

Riikka Harju & Elina Lento

**VANHEMPIEN KOKEMUKSIA KIMPPA-RYHMÄN TOIMINNASTA OULUSSA**

# **VANHEMPIEN KOKEMUKSIA KIMPPA-RYHMÄN TOIMINNASTA OULUSSA**

Riikka Harju & Elina Lento  
Opinnäytetyö  
Kevät 2016  
Hoitotyön tutkinto-ohjelma  
Terveystieteiden  
Oulun ammattikorkeakoulu

## TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu  
Hoitotyön tutkinto-ohjelma, Terveystyöntekijä

---

Tekijät: Riikka Harju & Elina Lento

Opinnäytetyön nimi: Vanhempien kokemuksia Kimppa-ryhmän toiminnasta Oulussa

Työn ohjaajat: Yliopettaja, TtT Hilkka Honkanen & lehtori KM, Pirjo Juujärvi

Työn valmistusluku- ja vuosi: Kevät 2016

Sivumäärä: 56 + 6

---

Yhä useampi lapsiperhe tarvitsee kodin ulkopuolista tukea arjen haasteiden selvittämiseen. Vertaistuki on keskeinen menetelmä samassa elämäntilanteessa olevien perheiden tukemisessa. Vertaisryhmissä lapsiperheiden vanhemmat hyötyvät toisiltaan saamastaan tuesta. Vertaistuen avulla perheet saavat muun muassa kontaktia muihin vanhempiin, vaihtelua arkeen ja ikätovereita lapsilleen. Neuvolat ovat erityisen tärkeässä roolissa vertaistuen järjestämisessä.

Opinnäytetyömme on tehty yhteistyössä Oulun kaupungin perhepalveluiden kanssa. Opinnäytetyö oli laadullinen tutkimus, johon osallistui kolme Kimppa-ryhmään osallistunutta äitiä. Kimppa-ryhmä on tarkoitettu pienten lasten perheille, joilla on erilaisia tuen tarpeita. Tutkimuksen tarkoituksena oli kuvata vanhempien kokemuksia saamastaan tuesta Kimppa-ryhmässä.

Tutkimuksen tietoperustassa käsiteltiin laajasti lapsiperheiden hyvinvoinnin tukemista. Vanhempien jaksaminen, arjen rytmittyminen ja toimiva varhainen vuorovaikutus ovat keskeisiä perheiden hyvinvointia ylläpitäviä asioita. Tutkimuksessa kuvattiin Kimppa-ryhmässä käyvien äitien kokemuksia vertaisryhmätoiminnasta Kimppa-ryhmässä sekä ryhmän merkitystä perheiden hyvinvoinnin tukemisessa. Tutkimusaineisto kerättiin teemahaastattelujen avulla, joiden runko laadittiin tietoperustan pohjalta.

Ryhmään osallistuneet äidit kokivat saaneensa Kimppa-ryhmästä tukea vanhemmuuteen monella eri osa-alueella. Vanhemmuutta tukevia tekijöitä olivat vertaistuki sekä ohjaajilta saatu tuki. Lisäksi vanhemmat kokivat ryhmän tukevan itsetuntemuksen parantumista, lapsen vuorovaikutustaitojen kehittymistä sekä äidin ja lapsen välistä varhaista vuorovaikutusta. Ryhmään toivottiin lisää yhdessä tekemistä ja muutoksia ryhmän järjestelyihin liittyen. Tulosten mukaan vanhempien kokemus oli, että Kimppa-ryhmästä tiedottamista tulisi kehittää.

Opinnäytetyöstämme on hyötyä Kimppa-ryhmän ohjaajille ja sen suunnittelijoille, sillä se tarjoaa tietoa, jonka avulla he kykenevät kehittämään ryhmän toimintaa ryhmäläisten tarpeita ja toiveita vastaaviksi. Jatkotutkimuksena voitaisiin tutkia Kimppa-ryhmän toimintaa ohjaajien näkökulmasta.

---

Asiasanat: lapsiperheet, vanhemmuus, varhainen vuorovaikutus, ryhmätoiminta, vertaistuki

## ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences  
Degree Programme in Nursing and Health Care, Option of Preventive Health Care

---

Authors: Riikka Harju & Elina Lento

Title of thesis: Parents experiences of the Kimppa group in the City of Oulu

Supervisors: Principal Lecturer, PhD. Hilka Honkanen & Lecturer, MA. Pirjo Juujärvi

Term and year when the thesis was submitted: Spring 2016      Number of pages: 56 + 6

---

More and more families with children need external support in dealing with everyday challenges. Peer support is a key method in supporting families in similar stages of life. In peer support groups parents benefit from the support they get from each other. Through peer support groups parents can, for example, get contact with other parents, get some variety to their day-to-day live, or find playmates of the same age for their children. Child health clinics play an especially significant role in organizing peer support for families.

Our thesis was executed in co-operation with family services of the City of Oulu. The research for the thesis was conducted through qualitative research. Three mothers who took part in the Kimppa group participated in the research. The Kimppa group is directed to families with small children that need various types of support. The purpose of this research was to depict how parents experiences the support they received from the Kimppa group.

The frame of reference of this thesis discusses supporting the well-being of families with children. Key factors maintaining families' well-being are the well-being of the parents, pacing of everyday life, and functional early interaction. The study depicts the experiences in peer support of the mothers who attended the Kimppa group as well as the group's significance in the support of well-being. The material for the research was collected through theme based interviews. The frame of the interview was based on the relevant frame of reference.

According to the research, the mothers felt they had received support on several aspects of parenthood from the Kimppa group. Both peer support and support from group supervisor were seen as factors supporting parenthood. In addition, the parents felt that the group helped them to build their confidence as a parent, helped develop their child's interaction skills, and supported early interaction between the mother and the child. They wished for more group activities and some changes regarding the organisation of the Kimppa group. According to the research results, the parents felt that people must be better informed about the Kimppa group.

Our thesis will benefit the Kimppa group's staff and the people in charge of planning the group as it provides information that will help them further develop the activities of the group to better respond to the needs and requests of the group attendees. Further studies can be done researching the Kimppa group through the perspective of the group supervisor.

---

Keywords: family, parenthood, early interaction, support group, peer support

# SISÄLLYS

1	JOHDANTO .....	6
2	RYHMÄTOIMINTA LAPSIPERHEIDEN TUKENA .....	7
2.1	Lapsiperheiden hyvinvoinnin tukeminen .....	7
2.2	Vanhemmuuden tukeminen.....	10
2.2.1	Arjessa jaksaminen .....	13
2.2.2	Parisuhteen tukeminen .....	14
2.3	Lapsen kehityksen tukeminen .....	15
2.4	Varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen .....	16
2.5	Ryhmätoiminta .....	17
2.6	Vertaistuki.....	19
3	TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT.....	21
4	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN.....	22
4.1	Kimppa-ryhmän toiminnan kuvaus .....	22
4.2	Tutkimusmenetelmä .....	22
4.3	Aineiston keruu.....	23
4.4	Aineiston analyysi.....	25
5	TUTKIMUKSEN TULOKSET .....	27
5.1	Vertaistuki.....	27
5.2	Vanhemmuuden tukeminen.....	29
5.3	Toiminnallinen ryhmä .....	31
5.4	Kehittämissuhteita ryhmän toiminnalle .....	34
5.5	Tulosten yhteenveto .....	37
6	POHDINTA.....	38
6.1	Tutkimustulosten tarkastelu.....	38
6.2	Tulosten hyödynnettävyys ja kehittämissuhteet.....	45
6.3	Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys .....	46
6.4	Omat oppimiskokemukset ja jatkotutkimusehdotukset .....	48
	LÄHTEET.....	51
	LIITTEET .....	57

# 1 JOHDANTO

Sekä kotimaiset että ulkomaiset tutkimukset osoittavat, että vertaistuella on kiistatonta hyötyä perheille kriittisinä siirtymäkausina, kuten ennen ja jälkeen lapsen syntymän sekä taaperoiässä. Näinä aikoina ryhmämenetelmät voivat olla yksilömenetelmiä tuloksellisempia. Vertaistuki eli toisen samassa elämäntilanteessa elävän vanhemman antama sosiaalinen tuki sisältää yksilön tietoisuuden siitä, että on olemassa ihmisiä, joilta hän voi saada emotionaalista, tiedollista ja arviointia sisältävää tukea sekä käytännöllistä apua. Tämän kaltaista tietoa ja apua tarvitaan asiantuntijoilta saadun tiedon lisäksi. Ryhmien on todettu lisävään vanhempien voimavaroja selvittää arkisista tilanteista sekä lisäävän arjenhallintaa ja mielihyvän kokemista arjessa. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 113.)

Vanhemmuuteen liittyvät haasteet lisääntyvät monimutkaisessa ja nopeasti kehittyvässä yhteiskunnassa. Onnistunut vanhemmuus on kehittymistä ja kasvamista yhdessä lapsen kanssa. Siksi vanhemmuuden ja vanhempien tukemiseen ja arjesta selviytymiseen tulisi käyttää aikaa ja voimavaroja. (Hämäläinen 2001, 82.) Neuvolat ovat erityisen tärkeitä vanhemmuuden tukijoita, sillä ne tavoittavat käytännössä kaikki vanhemmat lapsen odotuksen aikana sekä lapset eri ikäkausittain (Viljamaa 2003, 9).

Opinnäytetyön tutkimusryhmäksi valikoitui yksi Oulun kaupungin lastenneuvolan alaisista vanhempainryhmistä. Kyseinen Kimppa-ryhmä on tarkoitettu perheille, joilla on erilaisia tuen tarpeita ja ainakin yksi lapsista on alle 2-vuotias. Ryhmän tarkoituksena on varhaisen vuorovaikutuksen, vanhemmuuden ja lapsiperheen hyvinvoinnin tukeminen. Ryhmätapaamisiin osallistuu kuusi perhettä ryhmää kohti ja Kimppa-ryhmiä on menossa aina kaksi samanaikaisesti lukuvuosittain. (Oulun kaupunki 2014.)

Tutkimuksen tarkoituksena on kuvailla Kimppa-ryhmään osallistuvien perheiden kokemuksia siitä, miten Kimppa-ryhmä on tukenut perheen hyvinvointia ja miten tuki näkyy perheen arjessa. Lisäksi tarkoituksenamme on selvittää, minkälaisia kehittämisehdotuksia vanhemmilla on ryhmätoimintaan liittyen. Tutkimuksen tavoitteena on tuottaa tietoa, jonka avulla voidaan arvioida ja kehittää Kimppa-ryhmän toimintaa. Tutkimustuloksia voidaan hyödyntää Kimppa-ryhmän toiminnan kehittämisessä jatkossa.

## 2 RYHMÄTOIMINTA LAPSIPERHEIDEN TUKENA

Tutkimuksen kannalta keskeinen viitekehys rakentuu lapsiperheiden tukemisen ympärille. Tarkastelemme lapsiperheiden hyvinvoinnin nykytilaa ja lähihistoriaa sosioekonomisen aseman ja tuen tarpeiden näkökulmasta. Lapsiperheiden tuen tarpeet ovat nykypäivänä hyvin moninaisia, mutta kuitenkin melko yhdensuuntaisia. Keskeisiä haasteita ovat vanhempien väsyminen ja epävarmuus sekä arjenhallinnan ja kiintymyssuhteen ongelmat.

Lapsiperheiden hyvinvoinnin tukemisessa on keskeistä vanhempien hyvinvoinnin tukeminen, jossa korostuu vanhemmuuden tukeminen, parisuhteen tukeminen ja arjessa jaksaminen erilaisissa elämäntilanteissa. Vanhempien jaksamisen ja arjen hallinnan säilymisen lisäksi on huomioitava vanhempien valmiudet lapsen kasvun ja kehityksen tukemiseen. Hyvä vuorovaikutussuhde lapsen ja vanhemman välillä edistää lapsen tasapainoista kehitystä.

Ryhmätoiminnan ja vertaistuen avulla lapsiperheiden vanhemmat saavat laajempaa näkemystä omasta vanhemmuudestaan ja elämäntilanteestaan. Vanhemmat kaipaavat usein kokemusten jakamista vertaisten kanssa perhearjen haasteiden läpikäymisessä. Neuvoloiden järjestämät vertaisryhmät ovat merkittävässä asemassa perheiden hyvinvoinnin tukemisessa.

### 2.1 Lapsiperheiden hyvinvoinnin tukeminen

Suomen väestöstä noin 40 prosenttia kuuluu lapsiperheisiin. Lapsiperheiden määrä on vähentynyt tasaisesti viimeisen vuosikymmenen aikana, mutta Tilastokeskuksen mukaan vuoden 2013 lopussa lapsiperheitä oli yhteensä 576 000, ja niissä oli kaikkiaan 1 057 000 alaikäistä lasta. Lapsiperheeksi katsotaan kotitalous, johon kuuluu vanhempien tai vanhemman lisäksi ainakin yksi alle 18-vuotias jäsen. Yleisin perhemuoto on tilastojenkin mukaan avioparin perhe, joiden osuus lapsiperheistä on 60 prosenttia. Avoparien perheitä sekä äidin ja lapsien muodostamia perheitä on molempia vajaa 20 prosenttia. Perheitä, joissa isä on yksinhuoltajana, on edelleen hyvin vähän, vain alle kolme prosenttia. Saman sukupuolen rekisteröity pari on vanhempina hieman yli 400 lapsiperheessä. Uusperheitä oli vuoden 2013 lopussa 53 000, joiden vanhemmista noin puolet oli avoliitossa ja puolet avioliitossa. (Tilastokeskus 2014, viitattu 21.10.2014.) Tarkastelemme tässä tutkimuksessa lapsiperheitä, joiden lapset ovat alle kouluikäisiä eli 0-6 vuotiaita. Näiden lapsiperheiden

määrä oli 290 000 vuonna 2012. (Tilastokeskus 2014, viitattu 22.10.2014.) Näin ollen noin puolet lapsiperheiden kokonaismäärästä on kyseisiä pikkulapsiperheitä.

Suomessa suurin osa alle kouluikäisistä lapsista on terveempiä ja voivat paremmin, kuin mikään aiempi sukupolvi. Tasa-arvoisuus lapsiperheiden hyvinvoinnin ja terveyden välillä on kuitenkin kasvanut myönteisestä kehityksestä huolimatta ja useat tekijät ovat lisänneet arjen haasteellisuutta. (Halme, Vuorisalmi & Perälä 2014, 15, 21.) Perheiden eriarvoistuminen juontaa juurensa 1990-luvun taloudellisesta lamasta. Tuloerot ja suhteellinen köyhyys kasvoivat, ja erityisesti monen lapsiperheen tulotaso laski. Lisäksi 1990-luvulla perhepoliittisia tulonsiirtoja ja lapsiperheiden palveluita heikennettiin samaan aikaan, kun lapsiperheiden toimeentulovaikkeudet ja avuntarve muutenkin kasvoivat. Yhteiskunnan jatkuva muutostila, epävarmuus toimeentulosta sekä työelämän lisääntyneet vaatimukset syövät aikuisten voimia ja näkyvät näin ollen merkittävästi myös lasten elämässä. (Törrönen 2012, 19, 23.) Erilaisista lapsiperheitä koskevista tulonsiirroista, kuten lapsilisistä huolimatta lapsiperheiden pienituloisuus on lisääntynyt ja erityisen haavoittuvassa asemassa ovat yksinhuoltajat sekä vähintään kolmen lapsen perheet. Myös alueelliset sekä sosioekonomiset terveys- ja hyvinvointierot ovat osoittautuneet pysyviksi ja niissä on tapahtunut osittain myös kasvua. (Kaikkonen, Mäki, Murto, Pentala, Hakulinen-Viitanen & Laatikainen 2014, 150.) Eniten ongelmia kasautuu perheisiin, joissa on taloudellisten vaikeuksien lisäksi useita psykososiaalisia riskitekijöitä (Halme ym. 2014, 21). Huono-osaisuus, työttömyys, pienituloisuus ja heikko terveydentila kasautuvat usein alemmissa sosiaaliluokissa. Perheissä hyvinvointia ja terveyttä heikentävät elämäntavat ja ongelmat periytyvät valitettavan herkästi seuraaville sukupolville. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2012, 15.)

Lasten ja nuorten ongelmien taustalla on siis monia perheen ja yhteiskunnan muutoksia. Vanhemmuus koetaan tänä päivänä aiempaa suuremmaksi haasteeksi, sillä vanhempien sosiaaliset tukiverkostot ovat harvenneet lisääntyneen muuttoliikkeen myötä. Lasten psykososiaaliset ongelmat ovat yleisiä ja lihavuuden yleistymisestä lapsiväestössä on myös selviä viitteitä. Lisäksi oppimisvaikeudet ja lisääntyneet somaattiset sairaudet kasvattavat huolta perheissä. Lastensuojelun avoimuuden tukitoimet ja huostaanotot ovat lisääntyneet, mikä kertoo perheiden laajemmista ongelmista. Suomalaisissa perheissä ilmenee runsaasti alkoholinkäyttöä, mielenterveysongelmia ja perheväkivaltaa. Neuvolaikäisten lasten perheistä 10–30 % arvioidaan olevan erityisen tuen tarpeessa. Lapsen kasvu ja kehitys ovat erityisessä vaarassa, kun useampia terveyden ja hyvinvoinnin kannalta haitallisia tekijöitä kasautuu perheeseen, eikä riittävää tukea ole tarjolla. (Sosiaali- ja

terveysministeriö 2013, 17). Kansainväliset tutkimukset ovat osoittaneet, että psykososiaalista tukea tarvitsevien perheiden määrä on kasvussa. On arvioitu, että jopa joka kymmenes suomalainen lapsi elää moniongelmaisessa perheessä. Varhaisen psykososiaalisen tuen palveluissa, joilla pyritään riittävästi huomioimaan perheen kokonaisvaltaista tilannetta, on kehittämisen tarvetta. (Tannerinen, Häggman-Laitila & Pietilä 2009, 2151.)

Perheet ovat yleisesti ottaen kuitenkin tyytyväisiä neuvolasta saamaansa tukeen, vaikkakin neuvolaa ympäröivien palveluiden hajanaisuus koetaan ongelmallisena. Neuvolassa onkin melko hyvät valmiudet perheen ongelmien havaitsemiseen, erityisesti vanhempien jaksamiseen ja varhaisen vuorovaikutukseen liittyen. Neuvolatyöhön toivotaan lisää varmuutta perheiden kriisitilanteiden, vanhempien parisuhde- ja päihdeongelmien sekä perheväkivallan auttamiseen. Osaamisen kehittämisestä huolimatta terveydenhoitajien resurssit eivät yksin riitä perheiden riittävään tukemiseen. Perheiden ja vanhemmuuden todellinen tukeminen ja lasten pahoinvoinnin ennaltaehkäisy vaativat myös työelämän sovittamista lapsimyönteisempään suuntaan sekä lisäksi muita tuloeroja tasaavia poliittisia toimia. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2013, 17–18.)

Tutkimusten mukaan lapsen kehityksen ja sosioekonomisen aseman välillä on useita yhteyksiä. Lapsilla, joilla on korkeampi sosioekonominen asema, on enemmän mahdollisuuksia myönteiseen kehitykseen kuin alemman sosioekonomisen luokan lapsilla. Erityisesti pienten lasten vanhempien taloudellisen- ja henkisen pääoman on oletettu vaikuttavan suoraan lapsen sosioekonomiseen asemaan ja siten lapsen kehitykseen. (Bornstein & Bradley 2012, 1.) Etenkin vanhempien taloudellisilla sekä mielenterveyteen liittyvillä ongelmilla on todettu olevan merkittävä haitallinen vaikutus lapsen kasvatukseen ja käytökseen. Näiden tekijöiden on todettu vaikuttavan negatiivisesti vanhempien osallisuuteen esimerkiksi lapsen kasvatuksessa sekä hänen arjessa. Taloudellisilla ongelmilla on todettu oleva yhteys myös yleisiin terveysongelmiin. (Hsi-Sheng & Ji-Kang 2013, 1146.)

Lapsiperheiden terveyttä ja hyvinvointia edistävä työ koostuu moniammatillisen työryhmän vastuusta ja osaamisesta (Halme, Vuorisalmi & Perälä 2014, 21). Lapsiperheiden hyvinvoinnin, lapsen kasvun ja kehityksen edistäminen sekä erityisen tuen tarpeen varhainen tunnistaminen ja kokonaisvaltainen tukeminen kuuluvat lain mukaan kunnan neuvolapalveluille (Terveystarkastus- ja hyvinvoinnin laitos 2014, viitattu 12.9.2015). Terveystarkastukset on järjestettävä siten, että tuen tarve pystytään tunnistamaan mahdollisimman varhaisessa vaiheessa ja tarpeenmukainen tuki järjestämään viiveettä. Erityisen tuen tarpeen arvioimiseksi ja tuen järjestämiseksi on tarvittaessa myös tehtävä yhteistyötä kunnan eri toimijoiden kanssa. (Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta,

koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta 338/2011 2: 13 §). Neuvola on keskeisessä roolissa perheiden terveyden ja hyvinvoinnin edistämisessä. Perheet odottavat saavansa neuvolasta psykososiaalista tukea parisuhdeasioiden ja perheongelmien käsittelyyn sekä voimavarojen ja vanhemmuuden vahvistamiseen. (Hakulinen-Viitanen & Pelkonen 2014, viitattu 10.10.2014.) Kunnan neuvolapalveluiden on toimittava yhteistyössä lisäksi muiden tarvittavien tahojen kanssa, joita ovat muun muassa varhaiskasvatus, lastensuojelu, perhetyön palvelut sekä erikoissairaanhoido (Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos 2014, viitattu 12.9.2015).

