenään. (Heikkilä 2009; Kohvakka 2008.) Jatkuvat riidat ja hermostuneisuus vaikuttivat väistämättä vanhempien keskinäiseen suhteeseen. Suhteet myös muihin sosiaalisiin verkostoihin vähenivät lapsen haastavan käytöksen vuoksi. (Kohvakka 2008.)

ADHD -liiton sopeutumisvalmennuskursseilla saamastaan vertaistuesta vanhemmat kokivat saaneensa emotionaalista tukea, välineellistä tukea (käytännön vinkkejä arkeen), tiedollista tukea (ohjaus, neuvonta) sekä arviointitukea palautteen muodossa. Vanhemmat kokivat, että saivat ryhmässä hyväksyntää ja mahdollisuuden jakaa tunteita ja kokemuksia joista ei muualla voi puhua. Vanhemmat kokivat saadun tiedollisen ja välineellisen tuen tärkeäksi. He kokivat saaneensa tukea perheen yhteenkuuluvuuteen sekä kumppanuuden vahvistumiseen, myös itsetunnon koettiin vahvistuneen. (Heikkilä 2009.)

Vanhempien ja lasten välisiin suhteisiin koettiin vaikuttaneen positiivisesti myös Kuhmu -projektin. Vanhemmat kokivat, että keskusteluyhteys oli parantunut sekä luottamus syntynyt. Luottamuksen merkitys myös ymmärrettiin nyt paremmin. (Höykinpuro ym. 2008.) Perhekoulun jälkeen vanhemmat oppivat antamaan lapsilleen paljon positiivista palautetta. (Koskenmäki 2009; Maukonen 2006.) Suhtautuminen lapseen oli muuttunut positiivisempaan suuntaan. Vanhemmat kokivat, että yhteinen aika lapsen kanssa ja perheen yhdessä tekeminen oli lisääntynyt huomattavasti. (Maukonen 2006.)

#### **7.4 Rakkauden antaja**

Omasta jaksamisesta huolehtimiselle ei koettu olevan riittävästi aikaa, sillä aikaa pitäisi riittää myös erityistä tukea tarvitsevalle lapselle, lapsen sisaruksille ja parisuhteelle. Kuitenkin osa vanhemmista ilmoittivat omaavansa jonkin harrastuksen, vaikka he kokivat että aika ei riitä omasta jaksamisesta huolehtimiseen. (Katajisto & Tuomisto 2006; Heikkilä 2009.) Ylivilkkaiden lasten vanhemmat kokivat, että vanhemmuus oli kuormittavaa (Katajisto & Tuomisto 2006) ja raskasta (Miskala 2010). Esille nousi, että vanhemmat olivat hyvin uupuneita ja väsyneitä. Vanhemmat kokivat huolta, vastuuta sekä riittämättömyyttä. (Heikkilä 2009; Katajisto & Tuomisto 2006; Miskala 2010.) Katajiston ja Tuomiston (2006) tutkimuksesta nousi esiin, että ylivilkkaiden lasten vanhemmat kokivat nauttivansa vanhemmuudesta vähemmän kuin verrokkiaineiston vanhemmat (päiväkodin leikki-ikäisten lasten vanhemmat). Omien ristiriitaisten ja rankkojenkin tunteiden kokeminen saattoi olla hämmentävää. (Katajisto & Tuomisto 2006.)

Kuhmu ADHD -projektissa mukana olleet vanhemmat kokivat useammin positiivisia tunteita ja saivat lisää omaa aikaa. Irtiottoja arjesta opittiin arvostamaan uudella tavalla, kokematta syyllisyyttä omasta ajasta. Vanhempien

usko itseen kasvattajana parantui ja toivottomuuden tunne vähentyi. (Höykinpuro ym. 2008.) Behavioral Parent Training eli BPT:n oli joissakin tapauksissa koettu vaikuttavan vanhemmuuden stressitekijöihin, sosiaaliseen käyttäytymiseen ja hyväksyntään (Chronis ym. 2004).

ADHD -liiton sopeutumisvalmennuskursseista erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhemmat kokivat olevan suurta hyötyä ja kokemukset olivat positiivisia. Näillä kursseilla korostui erityisesti vertaistuen merkitys ja vanhemmat kokivat yhteenkuuluvuuden tunnetta. Vanhempien palautteista esiin nousi tuen eri muotojen saaminen kurssilta. Kokonaisuudessaan palaute kursseista oli kiitettävää. (Heikkilä 2009.)

ADHD -liiton perhekoulussa erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhemmat kokivat ryhmän antaman vertaistuen merkitykselliseksi ja he kokivat ryhmän jäsenten olleen toisilleen voimavarana. Erityisen tärkeänä vanhemmat kokivat sen, että muut ryhmän jäsenet olivat läpikäyneet samanlaisia tilanteita ja tunteita kuin he itsekin. Vanhemmat kokivat, että tavatessaan muita vertaisia oma tilanne ei enää välttämättä näyttäytynytäkään niin mahdottomana kuin mitä oli itse ajatellut. (Koskenmäki 2009.) Perhekoulun myötä vanhemmat kokivat, että vertaisilta saatu tuki auttoi heitä jaksamaan eteenpäin lastensa kanssa. Ryhmän jälkeen vanhemmat näkivät tulevaisuudessa paljon positiivisia asioita ja omien lasten arvostaminen muuttui. (Koskenmäki 2009; Maukonen 2006.) Kuhmu ADHD -projektissa mukana olleet vanhemmat kokivat, että tukiverkosto perheen ympärillä oli vahvistunut ja moninaistunut. Kuhmu -projektin vaikutus ylsi sukulais- ja ystävyysuhteisiin, jotka muuttuivat positiivisemmiksi. (Höykinpuro ym. 2008.)

Perhekoulussa vanhempien vastuullisuuden lieventäjäksi sekä häpeän ja syyllisyyden purkajaksi ja samalla toimijuuden vahvistumisen edellytysten lisääjäksi osoittautui vertaispuhe. Lajusen (2007) tutkimuksessa saatiin viitteitä siitä, että ryhmämuotoisella toiminnalla on merkittäviä etuja häpeän ja toimi-

juutta lukkiuttavan syyllisyyden purkamisessa. Häpeän ja syyllisyyden koettiin lieventyvän toisten erityistä tukea tarvitsevien lasten ja samojen haasteiden kanssa painiskelevien perheiden tapaamisen, yhteisen jaetun kokemuspohjan ja yhteisten naurujen ansiosta. Näiden koettiin vapauttavan energiaa ratkaisujen etsimiseen. Vertaistuen koettiin antavan mahdollisuuden jakaa kipeitä vanhemmuuteen liittyviä epäonnistumisen kokemuksia. Yhteisten kokemusten jakamisen koettiin luovan yhteyttä, hyväksytyksi tulemisen tunnetta ja luottamusta. Koettiin, että ryhmämuotoinen toiminta helpotti oman haavoittuvuuden ja piilossa olevan puolen paljastamista. (Lajunen 2007.)

Katajiston & Tuomiston (2006) tutkimuksessa perhekouluun osallistuneilla vanhemmilla uupumuksen havaittiin vähentyneen ja vanhemmuudesta nauttimisen lisääntyneen huomattavasti enemmän kuin verrokkiryhmän lasten vanhemmilla. Nähtiin, että Perhekoululla tukimuotona oli myönteinen vaikutus vanhempien vanhemmuuskokemuksiin sekä lasten käyttäytymiseen perheissä joissa oli ylivilkas lapsi. (Katajisto & Tuomisto 2006; Maukonen 2006.)

