



SAVONIA

OPINNÄYTETYÖ - AMMATTIKORKEAKOULUTUTKINTO
SOSIAALI-, TERVEYS- JA LIIKUNTA-ALA

ISÄ SYNNYTYKSESSÄ - ISIEN KOKEMUKSIA ÄITIEN TUKEMISESTA SYNNYTYK- SESSÄ

TEKI-
JÄT:

Saana Heimonen
Reetta Savolainen

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala			
Koulutusohjelma Hoitotyön koulutusohjelma			
Työn tekijät Saana Heimonen ja Reetta Savolainen			
Työn nimi Isä synnytyksessä -isien kokemuksia äitien tukemisesta synnytyksessä			
Päiväys	3.11.2015	Sivumäärä/Liitteet	46/3
Ohjaaja Kättilötyön lehtori Päivi Hoffren			
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Kuopion yliopistollinen sairaala, synnytyssali			
<p>Tiivistelmä</p> <p>Isillä on ollut mahdollisuus osallistua synnytykseen 1960 - luvulta lähtien. Nykyään synnytyksestä pyritään luomaan perhetapahtuma, jossa myös isä huomioidaan osallistuvana. Synnyttäjän ja isän yhteistyö synnytyskivun työstämisessä voi lujittaa parisuhdetta ja valmistaa lapsen saamiseen. Synnytyksessä kättilön tehtävänä on vahvistaa naisen kivun työstämistä. Kättilö kertoo ei-lääkkeellisistä kivunhoidon menetelmistä, joita isäkin voi toteuttaa.</p> <p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata isien kokemuksia synnytyksestä. Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää isien kokemuksia siitä, kuinka heitä on ohjattu synnytyksen aikana äidin tukemisessa. Tutkimuksella haettiin vastauksia kysymyksiin minkälaisia neuvoja isät ovat saaneet kättilöiltä äidin tukemiseksi, sekä minkälaista neuvoa tai tukea he olisivat saamiensa neuvojen lisäksi halunneet? Isiltä saatua tietoa hyödynnetään Kuopion yliopistollisen sairaalan synnytyssosastolla.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena, jonka tutkimusosio toteutettiin Facebook-yhteisöpalveluun luodussa suljetussa keskusteluryhmässä. Saadut vastaukset analysoitiin aineistolähtöisen sisällönanalyysin menetelmin. Ryhmään luotuihin teemakeskusteluihin vastasi kuusi isää. Tutkimukseen osallistumisen kriteereinä olivat alatiesynnytys sekä synnytykokemusa alle kolmen vuoden ajalta Suomessa.</p> <p>Tulosten mukaan isien mielestä kättilön toiminta ja häneltä saatu ohjaus oli pääosin hyvää, mutta aina isän odotukset kättilön toimintaa kohtaan eivät kohdanneet. Kättilön isälle antama ohjaus oli usein sidonnainen synnytystilanteen mahdollistamiin olosuhteisiin. Yleinen isien kokemus oli, että aiemmasta synnytykokemuksesta ja erityisesti synnytysvalmennuksesta on suuri apu äidin kipujen lievittämiseen ja äidin tukemiseen, koska synnytysvalmennuksessa käydään ennalta läpi kivunlievityskäytännöt. Valtaosa isistä oli sitä mieltä, että kättilö vietti heidän luonaan liian vähän aikaa, eli synnytyksen aikaista jatkuvaa tukea tulisi kehittää. Johtopäätöksenä voidaan todeta, että kättilöltä odotetaan jatkuvaa synnytyksen aikaista tukea ja tilanneherkkyyttä synnyttävän pariskunnan erilaisten tarpeiden huomioon ottamiseksi. Tuloksista nousi esille, että synnytysvalmennus on isän kannalta merkittävä ennakkotekijä parantamaan synnytykokemusta, eikä siitä pitäisi luopua.</p> <p>Tuloksista on hyötyä synnytyssalin henkilökunnalle, koska tuoreen tiedon avulla he voivat kohdata ja huomioida synnytykseen osallistuvaa isää entistä paremmin. Tuloksista nousi myös isien positiivinen kokemus synnytysvalmennuksesta ja sen ylläpitämisen merkityksestä. Jatkossa voisi tutkia, kuinka isän synnytykokemus vaikuttaa isän ja lapsen myöhempään vuorovaikutukseen, sekä äidin ja isän keskinäiseen kanssakäymiseen. Mielenkiintoa herättää myös, onko kättilöiden toiminnassa eroa, jos synnyttävä pari edustaa seksuaalivähemmistöä verrattuna heteropariskuntaan.</p>			
Avainsanat isä, synnytys, ohjaus, tukeminen, laadullinen tutkimus, kättilö			

Field of Study Social Services, Health and Sports			
Degree Programme Degree Programme of Health and Welfare Technology			
Authors Saana Heimonen ja Reetta Savolainen			
Title of Thesis Father in labour. Father´s experiences about supporting mother in labour.			
Date	03.11.2015	Pages/Appendices	46/3
Supervisor Lecture of midwifery Päivi Hoffren			
Client Organisation /Partners University hospital of Kuopio, labour ward			
<p>Abstract</p> <p>Fathers have been able to be involved in labour since the 1960´s. Nowadays labour is a family happening, and the role of fathers is also to be an active participator. Mother and father co-operation with pain could empower their relationship and prepare them for parenthood. In labour the midwife should enhance mothers' trust in themselves to survive with the pain. The midwife provides (non-farmacological) methods to process the pain that the fathers can also use.</p> <p>The purpose of this thesis is to describe fathers' experiences about the labour. The goal of this research is to examine fathers' experiences about how the midwife has supported them to help mothers in the labour. Questions in this research are what kind of advice have fathers got from the midwife to support mother, and what kind of additional support or advice would fathers have wanted? The research results will be given to the labour ward of Kuopio university hospital.</p> <p>The thesis was qualitative and the inquiry was carried out by the Facebook -forum´s chat. The results were analyzed with methods of material based context analysis. Six fathers participated in the theme based chat. There were two criterions to be able to be a part of the research; being in labour within the past three years in Finland and that Caesarean section hadn not been used in labour.</p> <p>According to the results the fathers think that the midwife's mentoring was mainly good but sometimes their expectations about midwives were not met. The mentoring from the midwife for the fathers depended on the circumstances. General opinion among the fathers was that the previous experience of labour and especially the labour coaching had a great aid to ease the mother's pains and to support them because in the labour coaching these pain relief methods are told beforehand.</p> <p>Most fathers thought that the midwife doesn´t spend enough time with parents and it is the reason why midwives should develop their profession's identity to be more with the parents. The conclusion is that the support and the situation sensitivity to see the different needs of the parents are expected from the midwife during labour.</p> <p>Results shows that the labour coaching is a significant factor to improve the experiences of the fathers about labour.</p> <p>Results help workforce to meet and take a better notice of the father. The results show also that the labour coaching and upkeeping was a positive experience for the fathers. In the future there could be a research about how the labour experience affects the later interaction between the father and the child, and between the father and the mother. It would be also interesting to see how midwife's attitude may differ if there is a non-heterosexual giving birth.</p>			
<p>Keywords father, labour, direction, supporting, qualitative researching, midwife</p>			

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO.....	5
2	ISYYS	7
2.1	Isä synnytyksessä	7
2.1.1	Isän rooli ja merkitys.....	7
2.1.2	Isän keinot tukea synnyttävää äitiä	9
2.2	Synnytysvalmennus.....	10
3	SYNTYVÄN LAPSEN TUOMIA MUUTOKSIA	12
3.1	Isän ja syntyneen lapsen välinen suhde.....	13
3.2	Isän ja äidin välinen suhde lapsen syntymän jälkeen	14
4	TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	16
5	TUTKIMUSMENETELMÄT	17
5.1	Kvalitatiivinen tutkimus ja aineiston keruumenetelmä	17
5.2	Sisällönanalyysi.....	18
6	TUTKIMUSTULOKSET	20
6.1	Isä mentaalisenä tukijana.....	20
6.2	Ohjaamisen ja tiedonsaannin merkitys	21
6.3	Perustarpeista huolehtiminen.....	23
6.4	Isä auttaa äitiä kivun lievittämisessä	24
6.5	Olosuhteiden vaikutus synnytyskokemukseen	25
6.6	Synnytyksessä on huomioitava perheen väliset suhteet	27
7	POHDINTA	29
7.1	Prosessikuvaus	29
7.2	Tulosten tarkastelu ja johtopäätökset.....	30
7.3	Eettisyys.....	31
7.4	Luotettavuus	32
7.5	Hyödyllisyys ja kehitysehdotukset	34
7.6	Ammatillinen kasvu	35
	LÄHTEET	38
	LIITE 1. ISÄ SYNNYTYKSESSÄ -RYHMÄN APUYSYMYSPATTERISTO.....	41
	LIITE 2. ESIMERKKI SISÄLLÖN ANALYYSISTÄ KATEGORIASTA ISÄ MENTAALISENA TUKIJANA...	43
	LIITE 3. FACEBOOK – RYHMÄN ISÄ SYNNYTYKSESSÄ -ESITTELYTEKSTI	46

1 JOHDANTO

Isien on ollut mahdollista olla mukana synnytyksessä vuodesta 1960 lähtien, mutta suomalaisissa sairaaloissa isät ovat olleet mukana vasta 1970 - luvulta eteenpäin (Liukkonen 2001, 9). Synnyttäjän ja isän yhteistyö ja synnytyskivun työstäminen yhdessä voi lujittaa parisuhdetta ja valmistaa lapsen saamiseen (Raussi-Lehto 2012c, 248). Synnytyksestä pyritään luomaan perhetapahtuma, jossa myös isä huomioidaan osallistuvana. Kuopion yliopistollisessa sairaalassa vuonna 1999 isiä osallistui synnytykseen runsaasti (82,8 %). (Liukkonen 2001, 9.)

Synnytyksellä tarkoitetaan nelivaiheista tapahtumaa, jossa hedelmöityksen tuotteet; sikiö, istukka ja kalvot poistuvat kohdun ulkopuolelle. Synnytyksen neljä vaihetta ovat avautumisvaihe (latenssivaihe ja aktiivisen avautumisen vaihe), ponnistusvaihe, jälkeisvaihe ja tehostetun tarkkailun vaihe, joka kestää noin kaksi tuntia. (Raussi-Lehto 2012c, 209 - 210.) Synnytyksessä kättilön tehtävänä on vahvistaa naisen kivun työstämistä, eli tuoda esiin ei-lääkkeelliset kivunhoidon menetelmät, joita isäkin voi toteuttaa (Raussi-Lehto 2012c, 244). Vuonna 1999 Porvoon sairaalassa synnytyksessä mukana olleista isistä 88 % kertoo saaneensa synnytyksen aikana tietoa kättilöiltä sopivasti (Lepistö ja Tiirikainen 2002, 10).

Opinnäytetyön aiheena on saada tietoa isien synnytyskokemuksista. Opinnäytetyö tuotetaan Kuopion yliopistollisen sairaalan (KYS:n) synnytysosastolle. Tutkimuksella saadaan tilaajalle tärkeää tietoa, jotta isiä osataan huomioida synnytyksen aikana entistä paremmin. Vallimies-Patomäen mukaan miehen mukanaolo synnytyksessä on yhteydessä naisen aktiivisuuteen, pelkojen vähäisyyteen sekä turvallisuuden tunteeseen (Vallimies-Patomäki 2012, 64), joka voi vaikuttaa positiivisesti naisen uskoon itseensä, ja sitä kautta alatiesynnytyksen onnistumiseen. Keisarinleikkauksilta välttyminen kasvattaa kustannustehokkuutta. (Halmesmäki ja Saisto 2003, 597.)

Tulevina kättilöinä ja synnytyksen parissa työskentelevien kannalta käsittelemämme aihe on tärkeä, sillä iso osa synnytystä on osata huomioida myös isät ja kannustaa heitä yhteistyöhön äidin kanssa. Kättilön riittävällä läsnäololla ja jatkuvalla tuella synnytyksen aikana on edullisia vaikutuksia synnytyksen etenemiseen sekä vanhempien kokemukseen synnytyksestä (Koski ja Leppäaho 2013, 6 - 7). Isien näkökulmaa synnytyksestä on viime aikoina vähän tutkittu, eikä sen tärkeyttä ole mielestämme tuotu tarpeeksi esille. Valitsimme opinnäytetyömme aiheeksi isien näkökulman, koska haluamme tuoretta tietoa ammattilaisten käyttöön, jolloin ammattilaiset voivat tukea tehokkaammin myös synnytykseen osallistuvaa isää.

Tutkimukseen osallistuvat isät, joilla on kokemus synnytyksestä viimeisen kolmen vuoden sisällä. Tutkimus on kvalitatiivinen ja se toteutetaan Facebook-yhteisöpalvelussa suljetussa ryhmässä teemakeskusteluna. Kvalitatiivisella tutkimuksella halutaan kuvata ihmisten kokemuksia ja menetelmä sopii hyvin yksityiskohtaisen tiedon saantiin (Vilkka 2005, 97 - 98).

Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys on isyys. Tutkimuksen tarkoituksena on kuvata isien kokemuksia synnytyksestä. Tutkimuksen tavoitteena on selvittää isien kokemuksia siitä, kuinka heitä on ohjattu synnytyksen aikana äidin tukemisessa. Saatu tieto annetaan KYS:n henkilökunnan käyttöön.

2 ISYYS

Isän merkitys perheessä on muuttunut menneiden vuosikymmenien aikana. 1940 - 50 – luvulla kurinpitäjä- ja rahanhankkijaisä muuttui lasten leikkikaveriksi ja vielä sen jälkeen muutosta kohti hoivaisää on tapahtunut jatkuvasti. Yksi isäksi tulemisen tärkeitä motiiveja on sukupolvien perinnön siirtäminen jälkipolville. Valmius isäksi tulemisesta riippuu kuitenkin monista tekijöistä, kuten taloudellisesta tilanteesta, parisuhteen pysyvyydestä ja ennen kaikkea miehen halusta tulla isäksi. Isyyttä verrataan usein äitiyteen, joka lapsen kehityksen kannalta nähdään ensisijaisena. Alati jatkuvien isyyden muuttuvien olosuhteiden vuoksi sen syvintä ominaislaatua ei ole kuitenkaan kyetty juuri tutkimaan. Raskauden alettua ja miehen tiedostettua sen, että hänestä tulee isä, tapahtuu kuitenkin eräänlainen sirtymävaihe elämässä, jossa omasta lapsuudesta luovutaan ja aletaan ottamaan vastuuta toisesta henkilöstä. Tällöin tulevan isän oma isäsuhde aktivoituu ja isyys alkaa rakentua sen varaan, millainen oma isäsuhde on ollut. (Sinkkonen 2003, 261 - 262.)

Miehien isäksi kasvaminen voi näkyä fyysisenä ja psyykkisenä oireiluna. Miehet eivät tuo paljoa esille raskauden aikaisia oireita, mutta heille on nimetty couvade-syndrooma, joka tarkoittaa hautomis-syndroomaa. Syndrooma tunnistetaan koko maailmassa, ja eri tutkimusten mukaan tätä couvade-oireyhtymää esiintyy raskauden aikana 11 %:sta 97 %:iin, mutta yleensä vaihtuvuus on 20 - 30 %:n välillä. Couvade-syndroomaan liittyy moninaisia oireita, kuten pahoinvointia, päänsärkyä, ahdistusta, hermostuneisuutta, ruokahaluttomuutta, kipuja ja särkyjä eri kehonosissa ja seksuaalisuuden kiinnostuksen vähenemistä. Couvaden lisäksi miehilläkin on todettu esiintyvän mutkikkaita hormonaalisia muutoksia ja synnytyksen jälkeistä masennusta. Sinkkonen esittää, että Paulsonin 2006 tekemässä tutkimuksessa 5089 pariskunnan isistä 10 %:lla esiintyi masennusoireita. Määrä ei eroa merkittävästi naisten masennusoireista (naiset 14 %), mikä on huolestuttavaa, koska miesten masennusta ei nykypäivänä tunnisteta hyvin. (Sinkkonen 2012, 84 - 85, 87, 91.)

Yleinen käsitys on, että lapsi konkretisoituu miehelle vasta syntymän jälkeen, kun lapsen tuomat muutokset valkenevat miehelle (Äimälä 2012, 43). Isäksi kasvamisen on pitkäaikainen henkinen oppimisprosessi (Sinkkonen 2012, 116; Äimälä 2012, 43). Tavoitteena on, että syntynyt lapsi herättää isässä positiivista kehitystä, ja isä tekee tilaa omassa elämässään lapselle ja uudelle elämänvaiheelle (Äimälä 2012, 43 - 44). Joskus isät kokevat turhauttavana sen, että vauvan tarpeet määräävät heidän elämänsä ja siihen kuuluvia tärkeitä asioita. Sen vuoksi on välttämätöntä, että isän persoona saa säilyä samana kuin ennen vauvan syntymää, ja hän pääsee toteuttamaan itselleen tärkeitä aktiviteetteja samalla, kun hän järjestää elämästään vauvalle aikaa. (Berg, Hellström ja Premberg 2008, 57.)

2.1 Isä synnytyksessä

2.1.1 Isän rooli ja merkitys

Kosken ja Leppäahon (2013, 6 - 7) kirjallisuuskatsauksessa todetaan, että isä on yksi synnytyksen aikaisista jatkuvan tuen antajista, ja isän jatkuva tuki synnyttäjälle vaikuttaa myönteisesti synnytykokemukseen. Isät kokevat synnytyksen ainutkertaisena tapahtumana, joka aloittaa uuden vaiheen

miehen elämässä (Mesiäislehto-Soukka 2005). Isät uskovat, että heidän kumppaninsa tarvitsevat tukea synnytyksen aikana (Brown ja Shibli-Kometiani 2012, 341; de Brito ja de Melo 2013, 597). Suuri osa isistä kokee synnytykseen osallistumisen tärkeäksi tai erittäin tärkeäksi, mikä tarkoittaa, että synnytyksessä mukana oleminen on isille merkittävä asia isyyteen kasvamisessa (Liukkonen ja Vehviläinen-Julkunen 1996, 123; de Brito ja de Melo 2013, 597). Miehet ovat kuitenkin itse kuvailleet, että isäksi kasvaminen on prosessi, joka kestää läpi elämän (Kujala, Puhakka ja Pesonen 2005, 191).