Lapsiperheiden tuen tarpeet ovat tutkimusten mukaan erittäin yhdensuuntaisia. Vanhemmuuteen liittyviä ongelmia ovat vanhempien uupumus, epävarmuus ja tietämättömyys vanhemmuudesta sekä perheen arjen hallinta ja äidin masennus. Lisäksi vanhemmilla voi olla kielteisiä tunteita lasta kohtaan tai muita kiintymyssuhteen ongelmia. Osa vanhemmista kaipaa neuvoa lapsen tarpeiden tunnistamiseen ja vanhemmuuden tunteen vahvistamiseen. Lasten kasvatukseen ja hoitoon liittyvät ongelmat liittyvät muun muassa lapsen käyttäytymiseen, rajojen asettamiseen, temperamenttiin ja imetyksen vaikeuksiin. Vanhempien parisuhdetta vahingoittavat mahdollisesti yhteisen ajan puute, keskinäiset riidat ja vaikeista asioista keskustelemisen hankaluus. Myös sosiaaliset verkostot, taloudelliset huolet, elämäntilanteen muutokset sekä lastenhoitoapuun liittyvät huolet kasvattavat tuen tarpeita. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 81.)

## **2.2 Vanhemmuuden tukeminen**

Vanhemmuutta voidaan määritellä monin eri tavoin, ja se voidaan jakaa biologiseen, juridiseen, sosiaaliseen sekä psykologiseen vanhemmuuteen. Biologisella vanhemmuudella tarkoitetaan vanhemman ja lapsen välistä perinnöllistä suhdetta. Lapsi on tällöin saanut alkunsa kyseisen vanhemman sukusoluista. Juridisella vanhemmuudella tarkoitetaan vanhemmuuden yksityisoikeudellista puolta eli kenellä on yhteiskunnan antamia oikeuksia ja velvollisuuksia lapseen nähden lain edessä. Sosiaalisella vanhemmuudella tarkoitetaan lapsen kanssa asumista, yhteisen arjen jakamista sekä lapsen kasvatukseen osallistumista. Psykologisella vanhemmuudella taas kuvataan aikuisen ja lapsen välistä kiintymykseen perustuvaa suhdetta. Psykologinen vanhemmuus määritetäänkin usein lapsen kautta; ketä lapsi pitää vanhempanaan, kehen hän on kiintynyt, keneen hän turvautuu tai kenellä on hänen kasvatukseensa liittyvää arvovaltaa. (Huttunen 2001, 58, 60, 62, 64.)

Vanhemmuuden hahmottamisen ja tarkastelun apuvälineeksi on kehitetty Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymässä Vanhemmuuden roolikartta®. Roolikartan peruskäsitteet ovat muodostettu Jaboc Levy Morenon (1889–1974) rooliteorian pohjalta. (Ylitalo 2011, 8-9.) Rooliteoria jakaa vanhemmuuden viiteen eri rooliin, joita ovat huoltajana, rakkauden antajana, elämän opettajana, ihmissuhdeosaajana sekä rajojen asettajana toimiminen (Terveyskirjasto 2014, viitattu 10.10.2014). Roolikartan avulla vanhempi pystyy havaitsemaan vanhemmuuden ongelmallisia alueita tai muutostarpeita, jotka lapsen kehityksen näkökulmasta nousevat esille. Lisäksi se myös auttaa vanhempaa tunnistamaan omat vahvuutensa ja luottamaan muutoksen mahdollisuuteen. Keskeistä on, että roolit kehittyvät lapsen ja vanhemman vastavuoroisen toiminnan kautta. Kaikkein merkittävimmät roolit muodostuvat yhä vahvemiksi vanhemmuuden myötä (Ylitalo 2011, 9-10).

Huoltajan roolissa toimiessaan vanhempi tavoittelee lapsen mahdollisimman hyvää terveyttä, jolloin hän omalla toiminnallaan keskittyy huolehtimaan esimerkiksi lapsen sairauksien hoidosta, terveellisestä ruokavaliosta sekä riittävästä levosta. Rakkauden antajan roolissa vanhempi pyrkii erilaisin keinoin osoittamaan rakkautta lastaan ja itseään kohtaan. Vanhempi huolehtii tällöin myös omasta jaksamisestaan ja pystyy ottamaan tarvittaessa apua vastaan muilta aikuisilta ja läheisiltä. Lapselleen vanhempi voi osoittaa rakkautta kertomalla hänelle tämän hyvistä puolista esimerkiksi ilmeillä, eleillä tai sanoilla sekä antamalla lapselle myönteistä palautetta myös negatiivissa tilanteissa. (Ylitalo 2011, 11–12.) Elämän opettajan roolilla tarkoitetaan sitä, että vanhempi siirtää omia arvojaan ja taitojaan lapselle. Lapsi oppii vanhemmaltaan käytöstapoja, kuten esimerkiksi toisten ihmisten kunnioittamista sekä ruokapöydässä ja julkisissa tilaisuuksissa käyttäytymistä. Ihmissuhdeosaajan roolissa vanhemman tulisi näyttää lapselle, kuinka toisten ihmisten kanssa toimitaan ja miten heidän kanssaan viestitään esimerkiksi omista tunteista. Rajojen asettajan rooli huolehtii lapsen turvallisuudesta sillä rajoja asettamalla vanhempi pyrkii estämään pahojen asioiden, kuten kivun ja uhan tulemistä lapsen elämään. (Terveyskirjasto 2014, viitattu 10.10.2014.)

Vanhemmuuteen kasvaminen on prosessi, joka alkaa jo lapsuusiässä omilta vanhemmilta saadun esimerkin myötä, ja joka jatkaa kehittymistään läpi koko aikuiselämän. Vanhemmaksi tuleminen on murrosvaihe elämässä ja siihen siirtyminen nähdään äidin tai isän rooliin kasvamisena. Tulevien vanhempien tulisi irrottautua lapsuuden perheestään ja siirtyä itse vanhemman rooliin. (Antikainen & Leskio 2008, viitattu 6.10.2014.) Ihmisen siirtymää kohti vanhemmuutta voidaan pitää yhtenä aikuiselämän keskeisistä kehityshaasteista, joka pitää sisällään monia eri vaiheita. Niitä ovat lapsen saamisen suunnittelu, raskausaika, syntymä ja vastasyntyneen kanssa elämään oppiminen.

Osalle siirtymä tapahtuu luontevasti, kun taas toiset voivat kokea sen haasteelliseksi. (Väestöliitto 2014, viitattu 6.10.2014.)

Vanhemmuuteen siirtymisessä on merkittäviä eroja miehen ja naisen välillä (Väestöliitto 2014, viitattu 2.9.2015). Isyyteen siirtyminen tapahtuu biologisista ja sosiaalisista syistä äitiyteen siirtymistä hitaammin (Punamäki 2011, 96). Tulevalla isällä on täysin oma prosessi siirtyä vanhemmuuteen, sillä hän ei koe vanhemmuuteen siirtymisen eri vaiheissa tapahtuvia fysiologisia tai muita raskauden liittyviä muutoksia samalla tavalla kuin äiti (Väestöliitto 2014, viitattu 2.9.2015). Varhaisia vanhemmuuden kokemuksia leimaakin usein epätahtisuus, kun mielikuvat vauvasta kehittyvät ja kiintymyssuhteen luominen tapahtuu puolisoilla eri aikaan ja erilailla (Punamäki 2011, 96). Äidissä tapahtuu merkittäviä biologisia, sosiaalisia ja psykologisia muutoksia raskauden aikana. Lisäksi äidin kehossa tapahtuu useita hormonaalisia ja fysiologisia muutoksia, jotka vaikuttavat oman hyvinvoinnin lisäksi vahvasti ulkonäköön sekä kokemukseen kehonkuvasta. Koska mies ei koe samanlaisia biologisia muutoksia, isän roolin omaksuminen tapahtuuikin enemmän mielen tasolla. Isä pääsee osalliseksi raskaudesta osallistumalla äidin kanssa käytäviin keskusteluihin, perhevalmenukseen sekä synnytykseen. Yleensä vasta lapsen syntymän hetkellä isä konkreettisesti käsittää uuden elämän mukanaan tuoman muutoksen, mikä on mahdollisesti äidille ollut todellinen jo raskauden toteamisesta lähtien. (Väestöliitto 2014, viitattu 2.9.2015.)

Lapsen syntyessä tullaan isäksi ja äidiksi, mutta vanhemmuus sen sijaan on prosessi, joka pitää sisällään monia kehitystehtäviä sekä miehellä että naisella. Tähän elämänvaiheeseen liittyy sitoutuminen vanhemmuuteen. Arjelle pitää etsiä uusi tasapaino, kun lapsen ja vanhempien tarpeet pitää sovittaa yhteen. On myös tärkeää, että vanhemmat muodostavat itsestään kuvan riittävän hyvinä vanhempia. Nykyajan muuttuva ja monimutkainen maailma luo omat haasteensa vanhemmuuteen, koska vanhemmilla ei ole enää valmista mallia siitä, miten lasta tulisi kasvattaa. (Kangaspunta, Kilkku, Kaltiala-Heino & Punamäki 2015, 9.) Vanhemmaksi kasvetaan kuitenkin lopullisesti vasta lapsen myötä, ja lapsen varttuessa myös onnen ja huolenaiheet muuttavat muotoaan (Lammi-Taskula & Bardy 2009, 60).

Lastensuojelulain mukaan vanhemmilla ja lapsen muilla huoltajilla on ensisijainen vastuu lapsen hyvinvoinnista. Heidän tehtävä on taata lapselle turvallinen ja tasapainoinen kehitys ja hyvinvointi. Lain mukaan lastensuojelun on tuettava vanhempia, huoltajia ja muita lapsen hoidosta ja kasvatuksesta vastaavia henkilöitä lapsen kasvatuksessa ja huolenpidossa järjestämällä tarvittavia palveluja ja tukitoimia. (Lastensuojelulaki 417/2007 1: 1 §.) Lain mukaan lapselle tulee turvata hyvä

hoito ja kasvatus sekä hänen ikätasoonsa nähden tarpeellinen valvonta ja huolenpito (Laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta 361/1983 1: 1 §).

Kunnan on järjestettävä neuvolapalvelut raskaana oleville naisille, lasta odottaville perheille sekä alle oppivelvollisuusikäisille lapsille ja heidän perheilleen. Neuvolapalvelujen tulee sisältää sikiön terveen kasvun ja kehityksen sekä raskaana olevan ja synnyttäneen naisen terveyden määräajoin toteutettava seuranta ja edistäminen. Neuvolapalvelujen tulee taata lapsen terve kasvu ja kehitys sekä hyvinvoinnin edistäminen ja seuranta ensimmäisen ikävuoden aikana keskimäärin kuukauden välein, jonka jälkeen seuranta tapahtuu vuosittain sekä yksilöllisen tarpeen mukaisesti. Myös lapsen suun terveydentilaa tulee seurata vähintään joka toinen vuosi. Neuvolapalvelut tukevat myös vanhempien ja muun perheen hyvinvointia sekä lapsen kodin ja muun kasvu- ja kehitysympäristön sekä perheen elintapojen edistämistä. Neuvolapalveluiden tulee myös järjestää lapsen ja perheen erityisen tuen ja tutkimusten tarpeen varhainen tunnistaminen sekä lapsen ja perheen tukeminen tarvittaessa tutkimuksiin tai hoitoon. Kunnan tulee neuvolapalveluja järjestäessään toimia yhteistyössä varhaiskasvatuksen, lastensuojelun sekä muun sosiaalihuollosta sekä erikoissairaanhoidosta vastaavien muiden tahojen kanssa. (Terveydenhuoltolaki 1326/2010 2: 15 §.)

### **2.2.1 Arjessa jaksaminen**

Perheen arkea rytmittävät vanhempien työajat sekä lasten hoitoajat, nukkuma-ajat ja ruokailurytmit. Perhesysteemi on ikään kuin jatkuvassa liikkeessä ja siinä tapahtuu koko ajan jotain. Perheessä esimerkiksi tehdään asioita yhdessä, riidellään ja neuvotellaan. Arjelle on ominaista tietynlainen syklisyys, jossa samat tilanteet ja rutiinit toistuvat kerta toisensa jälkeen päivittäin ja viikoittain. (Rönkä, Malinen & Lämsä 2009, 12.) Päivän tapahtumien toistuminen tutussa järjestyksessä ja samalla tavalla tukee lapsen kehitystä ja kasvua. Lapsi muodostaa kuvan ympäröivästä maailmasta toistuvien asioiden kautta. Rutiinit jäsentävät lapsen päivää auttaen häntä rakentamaan sen tapahtumista mielekkään kokonaisuuden. Lapsi oppii näin hahmottamaan ajan kulkua, jolloin päivän puuhista tulee sujuvampia, kun ne eivät tapahdu yllättäen ennakoimatta. Vanhempi voi tukea lasta puhumalla hänelle ennakoon tulossa olevista asioista, jolloin lapsi saa esimerkiksi aikaa lopettaa leikkinsä rauhassa ja ruveta valmistautumaan lähestyvään iltapesuun. Rutiinit ovat siis osaltaan rakentamassa lapsen perusturvallisuutta. (Matilainen 2008, 23–24.)

Vanhemmat kokevat arjen haastavimmiksi asioiksi paluun töistä kotiin, jatkuvan kiireen, työaikojen ja perheenjäsenten omien aikataulujen yhteensovittamisen sekä oman väsymyksen. Ainoastaan

työ ei ole perheen arkea vaikeuttava tekijä vaan myös vapaa-ajan vietto harrastuksineen, kuljetuksineen ja kotitöineen kuormittaa arkea. Hankaluudet liittyvät usein erityisesti siirtymätilanteisiin, kuten aamulähtöihin ja kotiintulovaiheisiin sekä siihen, että perhe koostuu useista jäsenistä, joilla on erilaiset tarpeet ja elämänrytmit. Tällöin perheenjäsenten välisistä toiveista neuvottelu ja aikatauluista sopiminen voi tuoda perheen arkeen kitkaa. (Rönkä ym. 2009, 15–16.)

Jokapäiväinen arki nykyperheissä on tunteiden siirrantää, tunnetyötä ja ilmapiirin luomista perheenjäsenten välillä. Perhearki sisältää käytänteiden ja rutiinien sopimista sekä aikataulujen ja rytmien yhteensovittamista. Arki ei ole mitään valmiiksi annettua, vaan se tuotetaan ja rakennetaan perheissä yhteistyössä. Ympäröivä yhteiskunta ja kulttuuriperinne asettavat puitteita perheeseen muodostuvien perinteiden ja tapojen muodostumiselle. (Rönkä ym. 2009, 13.) Suomalaisen perhepolitiikan tavoite on turvata vanhemmille aineelliset ja henkiset mahdollisuudet perheen perustamiseen ja lasten kasvattamiseen sekä luoda lapsille turvallinen kasvuympäristö. Viime vuosina perhepolitiikan painopisteenä on ollut erityisesti työn ja perheen yhteensovittaminen, isyyden vahvistaminen ja lapsiperheiden toimeentulon turvaaminen. Tavoitteena on parantaa vanhempien mahdollisuuksia viettää aikaa lastensa kanssa sekä helpottaa vanhempien työssäkäyntiä. Isiä kannustetaan myös käyttämään perhevapaita nykyistä enemmän. Suomessa perhepoliittiset tukitoimet voidaan jakaa perheille tarjottaviin palveluihin, taloudelliseen tukeen ja perhevapaisiin. Eniten tukea lapsiperheet saavat lapsilisien muodossa sekä päivähoidon kautta. Perheille kohdennetuilla palveluilla tuetaan vanhempia turvaamaan lasten hyvinvointi ja kasvatusta. Myös asunto-, ympäristö-, koulutus- ja työllisyyspolitiikan ratkaisut vaikuttavat lapsiperheiden jokapäiväiseen elämään. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2013, 6.)

### **2.2.2 Parisuhteen tukeminen**

Vanhemmuus pikkulapsiperheessä on tutkimuksissa nähty tavallisesti uhkana vanhempien parisuhteelle. Lapsiperheiden vanhempien on todettu olevan tyytymättömämpiä parisuhteeseensa lapsettomiin pariskuntiin verrattuna. Lapsen syntymän myötä puolisoitten välinen roolijako muuttuu ja pariskunnalle jää vähemmän mahdollisuuksia omien ja puolisonsa tarpeiden täyttämiseen. (Malinen 2012, 203.) Yhä useammin pienten lasten vanhempien parisuhteen katkeamisen syynä pidetään nimenomaan tyytymättömyyttä suhteeseen. Parisuhteen tärkeimmäksi tehtäväksi korostuu puolisoitten välinen ystävyys, tunnekumppanuus sekä mahdollisuus jakaa ilot ja surut yhdessä. (Malinen & Sevón 2009, 151–152.) Vanhemmuus on kuitenkin parisuhteen haaste ja mahdollisuus. Vanhempien hyvä parisuhde on suuri voimavara ja kivijalka koko perheen hyvinvoinnille. Riitaisia

ja toimimaton parisuhde aiheuttaa puolestaan ahdistusta ja pahoinvointia jokaiselle perheenjäsenelle. (Neuvolainfo 2014, viitattu 8.12.2015.)

Puolisoiden välinen suhde on yleensä elämän keskeisin ja läheisin ennen lapsen syntymää. Erityisesti ensimmäisen lapsen syntymä on pariskunnalle suuri elämänmuutos, mutta jokainen lapsi tuo muutosta suhteeseen. Suurempi lapsiluku työllistää vanhempia enemmän kotitöiden osalta, mikä aiheuttaa useimmiten riitoja puolisoitten välille. Vanhemmat kokevat lisäksi, että lapsen syntymän jälkeen parisuhteen hoitamiselle on vaikea löytää aikaa. Toisesta huolehtimisen ja rakastamisen tilalle tulee helposti lapsen syntymän myötä velvollisuuksien ja vuorojen jakamista. (Malinen & Sevón 2009, 153–154.)

Parisuhteen hoitamisella viitataan tekoihin, joita käytetään parisuhteelta toivottujen ominaisuuksien vahvistamiseen ja ylläpitämiseen. (Malinen 2012, 203.) Lapsiperhevaiheessa vanhemmille jää vähemmän aikaa ja voimavaroja huolehtia parisuhteestaan, mutta toisaalta vanhemmuus voi lisätä puolisoitten välistä yhteenkuuluvuuden tunnetta. Pienten lasten vanhemmat käyttävät monenlaisia keinoja parisuhteensa hyvinvoinnin edistämiseen ja ylläpitämiseen. (Malinen, Rönkä, Auvinen & Punkka 2010, 116–117.)

### **2.3 Lapsen kehityksen tukeminen**

Lapsen kehitys ei kulje tasaisesti vaan siinä on nähtävissä portaittaisuutta. Kun yksi kehitysvaihe on saavutettu, lapsi astuu seuraavalle portaalle ja viipyy siellä uuden kehitystehtävän edellyttämän ajan. Jokaisella ikäkaudella on omat kehitystehtävänsä, ja lapsen ohjaus tulisikin rakentaa lapsen kehitystason sekä kehitystehtävän mukaisesti. Kolmen ensimmäisen ikävuoden kehitys on merkittävä ajanjakso sen vuoksi, että tuona aikana tapahtuva kehitys muodostaa eräänlaisen persoonallisuuden perusrakenteen. Tänä aikana kehitys on nopeampaa kuin koskaan myöhemmin ihmisen elämässä, ja kehitystä tapahtuu kaikkialla psyykkisen ja fyysisen kehityksen alueilla. Näiden ikävuosien aikana lapselle kehittyy tunne omasta yksilöllisyydestään ja ainutkertaisuudestaan ja hänelle kehittyy perustaju siitä, miten ihmiset keskenään toimivat ja kuinka hän voi säädellä omia mielialojaan ja kontrolloida omaa käytöstään. Lapsi oppii myös, kuinka toisten ihmisten mielialoihin ja viesteihin reagoidaan. Kaiken tämän oppiminen vaatii läheistä vuorovaikutusta lapselle emotionaalisesti tärkeiden hoitajien kanssa. (Keltikangas-Järvinen 2012, 20–21.) Jotta lapsen ja vanhemman välinen kiintymyssuhde kehittyisi turvallisesti, tulisi lapsen antamat erilaiset signaalit havaita heti ja tulkita oikein. Aikuisen tulisi osata reagoida lapsen hätään ja erilaisiin tarpeisiin sopivalla

tavalla sekä olla aktiivinen vuorovaikutuksessaan lapsen kanssa. Aikuinen ei siis tyydy reagoimaan ainoastaan lapsen signaaleihin ja aloitteisiin. (Rusanen 2011, 91.)

Vanhempien ja lasten jokapäiväinen vuorovaikutus on merkittävin kasvatusta koskevan arkiajattelun lähde. Jokainen kasvatustapahtuma- ja tilanne muovaa tilanteessa mukana olevien ihmisten ajatusmaailmaa. (Hirsjärvi & Laurinen 2004, 23.) Kasvatuksen ydin on rakastava vuorovaikutus lapsen ja vanhemman välillä. Vanhempi osoittaa lapselle hyväksyntää huomaamalla hyvän lapsessa ja hyväksymällä hänet myös ristiriitatilanteissa. Vanhemman välittäminen näkyy siinä, että hän osaa olla samalla luja ja ystävällinen sekä osoittaa, että kaikki tunteet ovat sallittuja ja hyväksytyjä, vaikka kaikki teot eivät ole. (Rönkä & Törrönen 2010, 90.)

## **2.4 Varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen**

Varhainen vuorovaikutus sijoittuu vanhemman ja lapsen välisessä suhteessa lapsen pariin ensimmäiseen ikävuoteen (Pesonen 2010, 515). Jo raskauden aikana sikiölle ovat kuitenkin tulleet tutuksi äidin ääni, sydämenlyönnit ja hänen tapansa liikkua. Syntymän jälkeen nämä tutut äänet ja liikkeet muodostavat lapselle kiintopisteen uudessa ympäristössä ja rauhoittavat häntä. (Schön 2010, 25.) Vauvan kanssa olemista kuvataan usein tanssiksi, jossa ei ole valmista koreografiaa. Se on hetkien taidetta ja luovaa yhdessäoloa. Vanhemman tehtävä on virittyä vauvan mielialoihin ja vireystiloihin ja vastata niihin, milloin lohduttaen, milloin kannustaen, innostaen tai tässä- ja nyt tilanteita jäsentäen. Vanhemman vastaukset ovat esimerkiksi ääntelyiden, äänien, rytmien, melodioiden ja sylin maailma. Vauvan kannalta tärkeintä on, että hänen tunteisiinsa eläydytään ja ne ymmärretään. Vanhemman tulee hetkeksi eläytyä vauvan suruun, väsymykseen, iloon ja nälkään ja osoittaa ymmärryksensä, vaikka se hetkittäin voi olla haastavaa. (Törrönen 2015, 141.)