Perhekoulun ansiosta vanhemmat sallivat itselleen paremmin epäonnistumisen ja pyrkivät asettamaan itselleen realistisempia odotuksia. Vanhemmat oppivat myöntämään itselleen, että kaikkea ei voi hallita ja ettei itseltään voi odottaa ihmeitä. Tämän seurauksena vanhemmat kokivat, että paineet helpottuivat. Vanhemmat kokivat huomattavasti useammin onnistumista vanhempana kuin ennen perhekoulua. (Maukonen 2006.)

Vanhemmat toivoivat oman ajan järjestyvän joko tukiperheen, perhelomituksen tai lastenhoitoavun kautta (Heikkilä 2009; Kohvakka 2008). Tutkimuksista nousi esiin, että vanhemmat kaipasivat arkeen ja vanhemmuuteen enemmän vertaistukea. Vertaisilta toivottiin apua arjen jaksamiseen. (Koskenmäki 2009.) Vanhempien tuen tarpeet liittyivät paljon sosiaaliseen tukeen, josta emotionaalista tukea kaivattiin useasti puolisolta tai vertaisilta (Heikkilä 2009).

## 7.5 Elämän opettaja

Arjen sujuminen erityistä tukea tarvitsevien lasten kanssa loi vanhemmille monenlaisia haasteita. Tilanteiden vaihtelevuus ja erityistä tukea tarvitsevan lapsen hyvinvointi heijastui koko perheeseen. Toisinaan arki sujui hyvin, kunnes vastoinkäymiset heittivät pakan sekaisin. Arki oli hyvin vaihtelevaa. (Heikkilä 2009.)

Kuhmu ADHD -projektin työmalli koettiin ennaltaehkäisevänä sekä voimaannuttavana; arjessa jaksaminen parantui huomattavasti. Vanhemmat kokivat kärsivällisyytensä kasvaneen. Projektin ja työmallin koettiin tarjonneen riittävästi apua, tukea ja turvaa. Vanhemmat saivat lisää tietoa ADHD:sta, uusia toimintatapoja sekä näkökulmia arkeensa. Työmalli koettiin voimaannuttavana, positiivisena ja perheitä kokonaisvaltaisesti tukevana. Vanhemmat kokivat työmallin hyvin tarpeelliseksi ja erityisen hyvänä pidettiin, että työmalli toteutui useimmiten perheiden kotona. Projektityöntekijöiltä vanhemmat toivoivat kuitenkin yhtenäisempiä ja selkeämpiä toimintatapoja. Kokonaisuudessaan työntekijöiden toiminta oli asiakaslähtöistä. (Höykinpuro ym. 2008.)

PCIT:ssä äidit kertoivat ylivilkkaus ja impulsiivisuus oireiden, uhmakkuuden ja aggressiivisen käyttäytymisen vähenneen lapsilla huomattavasti terapian aikana. (Matos ym. 2009.) BPT:n oli ADHD -lapsilla todettu johtavan parannukseen usealla tärkeällä osa-alueella, ja näin se oli myös helpottanut vanhempien taakkaa. Vuosien mittaan monissa tutkimuksissa oli dokumentoitu, että BPT oli parantanut sekä ADHD -lapsen käyttäytymistä, että auttanut vanhempia sopeutumaan tilanteeseen. (Chronis ym. 2004.)

Tutkimuksissa nousi esiin, että vanhemmat tarvitsevat arkeensa ja vanhemmuuteensa tukea. Tämä nousi esiin myös tarpeissa ja toiveissa, joita vanhemmat toivat esiin. Kaikkein eniten tukea vanhemmat toivoivat oman toiminnan



ohjaukseen ja lapsen itsetuntemuksen lisäämiseen. Useimmiten vanhemmat toivoivatkin ensisijaisesti tukea lapsen käyttäytymisen ymmärtämiseen ja ohjaamiseen ja vasta toisena ajateltiin omaa jaksamista. (Heikkilä 2009.)

Erityistä tukea tarvitsevan lapsen perheet odottivat ja toivoivat vertaistukiryhmästä vinkkejä arjen tilanteisiin. Lisäksi he odottivat, että oppisivat ymmärtämään syitä lapsen käyttäytymiseen sekä toivoivat vinkkejä lapsen käytöksen hallintaan. (Koskenmäki 2009.) Koulun tukitoimia kaivattiin arjen tukemiseen. Tutkimuksessa nousi esiin maalla asuvien vanhempien toive erityislasten ohjatuille harrasteryhmille. (Heikkilä 2009.)

## 8 POHDINTA

### 8.1 Kirjallisuuskatsauksen eettisyys ja luotettavuus

Aineiston analyysivaihetta ja luotettavuuden arviointia ei voida erottaa toisistaan yhtä jyrkästi kvalitatiivisessa tutkimuksessa kuin kvantitatiivisessa tutkimuksessa. Tutkija joutuu erityisesti kvalitatiivisessa tutkimuksessa pohtimaan jatkuvasti tekemiään ratkaisuja ja näin hän ottaa yhtä aikaa kantaa sekä analyysin kattavuuteen että työn luotettavuuteen. Tutkijan omat tai tutkijakollegan ennakko-oletukset, arkielämän peukalosäännöt sekä enemmän tai vähemmän teoreettinen oppineisuus ovat kvalitatiivisessa tutkimuksessa tutkijan apuna. (Eskola & Suoranta 1998, 209.)

Opinnäytetyöllä oli kaksi tekijää. Tämä itsessään lisää työn eettisyyttä ja luotettavuutta, sillä aineiston on käynyt läpi useampi kuin yksi henkilö (vrt. Helakorpi 1999, 71–72). Tietokantahaut tehtiin yhdessä. Kumpikin luki sekä tiivistelmät että koko tekstit. Näin varmistettiin, että ollaan yhtä mieltä tutkimusten sopivuudesta työhön. Jotta päädyttiin oikeisiin ratkaisuihin alkupe-

räistutkimusten suhteen, niiden sopivuudesta työhön keskusteltiin ja käytiin yhdessä läpi sisäänotto- ja poissulkukriteereitä apuna käyttäen. Työssä käytetyt artikkelit ja julkaisut on löydetty käyttämällä luotettavia ja tunnettuja hakukoneita.

