

Varhaisen vuorovaikutuksen avaimet

Teemailta nuorille äideille

Iiris Aaltio
Hanna-Kaisa Räsänen

Opinnäytetyö
Toukokuu 2016
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala
Kättilön (AMK) tutkinto-ohjelma

Tekijä(t) Aaltio, Iiris Räsänen, Hanna-Kaisa	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Päivämäärä 09.05.2016
	Sivumäärä 42	Julkaisun kieli Suomi
		Verkojulkaisulupa myönnetty: x
Työn nimi Varhaisen vuorovaikutuksen avaimet Teemailta nuorille äideille		
Tutkinto-ohjelma Kättilön (AMK) tutkinto-ohjelma		
Työn ohjaaja(t) Mantsinen, Christina; Tiainen, Elina		
Toimeksiantaja(t) Jyväskylä Settlementti Ry: Nuoret perheet -hanke		
Tiivistelmä <p>Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Jyväskylän Settlementti ry:n Nuoret perheet -hankkeen kanssa. Opinnäytetyön tavoitteena oli suunnitella ja toteuttaa teemailta aiheesta varhainen vuorovaikutus. Teemaillan kohderyhmänä olivat nuoret raskaana olevat ja synnyttäneet alle 25-vuotiaat äidit, jotka osallistuivat Nuoret Perheet -hankkeeseen. Tarkoituksena oli edistää teemailtaan osallistuvien äitien ja heidän lastensa välistä vuorovaikutusta. Tarkoituksena oli lisäksi, että yhteistyökumppani saa käyttöönsä valmiin suunnitelman teemaillan toteuttamiseksi jatkossa ja että opinnäytetyön tekijöiden ohjaus- ja vuorovaikutustaidot nuorten äitien kohtaamisessa kehittyvät.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin tutkimuksellisenä kehittämistoimintana syksyn 2015 ja kevään 2016 aikana. Opinnäytetyön lähdemateriaalina käytettiin ajankohtaista näyttöön perustuvaa tutkimustietoa, joka käsittelee varhaista vuorovaikutusta, nuorta äitiä ja pedagogiikkaa. Hankitun aineiston pohjalta asetettiin teemaillalle tavoitteet ja tehtiin teemailtaa varten tuntisuunnitelma, diaesitys sekä palautelomake. Teemailta oli yhteistoiminnallinen ohjaustilanne, jossa vuorovaikutuksellisten luentojen, ryhmäkeskustelujen ja toiminnallisten tehtävien kautta jaettiin tietoa varhaisesta vuorovaikutuksesta ja sen tukemisen keinoista.</p> <p>Teemailta täydensi Nuoret perheet -hankkeen järjestämää Hyvä Syntymä -teemailtojen kokonaisuutta. Teemailta onnistui opinnäytetyön tekijöiden itsearviointiin ja teemaillassa saadun palautteen perusteella hyvin. Nuoret perheet -hanke voi jatkossa hyödyntää teemaillan suunnitelmaa, diaesitystä sekä opinnäytetyöstä saatua tietoa ja kokemusta toiminnassaan.</p>		
Avainsanat (asiasanat) varhainen vuorovaikutus, nuori äiti, äitiys, vanhemmuus, kiintymyssuhde, yhteistoiminnallinen oppiminen		
Muut tiedot Opinnäytetyön liite 2 on salainen.		

Author(s) Aaltio, Iiris Räsänen, Hanna-Kaisa	Type of publication Bachelor's thesis,	Date 09.05.2016
	Number of pages 42	Language of publication: Finnish
Title of publication Keys to early interaction Theme evening for young mothers		
Degree programme Degree programme in midwifery (Bachelor's degree)		
Supervisor(s) Mantsinen, Christina; Tiainen, Elina		
Assigned by Jyväskylä Settlementti r.a.: Young families project		
Abstract <p>The thesis was implemented in collaboration with Jyväskylä Settlementti's Young Families- project. The purpose of the thesis was to plan and implement a theme evening about early interaction. The target group for the theme evening was expectant young women as well as young mothers aged under 25 who were participating in the Young Families project. The purpose was to support the early interaction between the participating mothers and their children. Furthermore, the purpose was that the cooperation partner would receive a ready-made plan for executing theme evenings in the future and that the authors of the thesis would develop their guidance and interaction skills for encounters with young mothers.</p> <p>The thesis was executed as research-based development work during the autumn of 2015 and spring of 2016. The source material of the thesis consisted of evidence-based research information in the area of early interaction, young mothers and pedagogy. The theme evening's goals, blueprint, slide show and feedback form were composed based on the acquired material. The theme evening was a cooperative guidance situation in which information was given about early interaction and about the means to support it by using conversational lectures, group discussions and functional assignments.</p> <p>The theme evening completed the series of Good Birth theme evenings organized by the Young Families-project. The theme evening was successful based on the authors' self-evaluation and the feedback collected during the evening. In the future, the Young Families-project can benefit from theme evening plan and slide show as well as from the experience and information given by the thesis.</p>		
Keywords/tags (subjects) early interaction, young mother, motherhood, parenthood, maternal bond, cooperative learning		
Miscellaneous The second attachment of the Bachelor's thesis is confidential.		

Sisältö

1	Johdanto.....	2
2	Tavoite ja tarkoitus.....	3
3	Opinnäytetyön lähtökohdat	3
	3.1 Nuori äiti.....	3
	3.2 Varhainen vuorovaikutus	8
	3.3 Ohjaustilanteen suunnittelu ja pedagoginen taustoitus	13
4	Opinnäytetyön toteuttaminen	17
	4.1 Tutkimuksellinen kehittämistoiminta.....	17
	4.2 Teemaillan tausta ja tarpeet.....	18
	4.3 Teemaillan kohderyhmä.....	18
	4.4 Teemaillan tavoitteet	19
	4.5 Tiedonhaku ja aineiston kuvaus	19
	4.6 Teemaillan suunnittelu.....	20
	4.7 Teemaillan toteutus ja arviointi.....	21
5	Pohdinta	23
	5.1 Eettisyys ja luotettavuus.....	23
	5.2 Kehittämisehdotukset	25
	Lähteet	27
	Liitteet	31

1 Johdanto

Seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelman 2014–2020 yhtenä painopisteenä on nuorten seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistäminen (Edistä, ehkäise, vaikuta 2014, 16). Myös vuonna 2013 julkaistussa äitiysneuvolaoppaassa kiinnitetään erityistä huomiota nuorten perheiden hyvinvointiin. Nuoret äidit kuuluvat riskiryhmään monesta eri syystä (Paananen, Pietiläinen, Raussi-Lehto & Äimälä 2015, 51). He tarvitsevat enemmän tukea perhe-elämässä. Raskauden aikana itsekin vielä nuoruutta elävät äidit tarvitsevat kattavan moniammatillisen verkoston tukemaan heitä haastavassa äidiksi kasvamisen tehtävässä. (Mts. 155.)

Varhaisella vuorovaikutuksella ja sen tukemisella on suuri merkitys lasta odottavan pariskunnan vanhemmuuteen kasvulle, vanhempien parisuhteelle ja koko perheen terveyden edistämiseksi (Äitiysneuvolaopas 2013, 31–34). Äitiysneuvolaoppaassa suositellaankin tehtäväksi kaikille perheille raskauden aikaista varhaista vuorovaikutusta tukeva haastattelu sekä synnytyksen jälkeistä vuorovaikutusta tukeva haastattelu (mts. 35). Lapsen ja perheen hyvinvointiin pyritään myös hyvällä syntymän hoidolla, jonka yhtenä tavoitteena on varhaisen vuorovaikutuksen edistäminen (Edistä, ehkäise, vaikuta 2014, 16–17).

Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Jyväskylän Setlementti ry:n Nuoret Perheet -hankkeen kanssa. Opinnäytetyön tavoitteena oli suunnitella ja toteuttaa teemailta nuorille raskaana oleville ja synnyttäneille äideille aiheesta varhainen vuorovaikutus. Tarkoituksena oli edistää teemailtaan osallistuvien äitien ja heidän lastensa välistä vuorovaikutusta. Tarkoituksena oli lisäksi, että yhteistyökumppani saa käyttöönsä valmiin suunnitelman teemaillan toteuttamiseksi jatkossa ja että opinnäytetyön tekijöiden ohjaus- ja vuorovaikutustaidot nuorten äitien kohtaamisessa kehittyvät.

2 Tavoite ja tarkoitus

Opinnäytetyön tavoitteena oli suunnitella ja toteuttaa teemailta nuorille raskaana oleville ja synnyttäneille äideille aiheesta varhainen vuorovaikutus. Tarkoituksena oli edistää teemailtaan osallistuvien äitien ja heidän lastensa välistä vuorovaikutusta. Tarkoituksena oli lisäksi, että yhteistyökumppani saa käyttöönsä valmiin suunnitelman teemailan toteuttamiseksi jatkossa ja että opinnäytetyön tekijöiden ohjaus- ja vuorovaikutustaidot nuorten äitien kohtaamisessa kehittyvät.

3 Opinnäytetyön lähtökohdat

3.1 Nuori äiti

Nuoren äidin iästä on olemassa erilaisia määritelmiä. Eri tutkimuksissa nuori äiti määritellään 14–21 -vuotiaaksi. (Hirvonen 2000, 5; Jakola 2013, 58; Kelhä 2009, 2; Kershaw, Powell & Willie 2016; Kuortti, Jähi, Lindfors & Kosunen 2011, 136; Kuortti 2012, 18; Lehti, Niemelä & Soulander 2010, Morgenthau 1984; Norton 2010; Paananen ym. 2015, 155; Rajamäki 2006, 4; Särkiö 2002, 4). Tässä opinnäytetyössä nuorella äidillä tarkoitetaan alle 25-vuotiaita äitejä, koska opinnäytetyön yhteistyökumppani on määritellyt kohderyhmäkseen tämän ikäiset nuoret äidit. (Nuoret perheet – tukea nuoruuden ja vanhemmuuden yhdistämiseen n.d).

Nuorten äitien haasteet

Tutkimukset osoittavat, että nuorena äidiksi tulemiseen liittyy riskejä ja haasteita (Hirvonen 2000, 33 & 44; Kuortti 2012, 46; Kuortti ym. 2011, 144; Lehti ym. 2010; Leisman 2004; 33–36; Morgenthau 1984, 18–19; Norton 2010, 43–49), jotka vaikuttavat niin äidin kuin lapsen hyvinvointiin (Lehti ym. 2010). Haasteet liittyvät aikuiseksi ja vanhemmaksi kasvamisen yhtäaikaiseen prosessiin, moninlaisiin terveysongelmiin, jotka koskevat niin nuorta äitiä kuin hänen jälkeläistään, sekä nuorena äidiksi tulemiseen liittyviin sosiaalisiin riskitekijöihin (Apter & Halonen 2010; Leisman 2004 33–36; Hirvonen 2000, 35). Lisäksi nuoren äidin haasteena on ympäristön ongelmalähtöinen

suhtautuminen nuoren äitiyteen ja sen vaikutus nuoren äidin jaksamiseen (Hirvonen 2000, 169).

Lapsen saaminen on eräs merkittävä elämän siirtymävaihe, johon liittyy uusia kehitysvaatimuksia (Hirvonen 2000, 164–165). Nuorten äitien elämäntilanne on haastava, koska siinä yhdistyy sekä nuoruus että vanhemmaksi kasvaminen samanaikaisesti (Akhavan, Sriyaksak & Åkerlind 2013, 201; Apter & Halonen 2010). Nuoruudessa irtaannutaan lapsuudesta ja kehitytään kohti aikuisuutta. Kun nuori nainen tulee raskaaksi oman kehityksen ollessa vielä kesken, se luo hänelle hyvin haastavan tilanteen. Raskauden seurauksena hänen on tehtävä vaikeita päätöksiä ja käsiteltävä monia asioita. Nuoren on yhtä aikaa käsiteltävä sekä nuoruuden kehityshaasteita, että äitiyden tuomia psykologisia, emotionaalisia ja fyysisiä pulmia. Nuoret äidit, joiden kehitys on vielä kesken, ovat usein epävarmoja ja vanhemman rooliin asettuminen tuottaa vaikeuksia. (Apter & Halonen 2010.)

Nuori ei ole vielä kypsä emotionaalisella, sosiaalisella eikä fyysisellä tasolla, jolloin synnytyksen ja raskauden aiheuttama kuormitus voi olla liikaa (Hirvonen 2000, 34). Nuorena äidiksi tulemiseen liittyykin riski psyykkisiin ja fyysisiin terveysongelmiin, joilla on haitallinen vaikutus nuoriin äiteihin sekä heidän jälkeläisiinsä (Leisman 2004, 33–36). Riskeinä ovat synnytyskomplikaatiot, (Hirvonen 2000, 34; Leisman 2004, 33–36) vanhemmuuden haasteet ja lähisuhdeväkivalta (Leisman 2004, 33–36).

Riski vastasyntyneen alhaiseen syntymäpainoon sekä riski ennenaikaiseen syntymään ovat suurentuneet nuorten äitien lapsilla (Hirvonen 2000, 34). Myös imeväiskuolleisuuden riski on reilusti suurentunut nuorena raskaaksi tulleiden äitien lapsilla. Lisäksi heillä on suurempi riski huonompiin sosioekonomisiin olosuhteisiin myöhemmin elämässä. (Norton 2010.) Äidin hyvin nuori ikä voi heikentää kiintymyssuhteen kehittymistä lasta kohtaan raskauden aikana ja on siten riskitekijä äidin ja lapsen tulevaa varhaista vuorovaikutusta ajatellen (Lindroos, Ekholm & Pajulo 2015, 143).

Nuorilla äideillä sosiaaliset riskitekijät, kuten matala koulutustaso, heikko taloudellinen tilanne ja naimattomuus, ovat vähintäänkin yhtä merkittäviä riskitekijöitä kuin nuori ikä ja tulevan äidin fyysiset edellytykset. Sosiaalisilla riskitekijöillä on merkitystä

nuoren jaksamiseen vanhempana sekä ylipäättään valmiuksiin selvitä uudessa elämäntilanteessa. (Hirvonen 2000, 35.) Lapsen kannalta nuoren äidin psyykkiset ja sosiaaliset voimavarat ovat merkityksellisiä (Lehti ym. 2010).