Aivojen kehitys ulottuu raskauden ensimmäisistä viikoista aina nuoruusikään saakka. Aivot kehittyvät rakenteellisesti pääosin raskauden aikana, ja toiminnallisesti syntymän jälkeen. Toiminnallista muovautumista tapahtuu myös nuoruusiän jälkeen, sillä ihmisellä on kyky oppia uusia asioita aina vanhuuteen saakka. (Mäntymaa & Puura 2011, 17–18.) Varhaislapsuuden kokemukset muovavat lapsen kehittyviä aivoja pitkälti sekä rakenteellisesti että toiminnallisesti. Jatkuva stressi voi esimerkiksi johtaa aivosolujen välisten yhteyksien surkastumiseen ja solukuolemaan. Lisäksi on myös näyttöä siitä, että varhaislapsuuden kokemuksilla on vaikutus yksilön stressiherkkyyden vaikiintumiseen. Varhaiset elämäkokemukset ovat avainasemassa siinä, miten lapsi kokee stressaa-

vat tilanteet vanhempana. Uusimpien tieteellisten näkemysten mukaan turvallinen lapsuus osataan suojelee aivojen tervettä kehitystä ja lapsen myöhempää emotionaalista hyvinvointia. (Schön 2010, 26.)

Lapsen ja vanhempien välisen vuorovaikutuksen tukeminen voidaan aloittaa jo ennen synnytystä, kun perhe- ja synnytysvalmennuksen keinoin autetaan vanhempia luomaan positiivinen mielikuva tulevasta lapsestaan. Kiintymyssuhteen tukeminen jatkuu synnytyksen aikana ja synnytyksen jälkeen avustamalla ja opettamalla vanhempia lapsen hoidossa. Vanhempien ja lapsen välistä vuorovaikutusta voidaan avustaa ja tukea monella eri tasolla, kuten muun muassa tukemalla säännöllisen arkirytmien löytämisessä ja säilyttämisessä, tarjoamalla tietoa vauvojen erityispiirteistä, ohjaamalla vauvan hoitotavoissa, -otteissa ja -asunnoissa sekä tarjoamalla tietoa lapsen kehityksestä ja tarpeista eri ikäkausina. Lisäksi vanhemmille annetaan neuvoja siitä, miten leikkiä ja touhuta vauvan kanssa. (Haapio, Koski, Koski & Paavilainen 2009, 151.)

Myös neuvolassa tuetaan aktiivisesti vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta, jota varten on kehitetty varhaista vuorovaikutusta tukeva haastattelumenetelmä (VaVu). Se on tarkoitettu käytettäväksi sekä lapsen odotusajalla että synnytyksen jälkeen. VaVu-menetelmä on neuvoloissa jo yleisesti käytössä ja suurin osa terveydenhoitajista on saanut koulutuksen menetelmän käyttöön liittyen. VaVu-haastattelun tarkoituksena on edistää lapsen ja vanhemman välisen varhaisen vuorovaikutuksen myönteistä sujumista. Haastattelulomakkeiden teemat on suunniteltu siten, että ne auttavat tunnistamaan ja ottamaan puheeksi raskauteen, synnytykseen ja vauvaan liittyviä mielikuvia, huolia ja mahdollisia vaikeuksia. Haastattelussa käytettävät teemat kartoittavat myös perheiden tuen tarvetta sekä auttaa heitä omien voimavarojen sekä saatavilla olevan tuen kartoittamisessa sekä ratkaisujen etsimisessä. Terveydenhoitajien on tärkeää tutustua alueellaan syntyvien vauvojen vanhempiin jo odotusaikana, jotta yhteistyö vauvan synnyttyä lähtisi mahdollisimman mukavasti käyntiin. (Puura & Hastrup 2011, 97.)

## **2.5 Ryhmätoiminta**

Kun vertaillaan ryhmän ja yksilön tehokkuutta, ryhmä on lähes aina tehokkaampi kuin yksilö, siinä yksinkertaisessa merkityksessä, että ryhmä voi saada aikaan sellaista, mikä yhdelle yksilölle yksinään voi olla ylivoimaista. Ryhmiä tarvitaan sellaisten tehtävien suorittamiseen, joita yksi ihminen ei pysty suorittamaan yksinään. Ryhmät ovat siis yhteistyötä varten. (Helkama, Myllyniemi, Liebkind, Ruusuvoori, Lönnqvist, Hankonen, Mähönen, Jasinskaja-Lahti & Lipponen 2015, 269.)

Esimerkiksi vertaisryhmää perustettaessa on mietittävä kenelle ryhmä perustetaan ja mihin tarpeeseen se on tarkoitettu. On myös tärkeää pohtia sopivaa jäsenmäärää, sillä esimerkiksi pieni ryhmä voi olla intiimimpi isompi ryhmä. Pieni ryhmä voi kuitenkin olla altis muutoksille, jos ryhmän jäseniä jää pois kokoontumisista. Mitä enemmän ryhmäläisillä on yhdistäviä tekijöitä, sitä paremmin kokemusmaailmat kohtaavat ja ryhmäläiset hyötyvät ryhmästä. Toisaalta myös erilaisuus voi olla rikkaus, josta ryhmäläiset voivat hyötyä. (Pajunen & Koivunen 2015, 5.)

Ennen ryhmän aloittamista päätetään myös, onko ryhmä avoin vai suljettu. Avoimeen ryhmään voi tulla uusia jäseniä pitkin vuotta ja se voi olla helpommin lähestyttävä. Toisaalta muotonsa vuoksi ryhmä ei välttämättä muotoudu kovin tiiviiksi. Suljettuun ryhmään on määritelty ennalta tietty kokoonpano, ja ryhmään voidaan ottaa uusia jäseniä esimerkiksi ennalta määrättyjen määräaikaisten välein. Suljettu ryhmä on usein tiiviimpi kuin avoin ryhmä, mutta se on myös haavoittuvampi ryhmäkoon suhteen, jos osallistujia on vähän. Ryhmän suunnitteluvaiheessa tulee myös päättää kuinka monta ohjaajaa ryhmällä on. Yksin toimivan ryhmäohjaajan vastuu on aina suurempi, sillä etukäteen on suunniteltava miten ryhmä toimii, jos hän on estynyt. Työpareittain ohjattujen ryhmien tapaukset ovat turvatumia ja ryhmän jatkuvuus parempi. Työpareittain ohjatuissa ryhmissä ohjaajilla on myös mahdollisuus jakaa vastuuta keskenään ja saa toisiltaan vertaistukea ryhmäohjaukseen. (Pajunen & Koivunen 2015, 6.)

Terveystieteissä puhutaan yhä enemmän ryhmätoimintaan siirtymisen tarpeellisuudesta. Ryhmäohjaus ei säästä vain aikaa ja rahaa vaan se antaa osallistujilleen myös vertaistukea, jota he eivät voi saada yksilöohjauksessa. (Vänskä, Laitinen-Väänänen, Kettunen & Mäkelä 2012, 87.) Haarasen (2012, 77) väitöskirjan mukaan suomalaiset vanhemmat tarvitsevat kannustusta ja vahvistusta omaan osallistumiseensa ryhmätoiminnassa. Terveystieteet, erityisesti neuvolat, joista monet ensimmäisen lapsen vanhemmat saavat tiedon erilaisista ryhmistä, ovat erityisen tärkeässä roolissa vertaistuen järjestämisessä ja mahdollistamisessa sitä tarvitseville vanhemmille. Tutkimuksen mukaan lapsiperheillä on paljon erilaisia motiiveja osallistua vanhempainryhmiin. Vanhemmat voivat hakea sosiaalisia kontakteja toisista vanhemmista, vaihtelua arkeen sekä seurata omille lapsilleen. Tutkimuksen mukaan erityisesti useamman lapsen perheiden aiempi positiivinen kokemus ryhmistä oli merkittävä tekijä heidän aktiivisuudessaan osallistua vertaisryhmiin. Ensimmäisen lapsen perheet hakivat sen sijaan tukea uuteen ja muuttuneeseen elämäntilanteeseen. He toivoivat saavansa tietoa ja varmuutta toimia lapsensa vanhempina uudessa perherakenteessa ja uusien tehtävien edessä. Vanhempainryhmät ovat luonteva paikka tavata muita samassa

elämäntilanteessa olevia ja ne suovat vanhemmille virkistystä ja lepoa lapsiperheiden arjesta. Vanhempainryhmien ansioista vanhemmat kokevat jaksavansa paremmin omassa vanhemmuudessa.

## 2.6 Vertaistuki

Samassa elämäntilanteessa olevat tai saman kokemuksen läpikäyneet henkilöt muodostavat vertaisryhmän. Vertaisryhmät pohjautuvat osallistujien vapaaehtoisuuteen ja vastavuoroisuuteen, ja keskeistä niissä on osallistujien oma aktiivinen rooli. Vertaistuki vahvistaa vanhempien itseluottamusta ja vanhemmat oppivat toisiltaan omien kokemuksiansa jakamisen kautta. Vertaisryhmissä korostuu kokemuksellinen asiantuntijuus ja sen voimaannuttava vaikutus. (Kempainen, Huisko & Seriola 2008, 9.) Äitiys- ja lastenneuvolan järjestämät ryhmämuotoiset perhevalmennus- ja vanhempainryhmät mahdollistavat vanhemmille vertaistuen saannin, sillä niissä samankaltaisessa elämäntilanteessa olevat vanhemmat tapaavat toisiaan ja voivat oppia toistensa kokemuksista. Vanhemmat kokevatkin erittäin tärkeäksi samassa elämäntilanteessa olevien ihmisten tapaamisen. Lisäksi vanhemmat kokevat toisilta vanhemmilta saadun tiedon arvokkaaksi ja helpommaksi vastaanottaa. (Viljamaa 2003, 47, 50.)

Vertaissuhteet kehittävät merkittävästi myös lasten hyvinvointia. Jo pienet vauvat ja taaperot tunnistavat vertaisensa, ja keskinäisellä vuorovaikutuksella on suuri sosiaalinen merkitys. Lapsen varhaisilla vertaissuhteiden kokemuksilla ja tapahtumilla on vaikutusta lapsen myöhempiin vertaissuhteisiin. Pienen lapsen hyväntahtoisen käyttäytymisen vahvistaminen auttaa lasta toimimaan paremmin myöhemmin erilaisissa ryhmissä ja vertaissuhteissa. Hyvät vertaissuhteet tallentuvat lapsen emotionaaliseen muistiin, josta ne palautuvat mieleen lapsen ollessa uudestaan vastaavassa tilanteessa. Positiiviset kokemukset vertaissuhteista vahvistavat myös taitoa olla toisten kanssa ja tehdä toisille hyvää. Tasavertaisissa suhteissa lapset oppivat toisiltaan kuuntelemisen, toisen huomioon ottamisen ja auttamisen taitoja. Vertaissuhteissa lapset havaitsevat myös toistensa erilaisuuden ja samanlaisuuden, ja oppivat sitä kautta hyväksymään luonnollisesti kaikenlaisia ihmisiä. Osallisuus ryhmän jäsenenä antaa lapselle positiivisia kokemuksia toisten kanssa toimimisesta, vahvistaa itsetuntemusta ja lisää motivaatiota yhdessä toimimiseen ja uuden oppimiseen. Ryhmässä toimiminen ei ole kuitenkaan lapselle aina helppoa, sillä lasten aivot ovat biologisesti vasta varhaisessa kehitysvaiheessa. (Sajaniemi, Suhonen, Nislin & Mäkelä 2015, 143–147.)

Ryhmätoiminta on myös sosiaalista tukea, joka tarkoittaa yksilön tietoisuutta siitä, että on olemassa ihmisiä, joilta hän voi saada emotionaalista, tiedollista ja arviointia sisältävää tukea sekä käytännöllistä apua. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 113.) Ryhmämuotoisen vertaistoiminnan keskeisiä merkityksiä ovat muun muassa kokemusten jakaminen ja vaihtaminen, oman identiteetin selkiytyminen ja vahvistuminen, voimaantuminen eli ryhmän avulla omien voimien ja voimavarojen löytäminen, yhteisöllisyys ja omaa elämäntilannetta ymmärtävien ihmisten löytäminen ja mahdollinen ystäväystyminen. (Laatikainen 2010, 26.) Vertaistuen kautta ajatuksia ja kokemuksia vaihdettaessa ihmiselle tulee kokemus siitä, että hän ei ole tilanteessaan yksin. Vertaistuen kautta osallistujat saavat omaan tilanteeseensa liittyvää tietoa ja käytännön vinkkejä ja omaan tilanteeseen voi avautua kokonaan uusia näkökulmia. Vertaistukitoiminnan kautta saadaan sisältöä elämään ja solmitaan jopa ystävyysuhteita. Nämä asiat auttavat selviytymään paremmin arjessa. (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2015, viitattu 2.9.2015.) Niin kotimaiset kuin ulkomaiset tutkimukset ovat osoittaneet vertaistuen kiistattoman hyödyn monille perheille. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 113).

### 3 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT

Tutkimuksen tarkoituksena on kuvata vanhempien kokemuksia Oulun kaupungin yhdestä vanhempainryhmätoimintamuodosta, Kimppa-ryhmästä, saadusta tuesta. Tarkoituksena on myös arvioida, miten Kimppa-ryhmä onnistuu vanhemmuuden, lapsen kasvun ja kehityksen sekä varhaisen vuorovaikutuksen tukemisessa.

Tutkimuksen tavoitteena on tuottaa tietoa, jonka avulla voidaan arvioida ja kehittää vanhempainryhmätoimintaa, erityisesti juuri Kimppa-ryhmän toimintaa. Tutkimuksen laatiminen lisää meidän tulevien terveydenhoitajien asiantuntijuutta vanhemmuuden haasteista ja niiden tukemisen tarpeista sekä ryhmätoiminnan hyödyllisyydestä.

Tutkimuksen avulla haetaan vastausta seuraaviin tutkimustehtäviin:

1. Millaisia kokemuksia vanhemmilla on saamastaan tuesta Kimppa-ryhmässä?
2. Miten vanhempien mielestä Kimppa-ryhmässä saatu tuki näkyy perheen arjessa?
3. Miten vanhempien mielestä Kimppa-ryhmän toimintaa voisi kehittää?

## 4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Laadullisen tutkimuksemme kohteeksi valikoitui Oulun kaupungin lastenneuvolan järjestämä Kimppa-ryhmä. Tutkimukseen osallistujat olivat Kimppa-ryhmään osallistuneita äitejä, joita haastattelimme yksilöteemahaastatteluiden avulla. Litteroimme saadun aineiston, jonka jälkeen abstrahimme aineiston alaluokista aina pääluokiksi asti. Käytimme tutkimuksen aineiston käsittelyn lähtökohtana induktiivista päättelyä, jossa havaintoja tehdään yksittäisistä tapahtumista kerättyä aineistoa analysoimalla, jolloin ne yhdistyvät laajemmaksi kokonaisuudeksi. Kuvaamme myös tutkimuksen kulkua vaiheittain eli milloin, missä ja miten se on toteutettu. (Tuomi & Sarajärvi 2012, 157.) Lisäksi tarkastelemme tutkimuksen onnistumista eettisyyden ja luotettavuuden kautta.

### 4.1 Kimppa-ryhmän toiminnan kuvaus

Oulun kaupungin lastenneuvolan järjestämä Kimppa-ryhmä on tarkoitettu perheille, joilla on erilaisia lyhyempiaikaisia tuen tarpeita. Perhekohtaisia tuen tarpeita ei ole määritelty tutkijoille etukäteen ryhmään osallistuvien yksityisyyden suojan turvaamiseksi. Ryhmään osallistuu perheitä, joissa ainakin yksi lapsista on alle kaksivuotias. Kimppa-ryhmiä on puolivuositain kaksi rinnakkain, päivä- ja iltapäiväryhmä. Yhteen ryhmään osallistuu kuusi perhettä. Ryhmä kokoontuu kerran viikossa puolen vuoden ajan. Kimppa-ryhmän aloitus- ja lopetuskerrat ovat koko perheen yhteisiä tapahtumia. Näiden välissä olevat ryhmäkerrat ovat vain äideille ja lapsille tarkoitettuja. Ryhmäkokoontumiset alkavat yhteisellä kahvihetkellä sekä leikki-laulutuokiolla, jonka jälkeen aikuiset siirtyvät keskustelemaan ohjaajan johdolla vanhempien toivomista teemoista. Keskustelutuokioiden ajaksi lapsille on saatavilla lastenhoitomahdollisuus. Kimppa-ryhmän tarkoituksena on vanhemmuuden, varhaisen vuorovaikutuksen ja perheen hyvinvoinnin sekä lapsen kasvun ja kehityksen tukeminen. Ryhmän ohjaajina ja toiminnan suunnittelijoina toimii perhetyöntekijöitä, perheterapeutteja ja diakoniatyöntekijöitä. Ryhmään hakeudutaan muun muassa lastenneuvolan terveydenhoitajan kautta. (Oulun kaupunki 2014.)

### 4.2 Tutkimusmenetelmä

Valitsimme opinnäytetyön tutkimusmenetelmäksi laadullisen tutkimusmenetelmän. Laadullinen tutkimus on olemukseltaan laaja-alaista tiedonhankintaa, jossa aineisto kootaan todellisissa tilan-

teissa eri menetelmiä käyttäen. Tutkimusmetodin valinnassa on tärkeää, että tutkittavien näkökulmat ja ”ääni” pääsevät esille. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 164.) Tutkimuksemme aihe ja tutkimustehtävät vaativat tutkittavien henkilöiden subjektiivisten kokemusten tarkastelua, mikä on saavutettavissa vain laadullisella tutkimusmenetelmällä. Se mahdollistaa suhteellisen avoimen keskustelun ja ennalta määrittelemättömät vastaukset. Tutkimuksen avulla haetaan tutkittavien henkilöiden henkilökohtaisia kokemuksia, joita ei ole tarkoitus yleistää. Yksittäisten henkilöiden kokemusten perusteella pyrimme kuvaamaan kokemuksia vanhempainryhmätoiminnasta syvällisemmin ja saamaan vastauksia tutkimuskysymyksiimme, vaikka tutkimustulosten perusteella ei ole tarkoitus luoda laajempia teorioita tai johtopäätöksiä. (Kananen 2014, 16, 18–19.)

Tutkittavat valitsimme siten, että heillä olisi mahdollisimman paljon tietoa annettavanaan tutkimuksen kannalta. Haastattelujen ajankohta ajoitettiin siten, että haastateltavan ryhmätapaamiset olivat joko loppuvaiheessa tai jo takanapäin. Aineistonkeruutapa tutkimuksessa oli yksilöteemahaastattelu, jonka avulla haimme tutkittavien subjektiivisia kokemuksia ryhmätoiminnasta. Laadullisessa tutkimuksessa käsitellään ainutlaatuisia tapauksia ja tulkitaan aineistoa sen mukaisesti. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 164.)

Tutkimuksen aineiston käsittelyn lähtökohtana on induktiivinen päättely, jossa havaintoja tehdään yksittäisistä tapahtumista kerättyä aineistoa analysoimalla, ja ne yhdistetään laajemmaksi kokonaisuudeksi. (Kylmä & Juvakka 2007, 22.) Tämän tarkoituksena on paljastaa aineiston pohjalta myös odottamattomia seikkoja, ja näin ollen lähtökohtana ei ole teorian tai hypoteesien testaaminen, vaan monitahoinen ja yksityiskohtainen tarkastelu. Tutkimuksen kannalta tärkeät asiat nousevat yksittäisten tutkittavien näkökulmasta, eivätkä tutkijat voi näin ollen etukäteen määrittää tutkimuksen keskeisempiä tekijöitä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 164.)

### **4.3 Aineiston keruu**

Tutkimuksen osallistujat valitsimme sillä perusteella, kenellä on riittävästi kokemusta ja hyödyllistä tietoa tutkimuksen kohteena olevasta aiheesta, jolloin siitä saadaan mahdollisimman kattava kuvaus. Näin ollen odotuksena oli, että haastateltavat ovat osallistuneet jo useisiin Kimppa-ryhmän tapaamisiin ennen haastattelua. (Kylmä & Juvakka 2007, 58.) Teemahaastattelut toimivat tiedonkeruumenetelmän pohjana, jonka avulla tutkimusaineistoa kerättiin (Kananen 2014, 41).

Esittelimme tutkimuksemme aiheen Kimppa-ryhmän ensimmäisellä kokoontumiskerralla helmikuussa 2015, jolloin jaoimme vanhemmille saatekirjeen tutkimuksestamme. Pyrimme tutkimuksen esittelyn avulla saamaan vapaaehtoisia osallistujia ryhmän loppupuolella toteutettavaan haastatteluun. Lisäksi kävimme myöhemmin uudelleen ryhmässä muistuttamassa tutkimuksesta. Vierailujen perusteella emme saaneet tarpeeksi vanhempia osallistumaan haastatteluun, joten ryhmänohjaaja auttoi meitä löytämään vielä yhden haastateltavan aiemmasta Kimppa-ryhmästä. Haimme haastatteluun ensisijaisesti ryhmätoimintaan osallistuvia äitejä. Kaiken kaikkiaan toteutimme kolme yksilöhaastattelua. Sovimme haastateltavien kanssa henkilökohtaisesti tarkemmin haastattelun ajankohdan ja paikan.

Vaikka ryhmäkokoontumiset ovat pääasiassa äideille, ryhmänohjaajien toive oli saada tietoa ryhmän vaikutuksista perheessä myös puolisoiden näkökulmasta, jotta ryhmän kokonaisvaltaista vaikuttavuutta saadaan tutkittua. Näin ollen suunnittelimme haastattelun siten, että huomioimme puolisojen kokemukset ryhmätoiminnasta äidin näkökulmasta.