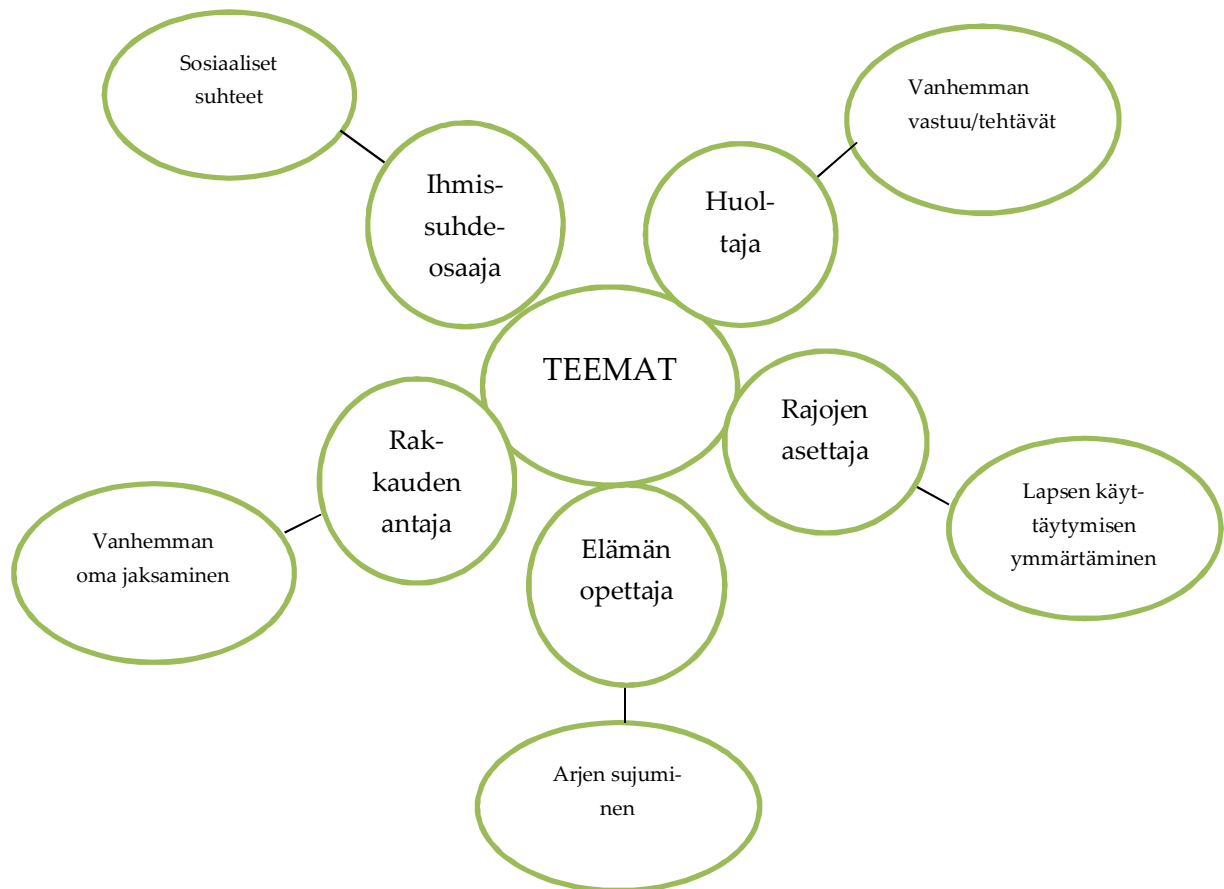
Opinnäytetyössä tutkimuksen tarkoitus, tavoitteet ja tutkimustehtävät määriteltiin selkeästi. Kirjallisuuskatsauksen luotettavuutta pyrittiin lisäämään kiinnittämällä huomiota valittujen tutkimusten laatuun (vrt. Stolt & Routasalo 2007, 62). Luotettavuutta lisättiin huolellisella suunnittelulla sekä tekemällä tarkka kirjallisuushaku, joka kuvattiin vaiheittain ja tarkasti. Työn alkuvaiheesta lähtien määritetyt selkeät sisäänotto-, poissulku- ja laadunarviointikriteerit vähensivät virheiden määrää ja tekivät katsauksesta luotettavan. (vrt. Stolt & Routasalo 2007, 68.) Hakuprosessi oli suunniteltu ja kuvattu tarkasti sekä se on kaikkien nähtävissä, jolloin työn luotettavuus lisääntyy.

Tulosten analysoinnissa käytettiin apuna Vanhemmuuden roolikarttaa. Vanhemmuuden roolikartan avulla jäsennettiin vanhemmuuden haasteita, tuen tarpeita sekä kokemuksia saaduista tukimuodoista. Tuloksista käy hyvin esille, kuinka roolikartan jokaisella osa-alueella on omat haasteensa ja kaikkia osa-alueita tarvitaan, jotta voi saavuttaa tasapainoisen vanhemmuuden.

Tutkimustulosten sekä Vanhemmuuden roolikartan analysoiminen vei aikaa. Alkuun roolikartan käytössä ongelmaksi nousi se, että Vanhemmuuden roolikarttaan ei kuulu aluetta vanhemman omasta jaksamisesta, vaan vanhemmuutta käsitellään ainoastaan lapsen tarpeiden näkökulmasta. Tuloksista kävi kuitenkin esille, että vanhempien oma jaksaminen oli todella koetuksella ja siihen kaivattiin apua. Työskentelyn myötä roolikartta avautui myös vanhemman näkökulmasta. Vanhempi ei voi olla rakkauden antaja, ellei osaa rakastaa myös itseään. Tätä kautta vanhemman oman hyvinvoinnin ja jaksamisen tukeminen nousi esiin.

Kaiken kaikkiaan Vanhemmuuden roolikartta oli juuri oikea tapa teemoitella tutkimustulokset. Nyt haasteet ja kokemukset hahmottuvat selkeästi ja luontevasti. Tulokset osoittavat, että Vanhemmuuden roolikartta sopii käytettäväksi hyvin erilaisten perheiden kohdalla.

## 8.2 Kirjallisuuskatsauksen tulosten tarkastelu



KUVIO 3. Teemojen pääpiirteet

Jokaisesta teemasta nousi selkeästi esiin pääpiirre (KUVIO 3), joka korostui läpi koko teeman. Tutkimuksissa nousi esiin, että vanhemmat tarvitsevat arkeensa ja vanhemmuuteensa tukea. Tämä ilmeni myös tarpeissa ja toiveissa, joita vanhemmat ovat tuoneet esiin. (Heikkilä 2009.) Tulokset kertovat, että

erityistä tukea tarvitsevan lapsen vanhemmat ovat stressaantuneita ja uupuneita. Vanhemmat kokevat vaikeana, itsekäänä ja raskaana ottaa aikaa itselleen ilman syyllisyyden tunnetta ja myös sosiaalisten suhteiden koettiin katkeavan tai vähenevän. (vrt. Martikainen & Savinainen 2009,38; Lonka 2005, 335–336.) Teoriassa erityistä tukea tarvitsevan lapsen vanhemmuuteen kuvailaan liittyvän erilaisia tunteita, kuten; syyllisyys, riittämättömyys, haastavuus, stressaavuus, uupuneisuus, ahdistuneisuus ja viha. Näitä aivan samoja tunteita nousi esiin tutkimustuloksista.

Tutkimuksista nousi esille vanhempien toive siitä, että apua vanhemmuuteen olisi paremmin tarjolla ja eri vaihtoehdot selkeämmin esillä. Nyt vanhemmat kokivat, että itse täytyi apu etsiä ja hakea, mikäli sitä halusi. Olisi todella tärkeää, että eri apu- ja tukimuodot olisivat selkeästi ja helposti vanhempien löydettävissä. Lisäksi olisi hyvä, että lasten käydessä esimerkiksi terapeutin luona, vanhemmille tarjottaisiin mahdollisuutta saada tukea vanhemmuuteen. Vanhemmille voitaisiin antaa esimerkiksi jokin esite, josta kävisi ilmi mitä tukimuotoja on tarjolla. Mikäli lapsella ei ole kontakteja mihinkään hoitavaan tahoon, josta saada tietoa tukimuodoista, joutuu vanhempi itse etsimään tiedon tukimuodoista ja -keinoista. Vanhemmat toivoivat myös taloudellisesta tuesta paremmin tietoa saataville. Olisi hyvä, mikäli näistä kaikista olisi esimerkiksi koottu jokin internet-sivusto tai ohjelehtinen, josta löytäisi helposti tietoa.