Tutkimuksissa kuvataan perinteisesti isän roolia äidin synnytyksen aikaisena tukijana. Miesten syitä synnytykseen osallistumisesta tutkittaessa on selvinnyt, että merkittävin isien synnytykseen osallistumisen syy oli kumppanin tukeminen synnytyksessä. Isän tehtäviä synnytyksen aikana ovat esimerkiksi synnyttävälle äidille turvallisuuden luominen ja läsnäolo, jotta äiti ei tuntisi itseään yksinäiseksi. Myös äidin avustaminen rentoutumisessa ja synnytykseen keskittymisessä sekä perheen yhteenkuuluvuuden vahvistaminen ovat isälle soveltuvia tehtäviä. (Liukkonen ja Vehviläinen-Julkunen 1996, 120.) Isän rooli korostuu synnyttävän äidin tuntijana. Jokainen synnyttäjä on yksilö, jolla on omat toiveet. Synnyttäjät pitävät eri asioista ja jokaista auttavat erilaiset kivunhoidon menetelmät. Toisensa tunteva pariskunta uskaltaa rehellisesti esittää toisilleen toiveitaan, jolloin isä voi tiedottaa kättilöitä äidin tarpeista ja toiveista. (Raussi-Lehto 2012c, 246 – 248.)

Odotukset isiä kohtaan liittyvät pääsääntöisesti henkisen tuen antamiseen ja läsnäolon merkitykseen. Kättilö Jussi Sundgrenin mukaan isän rooli synnytyksessä on olla aktiivinen myötäeläjä, joka vastaa äidin mukautuviin tarpeisiin. Isiltä odotetaan reipasta asennetta ja äidin kannustamista. Taivoitteena on saada kaikki isät aktiivisesti mukaan synnytystapahtumaan, jolloin enemmän tarkkailijan roolissa olevia isiäkin motivoidaan pienillä osallistavilla tehtävillä, kuten sängyn säätämällä mukavan asennon löytämiseksi. Isän rooli määräytyy osittain äidin tarpeista; toisille riittää isän läsnäolo, toiset kaipaavat enemmän käytännön toimia. Tähän vaikuttavia tekijöitä ovat synnyttäjän ja isän persoonallisuus, sekä muuttuva tunnemaailma. Molempien aktiivinen rooli on tärkeä, koska synnytystapahtuma on yhteinen ja molemmista osapuolista on tulossa vanhempia. (Sundgren 2015-01-14.) Shibli-Kometianin ja Brownin tekemän tutkimuksen mukaan isillä oli nähty kolme erilaista roolia: tarkkailija, tiimikaveri ja valmentaja. Rooliin olivat vaikuttaneet kokemus äidin kivun näkemisestä, synnytysvalmennuksessa läsnäolo sekä oma-aloitteinen aktiivinen asenne. Isän roolin sisäistämiseen oli vaikuttanut merkittävästi raskaudenaikaisissa valmennuksissa käyminen. Valmennuksen käyneillä isillä oli jo ennalta tiedossa eri keinoja avustaa ja tukea äitiä. Tutkimus kuitenkin osoitti, että synnytysvalmennukseen osallistumisesta huolimatta jokainen valmennukseen osallistunut isä ei pystynyt omaksumaan valmentajan roolia. Valmentajana nähtiin sellainen henkilö, joka oli jo ennalta pystynyt varautumaan puolison tarpeiden avustamiseen, kannustamiseen sekä käytännön asioiden tekemiseen. (Shibli-kometiani 2012, 342 - 243.)

Synnytyksessä mukana oleminen on isille tärkeä osa vanhemmuuteen kasvussa. Myös lapsivuodeosastolla läsnäololla on suotuisia vaikutuksia myöhempään aikaan, koska siellä annetaan ohjeita ja neuvoja lapsen käsittelyyn ja valmennetaan kotona pärjäämiseen. Molempien vanhempien läsnäolo

on tärkeää, koska asioita opetellaan käytännön toimien kautta, ja hoitotoimenpiteiden aikana luodaan tunnesidettä syntyneeseen lapseen. Tavoitteena on oppia tunnistamaan lapsen viestejä, ja vastaamaan niihin varmasti ja turvallisesti. (Sundgren 2015-01-14.)

2.1.2 Isän keinot tukea synnyttävää äitiä

Synnytykskipu on tärkeä osa synnytystä, eikä siltä voi välttyä. Kivusta ei ole hyötyä synnytyksen etenemiselle, joten sitä on syytä hoitaa mahdollisimman hyvin, ettei kipu hallitse synnytyksen kulkua ja synnytys hidastu sen vuoksi. Synnytykskipua voidaan hallita monin lääkkeellisin keinoin, mutta tärkeitä ovat myös lääkettäömät, eli ei-farmakologiset kivunhoidon menetelmät, joita tukihenkilö voi toteuttaa. (Rouhe, Saisto, Toivanen ja Tokola 2013, 62 - 63.) Erittäin voimakkaasti koettu synnytykskipu voi saada aikaan kielteisiä vaikutuksia ja jopa häiritä äiti-lapsisuhteen kehittymistä (Raussi-Lehto 2012c, 245).

Synnytykskipua on luonnollista jännittää, ja usein se yllättää valmistautuneenkin synnyttäjän voimakkuudellaan. Synnytykskipun hoidon perusta on hyvä valmistautuminen synnytystapahtumaan, ja riittävä tieto synnytyksen kulusta sekä kivunlievityksen mahdollisuuksista. (Rouhe, Saisto, Toivanen ja Tokola 2013, 62.)

Kalliovalkaman ja Liukkosen katsausten mukaan isät haluavat olla äidin tukena synnytyksessä, ja he kokevat synnytyksen läsnäolon tärkeänä isäksi kasvamiselle. Miehen vaikeista kokemuksista, kuten avuttomuudesta, sekä naisen kivun näkemisestä huolimatta naiset ovat kokeneet saaneen eniten tukea mieheltään. (Vallimies-Patomäki 2012, 64.) Kätilöllä on suuri rooli siinä, että isät kokevat itsensä osaksi synnytystä. Isille on tärkeää, että kätilö katsoo heidät kuuluvaksi synnyttävään pariin ja ottaa heidät konkreettisesti mukaan, esimerkiksi neuvomalla kivunlievityskeinoja, joita isä voi itsenäisesti toteuttaa. (Bäckström ja Hertfelt Wahn 2009, 70.) Kätilön rooli neuvojana ja ohjaajana korostuu, kun osa isistä ei ole valmistautunut synnytykseen. Synnytystilanne voi olla heille merkittävä stressin aiheuttaja, koska he eivät tiedä kuinka tukea synnyttäjää. (Koski ja Leppäaho 2013, 7.) Kätilöt neuvovat isiä olemaan omana itsenään, jolloin sen tuoma rauhallisuus ja luottavainen olo myötävaikuttavat synnyttäjään. Katsekontakti synnyttäjän ja isän välillä luo luottamusta ja pitää tilanteen aktiivisena. (Sundgren 2015-01-14.)

Kätilöt voivat ohjata isiä toteuttamaan monia ei-farmakologisia kivunhoidon menetelmiä sekä käyttämään muita tukemisen keinoja auttaakseen synnyttävää äitiä. Keinoja ovat asentohoito ja liikkuminen, hengitystekniikassa avustaminen, hieronta, synnyttävän äidin perustarpeista, kuten ravinnon ja nesteiden saannista huolehtiminen, rauhallisen ja turvallisen synnytyksilmapiirin luominen ja kylpemisessä/suihkussa avustaminen. (Raussi-Lehto 2012c, 246 - 248.)

Asento- ja liikkumisen toteuttaminen on tärkeää synnytyksen aikana. Isän tulee mahdollistaa äidin vapaa liikehdintä ja kannustaa esimerkiksi pystyasentoon, jolloin painovoiman ansioista kiputunteukset voivat olla pienempiä. (Raussi-Lehto 2012c, 247.) Vaihtoehtoisia asentoja ovat isään

tukeutuen riippuminen, roikkuminen tai kyykkiminen (Raussi-Lehto 2012c, 247), ja liikkumisen vaihtoehtona esimerkiksi jooga. Rentoutumiseen voi käyttää apuvälineinä säkkituolia, keinutuolia, tyynyjä ja voimistelupalloa. (Iivanainen ja Syväoja 2008, 558.) Isän on hyvä tukea äitiä etsimään itselleen mieluisia asentoja, jotka mahdollistavat myös eri lihasryhmien rentoutumista (Raussi-Lehto 2012c, 246 - 247).

Tärkeää synnytyksen kannalta on normaali rento hengitys. Hengityksen pidättämisellä sekä huohottamisella voi olla haitallisia vaikutuksia, koska silloin istukan verenkierto voi heikentyä ja aiheuttaa sikiölle asfyksiaa, eli hapenpuutetta. Isä voi olla synnyttäjän tukena hallitun hengitystekniikan etsimisessä. (Raussi-Lehto 2012c, 245, 247.)

Kaikenlainen hieronta, siveleminen ja koskettelu voi tuntua synnyttävästä äidistä hyvältä. Isä voi kosketella synnyttäjää synnyttäjän asettamissa rajoissa, koska erilaiset koskettamisen tavat voivat laukaista jännitystä, jolloin rentoutuminen on helpompaa. (Raussi-Lehto 2012c, 247.) Esimerkiksi ristiselästä painamisella voidaan supistuksen aikana helpottaa supistuksen aiheuttamaa kipua luomalla supistukselle vastavoima (Rouhe, Saisto, Toivanen ja Tokola 2013, 64).

Äidin perustarpeista huolehtiminen on isälle soveltuva tehtävä, jotta äiti saa kerätä voimia synnytykseen. Isä voi huolehtia riittävästä nesteen ja ravinnon saannista kättilön antamien ohjeiden mukaisesti, sillä tarpeeton ravitsemukseen puuttuminen synnytyksen aikana ei ole maailman terveysjärjestön (WHO) luokituksen mukaan aiheellista. Kylpeminen ja suihku ovat hyviä kivunlievittämisen keinoja, joissa isä voi avustaa äitiä, sekä auttaa rentoutumisessa esimerkiksi hieromalla ja koskettamalla äitiä kylvyn yhteydessä. Lämmin vesi ja hieronta yhdessä poistavat tehokkaasti jännityksiä. Painottomuuden tunne vedessä rentouttaa lihaksia ja edistää kohdunsuun avautumista. Tutkimusten mukaan veden käyttö vähentää farmakologisia eli lääkkeellisiä kivunlievityksen tarpeita. (Raussi-Lehto 2012c, 236, 247.)

Isän tärkein tukemisen tehtävä on läsnäolo ja saatavilla oleminen. Tukihenkilö ei poista kättilön suurta merkitystä, mutta on merkittävä ja tärkeä osa synnyttävän äidin pärjäämistä. (Raussi-Lehto 2012b, 248.) Synnytykseen fysiologisena tapahtumana ei voi vaikuttaa isä tai kättilö, mutta isän, eli tutun henkilön läsnäololla on todennäköisesti suotuisia vaikutuksia synnyttäjään, sillä se lisää mielen- ja kehonhallintaa ja myötävaikuttaa psyykkisesti. Pelkällä isän läsnäololla on usein rauhoittava vaikutus, vaikka parisuhteen laatu ja peruselementit vaikuttavat synnytystapahtumassa yhteistyöhön. (Sundgren 2015-01-14.)

2.2 Synnytysvalmennus

Synnytysvalmennus on osa perhevalmennusta ja se on neuvolan tarjoamien muiden äitiyshuollonpalveluiden tavoin maksuton raskaana oleville naisille (Haapio ja Pietiläinen 2012, 201). Laki ei velvoita kuntia järjestämään virallista synnytysvalmennusta (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2014). Sosiaali ja terveysministeriö (2004, 116) ehdottaa perhevalmennuksiin sisällytettäväksi synnytyksen

käsittelyä, ja valtioneuvoston asetuksessa sanotaan, että neuvolan tulee antaa raskaana olevalle tietoa synnytyksestä (Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta 6.4.2011/338, §15). Synnytysvalmennuksella pyritään valmentamaan vanhempia tulevaan synnytykseen, ja siihen sisältyy tutustumiskäynti synnytysympäristöön. Synnytysvalmennus pohjautuu näkemykseen perheen aktiivisuudesta, ja siellä tulisi käsitellä asioita, jotka lähtevät tulevien vanhempien tarpeista ja heidän kiinnostuksen kohteistaan. Valmennuksen tavoitteena on valmistaa vanhempia niin, että synnytyskokemuksesta tulisi mahdollisimman myönteinen. Myönteistä kokemusta ei voida objektiivisesti mitata, mutta siihen sisältyy oleellisesti hallinnan tunne. (Haapio ja Pietiläinen 2012, 203.)

Synnytysvalmennuksen tavoitteena on lisätä synnyttäjän itseluottamusta aktiivisen synnytyksen toteutumiseksi. Valmennuksessa on tarkoitus antaa riittävä ja realistinen kuva synnytyksestä ja myös poistaa pelkoa, jännitystä sekä ahdistusta. Valmennuksessa voidaan tutustua etukäteen erilaisiin kivunhoidonmenetelmiin. Kaikkea tietoa ei voi valmennuksessa antaa, ja siksi on tärkeää keskittyä osallistujia kiinnostavaan ja heidän tarpeitaan vastaavaan tiedonantoon. (Haapio ja Pietiläinen 2012, 203; Raussi-Lehto 2012, 246.)

Neuvolan ja synnytys sairaalan yhteistyö on tärkeää ajantasaisen ja yhdenmukaisen tiedonannon kannalta. Synnytysvalmennus painottuu entistä enemmän psyykkeeseen ja sillä on saatu vähennettyä synnyttäjien synnytyspelkoa. (Haapio ja Pietiläinen 2012, 203.) Synnytysvalmennuksessa käydään läpi ei-farmakologisia kivunlievitysmenetelmiä, joissa isän rooli korostuu siitä huolimatta, että kivunhallinta lähtee synnyttäjistä itsestään. Valmennuksessa vanhemmat saavat käytännön esimerkkejä keinoista, joita isät voivat toteuttaa synnytyskivun helpottamiseksi. Sosiaalinen media ja matkapuhelimet neuvotaan unohtamaan synnytystapahtuman ajaksi. (Sundgren 2015-01-14.) Lisämateriaalien käyttö on hyvä apuväline synnytykseen valmentamisessa, mutta niitä ei kannata käyttää liikaa, koska osallistujien kokemukset ja tunnepuoli voivat jäädä huomiotta (Haapio ja Pietiläinen 2012, 203).

Shibli-Kometianin ja Brownin mukaan isät, jotka osallistuivat synnytysvalmennukseen, kokivat synnytyksen positiivisempina kuin isät, jotka eivät olleet osallistuneet. Synnytysvalmennuksesta poissa olleet isät olivat synnytyksen jälkeen ymmärtäneet valmennustuntien tärkeyden ja hyödyllisyyden. Tätä meiltä olivat myös valmennukseen osallistuneet isät. Valmennukseen osallistumiseen oli vaikuttanut oman tahdon lisäksi myös velvollisuudentunne puolisoa kohtaan. (Shibli-Kometiani ja Brown 2012, 342.)

3 SYNTYVÄN LAPSEN TUOMIA MUUTOKSIA

Uusi tulokas tuo luonnollisesti tullessaan paljon uutta ja ihmeellistä. Elämäntilanne muuttuu hetkessä, eikä sen tuomia muutoksia voi tietää etukäteen. Neuvolan henkilökunta auttaa tulevia vanhempia lapsen saapumiseen sekä tukee vanhemmuuteen ja vastuuseen. (Väyrynen 2012, 183.)

Haapakoski ja Silvén (2010) käsittelevät tutkimusten pohjalta isäkuvan muuttumista vuosisatojen takaa tähän päivään. Isäkuva on muuttunut 1800-luvulta radikaalisti nykypäivään verrattuna. Kahden vuosisadan takainen patriarkka on muuttunut leikitteleväksi hoivaisäksi. Jo 1970-luvulta lähtien isät ovat osanneet vastata vauvan viesteihin äidin tavoin, vaikka eivät olisi osallistuneet vauvan perushoittoon kuten äiti. Erilaiset länsimaalaiset tutkimukset ovat myös osoittaneet, että äiti huolehtii lapsen perustarpeista yleensä silloinkin, kun isä on paikalla. Sen sijaan molemmat vanhemmista leikkivät lasten kanssa yhtä paljon. (Haapakoski ja Silvén 2010, 91 - 96.)

Isien käsitykset isyydestä tulevat konkreettisiksi ja realistisiksi kokemusten perusteella. Synnytys on yksi suuri kokemus, joka herättää miehen isäksi kasvuun. Monille miehille isyys on merkittävä asia itsetunnon ja tyytyväisyyden kasvun kannalta. Lyhykestoinen aika vauvan syntymän jälkeen on isälle muutoksen aikaa, jolloin hän etsii kiintymyssuhdettaan lapseensa. Kiintymyssuhteen etsiminen alkaa jo synnytyksestä. (Hugill ja Harvey 2012, 87.) Varhainen hyvä isä-lapsisuhde vaikuttaa myös vuosien jälkeen (Haapakoski ja Silvén 2010, 106).

Varhainen vuorovaikutus alkaa sikiövauvan ollessa kohtukodissaan. Sekä äidillä että isällä on mielikuvia, jotka ovat syntyneet omista vuorovaikutuskokemuksista tärkeiden ihmisten kanssa sekä vuorovaikutuskokemuksista omiin vanhempiin. Tulevan isän oma kokemus vuorovaikutuksesta isäänsä vaikuttaa tulevan isän luottoon siitä, että hän on kykeneväinen olemaan huoltapitävä isä. Jokainen syntymä on ainutkertainen eikä asetu minkäänlaisen käsitteen tai idean alaisuuteen. Vauvan synnytyä äiti on valmis sitoutumaan lapseensa, ja äidin tuttu ruumis ja aistimuksellisuus rauhoittavat vauvan. Jo tässä vaiheessa, heti syntymän jälkeen vauva pystyy muistamaan äidin lisäksi myös muiden perheenjäsenten ääniä. Vanhempien omat vuorovaikutuskokemukset nousevat esiin pikkulapsen välisessä vuorovaikutuksessa, ja tuolloin kokemukset raskausajasta ja syntymähetkestä ovat merkityksellisiä. Jos negatiivisia mielikuvia on positiivisia enemmän, voivat ne häiritä lapsen ja vanhemman vastavuoroisuuden syntymistä. Positiivinen synnytyskokemus sekä riittävä vanhemman sama läheisyys ja tyydyttyneisyys ovat pohja myös hyvälle vastavuoroisuudelle vanhemman ja lapsen välillä. (Siltala 2003, 18 - 20, 26.)