Hyvin nuoria äitejä pidetään myös yhteiskunnassamme usein kypsymättöminä sosiaaliseen äitiyteen, jolloin he eivät vielä pysty ottamaan äitiyteen liittyvää vastuuta (Hirvonen 2000, 37). Ympäristön suhtautuminen voi kuluttaa nuoren äidin voimavaroja. Nuori uupuu, kun hän joutuu mukautumaan ympäristön antamaan äitiyden malliin sen sijaan, että saisi toteuttaa omaa äitiyttään. Nuoren äidin uupuminen on yhteydessä riskiin syrjäytyä, etenkin jos sosiaalinen tuki on heikkoa ja vanhemmuudesta saatu malli on ontuva. (Hirvonen 2000, 169.) Ympäristöstä tulevat asenteet ja ihmisten ennakkoluulot ovat ristiriidassa nuorten äitien omaan kokemukseen varhaisesta äitiydestä (Hirvonen 2000, 167–169). Ulkopuolisen silmissä nuoren äidin raskaus nähdään usein ongelmallisena, vaikka nuoret äidit eivät koe sitä niin (Kelhä 2009, 2; Kuortti 2012, 107; Kuortti ym. 2011, 144).

Nuorten äitien tarpeet

Tutkimuksissa tulee ilmi, että nuoret äidit kokevat tarvetta todistaa ulkopuolisille olevansa hyviä äitejä (Hirvonen 2000, 167; Jakola 2013, 86). Nuoren äidin toiveena on tulla kohdatuksi asiantuntijoiden taholta yksilönä, eikä ikänsä vuoksi äitinä, jolla on haasteita (Kelhä 2009, 52). On tärkeää huomioida nuorten äitien tahto siitä, että heihin asennoidutaan samalla tavalla kuin tuleviin äiteihin yleensäkin (Hirvonen 2000, 86).

Nuoren ensisynnyttäjän kohtaaminen voi kuitenkin olla erityisen vaativaa. Terveystuon ammattilaisen on osattava valita auttamiskeinot, jotka palvelevat nuoren tarpeita niin, että nuori tulee kohdatuksi parhaalla mahdollisella tavalla. Aikaisessa vaiheessa aloitetulla monipuolisella ohjauksella on todettu olevan positiivista vaikutusta nuorten äitien hoidon tuloksiin niin raskausaikana kuin synnytyksen jälkeen. Nuoren äidin tarpeita ja haasteita ei kuitenkaan välttämättä tunnisteta, jolloin apua tai tukitoimia ei osata kohdistaa sitä tarvitsevalle tai oikeaan aikaan. (Hirvonen 2000, 44–45.) Tuen tarve on laaja ja nuoret äidit tarvitsevat tietoa muun muassa lapsen normaalista kehitymisestä ja varhaisen vuorovaikutuksen vaikutuksista ja merkityk-

sestä (Apter & Halonen 2010). Nuoret äidit, jotka haluavat imettää, tarvitsevat myös enemmän tietoa ja ohjausta liittyen imetykseen. Hoitohenkilökunnan toivotaan järjestävän nuorille äideille ryhmätoimintaa, jossa nuorten äitien olisi mahdollista jakaa äidiksi tuleminen kokemuksia muiden kanssa. Kokemusten jakaminen voisi tukea nuorten äitien itseluottamusta heidän uudessa roolissaan sekä vähentää nuorten äitien stressiä. (Akhavan ym. 2013, 201.) Tehostetut terveydenhuollon palvelut etenkin synnytyksen jälkeen sekä erilaiset nuorille äideille suunnatut sosiaaliset tukitoimet ovat siis perusteltuja (Hirvonen 2000, 44–45).

Sosiaalinen verkosto on merkityksellinen ja selkeä voimavara nuorille äideille, ja siitä saatavan tuen merkitys tulisi ymmärtää myös terveydenhuollossa (Hirvonen 2000, 170). Nuoret äidit saattavat kokea, että muut kuin itse alle 20-vuotiaana äidiksi tulleet eivät voi ymmärtää sisäisiä ja ulkoisia haasteita, joita nuorena äidiksi tuleva kohtaa (Jakola 2013, 84). Nuoret äidit toivoisivat saavansa vertaistukea muilta nuorilta äideiltä (Särkiö 2002, 97). Asiantuntijoilta saatua informaatiota ei sen sijaan koeta niin tärkeänä (Hirvonen 2000, 165).

Nuorten äitien kokemukset äitiydestä

Kuortin (2012, 109) tutkimus Suomalaisten tyttöjen seksuaaliterveydestä ja kulttuurista tuo esille, että nuoret eivät näe suurta osaa seksuaalisuuteen liittyvistä tapahtumista riskeinä. Nuoret äidit eivät myöskään näe raskautta ja synnytystä ongelmalähtöisesti (Hirvonen 2000, 165). Raskauden jatkaminen nähdään nuoren omana päätöksensä (mts. 75). Nuoret kuitenkin kokevat tuen erittäin arvokkaaksi ja tarpeelliseksi tässä elämäntilanteessa (Hirvonen 2000, 75; Kuortti 2012, 115).

Nuoret tytöt pohtivat runsaasti vastuuta ja etiikkaa liittyen suunnittelemattomiin raskauksiin. He tiedostavat, että kyky itsestä huolehtimiseen on edellytys sille, että voi ottaa vastuuta toisen ihmisen hoitamisesta. (Kuortti 2012, 110.) Myös Kelhän (2009, 49) väitöskirjassa nuoret äidit määrittelevät aikuisuutta kykynä ottaa vastuuta niin omasta kuin lapsen elämästä. Aikuistumisen koetaan tapahtuvan äidiksi tulemisen ja vanhemmuuden kautta (Hirvonen 2000, 89; Kelhä 2009, 49). Aikuistuminen lapsen saamisen myötä nähdään tärkeänä elementtinä aikuisessa vastuullisessa vanhemmuudessa (Kelhä 2009, 49). Toisaalta aikuisuus saa myös negatiivisen arvon, jos

sen koetaan tarkoittavan menevän, mukavan ja nuorekkaan elämäntavan loppumisesta. Nuori ikä ei kuitenkaan nuorten äitien mielestä sulje pois mahdollisuutta olla vastuullinen vanhempi, jolloin vanhemmuus voi sisältyä nuoruuteen. (Kelhä 2009, 49.) Tutkimuksessa haastatelluista äideistä valtaosa kuitenkin kokee aikuistumisen vaatimuksena hyvälle äitiydelle (mts. 50). Nuoret äidit kokevat olevansa vastuullisia äitejä (Hirvonen 2000, 91; Kelhä 2009, 50), joille äitiys on tärkeä osa elämää (Hirvonen 2000, 89).

Ikä ei ole nuorten äitien mielestä merkittävä tekijä päätöksessä tulla vanhemmaksi, jos nuorella on edellytykset vastaanottaa lapsen tuoma muutos ja selvittää sen myötä tulevista velvollisuuksista. Kyky ja kypsyytensä omaiseen päätöksentekoon sekä vastuunotto uudesta tilanteesta ovat nuorten mielestä keskeisempää kuin ikä numerona. (Hirvonen 2000, 86–87; Särkiö 2002, 97.) Myös suurin osa Jakolan tutkimukseen osallistuneista nuorista äideistä tuntee, että äidiksi tuleminen ikä oli heille oikea ja yli puolelle äidiksi tuleminen perustui tietoiseen valintaan (Jakola 2013, 67). Jakolan (2013, 70) tutkimuksen mukaan nuoret äidit eivät yleensä kadu valintojaan; melkein kukaan tutkimukseen vastanneista 159:stä nuoresta (93,7 %) ei kadu päätöstään, vaan he kokevat jälkikäteenkin, että raskauden jatkaminen oli oikea valinta. Yli puolet (53,5 %) kokee äitiyden useimmiten hyvänä vaihtoehtona. Vain pieni osa (12,6 %) kokee päinvastoin ja on epävarma omasta äitiydestään. (Mts. 75.)