Ammattihenkilöiden näkökulmasta vanhempien tukeminen kannatti. Kuhmu ADHD -projektin myötä erityisopettajat kokivat, että yhteistyö kodin kanssa oli parantunut. Yhteistyön koettiin olevan helpompaa kodin kanssa ja sitä tapahtui useammin työmallin myötä. Erityisopettajat kokivat työmallista olleen hyötyä siten, että kodin ja koulun säännöt mukailivat enemmän toisiaan. Sosiaalityöntekijät kokivat, että huoli perheistä oli vähentynyt ja yhteistyö perheiden kanssa oli parantunut entisestään työmallin myötä. Perheiden voimavarat olivat vahvistuneet ja perheet olivat saaneet sosiaalityöntekijöiden mielestä

tarpeellista tukea arkeensa. Sekä erityisopettajat että sosiaalityöntekijät kokivat projektin perheiden kannalta hyödylliseksi ja osittain jopa välttämättömäksi perheiden jaksamisen kannalta sekä syrjäytymisen ennaltaehkäisemiseksi. (Höykinpuro ym. 2008.)

### **8.3 Johtopäätökset ja jatkotutkimusehdotukset**

Erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhempien tukemisella on laajoja vaikutuksia. Kun puhutaan syrjäytymisen ja masennuksen ehkäisemisestä, on kyse yhteiskunnallisesti tärkeästä asiasta. Ennaltaehkäisevä hoitotyö on nykyajan trendi ja näiden perheiden kohdalla sillä voidaan tavoitella todellisia hyötyjä. Perheen hyvinvoinnin tukeminen vaikuttaa kaikkien sen jäsenten tulevaisuuteen. Vanhemmuuden tukemisella on kauaskantoisia vaikutuksia. Sillä voidaan ehkäistä monenlaisia ongelmia myös lasten tulevaisuuden suhteen. Erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhempien tukemisessa keskeistä on, että apua tarjotaan jossakin muodossa. Vanhempien tukemisen tulisi ehdottomasti olla ennaltaehkäisevää ja voimaannuttavaa. On helpompi puuttua asioihin ennen kuin arki on täysi kaaos ja vanhemmat lopen uupuneita.

Vanhempien tukeminen on hyödyllistä juuri siksi, että sillä saadaan vaikutettua koko perheeseen ja kaikkiin sen jäseniin. Lapsia tukemalla vaikutetaan lapsen käyttäytymiseen ja lapsen vointiin, joka toki myös vaikuttaa koko perheeseen, mutta koemme tämän vaikuttavan perheeseen vähemmän kuin vanhempien tukemisen. Tutkimuksista nousee hyvin esiin se, että kun vanhemmat saavat tukea, ymmärrystä ja apua, koko perhe voi paremmin, kuin että tuettaisiin vain lasta. Siksi olisi erittäin tärkeää erityistä tukea tarvitsevan lapsen kohdalla muistaa myös vanhemmat.

Eri projekteissa ja tukimuodoissa tuli voimakkaasti esille se, kuinka tyytyväisiä vanhemmat olivat saamaansa tukeen. Vertaistuen merkitys tuli esille use-

asti. Vanhemmat kokivat saaneensa hyväksyntää ja mahdollisuuden jakaa tunteita sekä vanhemmuuteen liittyviä epäonnistumisen kokemuksia, joista ei kaikille voinut puhua. Kokemusten jakaminen auttoi myös ymmärtämään, ettei oma tilanne ehkä olekaan aivan niin toivoton kuin oli luultu. Tukimuu- doista vanhemmat saivat niin emotionaalista tukea, tiedollista tukea, erilaisia käytännön ohjeita arkeen kuin myös palautetta. Vanhemmat kokivat saaman- sa tuen voimaannuttavana, positiivisena ja perheitä kokonaisvaltaisesti tuke- vana.

Vanhempien saama tuki vaikutti paljon perheiden arkeen. Perheiden tuki- verkko vahvistui ja perheenjäsenten väliset suhteet parantuivat; keskustelu ja luottamus kasvoivat. Arjen hallinta parantui kun vanhemmat saivat konkreet- tisia työkaluja uusien toimintatapojen ja näkökulmien ansiosta.

Vanhemmat ymmärsivät yhteisten pelisääntöjen merkityksen arjen sujumises- sa. Vanhemmat oppivat lopulta arvostamaan omaa aikaa ilman syyllisyyden tunteita. Tämä varmasti vaikuttaa suurelta osin vanhempien parempaan jak- samiseen. Vanhemmat kokivat, että usko itseensä kasvattajana lisääntyi ja toi- vottomuuden tunteet, stressi sekä uupumus vähenivät. Ongelmatilanteiden hallinta ja varmuus omasta toiminnasta vanhempana vahvistuivat.

Tuki auttoi perheitä jatkamaan kohti valoisampaa tulevaisuutta. Vanhemmat näkivät tulevaisuudessa paljon positiivisia asioita sekä huomasivat nauttivan- sa vanhemmuudestaan enemmän. He oppivat asettamaan realistisempia odo- tuksia ja näin myös saivat huomattavasti useammin onnistumisen kokemuk- sia. Vanhempien tukeminen siis todella kannatti. Kun vanhemmat saivat uu- sia työkaluja arkeen ja uutta energiaa, se vaikutti koko perheen hyvinvointiin.

Myös ammattilaiset kokivat vanhempien tuen hyvänä asiana. Erityisopettajat kokivat, että Kuhmu -projektin myötä yhteistyö vanhempien kanssa parantui. Yhteistyö koettiin helpommaksi ja sitä tapahtui useammin. Opettajat kokivat, että yhteistyön kautta kodin ja koulun säännöt olivat yhteneväisemmät. Sosi-

aalityöntekijöiden mukaan huoli perheistä vähentyi projektin myötä, eivätkä perheet olleet enää työntekijälle niin kuormittavia. Kumpikin ammattitaho koki, että työmalli olisi jopa välttämätön perheiden kannalta ja syrjäytymisen ennaltaehkäisemiseksi

Kirjallisuuskatsauksella oli tarkoitus kerätä tietoa haasteista, joita vanhemmat kohtaavat kun perheessä on erityistä tukea tarvitseva lapsi. Haluttiin löytää vanhemmuuden tukemiseen käytettyjä tukimuotoja erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhemmille, sekä miten vanhemmat ovat kokeneet nämä tukimuodot. Opinnäytetyöllä haluttiin osoittaa, kuinka suuri merkitys annetulla tuella on. Ei vain vanhempien jaksamiseen, vaan koko perheen hyvinvointiin.

Opinnäytetyöhön onnistuttiin löytämään kattavasti erilaisia tutkimuksia käytetyistä vanhemmuuden tukimuodoista perheille, joissa on erityistä tukea tarvitseva lapsi. Tuloksissa on kuvattu kattavasti haasteita ja tuen tarpeita, joita vanhemmat kokevat. Tulokset vastaavat asetettuihin tutkimuskysymyksiin.

Tuloksia voivat hyödyntää erityistä tukea tarvitsevien lasten ja heidän perheidensä kanssa työskentelevät eri alojen ammattilaiset sekä lasten vanhemmat. Ammattilaiset saavat työstä kuvauksen siitä, millaisia haasteita vanhemmat kohtaavat arjessa sekä minkälaista apua he kaipaavat. Tuloksia apuna käyttäen esimerkiksi vertaistukiryhmän perustamiseen saa ideoita ja aiheita eri kokoontumiskerroille. Eri alojen ammattihenkilöstö ei välttämättä tiedosta, kuinka haastavaa arki erityistä tukea tarvitsevan lapsen perheissä on. Opinnäytetyö lisää toivottavasti ammattilaisten tietämystä ja auttaa suhtautumaan perheiden haasteisiin uudella asenteella. Vanhemmat saavat työstä arvokkaita vinkkejä eri tukimuodoista ja siitä, miten ne on koettu. Näin he voivat etsiä samanlaista toimintaa omalta paikkakunnalta.