Vallimies-Patomäen mukaan miehen mukanaolo synnytyksessä on yhteydessä naisen aktiivisuuteen, pelkojen vähäisyyteen sekä turvallisuuden tunteeseen (Vallimies-Patomäki 2012, 64). Isän ja äidin yhteistyö synnytyksessä sekä kivun työstämisessä valmistaa lapsen vastaanottamiseen ja voi vahvistaa parisuhdetta (Raussi-Lehto 2012c, 248).

3.1 Isän ja syntyneen lapsen välinen suhde

Osa isyyteen kasvamisesta on oman isä-lapsi-suhteen pohtiminen. Kun tieto isäksi tulosta saavuttaa miehen, hän käy tietoisesti tai tiedostamatta läpi omaa historiaansa ja suhdetta omaan isäänsä. Miehet peilaavat luonnollisesti omia muistojaan isän kanssa olemisesta siihen, millaisiksi isiksi he itse haluaisivat tulla. Miehen persoonaan jää hänen vanhempiansa antama kasvatuserintö, joita läpikäymällä mies voi muokata omaa käsitystään siitä, millaiseksi isäksi hän itse on tulossa. (Sinkkonen 2012, 128- 129.) Mies rakentaa omaa isyyttä sen varaan, mitä on omalta isältään saanut tai jäänyt saamatta. Isä-vauva suhteessa isän itsensä saamat esikuvat aktivoituvat. Esimerkiksi sellaiset isät, joilla omassa isä-lapsisuhteessaan on ollut syviä, monipuolisia tunnekokemuksia ovat pystyneet paremmin integroimaan eli yhdistämään lapsensa osaksi ihmissuhdemaailmaansa. Omaan isyyteen kasvamiseen vaikuttaa myös äidiltä saatu kuva omasta isästä. (Sinkkonen 2003, 261 - 262, 265.)

Kujala, Puhakka ja Pesonen (2005, 191) esittävät opinnäytetyössään saatujen tulosten perusteella, että positiiviset ensituntemukset ja vauvan kanssa ajanviettäminen heti lapsen syntymän jälkeen vaikuttavat isä-lapsi -suhteen kehittymiseen. Silvénin mukaan isät kuvaavat isäksi tulemistä erityislaatuiseksi tilanteeksi. Varhainen vuorovaikutus lisää lapsen hyvinvointia sekä auttaa lapsen suotuisassa kehityksessä syntymästä asti. Varhaisten ihmissuhteiden luomisella sekä toisen ihmisen läsnäololla ja läheisyydellä on lapsen myöhemmälle kehitykselle ratkaiseva merkitys. Syntymästä asti ja vauvan varhaislapsuudessa sidotut pysyvät läheiset perhesuhteet edistävät lapsen menestystä myöhemmissä aikuissuhteissa sekä sosiaalisten- ja älyllisten taitojen muotoutumisessa. Syntymästä saakka vauva aistii, oppii ja tuntee, ja hänellä on valmiuksia suuntautua toisiin ihmisiin ja kiintyä heihin. (Silvén 2010, 13 - 14, 54.)

Tukeakseen hyvän suhteen kehittymistä lapseensa isät haluavat jäädä vanhempainvapaalle (Berg, Hellström ja Premberg 2008, 58). Suomessa vuonna 2012 1-18 arkipäivän mittaisen isyysvapaan käytti 84 % isistä, kun vanhempainvapaata jakoi äidin kanssa vain 1,9 % isistä (Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinnin laitos 2015). Isä voi tuntea ulkopuolisuutta, eikä löydä välttämättä rooliaan vanhempana. Siitä voi aiheutua tunnetason muutoksia, jotka voivat estää vauvaan kiintymisen. (Rouhe, Saisto, Toivanen ja Tokola 2013, 213 - 214.) Bergin, Hellströmin ja Prembergin (2008, 61) mukaan isät joutuvat etsimään suhdettaan vauvaan aktiivisemmin kuin äiti, koska äiti on jo luonnostaan symbioosissa, eli kiinteässä läheisyydessä vauvan kanssa.

Synnytyksessä mukana olemisella on todennäköisesti vaikutusta isä-lapsi suhteen positiiviselle syntymiselle, uskoo kättilö Sundgren. Sundgrenin mukaan isän aktivoiminen alusta asti lapsen hoitoon herättää tunteita isän ja lapsen välillä. Tämä korostuu ensisynnyttäjillä isyyden muuttuessa konkreettiseksi, mutta ilmiö näkyy myös uudelleen synnyttäjillä. Synnytyksessä tapahtuneet isot asiat puhuttavat isää, mikä on osa isyyteen kasvamisesta. (Sundgren 2015-01-14.)

Aikaisemmilla vuosikymmenillä isien rooli oli toimia perheen elättäjänä. Nykyään isiltä odotetaan yhä aktiivisempaa roolia lapsen hoidossa, koska on näyttöä, että isillä on erityislaatuista merkitystä heidän lastensa kehitykseen ja terveyteen. (Bonér, Hildingsson ja Thomas 2010, 499.) Isien mielestä

synnytyksessä mukana oleminen vahvistaa lapsen kiintymistä. Isien osallistuessa yhä enemmän perhe-elämään, voi sen seurauksena kuitenkin muodostua heille henkisiä paineita isyydestä. (Hugill ja Harvey 2012, 92.) Isät toivovat itseltään oma-aloitteisuutta ja esimerkiksi lapsen kanssa kahdestaan olo ilman äitiä koetaan miellyttävänä. Isillä on tarve näyttää pärjäämisensä lapsen kanssa, ja sen vuoksi he haluavat opetella lapsen hoitoa itsenäisesti. (Paaajanen 2006, 43.) Lapsen kanssa kahdestaan olo helpottaa isän ja lapsen välistä kommunikointia, jolloin isien tunteellisuus kehittyy ja he oppivat kärsivällisyyttä, tulkitsemaan vauvansa viestejä sekä huomaavat, että heidän oma tyyneytensä ja rauhallinen käytöksensä vaikuttavat vauvaan rauhoittavasti. Nämä seikat auttavat siinä, että isät tuntevat hallitsevansa isyyden. Isyyden hallitseminen, eli vauvan kanssa pärjääminen ilman naisen apua, on isille erittäin tärkeä asia. (Berg, Hellström ja Premberg 2008, 57 - 59.)

Isien suhde lapsiinsa on huolehtivaa ja huomaavaista. Isät kuvaavat lasta ilon, onnen ja ylpeyden tuojaksi. Lapsen kanssa ajan viettäminen on hauskaa ja jännittävää, mutta omasta riittävästä levosta ja rentoutumisesta huolehtiminen on tärkeää. Vauva-arki voi olla kiireistä, mutta isät ovat todenneet, että olessaan itse levänneitä ja hyvinvoivia, voivat heidän vauvansakin silloin hyvin. Omalle levolle ja harrastuksille ajanjärjestäminen vaatii miettimistä ja suunnittelua, mutta silti miehille vauvan kanssa ajanviettäminen on tärkeää, ja he pyrkivät järjestelemään menonsa niin, että aikaa jää myös vauvalle. Isät löytävät ajanjärjestelyyn erilaisia keinoja, kuten vanhempainvapaa, lyhennetyt työpäivät tai vauvan ottaminen mukaan harrastuksiin. Levänneinä isät ovat rauhallisia ja tyyniä, joten ajankäytön järjestely lepohetkien mahdollistamiseksi kunkin omien tarpeiden mukaan on myös vauvojen etu. (Berg, Hellström ja Premberg 2008, 58 - 59.)

Isän ja lapsen välinen vuorovaikutussuhde on usein enemmän fyysistä kuin henkistä. Isät leikkivät lastensa kanssa selvästi enemmän fyysisiä leikkejä verrattuna äiteihin. Eräs tutkimus osoitti, että lapsensa hoitoon osallistuvilla isillä oli paremmat käsitykset lapsensa taidoista, ja näin ollen ne pystyttiin paremmin huomioimaan myös leikeissä. Toinen tutkimus oli myös osoittanut, että perheissä, joissa työtehtävät jakautuivat tasaisemmin, ei äidin ja isän leikkityyleissä ollut nähtävissä kyseisiä eroja. (Haapakoski ja Silvén 2012, 96 - 97.)

Kotiin vauvaa hoitamaan jääneiden isien mielestä isä-lapsisuhde on parantunut. Kotona lapsen kanssa oleminen antaa mahdollisuuksia oppia ymmärtämään lastaan paremmin. Varhainen hyvä isä-lapsisuhde vaikuttaa myös vuosien jälkeen, ja isien hoitamat lapset uskovat kykyynsä vaikuttaa asioihin, sekä lisäksi he ovat empaattisia ja kielellisesti lahjakkaita. (Haapakoski ja Silvén 2010, 106 - 107.)

3.2 Isän ja äidin välinen suhde lapsen syntymän jälkeen

Jo raskautta suunniteltaessa parisuhteessa tapahtuu suuria muutoksia, kun kahdenkeskisestä ajattelumallista siirrytään lapsiperheen muotoon. Sekä isällä että äidillä on henkilökohtaisia näkemyksiä ja mielikuvia tulevasta perhe-elämästä, mikä voi olla niin hyvä kuin huono asia. Erilaiset näkemykset vahvistavat toisiaan, mutta ne voivat aiheuttaa erimielisyyttä tai riitoja parisuhteessa. (Rouhe, Saisto, Toivanen ja Tokola 2013, 212.)

Tuoreet vanhemmat voivat yllättyä tai tuntea jopa shokkina vuorovaikutuksen monimutkaisuuden ja lisääntyneet ihmissuhteet perheessä, kun vauvan tulo perheeseen lähentää kummankin puolison sukulaisia. Tasapainon löytäminen keskinäiseen vuorovaikutukseen ja sen säilyttämiseen on haasteellista parisuhteessa, koska kahdenkeskeistä aikaa on vähemmän, ja se usein hyödynnetään leppäimisellä ja omien voimavarojen keräämisellä. Miehen liialliset ulkopuolisuuden tunteet voivat pahimmillaan johtaa uskottomuuteen vauva-aikana. (Rouhe, Saisto, Toivanen ja Tokola 2013, 213 - 214; Sinkkonen 2012, 98 - 99.)

Äidilläkin voi esiintyä ulkopuolisuuden tunteita, kun isä luo omanlaistaan suhdetta vauvaan. Äidin huomioiminen voi jäädä vähemmälle mihin äiti on tottunut kahdenkeskeisessä suhteessa. Tilannetta helpottaa, jos parisuhteessa kummatkin osapuolet pystyvät tuomaan ajatuksensa ja tunteensa esille, ja niistä voidaan avoimesti keskustella. (Rouhe, Saisto, Toivanen ja Tokola 2013, 214.) Vanhempien keskenäinen keskustelu ja riitely ovat normaalia, jopa välttämättömiä parisuhteen kehittymiselle (Berg, Hellström ja Premberg 2008, 60). Lapsen syntymästä johtuvista muutoksista huolimatta suurin osa miehistä ja naisista ovat tyytyväisiä parisuhteeseensa (Halme, Hannula, Kaunonen, Tarkka ja Tiili 2011, 6).

Miehistä lapsen saaminen on luonnollinen asia (Mesiäislehto-Soukka 2005), ja syntynyt lapsi voi tiivistää parisuhtetta (Berg, Hellström ja Premberg 2008, 57; Koski ja Leppäaho 2013, 6). Paajanen (2006, 68) esittää tutkimuksessaan, että yli 50 % isistä kokee parisuhteen tulleen vahvemmaksi ja paremmaksi lapsen syntymän myötä. Miehet ovat kuvanneet, että vauva-aika on auttanut heitä ymmärtämään paremmin äidin tarpeita ja rentoutumisen merkitystä, mikä on ollut yksi tekijä parisuhteen lujittumisessa (Berg, Hellström ja Premberg 2008, 60). On kuitenkin selvää, että perheenlisäys aiheuttaa paljon muutoksia ja vastasyntyneen ympärillä perhe-elämä on raskasta ja haastavaa aikaa (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 80). Yhdessä läpikäydyn synnytyksen jälkeinen toivottu tulos olisi parisuhtetta lujittava, yhteistä vastuullisuutta tuova kokemus. Synnytyskokemus ollessa hyvä, on sillä varmasti vaikutuksia molempiin vanhempiin. Positiivinen synnytyskokemus on todennäköisesti myöhemmin isälle ylpeydenaihe sekä itseään että puolisoaan kohtaan. (Sundgren 2015-01-14.)

Synnytyksessä mukana olleelta isältä äiti on voinut saada varmuutta ja äidin on voinut olla helpompi jakaa vastuuta ja pystyä luottamaan isään vauvanhoidossa. Tämä voi jakaa työtaakkaa tasapuolisemmin isän ja äidin välillä, jolloin henkilökohtaista aikaa voi jäädä paremmin käyttöön. (Sundgren 2015-01-14.)

4 TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tutkimuksen tarkoituksena on kuvata isien kokemuksia synnytyksestä. Tavoitteena on saattaa ammattihenkilöiden tietoon isien toivomuksia siitä, millaista tukea he kokevat tarvitsevansa osatakseen toimia aktiivisesti osana synnytystä. Tavoitteena on tuottaa kätilöille ajankohtaista käytännön tietoa isien toiveista niin, että kätilöllä olisi valmiuksia ohjata isää aktiivisesti synnytyksessä helpottamaan synnyttävän äidin kipukokemuksia ja tuntemuksia.

Opinnäytetyön henkilökohtaisena tavoitteena tutkijoilla on saada lisää tietoa synnytyksestä isien näkökulmasta. Aihevalinnallamme haluamme tukea henkilökohtaista ammattiinkasvuamme, eli tavoitteenamme on kehittyä erityisesti kohtaamaan synnyttäjän lisäksi mukana olevat miehet. Perehtymällä synnytyskipuja helpottaviin keinoihin, joita isät voivat toteuttaa, saamme itsekin ei-farmakologisiin synnytyskipun lievittämiskeinoihin hyvän tietopohjan.

Tutkimustulosten pohjalta Kuopion yliopistollisen sairaalan synnytysosaston henkilökunnalle pidetään osastotunti. Osastotunnin tarkoituksena on viedä KYS:n synnytyssalin henkilökunnalle ajankohtaista tuoretta tietoa siitä, kuinka huomioida isää synnytyksessä. Osastotunnin yhteydessä tutkimustulokset luovutetaan toimeksiantajalle.

Tutkimuksellamme haemme vastauksia seuraaviin tutkimuskysymyksiin:

Minkälaisia neuvoja isät ovat saaneet kätilöiltä äidin tukemiseksi?

Minkälaista neuvoa tai tukea he olisivat saamiensa neuvojen lisäksi halunneet?

5 TUTKIMUSMENETELMÄT

5.1 Kvalitatiivinen tutkimus ja aineiston keruumenetelmä

Tutkimus on kvalitatiivinen, eli laadullinen tutkimus. Laadullisen tutkimusmenetelmän erityispiirteenä ei ole totuuden löytyminen. Ihmisten kuvaamien käsitysten ja kokemusten avulla luodaan johdantolankoja, joiden avulla voidaan tehdä tulkintoja. (Vilka 2005, 98.) Opinnäytetyömme tutkimuksen pohjana toimii empiria-ajatus. Tutkimusta edeltää siis siihen liittyvä teoria, ja tutkimuksen aineistolla on tarkoitus ottaa selvää, tukeeko aineisto teorian sisältöä. (Eskola 2010, 182 - 183.)

Opinnäytetyön tutkimustulosten tarkastelun takana on fenomenologis-hermeneuttinen näkökulma. Fenomenologis-hermeneutiikalla tutkitaan esille nousseita kokemuksia. (Laine 2010, 28 - 29.) Tutkimuksen periaatteena on, että kohteena sekä tutkijana on ihminen (Tuomi ja Sarajärvi 2013, 34). Tutkimusaineistoa tulkittaessa tutkijan on erittäin tärkeää sisäistää omat lähtökohtansa saada tuloksista määrättyä tietoa. Tutkijan on siis laajennettava omaa perspektiiviään niin, että pystyy omien ennakkolähtökohtien sijasta tulkitsemaan aineistoa neutraalisti. Tämä tarkoittaa sitä, että tutkija ottaa välittömästi etäisyyttä spontaanisti nouseviin tulkintoihinsa, ja pysähtyy varmistamaan, että tulkinta on aineistoperäistä eikä omista lähtökohdista syntynyttä. Tutkijalta vaaditaan siis reflektiivista kykyä tulkinnassa. (Laine 2010, 34 - 35.) Tämän vuoksi tutkimuksen tekemisen kannalta oleellisia käsitteitä ovat kokemus, merkitys, yhteisöllisyys, ymmärtäminen ja tulkinta (Tuomi ja Sarajärvi 2013, 34).

Tutkimus toteutetaan kvalitatiivisena, koska isiltä halutaan kokemusperäistä ja ajankohtaista tietoa synnytyskokemuksesta. Keskustelu toteutetaan Facebook-yhteisöpalvelussa, koska se on laajalla alueella erittäin suosittu ja paljon käytetty. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa aineistoa voi kerätä monella tavalla, ja kaikki materiaali kertoo jotain ihmisen kokemasta laadusta (Vilka 2005, 199).

Tutkimukseen osallistumiskriteereinä olivat synnytyskokemus Suomessa kolmen vuoden sisällä ja alatiesynnytys. Isät osallistuivat tutkimukseen vapaaehtoisesti. Osallistujia ei rekrytoitu tutkimukseen laajasti, vaan tieto keskustelufoorumista levisi isien keskuudessa. Isät saivat liittyä tutkimusta varten luotuun keskustelufoorumiin osallistuakseen tutkimukseen. Toiveena oli saada mahdollisimman kattavasti tietoa kättilöiden ja isien välisestä yhteistyöstä.

Tutkimusaineiston kerääminen voidaan tehdä monella eri tavalla. Tutkimuksessamme aineiston saamiseksi käytimme syvähaastattelua, toisin sanoen keskustelunomaista haastattelua. Syvähaastattelussa aineiston saamiseksi käytetään avoimia kysymyksiä. Ilmiö, eli isän synnytyskokemus on ennalta määritelty ja tämä ilmiö on tarkoituksena avata mahdollisimman perusteellisesti (Tuomi ja Sarajärvi 2013, 74 - 75.)