Toisaalta, koska nuoruus on näkyvää päällepäin, nuoret äidit saattavat kuitenkin arjessa kokea olevansa vääränikäisiä (Kelhä 2009, 1). Ikä koetaan leimaavana asiana silloin, kun käytetään raskauden ajan seurantaan liittyviä palveluita. Yhteiskunnalla ja ympäristöllä on vaikutusta nuoren äidin negatiiviseen kokemukseen omasta iästään. Toisaalta nuori äiti ja hoitohenkilökunta näkevät nuoren iän myös voimavarana. Nuorten äitien ominaisuudet, kuten hyvä fyysinen kunto, joustavuus, luottavaisuus, terveen järjen käyttö ja ennakkoluulottomuus, auttavat heitä jaksamaan. (Hirvonen 2000, 161–162.)

Nuoret äidit kokevat olevansa tarpeeksi hyviä äitejä (Hirvonen 2000, 167; Jakola 2012, 86) ja heillä on onnistumisen tunteita varhaisvanhemmuudesta (Hirvonen 2000, 91). Elämäntilanne koetaan positiivisena, vaikka ekonominen tilanne on usein

kiperä (Hirvonen 2000, 88; Kuortti 2012, 50; Rajamäki 2006, 65, 86). Nuoret äidit ajattelevat, että vanhemmuudessa täytyy luottaa itseensä eikä sitä voi etukäteen täysin suunnitella. Heillä on luottamusta omaan osaamiseensa uuden pienen perheenjäsenen kanssa. Luottamus omaan osaamiseen vähentää äidiksi tulemiseen liittyviä pelon tunteita. (Hirvonen 2000, 86–89). Yhteenvedon voidaan sanoa, että nuoret pohtivat raskauttaan ja äitiyttään monipuolisesti eri näkökulmista. Tästä tulisi muun muassa terveydenhuollon asiantuntijoiden ja henkilökunnan olla tietoisia. (Kuortti ym. 2011, 145.)

3.2 Varhainen vuorovaikutus

Varhainen vuorovaikutus on viestintää äidin ja alle 2-vuotiaan lapsen välillä (Pesonen 2010, 515). Äidin ja sikiön välinen varhainen vuorovaikutus alkaa jo raskausaikana, mikä luo pohjan vuorovaikutuksen kehittymiselle syntymän jälkeen. Äidin ja vauvan välinen varhainen vuorovaikutus on edellytys sekä kiintymyssuhteen että vanhemmuuden kehittymiselle. (Paananen ym. 2015, 324–325.) Lisäksi varhainen vuorovaikutus on välttämätöntä lapsen suotuisalle psyykkiselle kehitykselle (Pesonen 2010, 515).

Raskauden aikainen varhainen vuorovaikutus

Äidit kokevat yleensä jo raskauden aikana yhteyden sikiöön. Vauva etsii vastavuoroisuutta alusta lähtien ja saattaa hakea äidin huomiota esimerkiksi potkien vatsassa. Äiti reagoi tähän usein tiedostamattaan. (Vuori & Laitinen 2005, 111.) Sikiö ja äiti ovat vuorovaikutuksessa äänten, liikkeiden, kosketuksen ja tuntoaistin välityksellä (Paananen ym. 2015, 324). Aluksi äidit tiedostavat tulevan lapsen vain ajatuksen tasolla, mutta liikkeiden myötä lapsen todellinen läsnäolo konkretisoituu. Tässä vaiheessa äidit usein keskustelevat lapsensa kanssa joko ääneen tai mielen sisäisesti. (Brodén 2008, 87–88.) Äiti on raskauden aikana tietoinen lapsen uni- ja valverytmistä ja voi reagoida siihen. Lisäksi äiti usein tiedostaa lapsen erityisiä luonteenpiirteitä tai tapoja sekä kyvyn olla vuorovaikutuksessa esimerkiksi lapsen reagoiessa tietyllä tavalla äidin kosketukseen tai tiettyihin ääniin. (Brodén 2008, 87–88.) Äidin ääni erotuu kohdun sisäisestä äänimaailmasta selkeästi ja siksi sikiö reagoi siihen erityisen

herkästi. Lapsi voi äidin äänen kautta myös kokea erilaisia tunnetiloja. Raskauden aikaisen varhaisen vuorovaikutuksen kautta lapsi saa myös ensimmäisiä tietojaan ulkomaailmasta. (Vuori & Laitinen 2005, 108–110.)

Prenataaliseksi kiintymykseksi kutsutaan kiintymyssuhdetta, joka kehittyy äidin ja lapsen välille jo raskauden aikana (Brodén 2008, 47). Äitiin muodostuva tunneside eli kiintymyssuhde on vauvalle elintärkeä, sillä kiintymys takaa lapselle huolenpitoa ja turvallisuutta (mts. 30). Äidin kiintymyssuhde lasta kohtaan muodostuu tunteiden ja mielikuvien avulla (Sinkkonen & Kalland 2011, 99–100). Raskauden aikana äiti kehittää herkkyyden aistia lapsen merkkejä ja samalla tutustuu lapseensa. Lapsen syntyessä raskausaikana kehitetyn tunneperäisen kiintymyksen sikiötä kohtaan voi siirtää todelliseen, syntyneeseen lapseen. (Brodén 2008, 92.) Vahva kiintyminen jo raskauden aikana ennustaa hyvää varhaista vuorovaikutusta ja turvallisen kiintymyssuhteen syntymistä ja vaikuttaa siten lapsen kehitykseen (Lindroos ym. 2015, 143; Mäntymaa ym. 2003, 461–462).

Syntymän jälkeinen varhainen vuorovaikutus

Syntymän jälkeinen varhainen vuorovaikutus on yhdessä olemista ja tekemistä, kuten vauvan hoitoa, syöttämistä ja nukuttamista (Ingberg, Axelin & Salanterä 2008, 193). Syntymänsä jälkeen vauva tarkkailee äitinsä sanatonta viestintää ja ilmaisee itseään ruumiinkielellä. Äiti usein huomaamattaan vastaa vauvan ilmeisiin tai ääniin matkimalla niitä, mikä on vastavuoroista ja inhimillistä vuorovaikutusta. (Vuori & Laitinen 2005, 111.) Syntymän jälkeisessä vuorovaikutuksessa lapsi viestii äidille tarpeitaan, jonka jälkeen äiti ymmärtää viestin ja toimii lapsen tarpeiden mukaisesti. Lopulta lapsi vuorostaan reagoi äidin antamaan hoivaan. Tällaiset tapahtumat ovat osa lapsen ja äidin luonnollista yhdessäoloa ja ne luovat parhaimmillaan paljon iloa ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Toiminnallisen hoivan lisäksi varhaiseen vuorovaikutukseen liittyy kosketusta, ääniä, katseita ja tunteita. (Paananen ym. 2015, 324–325.)