Valitsimme tutkimuksemme tiedonkeruumenetelmäksi teemahaastattelun, jossa teemojamme ovat 1) Kimppa-ryhmän merkitys vanhemmuuden tukemisessa, 2) hyvää Kimppa-ryhmässä sekä 3) kehitettävää Kimppa-ryhmässä. Pyrimme saamaan näiden teemojen avulla vastauksia tutkimustehtäviimme. Laadimme haastattelua varten teemojen ympärille haastattelurungon. Päädyimme teemahaastatteluun, koska se antaa enemmän tietoa tutkittavasta asiasta kuin tarkasti rajattu strukturoitu haastattelu. Teemahaastattelun valinta helpotti myös analysointivaiheessa, sillä haastattelun materiaali pysyi hallittuna verrattuna avoimeen haastatteluun. Esitetasimme haastattelurunkoa kahdella ryhmän ulkopuolisella äidillä, joilla on alle kaksi vuotiaita lapsia ennen varsinaisten haastattelujen suorittamista sen ymmärrettävyyden takaamiseksi. Muokkasimme esitestauksen jälkeen muutamia kysymyksiä ymmärrettävämpään muotoon sekä lisäsimme pari tarkentavaa kysymystä.

Kaikki kolme haastattelua teimme haastateltavien kotona. Haastattelutilanteessa pyysimme haastateltavia aluksi allekirjoittamaan laatimamme kirjallisen suostumuslomakkeen tutkimukseen osallistumisesta. Haastattelut nauhoitettiin ääninauhurin avulla. Haastattelut kestivät puolesta tunnista vajaaseen tuntiin. Haastattelujen jälkeen purimme ääninauhat tekstimuotoon eli litteroimme aineiston parin kuukauden sisällä haastattelujen suorittamisesta. Tallennettu laadullinen aineisto on yleensä tarkoituksenmukaista litteroida eli kirjoittaa sanasanaisesti puhtaaksi. Se voidaan tehdä koko kerätyistä aineistosta tai valikoiden esimerkiksi teema-alueittain. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2014, 222.) Tarkastelimme litteroitua aineistoa tutkimustehtävien näkökulmasta, ja pyrimme

löytämään keskeisiä kokonaisuuksia tutkittavaan aiheeseen liittyen. Kokonaisuuksien pohjalta ryhmittelimme ja luokittelimme aineistoa, ja analysoimme tutkimustehtävienne perusteella, mitkä tekijät nousivat haastattelujen kautta olennaisiksi raportoitaviksi tekijöiksi. (Kananen 2014, 99–100.)

#### **4.4 Aineiston analyysi**

Tutkimuksen aineistoa käsiteltiin induktiivisella sisällön analyysillä. Induktiivinen analyysiprosessi koostuu pelkistämisestä, ryhmittelemisestä ja abstrahoimisesta. Pelkistämällä tarkoitetaan sitä, että litteroidusta aineistosta poimitaan ilmaisuja, jotka liittyvät tutkimustehtävään. Aineiston pelkistäminen tapahtuu esimerkiksi kysymällä aineistolta tutkimustehtävän mukaisia kysymyksiä. Aineistosta kerätään asiat, jotka vastaavat tutkimuskysymyksiin. (Kyngäs & Vanhanen 1999, 5.) Pelkistämällä aineistosta karsitaan tutkimuksen kannalta epäolennaiset asiat pois, mikä tarkoittaa saadun tiedon pilkkomista osiin tai tiivistämistä (Tuomi & Sarajärvi 2012, 109). Pelkistetyt ilmaisut pyritään pitämään mahdollisimman alkuperäisinä eli ne kuvataan samoilla termeillä kuin teksti on aineistossa (Kyngäs & Vanhanen 1999, 5).

Taulukoimme litteroidun aineiston haastattelurungon kysymysten mukaisesti. Haastattelukysymykset on johdettu tutkimustehtävistä. Yksinkertaistimme pelkistetyn aineiston ilmaisut, jotka vastasivat haastattelukysymyksiin eli poistimme niistä turhat ilmaisut ja muutimme puhekielisen tekstin kirjakiellelle.

Ryhmittelyssä aineistosta pelkistetyt ilmaukset käydään tarkasti läpi. Aineistosta etsitään samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia. (Tuomi & Sarajärvi 2012, 110.) Tutkija yhdistää näistä pelkistetyistä ilmaisuista ne asiat, jotka kuuluvat yhteen. Samaa tarkoittavat ilmaisut yhdistetään samaan luokkaan, jolle annetaan luokan sisältöä kuvaava nimi. (Kyngäs & Vanhanen 1999, 5-6.) Käsitteilyiden ryhmittelystä käytetään tässä vaiheessa nimitystä alaluokka. Tästä edetessä alaluokat yhdistetään yläluokkiin ja yläluokat yhdistetään pääluokkiin. Abstrahoinnissa erotetaan tutkimuksen kannalta oleellinen tieto, jonka avulla muodostetaan teoreettisia käsitteitä. (Tuomi & Sarajärvi 2012, 110–111.) Abstrahointia jatketaan yhdistämällä luokkia niin kauan, kun se on sisällön kannalta mielekästä. Pääluokkien nimeäminen voi olla ongelmallista, joten nimeämisessä käytetään usein deduktiivista päättelyä eli luokalle annetaan nimi, joka on jo entuudestaan tuttu käsite. (Kyngäs & Vanhanen 1999, 7.)

Käytimme analyysiprosessissa taulukointia apuna aineiston luokittelussa kaikissa vaiheissa. Ryhmittelimme pelkistetyn aineiston saman sisältöisiin ryhmiin, ja nimesimme ne niitä kuvaavalla ilmaisulla. Näistä ryhmistä muodostui alaluokat. Alaluokkien perusteella muodostimme yläluokat, joita oli yhteensä 16 kappaletta. Yläluokista laadimme aineiston neljä pääluokkaa. Nimesimme pääluokat deduktiivisen päättelyn avulla jo olemassa olevien käsitteiden tai sanaparien mukaan. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä käsitteitä yhdistellään siten, että saadaan vastaus tutkimustehtävään. Analyysi perustuu tulkintaan ja päättelyyn, jossa edetään alkuperäisestä aineistosta kohti käsitteellisempää näkemystä tutkittavasta ilmiöstä. Aineiston edetessä yhä käsitteellisemmäksi on huomioitava myös alkuperäinen litteroitu aineisto, jotta konteksti säilyy. Teoriaa ja johtopäätöksiä siis verrataan toistuvasti litteroituun materiaaliin. (Tuomi & Sarajärvi 2012, 112.)

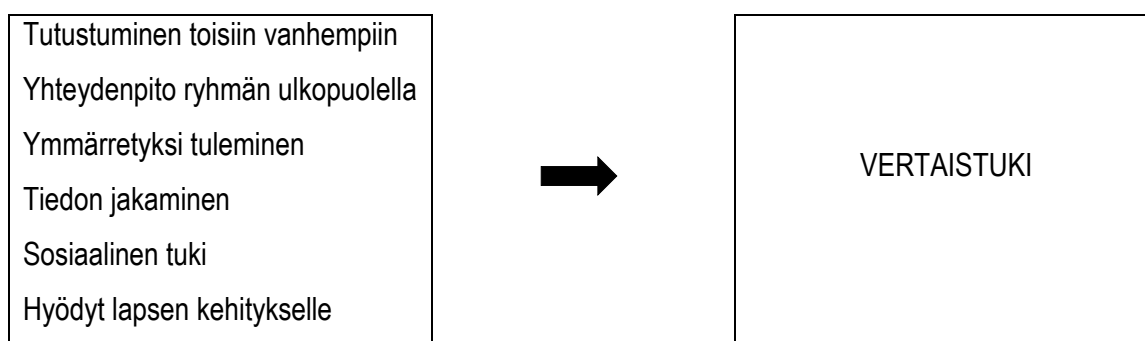
Tutkimuksen tuloksena raportoidaan sisällön analyysissä muodostuneet luokat ja niiden sisällöt. Sisältöä kuvataan myös alkuperäisen aineiston perusteella. Suorien lainauksien tarkoituksena on lisätä raportin luotettavuutta ja havainnollistaa lukijalle, mistä lähtökohdista luokkia on lähdetty muodostamaan. Niitä tulee käyttää vain esimerkin omaisesti ja siten, että tutkittavia ei voi tunnistaa ilmaisuista. (Kygäs & Vanhanen 1999, 10.) Johtopäätösten tekemisessä tutkija pyrkii ymmärtämään, mitä asiat ovat merkinneet tutkittaville eli tutkittavia pyritään ymmärtämään heidän omasta näkökulmastaan analyysin kaikissa vaiheissa (Tuomi & Sarajärvi 2012, 113).

## 5 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tutkimuksen tulokset on laadittu haastattelujen pohjalta huomioiden, että jokaiseen tutkimusongelmaan on saatu vastaus. Tulosten esittämisjärjestys on suunniteltu siten, että tutkimuksen päätulosten havainnointi on selkeää ja johdonmukaista. Tutkimustulokset on jaettu neljään pääluokkaan, jotka liittyvät sekä ryhmän sisältöön että ryhmän rakenteeseen ja toimintaan. Sisältöön liittyvät pääluokat ovat ”Vertaistuki” ja ”Vanhemmuuden tukeminen”. Ryhmän rakenteisiin ja toimintaan liittyviksi pääluokiksi muodostuivat ”Toiminnallinen ryhmä” ja ”Kehittämis ehdotuksia ryhmän toiminnalle”. Tulosten esittämisen rinnalla taulukot havainnollistavat sitä, miten pääluokat on jaettu yläluokkiin. (Hirsjärvi 2014, 262–263.)

### 5.1 Vertaistuki

Vertaistuki muodostui aineiston ensimmäiseksi ja suurimmaksi pääluokaksi. Se kattaa kaikkienensa kuusi eri yläluokkaa (Kuvio 1). Yläluokat puolestaan muodostuvat saman sisältöisistä alaluokista (Liite 3).



*KUVIO 1. Vanhempien kokemus vertaistuen osa-alueista.*

Yläluokka ”Tutustuminen toisiin vanhempiin” koostuu kolmesta yhdistetystä alaluokasta. Nämä alaluokat ovat: tyytyväisyys uuden tuttavän saamisesta, tutustuminen toisiin ryhmäläisiin ja tutuksi tuleminen toisten kanssa. Tutkimustulosten mukaan ryhmäläiset kokivat tärkeäksi muiden ihmisten tapaamisen. Oman elämäntilanteen jakaminen toisten samassa elämäntilanteessa olevien kanssa on ollut monelle äidille merkittävä kokemus. Toisiin vanhempiin tutustuminen on antanut monipuolisesti uutta sosiaalista ulottuvuutta äitien arkeen.

”Yhteydenpito ryhmän ulkopuolella”-yläluokka muodostuu kahdesta alaluokasta. Alaluokkien perusteella merkittäväksi nousi kyläily ja yhteydenpito toisten äitien kanssa. Äidit ovat pitäneet yhteyttä ryhmän ulkopuolella muun muassa kyläilemällä toisten luona. Vierailut olivat tapahtuneet yleensä muutaman äidin kesken. Yhteydenpitoa oli hyödynnetty myös sosiaalisen median välityksellä. Eräs äideistä tosin sanoi, että ei ole löytänyt samanhenkisiä ihmisiä kyseisestä ryhmästä, mutta tietää, että ryhmän muut äidit ovat pitäneet yhteyttä ryhmän ulkopuolellakin.

*”Mä oon siis käyny kattomassa molempien, jotka ootti vauvoja, niillä on meidän tyttöä pienemmät tytöt molemmilla, niin tuota olen käynyt molempien vauvoja katsomassa. – Ja toisen luona on käyty kerran vielä niinku sen lisäksi vielä kylässä ja Facebookissa jutellaan jonkun verran ja sillee, että ne on käyny meillä ja mulla oli jotku lastenvaatekutsut tai semmoset ja ne kävi niinku, toinen oli synnyttämässä sillon, mutta toinen kävi sitte kylässä vauvan kans.”*

Yläluokka ”Ymmärretyksi tuleminen” koostui niin ikään kahdesta alaluokasta: samassa elämäntilanteessa olemisen ja yksilöllinen huomiointi ryhmäläisten kesken. Äidit ovat löytäneet ryhmästä ihmisiä, jotka ovat samassa elämäntilanteessa tai muuten samanhenkisiä. Äidit ovat kokeneet, että muiden äitien kanssa voi avoimesti puhua menneisyydestä ja muista ongelmatilanteista. Tärkeää on ollut kuulla muiden selviytymistarinoita ja saada kannustusta omiin huoliin liittyen. Samanlaisessa tilanteessa eläminen antaa paljon keskusteltavaa äideille keskenään, mitä kautta äitien yhteisöllisyys korostuu.

*”Huomannu, että on paljon niinku, vähän niinku samantapasia. Että ei oo niinku yksin niinku niitten asioitten kanssa. Ja sitte, justiin se, että on tutustunu yhteen semmoseen henkilöön, jonka kanssa, niinku tälleen näin kaverataanki.”*

”Tiedon jakaminen”-yläluokka muodostui viidestä eri alaluokasta: kokemusten jakaminen, neuvojen saaminen, avun antaminen toisille, käytännön neuvojen jakaminen sekä mallin saaminen muilta äideiltä ja lapsilta. Haastattelujen mukaan äidit ovat hyvin monipuolisesti jakaneet omaa tietouttaan ja käytännön kokemuksiaan toisten äitien hyväksi. Myös konkreettista apua arjessa on annettu vastavuoroisesti. Kokemusten jakaminen näkyy esimerkiksi kuulumisten kysymisellä sekä sillä, että ryhmässä on yhdessä mietitty vaikeita asioita. Äidit ovat saaneet toisiltaan myös neuvoja, jotka ovat helpottaneet muun muassa lapsen kanssa arjessa selviytymistä ja taloudellisia huolia.

*”Tuetaan toisia ja osataan neuvoa, miten kannattaa tehdä seuraavan kerran.”*

Yläluokka ”Sosiaalinen tuki” muodostuu seuraavista alaluokista: tuen hakeminen raittiuteen, ymmärrystä ja tukea toisilta, voimavarojen lisääntyminen, käytännön apu arjessa, yhdessäolo muiden vanhempien kanssa, äideille omaa aikaa ja kuulumisten vaihtaminen. Vanhemmat ovat kokeneet saaneensa monipuolisesti sosiaalista tukea ryhmätoiminnan kautta.

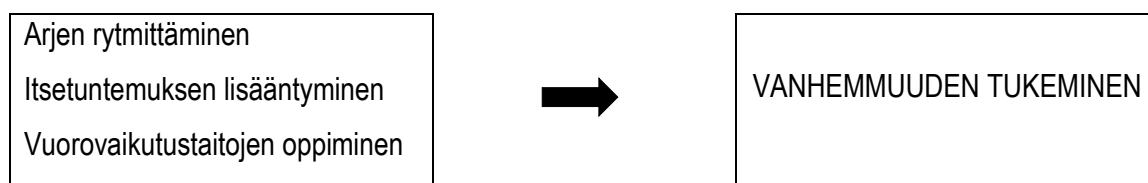
Yläluokka ”Hyödyt lapsen kehitykselle” keskittyi kuvailemaan lapsen kehityksen huomioimista ryhmätoiminnassa seuraavien alaluokkien avulla: lapset kohtaavat toisiaan, ryhmätoiminta mieleistä lapselle ja lapset tottuvat muihin ihmisiin. Äidit kokivat, että lapselle oli hyödyllistä päästä vuorovaikutukseen toisten saman ikäisten kanssa. Eräs äideistä myös sanoi, että ilman ryhmätapaamisia he olisivat suurimmaksi osaksi lapsen kanssa kahdestaan, ja pidemmällä aikavälillä lapsi voisi kiintyä äitiin liikaa, jos he eivät olisi tekemisissä muiden ihmisten kanssa.

*”Poika lähti sinne mielellään ja se aina ootti kavereita ja aina suju leikit tosi hyvin, että se oli niinku silleen kivaa. Että aina positiivisella mielellä ja ainahan sen sai houkutella sieltä kotiin, että tuota. – Tietysti seki on semmonen, että se tykkää kyllä nähä ihmisiä. Että on elämää ja pikkusen hässäkkää niin se on ihan mielissään, että tykkäsi kyllä käyä.”*

*”Ja sitte että lapsenikin näkkee toisia lapsia. Se pystyy sitten oleen vieraan ihmisenki kanssa, että ei oo niin kiinni minussa. Ja seki saattaa tulla sitten jossain vaiheessa, että saattaa kiintyä liikaa, että ei pysty jättäääkään mihinkään.”*

## 5.2 Vanhemmuuden tukeminen

Toinen aineistosta muodostunut pääluokka on ”Vanhemmuuden tukeminen”. Se muodostuu kolmesta yläluokasta (Kuvio 2), ja niiden muodostamista alaluokista.



KUVIO 2. Vanhemmuuden tukemisen keskeiset tekijät.

Yläluokka "Arjen rytmittäminen" tiivistää seuraavat alaluokat: sisältöä ja tekemistä arkeen, arjen rytmittäminen, muutokset arkeen, arjen hallinnan paraneminen ja kotioloista irtautuminen. Äidit kokivat, että säännölliset ryhmätapaamiset rytmittävät arkea ja auttavat sitä kautta myös muun arjen ajanhallinnan kanssa. Ryhmätoiminta tuo sisältöä ja tekemistä arkeen, jolloin perheen arki on muutakin kuin kotona olemista. Kotioloista irtautuminen oli myös keino siihen, ettei jää päiväkausiksi yksin lasten kanssa kotiin, vaan pääsee tapaamaan myös toisia aikuisia.

*"No minua jännitti silloin raskausaikana, että ku toinen lapsi tulee, että joudunko mä jäämään sit yksin kotiin, et mä en pääse sieltä minnekkään."*

*"Mää oon alakanu näkkeen ittessäni niitä virheitä, mitä mää oon ennen teheny. Että... että nyt tekkee kaikki niinku tavallaan toisin. Että nostaa itteä niskasta. Että nyt pittää tehdä, että ei auta lorvailla."*

"Itsetuntemuksen lisääntyminen"-yläluokka muodostui kuudesta alaluokasta: omien tarpeiden tunnistaminen, itsetunnon kohottaminen, virheistä oppiminen ja toimintatapojen muuttaminen, oman tilanteen realisointi ja arvostus, omana itsenä oleminen sekä ajatusmaailman muutos. Äidit kokivat, että ryhmätoiminnassa käyminen auttoi heitä tunnistamaan, että säännöllisistä tapaamiskerroista on hyötyä rytmittämään arkielämää. Ryhmätoiminta on auttanut äitejä myös näkemään omia virheitä ja muuttamaan omia toimintatapoja sen mukaisesti, sekä auttanut esimerkiksi ryhdistäytymään arjessa lapsen kanssa. Ryhmätoiminnassa tapaa monessa eri elämäntilanteessa olevia äitejä, ja eräs äiti kuvasi sitä, miten se on auttanut hahmottamaan omaa elämäntilannetta suhteessa muihin. Se oli johtanut hänellä suureen muutokseen oman tilanteen realisoinnissa. Erityisesti ryhmän aktiviteetit ja säännöllisyys sekä ryhmässä keskustelu ovat lisäksi auttaneet muuttamaan äitien ajatusmaailmaa sekä rohkaisseet heitä tuomaan esille oman itsensä.

*"Mä aattelin monta kertaa sen jälkeen, että mulla on elämä oikeesti aika pirun hyvin. – Ja että ossaa arvostaa vielä ehkä enemmän sitä omaa elämäntilannetta, tai se anto silloin semmosta realiteettia. Musta oli mukava käyä siellä huomaamassa, että mulla on ihan mukava elämä, vaikka se kuulostaa ehkä vähän inhottavalta."*

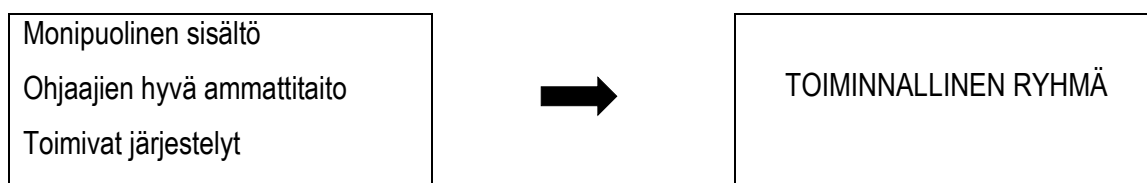
Yläluokka "Vuorovaikutustaitojen oppiminen" sisältää seuraavat alaluokat: äidin ja lapsen suhteen lähentyminen, vuorovaikutuksen lisääntyminen, lasten sosiaalinen kanssakäyminen, tunteiden ilmaiseminen ja lapsen tunteiden huomioiminen. Eräs äiti koki erityisesti, että ryhmässä käyminen

on parantanut hänen ja lapsensa suhdetta ja ryhmässä on oppinut uusia vuorovaikutustaitoja suhteessa lapseen. Lisäksi hän kuvasi, että ryhmässä käyminen on opettanut ilmaisemaan omia tunteita, sillä joka viikko tapaamisissa jokainen jakaa kuulumiset toisille. Äiti koki myös, että hän on oppinut tulkitsemaan lapsensa tunteita paremmin ja ennakoimaan niihin, kun on nähnyt, miten toiset äidit ovat vuorovaikutuksessa lapsensa kanssa. Tämä nopeampi reagointi on muun muassa vähentänyt lapsen kiukuttelua. Muut äidit kommentoivat, että tunti viikossa on melko vähän kehittämään vuorovaikutustaitoja tai kokivat, että heillä ei ole tuen tarvetta vuorovaikutustaitojen parantamiseen.