Tutkimusta varten Facebookiin perustettiin suljettu ryhmä, jossa isät saivat keskustella ja jakaa kokemuksiaan synnytyksessä mukana olemisesta. Keskustelua tukemaan valittiin teemoja (Liite 1),

joista isät saivat tietoa auttamiskeinoista ja erilaisista synnytyksen kulkuun liittyvistä asioista. Teemat muodostettiin mukaillen Paanasta ym. (2012, 245 - 248). Keskustelua tuki teemoihin liitetyt apukysymykset (Liite 1), joiden avulla keskustelua ohjattiin laadukkaasti aineiston saamiseksi. Tutkimuksen sisällönanalyysi perustuu isien keskusteluista saatuun tutkimusaineistomateriaaliin.

5.2 Sisällönanalyysi

Yksi mahdollinen tapa tulkita tutkimusaineistoa on tehdä siitä sisällönanalyysi. Sisällönanalyysin voi tehdä induktiivisesti, eli analyysin kategorialuokat saadaan aineiston sisältä tai deduktiivisesti, jolloin sisällönanalyysin kategoriat määritellään ennalta ja ne ohjaavat analyysia (Tuomi ja Sarajärvi 2013, 95 - 97.) Opinnäytetyömme tutkimusaineiston käsittelyssä käytimme induktiivista sisällönanalyysiä.

Induktiivisessa sisällönanalyysissä teksti analysoidaan tekstin sisältä saatavien luokkien mukaan. Sisällönanalyysillä etsitään merkitys-suhteita- ja kokonaisuuksia, ja se on lähinnä laadullisen tutkimusmenetelmän metodi. (Vilka 2005, 139 – 140.) Tutkimustulos pyrkii reliabeliksi. Tulos on reliabeli, kun kaksi eri arvioijaa päätyy samaan tulokseen. (Hirsjärvi ja Hurme 2011, 186.) Tutkimustulokset arvioidaan kriittisesti saadun aineiston ja tulkintojen osalta. Näin ollen validiteetti, eli saadun aineiston käypyyden arviointi korostuu. (Hyvärinen, Nikander ja Ruusuvuori 2010, 27.)

Induktiivisessa sisällönanalyysissä kaikki alkuperäisilmaukset koodataan ja niistä tehdään pelkistetyt ilmaukset, eli kokonaiset ilmaukset yksinkertaistetaan. Tätä kutsutaan redusoinniksi. Pelkistetyt ilmaukset abstrahoidaan, eli luokitellaan muodostaen teoreettisia käsitteitä. Näitä toimenpiteitä kutsutaan aineiston kuvaamiseksi. (Tuomi ja Sarajärvi 2013, 103, 108 – 109.)

Luokitelluista ilmauksista samankaltaiset ilmaukset ryhmitellään omiin kategorioihinsa, eli klusteroidaan. Klusterointi on osa abstrahointia, jossa luokkia voidaan yhdistellä tarvittaessa niin kauan kuin se on sisällön kannalta mahdollista. Samankaltaiset ilmaukset yhdistellään ja niitä kuvaamaan nimitään sisältöä koskeva käsite. Näin saadaan ensin analyysin alakategoriat. Alakategoriat yhdistellään isommiksi yläkategorioiksi, jolloin samankaltaiset kategoriat yhdistyvät ja muodostavat pääkategoriat, ja lopulta yhden yhdistävän luokan. Analyysin vaiheiden määrä riippuu aineiston suuruudesta. Tätä analyysin vaihetta kutsutaan merkityskokonaisuuksien jäsentämiseksi ja tulkinnaksi. (Tuomi ja Sarajärvi 2013, 103, 108, 110 - 111.)

Yläkategorioita yhdistämällä voidaan luoda vielä pääluokkia (Tuomi ja Sarajärvi 2013, 110). Tutkimusaineistomme analyysissä aineiston luokittelu yläkategorioiksi asti riitti saamaan esille yhdistävän luokan. Tämä aineiston luokitteluvaihe jätettiin siis analyysissämme välistä.

Lopuksi kaikista saaduista yläkategorioista (tai vaihtoehtoisesti pääkategorioista) muodostetaan yksi yhdistävä luokka. Analyysin klusterointivaihetta kutsutaan merkityskokonaisuuksien syntetisoinniksi. (Tuomi ja Sarajärvi 2013, 103.) Tutkimuksessamme yhdistävä luokka on saatu sisällönanalyysillä saatuja ala- ja yläkategorioita yhdistelemällä. Tutkimuksemme yhdistävä luokka on isän synnytykskokenus.

Abstrahoinnin avulla muodostuu kuvaus tutkimuskohteesta. Tämä empiirinen aineisto liitetään teoreettisiin käsitteisiin, ja tuloksista esitetään jokin kuvaava malli, järjestelmä tai teema. (Tuomi ja Sarajärvi 2013, 112 - 113.) Opinnäytetyömme käsittelee tulokset teemoittain, jotka perustuvat analyysissä saatuihin yläkategorioihin.

6 TUTKIMUSTULOKSET

Tutkimuksen tarkoituksena oli kuvata isien kokemuksia synnytyksestä. Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää isien kokemuksia siitä, kuinka heitä on ohjattu synnytyksen aikana äidin tukemisessa. Saatu tieto annetaan kättilöiden ja Kuopion yliopistollisen sairaalan synnytysosaston käyttöön.

Tutkimuskysymykset, joihin tutkimuksella haettiin vastauksia olivat minkälaisia neuvoja isät ovat saaneet kättilöiltä äidin tukemiseksi, sekä minkälaista neuvoa tai tukea he olisivat saamiensa neuvojen lisäksi halunneet? Tutkimuksen tulokset on luokiteltu sisällönanalyysin perusteella saatujen yläkategorioiden mukaan. Yläkategorioita muodostui kuusi. Nämä kuusi kategorioita ovat isä mentaalisenä tukijana, ohjauksen ja tiedonsaannin merkitys, perustarpeista huolehtiminen, isä auttaa äitiä kivun lievittämisessä, olosuhteiden merkitys synnytyskokemukseen ja synnytys on perheen yhteinen tapahtuma. Liitteessä 2 on esimerkki, kuinka sisällönanalyysi -menetelmällä on muodostettu yläkategoriat. Esimerkkinä on käytetty kategorioita Isä mentaalisenä tukijana (Liite 2).

6.1 Isä mentaalisenä tukijana

Sisällönanalyysissä muodostunut yläkategoria isä mentaalisenä, eli hengisenä/psykkisenä tukijana nousi selvästi esille tutkimustuloksissa, koska isän keinoja tukea äitiä mentaalisesti oli paljon (kuvio 1.). Tämän kategorian toimia isät itse pitivät tärkeimpänä tekijänä synnytyskokemuksessa, ja he kokivat mentaalisenä tukijana olemisen luonnollisena tehtävänä tukeakseen äitiä. Mentaalisen tukemisen keinoihin isät eivät olleet saaneet kättilöiltä ohjausta, vaan isät käyttivät näitä keinoja luonnostaan vaistojensa perusteella.

Alakategoriat
Isä kannustaa äitiä
Isä rauhoittelee äitiä
Mielikuvien luominen
Huumori osana synnytystä
Isä tukee äitiä pitäen häntä kädestä
Isä on synnytyksessä läsnä ja käytettävissä
Isä äidin päätösten ja oikeuksien tukijana
Synnyttäjän tunteiden ilmaisun mahdollistaminen
Isä juttelee äidille
Tapahtuman järjeistäminen



<p>Yläkategoria 1. Isä mentaalisenä tukijana</p>

KUVIO 1. Isä mentaalisenä tukijana.

Isät toivat esille oman läsnäolonsa merkitystä. Isät itse, sekä äidit olivat kokeneet, että pelkästään isän läsnäolo oli tärkeä osa onnistunutta synnytystä. Isän yksinkertaiset auttamismenetelmät, kuten äidille jutteleminen, kädestä pitäminen, rauhoittelu ja kannustaminen koettiin hyvinä ja luonnollisina toteuttajia. Alla on esimerkkejä isien alkuperäisilmauksista.

"Kerrottiin äidin kanssa vitsejä ja analysoitiin tilannetta, tunteuksiamme ja olojamme."

"Omalta osaltani toki rauhoittelin--."

"Eipä siinä tilanteessa-- voinut paljoa auttaa äitiä muuten kuin innostaa et vielä keran ponnistaa--."

"Lähinnä oma rooli tässä oli olla läsnä ja jutella niitä näitä. Muuten aika kului lähinnä äidin toiveiden täyttämässä."

"Muutoin olin äidin juttu- ja nauruseurana."

"Kannustin toki, rauhallisella puheella ja muisuttamalla siitä, että kivut ovat kohta ohitse."

"Olin molemmissa synnytyksissä koko ajan paikalla--."

"Tilanteessa lähinnä läsnäolo, tsemppaus ja rauhoittelu olivat niitä elementtejä, joita pystyi ja ehti tekemään."

Synnytyksissä isät loivat äidin kanssa mielikuvia tulevasta lapsesta ja ilmaisivat itseään myös huumorin keinoin. Osa isistä antoi äidille vapauden luonnolliseen tunteiden ilmaisuun. Yksi isistä tuki äitiä myös synnytyksenaikaisessa päätöksenteossa, sekä pyrki huolehtimaan, että äidin oikeudet ja hänelle luvatut asiat toteutuivat.

"Kyllähän sitä arvailua käytiin onko poika tulossa--."

"Kaikkea mietittiin tulevasta lapsosesta laidasta laitaan--."

"Huumoria oli mukana koko ajan."

"Jututin äitiä päättämään epiduraalista--."

"Luonnollisia tehtäviä on-- pitää huolta että asiat etenee suunnitellusti."

"Äiti tottakai ilmaisi tuntojaan sanallisesti--, johon annoin täysin mahdollisuuden."

6.2 Ohjaamisen ja tiedonsaannin merkitys

Sisällönanalyyssillä muodostetusta toisesta yläkategoriasta selviää, että riittävällä isälle annetulla ohjaamisella ja tiedonannolla on suuri merkitys isän onnistuneen synnytyskokemuksen kannalta (kuvio 2, s. 24). Sekä synnytyssalissa että synnytysvalmennuksessa saadulla neuvonnalla ja ohjauksella on merkitystä.

Alakategoriat
Isän puutteellinen huomiointi/ohjaus
Synnytysvalmennuksen positiivinen merkitys isälle
Kätilö ohjaa myös isää
Riittävän tiedon merkitys
Kommunikaatio



Yläkategoria 2.

Isän ohjaamisella ja riittävällä tiedonsaannilla on suuri merkitys

KUVIO 2. Isän ohjaamisella ja riittävällä tiedonsaannilla on suuri merkitys.

Isät kommunikoivat luonnostaan äidin ja henkilökunnan välillä. Osa isistä koki luonnolliseksi tehtäväkseen varmistaa, että kätilö oli ymmärtänyt äidin viestit, sekä huolehtia että synnyttävä äiti muistaa kätilön antamat ohjeet. Tämä toimintatapa on lähtöisin isiltä itseltään ilman kätilön erillistä ohjeistamista. Alla on esimerkkejä isiltä saaduista alkuperäisilmauksista.

"Kätilö kertoi välillä äidille, välillä minulle asioita, joita sitten myös kerroin äidille uudestaan mitä oli mennyt ohi--."

"Luonnollisia tehtäviä on -- viestiä sekä äidin että henkilökunnan kanssa, kuunnella ohjeita --."

"Äiti kuuli ehkä puolet kätilön kertomista asioista, ja me vaihdettiin tietoja synnytyksen yksityiskohdista pitkään jälkikäteen."

"--kerroin mitä tapahtuu silloin kun äiti pystyi kuuntelemaan."

Isät toivat esille, että saattoivat syystä tai toisesta jäädä aktiivisen tiedonsaannin ja ohjauksen ulkopuolelle. Suurin osa isistä koki, että kätilö oli keskittynyt vain äitiin. Osa isistä koki tämän kätilön luonnollisena toimintatapana, mutta valtaosa olisi kaivannut kätilöltä enemmän neuvontaa ja ohjausta, kuinka käytännössä toimia synnytyksen aikana. Vain yksi isistä toi ilmi, että oli saanut kätilöltä synnytysalissa ohjauksen, mitä kivunlievitysvälineitä on käytössä ja kuinka niitä käytetään. Yksi isä kertoi perehtyneensä kivunlievityksen apuvälineisiin synnytysvalmennuksessa, ja muut isät eivät tuoneet julki, onko apuvälineisiin saatu ohjausta tai neuvontaa ollenkaan.

"Itse synnytyksessä ei kovin paljoa kätilö ohjannut isää."

"Sanoivat et synnytyskäynnistetään muttei sitä miten nopeasti mahdollisesti alkaa itse synnytys."

"Saapuessamme kätilö lähinnä keskittyi luonnollisesti äitiin ja ohjeisti tätä--."

"Kätilö kertoi saapuessamme mitä kaikkea huoneesta/osastolta löytyy ja itse sai päättää mitä halusi hyödyntää."

"En ainakaan itse muista kätilö ohjeistaneen minua erikseen--."

Synnytysvalmennuksella koettiin olevan tärkeä merkitys isän osallisuudessa itse synnytyksessä. Synnytysvalmennuksen puuttuminen koettiin negatiivisena ja siitä luopuminen koettiin ongelmana, koska siellä kerrotaan tärkeää tietoa ja käydään läpi muunmuassa synnytyksessä käytettävät apuvälineet ja kivunlievitysmenetelmät, joita isä voi hyödyntää.

"Kummankaan lapsen kohdalla sitä ei tarjottu eivätkä mahdollisuudet olleet tiedossa etukäteen."

" Mikäli ei enää olisi valmennusta niin kyllä tuntuisi jäävän ulkopuoliseksi."

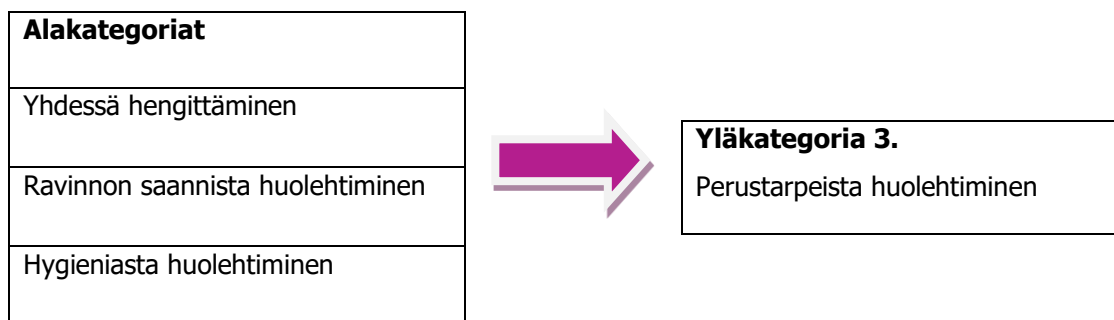
"Oikeastaan synnytysvalmennuksessa käytiin läpi kaikki apuvälineet--."

"--neuvoi äidin tukemista."

"Iso ongelma on mielestäni sairaanhoitopiirien luopuminen synnytysvalmennuksesta."

6.3 Perustarpeista huolehtiminen

Perustarpeista huolehtimisen kategoria käsittää sekä isän että äidin perustarpeet. Isät huomauttivat siitä, että heidänkin on pystyttävä syömään ja huolehtimaan perustarpeistaan synnytyksen aikana. Perustarpeita tässä kategoriassa ovat hengittäminen, ravinnon saanti ja hygienia (kuvio 3.). Osa isistä ilmaisi selvästi, että oli saanut kättilöltä ohjauksen, mistä äidille löytyy virvokkeita ja purtavaa, mutta isien perustarpeet eivät olleet tulleet huomioiduiksi.



KUVIO 3. Perustarpeista huolehtiminen.

Osa isistä koki luonnollisena huolehtia äidin hygieniasta pyyhkimällä äidin kasvoja ja huolehtimalla, että pahoinvoivalle äidille on astia johon oksentaa. Osa isistä toi ilmi, että he olivat saaneet kättilöiltä ohjeet osaston jääkaapin sijainnista, ja neuvoja, mistä löytyy äidille syötävää ja virvokkeita. Tämä auttoi isiä huolehtimaan äidin ravinnonsaannista. Äidin ravinnon saannin lisäksi isät pitivät tärkeänä myös omaa ravinnon saantiaan, jotta jaksavat olla äidin tukena synnytyksen aikana. Yksi isistä oli myös sitä mieltä, että kättilön pitäisi neuvoa isää, milloin kannattaa käydä syömässä, ja mahdollistaa isälle aikaa ruokailuun.

"--lähdin päivän odottelun jälkeen "takkaamaan" ruokaa.-- heidän olisi ollut sanoa et käy aiemmin syömässä. Ottaa ni ittäin myös isän kunnon päälle jos ei syö lainkaan."

" Äideille oli tarjolla naposteltavaa ja virvokkeita, joita sai käydä hakemassa käytävältä. Luonnollisesti tämä oli isän tehtävä."

"Äidistä huolehdin tarjoilemalla purtavaa ja juomista, jotka kättilö oli näyttänyt. Myös ponnistusvaiheessa autoin äitiä juomaan suun kuivumisen vuoksi."

"Kättilö ohjeisti jääkaapin--."

"Ponnistuksen aikana-- pyyhin kasvoja--."

"--pitelin oksennuspussia valmiudessa--."

Suurin osa isistä kannusti äitiä hengittämään kättilön ohjeiden mukaan, ja kättilön äidille antamat hengitysohjeet tarttuivat automaattisesti myös isän toimintaan. Hengittäminen koettiin yhteisenä tekemisenä ja käytännössä myös isät saivat siihen ohjauksen, jos olivat ohjauksen aikana paikalla.

"Kaipa sitä itsekkin rupesi hengittämään samaan tahtiin kuin kättilö opasti."