Tarpeeksi hyvä varhainen vuorovaikutus elämän ensimmäisinä vuosina on lapsen psyykettä suojaava tekijä (Hermanson 2012). Varhainen vuorovaikutus ja sen aikana koetut tunnekokemukset vaikuttavat aivojen toiminnalliseen kehitykseen ja siten lapsen aivojen ja psyyken kehitykseen heti syntymästä lähtien. (Mäntymaa, Luoma,

Puura & Tamminen 2003, 459, 464). Myönteisten tunteiden jakaminen varhaisessa vuorovaikutuksessa edistää lapsen positiivista psykologista kehitystä (Mäntymaa, Puura, Luoma, Latva, Salmelin & Tamminen 2015, 234). Se voi myös ehkäistä vanhemman mielenterveysongelmien negatiiviset vaikutukset lapseen (mts. 223). Puutteellinen varhainen vuorovaikutus voi aiheuttaa lapselle pitkäkestoisia ja moninaisia negatiivisia seurauksia (Sinkkonen & Kalland 2012, 26; Mäntymaa 2006, 54). Oleellisia asioita lapsen suotuisan kehityksen kannalta ovat äidin herkkyys lapsen viesteille sekä vuorovaikutuksen yhteensopivuus, jolloin äidin ja lapsen vuorovaikutustilanteiden eri vaiheet vastaavat toisiaan (Pesonen 2010, 515–517). Kehityksen kannalta lapsen ensimmäiset elinvuodet ovat tärkeimpiä, sillä ne ovat aivojen kiihkeimmän kehityksen aikaa (Mäntymaa ym. 2003, 464).

Syntymän jälkeisessä kiintymyssuhteessa ja varhaisessa vuorovaikutuksessa lapsi oppii tiedostamattaan työskentelymalleja, jotka ohjaavat lapsen toimintaa, tunne-elämää, ihmissuhteita ja ajattelua myös tulevaisuudessa (Sinkkonen 2004, 1866; Sinkkonen & Kalland 2011, 112). Kiintymyssuhde lapsen ja äidin välillä voi olla joko turvallinen tai turvaton. Turvallisessa kiintymyssuhteessa lapsi hakee ja saa läheisyyttä tuntiessaan olonsa turvattomaksi, uskaltaa tutkia ympäristöään ja osaa ilmaista tunteitaan. (Brodén 2008, 31–33.) Tällöin lapsi oppii yleensä käyttäytymään empaattisesti tulevissa ihmissuhteissaan käyttäen niissä sekä tunteita että järkeä (Sinkkonen 2004, 1866–1868.) Turvallisessa kiintymyssuhteessa äiti on läsnä lapselleen, jolloin lapsi voi luottaa häneen ja tuntee olonsa turvalliseksi. Tärkein turvallisuutta luova tekijä on äidin herkkyys eli hänen sensitiivisyys lapsensa viesteille. (Brodén 2008, 31–33.) Kiintymyssuhde voi olla myös turvaton ja vauva voi kokea sen takia esimerkiksi pitkäkestoista stressiä, mikä on vahingollista lapsen kehitykselle ja tunteiden hallintakyvylle. Turvattomassa kiintymyssuhteessa äiti voi esimerkiksi jättää lapsensa tunteet huomioimatta, jolloin lapsi oppii tukahduttamaan tunteensa sen sijaan, että toisi tunteensa esiin vuorovaikutustilanteissa. (Sinkkonen 2004, 1866–1868.)

Varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen

Perheen saama tuki ja monet neuvolan ja sairaalan käytänteet suojaavat varhaista vuorovaikutusta. Raskauden aikana varhaista vuorovaikutusta ja kiintymyssuhteen kehittymistä voidaan edistää tukemalla parisuhdetta, vanhemmuuteen kasvua sekä

äidin reflektointikykyä. Synnytyksen jälkeen varhaista vuorovaikutusta edistää äidin ja lapsen fyysinen läheisyys, lapsen viestien tulkinnan opettelu sekä positiivinen palaute äidin toiminnasta. (Äitiysneuvolaopas 2013, 31–35; Ingberg, Axelin & Salanterä 2008, 193–199; Paananen ym. 2015, 324–328.)

Parisuhdetta ja vanhemmuuteen kasvua tukemalla vaikutetaan myös lapsi- vanhempi-suhteeseen (Äitiysneuvolaopas 2013, 31). Heikko parisuhde vaikuttaa äidin ja lapsen vuorovaikutukseen negatiivisesti (Mäntymaa 2006, 57). Parisuhdetta voidaan tukea esimerkiksi keskustelemalla parisuhteen hoidosta sekä pohtimalla tekijöitä, jotka antavat voimavaroja perheelle. Vanhemmuuteen kasvuun liittyy mielikuvat tulevasta lapsesta. Äiti voi mielikuvissaan olla vuorovaikutuksessa lapsen kanssa ja siten valmistautua synnytykseen ja lapsen kohtaamiseen. Varhaista vuorovaikutusta voidaan tukea auttamalla äitiä pohtimaan raskautta ja vanhemmuutta, jolloin myös mielikuvat vauvasta pysyvät äidin mielessä. (Äitiysneuvolaopas 2013, 31–35.) Mikäli kiintymyssuhteen kehittymisessä on raskauden aikana ongelmia, tulisi siihen puuttua, sillä ongelmat tai puutteet kiintymyssuhteessa vaikuttavat lapsen ja äidin syntymän jälkeiseen varhaiseen vuorovaikutukseen (Lindroos ym. 2015, 143).

Äidin omat kokemukset hoivasta sekä hänen suhteensa omiin vanhempiinsa ja läheisiinsä vaikuttavat hänen taitoonsa olla vuorovaikutuksessa lapsensa kanssa. (Paananen ym. 2015, 327; Mäntymaa 2006, 55.) Jos äidin lapsuuden kokemukset ovat lähinnä myönteisiä ja hän kokee voivansa samaistua omiin vanhempiinsa, hänellä on jo malli, jonka pohjalta hän voi alkaa kehittää omaa vanhemmuuttaan ja suhdetta lapsensa. Suhde omiin vanhempiin voi tällä tavoin periytyä seuraavalle sukupolvelle. (Brodén 2008, 29–30.) Omien lapsuuden hoivakokemusten käsitteleminen vahvistaa vanhemmuuteen kasvua (Paananen ym. 2015, 324). Äidin kyky reflektoida omia läheisiä suhteitaan voi myös ehkäistä turvattoman kiintymyssuhteen periytymisen (Brodén 2008, 38–39).

Äidin reflektointikyky eli kyky tutkiskella itseään, tunteitaan ja kokemuksiaan, on edellytys sensitiiviselle vuorovaikutukselle sekä turvallisen kiintymyssuhteen kehittymiselle (Brodén 2008, 38–39; Äitiysneuvolaopas 2013, 33–34.) Reflektointikyvyn avulla vanhempi pystyy ymmärtämään lapsensa käytöstä ja siihen liittyviä tunteita

(Äitiysneuvolaopas 2013, 33). Varhaista vuorovaikutusta turvatakseen naisen tulisi valmistautua vanhemmuuteen raskauden aikana tutkiskelemalla sisäisiä tapahtumiaan, opettelemalla tuntemaan identiteettinsä uusia piirteitä ja liittämällä nykyhetkeen lapsuuden kokemuksiin ihmissuhteista kehittäväällä tavalla (Brodén 2008, 74). Äidin reflektiivisiä kykyjä voidaan tukea neuvolassa esimerkiksi varhaista vuorovaikutusta tukevalla haastattelulla. Äidin omaa pohdintaa pyritään neuvolassa edistämään myös muiden työkalujen, kuten lasta odottavan perheen voimavaralomakkeen, sekä keskustelun avulla. (Äitiysneuvolaopas 2013, 33–34.) Lisäksi naisen saama tuki ja onnistumisen kokemukset vanhemmuudessa auttavat traumatisoitunutta äitiä vahvistamaan itseluottamustaan ja muodostamaan turvallisen suhteen lapseensa (Brodén 2008, 42–43). Äidin hyvä itsetunto auttaa häntä näkemään itsensä arvokkaana äitinä ja uskomaan kykyihinsä hoivata lastaan (mts. 82).