*”Se on niinku lähentäny meitä enemmän. Ja niinku niitä lorujaki on opeteltu, niin me ollaan jatkettu niitä kotona.”*

### 5.3 Toiminnallinen ryhmä

Toiminnallinen ryhmä muodostui aineiston kolmanneksi pääluokaksi. Se koostuu kolmesta yläluokasta (Kuvio 3).



KUVIO 3. Ryhmän toiminnallisuuteen vaikuttavat ominaisuudet.

Yläluokka ”Monipuolinen sisältö” koostu seuraavista yhdistetyistä alaluokista: eri ammattihenkilöiden vierailut, erilaiset teemat, ohjattu laulu-leikkituokio, toiminta ryhmässä, yhdessä tekeminen lapsen kanssa, ryhmän käytännöt miellyttäviä, ohjelma osallistavaa sekä keskustelu. Äidit kokivat ryhmän sisällön monipuoliseksi. Erityisen hyödylliseksi koettiin ryhmässä yhdessä keskusteleminen. Osallistujat kokivat myös päässeensä osallisiksi ryhmän suunnitteluun keksimällä erilaisia heitä kiinnostavia keskusteluteemoja eri ryhmätapaamiskerroille. Eri ammattihenkilöiden vieraileminen ryhmässä koettiin hyvänä ja toivottavana asiana.

*”Niin ja sitte siellä on käyny niitä jotaki liikunta tyyppjeä niinku lapsille ohjaamassa semmosta aamu juttua siinä ja no äitienpäivä kortteja tehtiin viimeksi. Sitte on tosiaan käyny niitä psykologia ja jotaki tämmöstä, mutta niistäki aika moni ei päässy sitte tulemaan tai*

*jotenki peruuntu mutta ne on ollu aina kivoja ku siellä on käyny joku semmonen vieraileva ohjaaja."*

Ryhmän alussa pidettävät laulu-leikkituokioiden olivat äideille tärkeä osa ryhmätapaamista. Heistä oli hyödyllistä tehdä jotain yhdessä lapsen kanssa, ennen kuin vanhemmat siirtyvät keskenään toiseen huoneeseen keskustelemaan. Laulu-leikkituokioiden myötä äitien oli helpompi jättää lapsensa hoidettavaksi ja lapsillekin kynnys siirtyä leikkimään vieraiden ohjaajien kanssa oli matalampi. Yksi äiti kertoi, että hänen ja lapsen loru-leikkituokioiden ovat lisääntyneet myös kotona ryhmän myötä. Eräs äideistä koki, että loru-leikkituokioita olisi voinut olla jopa enemmän ryhmätapaamisten aikana, esimerkiksi ryhmätapaamisen lopuksi.

*"Ja sitte, mää ehkä ite oon semmonen leikinvetäjä-laulattaja-loruttelija –luonne, työssäni ollessani, niin mää oisin toivonu, että sitä ois ollu enemmän. Mulle mainostettiin, että sitä ois, mutta sitä ei ollut... juuri ollenkaan."*

Yleinen keskustelu vanhempien kesken koettiin yhdeksi hyödyllisimmäksi asiaksi ryhmässä. Erityisen tärkeäksi ryhmäläiset kokivat sen, että ryhmätapaamisten alussa jokainen sai vuorotellen kertoa omat kuulumiset. Nämä yksilölliset puheenvuorot edesauttoivat kuulluksi tulemistä ja äitien vuorovaikutuksellisuutta ryhmässä. Lisäksi merkittävää oli, että keskustelun koettiin auttavan tunteiden ilmaisemisessa myös arjessa.

*"Tai siinä ihan alussa, kun kerrotaan oma mieliala ja miten on niinku menny. Että ossaa kertoa, miten oikeesti mennee että ei niinku piilottele niitä. Ja sitte se näkyy täällä arjesakin, että ei enää pidä sisällä niitä tunteita."*

Yläluokka "Ohjaajien hyvä ammattitaito" koostuu viidestä yhdistetystä alaluokasta: yksilöllinen kohtaaminen ja huomiointi, ohjaajat huomioivat tasavertaisesti osallistujat, ohjaajan aloitteellisuus aiheiden keksimisessä, lapsi huomioitiin hyvin mukaan ryhmätoimintaan sekä ohjaajat tukevat avointa keskustelua. Tutkimustulosten mukaan äidit kokivat ryhmän ohjaajien ammattitaidon hyväksi. He kokivat, että pystyivät ohjaajan johdolla keskustelemaan tasa-arvoisina yksilöinä, ilman että tarvitsi miettiä mistä pystyy puhumaan. Ryhmäläiset kokivat tulleensa myös yksilöllisesti huomioituksi, ja että ohjaaja tuntee ja tietää heidän tarpeitaan. Ohjaaja pystyi luomaan ryhmään avoimen ja ymmärtävän ilmapiirin sekä edistämään keskustelun kulkua.

*"Ja ehkä se tietysti, että tiesit aina olevas tervetullut tulemaan sinne niinku semmosena ku olit, että se oli silleen niinku mukava, että vaikka olit hullun pahalla tuulella niin se ei kettään haitannu, ku sä tulit sinne hullun pahalla tuulella tai muuten vaan, että tavallaan sitte taas se ohjaaja tuntee jokaisen yksitellen ku on haastateltu niin se tavallaan tuntee sen persoonan ja tietää, et mitä varten se just on siellä. Että sitte taas että (ohjaaja) tiesi, että minä kaipaan sitä juttelua ja porinaa niin mää kyllä sitä sain siellä, että sai sitte olla äänessä ja ölistä."*

Ryhmäläiset kokivat myös hyväksi sen, että ohjaaja oli aloitteellinen keskusteluaiheiden keksimisessä erityisesti ryhmän ensimmäisillä kerroilla. Aiheiden keksiminen äitien kesken aluksi vierassa seurassa oli koettu vaikeaksi, joten ohjaajien tuki ryhmähengen muodostumiselle oli ollut tärkeää. Lasten huomioiminen ryhmätoiminnan suunnittelussa ja järjestelyissä koettiin riittäväksi. Vanhempien mielestä myös lapset oli huomioitu ryhmätoiminnan järjestelyissä. Heitä varten oli järjestetty hoitajia, jotka leikkivät ja huolehtivat lapsista äitien keskustelutuokioiden aikana. Yleisesti lasten koettiin viihtyvän hyvin ryhmätapaamisissa ja heidän pääsevän osallistumaan leikkeihin sekä muuhun ryhmän yhteiseen toimintaan.

Yläluokka "Toimivat järjestelyt" muodostui seitsemästä yhdistetystä alaluokasta, joita ovat: osallistujia kiitettävästi, pääseminen ryhmään helppoa, ryhmän kokoonpano, eri ammattihenkilöiden suosituksesta, aiemman ryhmän kautta, vanhempien toiveet huomioitiin sekä lastenhoito vanhempien keskustelutuokioiden aikana. Ryhmän kokoonpanon samana pysyminen ryhmätapaamisten aikana oli toivottavaa ryhmäläisten mielestä. Ryhmään pääseminen oli tuntunut kaikista suhteellisen helpolta ja se oli tapahtunut esimerkiksi neuvolan psykologin tai perhetyöntekijän suosituksesta. Yksi äideistä oli ollut jo toisessa eri vanhempainryhmässä ennen Kimppa-ryhmää, joten hän osallistui Kimppa-ryhmään ikään kuin jatkoryhmänä. Vanhemmat kokivat, että heidän toiveensa tuli hyvin huomioiduksi eri ryhmätapaamisten teemoissa ja keskusteluaiheissa, vaikka äitien taustat poikkesivat toisistaan huomattavasti.

*"Joo, ne on aika hyvin tullu toteutettua. Kun on puhuttu että vois vaikka leipoa leipää, niin seuraavalla kerralla on ollu jo taikinat valmiina, että pyöräyttäkääpä pullat."*

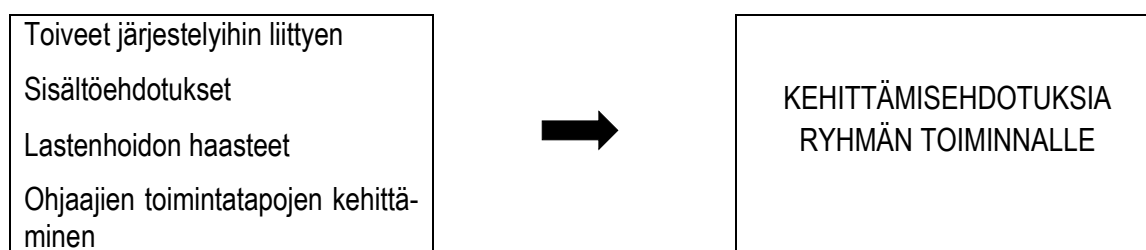
*"Ne aiheet käsiteltiin kyllä, ja ne oli hyviä, ku ne oli semmosia mitä me oltiin haluttu."*

Jokainen tutkimukseen osallistuva äiti koki lasten hoidon vanhempien keskustelutuokioiden aikana hyödylliseksi järjestelyksi. Vanhemmat kokivat tärkeäksi sen, että he saavat hetken keskustella rauhassa ilman lapsia ja olla vain aikuisten kesken. Äideillä ei ollut arjessa muuten juurikaan omaa aikaa, kuin ryhmätapaamisten keskustelutuokioiden.

*"Joo, on se tosi hyvä ja niinku ja just tälleenki, että ku itekki on koko ajan lapsen kanssa niin aattelin, että se ois tosi hyvä että vois siinä olla sitte hetken näin."*

#### 5.4 Kehittämisehdotuksia ryhmän toiminnalle

Kehittämisehdotuksia ryhmän toiminnalle nousi aineiston neljänneksi ja viimeiseksi pääluokaksi. Se muodostui neljästä yläluokasta (Kuvio 4).



KUVIO 4. Keskeisiä kehittämisehdotuksia ryhmän toimintaan liittyen.

Yläluokka "Toiveet järjestelyihin liittyen" koostui seuraavista yhdistetyistä alaluokista: osallistujamäärä vähenee tapaamisten edetessä, varasijalta perheitä tilalle, saisi olla enemmän osallistujia, useampi tapaamiskerta viikossa parempi, ryhmän pitäisi olla kestoaltaan pidempi, enemmän aikaa yhdelle aiheelle sekä tapaaminen pidemmäksi. Äitien mielestä ryhmän aloituskoko oli sopiva. Toisaalta suurempaa ryhmän aloituskokoa voisi haastateltavien mielestä ajatella, sillä jokaisessa ryhmässä osallistujamäärä oli vähentynyt ryhmätapaamisten edetessä sairasteluiden, reissujen ja ryhmästä poisjättäytymisten takia. Ryhmäläiset toivoivat, että osallistujia olisi voitu ottaa jälkikäteen varasijalta mukaan ryhmään.

*"Mmm.. no tuota.. niin no nyt siinä oli mun mielestä aika vähän meitä loppujen lopuksi. Osa lopetti jo sitte kesken kaiken että ois ehkä ollu kivempi, että siinä ois ollu vähän enemmän."*

Eräs äideistä koki, että ryhmä olisi voinut olla kokonaiskestoltaan pidempi, sillä sairastelut ja reissuissa käymiset lyhensivät ryhmän kestoja huomattavasti omalla kohdalla. Myös yksittäinen ryhmätapaaminen olisi voinut olla kestoaltaan pidempi erään äidin mielestä, sillä ruokailut ja muut aktiviteetit veivät hänen mielestä paljon aikaa eikä muulle toiminnalle, kuten keskustelulle jäänyt tarpeeksi aikaa. Eräs äideistä taas koki, että ryhmätapaamisia olisi voinut olla useampana päivänä viikossa. Hänen mielestään kerta viikkoon oli liian harvakseltaan. Yleisesti yhden keskusteluaiheen käsitellylle olisi toivottu enemmän aikaa.

Yläluokka "Sisältöehdotukset" koostuu viidestä yhdistetystä alaluokasta, joita ovat: enemmän ohjattuja leikkejä ja toimintaa, ruoan laittaminen yhdessä valmiin tilaamisen sijasta, pidempi, parin päivän, tapaaminen ryhmäläisten kanssa, enemmän yhdessäoloa äidin ja lapsen kesken, ei välipaloja. Ohjattua leikkiä ja toimintaa olisi toivottu olevan enemmän. Yksi toiveista oli myös se, että ryhmäläiset tekisivät ryhmätapaamisissa ruokaa yhdessä valmiin ruoan tilaamisen sijaan. Välipalojen antaminen lapselle ryhmätapaamisissa koettiin sekoittavan lapsen ruokailurytmiä loppupäivän ajaksi. Eräs äideistä koki, että ryhmätapaamisissa olisi voinut olla enemmän yhdessä oloa ja yhteistä toimintaa äidin ja lapsen kesken, jotta lapsi olisi jäänyt turvallisiin mielin hoitajien kanssa leikkimään, kun aikuiset menevät toiseen huoneeseen keskustelemaan keskenään. Eräs äideistä ehdotti, että jatkossa ohjaajat voisivat järjestää myös pidempiä tapaamisia ryhmäläisten kesken.

*"Nuo vois järjestää jotaki leirejä, silleen että pääsis niinku kaikki mukkaan. sinne. Sitte ois niitä keskustelutilaisuuksia, makkaranpaistoa ja uintia ja ihan kaikkia. Semmonen leiri. Se vois kestää jonku viikonlopun vaikka."*

Yläluokka "Lastenhoidon haasteet" koostuu kolmesta yhdistetystä alaluokasta, joita ovat: hoitajien poissaolot, lastenhoitajien ammattitaidossa kehitettävää sekä enemmän ohjattua toimintaa lapsille. Vanhemmat kokivat, että lapsille olisi voinut olla enemmän järjestettyä toimintaa ryhmätapaamisten aikana. Eräs äideistä ehdotti, että lapsille olisi tarjolla enemmän luovaa toimintaa, kuten askartelua. Hoitajien ajoittaiset poissaolot koettiin vaikeuttavan ryhmätapaamisten sujumista. Jos hoitajia ei ollut tarpeeksi, ryhmäläiset ottivat vuorotellen lapsia mukaan vanhempien keskusteluhuoneeseen, mikä vaikeutti vanhempienvälistä vuorovaikutusta. Ryhmäläiset kokivat myös epäselväksi sen, pitääkö heidän hoitaa lapsia tai katsooko kukaan heidän lapsensa perään, mikä vaikeutti heidän osallistumistaan äideille tarkoitettuihin keskusteluhuoneisiin.

*"Mää en saa hetkeäkään edes henkästä. – Mää en tienny kuka sitä vahtii ja missä se on?"*

*"Niinku annoinki sillon palautetta, ku mulle oli itelle välillä hämää siinä toiminnassa se, että pitääkö mun vahtia noita lapsia vai ei."*

Eräs äideistä koki myös, että lastenhoitajien epävarmuus lastenhoitotilanteessa vaikutti myös lapsen viihtymiseen ja pärjäämiseen hoitajien kanssa ilman äitiä. Lapset huomaavat herkästi aikuisen varovaisuuden ja olivat reagoineet siten, että he vierastivat jäädä vieraiden seuraan. Äidit kokivat, että tällöin olisi ollut helpompi ottaa lapsi mukaan keskustelutuokioon kuin jättää lapsi hätäntyneenä hoitajille.

*"Ja tota... niin ja joo se lastenhoitaja homma, että vähän kattoo tarkemmin että minkälaisia ihmisiä... Tai onkai ne niinku ihan silleen ammattilaisia mutta et, jotenki niillä sitä varmuutta niitten hommaan."*

Yläluokka "Ohjaajien toimintatapojen kehittäminen" koostuu seuraavista yhdistetyistä alaluokista: suunnitellussa aiheessa pysyminen, ohjaajan ammatillisuus keskustelunohjauksessa ja sisällössä, aikatauluista kiinnittäminen, ohjaajille uusia näkökulmia sekä ohjaajien pitäisi olla innostuneempia. Ryhmäläiset kokivat, että ohjaaja olisi voinut ottaa enemmän roolia keskustelunohjauksessa aikataulussa sekä aiheessa pysymiseksi. Yleisesti koettiin, että moni tärkeä äitien omakeksimä aihe jäi heikosti käsittelemättä ajanpuutteen vuoksi. Aiheen ulkopuolinen keskustelu vei myös monen mielestä liikaa aikaa, jonka vuoksi asioita, kuten loru-leikkituokioita, jätettiin tekemättä tai varsinainen aihe loppuun käsittelemättä. Ohjaajalta toivottiin enemmän vastuunottoa aikataulussa pysymisestä.

*"Nii sitte kävi monesti niin, että me ei ehkä pysytty ihan aiheessa. Että sitähan ois voinu vielä enemmän ohjata sitte, ku me ite päätettiin niitä aiheita. Ettei se aina mee siihen, että lähtetään, mitä sattuu."*

Vanhemmille ja lapsille yhteiseksi suunniteltu laulu-lorutuokio jäi ryhmäläisten mukaan usein välistä ajanpuutteen vuoksi. Äidit kokivat kuitenkin yhteisten vuorovaikutushetken tärkeäksi, jopa vanhempien keskeiseen keskusteluun verrattavaksi, joten aikataulusta ja laulu-lorutuokiosta kiinnittäminen olisi ollut ryhmässä ensiarvoisen tärkeää.

*"Et siellä oli aluksi muutamilla kerroilla, mutta oli sitte monesti kävi niin, että "ääh, kello on jo sen verran, mennäänkö vaan?"*

Osa haastateltavista toivoi ohjaajilta enemmän innokkuutta ja uusia näkökulmia ryhmätapaamisten suunnitteluun ja ohjaamiseen. Ryhmän ohjaajilla koettiin kuitenkin olevan vahvaa ammattitaitoa ja osaamista vanhempainryhmän ohjaamisessa, sillä heillä oli pitkä tausta perhetyöstä sekä ryhmän-ohjaamisesta. Kuitenkin erilaiset toimintatavat ajoittain olisivat tuoneet myös ryhmäläisille vaihtelevuutta ja mielenkiintoa ryhmässä käymiseen.

## 5.5 Tulosten yhteenveto

Ryhmätapaamisten koetut vaikutukset vanhemmuuteen olivat samankaltaisia. Vertaisilta ja ohjaajilta saatu tuki ja neuvojen jakaminen nousi esille kaikissa haastatteluissa. Lisäksi osallistujat pitivät myös siitä, että ryhmässä käyminen toi vaihtelua ja rytmitti arkea. Jokainen haastateltava koki oman itsetuntemuksensa lisääntyneen ryhmän myötä. Vanhempien mielipiteet ryhmän sisältöön ja toimintaan liittyen olivat myös hyvin yhteneväisiä. Ryhmätapaamisissa toivottiin olevan enemmän ohjattua toimintaa sekä lapsille että yhteisesti vanhemmille ja lapsille. Ohjaajilta toivottiin myös jämmäkyttä ryhmätapaamisen kulun ohjaamisessa. Lisäksi haastatteluissa nousi yhteneviä mielipiteitä ja kehittämisehdotuksia lastenhoitoon liittyen.

Eriäviä toiveita oli ryhmän järjestelyihin liittyen, esimerkiksi ryhmän kestosta, ryhmätapaamisten tiheydestä ja yksittäisen ryhmätapaamisen pituudesta oltiin eri mieltä. Haastateltavien taustat olivat hyvin erilaisia. Kaksi haastateltavista oli yksinhuoltajia ja yhdellä haastateltavalla ydinperheeseen kuului lasten lisäksi kumppani. Eräs vanhemmista osallistui ryhmään jatkoryhmänä, kun taas loput ryhmäläisistä osallistui ensimmäistä kertaa vanhempainryhmätoimintaan. Tutkimustulosten perusteella osallistujien tarpeet erilaisista taustoista huolimatta olivat kuitenkin hyvin yhteneväisiä ja haastattelujen perusteella yleisesti vanhemmat kokivat saaneensa ryhmän kautta apua ja tukea omiin tarpeisiinsa. Eriäviä mielipiteitä ryhmätoiminnan vaikuttavuudesta oli muun muassa vuorovaikutustaitojen oppimisen osalta sekä eräs osallistuja koki, että ryhmä ei ollut tarpeeksi yksilöpainotteinen hänen tarpeisiinsa nähden. Osallistujat kokivat tullessa kuulluksi ja huomioiduksi ryhmätapaamisten keskusteluaiheissa ja teemoissa, mutta haastattelujen perusteella he olisivat kaihvanneet enemmän aikaa aiheiden käsittelylle ja kuulluksi tulemiselle.

## 6 POHDINTA

Tutkimuksen tarkoituksena oli kuvata vanhempien kokemuksia Kimppa-ryhmän mahdollistamasta tuesta eli miten ryhmä onnistui vanhemmuuden, lapsen kasvun ja kehityksen sekä varhaisen vuorovaikutuksen tukemisessa. Tutkimuksen tavoitteena oli tuottaa tietoa, jonka avulla voidaan arvioida vanhempien kokemuksia Kimppa-ryhmästä ja kehittää ryhmän toimintaa saatujen tietojen avulla entistä enemmän vanhempien toiveita ja tarpeita vastaaviksi.

Tarkastelemme tässä luvussa saamiamme tuloksia aikaisemman tutkimustiedon valossa. Pohdimme myös tulosten hyödyntämistä Kimppa-ryhmän toiminnan kehittämiseksi. Lisäksi arvoimme tutkimuksen luotettavuutta ja eettisiä kysymyksiä sekä opinnäytetyöprosessin kulun vaikutusta omaan oppimiseemme.

### 6.1 Tutkimustulosten tarkastelu

Vanhempainryhmä perustuu asiakaslähtöisyyteen, joten perheiden toiveiden ja tarpeiden huomioon ottaminen on tärkeää. Laadullisen tutkimuksen perusteella olemme saaneet laajempaa tietoa ryhmäläisten kokemuksista verrattuna ryhmän loppupuolella tapahtuvaan palautekyselyyn ryhmän ohjaajien toimesta. Tutkimuksemme tulosten perusteella ryhmätoiminnan suunnittelua voi kehittää entistä asiakaslähtöisemmäksi ja sen suunnittelussa voidaan ottaa perheiden näkemyksiä laajemmin huomioon.