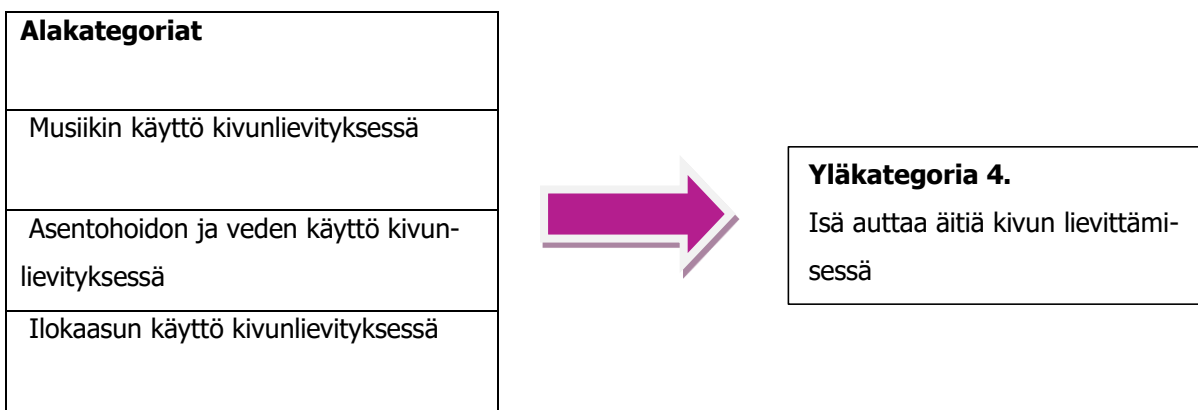
"Autoin hengittelyn kanssa--."

"-- hengittelin samaan tahtiin äidin kanssa ja tästä oli kuulemma suuri apu--."

6.4 Isä auttaa äitiä kivun lievittämisessä

Isien mielestä kivunlievitysmenetelmiä oli käsitelty hyvin synnytysvalmennuksessa. Isät kokivat, että synnyttämään tullessa heidän ennakkotietonsa synnytyksestä oli vähäistä, varsinkin jos isä ei ollut osallistunut valmennukseen tai taustalla ei ollut aiempaa synnytyskokemusta. Vain yksi isä tuo ilmi, että synnytyssalissa käytiin kivunlievitykseen käytettäviä apuvälineitä läpi, joten synnytysvalmennuksessa käyneet isät kokivat valmennuksesta saadun tiedon tärkeäksi. Valmennuksen käyneillä isillä oli ennalta tiedossa keinoja äidin kipujen lievittämiseksi.

Alakategorioissa nousi esille musiikin käyttö, asentohoito, vesi elementtinä, sekä ilokaasu, jotka ovat yhdistetty keinoiksi, joita isäkin voi olla toteuttamassa (kuvio 4.). Isät osasivat hyödyntää sellaisia ei-lääkkeellisiä kivunlievitysmenetelmiä, joita äiti toivoi. Kättilö oli ohjeistanut joitakin kivunlievitykseen liittyviä asioita, kuten radion käyttö ja ravitsemuksesta huolehtiminen. Osa isistä olisi toivonut kattavampaa apuvälineiden esittelyä. Ilokaasu on lääkkeellinen kivunlievitysmenetelmä, mutta isillä oli mahdollisuus olla äidin apuna toteuttamassa tätä kivunlievitysmenetelmää.



KUVIO 4. Isä auttaa äitiä kivun lievittämisessä.

Isän keinoja auttaa äitiä kivun lievittämisessä ovat musiikin käyttö, asentohoito, veden käyttö sekä ilokaasun käyttö. Ilokaasun käytöstä isät olivat kahta mieltä. Toisinaan se nähtiin negatiivisena, koska sen käyttö koettiin haastavana ja isät kokivat, että se saa äidin niin sekaisin, että synnyttämiseen keskittyminen herpaantuu. Toisaalta se koettiin tehokkaana kivunlievityskeinona, koska se vei kivun pois äidin mielestä. Kätilöt ohjeistivat ilokaasun käytön.

"Ilokaasun antaminen meni vähän ohi kun naamaria ei osannut laittaa kasvoille. Se oli toisaaltaan hyvä koska muutenhan äiti on pihalla eikä jaksaisi pinnistellä."

"Ilokaasun hengitysopastus saatiin."

"Lisäksi epiduraali ja ilokaasu veivät hyvin kivun pois mielestä."

Isät auttoivat äitiä etsimään miellyttävää asentoa, ja yksi isistä kertoi käyttäneensä apuna tyynyjä. Muusikkiakin hyödynnettiin, koska kätilöt olivat neuvoneet radion ja cd-soittimen sijainnin ja käytön. Amme ja vesipussit olivat kätilön ohjeistuksesta käytettävissä.

"-- kuunneltiin radiota + cd-levyä."

"Kätilö ohjeisti-- radion."

"-- huolehdiin-- tyynyistä, asennoista--."

" Kätilö opasti vesipussien lämmittämässä, joita sitten kiikutin äidille tarpeen mukaan (vähän väliä) sillä niistä löytyi melkein suurin apu alaselän ja takapuolen kipuloihin."

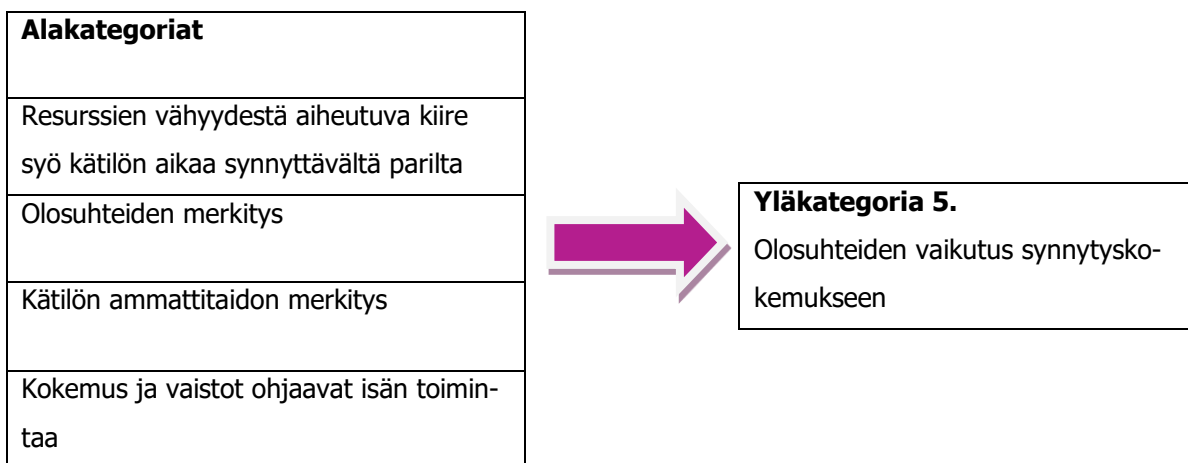
"-- laskin vettä ammeeseen."

" Kaikenlaista kokeiltiin yhdessä, kunnes löytyi sopiva asento."

6.5 Olosuhteiden vaikutus synnytyskokemukseen

Isien yleinen kokemus oli, ettei muun muassa synnytyssalin rakenteeseen voinut, eikä ollut tarpeen puuttua. Isät ymmärsivät, että muuttuvat tilanteet asettavat synnytykselle tietyt ehdot, joihin ei ole edes syytä vaikuttaa. Näitä ehtoja olivat esimerkiksi synnytyksen nopea eteneminen tai vauvan voinnin heikkeneminen.

Vaikka synnytysolosuhteet olivat hankalia tai tilanne asetti tiukkoja ehtoja, eivät isät kokeneet näiden asioiden vaikuttavan radikaalisti heidän synnytyskokemuksiinsa, koska nämä asiat eivät olleet kätilöstä tai hänen toiminnastaan kiinni. Alakategorioina nousi esille resurssien vähyydestä aiheutuva kätilön kiire, olosuhteiden merkitys, kätilön ammattitaidon merkitys sekä isien aiemmat synnytyskokemukset ja vaistonvaraisuus (kuvio 5, s. 28).



KUVIO 5. Olosuhteiden vaikutus synnytyskokemukseen.

Kättilön toiminta jakoi mielipiteitä isien keskuudessa. Kaikkien isien odotukset kättilöä kohtaan eivät välttämättä kohdanneet kättilön antaman tuen kanssa. Suurin osa isistä oli kuitenkin tyytyväisiä kättilön antamaan tukeen ja ohjeistukseen.

"Valmennusta pitänyt kättilö oli kokenut tekijä. Hän kyllä neuvoi äidin tukemista."

"– henkilö kunta teki asiat luottamusta herättävällä tavalla."

"Ymmärrän kyllä ammattilaisenkin resurssien riittämättömyyden tilanteessa, jossa apua ei synnytykseen tule edes toiselta kättilöltä tai muuten synnytyksen huomattavan nopea eteneminen vie kättilöiden kaiken huomion."

"Kättilön toiminta oli kyllä ensiluokkaista, ainakin omasta näkökulmasta."

"Jotenkin tuntui että kättilöillä ei ollut aikaa, sillä osastolla kävi sinä päivänä aikamoinen huike."

"Mielestäni kättilöiden antama ohjaus oli ehkä hieman vajaavaista, mutta johtuneeko siitä, että meillä oli neljä eri kättilöä koko synnytyksen aikana vaikuttamassa synnytyksen kulkuun."

"Kättilö vaihtuu, ja synnytyksiä on monta eri huoneissa. Siinä on jatkuva virheiden riski, kun ihmiset ei tunne toisiaan."

"Kun synnytykset olivat nopeita, ei synnytyssalia voinut mitenkään modifoida. Siinä vaan mentiin ja synnytettiin. Kun ei ole aikaa, niin ei ole. Jos lapsi on päättänyt tulla ulos kiireellä, niin on keskityttävä siihen tärkeimpään eli lapsen ja äidin hyvinvointiin. Synnytys on hoidettava ilman "perusparannuksia" olosuhteisiin."

"Tilanne oli siinä mielessä hektinen, ettei isää huomioitu mitenkään. Mutta se ei ollut kättilöiden, vaan tilanteen syy."

"Kunhan pyydettiin sisään että nyt alkaa."

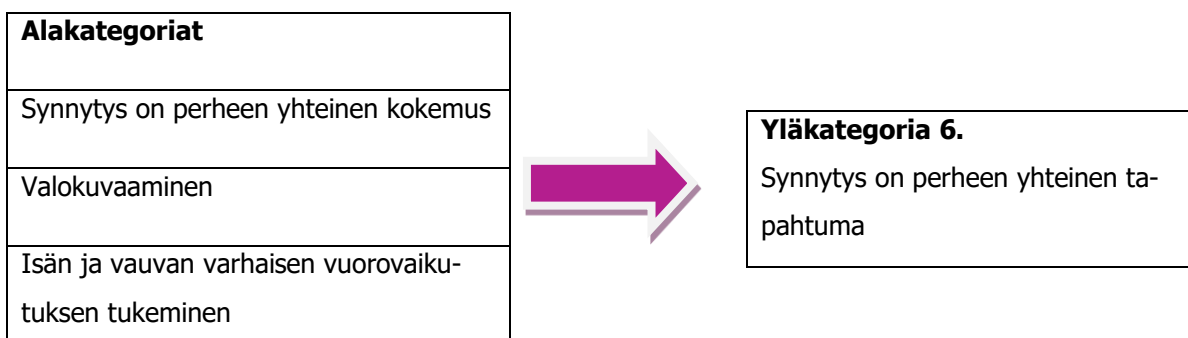
Eräs isä koki, että aikaisempi synnytyskokemus antoi hyvät valmiudet uuteen synnytykseen. Aiemman kokemuksen ansiosta isällä oli varmempi ote omaan toimintaansa. Isät kykenivät toimimaan synnytyksessä "maalaisjärjen" mukaan.

"-- tein, mitä maalaisjärki tehtäväksi antoi--."

" Toisella kertaa oli vauhdikas suoritus ja hyvä kun oli kokemusta."

6.6 Synnytyksessä on huomioitava perheen väliset suhteet

Viimeisenä yläkategoriana esillä on koko perheen välisten suhteiden huomiointi synnytyksen aikana. Tällä tarkoitettiin niin äidin ja isän, äidin ja vauvan kuin isän ja vauvan välisiä suhteita. Synnytystapahtuma haluttiin nähdä yhteisenä kokemuksena, joka isän mielestä edesauttaa vanhempien samantahtista leimautumista vauvaan. Isien mielestä isää ei synnytyksessä pitäisi nähdä avustajana vaan toisena tasapuolisena vanhempana. Synnytys koettiin tiimityönä. Äidin ja vauvan vuorovaikutuksen lisäksi myös isän ja vauvan välinen varhainen vuorovaikutus tulisi huomioida, ja isä voi toteuttaa sitä esimerkiksi ikuistamalla tuoreen perheenjäsenen valokuvaan (kuvio 6.).



KUVIO 6. Synnytys on perheen yhteinen tapahtuma.

Isillä oli voimakas ajatus siitä, että he olivat myös osa synnytystä ja kuuluivat tasavertaisena vanhempana koko tapahtumaan. Isät kokivat tärkeänä läsnäolonsa sekä äidin että syntyvän vauvan kannalta.

" Jälkimmäisessä synnytyksessä sain sentään pukea uutta pienokaista, mutta juurikaan muuta roolia ei annettu (esim. napanuoran katkaisu tms)."

" Me koettiin synnyttäminen yhteisenä juttuna. Tää on vieras ajatus että isä on jonkinlainen avustaja. Meillä oli selkeä käsitys että isä on tilanteessa toisena vanhempana."

" On tärkeää että isä on vanhempana mukana jo lapsen syntyessä, jakamassa vastuuta äidin kanssa."

" Ei pelkästään äidin, vaan myös isän ja lapsen kannalta oli merkityksellistä että oltiin perheenä ja tiiminä jakamassa kokemus alusta asti. Se oli tärkeä osa yhdessä oppimista ja yhteistyön muotoutumista."

" Toivon että tästä retoriikasta luovutaan, jossa synnytys on jonkinlainen suoritus ja isä jonkinlainen avustaja. Molemmilla vanhemmilla on tapahtumassa rooli, ja lapsella myös. On ratkaisevaa yhteishengen kannalta että molemmat vanhemmat saavat leimautua lapseen alusta asti samassa tahdissa."

Isille varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen oli merkityksellistä ja konkreettiset ohjeet siihen, kuten valokuvaaminen ja vauvan pukeminen (fyysinen kosketus), koettiin hyvinä.

"Iloisia hetkiä kun sai kylvettä pojan ja tytön joka loi syvän tunteen lapsiin. Kätilöt neuvoi jopa ottamaan kuvia."

7 POHDINTA

7.1 Prosessikuvaus

Opinnäytetyö lähti liikkeelle yhteisestä aiheen ideoinnista ja työelämän yhteistyökumppanin löytämisestä keväällä 2014. Aihesuunnitelma laadittiin ja hyväksyttiin keväällä 2014, jonka jälkeen esitettiin syksyllä 2014. Yhteistyökumppani tavattiin kesäkuussa 2014, jolloin hänelle esiteltiin keskeneräisen tutkimussuunnitelma, ja häneltä saatiin positiivinen kannanotto työn alkuun. Tutkimussuunnitelmaa laadittiin kevään ja kesän 2014 aikana, ja hyväksymisen jälkeen esitettiin syksyllä 2014. Opinnäytetyön teoriaa aloitettiin kirjoittamaan syksyllä 2014, ja prosessia jatkettiin syksyille 2015 saakka. Haasteellisena koettiin työhön luotettavien tietolähteiden löytäminen sekä kansainvälisten tutkimusten paljous, jolloin vieraan kielen tulkitseminen tuotti hankaluuksia. Loppusyksystä 2014 luotiin ja avattiin Facebook – yhteisöpalveluun Isä synnytyksessä – ryhmä, jossa kerättiin tutkimukseen analysoitava aineisto. Opinnäytetyö eteni kolmivaiheisesti prosessina, joka on kuvattu alla olevassa prosessikaaviossa (kuvio 7).



KUVIO 7. Tutkimusprosessin vaiheet Heikkilää ym. (2008, 58) mukailleen.

7.2 Tulosten tarkastelu ja johtopäätökset

Tutkimuksen tarkoituksena oli kuvata isien kokemuksia synnytyksestä. Tavoitteena oli saada tietoa isiltä, kuinka heitä on ohjattu synnytyksen aikana. Haimme vastauksia kysymyksiin minkälaisia neuvoja isät ovat saaneet kätilöiltä äidin tukemiseksi, sekä minkälaista neuvoa tai tukea he olisivat saamiensa neuvojen lisäksi halunneet? Tutkimusaineistosta saatiin vastaukset molempiin tutkimuskysymyksiin. Tulosten tarkastelussa on otettu mukaan alkuperäisiä ilmauksia, koska ne muodostavat analyysin lähtökohdan, ja täydentävät tulosten raportointia. Alkuperäisiä ilmauksia ei ole muutettu millään tavalla, vaan ne ovat koskemattomina siinä muodossa, kuin tutkimukseen vastanneet ovat ne ilmaisseet.

Tutkimuksessa saaduista tuloksista käy ilmi, että kätilöt olivat ohjanneet synnyttävälle pariskunnalle osaston tilat, joita synnyttävän pariskunnan oli mahdollista käyttää. Tilojen esittely mahdollisti äidin ravitsemuksesta huolehtimisen, jolloin äiti itse tai isä pystyi hakemaan äidille syötävää. Apuvälineistä kätilöt ohjeistivat ilokaasun, lämpimien vesipussien, jumppapallon ja erilaisten tuolien käytön, joiden avulla oli mahdollista löytää miellyttävä asento ja lievittää synnytyskipuja. Cd-soitinta ja radiota oli mahdollisuus käyttää rentoutumiseen. Kätilöt olivat opastaneet ei-lääkkeellisiä kivunhoidonmenetelmiä, jotka olivat synnyttävän pariskunnan vapaassa käytössä. Osa isistä olisi kaivannut saamiensa neuvojen lisäksi kattavammin ohjausta synnytyksen aikana käytettävistä kivunlievityksen apuvälineistä.

Tulosten perusteella kätilön fyysinen läsnäolo synnyttävän pariskunnan tukijana koettiin kehitettäväksi kohteeksi. Valtaosa isistä oli sitä mieltä, että kätilö vietti heidän luonaan liian vähän aikaa. Isät olivat huomanneet selvästi osastolla vallitsevan kiireen. Isät kokivat kiireen johtuvan liian vähäisistä resursseista, ja olivat pahoillaan, että resurssien vähyyksy syö heiltä kätilön aikaa. Isät toivoivat, että synnytysosastoille turvattaisiin riittävät resurssit, jotta kätilöllä olisi tarpeeksi aikaa synnyttävälle pariskunnalle. Tutkimustuloksissamme isien mielestä kätilön läsnäolo lisää synnyttävälle pariskunnalle turvallisuuden tunnetta synnytyksen aikana. Ennestäänkin on olemassa tutkimusnäyttöä siitä, että kätilön jatkuvalla tuella synnytyksen aikana on paljon edullisia vaikutuksia synnytyksen kulkuun, sekä isän ja äidin synnytyskokemukseen (Koski ja Leppäaho 2013, 6 - 7). Tutkimuksemme tuloksissa kätilön läsnäolon lisäksi myös kätilön poissaolo koettiin miellyttävänä, silloin kun kätilö osasi antaa pariskunnalle oikeaan aikaan kahdenkeskeistä rauhaa.