Nicholsin mukaan Mercerin (1986) tutkimuksesta selviää, että synnytyskokemus voi vaikuttaa lapsen ja äidin väliseen varhaiseen vuorovaikutukseen myönteisesti tai kielteisesti. Hyvin nuorilla äideillä synnytyskokemus on Mercerin mukaan kielteisempi kuin vanhemmilla äideillä. (Nichols 1996.) Hyvällä synnytyskokemuksella on myönteisiä vaikutuksia varhaiseen vuorovaikutukseen ja negatiivisella synnytyskokemuksella voi puolestaan olla kielteisiä vaikutuksia vauvan ja äidin väliseen vuorovaikutussuhteeseen. (Edistä, ehkäise, vaikuta 2014, 109.) Positiivista synnytyskokemusta edesauttaa turvallinen ympäristö, läheiset ihmissuhteet ja raskaudenaikainen valmentautuminen synnytykseen (Aune, Dahlberg, Persen, Selboe, Skogås, & Torvik 2015). Tiedon saannilla on myös merkittävä yhteys siihen, kuinka tyytyväisiä synnytyskokemukseen ollaan (Cockroft, Gailbraith, Slaninka, Strzelecki 1996). Hyvää synnytyskokemusta ja siten varhaista vuorovaikutusta voidaan tukea raskauden aikana perhevalmennuksella (Edistä, ehkäise, vaikuta 2014, 105) ja synnytyksen jälkeen synnytyskeskustelulla kättilön kanssa (mts. 109).

Lapsen syntymän jälkeen kättilö voi edistää lapsen ja äidin vuorovaikutusta esimerkiksi suosimalla heidän fyysistä läheisyyttään ja imetystä, sillä se mahdollistaa emotionaalisen läheisyyden kokemista ja vahvistaa kiintymistä (Paananen ym. 2015, 327; Äitiysneuvolaopas 2013, 47). Kiintymyssuhdetta kehittää niin fyysinen kuin psyykinenkin läheisyys, vastavuoroisuus vauvan kanssa sekä sitoutuminen. (Ingberg, Axelin

& Salanterä 2008, 193.) Sitoutumista voidaan tukea esimerkiksi varmistamalla mahdollisuus olla vauvan luona ja huolehtimalla siitä, että vanhemmat otetaan mukaan lapsen hoitoon ja että he osaavat hoitaa lastaan (mts. 198). Ingbergin, Axelinin ja Salanterän (2008, 197–199) tutkimukseen osallistuneet hoitajat kertoivat tukevansa äidin ja keskosvauvan välistä varhaista vuorovaikutusta muun muassa järjestämällä heille tarpeeksi aikaa olla yhdessä ja pitää lasta sylissä tai kenguruhoitossa, antamalla positiivista palautetta, ohjaamalla vanhempia tunnistamaan vauvan viestejä sekä vastaamaan niihin vauvaa hoitamalla. Kätilö voi edistää varhaista vuorovaikutusta myös tukemalla vanhemmuutta ja lapsen tutustumista personoimalla lasta äidille. Vanhemmuuden vahvistuessa äidit pystyvät yhä paremmin tunnistamaan lapsen viestejä ja vastaamaan niihin lapsen tarpeiden mukaisesti, mikä edistää heidän välistä vuorovaikutustaan. Vuorovaikutusta tukee edelleen äidin saama positiivinen palaute hänen hoivatoiminnastaan. (Paananen ym. 2015, 327–328.)

Äitiä voidaan lisäksi tukea kertomalla, ettei kenenkään kasvuympäristö ole täydellinen, vaan jokainen joutuu kohtaamaan myös pettymyksiä ja vaikeuksia. Tärkeintä on, että lapsella on vierellään aikuinen, joka voi auttaa lasta käsittelemään erilaisia tilanteita sekä säätämään niiden herättämiä tunteita. (Sinkkonen & Kalland 2011, 15.)

3.3 Ohjaustilanteen suunnittelu ja pedagoginen taustoitus

Ohjaustilanteen järjestämisessä tulee ottaa huomioon monia asioita jo suunnitteluvaiheessa. Kohderyhmä tulee ottaa huomioon tavoitteita asettaessa ja ohjaustilanteen sisältöä suunniteltaessa. Suunnittelussa tulee miettiä, kuinka tavoitteiden saavuttamista arvioidaan. Ohjaustilanteen rakenne ja sisältö tulee suunnitella tarkasti. Ohjaustilanteelle valitaan suunnitteluvaiheessa opetusmenetelmiä, joiden avulla voidaan saavuttaa asetetut tavoitteet ja huomioida erilaiset oppimistyyli. Lisäksi tarvittaessa on oltava valmis poikkeamaan tehdystä suunnitelmasta. (Kortesuo 2010, 72–88, 107; Sahlberg & Sharan 2002, 103–104.)

Kohderyhmä, sen koko, osallistujien taustat ja ryhmän odotukset vaikuttavat ohjaustilanteeseen. Valmistautumista helpottaa, jos ottaa selvää osallistujista ja heidän

tarpeistaan etukäteen. (Korteso 2010, 72.) Osallistujat voivat olla hyvinkin erilaisia, mutta yleensä ryhmää sitoo kuitenkin jokin yhteinen tekijä, kuten äitiys. Tätä yhdistävää tekijää kannattaa hyödyntää ohjaustilanteen aikana, jotta ohjaus olisi kohde-ryhmälle suunnattua. Kun toiminta ja ohjauksessa käytetyt esimerkkitarinat ovat suunnattuja oikealle kohderyhmälle, on osallistujien helpompi omaksua asioita ja samaistua kerrottuihin esimerkkeihin. (Korteso 2010, 85–86.)

Opetuksen tavoitteiden määrittely ja osallistujien oppimisen arviointi sisältyvät ohjaajan rooliin (Sahlberg & Sharan 2002, 103–104). Hyvät tavoitteet ovat selkeitä, konkreettisia ja realistisia. Niiden tulee myös olla seurattavissa eivätkä ne saa riippua liikaa ulkoisista tekijöistä. Hyvä tavoite on mahdollista saavuttaa laadukkaan toteutuksen avulla. Tavoitteiden seurantamenettelynä voi käyttää esimerkiksi ennakoon suunniteltua kyselylomaketta. Osallistujien omiin kokemuksiin perustuvassa laadullisessa palautteessa näkyy usein saavutettu muutos. (Silfverberg 2007, 83–84.)

Ennen opetusta tapahtuva ryhmähengen herättäminen on tärkeää, jotta ilmapiiri ja sosiaalinen ympäristö olisivat mahdollisimman suotuisia tehtävien toteuttamiselle ja oppimiselle. Yhteishengen luominen parantaa ryhmän oppimista ja tekee ohjaustilanteesta osallistujille miellyttävämmän. Ryhmähengen luomisella pyritään siihen, että ryhmäläiset tutustuvat toisiinsa, voivat saada tukea toisiltaan, arvostavat toisiaan ja luottavat toisiinsa. (Sahlberg & Sharan 2002, 42–43.) Korteson (2010, 41–45) mukaan koulutuksen aloitus voi koostua vähintään yhdestä ja enintään kolmesta erilaisesta elementistä, kuten itsensä esittelystä, päivän esittelystä, nimikierrroksesta, tutustumisharjoituksesta tai päivän tavoitteen esittelemisestä. Itsensä esittelyssä kannattaa kertoa nimen ja tittelin lisäksi jokin mielenkiintoinen seikka itsestään tai elämästään, sillä se tekee puhujasta helpommin lähestyttävän. Lyhyen koulutuksen alkuun ja pienille ryhmille sopii tutustumistehtävä, jossa jokainen ryhmäläinen sekä ohjaajat kertovat vuorollaan esimerkiksi heille päivän aikana tapahtuneista asioista. (Mts. 42–45.)