Tutkimusaineistona käytimme nauhoitettuja teemahaastatteluja, joiden tiedonantajina oli kolme Kimppa-ryhmään osallistunutta äitiä. Haastattelut suoritettiin haastateltavien kotona yksilöhaastatteluna. Kerätty aineisto käsiteltiin aineistolähtöisesti sisällönanalyysillä. Tutkimuksemme tuloksista voidaan päätellä yhteenvetona, että vanhemmat ovat saaneet Kimppa-ryhmästä tukea monipuolisesti vanhemmuuden eri osa-alueille ja he ovat tyytyväisiä ryhmän toimintaan. Haastattelujen perusteella löytyi kuitenkin myös kehittämissuhteita, joiden avulla ryhmän toimintaa voidaan jatkossa kehittää. Suurimmaksi osaksi äitien kokemukset ryhmätapaamisista olivat yhteneväisiä. Jokaisessa haastattelussa nousi esille toisilta ryhmäläisiltä ja ohjaajilta saadut neuvot ja tuki, vertaistuen merkitys sekä ryhmän vaikutus lapsen vuorovaikutustaitojen kehittymiselle. Haastattelujen mukaan äitien mielipiteistä löytyi eroavaisuuksia eniten ryhmän järjestelyihin ja ryhmätoimintaan liittyen.

Kimppa-ryhmän tiedotteen mukaan kyseisen ryhmän tarkoituksena on erityisesti vanhemmuuden, varhaisen vuorovaikutuksen ja perheen hyvinvoinnin sekä lapsen kasvun ja kehityksen tukeminen. Ryhmätoiminnan kautta saatu tuki pohjautuu ohjaajalähtöiseen tukemiseen. Lisäksi vertaistuki on hyvin merkittävä tukimuoto ryhmässä. Erään määritelmän mukaan sosiaalinen tuki on ihmisten välistä vuorovaikutusta, jossa ihmiset antavat ja saavat henkistä, emotionaalista, tiedollista, toiminnallista ja aineellista tukea (Kumpusalo 1991, 13–14). Sosiaalinen tuki on näyttäytynyt Kimppa-ryhmässä monessa eri muodossa perheiden kesken.

Tutkimuksen tulosten mukaan vertaistuki ryhmässä koettiin monella tavalla merkittäväksi tekijäksi. Äidit pitivät siitä, että ryhmätoiminnassa pääsee tapaamaan muita ihmisiä kodin ulkopuolelle. Kimppa-ryhmässä muiden ryhmäläisten kohtaamisen tärkeyttä korosti se, että muut ryhmäläiset olivat samassa elämäntilanteessa. Heidän kanssaan oli helppoa jakaa omaan elämäntilanteeseen liittyviä ajatuksia ja saada näin ollen vastavuoroista tukea oman tilanteen käsittelyyn. Ryhmäläisten keskinäinen tukeminen on ollut hyvin monipuolista. Ryhmätapaamisissa keskustellaan avoimesti omasta elämäntilanteesta sekä kuunnellaan ja tuetaan toisia heidän iloissaan ja suruissaan. Ryhmäläiset ovat jakaneet keskenään neuvoja, joista toiset ovat kokeneet hyötyvänsä. Äidit toivat esille sen, että ryhmätoiminnassa yhteisöllisyys ja luottamuksellisuus ovat korostuneet ennen kaikkea kuulumisten jakamisen myötä. Vertaistuki ja yhteisöllisyys ryhmäläisten kesken ovat näkyneet myös ryhmätoiminnan ulkopuolella. Äidit ovat pitäneet yhteyttä muun muassa sosiaalisen median välityksellä sekä vieraillemalla toistensa luona. Ryhmätoiminnan ulkopuolella äidit ovat jakaneet myös konkreettista käytännön apua arkeen.

Vesterlinin tutkimuksessa (2007, 38–39) nousevat esille samat tekijät vanhempainryhmän vertaistuen merkityksestä kuin tässä tutkimuksessa. Vanhemmat ovat odottaneet ryhmätoiminnalta ennen kaikkea vertaistuen saamista, eli yhdessäoloa muiden vanhempien kanssa ja omien kokemusten jakamista perhe-elämästä. Vanhempien oma olo helpottui, kun kuuluivat muidenkin käyvän läpi samanlaisia ongelmia. Jossain tilanteissa myös oman perheen tilanne näytti positiivisemmalta ja vertaistuen myötä asiat saivat uusia mittasuhteita. Vanhempien omat käsitykset vahvistuivat ryhmätoiminnan seurauksena ja he pystyivät hahmottamaan omaa tilannettaan normaalimpana. Tutkimuksen vanhemmat kokivat vertaisryhmät tärkeinä erityisesti sellaisille perheille, joilla ei ole muuta läheistä tukiverkostoa.

Myös Haarasen tutkimuksen (2012, 49, 53) tulosten perusteella vanhemmat kokivat hyvin tärkeäksi ryhmien kautta saadun vertaistuen. Myös tässä tutkimuksessa korostui se, että vanhemmat jakoi-  
vat mielellään omia kokemuksia ja käytännön neuvoja muille vanhemmille. Omista tunteista kerto-  
minen ja mahdollisuus puhua myös negatiivisista tunteista helpottivat tutkimuksen mukaan van-  
hempien oloa. Yhteisen arjen kokemusten jakaminen auttoi vanhempia jaksamaan omassa van-  
hemmuudessaan ja lapsiperheen arjen hoitamisessa. Arjen kokemusten vaihtaminen realisoi tun-  
nistamaan, että muutkin perheet elävät vastaavien arjen haasteiden keskellä. Lisäksi Haarasen  
tutkimuksessa nousee esille vanhempien toive siitä, että ryhmänohjaajat olisivat myös osittain ver-  
taisen asemassa. Vanhemmat pitivät erityisen tärkeänä sitä, että ohjaajalta löytyi omaa kokemusta  
vanhemmuudesta ja lastenhoidosta, jotta hän pystyi ymmärtämään vanhempien erilaisia tilanteita  
ja tukemaan vanhempia niissä.

Äidit kokivat hyödylliseksi sen, että ryhmätoiminnassa myös heidän lapsensa hyötyvät yhteisölli-  
syydestä ja toisten lasten seurasta. Monissa tilanteissa lapset olisivat muutoin yksin kotona ilman  
ikätovereiden seuraa. Äidit kokivat, että ryhmä on kehittänyt lasten vuorovaikutustaitoja. Lisäksi  
seura muiden aikuisten kanssa on tukenut kehitystä ja lapsen sosiaalisia taitoja. Yksi ryhmätoimin-  
taan hakeutumisen motiivi onkin Haarasen (2012, 53) mukaan se, että perheet löytävät itselleen ja  
lapsilleen mielekästä tekemistä. Vanhemmat toivovat, että heidän lapsensa tapaa muita saman  
ikäisiä lapsia ja pääsevät leikkimään heidän kanssaan sekä oppimaan uusia sosiaalisia taitoja ryh-  
mässä.

Kimppa-ryhmän tapaamiset ovat tukeneet osallistuneiden äitien vanhemmuutta. Säännöllinen ryh-  
mätoiminta edistää tutkimuksen tulosten mukaan perheen arjen hallintaa. Lisäksi tapaamiset tuovat  
perheelle sisältöä ja tekemistä arkeen, mikä auttaa perhettä irtautumaan välillä kotioloista. Kimppa-  
ryhmän aktiviteetit ja säännöllisyys ovat keskeisessä osassa vanhemmuuden tukemisen tavoittei-  
den saavuttamisessa. Haarasen (2012, 52–53) mukaan merkittävimpiä ryhmätoimintaan osallistu-  
misen motiiveja olivat muiden aikuisten tapaaminen sekä arjen rytmittyminen. Vanhemmat hakevat  
ryhmistä tukea arjessa jaksamiseen, kun he saavat keskustella aikuisten kesken. Vertaisryhmässä  
halutaan vaihtaa ajatuksia ja kokemuksia muiden samassa elämäntilanteessa olevien kanssa ja  
löytää uusia ystäviä ja sosiaalisia kontakteja samassa elämäntilanteessa olevista vanhemmista.  
Äidit kokivat, että he ovat Kimppa-ryhmän myötä kasvaneet vanhempina varmemmiksi. Ryhmäta-  
paamisissa äidit ovat oppineet omien virheiden tunnistamista ja niiden huomioimista arjessa. Ryh-  
mätoiminta on auttanut lisäksi vuorovaikutustaitojen oppimisessa ja lapsen tunteiden tunnistami-  
sessa, mitkä ovat helpottaneet ongelmia perhe-elämässä. Ryhmä on myös auttanut realisoimaan

omaa tilannetta ja auttanut näin ollen keskittymään oman vanhemmuuden pohdinnassa keskeisiin asioihin. Kimppa-ryhmän yhteisöllisyys on tukenut äitejä oman itsetunnon vahvistamisessa ja omien tunteiden ilmaisussa.

Haarasan haastatteluaineiston mukaan vanhemmat saivat ryhmien seurauksena tukea vanhemmuuteen ja vanhempien omaan kasvuun. Vanhemmat saivat vahvistusta muilta ryhmien jäseniltä omaan vanhemmuuteensa ja tekemiinsä valintoihin. Usein vahvistuminen tapahtui oman tilanteen vertaamisella muiden tilanteisiin sekä peilaamalla omia kokemuksia muiden vanhempien vastaviin kokemuksiin. Vanhemmat saivat ryhmistä varmuutta ja voimaa toimia vanhempiana, ja lisäksi heidän itseluottamuksensa vahvistui ryhmien aikana. Vanhemmat kokivat myös ryhmien antavan heille lepoa ja virkistystä lapsiperheiden arjesta. Ryhmät toivat vaihtelua arkeen ja tarjosivat hengähdysketken arjen rutiineihin. (Haarasan 2012, 64–65.) Kimppa-ryhmässä käyneet vanhemmat kokivat saavansa tukea vanhemmuuteen, ja keskeisenä tekijänä nähtiin toisten vanhempien kanssa keskusteluissa nousseet teemat. Tutkimuksessa nousi keskeisiksi juurikin toisilta vanhemmilta saadut neuvot, oman tilanteen realisointi verrattuna muihin perheisiin ja säännöllisten ryhmätapaamisten myötä tapahtunut arjen rytmittyminen.

Kimppa-ryhmässä käyvät vanhemmat ja lapset viihtyivät ryhmätapaamisissa ja kokivat ryhmän järjestelyt yleisesti toimiviksi. Äidit kokivat, että ryhmässä saa yksilöllistä ja tasa-arvoista kohtalelua ohjaajilta ja ryhmässä voi olla oma itsensä. Ohjaajat pystyivät luomaan ryhmiin myös avoimen ja äitejä osallistavan ilmapiirin. Toisaalta ohjaajilta toivottiin myös lisää jämäkkyyttä keskustelun ohjaukseen ja aikataulussa pysymiseen. Haarasan (2012, 53–54) mukaan vanhempien toiveet ryhmänohjaajan liittyen koskevat ryhmänohjaajan persoonallisia ominaisuuksia. Vanhemmat toivovat ohjaajalta välittämistä ja vertaisena olemista. Lisäksi he toivovat, että ohjaaja huomioisi perheitä ja heidän tarpeitaan yksilöllisesti, mutta tasapuolisesti. Ohjaajalta odotetaan myös kykyä ja asiantuntemusta lasten kanssa toimimisesta. Lasten viihtyvyyttä ja turvallisuudentunnetta parantaa se, jos ohjaaja on helposti lähestyttävä ja turvallinen.

Ryhmänohjaajan tehtäviä voidaan luokitella eri tasojen mukaan, joita ryhmänohjaajan tulee kyetä hoitamaan yhtäaikaan. Ensimmäinen on ryhmän toiminnan koordinoiminen ja johtaminen siten, että ohjaaja valvoo tilanteen kulkua, ajankäyttöä, puheenvuoroja, agenda ja siirtymiä. Hän tekee myös tarvittaessa selkoa etenemisestä ryhmälle. Toinen taso on ohjauksellisen vuorovaikutuksen opettaminen ryhmälle, mikä tarkoittaa sitä, että ohjaaja opettaa ryhmälle, millaista on mielekäs tai op-

pimistä edistävä palaute ja neuvominen. Ohjaajan tulee myös puuttua esimerkiksi hajottavaan vuorovaikutukseen, liian yksipuoliseen keskustelun jakautumiseen tai osallistumattomuuteen. Kolmantena tasona voidaan pitää ryhmässä tapahtuvien asioiden ja teemojen vastaanottamista, peilaamista ja käsittelyä. Tämä tarkoittaa sitä, että ohjaaja reagoi siihen, miten ryhmässä reagoidaan ja mitä ryhmässä tapahtuu. Ohjaaja nostaa esille ryhmän tunteisiin ja ilmapiiriin liittyviä asioita ja voi havaita ja sanallistaa asioita, joita on vaikea huomata tai jotka ovat heikosti tiedostettuja. Neljäntenä ja viimeisenä tasona pidetään asiantuntijaroolin ja tiedollisen asiantuntijuuden hyödyntämistä ja sen esille tuomista. Tämä tehtävä on osa niitä ohjaustilanteita, joissa ohjausprosessi tähtää tietyn osaamisen saavuttamiseen. Ohjaaja joutuu tällöin miettimään, missä asioissa ryhmälle asetetaan tiedollisia tai taidollisia vaatimuksia ja miten ohjaus keskittyy kehittämään niitä. (Vehviläinen 2014, 83–84.)

Ryhmänohjaajat edistivät parhaiten vanhempien ryhmätoimintaan liittyvien odotusten toteutumista. Ryhmänohjaajien välittäminen näyttäytyy vanhempien mukaan lämminhenkisyytenä ja läsnäolokykynä. Nämä näkyivät pieninä, mieltä lämmittävinä tekoina, kuten vanhempien ja lasten yksilöllisenä huomioimisena. Vanhemmat toivovat ryhmänohjaajien olevan ammattitaitoisia ja asiantuntevia ryhmää ohjaavia henkilöitä, jotka tuntevat ryhmädynamiikkaa. Ryhmänohjaajan on ohjattava tarvittaessa ryhmää, mutta hänellä toivotaan olevan myös taitoa olla taustalla tai asettua vertaisen rooliin. Vanhemmat kokevat ryhmänohjaajan tuntemisen auttavan heitä sopeutumaan ryhmään ja toimimaan siinä. Ryhmänohjaajien ammattitaito näkyi vanhempien mukaan vastuunottamisena ryhmästä ja sen toiminnasta. Ohjaajien tehtävänä on viedä ryhmän toimintaa eteenpäin ja tarjota mahdollisuuksia vertaistuen syntymiselle esimerkiksi keskustelujen aloittamisella. Ryhmänohjaaja vastaa ohjelmasta, siihen liittyvistä järjestelyistä ja ohjelman toimivuudesta. Asiantuntevuus näkyy vanhempien mielestä asioiden tietämisenä ja tiedon jakamisena. Vanhemmat arvostivat ohjaajien osaamista ja omakohtaisia kokemuksia, joiden avulla ohjaajat pystyivät vastaamaan parhaiten vanhempien toiveisiin. Vanhemmat toivoivat kuitenkin ohjaajilta enemmän rohkeutta toimia vanhempien kanssa sekä huolellista valmistautumista ryhmässä käsiteltäviin aihealueisiin. Vanhemmat kokivat tärkeänä, että ohjelma oli hyvin suunniteltu ja toteutettu. Heidän mukaansa ryhmien aikana tulee olla erilaista toimintaa, jossa huomioidaan kaikki osallistujat. Toiminnan rytmittäminen ja vapaan keskusteluajan järjestäminen vanhempien tarpeiden mukaisesti koettiin tärkeäksi. (Haaranen 2012, 53–55.)

Kimppa-ryhmässä keskeinen ohjausmenetelmä oli joko avoin tai ohjattu keskustelu tilanteesta riippuen. Lisäksi ryhmätoiminnassa hyödynnettiin muun muassa vierailevia asiantuntijoita sekä toiminnallista yhteistä tekemistä ja vuorovaikutusleikkejä lasten kanssa. Vanhemmat olivat tyytyväisiä näihin menetelmiin ja kokivat saavansa monipuolisesta ohjauksesta eväitä arkeen. Haarasen (2012, 50) tutkimuksessa ryhmien keskeisenä ohjausmenetelmänä käytettiin keskustelua, jota vanhemmat pitivät onnistuneena, toimivana ja sopivana ryhmien ohjausmenetelmänä. Toiseksi eniten käytetty ohjausmenetelmä oli vierailevien asiantuntijoiden puheenvuorot. Asiantuntijoita oli vierailut ryhmässä vaihtelevasti ja laajasti eri ammattiryhmistä. Vanhemmat pitävät vierailevista asiantuntijoista, kokevat heidät hyödyllisenä ja toivovat, että ryhmässä olisi mahdollisuus vielä suurempaan määrään vierailijoita. Muita käytettyjä ohjausmenetelmiä ryhmässä olivat alustukset, luennot, ryhmätyöt ja tutustumiskäynnit. Erilaiset laulut, lorut ja leikit olivat myös käytössä monessa ryhmässä. Ne koettiin tärkeäksi vanhempien ja lasten yhteistoiminnaksi, sillä niitä voidaan myös hyödyntää kotona.

Tulosten mukaan myös lapset viihtyivät tapaamisissa suhteellisen hyvin. Lastenhoito ryhmätapaamisten aikana koettiin tärkeäksi ryhmätapaamisten sujuvuuden kannalta, sillä se edesauttoi äitien osallisuutta keskustelutuokioissa. Lasten koettiin oppivan myös tärkeitä sosiaalisia- ja vuorovaikutustaitoja toisten lasten ja hoitajien kanssa. Äideistä oli tärkeää, että lapset tapaavat myös muita lapsia. Vanhemmat toivat esille lasten saamia hyötyjä ryhmätoiminnasta vastaavasti myös Haarasen (2012, 65) tutkimuksessa. Lapset saivat ryhmässä ikäistään seuraa ja oppivat erilaisia sosiaalisia taitoja, kuten kuinka toimia yhdessä muiden lasten kanssa. Moni vanhempi halusi lapselleen aktiiviteettia ja lapsiseuraa, ja oli tyytyväinen ryhmätoiminnan mahdollistaessa tätä.

Pienen lapsen sosiaalisuus ei ilmene tarpeena olla jatkuvasti ihmisten kanssa, mutta kylläkin kiinnostuksena muihin ihmisiin. Sosiaalinen lapsi tarkastelee uteliaasti vierasta läheltä ja tulee pyydettyä viereen juttelemaan. Hän on usein hyväntuulinen ja aurinkoinen ja hänestä on helppo pitää. Näin ollen sosiaalinen lapsi saa aikuisilta sellaista palautetta, jota kaikki lapset tarvitsisivat. (Keltikangas-Järvinen 2012, 50.) Lapsen sosiaalisuus ei siis itsessään johda mihinkään, vaan se saa aikuisessa aikaan reaktion, jolla puolestaan on monia pitkälle ulottuvia seurauksia lapsen kehityksessä. Hyvä kehitys ei siis ole seurausta lapsen omasta sosiaalisuudesta vaan siitä, miten hänen sosiaalisuuteen vastataan. Tämä palaute toimii myös ravintona hänen kehittymään alkaneelle mienäkuvalle. (Keltikangas-Järvinen 2010, 38, 40.) Tulosten perusteella lastenhoito oli toimivaa, jos hoitaja oli tarpeeksi paikalla. Yhdenkin hoitajan poissaolo vaikutti heti ryhmätoiminnan sujuvuuteen.

teen. Hoitajilta toivottiin myös selkeämpää roolin ottoa ja ohjausta ryhmätapaamisten aikana. Haastattelujen perusteella vanhemmat toivoivat myös, että lapsille olisi järjestettynä enemmän toimintaa ryhmätapaamisten aikana.

Ryhmästä saatiin hyviä eväitä vuorovaikutuksen parantamiseksi äidin ja lapsen välillä. Vanhemmat kokivat pystyvänsä huomioimaan, tulkitsemaan ja vastaamaan lapsensa tunteisiin paremmin. Ryhmästä saatiin tukea myös omien tunteiden tulkintaan ja ilmaisemiseen. Esimerkkiä ja vinkkejä saatiin myös muilta vanhemmilta ja lapsilta. Suurin osa ryhmäläisistä koki erityisesti loru-leikkituokion tärkeäksi sisällöksi vuorovaikutustaitojen oppimisen kannalta ja äiti-lapsi suhteen lähentymisessä. Lapsen kaikinpuolinen kehitys on nopeinta kolmen ensimmäisen ikävuoden aikana kuin koskaan muulloin hänen elämässään. Tämän kehitysvaiheen avainsana on kiintymyssuhde, joka tarkoittaa tunnepitoisen suhteen luomista lasta hoitavaan ja tunnetasolla tärkeään aikuiseen. Se on lapsen sosiaalisen kehityksen ja sosiaalisten taitojen pohja sekä kognitiivisen kehityksen pohja. Turvallisessa kiintymyssuhteessa lapsi rakentaa minuuden eli käsityksen itsestään itsenäisenä olentona sekä sen, miten ihmiset suhtautuvat toisiinsa. Tämä mahdollistaa lapselle itsekontrollin ja tunteiden säätelyn kehittymisen. Tunteiden säätely mahdollistuu ainoastaan siten, että hoitaja auttaa lasta tämän tunteissa. Hänen täytyy seurata lapsen mielialoja ja suunnitella toimintansa niiden mukaan. (Keltikangas-Järvinen 2012, 26–27.)