Tuloksissa nousi esille, että myös isille olisi mahdollistettava ruokailuhetki. Kätilön ollessa äidin luona, uskaltaa isä lähteä turvallisin mielin lepäämään ja ruokailemaan. Isät toivoivat, että kätilö antaisi isille ohjeita esimerkiksi siitä, milloin olisi synnytyksen etenemisen kannalta sopiva hetki poistua ruokailemaan, eikä synnytyksessä välttämättä tapahtuisi tuona aikana merkittävää etenemistä. Synnytyksen etenemisen sijaan isien mielestä oli tärkeämpää, että äideillä olisi kätilön antama turva ja läsnäolo isän ollessa muualla.

Tiedonannon laatu vaihteli isien kokemuksissa. Erityisesti synnytysvalmennukseen osallistuneista isistä valmennuksessa annettu tieto oli erityisen tärkeää, koska enää synnytyssalissa kivunlievitysmenetelmiä ei juurikaan käyty läpi. Isät olivat saaneet valmennuksesta yksityiskohtaista tietoa, ja heidän oli helpompi olla aloitteellisempia synnytyksessä äidin tukemiseksi. Ne isät, jotka eivät olleet osallistuneet valmennukseen tunsivat jääneensä merkittävän tiedon ulkopuolelle. Synnytysvalmennus koettiin ehdottoman tärkeänä, ja siitä luopumista pidettiin huonona ajatuksena. Eräs isä toi esille, että aktiivinen valmennusta pitänyt kättilö saattoi jopa korvata synnytyksessä mukana olleen passiivisemmän kättilön merkitystä. Silloin kun kättilön mahdollisuudet olla riittävästi pariskunnan tukena synnytyksessä olivat kiireen vuoksi vähäiset, oli valmennusta pitäneen kättilön antamat ennakko-ohjeet jääneet tarpeellisena isän mieleen. Brown ja Shibli-Kometianin (2012) tutkimuksessa myös todettiin, että synnytyskokemus koetaan positiivisempänä, jos on käynyt synnytysvalmennuksen. Isällä on voinut olla silloin parempi luottamus itseensä ja onnistumisen kokemuksia on saatu sen kautta, että valmennuksessa saatua tietoa on osattu oma-aloitteisesti hyödyntää. (Brown ja Shibli-Kometiani 2012.)

Lopullisena yhteenvetona tuloksistamme voidaan todeta, että isät kaipaavat kättilöiltä synnytyksen aikana jatkuvaa tukea. Kättilön fyysinen läsnäolo koetaan tärkeäksi sekä äidin että isän turvallisuuden tunteen kannalta. Yhtä tärkeää synnyttävälle pariskunnalle on aktiivinen ja kokonaisvaltainen neuvonta ja ohjaus koko synnytyksen ajan.

7.3 Eettisyys

Hyvää tutkimusta ohjaa eettinen sitoutuneisuus, ja hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu tutkimuksen uskottavuus ja tutkijan tekemät eettiset ratkaisut. Tutkimuksen aihetta valittaessa on siis mietittävä, onko se eettisesti hyväksyttävä. (Sarajärvi ja Tuomi 2013, 128, 132.) Ympäröivästä maailmasta on yhteiskunnallisesti hyödyllistä ja tärkeää tuottaa uutta tietoa, mutta tutkimuksen perusteena on hyvä olla syy ja siitä saadulla tuotoksella hyöty tulosten saajalle. (Sarajärvi ja Tuomi 2009, 129.)

Opinnäytetyön tutkimusaihe on eettisesti arkaluontoinen, koska synnytyskokemus on jokaiselle hyvin henkilökohtainen ja ainutlaatuinen tapahtuma. Osallistujien vapaaehtoisuus on kuitenkin varmistettu, jolloin eettisyys ei kärsi. Tutkimuksessamme vapaaehtoisuus on varmistettu kolmella tavalla: ensimmäinen on Facebook-ryhmälle luotu esittelyosuus (Liite 3) joka näkyy kaikille myös ryhmän ulkopuolisille henkilöille. Esittelyosuudessa on maininta, että tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista ja tutkimusryhmästä voi poistua milloin tahansa. Toinen varmistus on, että jokainen tutkimukseen osallistuja joutuu pyytämään luvan ryhmän ylläpitäjiltä, eli opinnäytetyöntekijöiltä, liittyäkseen tutkimusryhmään. Kolmas varmistus on, että ryhmään tultuaan osallistuja voi poistua ryhmästä milloin tahansa ja keskeyttää tutkimuksen. Isien vastaukset eli alkuperäiset ilmaukset on kopioitu Facebook-ryhmästä ja ne on pelkistetty analysointia varten. Tutkimusjoukkoa on kohdeltu analysointivaiheessa anonyymisti, eli kenenkään henkilöllisyys ei ole käynyt analyysin tai loppuraportin misään vaiheessa ilmi. Yksittäisiä henkilöitä ei pysty tuloksista profiloimaan.

Tulokset on analysoitu luotettavasti ilman tutkimusjoukolle koituvaa haittaa. Tutkimukseen osallistuvat ovat saaneet itse päättää, kuinka tarkkaa ja yksityiskohtaista tietoa he ovat halunneet kertoa. Tutkimukseen osallistuneet henkilöt olivat tietoisia toistensa nimistä, koska nimiä ei pysty Facebook-keskusteluryhmässä piilottamaan. Julkinen osallistuminen tutkimukseen on ollut jokaisen isän tiedossa, sillä Facebook -yhteisöryhmät perustuvat omalla nimellä esiintymiseen. Facebook- yhteisön yleisissä säännöissä kerrotaan foorumin sisäisten ryhmien toiminta ja säännöt. Näin ollen kaikilla facebookin käyttäjäjäsäsenillä tämä asia on ollut tiedossa ryhmään liittymisvaiheessa.

Koko keskustelu ja vastaukset ovat olleet kaikkien keskustelussa mukana olevien nähtävillä, mikä on voinut vaikuttaa ohjailevasti muiden, paitsi ensimmäisenä vastanneen isän vastauksiin. Tämä heikentää osaltaan luotettavuutta. Toisaalta muiden isien kokemusten lukeminen on voinut nostaa omasta kokemuksesta esille unohtuneita asioita, mikä on voinut rikastuttaa aineistoamme. On mahdollista, että isät ovat ensin lukeneet toisten vastauksia, ja päättäneet sen perusteella, mitä itse kertovat. Tutkimusaineistossa vastaukset olivat melko monipuolisia, ja myöhäisemmät vastaukset käsittelevät eri asioita kuin aikaisemmat.

Hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu, että tutkimustulokset raportoidaan yksityiskohtaisesti ja rehellisesti (Sarajärvi ja Tuomi 2013, 133). Raportissamme esitetyt osallistujien alkuperäisilmaukset on esitetty niiden alkuperäisissä koskemattomissa muodoissa, kirjoitusvirheet mukaan lukien.

7.4 Luotettavuus

Kvalitatiivinen tutkimus pyrkii kuvaamaan tosielämän tapahtumaa tai ilmiötä. Tiedonantajat täytyy valita tarkoituksenmukaisesti, koska on tärkeää, että tiedonantajat tietävät tutkittavasta aiheesta mahdollisimman paljon ja heillä on asiasta kokemusta. (Sarajärvi ja Tuomi 2009, 85.) Laadulliselle tutkimukselle ei ole olemassa yksiselitteisiä ohjeita, joilla sen luotettavuutta voidaan arvioida (Sarajärvi ja Tuomi 2013, 140). On kuitenkin selvää, että kvalitatiivisessa tutkimuksessa yksi luotettavuuden kriteeri on juuri tutkija, ja hänen tekemänsä teot, valinnat ja ratkaisut. Tämän vuoksi tutkijan on harkittava tekemiään valintoja tulkinnoissaan. Lopullisen aineiston arvioissa tulee ratkaisujen toimivuutta ja tarkoituksenmukaisuutta arvioida tavoitteiden kannalta. (Vilka 2005, 158 - 159.)

Tutkimuksen tavoitteena oli saattaa ammattihenkilöiden tietoon isien toivomuksia siitä, millaista tukea he kokevat tarvitsevänsä osataksaan toimia aktiivisesti osana synnytystä. Tavoitteena oli tuottaa kättilöille ajankohtaista käytännön tietoa isien toiveista niin, että kättilöllä olisi valmiuksia ohjata isiä aktiivisesti synnytyksessä helpottamaan synnyttävän äidin kipukokemuksia ja tuntemuksia. Tutkimusmenetelmänä suljettu keskustelufoorumi ei toiminut hyvin kyseiselle kohderyhmälle. Isien saaminen tutkimukseen oli haastavaa, mihin saattoi vaikuttaa tutkimustapa, eli isät pystyivät näkemään toistensa tutkimusvastaukset suljetussa Facebook – ryhmässä. Tämän vuoksi yksityisyyttä ryhmän sisällä ei voitu taata riittävän hyvin. Tutkimusaineiston laatu saattoi myös olla heikompi tai heikentyä, koska isien panostamista vastaamiseen oli vaikea tehostaa. Teemahaastattelussa tutkija pystyisi helposti kannustamaan tutkimukseen osallistujaa ajattelemaan asiaa tarkemmin sekä esittämään tarkentavia lisäkysymyksiä. Facebook – ryhmässä tarkentavien lisäkysymysten kysyminen oli myös

mahdollista, mutta ryhmän sisäinen avoimuus oli tutkimuksen tekijöiden mielestä esteenä henkilö- ja yksityiskohtaisempien lisäkysymysten esittämiseen. Synnytyskokemus on henkilökohtainen ja erityislaatuinen kokemus, jolloin liian tarkat kysymykset saattavat olla yksityisyyttä loukkaavia. Tutkijoina emme kokeneet, että meillä on oikeus esittää tarkentavia tai arkaluontoisia kysymyksiä, koska osallistuville on ilmaistu jo ryhmän esittelyssä (Liite 3), että toivomme heidän vastaavan mahdollisimman laajasti. Facebook – ryhmän esittelytekstin pituus saattoi myös osaltaan vaikuttaa osallistujien vastauksiin, koska pitkään esittelytekstiin ei välttämättä jaksettu paneutua kuten lyhyempään esittelytekstiin olisi paneuduttu. Esittelytekstissä oli kerrottu tutkimuksen osallistumisohjeet ja tutkimuskysymykset.

Tutkimuksen luotettavuuteen on voinut vaikuttaa se, että Facebook -keskusteluun osallistuvien isien taustoista ja heidän kertomuksiensa todenmukaisuudesta ei voida olla tietoisia. Luotettavuuteen voi vaikuttaa myös se, että tutkimusaineiston keräämiseen luotu keskustelu ja vastaukset ovat olleet kaikkien keskustelussa mukana olevien nähtävillä, joka on voinut vaikuttaa ohjailevasti muiden, paitsi ensimmäisenä vastanneen isän vastauksiin. Luotettavuutta on voinut heikentää myös työn tutkijoiden tulkintavirheet analysoitavasta materiaalista, koska toisilta saadun tutkimusmateriaalin tulkinnasta ei ole aikaisempaa kokemusta.

Tutkimuksen luotettavuutta on pyritty nostamaan hyvin suunnitellulla keskustelua ohjaavalla apukysymyspatteristolla (Liite 1). Keskustelukysymykset on ennalta jaoteltu teemojen mukaan, mikä on eduksi laadukkuudelle (Hirsjärvi ja Hurme 2011, 184). Teemojen asettaminen ennalta on tutkimukseen vastaajan tukena, mikä voi rikastuttaa ja monipuolistaa vastausaineistoa. Tutkimuksemme hyödynnetty fyysis- psyykkis- sosiaalis- kongnitiivinen (Liite 1) – lähestymistapa, joka on rakennettu hyödyntäen Paanasta ym. (2012, 245 - 248), takaa riittävän monipuolisen tutkiskelun tutkimusaiheesta.

Tulos on reliaabeli, kun kaksi eri arvioijaa päätyy samaan tulokseen (Hirsjärvi ja Hurme 2011, 186). Tutkimustulokset arvioidaan kriittisesti saadun aineiston ja tulkintojen osalta. Näin ollen validiteetti, eli saadun aineiston käyppyyden arviointi korostuu. (Hyvärinen, Nikander ja Ruusuvuori 2010, 27.) Käytännössä tutkijat toteuttivat tämän tutkimuksen tulosten analysoinnin niin, että molemmat tutkijat tekivät tutkimusvastauksista omat pelkistykset ja sisällönanalyysin. Tutkimusvastauksista muodostuneita analyyseja yhdistettäessä verrattiin kahta eri näkemystä ja niistä muotoiltiin yksi yhteinen analyysi. Lopulliset tulokset on koottu analyysin pohjalta. Tutkijoiden omissa analyyseissa esiintyi joitain eroavaisuuksia, mutta tutkimusvastauksia yhdessä tarkasteltaessa on lopulta kaksi arvioijaa päätenyt samaan tulokseen. Tutkijoiden kiinnostus ja innostuneisuus asiaan on vaikuttanut luotettavuuteen. Kiinnostavan aiheen ansioista tutkijat ovat jaksaneet paneutua asian tarkasteluun riittävän kriittisesti ja rehellisesti.

Aineiston riittävyys, eli saturaatio arvioi tuotetun aineiston riittävyttä. Saturaatioissa voidaan puhua silloin, kun tulokset alkavat toistaa itseään, eikä tutkimuksen kannalta hyödyllistä uutta tietoa enää muodostu. Lähtökohta laadullisessa tutkimuksessa on, että 15 henkilöä/vastausta riittää täyttämään

aineiston kylläisyyden. (Tuomi ja Sarajärvi 2013, 87 - 88.) Tutkimuksessamme osallistujia oli yhteensä kuusi isää. Tutkimusjoukolta saatu aineisto ei toistanut itseään missään vaiheessa. Koska tutkimusjoukko jäi lopulta pieneksi, olisi muutama isä lisää todennäköisesti rikastuttanut aineistoamme huomattavasti, ja tuonut sisältöön uutta tietoa.

Opinnäytetyöraportissa on hyödynnetty laajasti erilaista kirja- ja tutkimusmateriaaleja, artikkeleita sekä asiantuntijahaastattelua. Suurin osa lähdemateriaaleista on 10 vuotta vanhoja tai sitä tuoreempia, mutta joukkoon mahtuu myös sitäkin vanhempaa lähdemateriaalia. Kyseistä materiaalia on halettu hyödyntää raportissamme, koska aiheeseen liittyvää tietoa ei olisi alle 10 vuoden kriteerillä löytynyt riittävästi. On mahdollista, että yli 10 vuotta vanha tieto on saattanut jo osittain vanhentua, mutta toisaalta teoriaosuuden sekä pohdinnan tiedoissa on käytetty limittäin tuoreempaa sekä vanhempaa tietoa, eli ne täydentävät toisiaan ja eri tietoa on vertailtu aineistoihin huolellisesti viitaten. On myös tietoa, joka ei vuosien saatossa vanhene, kuten kokemus, tai tilastotiedot, joita työssämme on hyödynnetty. Yhtä opinnäytetyötä on hyödynnetty teoriaosuuden käsittelyssä, sillä se vastaa tutkimusosioltaan toteuttamaamme tutkimusta, ja antaa näin ollen merkityksellistä tietoa isän merkityksestä osallistua synnytykseen ja hänen tuntemuksistaan vauvan ensihetkestä.

7.5 Hyödyllisyys ja kehitysehdotukset

Nykyaikana isien mukanaolo synnytyksessä on yleistä ja luonnollista, ja isät haluavat alusta asti olla mukana lastensa elämässä. Näiden seikkojen vuoksi heitä ja heidän tarpeitaan on opittava huomioimaan paremmin. Tutkimus antaa kokemusperäistä ja hyödyllistä tietoa synnytysyksiköissä työskenteleville, josta voi olla apua isien kohtaamiseen ja huomioimiseen synnytyksen aikana. Tutkimuksessa on noussut esille hyviä huomioita isien näkökulmasta, kuten se, että kättilön läsnäolo synnytyksessä koetaan turvallisena ja synnytysvalmennuksen puute heikentää synnytyskokemusta.

Kättilön riittävän läsnäolon turvaamiseksi olisi pidettävä huoli, että osastoilla on käytössä riittävät henkilöstoresurssit. Synnytyssaleissa voisi kiinnittää huomiota siihen, että kivunlievityksen apuvälineitä, joita isäkin voi hyödyntää, käytäisi vielä läpi synnytyssalissa, koska isät kokisivat tämän tutkimustulosten perusteella hyödylliseksi. Tieto ei-lääkkeellisten kivunlievitysmenetelmien käyttömahdollisuudesta lisää isän hallinnan tunnetta, joka voi auttaa pysymään rauhallisempana synnytyksessä. Kaikki isät eivät ole päässeet mukaan synnytysvalmennukseen eikä heillä välttämättä ole aikaisempaa synnytyskokemusta, jolloin heille ei tarjoudu konkreettista tilaisuutta tutustua apuvälineisiin ammattilaisen opastuksella etukäteen. Tulosten perusteella apuvälineiden esittely synnyttämään saapessa oli puutteellista, koska vain yhdelle vastanneista oli esitelty apuvälineitä. Riittävä henkilöstö synnytyssalissa saattaisi turvata synnyttävälle pariskunnalle kättilön riittävän läsnäolon, ja mahdollisuuden kivunlievityksen apuvälineiden esittelyyn.

Synnytystä käydään läpi synnytysvalmennuksessa silloin, kun synnytysvalmennusta on tarjolla. Isät kokevat synnytysvalmennuksen tärkeäksi ja heidän mielestään siitä ei missään nimessä pitäisi luopua. Synnytysvalmennus antaa hyvät valmiudet olla mukana synnytyksessä ja isien mielestä etukäteen saatu valmennus nostaa synnytyskokemuksen laatua.