Osallistujien johdatteleminen teemaan voi tapahtua esimerkiksi yksilötehtävän, ryhmäkeskustelun tai tapausesimerkkien kautta. Osallistujat saadaan motivoitumaan aiheesta, kun lähdetään liikkeelle siitä, mitä ryhmä tietää aiheesta entuudestaan ja

millaisia kokemuksia aiheeseen liittyy. Alussa käytävien keskustelujen tarkoituksena on luoda otollinen ilmapiiri yhdessä oppimiselle sekä saada jokainen aidosti läsnä tilanteeseen. (Sahlberg & Sharan 2002, 297.)

Hyvässä koulutuksessa otetaan huomioon se, että ihmiset ovat erilaisia oppijoita ja eri oppimistyylien edustajien oppiminen tulisi mahdollistaa (Kortesuo 2010, 107). Opetuksessa tulisi käyttää monia erilaisia menetelmiä (Saloviita 2006, 171). Visuaalisia oppijoita helpottaa, jos asiaa havainnollistetaan kuvien, diaesityksen, videon tai vaikka piirustuksen avulla. Auditiviselle oppijalle on tärkeää, ettei kouluttaja puhu monotonisella äänellä ja että opetukseen liittyy myös esimerkiksi keskustelua, äänitteitä tai videoita. Osa ihmisistä taas oppii parhaiten ryhmässä ja he kaipaavat keskustelua ja ryhmätöitä asian ja ajatustensa prosessoimiseksi. (Kortesuo 2010, 107–110.)

Yhteistoiminnalliset ryhmätömenetelmät soveltuvat minkä tahansa aiheen opetukseen ja kaikenikäisille. Tällaisten menetelmien kautta oppiminen on usein tehokkaampaa kuin perinteisten opetustapojen, kuten opettajajohtoisen luennon, avulla. (Saloviita 2006, 165.) Yhteistoiminnallisessa opetusmenetelmässä opettajan tehtäviin sisältyy ryhmäjoon suunnittelu, opetusaineiston valinta, tehtävän ja ryhmätöskentelyn selkeä määrittely, työskentelyn seuranta sekä tarvittaessa ryhmätöskentelyyn puuttuminen avun antamiseksi (Sahlberg & Sharan 2002, 103–104). Sahlbergin ja Sharan'n (2002, 402) mukaan yhteistoiminnallinen oppiminen lisää opiskelumotivaatiota, edistää terveen itsetunnon rakentumista, edesauttaa sosiaalisten taitojen kehittymistä ja vaikuttaa positiivisesti ryhmän ilmapiiriin. Lisäksi pari- tai ryhmäharjoitukset tehostavat oppimista (Kortesuo 2010, 107). Työskentely tapahtuu 2–5 henkilön ryhmissä ja voi kestää parista minuutista moneen tuntiin. Yhteistoiminnallisen ryhmätöön voi myös liittää luentoja, jolloin luennolla käsiteltyä aihetta harjoitellaan yhteistoiminnallisesti. (Saloviita 2005, 173–174.) Ryhmätöiden toteutus kannattaa sijoittaa koulutuksen puolenvälin jälkeiselle puoliskolle, kun ryhmäläiset tuntevat toisiaan jo hieman paremmin (Kortesuo 2010, 110).

Yhteistoiminnallisen ryhmätöskentelyn tärkeimpiä tuntomerkkejä ovat vuorovaikutus, positiivinen keskinäisriippuvuus, yksilöllinen vastuu ja yhtäläinen osallistuminen. Työskentelytavassa osallistujat tekevät yhteistyötä, jossa jokaisen yksilöllinen työpa-

nos on tarpeellinen lopputuloksen aikaansaamiseksi. Jokaisen on siis osallistuttava, jokaisella on vastuu toimia ryhmän parhaaksi ja ryhmäläiset ovat riippuvaisia toistensa onnistumisesta. (Saloviita 2006, 45–50; Sahlberg & Sharan 2002, 39–42.) Positiivinen keskinäinen riippuvuus edistää ryhmäläisten välistä vuorovaikutusta (Saloviita 2006, 48) sekä oppimista ja ryhmän läheisyyttä (Sahlberg & Sharan 2002, 42). Toiminnan aikana ryhmäläiset keskustelevat kasvokkain ja voivat keskustelun avulla kehittää ajatuksiaan ja tukea toistensa oppimista jakamalla tietojaan (Saloviita 2006, 46).

Mezirow'n (1995, 374) mukaan keskeistä asioiden oppimisessa ja ymmärtämisessä on nimenomaan dialogi. Dialogissa vertaillaan omia ajatuksia ja toisten näkemyksiä ja muodostetaan niiden avulla ymmärrys asiasta tai oivalletaan uusia asioita (Mezirow 1995, 374). Keskustelussa opitaan analysoimalla kriittisesti osallistujien erilaisia kokemuksia, uskomuksia, oletuksia, mielipiteitä sekä niiden perusteluja ja muodostamalla lopulta keskustelun avulla yhteinen ymmärrys keskustellusta aiheesta. Keskustelu voi auttaa osallistujia oppimaan laajentamalla heidän näkemyksiään käsitellystä aiheesta, auttamalla heitä katsomaan aihetta eri näkökulmasta tai muuttamalla heidän ajatuksiaan aiheesta. (Mezirow 1997, 6–7.)

Yhteistoiminnalliseen työskentelyyn kannattaa liittää myös itsenäistä opiskelua. (Saloviita 2005, 29). Omalle ajatusten prosessoinnille voi antaa aikaa esimerkiksi luentomaisen osuuden tai itsenäisen pohdintatehtävän muodossa (Kortesuo 2010, 107–110.) Luento-osuuksissakin tulisi joka tapauksessa pyrkiä myös aktivoimaan ryhmää esimerkiksi pyytämällä yleisöä kertomaan mielipiteitään, kokemuksiaan tai esimerkkejä aiheeseen liittyen (mts. 124).

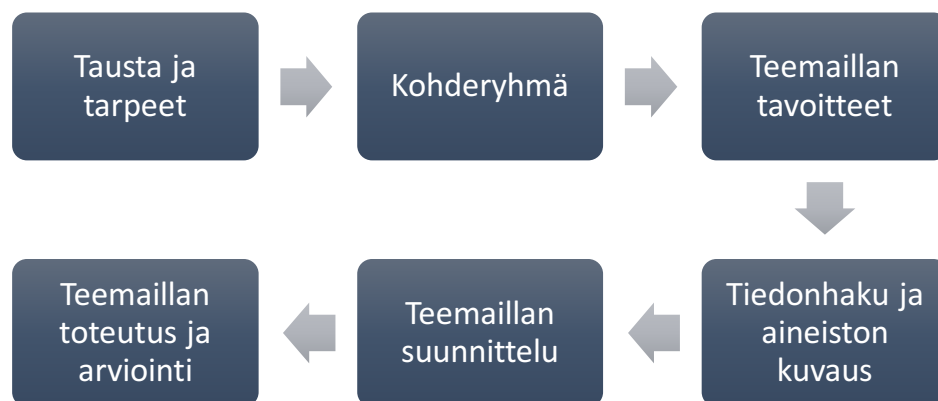
On mahdollista, että suunnittelusta huolimatta ohjelma ei vastaa osallistujien tarpeita. Osallistujien reaktioita on hyvä tarkkailla ohjauksen aikana. Tärkeää on, että ohjaajalla on hyvät vuorovaikutustaidot, jolloin osallistujien sanattomien ja sanallisten reaktioiden tulkitseminen on helpompaa. Mikäli ryhmäläisten mielipidettä on vaikea tulkita, kannattaa sitä kysyä heiltä suoraan. Jos ohjaaja havaitsee, että ohjelma ei sovi kohdeyleisölle, suunnitelmaa täytyy muuttaa tai muokata. Havainnoista kannattaa myös keskustella rehellisesti ryhmän kanssa ja ehdottaa ohjelman muutosta. Mi-

käli ohjelman muutos oli tarpeen, sen voi usein huomata osallistujien piristymisenä. (Kortesuo 2010, 86–88.)