Eriäviä mielipiteitä oli muun muassa ryhmän kokonaiskestosta, yksittäisen ryhmätapaamisen kestosta sekä ryhmätapaamisten tiheydestä. Ryhmän aloituskoko olisi voinut olla kaikkien mielestä suurempi, sillä yhden tai useamman ryhmäläisen keskeyttäminen vaikutti heti ryhmässä viihtymiseen. Lähes kaikki vanhemmat kokivat ryhmäkoon liian pieneksi ryhmän loppua kohden mennessä. Haastatteluaineiston perusteella ryhmäläisten toive oli, että ryhmään voitaisiin ottaa uusia jäseniä myös jälkikäteen. Toisaalta myös pidettiin tärkeänä sitä, että ryhmä on suljettu, eivätkä osallistujat vaihdu välillä. Kaikki ryhmäläisistä kokivat, että ryhmään oli suhteellisen helppo päästä, kun sitä heille ehdotettiin. Jokainen toivoi kuitenkin, että ryhmästä olisi enemmän julkista tietoa tarjolla ja siitä tiedotettaisiin enemmän vanhempia. Toivottavaa olisi, että tieto vanhempainryhmätoiminnasta tavoittaisi kaikki lapsiperheet esimerkiksi neuvolan tai tiedotusvälineiden kautta. Vanhempien kynnys osallistua ryhmiin olisi matalampi, jos ryhmistä olisi enemmän tietoa saatavilla.

Ryhmän järjestelyihin liittyvät tekijät näkyvät merkittävästi siinä, miten vanhempien odotukset ryhmätoiminnasta toteutuvat. Keskeisesti vanhempien odotuksiin vaikutti muun muassa ryhmän koko. Vanhempien kokemuksen perusteella se voi olla joko estävä tai edistävä tekijä. Liian pienestä tai

liian suuresta ryhmästä ei pidetä, joten ryhmän koon sovittaminen on tärkeää ryhmän toimivuuden ja vanhempien odotuksiin vastaamisen kannalta. Suurissa ryhmissä osallistujien määrä ja siitä aiheutuva melu haittasivat ryhmän toimivuutta. Toisaalta liian pienissä ryhmissä vanhemmat kokivat jäävänsä ilman seuraa ja vertaistukea. Sopivankokoisissa ryhmissä vanhemmat kokivat saavansa riittävästi aikaa keskinäiseen keskusteluun ja toisiinsa tutustumiseen. Ryhmän kestoa, tapaamisten kestoa tai tapaamisten tiheyttä ei niinkään käsitelty Haaranen tutkimuksessa, vaan siellä painottui enemmän ryhmien käytössä olevien tilojen merkityksellisyys. Vanhemmat kokivat tärkeäksi tilojen tarkoituksenmukaisuuden ja keskeisen sijainnin, joiden toimivuus edisti vanhempien osallistumista ryhmiin. Keskeisiä ryhmien tiedottamiskanavia olivat tuttavat ja terveyspalveluiden, kuten neuvolan, henkilökunta. Tutkimuksen vanhemmat olivat saaneet ryhmistä tietoa myös lehdistä ja muista tiedotusvälineistä. (Haaranen 2012, 51, 56, 71.)

## **6.2 Tulosten hyödynnettävyys ja kehittämissuhteet**

Tutkimuksemme tuloksia voidaan hyödyntää Oulun kaupungin Kimppa-ryhmän toiminnan arvioimiseen ja kehittämiseen. Tutkimustulokset ja niiden kautta sovelletut johtopäätökset ovat hyödyllistä tietoa etenkin ryhmän ohjaajille ja lastenhoitajille ryhmässä. Lisäksi ryhmätoiminnan suunnittelijat voivat hyötyä tutkimuksesta. Saatujen tietojen avulla vanhempien toiveet ryhmätoiminnasta voidaan huomioida entistä tarkemmin. Kimppa-ryhmässä on kerätty aikaisemminkin tietoa ryhmän ohjaajien toimesta, mutta tutkimuksemme on laaja-alaisempi ja kattavampi jäsentämään ryhmätoiminnan kehittämisen tarpeita ja nykyisiä vanhempien mielestä mielekkäitä toimintatapoja. Tutkimustuloksista on hyötyä myös meille tulevana terveydenhoitajina. Tutkimuksen tekeminen on auttanut meitä ymmärtämään erilaisia perheitä ja heidän tuen tarpeita. Lisäksi olemme saaneet tietoa ryhmätoiminnan ja vertaistuen hyödynnettävyydestä ja merkityksellisyydestä perheiden voimavarojen tukemisessa.

Tutkimustulosten perusteella esiin nousseet kehittämissuhteet olisivat suhteellisen helposti toteutettavissa. Ryhmätoiminnasta tiedottamiseen olisi tutkimustulosten perusteella kannattavaa panostaa. Neuvolassa työskenteleviä terveydenhoitajia olisi tärkeää informoida aktiivisista ja alkamassa olevista ryhmistä, ja niiden sisällöstä ja tavoitteista, jotta he pystyisivät löytämään ryhmään sopivia osallistujia ja ohjaamaan asiakkaita heille sopiviin ryhmiin. Lisäksi ryhmiä voisi mainostaa neuvoloiden ilmoitustauluilla ja terveydenhoitajat voisivat mainita ja jakaa asiakkailleen aina tietyn neuvolakäynnin yhteydessä infolapun neuvolan eri ryhmistä, jolloin varmistetaan, että kaikki olisivat tietoisia aktiivisista vanhempainryhmistä.

Lähes jokainen haastateltava toivoi, että ryhmäkoko olisi ryhmän alkaessa suurempi. Ryhmäkoko voisi kasvattaa esimerkiksi yhdellä tai kahdella osallistujalla, jolloin ryhmästä poisjättäytymiset eivät vaikuttaisi niin radikaalisti ryhmädynamiikkaan. Ryhmän ja tapaamisten keston sekä tapaamisten tiheyteen tuli myös kehittämisehdotuksia haastateltavilta. Kimppa-ryhmän kokonaiskesto tai yksittäistä tapaamista voitaisiin joko pidentää tai tapaamisia olisi esimerkiksi pari kertaa viikossa yhden sijaan. Näin keskustelulle ja asioiden käsittelylle jää enemmän aikaa, jolloin ryhmätapaamisten tunnelma muuttuisi kiireettömämmäksi.

Ryhmäläiset toivoivat ryhmätapaamisissa olevan enemmän käsillä tekemistä sekä yhteistä toimintaa äidin ja lapsen välillä. Tämä voitaisiin toteuttaa sisällyttämällä ryhmätapaamisiin mahdollisuus esimerkiksi askarteluun tai piirtämiseen lasten ikä- ja kehitystaso huomioiden. Eräs osallistujista ehdotti, että ryhmätapaamisissa voitaisiin tehdä ruokaa valmisruoan tilaamisen sijasta, lisäksi vanhemmilta tuli toive, että turhia epäterveellisten välipalojen tarjoamista vähennettäisiin. Ruoan yhdessä laittaminen veisi toki enemmän aikaa valmisruoan tilaamiseen verrattuna, joka voisi johtaa siihen, että keskustelulle olisi entistä vähemmän aikaa ryhmätapaamisten aikana.

Vanhemmat toivoivat lastenhoitajilta selkeämpää ja jämäkämpää roolinottoa lastenhoidon suhteen. Lastenhoitajien määrään tulisi kiinnittää huomiota ryhmätoimintaa suunniteltaessa, että heidän resurssit vastaavat lasten määrää. Riittävällä hoitajamäärällä ja ammattitaitoisten hoitajien avulla lastenhoito olisi sujuvampaa ja äidit voisivat olla ryhmässä luottavaisempia siitä, että heidän lapsiaan vahditaan. Lastenhojaajat voisivat myös kehittää lasten ikätason huomioiden aktiviteetteja, joita he voivat tehdä lasten kanssa, kuten askartelu- ja piirtämisspäiviä. Aktiviteettien avulla lapset jäisivät entistä paremmin hoitajien seuraan ja äidit pääsevät vapaammin keskustelemaan keskenään. Ohjattu toiminta antaa lapsille virikkeitä, jotka auttavat kehityksen tukemisessa ja lapset voisivat viihtyä paremmin.

### **6.3 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys**

Hyviä eettisiä toimintatapoja tutkimusta laatiessa ovat ennen kaikkea rehellisyys, yleinen huolellisuus ja tarkkuus tutkimustyössä, tulosten kirjaamisessa, esittämisessä sekä arvioinnissa. Tutkijat noudattavat tutkimuksen kriteerien mukaisia ja eettisesti hyväksyttäviä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä. Hyvän tieteellisesti eettisen käytännön mukaista on edelleen, että tutkimus suunnitellaan, toteutetaan ja raportoidaan yksityiskohtaisesti ja tieteellisiin lähteisiin perustuen.

Vastuu hyvän tieteellisen käytännön noudattamisesta ja rehellisyydestä on tutkimuksen tekijällä itsellään. (Mäkinen 2006, 172–173.) Keskeinen ajatus tutkimuksen laadinnassa on myös se, että jos se ei ole eettisesti kestävä, se ei voi olla luotettava. Eettinen kestävyys ei kuitenkaan itsessään tee tutkimuksesta luotettavaa. Luotettavuuden arviointiin voidaan käyttää luotettavuuden kriteereitä sekä arvioidaan käytettyä kirjallisuutta ja sen merkityksellisyyttä. (Tuomi & Sarajärvi 2012, 159.)

Tietosuojalainsäädäntö ohjaa tutkijoita ihmisten yksityisyyden suojelemisessa, ja tutkimusaineiston käsittelyssä sekä säilyttämisessä, jotta se tapahtuisi laissa määrättyjen rajojen mukaisesti. Keräsimme ja käytimme henkilötietoja asianmukaisesti sekä säilytimme ja raportoimme haastatteluaineistoa siten, että tutkimukseen osallistuvien yksityisyydensuojaa ei ole loukattu. Henkilötietolaikiin kuuluva itsemääräämisoikeus oikeuttaa tutkittavan voivan päättää itseään koskevan tiedon käytöstä, ja antaa oikeuden valita vapaasti haluaako henkilö osallistua tutkimukseen. Tutkittavalla on myös oikeus keskeyttää osallistumisensa tutkimukseen missä tahansa vaiheessa. Toimme tutkittavien oikeuden esille sekä haastatteluun kutsuttaessa että haastattelutilanteen alussa ja lisäksi korostimme että osallistuminen tutkimukseen on täysin vapaaehtoista. Tutkittavat saivat tutkimuksen kannalta kaiken olennaisen tiedon ennen haastatteluihin osallistumista eli käytämme tietoon perustuvaa suostumusta. Haastattelutilanteen alussa pyysimme osallistujia allekirjoittamaan kirjallisen suostumuslomakkeen tutkimukseen osallistumiseksi. (Mäkinen 2006, 146–147.)

Tutkimusaineiston käsittelyn lähtökohtana on aina luottamuksellisuus, joka merkitsee sitä, että tutkija noudattaa tutkittavilleen antamia lupauksia aineiston käytöstä ja käsittelystä. Henkilötietoja sisältäviä tutkimusaineistoja käsitteleviä tutkijoita sitoo vaitiolovelvollisuus, josta on myös säädetty henkilötietolaissa. Tutkimusaineistoa ja tutkittavien yksityisyysasioita ei saa luovuttaa ulkopuolisille tutkimuksen aikana eikä myöskään sen päättymisen jälkeen. Lisäksi tutkimusaineisto tulee lain mukaan hävittää tutkimuksen valmistumisen jälkeen. Opinnäytetyömme haastatteluaineisto on ainoastaan tutkijoiden saatavissa ja käytettävissä ja tutkimusraportin valmistuttua haastatteluaineistot tuhotaan tutkijoiden toimesta. (Mäkinen 2006, 148.)

Laadullisen tutkimuksen yleisiä luotettavuuskriteereitä ovat muun muassa vahvistettavuus, dokumentaatio, tulokinnan ristiriidattomuus, luotettavuus tutkitun kannalta sekä saturaatio. Vahvistettavuus tarkoittaa sitä, että haastateltava lukee valmiin tekstin ja hyväksyy tutkijan tulokinnan. Dokumentaatio on yksi tärkeimmistä tutkimuksen luotettavuutta määrittävistä asioista, sillä sen avulla voidaan perustella kaikki tutkimuksen eri vaiheissa tehdyt valinnat ja ratkaisut. Kiinnitimme huo-

miota sekä tutkimussuunnitelman että tutkimusraportin täsmälliseen laatimiseen. Perustelimme valintamme tarkasti ja olemme pitäneet kirjaa opinnäytetyöhön liittyvistä ratkaisuksista koko prosessin ajan. Validiteetti eli tulkinnan ristiriidattomuus on keskeinen laadullisessa tutkimuksessa, jossa saatua aineistoa joudutaan analysoimaan. Näin ollen kahden tutkijan saamaa samaa lopputulosta voidaan pitää luotettavampana kuin yksittäisen tutkijan tulkintaa. Lisäksi tavoitteenamme on olla täsmällisiä ja välttää yleistyksiä analysointia tehdessämme. Saturatio tarkoittaa sitä, että useiden haastattelujen tarjoamat tutkimustulokset alkavat toistua. Tällöin on saavutettu kylläntymispiste, jonka jälkeen uudet haastattelut eivät ole tarkoituksenmukaisia, sillä ne eivät tuota tutkimuksen kannalta uutta tietoa. (Kananen 2014, 151–154.) Valitsimme tutkimuksen kohdejoukon siten, että se antoi meille riittävästi tietoa tutkimuksen tarkoituksen ja tavoitteiden toteutumiseksi.

#### **6.4 Omat oppimiskokemukset ja jatkotutkimusehdotukset**

Opinnäytetyömme aihe on ollut hyvin mielenkiintoinen ja olemme tyytyväisiä valintaamme. Alusta lähtien ajattelimme, että opinnäytetyömme aihe liittyy lastenneuvolaan ja lapsiperheiden hyvinvoinnin tutkimiseen. Kiinnostuimme neuvoloiden ryhmätoiminnasta ja halusimme saada opinnäytetyön kautta tarkempaa tietoa Oulun kaupungissa toimivasta lastenneuvolan ryhmätoiminnasta. Opinnäytetyön kautta olemme saaneet paljon merkittävää tietoa vanhempainryhmätoiminnasta ja ryhmätoiminnan mahdollisuuksista vanhemmuuden tukemisessa. Työn tekeminen on myös avartanut tietoisuuttamme lapsiperheiden tuen tarpeista.

Lisäksi olemme oppineet paljon tutkimuksen tekemisestä. Tutkimustyö on antanut meille paljon myönteisiä oppimiskokemuksia, mutta se on tuonut myös haasteita prosessin eri vaiheissa. Alkuperäisen suunnitelman mukaan tarkoituksenamme oli haastatella kolmea tai neljää perhettä. Haastateltavien löytäminen oli kuitenkin haastavaa, sillä viimeisimmässä Kimppa-ryhmässä oli vain kaksi vapaaehtoista äitiä haastateltavaksi. Ryhmänohjaajien avustuksella saimme kolmannen äidin haastatteluun aikaisemmasta, jo loppuneesta, Kimppa-ryhmästä. Äitien kokemukset eri ryhmistä toivat lopulta vaihtelevuutta tutkimuksemme tuloksiin. Ryhmänohjaajat toivoivat tutkimukseltamme vahvasti molempien vanhempien näkökulmaa ryhmätoiminnasta, sillä myös toinen vanhempi voi olla osallisena Kimppa-ryhmässä. Itsessään haastateltavien löytyminen oli haasteellista, joten isien mukaan saaminen olisi hankaloittanut asiaa entisestään. Päätimme jättää isät haastatteluiden ulkopuolelle, mutta huomioida heidät mahdollisesti haastattelussa äitien kokemuksen mukaan. Lopulta haastattelemissamme perheissä vain yhdessä isä oli läsnä. Hän koki Kimppa-ryhmän äidin henkilökohtaiseksi asiaksi, eikä kokenut sitä itselleen hyödylliseksi.

Tutkimuksen suunnittelu ja toteutus sekä tulosten arviointi ja raportointi olivat kaikki uusia menetelmiä. Tutkimustyö on ollut mielestämme mielenkiintoista, mutta kuitenkin haastavaa ja opettavaista. Opinnäytetyöprosessin aikana olemme tutustuneet muun muassa kvalitatiivisen eli laadullisen tutkimuksen eri vaiheisiin sekä useista eri lähteistä tapahtuvaan tiedonhakuun. Tutkimustulosten käsittely, eli analysointi ja abstrahointi olivat haasteellisimpia ja pitkäkestoisimpia vaiheita tutkimuksen tekemisessä.

Tutkimuksemme tulokset vastaavat mielestämme hyvin asettamiimme tutkimustehtäviin. Olemme tutkimuksemme avulla selvittäneet, minkälaisia kokemuksia perheillä on saamastaan tuesta Kimppa-ryhmässä ja miten ryhmän tuki näkyy perheen arjessa. Lisäksi olemme tutkimuksesamme selvittäneet, miten perheet haluaisivat kehittää ryhmän toimintaa. Näin ollen tutkimuksemme tuloksia voidaan hyödyntää hyvin Oulun kaupungin lastenneuvolan ryhmätoimintaa suunniteltaessa, sillä tulokset antavat valmiuksia Kimppa-ryhmän toiminnan arviointiin ja kehittämiseen. Mikäli tutkimuksessa esille nousseet kehittämis ehdotukset huomioidaan jatkossa Kimppa-ryhmän toiminnan suunnittelussa, myös tulevat ryhmäläiset hyötyvät selkeästi tutkimuksestamme.

Opinnäytetyöprosessi on edennyt tasaisesti pitkällä aikavälillä, syksystä 2014 lähtien. Olemme olleet tutkimuksemme eri vaiheissa tiiviisti yhteydessä Kimppa-ryhmän ohjaajiin ja muihin vastaaviin työntekijöihin, ja olemme saaneet heiltä apua tutkimuksemme etenemiseen liittyen. Nämä henkilöt ovat auttaneet meitä muun muassa haastateltavien saamisessa. Lisäksi olemme yhteistyössä suunnitelleet aineistonkeruumenetelmiä ja tutkimuksessa painotettavia asioita ottaen huomioon molempien osapuolten toiveet. Kimppa-ryhmän työntekijöiden lisäksi olemme saaneet ohjausta toistuvasti ohjaavilta opettajiltamme.

Tutkimuksen suunnitteluvaiheessa ja tietoperustaa laatiessamme yritimme saada mahdollisimman todenmukaisen näkemyksen Kimppa-ryhmän toiminnasta. Saimme ohjaajilta paljon hyvää tietoa, mitä ryhmätoiminta pitää sisällään ja vanhemmille jaettavan esitteen Kimppa-ryhmään liittyen. Lisäksi perehdyimme ryhmään Oulun kaupungin verkkosivujen kautta. Kävimme erään ryhmätapaamisen alussa esittelemässä itsemme ja opinnäytetyömme haastateltavien etsintään liittyen, mutta emme kuitenkaan päässeet kertaakaan seuraamaan ryhmätapaamisen kulkua, sillä Kimppa-ryhmän toiminta on suljettua. Meidän olisi luultavasti ollut helpompi ymmärtää ryhmätapaamisen kulkua ja käsitellä sekä teoreettista aineistoa että haastattelumateriaalia paremmin, jos olisimme

päässeet mukaan ryhmätapaamiseen. Haastattelutilanteissa pääsimme kuitenkin paremmin tutustumaan ryhmäläisiin. Haastattelutilanteet olivat mielenkiintoisia ja opettavaisia. Saimme niiden kautta keskustella ryhmäläisten kokemuksista ja pystyimme hahmottamaan paremmin heidän näkemystään ryhmätapaamisista.

Olemme miettineet tutkimuksen eri vaiheissa, mitä olisimme voineet tehdä toisin, jotta opinnäytetyömme lopputulos olisi nykyistä parempi ja olisimme saaneet tutkimuksesta vielä enemmän laajempia oppimiskokemuksia. Ensinäkin meidän mielestä yhteistyö Kimppa-ryhmän ohjaajien kanssa olisi voinut olla joustavampaa ja vuorovaikutuksellisempaa, jotta alun kankeuksilta olisi vältytty. Alussa käytimme paljon aikaa tutkimuksen suunnan täsmentämiseen ja tutkimuksen tarkoituksen jäsentelyyn. Aikataulullisesti saimme kuitenkin toteutettua tutkimuksen suunnitellusti. Lisäksi haastatteluihin liittyen olisimme voineet toimia entistä paremmin. Nämä haastattelut olivat meille molemmille ensimmäisiä tekemiämme haastatteluja, ja opimme niiden myötä jatkuvasti, mitä olisimme voineet tehdä toisin. Olisi ollut hyödyllistä, jos olisimme tutustuneet etukäteen paremmin erilaisiin haastattelumuotoihin. Näin ollen meillä olisi ollut enemmän varmuutta haastatella äitejä. Jälkikäteen ajattelimme, että tarkentavien kysymysten esittäminen haastattelun lomassa olisi ollut tärkeää tutkimuksen kannalta ja olisimme siten voineet saada enemmän irti haastateltavista. Kuitenkin meille jäi kokemus, että haastatteluiden ilmapiiiri oli avoin ja luottamuksellinen ja haastateltavat uskalsivat kertoa mielipiteitään ryhmään liittyen. Haastateltavat toivat esille kehittämissuhteita ja arvioivat ryhmän järjestelyjä ja ohjaajien toimintaa. Tutkimusraportin työstämiseen olemme tyytyväisiä. Olemme olleet huolellisia työskentelyn eri vaiheissa sekä taustatyön että raportoinnin suhteen.

Opinnäytetyön tekeminen on opettanut meitä monipuolisesti ja tutkimustamme voi hyödyntää monessa tilanteessa. Me pystymme mahdollisesti hyödyntämään tekemäämme tutkimusta opinnoissamme myös jatkossa. Voimme käyttää tutkimusta hyödyksi esimerkiksi terveydenhoitajatyön suuntaaviin opintoihimme liittyvässä kehittämissuhteissa. Voisimme mahdollisesti olla osallisena ryhmätapaamisen suunnittelussa ja ohjauksessa tai pyrkiä parantamaan tutkimuksessa esiin nousseita kehittämissuhteita. Jatkotutkimuksena työllemme voisi olla puolestaan tutkia Kimppa-ryhmän ohjaajien näkemystä ryhmän toiminnasta ja ohjaamisesta sekä siihen liittyvästä suunnittelusta. Lisäksi Oulun kaupungilla on lukuisia muita lastenneuvolan alaisia vanhempainryhmiä, joiden toimintaa olisi myös mahdollista tutkia ja kehittää.