Synnytyksen jälkeen käydään synnytyksen kulku läpi. Synnytystä käydään läpi jo ennen lapsivuodeosastolle siirtymistä, mutta tavoitteena olisi, että kätilö kävisi tapaamassa synnytyksen hoitanutta perhettä myös lapsivuodeosastolla. Synnytyksen jälkeinen keskustelu jää kuitenkin valitettavan usein käymättä lyhyiden sairaalajaksojen ja kiireen vuoksi. (Raussi-Lehto 2012a, 268.) Vastauksissa nousi esille, että isä ja äiti olivat puineet jälkikäteen synnytystä läpi yhdessä. Tulevaisuudessa kannattaisi panostaa siihen, että mahdollisuuksien salliessa synnytyksen jälkeinen keskustelu pidettäisiin niin, että myös synnytyksessä mukana olleella isällä olisi mahdollisuus olla mukana.

Kokemus synnytyksestä on niin äidille kuin isälle ainutlaatuinen ja se jättää mieleen paljon kysymyksiä, joita olisi hyvä käydä läpi yhdessä kätilön kanssa. Muutama päivä synnytyksestä suurin tunnekuohu on väistynyt ja asiat mielessä ovat jäsentyneet. Äidit kokevat syntymän jälkeisen keskustelun tarpeelliseksi ja hyödylliseksi, minkä aikana voi kysellä mieleen jääneitä askarruttavia asioita. Keskustelun merkitystä kätilön ammatillisen kasvun suhteenkaan ei voi vähätellä, sillä kätilö saa itselleen suoraa palautetta toiminnastaan ja kykenee sen avulla huomaamaan omia heikkouksia ja vahvuuksia. Pienillä muutoksilla työajan alkamisajakohdissa sekä raportoinnin ajankohdalla voitaisiin mahdollisesti vaikuttaa syntymän jälkeisen keskustelun mahdollistamiseen. (Raussi-Lehto 2012a, 268.)

Jatkossa voisi myös tutkia lisää isän ja lapsen välille syntyvää vuorovaikutusta silloin, kun isä on tai ei ole ollut mukana synnytyksessä. Myös isän synnytyksessä mukana olemisen vaikutus myöhemmän parisuhdetyytyväisyyteen ja parisuhteen erilaisiin osa-alueisiin olisi tärkeä aihe tutkia, sillä synnytyskokemukseen ei pysty täysin valmistautumaan, ja toisaalta isällä voi olla oletuksia siitä, millaiseksi esimerkiksi myöhempi seksi-elämä muuttuu vauvan synnyttyä perheeseen. Oikeita ongelmiakin voi esiintyä, jolloin keskusteltu ja asian jakaminen puolison kanssa puolittaa murheet ja puolison kanssa voi jakaa hyvältä ja huonolta tuntuvat asiat (Sandberg 2014). Mielenkiintoinen aihe tutkia olisi myös näkökulma siitä, poikkeako kätilön toiminta synnyttävää pariskuntaa kohtaan silloin, jos he edustavat seksuaalivähemmistöä heteropariskunnan sijaan.

7.6 Ammatillinen kasvu

Kätilön työ on kokonaisuudessaan koko perheen työtä. Kansainvälinen kätilöliitto (1990), kansainvälinen naistentautien- ja synnytyslääkäreiden liitto (1991) sekä WHO (1992) ovat määritelleet kätilön merkityksen. Kätilön tehtävänä on antaa ohjausta, neuvoa ja hoitoa raskauden, synnytyksen ja lapsivuoteen aikana naiselle. Kätilön on kyettävä hoitamaan synnytykset, sekä osattava hoitaa vastasyntynyttä ja pientä lasta. Kätilön on osattava toimia ennakoivasti ja tunnistaa hätätapaukset, sekä viestiä lääkärin kanssa. Kätilön tehtävänä ovat terveysneuvonta- ja kasvatusta naisen ja heidän perheensä sekä koko yhteiskunnan piirissä. Kätilön työ käsittää synnytystä edeltävää kasvatusta sekä vanhempainvalmennusta, huomioiden gynekologia, perhesuunnittelu sekä lastenhoidonalat. Kätilön työtä ohjaa EU:n kätilödirektiivi 80/155/EEC artikla 4, sekä kätilötyön eettiset ohjeet. (Suomen kätilöliitto.)

Kättilön määritelmä siis sanoo, että kättilön työ on koko perheen työtä ja vanhempainkasvatusta. Opinnäytetyössämme olemme käsitelleet äidin ja isän välistä perheen perustamista ja vanhemmuuteen kasvua. Kättilön on määritelmän perusteella osattava antaa vanhempainkasvatusta myös isille. Määritelmän kautta meille tuleville kättilöille aiheen perusteellinen tutkiminen on tuottanut tärkeää ja merkityksellistä tietoa, mikä tulevana ammattilaisina rikastuttaa ohjaustaitojamme. Tutkimustieto on tuotettu suorasti kohderyhmältä, isiltä, eli saatu tieto on täysin lähtöisin isien näkemyksistä. Kuten moni tutkimus on todennut, on isän läsnäololla synnytyksessä suuri merkitys. Esimerkiksi Vallimies-Patomäen (2012, 64.) mukaan naiset ovat kokeneet saaneensa eniten tukea synnytyksessä mieheltään. Positiivinen synnytyskokemus saattaa vaikuttaa myönteisesti vanhempien väliseen luottamukseen, ja kuten tutkimustuloksista käy ilmi, pariskunnan saamaan synnytyskokemukseen vaikuttaa merkittävästi kättilö. Tutkimusaineiston perusteella pystymme tulevaisuudessa puoltamaan synnytysvalmennuksen pitämistä osana raskaudenaikaista hoitoa ja seuranta, sekä panostamaan sen sisältöön. Työ on vahvistanut uskoa siitä, että kiireestä huolimatta kättilön pitäisi kyetä rauhoittamaan jokaisen pariskunnan tueksi heidän vaatimallaan aktiivisuudella. Tulokset ovat osoittaneet myös pariskuntien erilaisuuden, eli kättilön tulee omata herkkyyttä tunnistaa jokaisen pariskunnan yksilölliset tarpeet. Toiset pariskunnat haluavat olla keskenään mahdollisimman paljon, toiset kaipaavat kättilön jatkuvaa läsnäoloa.

Savonia on määritellyt koulutukselle oppimiskategoriat, joita ovat eettinen osaaminen, oppimisentaidot, innovaatio-osaaminen, työyhteisöosaaminen sekä kansainvälisyysosaaminen (Savonia 2015a). Eettisyys on läsnä jokapäiväisessä työssä. Koemme tämän työn vahvistaneen eettistä osaamistamme, koska tutkimuksen työstön aikana jouduimme miettimään eettisiä näkemyksiä. Raportin pohdinnassa huomasimme eettisiä epäkohtia kuten sen, että tutkimusjoukkomme henkilökohtaiset kokemukset olivat kaikkien nähtävillä ja sen, ettei henkilöiden taustoista ja näin ollen tutkimuskriteereiden täyttämistä voitu luotettavasti varmistua. Tämän kaltaisia asioita emme osanneet ajatella prosessin aloitusvaiheessa. Tulevaisuudessa meillä on paremmat valmiudet pohtia eettisiä asioita jo tutkimuksen alussa.

Opinnäytetyöprosessi on lujittanut oppimisen taitojamme. Lähteiden käyttömme on tullut monipuolisemmaksi, ja suhtautuminen eri lähteisiin on kriittisempää. Tutkimuksen teoriaosuuden lähteiden hakemiseen on käytetty Aapeli-tietokantaa, sekä kansainvälisestä Nelli-portaalista löytyviä suomalaisia ja kansainvälisiä hakukoneita. Kuluneen prosessin aikana olemme kehittyneet itsenäisinä ja ryhmätyöskentelijöinä. Yhteistyötä on tehty eri organisaatioiden, kuten koulun ja Kuopion yliopistollisen sairaalan edustajien kanssa, mikä on yhdistänyt meitä vahvemmin tulevaan työelämään. Opinnäytetyöprosessi on vaatinut luovuutta ja ongelmien ratkaisukykyä. Olemme oppineet toteuttamaan tutkimuksen ja hyödyntämään jo olemassa olevaa näyttöön perustuvaa tietoa. Tutkimustulostemme pohjalta olemme antaneet kehitysehdotuksia vanhempien roolin parantamiseksi.

Opinnäytetyön työstäminen on opettanut meille pitkäjänteisyyttä, aikataulun organisointitaitoa ja prosessityöskentelyä, jotka ovat tärkeitä työelämän perusasioita. Prosessin aikataulua on joutunut muuttamaan työn edetessä, sillä alkuperäisen suunnitelman mukaisesti emme saaneet tutkimusaineistoa riittävästi ajatellussa aikataulussa. Emme voineet vaikuttaa isien vastaamisen nopeuteen,

joten jatkoimme Facebook – ryhmässä tutkimusaikaa kaksi kertaa. Tutkimusprosessin aikana olemme tehneet yhteistyötä prosessissa mukana olevien henkilöiden kanssa, mutta yhteistyö olisi voinut olla aktiivisempaa. Prosessin aikana eteen on tullut ennakoimattomia tilanteita, jolloin tutkijoilta on täytynyt löytyä kykyä sopeutua uuteen tilanteeseen ja löytää siihen sopiva ratkaisu. Kaikenlainen prosessi- ja ryhmätyöskentely vahvistavat vuorovaikutus- ja yhteistyötaitoja, koska ryhmätyöskentelyssä jäsenten on kyettävä keskustelemaan erilaisista näkemyksistä. Ryhmässämme jäsenten välillä oli joustavuutta ja kykenimme kompromisseihin hyvien vuorovaikutustaitojemme ansiosta. Ohjaustapaamisia prosessin aikana oli useita, mutta yhteistyökumppanin aktiivisempi tapaaminen olisi saattanut nopeuttaa prosessin etenemistä.

Olemme perehtyneet kansainvälisiin tutkimuksiin, mikä on kehittänyt kielitaitoamme ja rikastuttanut näkemystämme eri kulttuurien synnytykseen liittyvistä tavoista. Kansainvälisten tutkimusten hyödyntäminen opinnäytetyön teoriaosuudessa on vaatinut paljon työtä, joka on kielitaidon vahvistumisen lisäksi kehittänyt pitkäjänteisyyttä.

Prosessi on tuottanut meille ennen kaikkea oivaltamisen iloa. Olemme käytännössä ymmärtäneet, että jotkin asiat vaativat paljon toistoja ja pitkäjänteistä ajatustyötä, ennen kuin ne täysin oivaltaa. Prosessi on opettanut liittämään teoriaa käytäntöön ja päinvastoin, eli olemme pyrkineet yhdistämään ne toisiinsa perustellen asioita kirjallisuuden ja tutkimustiedon kautta. Koemme, että ymmärsimme opinnäytetyön ”punaisen langan” vasta prosessin loppuvaiheessa, jonka vuoksi teoriamme ei täysin kohtaa muun tutkimusasettelumme kanssa. Tulevaisuudessa osaamme alusta asti rakentaa tutkimusta eri tavalla. Opinnäytetyöprosessin päätteeksi arvostus tutkimustyötä ja sen haasteita kohtaan on noussut, ja kunnioitus tutkimus- ja kehittämistyötä tekeviä ihmisiä kohtaan on lisääntynyt.

Koulutuksemme tarkoituksena on valmentaa tulevia kättilöitä vahvoiksi ammattilaisiksi sekä kättilötyön asiantutkijoiksi (Savonia 2015b). Kättilötyön eettisiä periaatteita, sekä hyvän kättilön ominaisuuksia ovat ihmisarvo, ihmiskäsitys, asiakkaan oikeuksien huomioonottaminen, persoonallisuus sekä ihmisoikeuksien kunnioittaminen (Pajukangas-Viitanen 2004, 6). Opinnäytetyöprosessi on valmentanut meitä kättilön hyviin ominaisuuksiin kasvattaen tietopohjaamme, lisäämällä kykyämme ymmärtää perhettä kokonaisvaltaisemmin huomioiden vanhempien yhteistyön myöhemmän merkityksen, sekä herkistäen meitä huomioimaan jokaisen synnytykseen osallistuvan yksilönä. Olemme oppineet käsittelemään asioita ihmisarvoa kunnioittaen käsitellessämme opinnäytetyössämme henkilökohtaisia kokemuksia. Tulevaisuutta ajatellen, opinnäytetyön ansiosta osaamme kohdata synnyttävän parin avoimin silmin kummankin tarpeita huomioon ottaen, jolloin meillä on paremmat valmiudet antaa heille muisto onnistuneesta ja tyytyväisyyttä tuottaneesta synnytyksestä.

LÄHTEET

- BROWN, Anna M. ja SHIBLI-KOMETIANI, Miriam 2012. Fathers' experiences accompanying labour and birth. Cinahl [digilehti]. [Viitattu 2014-04-13.] Saatavissa: <http://web.b.ebscohost.com.ezproxy.savonia-amk.fi>
- BÄCKSTRÖM, Caroline ja HERTFELT WAHN, Elisabeth 2011. Support during labour: first-time fathers' descriptions of requested and received support during the birth of their child. Cinahl [digilehti]. [Viitattu 2014-04-13.] Saatavissa: <http://web.b.ebscohost.com.ezproxy.savonia-amk.fi>
- BERG, Marie, HELLSTRÖM, Anna-Lena ja PREMBERG, Åsa 2008. Experiences of the first year as father. Cinahl [digilehti]. [Viitattu 2014-01-18.] Saatavissa: <http://web.a.ebscohost.com.ezproxy.savonia-amk.fi/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=3&sid=29c6090d-ca5f-4ce0-96a8-9085190b73ab%40sessionmgr4001&hid=4104>
- BONÉR, Ann-Kathrine, HILDINGSSON, Ingegerd ja THOMAS, Jan E. 2010. Fathering in the first few months. Cinahl [digilehti]. [Viitattu 2015-01-19.] Saatavissa: <http://web.b.ebscohost.com.ezproxy.savonia-amk.fi/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=4&sid=b9f51264-1fa8-4426-a89b-bb5a8170ae55%40sessionmgr198&hid=128>
- de BRITO, Rosineide Santana ja de MELO, Raimunda Maria 02-10-2013. The fathers' perception about their presence in the labor room during the birth of their child: a descriptive study. Online Brazilian Journal of Nursing [digilehti] 596 - 598. [Viitattu 2015-09-19.] Saatavissa: <http://web.b.ebscohost.com.ezproxy.savonia.fi/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=4&sid=6114d30a-c809-4185-95ba-0cf668b738fd%40sessionmgr111&hid=101>
- ESKOLA, Jari 2010. Laadullisen tutkimuksen juhannustaiat. Julkaisussa: Aaltola, Juhani ja Valli, Raine (toim.). Ikkunoita tutkimusmetodeihin. Juva: WS Bookwell Oy, 179 - 203.
- HAAPAKOSKI, Maija ja SILVÉN, Maarit 2010. Vauvan vuorovaikutus isän ja äidin kanssa. Julkaisussa: Silvé, Maarit (toim.). Varhaiset ihmissuhteet. Polku lapsen suotuisaan kehitykseen. Saarijärvi: Saarijärven Offset Oy, 91 - 110.
- HAAPIO, Sari ja PIETILÄINEN, Sirkka 2012. Perhe- ja synnytysvalmennus. Julkaisussa: PAANANEN, PIETILÄINEN, RAUSSI-LEHTO, VÄRYNEN ja ÄIMÄLÄ (toim.). Kätilötyö. Helsinki: Edita Prima, 201-205.
- HALME, Nina, HANNULA, Leena, KAUNONEN, Marja, TARKKA, Marja-Terttu ja TIILI, Niina 2011. Imetyksestä selviytyminen ja parisuhdetyytyväisyys lapsen syntymän jälkeen. Tutkiva Hoitotyö Vol. 9. No 2, 4 - 10.
- HALMESMÄKI, Erja ja SAISTO, Terhi 2003. Keisarileikkauksen riskit. Duodecim [digilehti] 119, 593 - 598. [Viitattu 2015-09-20.] Saatavissa: <http://www.terveysportti.fi/xmedia/duo/duo93493.pdf>
- HEIKKILÄ, Asta, JOKINEN, Pirkko ja NURMELA, Tiina 2008. Tutkiva kehittäminen. Avaimia tutkimus- ja kehittämishankkeisiin terveysalalla. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.
- HIRSJÄRVI, Sirkka ja HURME, Helena 2011. Tutkimushaastattelu -teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus.
- HUGILL, Kevin ja HARVEY, Merryl 2012. Fatherhood in midwifery and neonatal practice. Lontoo: Quay books.
- HYVÄRINEN, Matti, NIKANDER, Pirjo ja RUUSUVUORI, Johanna 2010. Haastattelun analyysi. Tampere: Osuuskunta Vastapaino.
- IIVANAINEN, Ansa ja SYVÄOJA, Pirjo 2008. Hoida ja kirjaa. Hämeenlinna: Tammi. Kariston kirjapaino.
- KOSKI, Pirjo ja LEPPÄÄHO, Tiina 2013. Jatkuva tuki synnytyksen aikana-päämääränä hyvä syntymä. Kätilölehti 1/2013. Forssa: Forssa Print, 6 - 7.