Jatkossa olisi syytä tutkia sitä, miten ammattilaiset kokevat perheiden ja vanhempien tilanteen. Saavatko vanhemmat ammattilaisten mielestä riittävästi tukea, tarjotaanko sitä vai joutuuko vanhemmat heidän mielestään etsimään

sen itse. Kokevatko ammattilaiset, että yhteiskunnalla on riittävästi resursseja tukea erityistä tukea tarvitsevan lapsen vanhempia ja perheitä. Ammattilaisten näkökulma asiaan olisi siis hyvä jatkotutkimusaihe.

Kiintoisaa olisi tutkia myös kuinka pärjäävät perheet, joissa lapsi ei ole saanut diagnoosia (esimerkiksi SI-häiriöinen lapsi), mutta erityisen tuen tarve on ilmeinen. Olisi tärkeää saada tietoa siitä, saavatko nämä perheet mitään tukea arkeensa ja jaksamiseensa, jotta heitä osattaisiin auttaa ja tukea. Kun lapsen kehityksen seuranta neuvolassa loppuu, jää perhe tyhjän päälle. Ilman diagnoosia ei lapsi ole oikeutettu kuntoutukseen tai muihin tukipalveluihin, vaan vanhemmat jäävät oman onnensa nojaan.



## LÄHTEET

Ayres, A. J. 2008. Aistimusten aallokossa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Barkley, R. 2008. ADHD - Kuinka hallita ADHD. EU: Oy UNIPress Ab

Borremans, E. 2011. Myös Asperger-nuori hyötyy liikunnasta. Viitattu 14.1.2011 <https://www.jyu.fi>.

Chronis, A., Chacko, A., Fabiano, G., Wymbs, B. & Pelham, W. 2004. Enhancements to the Behavioral Parent Training Paradigm for Families of Children With ADHD: Review and Future Directions. *Clinical Child and Family Psychology Review* 7(1). Viitattu 15.3.2011.

<http://www.chiplab.org/images/uploads/chronis.2004.pdf>

Dean, D. & Kirby, S. 2005. ADHD and its impact on family life. *Mental Health Practice* 8 (1). Viitattu 24.3.2011.

[www.cinahl.com/cgi-bin/refsvc?jid=2332&accno=2009010885](http://www.cinahl.com/cgi-bin/refsvc?jid=2332&accno=2009010885)

Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummeruksen kirjapaino Oy.

Heikkilä, M. 2009. ADHD-lasten vanhempien kokemukset arjesta ja saaduista tukipalveluista: hitaasti hengitellen ja hengästyen, päivästä toiseen toivoen, helpompaa huomista odotellen ja jatkuvasti "kiviä käänellen"... eteenpäin! Opinnäytetyö. Helsingin diakonia ammattikorkeakoulu, terveyden edistämisen koulutusohjelma. Viitattu 19.5.2010. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-200911246008>

Helakorpi, S. 1999. Opinnäytetyö ja tutkimus ammattikorkeakoulussa. Hämeenlinna: Hämeen ammattikorkeakoulu.

Huttunen, M. 2010. Aspergerin oireyhtymä. Lääkärikirja Duodecim. Viitattu 10.10.2010. <http://www.terveyskirjasto.fi/>

Hyväri, S. 2005. Vertaistuen ja ammattiauttamisen muuttuvat suhteet. Teoksessa: Nylund, M. & Yeung, A.B. 2005. Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.

Höykinpuro, H., Kivelä, H. & Laakso, H. 2008. Kuhmu ADHD-projektin työmallin vaikuttavuuden arviointi. Opinnäytetyö. Jyväskylän ammattikorkeakoulu, sosiaalialan koulutusohjelma. Viitattu 14.1.2011.

<http://urn.fi/URN:NBN:fi:jamk-1234859925-2>

Juvakka, E. 2005. Riittävän hyvä riittää. Teoksessa: Vahva vanhemmuus - paras tuki nuoren kasvuun. Toim. J, Syrjälä. Väestöliitto.

Katajisto, O. & Tuominen, E. 2006. "Kyllä sitä välillä ollaan niin nokat vastakkain" Tutkimus koskien ylivilkkaiden leikki-ikäisten ja muiden samanikäisten lasten vanhemmuutta sekä perhekoulu -intervention vaikuttavuutta. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto, psykologian laitos. Viitattu 15.1.2010. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:juu-2006552>

Kohvakka, M. 2008. Vauhtia ja viljejä tilanteita. Haastavasti käyttäytyvän lapsen kodin arki vanhempien kuvaamana. Opinnäytetyö. Jyväskylän ammattikorkeakoulu, sosiaalialan koulutusohjelma. Viitattu 15.1.2010. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jamk-1235997136-4>

Koskenmäki, S. 2009. Vanhempien kokemusten arviointia ADHD -liiton perhekoulusta Tuusulassa – haastavasti käyttäytyvien lasten vanhempien vertaistukiryhmä. Opinnäytetyö. Diakonia -ammattikorkeakoulu, sosiaalialan koulutusohjelma. Viitattu 15.1.2010. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-200911025251>

Kristeri, I. 2002. Vahvaan vanhemmuuteen. Helsinki: Kirjapaja Oy.

Kääriäinen, M. & Lahtinen, M. 2006. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus tutkimustiedon jäsentäjänä. Hoitotiede 18 (1), 38-43.

Laatikainen, T. (toim.) 2010. Vertaistoiminta kannattaa. Asumispalvelusäätiö ASPA.

Lajunen, K. 2007. Toimijuuden rakentaminen ja rakentuminen ylivilkkaiden ja tarkkaamattomien lasten ja äitien ryhmänohjauksessa. "Niin metsä vastaa kuin sinne huudetaan, niin kyllä on monta kertaa tullu mieleen". Psykologian lisenssiaattitutkimus. Jyväskylän yliopisto, psykologian laitos. Viitattu 15.1.2010. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:juu-200803171270>

Lehtinen, I. 2005. Vertaistuesta voimaa vanhemmuuteen – kokemuksia Espoon perhekeskusprojektin laajennetusta perhevalmennuksesta. Opinnäytetyö. Diakonia ammattikorkeakoulu, Helsingin yksikkö, diakoninen sosiaali-, terveys- ja kasvatusalan koulutusohjelma. Viitattu 19.4.2011 [http://kirjastot.diak.fi/files/diak\\_lib/Helsinki2005/d182b5\\_lehtinen4502.pdf](http://kirjastot.diak.fi/files/diak_lib/Helsinki2005/d182b5_lehtinen4502.pdf)

Lillqvist, O. & Pilhjerta, A. 2004. Vinkkejä AH/HD-lapsen vanhemmille. Suomen lastenhoitoyhdistys-ADHD-keskus. Helsinki: Tyylipaino Oy.

Lonka, K. 2005. Mistä kaikesta äitien piti selvitä? Teoksessa Leijonaemojen tarinat. Toim. Heinonen, Kantoluoto, Lehtomäki, Lähdemäki, Paganus, Sandelin & Lonka. Juva: WSOY.