## LÄHTEET

Antikainen, I. & Leskio, M. 2008. Kasvu vanhemmuuteen – elämänmittainen päätös. Terve Suomi. Viitattu 30.9.2014. <http://demo.seco.tkk.fi/terveysuomi/item/nn:285> +

Bornstein, M. & Bradley, R. 2012. Socioeconomic Status, Parenting, and Child Development. New York: Psychology Press.

Haapio, S., Koski, K., Koski, P. & Paavilainen, R. 2009. Perhevalmennus. Helsinki: Edita Publishing Oy.

Haaranen, A. 2012. Realistinen arviointi lapsiperheiden vanhempainryhmistä. Muutokset perheen terveydessä ja vaikuttavuutta edistävät toiminnot. Kuopio: Kopijyvä Oy.

Hakulinen-Viitanen, T. & Pelkonen, M. 2014. Lapsiperheiden voimavarojen tunnistaminen voimavaroalokkeiden avulla. Sairaanhoidajaliitto. Viitattu 10.10.2014. [https://www.sairaanhoidajaliitto.fi/ammattilliset\\_urapalvelut/julkaisut/sairaanhoidaja-lehti/3\\_2005/muut\\_artikkelit/lapsiperheiden\\_voimavarojen\\_tunn/](https://www.sairaanhoidajaliitto.fi/ammattilliset_urapalvelut/julkaisut/sairaanhoidaja-lehti/3_2005/muut_artikkelit/lapsiperheiden_voimavarojen_tunn/)

Halme, N., Vuorisalmi, M. & Perälä, M-L. 2014. Tuki, osallisuus ja yhteistoiminta lasten ja perheiden palveluissa. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Helkama, K., Myllyniemi, R., Karmela, L., Ruusuvoori, J., Lönnqvist, J-E., Hankonen, N., Mähönen, T-A., Jasinskaja-Lahti, I. & Lipponen, J. 2015. Johdatus sosiaalipsykologiaan. Helsinki: Edita.

Hirsjärvi, S. & Laurinen, L. 2004. Lempeästi mutta lujasti. Suomalaisia sanontoja ja arkiuskomuksia kasvatuksesta. Juva: Ws Bookwell Oy.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. Tutki ja kirjoita. 2009. Porvoo: Bookwell Oy.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. Tutki ja kirjoita. 2014. Porvoo: Bookwell Oy.

Hsi-Sheng, W. & Ji-Kang C. 2013. The Relationships Between Family Financial Stress, Mental Health Problems, Child Rearing Practice, and School Involvement Among Taiwanese Parents with

School-Aged Children. *Journal of Child & Family Studies* 2014 (10). New York: Springer Science+Business Media.

Huttunen, J. 2001. *Isänä olemisen uudet suunnat*. Juva: Ws Bookwell Oy.

Hämäläinen, H. 2001. Imeväisikäisten lasten vanhempien kokemus vanhemmuudesta ja sen tukemisesta. Teoksessa M. Rautiainen (toim.) *Vanhemmuuden roolikartta. Syvennä ja sovela*. Helsinki: Suomen Kuntaliitto Hakapaino Oy, 82.

Kaikkonen, R., Mäki, P., Murto, J., Pentala, O., Hakulinen-Viitanen, T. & Laatikainen, T. 2014. *Lapsiperheiden terveys ja elintavat; Suomalaisten lasten ja lapsiperheiden terveys ja toimintakyky*. Teoksessa J. Lammi-Taskula & S. Karvonen (toim.) *Lapsiperheiden hyvinvointi 2014*. Tampere: Juvanes-Print - Suomen yliopistopaino Oy, 150.

Kananen, J. 2014. *Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä – Miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta*. Jyväskylä: Suomen yliopistopaino Oy.

Kangaspunta, R., Kilku, N., Kaltiala-Heino, R. & Punamäki, R-L. 2005. *Lapsiperheiden psykososiaalinen tukeminen. Pirkanmaan mielenterveystyön hankkeen Peruspalvelutiimi- ja perheen hyvinvointineuvola- projektin loppuraportti 2002- 2004*. Tampere: Pirkanmaan sairaanhoitopiirin kuntayhtymä.

Keltikangas-Järvinen, L. 2010. *Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot*. Juva: Ws Bookwell Oy.

Keltikangas-Järvinen, L. 2012. *Pienen lapsen sosiaalisuus*. Helsinki: WSOY.

Kemppainen, J., Huisko, M-L. & Seriola, M. 2008. *Vertaisryhmät lapsiperheiden tukena*. Teoksessa J. Kemppainen (toim.) *Kutsu kumppanuuteen – eväitä arkeen*. Jyväskylän seudun Perhe-hankkeen loppuraportti 2008. Jyväskylä: Jyväskylän kaupunki, sosiaali- ja terveystalvelukeskus & Jyväskylän seudun Perhe -hanke, 9.

Kumpusalo, E. 1991. *Sosiaalinen tuki, huolenpito ja terveys*. Helsinki: Valtion painatuskeskus.

Kylmä, J. & Juvakka, T. 2007. *Laadullinen terveystutkimus*. Helsinki: Edita Prima Oy.

Kyngäs, H. & Vanhanen, L. 1999. Sisällön analyysi. *Hoitotiede* 11 (01), 1999.

Laatikainen, T. 2010. Vertaistoiminta kannattaa. (Ei painopaikkaa): Asumispalvelusäätiö ASPA.

Laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta 8.4.1983/361.

Lammi-Taskula, J. & Bardy, M. 2009. Vanhemmuuden ilot ja murheet. Teoksessa J. Lammi-Taskula, S. Karvonen & S. Ahlström (toim.) *Lapsiperheiden hyvinvointi 2009*. Helsinki: Yliopiston kirjapaino.

Lastensuojelulaki 13.4.2007/417.

Malinen, K. & Sevón, E. 2009. Parisuhteen hoitaminen: suhteiden arkea vai irtiottoja arjesta?. In A. Rönkä, K. Malinen, & T. Lämsä (Eds.), *Perhe-elämän paletti - vanhempina ja puolison vaihteluvassa arjessa* (pp. 149-176). Jyväskylä, Finland: PS-kustannus.

Malinen, K. 2012. Parisuhteen laatu ja hoitaminen sekä vanhemmuus pikkulapsiperheissä. *Psykologia* 47 (03), 2012.

Malinen, K., Rönkä, A., Auvinen, M. & Punkka, P. 2010. Miten pienten lasten vanhemmat hoitavat parisuhdettaan? *Psykologia* 45 (02), 2010.

Mäkinen, O. 2006. Tutkimusetiikan ABC. Vaajakoski: Gummerrus Kirjapaino Oy.

Mäntymaa, M. & Puura, K. 2011. Varhainen vuorovaikutus ja aivojen kehitys. Teoksessa J. Sinkkonen & M. Kalland (toim.) *Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen*. Helsinki: WSOYpro Oy. 17–27.

Neuvolainfo.fi. 2014. Vanhempien parisuhde on lasten koti. Viitattu 8.12.2015. <http://neuvolainfo.fi/artikkelit/vanhempien-parisuhde-on-lasten-koti/>

Oulun kaupunki, Kimppa-ryhmän esite. 2014.

Pajunen, A-E. & Koivunen, M. 2015. Vertaisryhmätoiminnan opas. Käytännön vinkkejä aloittelevalle ryhmänohjaajalle. ADHD-liitto ry.

Pesonen, A-K. 2010. Varhainen vuorovaikutus on suotuisan psyykkisen kehityksen edellytys. *Duodecim*. 126 (5), 515–520.

Punamäki, R-L. 2011. Vanhemmuuteen siirtyminen: raskausajan ja ensimmäisen vuoden kiintymyssuhteet. Teoksessa J. Sinkkonen & M. Kalland (toim.) *Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen*. Helsinki: WSOYpro Oy. 95–114.

Puura, K. & Hastrup, A 2011. Psykososiaalisen kehityksen ja terveyden arviointi. Teoksessa P. Mäki, K. Wikström, T. Hakulinen-Viitanen & T. Laatikainen (toim.) *Terveystarkastukset lastenneuvolassa ja kouluterveydenhuollossa*. Tampere: Juvenes Print, 97.

Rusanen, E. 2011. Hoiva, kiintymys ja lapsen kehitys. Porvoo: Bookwell Oy.

Rönkä, A., Malinen, K. & Lämsä, T. 2009. Pikkulapsiperheiden arjen paletti. Teoksessa A. Rönkä, K. Malinen & T. Lämsä (toim.) *Perhe-elämän paletti. Vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa*. Juva: Ws Bookwell Oy. 11–19.

Rönkä, T. & Törrönen, M. 2010. Ohjaava kasvatus - aktivointiohjelmalla itsetuntoa, elämisentaitoja ja elämänhallintaa. Teoksessa M. Törrönen & K. Pärnä (toim.) *Voimaannuttavat suhteet perhekuntoutuksessa*. Porvoo: Bookwell Oy, 89–121.

Sajaniemi, N., Suhonen, E., Nislin, M. & Mäkelä, J. E. 2015. Stressin säätely – Kehityksen, vuorovaikutuksen ja oppimisen ydin. Juva: Bookwell Oy.

Schön, R. 2010. Läheisen fyysisen hoivan merkitys vauvan hoidossa. Teoksessa M. Silven (toim.) *Varhaiset ihmissuhteet. Polku lapsen suotuisaan kehitykseen*. Helsinki: Minerva kustannus oy. 19–37.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2004. Lastenneuvola lapsiperheiden tukena. Opas työntekijöille. Helsinki: Edita Prima Oy.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2013. Lapsi- ja perhepolitiikkaa Suomessa. Sosiaali- ja terveysministeriön esitteitä 9. Tampere: Juvenes Print- Suomen Yliopistopaino Oy.

Tanninen, H., Häggman-Laitia, A. & Pietilä, A. 2009. Resource-enhancing psychosocial support in family situations: needs and benefits from family members' own perspectives. *Journal of advanced nursing*, 65(10), 2150–2160.

Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. 2014. Lastensuojelun palvelujärjestelmä. Viitattu 10.10.2014. <http://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/mita-on-lastensuojelu/lastensuojelun-palvelujarjestelma>

Terveydenhuoltolaki 30.12.2010/1326.

Terveyskirjasto. 2014. Vanhemmuuden roolikartta. Viitattu 10.10.2014. [http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=kot00206](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=kot00206)

Tilastokeskus. 2014. Lapsiperheiden määrä vähenee edelleen. Viitattu 21.10.2014. [http://www.stat.fi/til/perh/2013/perh\\_2013\\_2014-05-23\\_tie\\_001\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/perh/2013/perh_2013_2014-05-23_tie_001_fi.html)

Tilastokeskus. 2014. Väestö. Viitattu 22.10.2014. [https://www.tilastokeskus.fi/tup/suoluk/suoluk\\_vaesto.html#perheet](https://www.tilastokeskus.fi/tup/suoluk/suoluk_vaesto.html#perheet)

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2012. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Vantaa: Hansaprint Oy.

Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta 6.4.2011/338.

Vehviläinen, S. 2014. Ohjaustyön opas. Yhteistyössä kohti toimijuutta. Tallinna: Gaudeamus.

Viljamaa, M-L. 2003. Neuvola tänään ja huomenna. Vanhemmuuden tukeminen, perhekeskeisyys ja vertaistuki. Jyväskylä: Jyväskylä University Printing House.

Väestöliitto. 2014. Siirtymä vanhemmuuteen. Viitattu 6.10.2014. [http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/parisuhdetietoa-ammattilaisille/tietoa\\_parisuhdeammattilaisille/parisuhde\\_perhevalmennuksessa/siirtyma\\_vanhemmuuteen/](http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/parisuhdetietoa-ammattilaisille/tietoa_parisuhdeammattilaisille/parisuhde_perhevalmennuksessa/siirtyma_vanhemmuuteen/)

Vänskä, K., Laitinen-Väänänen, S., Kettunen, T. & Mäkelä, J. 2012. Onnistuuko ohjaus? Sosiaali- ja terveysalan ohjaustyössä kehittyminen. Helsinki: Edita.

Ylitalo, P. 2011. Roolikartta - vanhemmuuden, parisuhteen ja itsenäistymisen tueksi. Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä. Helsinki. Suomen kuntaliitto.

## LIITTEET

Liite 1: Saatekirje

Liite 2: Teemahaastattelurunko

Liite 3: Aineiston luokittelutaulukko

HYVÄ KIMPPA-RYHMÄÄN OSALLISTUVA,

Olemme Oulun ammattikorkeakoulun terveydenhoitajaopiskelijoita ja olemme tekemässä opinnäytetyötä aiheesta ”Vanhempien kokemuksia Kimppa-ryhmästä”. Haluamme siis selvittää teidän vanhempien kokemuksia ja mielipiteitä Kimppa-ryhmän toiminnasta. Tutkimus antaa meille hyödyllistä tietoa ryhmän toiminnasta ja sen tuloksia voidaan jatkossa hyödyntää ryhmän toiminnan kehittämisessä ja suunnittelussa.

Tarvitsemme opinnäytetyötämme varten haastateltavia. Toteutamme haastattelut yksilöittäin tai pariskunnittain. Toivoisimme, että saisimme 4-6 henkilöä osallistumaan haastatteluun. Haastattelut nauhoitetaan haastattelutilanteessa ja ne kirjoitetaan auki aineiston analysoimiseksi. Haastatteluaineisto on ainoastaan meidän käytettävissämme, ja se tuhoetaan opinnäytetyön valmistuttua (viimeistään keväällä 2016). Olemme salassapitovelvollisia, joten emme käytä teidän nimeänne ja yhteystietojanne opinnäytetyössämme, joten teitä ei voida tunnistaa valmiista raportista. Haastattelut toteutetaan Kimppa-ryhmän loppuvaiheessa, eli touko-kesäkuussa 2015. Tarkemmat ajankohdat ja haastattelupaikat sovimme yhteistyössä teidän kanssanne lähempänä haastatteluja.

Selvitämme haastattelujen avulla kokemuksianne ryhmätoiminnasta seuraavien teemojen pohjalta: 1) Kimppa-ryhmän vaikutus vanhemmuuden tukemiseen, 2) hyvää Kimppa-ryhmässä ja 3) kehitettävää Kimppa-ryhmässä. Teemat ohjaavat taustalla keskustelumuotoisen haastattelun kulkua.

Haastatteluun osallistuminen on vapaaehtoista, mutta toivomme lähtisitte aktiivisesti mukaan tutkimukseen. Voitte halutessanne keskeyttää yhteistyön missä tahansa vaiheessa tutkimusta.

Annamme mielellämme lisätietoja kysymyksiinne!

Yhteystiedot:

Riikka Harju

Elina Lento

**1. Miten Kimppa-ryhmä on auttanut ja tukenut sinua?**

- Miksi hakeuduit Kimppa-ryhmään?
- Minkälaista on ollut ohjaajilta saatu tuki? Esimerkkejä?
- Minkälaista on ollut vertaisilta saatu tuki? Esimerkkejä?
- Miten ryhmä on vaikuttanut sinuun/muuttanut sinua vanhempana? Esimerkkejä?
- Miten ryhmässä käyminen on vaikuttanut omaan jaksamiseen? Esimerkkejä?

**2. Miten Kimppa-ryhmästä saatu tuki on auttanut perhettäsi?**

- Miten ryhmässä käyminen on vaikuttanut parisuhteeseen? Esimerkkejä?
- Miten ryhmätoiminnassa käymisesi on vaikuttanut puolisoosi?
  - o Miten puolisoosi on osallistunut ryhmätoimintaan?
  - o Millaisia mielipiteitä puolisolasi on ollut ryhmätoiminnasta?
- Miten ryhmässä käyminen on vaikuttanut sinun ja lapsesi suhteeseen? Esimerkkejä?
  - o Miten vaikuttanut teidän väliseen vuorovaikutukseen?
  - o Miten vaikuttanut teidän väliseen viestintään ja ymmärrykseen?
  - o Miten koet tulkitsevasi lapsesi tunteita aiempaan verrattuna?
- Miten ryhmätoiminta on muuttanut perheesi arkea? Esimerkkejä?
- Miten ryhmätoiminnan kautta saadut uudet tuttavat ovat tukeneet sinua ja perhettäsi? Esimerkkejä?

**3. Miten Kimppa-ryhmän toimintaa voisi mielestäsi kehittää?**

- Kuvaile eri asioita/toimintoja, mitä ryhmässä on tehty.
  - o Minkä edellä mainitsemistasi asioista olet erityisesti kokenut hyödylliseksi? Esimerkkejä?
- Mikä oli mielestäsi hyvää ja hyödyllistä Kimppa-ryhmässä? Esimerkkejä?
- Mitä ryhmätoiminnassa voisi tehdä toisin? Esimerkiksi ohjaajien puolesta tai sisällön kannalta?
- Millaisia kehittämissideoita sinulla on ryhmätoimintaan liittyen? Haluaisitko tuoda jotain uutta ryhmätoimintaan?
- Ryhmän järjestelyihin liittyvät asiat:
  - o Mitä mieltä olet ryhmän osallistujamäärästä?

- Mitä kautta pääsit ryhmään? Oliko ryhmään pääseminen helppoa/vaikeaa?
- Mitä mieltä olet tapaamiskertojen määrästä/tiheydestä?
- Mitä mieltä olet ryhmän ohjelmasta/käytännöistä, esim. laulu-leikkituokiosta?
- Miten vanhempien toiveet otettiin huomioon keskusteluaiheissa?
- Mitä mieltä olet lasten hoidosta keskustelutuokioiden aikana?

ALALUOKAT	YLÄLUOKAT	PÄÄLUOKAT
Tyytyväinen uuden tuttavän saamisesta Tutustuminen toisiin ryhmäläisiin Tutuksi tuleminen toisten kanssa	Tutustuminen toisiin vanhempiin	Vertaistuki
Kyläily toisten äitien luona Yhteydenpito toisten äitien kanssa	Yhteydenpito ryhmän ulkopuolella	
Samassa elämäntilanteessa oleminen Muut ryhmäläiset oppivat huomioimaan yksilöllisesti	Ymmärretyksi tuleminen	
Kokemusten jakaminen Neuvojen saaminen Avun antaminen toisille Käytännön neuvojen jakaminen Mallin saaminen muilta lapsilta ja äideiltä	Tiedon jakaminen	
Tuen hakeminen raittiuteen Ymmärrystä ja tukea toisilta Voimavarojen lisääntyminen Käytännön apua arjessa Yhdessä oleminen toisten vanhempien kanssa Äideille omaa aikaa erillisessä keskustelutilassa, kun lapset hoitajilla Äidit vaihtavat kuulumiset viikon ajalta Omista asioista avautuminen	Sosiaalinen tuki	
Lapset kohtaavat toisiaan Lapsi mielellään mukana ryhmätoiminnassa Lapset tottuvat muihin ihmisiin	Hyödyt lapsen kehitykselle	
Sisältöä ja tekemistä arkeen Arjen rytmittäminen Muutokset arkeen Arjen hallinnan paraneminen Kotiloista irtautuminen	Arjen rytmittäminen	Vanhemmuuden tukeminen
Omien tarpeiden tunnistaminen Itsetunnon kohottaminen Virheistä oppiminen ja toimintatapojen muuttaminen Oman tilanteen realisointi ja arvostus Voi olla oma itsensä Ajatusmaailman muutos	Itsetuntemuksen lisääntyminen	
Äidin ja lapsen suhteen lähentyminen Vuorovaikutuksen lisääntyminen Sosiaalista kanssakäymistä lapsille Tunteiden ilmaisemisen parantuminen Huomioi paremmin lapsen tunteita	Vuorovaikutustaitojen oppiminen	
Eri ammattihenkilöiden vierailut Erilaiset teemat	Monipuolinen sisältö	

Ohjattu laulu-leikkituokio Toiminta ryhmässä Yhdessä tekeminen lapsen kanssa Ryhmän käytännöt miellyttäviä Ohjelma osallistavaa Keskustelu		
Yksilöllinen kohtaaminen ja huomiointi Ohjaajat huomioivat tasavertaisesti osallistujat Ohjaajan aloitteellisuus aiheiden keksimisessä Lapsi huomioitiin hyvin mukaan ryhmätoimintaan Ohjaajat tukevat avointa keskustelua	Ohjaajien hyvä ammatitaito	
Osallistujia kiitettävästi Pääseminen ryhmään helppoa Ryhmän kokoonpano Eri ammattihenkilöiden suosituksesta Aiemman ryhmän kautta Vanhempien toiveet huomioitiin Lastenhoito vanhempien keskustelutuokioiden aikana	Toimivat järjestelyt	
Osallistujamäärä vähenee tapaamisten edessä, varasijalta perheitä tilalle Saisi olla enemmän osallistujia Useampi tapaamiskerta viikossa parempi Ryhmän pitäisi olla kestoaltaan pidempi Enemmän aikaa yhdelle aiheelle Tapaaminen pidemmäksi	Toiveet järjestelyihin liittyen	Kehittämisehdotuksia ryhmän toiminnalle
Enemmän ohjattuja leikkejä ja toimintaa Ruoan laittaminen yhdessä valmiin tilaamisen sijasta Pidempi, parin päivän, tapaaminen ryhmäläisten kanssa Enemmän yhdessäoloa äidin ja lapsen kesken lapsen Ei välipaloja	Sisältöehdotukset	
Hoitajien poissaolot Lastenhoitajien ammattitaidossa kehitettävää Enemmän ohjattua toimintaa lapsille	Lastenhoidon haasteet	
Suunnitellussa aiheessa pysyminen Ohjaajan ammatillisuus keskustelunohjauksessa ja sisällössä Aikatauluista kiinnittäminen Ohjaajille uusia näkökulmia Ohjaajien pitäisi olla innostuneempia	Ohjaajien toimintatapojen kehittäminen	