- KUJALA, Miina, PUHAKKA, Maija ja PESONEN, Kati 2005. "Yksi elämän kohokohdista" –isän synnytyskokemus. Kättilölehti 5/2005. Forssa: Painotalo Auranen Oy, 190 - 192.
- LAINNE, Timo 2010. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Julkaisussa: Aaltola, Juhani ja Valli, Raine (toim.). Ikkunoita tutkimusmetodeihin. Juva: WS Bookwell Oy, 28 - 45.
- LEPISTÖ Lilja ja TIIRIKAINEN Pirjo 2002. Synnyttäjien hoidon kehittämiskohteet sairaalassa. Sairaanhoidtaja 10/2002. Uusi Kivipaino Oy, 8 - 11.
- LIUKKONEN Anja 2001. Isän kokemuksia synnytyksestä. Kättilölehti 1/2001. Forssa: Painotalo Auranen Oy, 9 - 13.
- LIUKKONEN, Anja ja VEHVILÄINEN-JULKUNEN, Katri 1996. Isien kokemuksia synnytyksestä ja hoitotyön menetelmistä. Hoitotiede 3/1997. Vammala: Vammalan kirjapaino Oy, 118 - 126.
- MESIÄISLEHTO-SOUKKA, Helinä 2005. Perheenlisäys isien kokemana – fenomenologinen tutkimus. Oulun yliopisto [verkkajulkaisu]. [Viitattu 2014-05-01.] Saatavissa: <http://herkules oulu.fi/isbn9514277260/isbn9514277260.pdf>
- PAAJANEN, Pirjo 2006. Perhebarometri 2006. Päivisin leiväntuoja, iltaisin hoiva-isä. Alle 3-vuotiaiden esikoislasten isien näkemyksiä ja kokemuksia isyydestä. Väestöliitto [verkkajulkaisu]. [Viitattu 2014-05-06.] Saatavissa: <http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/f9675fe77562330772b8426db00c4472/1428491458/application/pdf/237276/Perhebarometri%202006.pdf>
- PAJUKANGAS-VIITANEN, Maija 2004. Lukijalle. Suomen kättilöliitto [verkkajulkaisu]. [Viitattu 2015-09-19.] Saatavissa: https://asiakas.kotisivukone.com/files/suomenkattiloliitto.kotisivukone.com/tiedot/tiedolla_taidolla_tunteella.pdf
- RAUSSI-LEHTO, Eija 2012a. Syntymän hoidon arviointi. Julkaisussa: PAANANEN, PIETILÄINEN, RAUSSI-LEHTO, VÄYRYNEN ja ÄIMÄLÄ (toim.). Kättilötyö. Helsinki: Edita Prima, 268.
- RAUSSI-LEHTO, Eija 2012b. Syntymän hoidon tarve. Julkaisussa: PAANANEN, PIETILÄINEN, RAUSSI-LEHTO, VÄYRYNEN ja ÄIMÄLÄ (toim.). Kättilötyö. Helsinki: Edita Prima, 209 - 232.
- RAUSSI-LEHTO, Eija 2012c. Syntymän hoidon toteutus. Julkaisussa: PAANANEN, PIETILÄINEN, RAUSSI-LEHTO, VÄYRYNEN ja ÄIMÄLÄ (toim.). Kättilötyö. Helsinki: Edita Prima, 236 - 267.
- ROUHE, Hanna, SAISTO, Terhi, TOIVANEN, Riikka ja TOKOLA, Maiju 2013. Kun synnytys pelottaa. Juva: Bookwell Oy.
- SANDBERG, Tarja 2014. Seksuaalisuus raskauden aikana ja synnytyksen jälkeen. Väestöliitto [verkkajulkaisu]. [Viitattu 2014-09-05.] Saatavissa: http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa_parisuhdeesta/toimivasta_seksuaalisuudesta2/raskauden_aikana_ja_synnytyksen/
- SARAJÄRVI, Anneli ja TUOMI, Jouni 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- SARAJÄRVI, Anneli ja Tuomi, Jouni 2013. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- SAVONIA 2015b. TK12S Hoitotyön koulutusohjelma. Asiantuntijuuden kehittyminen [verkkajulkaisu]. [Viitattu 2015-09-18.] Saatavissa: <http://portal.savonia.fi/amk/fi/opiskelijalle/opetussuunnitelmat?yks=KS&krtid=379&tab=4>
- SAVONIA 2015a. TK12S Hoitotyön koulutusohjelma. Osaamistavoitteet [verkkajulkaisu]. [Viitattu 2015-07-10.] Saatavissa: <http://portal.savonia.fi/amk/fi/opiskelijalle/opetussuunnitelmat?yks=KS&krtid=379&tab=2>
- SILTALA, Pirkko 2003. Varhainen vuorovaikutus kokemuksen ja tutkimuksen valossa. Julkaisussa: Niemelä, Pirkko, Siltala, Pirkko ja Tamminen, Tuula (toim.). Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Juva: WS Bookwell Oy, 16 - 43.

SILVÉN, Maarit 2010. Perhesuhteet muuttuvat – vanhemmuus pysyy. Julkaisussa: Silvén, Maarit (toim.). Varhaiset ihmissuhteet. Polku lapsen suotuisaan kehitykseen. Saarijärvi: Saarijärven Offset Oy, 11 - 18.

SILVÉN, Maarit 2010. Varhainen vuorovaikutus, kognitio ja kielen kehitys: hermostoa kaikki tyynni. Julkaisussa: Silvén, Maarit (toim.). Varhaiset ihmissuhteet. Polku lapsen suotuisaan kehitykseen. Saarijärvi: Saarijärven Offset Oy, 45 - 63.

SINKKONEN, Jari 2012. Isäksi ensi kertaa. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.

SINKKONEN, Jari 2003. Lapsen varhainen isäsuhde. Julkaisussa: Niemelä, Pirkko, Siltala, Pirkko ja Tamminen, Tuula (toim.). Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Juva: WS Bookwell Oy, 261 - 267.

SOSIAALI- JA TERVEYSMINISTERIÖ 2004. Lastenneuvola lapsiperheiden tukena. Opas työntekijöille [verkkojulkaisu]. Helsinki: Edita Prima Oy. [Viitattu 2015-04-06.] Saatavissa: http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE-3578.pdf&title=Lastenneuvola_lapsiperheiden_tukena_fi.pdf

SUNDGREN, Jussi 2015-01-14. Kätilö. [Puhelinhaastattelu.]

SUOMEN KÄTILÖLIITTO. Kätilön työ [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2015-07-10.] Saatavissa: <http://www.suomenkatiloliitto.fi/katilon-tyo>

TERVEYDEN JA HYVINVOINNIN LAITOS 2014. Äitiys- ja lastenneuvolaa koskeva lainsäädäntö [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2015-04-04.] Saatavissa: https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/lait_oppaat/neuvola/neurolatyon_lainsaadanto

TERVEYDEN JA HYVINVOINNIN LAITOS 2015. Tilastotietoa perhevapaiden käytöstä [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2015-05-23.] Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/hankkeet-ja-ohjelmat/perhevapaatutkimus/tilastotietoa-perhevapaiden-kaytosta>

TILASTOKESKUS 2013. Sateenkaariperheet tuovat väriä tilastoihin [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2015-07-10.] Saatavissa: http://www.stat.fi/artikkelit/2013/art_2013-09-23_001.html?s=0

VALLIMIES-PATOMÄKI, Marjukka 2012. Raskaus ja synnytys tutkimuksen valossa. Julkaisussa: PAANANEN, PIETILÄINEN, RAUSSI-LEHTO, VÄYRYNEN ja ÄIMÄLÄ (toim.). Kätilötyö. Helsinki: Edita Prima, 59 - 77.

VALTIONEUVOSTON ASETUS NEUVOLATOIMINNASTA, KOULU- JA OPISKELIJATERVEYDENHUOLLOSTA SEKÄ LASTEN JA NUORTEN EHKÄISEVÄSTÄ SUUN TERVEYDENHUOLLOSTA. L 6.4.2011/338. Finlex. Lainsäädäntö. [Viitattu 2015-04-06.] Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajan-tasa/2011/20110338>

VILKKA, Hanna 2005. Tutki ja kehitä. Kustannusosakeyhtiö tammi: Helsinki.
SOSIAALI- JA TERVEYSMINISTERIÖ 2004. Lastenneuvola lapsiperheiden tukena -opas työntekijöille [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2014-05-04.] Saatavissa: http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE-3587.pdf&title=Suuntaviivat_lastenneuvalatoiminnan_jarjestamisesta_kunnissa_fi.pdf

VÄYRYNEN, Pirjo 2012. Raskauden ajan seuranta. Julkaisussa: PAANANEN, PIETILÄINEN, RAUSSI-LEHTO, VÄYRYNEN ja ÄIMÄLÄ (toim.). Kätilötyö. Helsinki: Edita Prima, 182 - 201.

ÄIMÄLÄ, Anna-Mari 2012. Kätilö naisen tukijana. Julkaisussa: PAANANEN, PIETILÄINEN, RAUSSI-LEHTO, VÄYRYNEN ja ÄIMÄLÄ (toim.). Kätilötyö. Helsinki: Edita Prima, 39 - 44.

LIITE 1. ISÄ SYNNYTYKSESSÄ -RYHMÄN APUUSYMYSPATTERISTO

Fyysinen tukeminen

Fyysiset keinot: Hierominen, liikkumisessa avustaminen, perustarpeista huolehtiminen, hengitystekniikassa avustaminen, kipuja helpottavien elementtien käyttäminen (tyyny, jumppapallo, keinutuoli) sekä miellyttävän ympäristön järjestäminen.

- Motivoitko äitiä liikkumaan vapaasti synnytyksen aikana? Miten?
- Autoitko äitiä käyttämään osastolta löytyviä kipuja helpottavia apuvälineitä?
- Hieroitko äitiä? Mistä? Miten? Helpotitko hieromalla äidin supistuskipujen sietämistä?
- Avustitko äitiä suihkussa/kylvyssä?
- Ohjeistitko äitiä hengitystekniikassa?
- Kertoiko kättilö sinulle tällaisten keinojen toteuttamisesta?
- Toivoitko kättilön ohjeistavan sinua enemmän tämän kategorian kaltaisissa menetelmissä jollakin tavalla?

Psyykinen tukeminen

Psyykkiset keinot: Kannustaminen, itsensä ilmaisun mahdollistaminen, läsnäolo ja saatavuus, miellyttävän synnytysympäristön luominen.

- Kannustitko äitiä läpi synnytyksen? Miten?
- Annoitko äidille mahdollisuuden ilmaista itseään erilaisin keinoin? Tuitko sanallista ilmaisua?
- Olitko koko ajan läsnä ja äidin saatavilla?
- Muokkasitko synnytysympäristöä äidin toiveiden mukaiseksi sairaalan sallimissa rajoissa?
- Ohjasiko kättilö sinua tällaisten keinojen toteuttamisessa?
- Toivoitko kättilön ohjeistavan sinua enemmän tämän kategorian kaltaisissa menetelmissä jollakin tavalla?

Sosiaalinen/kognitiivnen tukeminen

Sosiaaliset/kognitiiviset keinot: Mielikuvien luominen, ärsykkeiden luominen (musiikin kuuntelu ja television katselu), ja perustarpeista huolehtiminen.

- Muodostitteko yhteisiä mielikuvia tulevasta lapsesta? Millaisia?
- Mahdollistitko mieluisan musiikin kuuntelun?
- Huolehditko äidin perustarpeista?

- Ohjasiko kätilö sinua tällaisten keinojen toteuttamisessa?
- Toivoitko kätilön ohjeistavan sinua enemmän tämän kategorian kaltaisissa menetelmissä jollakin tavalla?

Muut keinot

Muut keinot: Kaikki muut mahdolliset keinot joita käytitte synnytyksen aikana.

- Minkälaisia muita keinoja käytit kivun helpottamiseksi?
- Ohjasiko kätilö sinua tällaisten keinojen toteuttamisessa?
- Toivoitko kätilön ohjeistavan sinua enemmän tämän kategorian kaltaisissa menetelmissä jollakin tavalla?

LIITE 2. ESIMERKKI SISÄLLÖN ANALYYSISTÄ KATEGORIASTA ISÄ MENTAALISENA TUKIJANA

ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTYS	ALAKATEGORIA	YLÄKATEGORIA	PÄÄKATEGORIA
Tilanteessa lähinnä-- tsemppaus-- olivat niitä elementtejä, joita pystyi ja ehti tekemään.	Kannustaminen on isän tehtävä	Isä kannustaa äitiä	Isä mentaalisenä tukijana	Isän synnytyskokemus
--oma rooli oli lähinnä kannustaa--.	Isän tehtävä on kannustaa			
Kannustin toki-- muisuttamalla siitä, että kivut ovat kohta ohitse.	Jaksamaan kannustaminen			
Ponnistusvaiheessa kannustin äitiä jaksamaan ja ponnistamaan.	Ponnistusvaiheessa isä kannustaa			
Eipä siinä tilanteessa kun ponnistukset ovat suurimmillaan voinut-- muuten kuin innostaan et vielä kerran ponnistaa--.	Ponnistusvaiheessa äitiä voi kannustaa			
--synnytyksessä ollessa olin tsemppaamassa-- ponnistusten kera.	Isä tsemppasi			
--hengittelin samaan tahtiin --ja tästä oli kuulemma suuri apu , jotta hän pystyi rauhallisena.	Isän tehtävä on rauhoittaa	Isän rauhoittelee äitiä		
Kannustin toki, rauhallisella puheella--.	Rauhallinen puhe			
Omalta osaltani toki rauhoittelin--.	Isä rauhoitteli äitiä			
--oma rooli oli lähinnä-- rauhoitella	Isä rauhoitteli äitiä			

Kyllähän sitä arvailua käytiin onko poika tulossa, vaikka vankka uskomsiuhen jo oli.	Tulevaa arvailtiin	Mielikuvien luominen	
--arvailua käytiin-- vaikka vankka usko siihen jo oli.	Uskottiin tulevaan		
Kaikkea mietittiin tulevasta lapsosesta laidasta laitaan--.	Mietittiin tulevaa		
Huumoria oli mukana koko ajan.	Tilanteessa oli huumoria	Huumori osana synnytystä	
Kerrottiin äidin kanssa vitsejä--.	Vitsailtiin		
Ponnistuksen aikana pidin kädestä--.	Kädestä kiinni pitäminen	Isä tukee pitäen äitiä kädestä	
--pidin kädestä kiinni koko toimituksen ajan.	Pidin äitiä kädestä		
--tein mitä maalasjärki tehtäväksi antoi (--kädestä kiinni pitäminen jne.)	Kädestä kiinni pitäminen		
Lähinnä oma rooli tässä oli olla läsnä--.	Isän rooli on olla läsnä	Isä on synnytyksessä läsnä ja käytettävissä	
Koko ajan olin äidin käytettävissä--.	Isä on äidin käytettävissä		
Tilanteessa lähinnä läsnäolo-- olivat niitä elementtejä joita pystyi ja ehti tekemään.	Isä oli läsnä		

Muuten aika kului lähinnä äidin toiveiden täyttämässä.	Isä toiveiden täyttäjänä			
Jututin äitiä päättämään epiduraalista ajoissa--.	Autoin äitiä päätöksenteossa	Isä äidin päätösten ja oikeuksien tukijana		
Luonnollisia tehtäviä on-- pitää huolta, että asiat etenee suunnitellusti.	Isä huolehti, että asiat tapahtui suunnitellusti			
Äiti tottakai ilmaisi tuntojaan sanallisesti, johon annoin täysin mahdollisuuden.	Isä mahdollisti äidin tunteiden ilmaisun	Synnyttäjän tunteiden ilmaisun mahdollistaminen		
Muutoin olin äidin juttu-- seurana.	Isä oli äidin juttuseurana	Isä juttelee äidille		
--ja jutella niitä näitä.	Isän rooli on jutella			

LIITE 3. FACEBOOK – RYHMÄN ISÄ SYNNYTYKSESSÄ -ESITTELYTEKSTI

Hei Isät!

Tämä ryhmä on perustettu opinnäytetyön "Isä synnytyksessä - isien kokemuksia synnytyksessä mukana olemisesta." tutkimuksen tiedonkeruun pohjaksi. Ryhmä on avoinna toistaiseksi. Opinnäytetyö toteutetaan Savonia ammattikorkeakoulussa yhteistyössä Kuopion yliopistollisen sairaalan kanssa.

Opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata isien kokemuksia synnytyksestä. Haemme vastauksia kysymyksiin minkälaisia neuvoja isät ovat saaneet kättilöiltä äidin tukemiseksi, ja minkälaista neuvoa tai tukea he olisivat saamiensa neuvojen lisäksi halunneet. Tavoitteena on saattaa ammattihenkilöiden tietoon isien toivomuksia siitä, millaista tukea he kokevat tarvitsevansa tukeakseen synnyttävää äitiä.

Tutkimus toteutetaan kvalitatiivisena (laadullisena), koska isiltä halutaan kokemukseräistä ja ajankohtaista tietoa synnytyskokemuksesta. Tarkoituksena on saada mahdollisimman kattavasti tietoa kättilöiden ja isien välisestä yhteistyöstä.

Tutkimukseen osallistumisen kriteerinä on normaali alatiesynnytys ja isän synnytyskokemus Suomessa kolmen vuoden sisällä. Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista, joten ryhmästä voi poistua milloin vain. Tutkimuksen luotettavuuden kannalta toivomme tietysti, että vastaatte kaikkiin aihealueisiin liittyviin kysymyksiin mahdollisimman laajan vastausaineiston saamiseksi. Tutkimustulokset julkaistaan anonymyminä ja niin, ettei tutkimukseen osallistujille aiheudu minkäänlaista haittaa.

Opinnäytetyön on tarkoitus valmistua keväällä 2015, jolloin opinnäytetyö julkaistaan ja tallennetaan opinnäytetöiden tietokantaan Theseukseen.

Terveisin: Savonia-AMK:n sairaanhoitaja-kättilöopiskelijat Reetta ja Saana

OHJEITA OSALLISTUMISEEN:

Ryhmän sisälle on rakennettu keskustelualueet teemoittain käsittäen fyysisen, psyykkisen, kognitiivisen/sosiaalisen sekä muut tukemisen keinot. Kunkin teeman alle on avattu teemaan kuuluvia tukemisen keinoja. Jos koet, ettet osaa jäsenellä vastauksiasi teemojen alle, voit kirjoittaa ne "Muut" -osion alle, josta jäsen telemme ne tutkimustulosten analysointi vaiheessa.

Miettiessäsi vastauksia, pyri jäsentelemään ajatuksiasi niin, että tuot esiin niitä asioita, joihin kättilö on antanut tukea ja ohjeistusta. Ilmaise selvästi, mikäli auttamisenkeinosi on lähtöisin persoonastasi/äidin toiveista, eikä varsinaisesti kättilön kannustuksesta ja ohjeistuksesta. Ilmaise myös, onko kättilö kertonut kyseisistä asioista sinun aloitteestasi ja kysyessäsi asiaa, vai onko kättilö ilmaissut kyseisiä asioita oma-aloitteisesti ja pyytämättä? Huomioi vastauksissasi missä synnytyksen vaiheessa olit äidin tukena. Synnytyksen vaiheita ovat avautumisvaihe, ponnistusvaihe sekä jälkeisvaihe. Voit liittää vastauksesi keskustelukenttään kommentti -kohtaan, tai vastata word-pohjalle ja liittää sen ryhmän seinälle.

Terveisin Savonia-AMK:n sairaanhoitaja-kättilöopiskelijat Reetta ja Saana