Martikainen, A. & Savinainen, A-M. 2009. Kyllä me selviämme – Tietoa ADHD-oireisen lapsen vanhemmille. ADHD-liitto ry.

Matos, M., Bauermeister, J. & Bernal, G. 2009. Parent-Child Interaction Therapy for Puerto Rican Preschool Children with ADHD and Behavior Problems: A Pilot Efficacy Study. Family process 48(2). Viitattu 10.3.2011.  
[www.cinahl.com/cgi-bin/refsvc?jid=2013&accno=2010301026](http://www.cinahl.com/cgi-bin/refsvc?jid=2013&accno=2010301026)

Maukonen, T. 2006. Perhekoulun vaikutukset ylivilkkaiden lasten ja heidän perheidensä arkeen. Opinnäytetyö. Satakunnan ammattikotkeakoulu, sosiaalialan koulutusohjelma. Viitattu 15.1.2011. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-200809193204>

Michelsson, K., Miettinen, K., Saresma, U. & Virtanen, P. 2003. AD/HD nuorilla ja aikuisilla. Juva: WS Bookwell Oy.

Miskala, H. 2010. Sisaruussuhteet ja vanhemmuus ylivilkkaan lapsen perheessä. Pro Gradu –tutkielma. Jyväskylän yliopisto, kasvatustieteiden laitos. Viitattu 16.1.2011. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-201005221902>

Nylund, M. 2005. Vertaisryhmät kokemusten ja tiedon jäsentäjinä. Teoksessa: Nylund, M. & Yeung. A.B. 2005. Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.

Pekkala, E. 2000. Systemaattiset kirjallisuuskatsaukset. Teoksessa: Hoitotyön vuosikirja 2001. Näyttöön perustuva hoitotyö. Tampere: Tammepaino Oy.

Riikola, T., Moilanen, I. & Puustjärvi, A. 2007. ADHD lapsilla ja nuorilla. Käyvän hoidon potilasversiot. Käypä hoito. Viitattu 10.10.2010.  
[www.kaypahoito.fi](http://www.kaypahoito.fi)

Rintahaka, P. 2007. Nuorten neuropsykiatriset häiriöt – ADHD, Aspergerin oireyhtymä ja unihäiriöt. Duodecim. Viitattu 10.10.2010.  
<http://www.duodecimlehti.fi/>

Smith, S. 2002. What do parents of children with learning disabilities, ADHD, and related disorders deal with? Pediatric nursing 22(3). Viitattu 23.3.2011.  
<http://www.cinahl.com/cgi-bin/refsvc?jid=299&accno=2002116853>

Sosiaaliportti. 2008. n.d. Vanhemmuuden roolikartta. Viitattu 13.4.2011.  
[www.sosiaaliportti.fi](http://www.sosiaaliportti.fi)

Stolt, M. & Routasalo, P. 2007. Tutkimusartikkelien valinta ja käsittely. Teoksessa: Johansson, K., Axelin, A., Stolt, M. & Ääri R-L. 2007. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja sen tekeminen. Turku: Turun yliopisto.

Tilastokeskus. 2010. n.d. Perheiden määrä kasvaa edelleen. Viitattu 10.10.2010.  
<http://www.tilastokeskus.fi>

Varsinais-suomen lastensuojelukuntayhtymä. 1999. n.d. Vanhemmuuden rooli-kartta®. Viitattu 25.1.2011. <http://www.vslk.fi/>

Viljamaa, J. 2009. Mitä minä teen tämän lapsen kanssa? Haastavan lapsen kasvatus. Juva: WSOY.

Väestöliitto. 2010a. n.d. Vanhemmuus. Viitattu 19.12.2010 [www.vaestoliitto.fi](http://www.vaestoliitto.fi)

Väestöliitto. 2010b. n.d. Vanhemmuus tuo mukanaan myös stressiä. Viitattu 19.12.2010 [www.vaestoliitto.fi](http://www.vaestoliitto.fi)

Wilska-Seemer, K. 2005. Voimaantumisen vammaisten naisten vertaisryhmissä. Teoksessa: Nylund, M. & Yeung A.B. 2005. Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.

Åstedt-Kurki, P., Jussila, A-L., Koponen, L., Lehto, P., Maijala, H., Paavilainen, R. & Potinkara, H. 2008. Kohti perheen hyvää hoitamista. WSOY oppimateriaalit Oy.

## LIITTEET

### Liite 1. Kirjallisuuskatsaukseen valitut alkuperäistutkimukset

Tutkimuksen tekijä/-t, tutkimupaikka, tutkimusvuosi	Tutkimus	Aineisto/ aineistonkeruu	Keskeiset tulokset
Heikkilä, 2009 Helsingin Diakonia ammattikorkeakoulu Opinäytetyö	ADHD-lasten vanhempien kokemukset arjesta ja saaduista tukipalveluista: hitaasti hengitellen ja hengästyen, päivästä toiseen toivoen, helpompaa huomista odotellen ja jatkuvasti "kiviä käännelellä"... eteenpäin!	Kyselytutkimus. <b>ADHD-liiton perhesopeutumisvalmennuskursseille</b> osallistuneiden 5-10-vuotiaiden ADHD-lasten vanhempien kokemuksia arjesta ja saaduista tukipalveluista.	Vanhempien kokemukset arjesta selviytymisestä vaihtelivat kohtuullisen selviytymisen ja uupumisen välillä. Selkeät arjen rutiinit ja hyvä sosiaalinen verkosto auttoivat perheitä selviytymään. Perheen asuinalue vaikutti paljon palvelujen saamiseen. Perheen jaksamista tukevia palveluita olivat yksilöllinen perhekuntoutus, lapsen terapia, johon yhdistyivät vanhempien tukikäynnit sekä vanhempien saama vertaistuki. Perheet kokivat saaneensa arkeensa tukea myös sopeutumisvalmennus-kursseista. Osa perheistä hyötyi perhekoulusta tai ADHD-valmennuksesta sekä perheyöstä.
Höykinpuro, Kivelä & Laakso, 2008 Jyväskylän ammattikorkeakoulu Opinnäytetyö	Kuhmu ADHD-projektin työmallin vaikuttavuuden arviointi.	Teemahaastattelu. <b>Kuhmu ADHD-projektin</b> työmallia arvioitiin haastatteleamalla projektissa mukana olleita perheitä sekä perheiden kanssa yhteistyötä tehneitä erityisopet-	Tutkimustulokset osoittivat Kuhmu ADHD-projektin työmallin olevan tarpeellinen ja jopa välttämätön perheiden hyvinvoinnin ja jaksamisen kannalta. Työmallin merkittävyys

		tajia. Sosiaalityöntekijöiden kokemuksia tarkasteltiin heidän täyttämien arviointilomakkeiden kautta. Tutkimukseen haastateltiin viittä vanhempaa ja kolmea perheiden kanssa toiminutta erityisopettajaa. Kaksi sosiaalityöntekijää täyttivät arviointilomakkeet.	kulminoitui ennaltaehkäisevän työn näkökulmasta. Tutkimus osoitti, että työmalli palveli parhaiten perheitä heidän omassa kotiympäristössään. Koulumaailmassa työmallin merkittävyys on ollut vähäisempi.
Katajisto & Tuominen, 2006 Jyväskylän yliopisto: Psykologian laitos Pro Gradu-tutkielma	"Kyllä sitä välillä ollaan niin nokat vastakkain" Tutkimus koskien ylivilkkaiden leikki-ikäisten ja muiden samanikäisten lasten vanhemmuutta sekä perhekoulu -intervention vaikuttavuutta.	Tutkimuksessa käytetty aineisto kerättiin molemmissa ryhmissä vanhempien täyttämien kyselylomakkeiden avulla. Tavoitteena selvittää ylivilkkaiden leikki-ikäisten ja toisten samanikäisten lasten vanhempien kokemuksia vanhemmuudestaan ja ohjauskeinoistaan sekä lasten käyttäytymisestä arjessa ja tutkia <b>Perhekoulu</b> -intervention vaikuttavuutta. Tutkimus liittyi osana Jyväskylässä vuodesta 2001 käynnissä olleeseen Perhekoulu -toimintaan. Tutkimusotos koostui Perhekouluun osallistuneista ylivilkkaiden lasten perheistä (n=35) sekä Jyväskylässä syksyllä 2005 aloitettuun "Leikki-ikäinen ja vanhemmuus" -alaprojektiin osallistuneista verrokkiryhmän perheistä (n=104).	Ylivilkkaiden lasten vanhemmat kokivat vanhemmuutensa kuormittavampana ja lastensa käyttäytymisen haastavampana kuin muiden lasten vanhemmat. Ylivilkkaille lapsille ja heidän vanhemmilleen suunnatulla Perhekoulu-interventiolla näytti olevan myönteinen vaikutus vanhempien vanhemmuuskokemuksiin, ohjauskeinoihin ja lasten käyttäytymiseen. Tutkimuksessa havaittiin vanhempien kokeman uupumuksen vähentyneen ja vanhemmuudesta nauttimisen lisääntyneen huomattavasti enemmän Perhekouluun osallistuneilla vanhemmilla verrattuna toisten leikki-ikäisten lasten vanhempiin. Perhekoululla näytti tässä tutkimuksessa olevan myönteinen vaikutus lasten sosiaalisiin taitoihin, pettymysten sietämiseen ja ylivilkkauteen viittaaviin ongelmiin.
Kohvakka, 2008 Jyväskylän ammattikorkeakoulu	Vauhtia ja viljejä tilanteita. Haastavasti käyttäytyvän lapsen kodin arki vanhempien kuvaamana.	Laadullinen tutkimus, käytössä kyselylomake ja haastattelu. Mukana kuusi perhettä. Opinnäytetyön tarkoituksena	Arki kuormittavaa, tällä vaikutuksia mm. sosiaaliseen elämään ja ilmapiiriin kotona. Vanhemmat kaipaavat

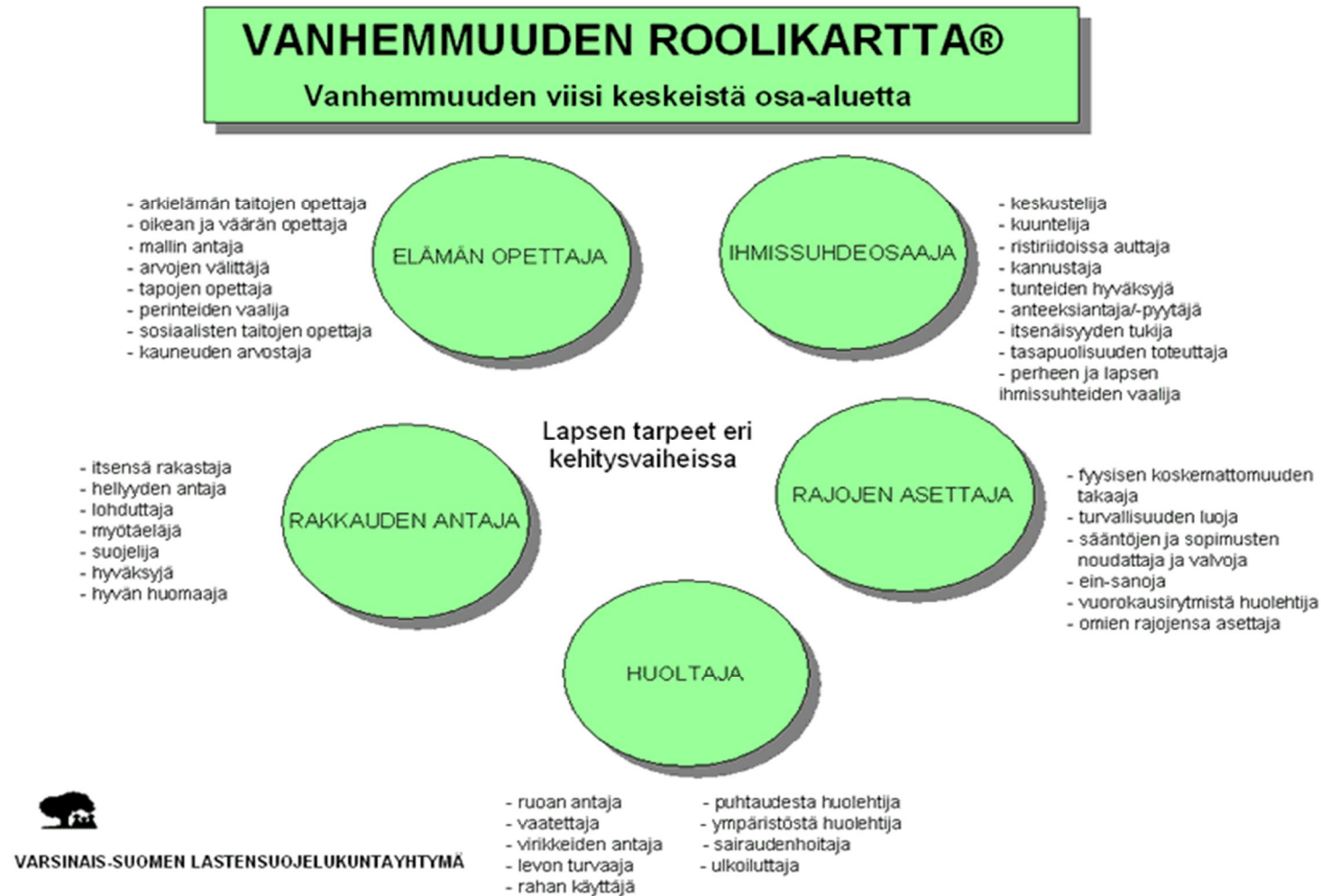
Opinnäytetyö		selvittää millaista on haastavasti käyttäytyvän lapsen kodin arki sekä miten lapsen käyttäytyminen näkyy kotona ja vaikuttaa mm. vanhempien jaksamiseen.	tukea arjen sujumiseen, vertaistukea, keskusteluapua, apua kotitöihin ja lasten hoitoon.
Koskenmäki, 2008 Järvenpään Diakonia ammattikorkeakoulu Opinnäytetyö	Vanhempien kokemusten arviointia ADHD -liiton perhekoulusta Tuusulassa – haastavasti käyttäytyvien lasten vanhempien vertaistukiryhmä.	Haastattelumuotona teemahaastattelu. Opinnäytetyön tarkoituksena tutkia, millaista tukea vanhemmat saivat <b>perhekoulusta</b> ja miten se vaikuttaa heidän arkeensa. Kvalitatiivinen tutkimus. Aineisto koostuu kuudesta haastavasti käyttäytyvän lapsen vanhempien haastattelusta, jotka osallistuivat Tuusulassa järjestettävään perhekouluun.	Perhekoulu on toimiva ja hyväksi koettu tukimuoto. Vanhempien saama tieto lapsen käytöksestä ja vanhempien ymmärryksen lisääntyminen on parantanut lasten ja vanhempien välistä vuorovaikutusta. Vanhemmat oppivat erilaisia ja hyödyllisiä toimintamalleja. Vanhempien itsetunto vahvistui, mikä näyttäytyy lapsen kanssa tapahtuvien ongelmatilanteiden parempana hallintana. Vertaisryhmätoiminta on yksi toimiva tapa tukea vanhempia ja vanhemmuutta.
Lajunen, 2007 Jyväskylän yliopisto Psykologian lisensiaattitutkimus	Toimijuuden rakentaminen ja rakentuminen ylivilkkaiden ja tarkkaamattomien lasten ja äitien ryhmänohjauksessa. ”Niin metsä vastaa kuin sinne huudetaan, niin kyllä on monta kertaa tullu mieleen”.	Haastattelumuotona ryhmähaastattelu. <b>Perhekouluun</b> tulleiden lasten vanhemmat ja heidän lapsensa oli seulottu Lapsen kielen kehitys ja familiaalinen dysleksiariski -tutkimukseen osallistuneiden joukosta ja perhekoulu oli ensimmäinen Jyväskylässä. Tutkimuksen tarkoituksena tutkia, miten ylivilkkaiden ja tarkkaamattomien lasten äitien toimijuus rakentui äitien ja ryhmän ohjaajien välisissä keskusteluissa kymmenen viikon ajan kestäneessä Perhekoulun vanhempien ryhmässä ja millaista ohjaajien toiminta siinä oli.	Tutkimus osoitti, että ryhmän ohjaajat rakensivat äitien toimijuutta vuorovaikutuspuheeseen tukeutumalla. Vertaispuhe osoittautui merkittäväksi vanhempien vastuullisuuden lieventäjäksi ja häpeän ja syyllisyyden purkajaksi sekä toimijuuden vahvistumisen edellytysten lisääjäksi. Tutkimus antaa viitteitä siitä, että ryhmämuotoisella interventiolla on merkittäviä etuja toimijuutta lukkiuttavan syyllisyyden niin kuin myös häpeän purkamisessa. Toisten samanlaisten lasten ja samojen haasteiden kanssa painiskelevien perhei-

			den tapaaminen, jaettu yhteinen kokemuspohja ja yhteinen nauru näyttivät hienovaraisesti lieventävän häpeää ja syyllisyyttä sekä vapauttavan energiaa ratkaisujen etsimiseen.
Maukonen, 2006 Satakunnan ammattikorkeakoulu Opinnäytetyö	Perhekoulun vaikutukset ylivilkkaiden lasten ja heidän perheidensä arkeen.	Laadullinen kyselytutkimus, jossa kysely suoritettiin puoli-strukturoidulla kyselylomakkeella. Kyselylomakkeet toimitettiin kahdeksalle perheelle Rauman lastenpsykiatrian poliklinikalta, missä perheet olivat osallistuneet <b>perhekouluun</b> . Vastauksia tuli kolmelta perheeltä Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää ylivilkkaiden ja/tai adhd-diagnoosin saaneiden 3-6 – vuotiaiden lasten perheille tarkoitetun perhekoulun vaikutuksia lasten ja heidän vanhempiansa arkeen.	Perhekoulu oli koettu hyväksi ja toimivaksi tukimuodoksi koko perhettä ajatellen. Tutkimuksessa selvisi, että vanhempien saama tieto lapsen käytöksen taustoista ja sitä kautta ymmärryksen lisääntyminen oli parantanut lasten ja vanhempien välistä vuorovaikutusta. Vanhemmat olivat oppineet erilaisia ja hyödyllisiä toimintamalleja. Vanhempien luottamus omaan toimintaansa vanhempina oli vahvistunut, mikä näkyi esimerkiksi lapsen kanssa tapahtuvien ongelmatilanteiden parempana hallintana. Lisäksi vanhemmat kokivat tärkeäksi aikuisryhmästä saamansa vertaistuen.
Miskala, 2010 Jyväskylän yliopisto: kasvatustieteiden laitos Pro Gradu-tutkielma	Sisaruuksuhteet ja vanhemmuus ylivilkkaan lapsen perheessä.	Teemahaastattelu. Tutkimuksessa oli käytetty kvalitatiivista lähetymistapaa. Tutkittavina oli 10 äitiä, joista viidellä oli tarkkaavaisuuden ja/tai ylivilkkauksen ongelmia omaava lapsi. Näistä äideistä neljä oli osallistunut ylivilkkaiden lasten vanhemmille tarkoitettuun interventioon. Muut viisi äitiä muodostivat niin sanotun verrokkiryhmän. Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää vanhemmuutta ja sisarusuhteita ylivilkkaiden	Vanhemmuuteen liittyvät tunteet olivat molemmissa ryhmissä lähes samanlaisia, vaikkakin äidit, joiden lapsella oli ylivilkkautta, toivat hieinan enemmän esiin kuormittavuuteen ja haasteisiin liittyviä tunteita. Uupumus sekä haasteet työn ja perheen yhteensovittamisessa sekä vanhemman oma jaksaminen olivat kuitenkin yhteinen piirre molemmissa ryhmissä. Merkittäviin tukitahoihin lukeutuivat yli-



		lasten perheissä.	vilkkaiden lasten perheissä muun muassa äidin puoliso, samanlaisessa elämäntilanteessa olevat toiset vanhemmat ja ulkopuolinen apu.
Matos, Bauermeister & Bernal, 2009 Tutkimusartikkeli	Parent-Child Interaction Therapy for Puerto Rican Preschool Children with ADHD and Behavior Problems: A Pilot Efficacy Study	<b>Parent-Child Interaction Therapy eli PCIT.</b> Tutkimukseen osallistui 32 Puerto Ricalaista perhettä, joissa 4-6 vuotiaita lapsia, joilla ADHD tai käytöshäiriöitä. Tutkimuksessa oli mukana vain äitejä lapsineen. Tarkoitus selvittää äitien mielipiteitä PCIT hoidosta ja sen vaikutuksista.	Äidit tyytyväisiä hoitomuotoon. Vanhemmuuteen liittyvä stressi väheni sekä vanhemmuuden taidot kehittyivät. Äitien luottamus omiin kykyihin kasvoi.
Chronis, Chacko, Fabiano, Wymbs & Pelham, 2004 Tutkimusartikkeli	Enhancements to the Behavioral Parent Training Paradigm for Families of Children With ADHD: Review and Future Directions.	<b>Behavioral Parent Training eli BPT.</b> Tutkimukseen oli tehty havaintoja 28 BPT:tä koskevasta tutkimuksesta, joissa on ollut mukana yhteensä 1161 lasta ja heidän vanhempiaan. Näissä tutkimuksissa mukana olleet lapset olivat 3-14-vuotiaita, ja heillä oli ADHD. Tarkoituksena oli selvittää mikä BPT on, kuinka se oli koettu ja miten se oli vaikuttanut lapsiin sekä vanhempiin.	BPT:n oli ADHD- lapsilla todettu johtavan parannukseen usealla tärkeällä osa-alueella, ja näin se oli myös helpottanut vanhempien taakkaa. BPT oli tehostanut vanhempien havaintoja lapsen ongelmakäyttäytymisestä ja näin vanhemmilla oli havaittu vähemmän negatiivista käyttäytymistä lasta kohtaan, joka oli myös vaikuttanut lapsen käyttäytymiseen positiivisesti.

## Liite 2. Vanhemmuuden roolikartta®



(Varsinais- suomen lastensuojelukuntayhtymä, 1999.)