4 Opinnäytetyön toteuttaminen

4.1 Tutkimuksellinen kehittämistoiminta

Tämä opinnäytetyö oli tutkimuksellista kehittämistoimintaa. Tutkimuksellisesta kehittämistoiminnasta voidaan puhua, kun kehittämistoiminnassa hyödynnetään aiempaa tutkimustietoa (Rantanen & Toikko 2009, 5). Kehittämistoiminnan tärkein tavoite on usein kehittää jokin aineellinen tai aineeton tuote (mts. 3). Tässä opinnäytetyössä käytettiin näyttöön perustuvaa tutkimustietoa, jonka pohjalta suunniteltiin ja toteutettiin lopputuote eli teemailta. Kehittämistoiminnassa tärkeää on sen hyödyllisyys ja käyttökelpoisuus organisaatiolle, jossa toiminta toteutetaan. Lisäksi olennaista on kehittämistoiminnan tavoitelähtöisyys. (Mts. 3–4.) Nuoret Perheet -hanke hyötyi opinnäytetyöstä, sillä teemailta täydensi hankkeen järjestämää teemailtojen kokonaisuutta ja hanke voi jatkossa hyödyntää teemaillan tuntisuunnitelmaa ja diaesitystä toiminnassaan. Teemaillalle asetetut tavoitteet ohjasivat sen suunnittelua ja tavoitteisiin pääsyä seurattiin palautekyselyn avulla. Kuviossa 1 on esitetty tämän opinnäytetyön toteuttamisen kulku.



Kuvio 1. Tutkimuksellisen kehittämistoiminnan prosessi.

4.2 Teemaillan tausta ja tarpeet

Kehittämistoiminnan taustojen selvittely on tärkeää, jotta ymmärretään paremmin muun muassa sen lähtötilanne ja siihen osallistuvien henkilöiden tarpeet ja näkemykset. Taustaselvitysten avulla voidaan varmistaa kehittämistoiminnan tarkoituksenmukainen rajausta ja realistiset oletukset sekä selvittää tekijät, jotka voivat vaikuttaa sen hyödyllisyyteen. (Silfverberg 2007, 49.) Kehittämistoimintaa suunniteltaessa tulee lisäksi tunnistaa sen tarpeellisuus (mts. 78).

Opinnäytetyön toimeksiantajana oli Jyvälän setlementti ry:n Nuoret perheet -hanke. Jyvälän setlementti on sitoutumaton yhteiskunnallisella tasolla vaikuttava kansalaisjärjestö, joka järjestää koulutus- ja kasvatustoimintaa sekä erilaisia sosiaalisia hankkeita. Yhdistys haluaa edistää muun muassa ihmisten kasvua ja kehitystä, eettisyyden toteutumista sekä kansalaisten vuorovaikutusta. (Jyvälän esittely n.d.) Nuoret perheet -hankkeen toiminta perustuu nuorten vanhempien tukemiseen elämänvaiheessa, jossa aikuiseksi kasvaminen ja vanhemmaksi tuleminen tapahtuvat yhtäaikaista. Hankkeen toiminta alkoi elokuussa 2015 ja sen toiminta on Aluehallintoviraston rahoittamaa. (Nuoret perheet – tukea nuoruuden ja vanhemmuuden yhdistämiseen n.d.)

Nuoret perheet -hanke opinnäytetyön yhteistyökumppanina toi opinnäytetyön tekijöille mahdollisuuden päästä kehittämään ammatillista osaamistaan käytännössä nuorten äitien parissa. Opinnäytetyön lopputuotos, teemailta nuorille vanhemmille aiheesta varhainen vuorovaikutus, täydensi Nuoret perheet -hankkeen järjestämää Hyvä Syntymä- teemailtojen kokonaisuutta ja oli siten hyödyllinen sekä hankkeelle että hankkeeseen osallistuville äideille. Varhainen vuorovaikutus valittiin teemaillan aiheeksi yhdessä yhteistyökumppanin kanssa.

4.3 Teemaillan kohderyhmä

Teemaillan kohderyhmänä olivat nuoret raskaana olevat ja synnyttäneet äidit, jotka osallistuivat Nuoret Perheet -hankkeeseen. Hankkeeseen osallistuvat nuoret äidit

olivat alle 25-vuotiaita ja isät alle 29-vuotiaita (Nuoret perheet – tukea nuoruuden ja vanhemmuuden yhdistämiseen n.d.). Opinnäytetyön kohderyhmän ikähaarukka määriteltiin, kuten se on hankkeessakin määritelty: alle 25-vuotiaat. Teemailtaan saivat osallistua myös nuorten äitien kumppanit tai tukihenkilöt.

4.4 Teemaillan tavoitteet

Kehittämistoiminnan tavoitteilla kuvataan sitä, millaisia muutoksia halutaan kehittämistoimintaa edeltävään tilanteeseen verrattuna saavuttaa. Tavoitteita on kahdenlaisia: kehitystavoitteita ja välittömiä tavoitteita. Kehitystavoite on pitkän ajan tavoite, jolla on vaikutusta erityisesti kohderyhmälle. Välittömät tavoitteet kuvaavat kehittämistyön tai sen vaiheen konkreettista lopputulosta, joka usein näkyy esimerkiksi kohderyhmän toiminnan tai sen saaman palvelun parantumisena. (Silfverberg 2007, 80–81.)

Teemaillan kehitystavoitteena oli edistää siihen osallistuvien äitien ja heidän lastensa välistä varhaista vuorovaikutusta. Välittömiä tavoitteita, joiden avulla kehitystavoite voidaan saavuttaa, oli useampia. Teemaillan välittömät tavoitteet olivat:

- Osallistuvat äidit tulevat tietoisiksi siitä, mitä varhainen vuorovaikutus on raskauden aikana ja synnytyksen jälkeen.
- He ymmärtävät varhaisen vuorovaikutuksen merkityksen lapsen kehittymisen ja vanhemmuuteen kasvun kannalta.
- He oppivat keinoja, joilla voivat edistää vuorovaikutustaan lastensa kanssa.

4.5 Tiedonhaku ja aineiston kuvaus

Aineiston hankinta alkoi käsitteiden kartoittamisella. Opinnäytetyön tärkeimmät käsitteet tarkentuivat VESA-verkkosanaston ja YSA-asiasanaston avulla. Opinnäytetyön keskeisin käsite on varhainen vuorovaikutus. Sen lisäksi opinnäytetyöhön liittyy läheisesti myös äitiys, nuori äiti, vanhemmuus, kiintymyssuhde ja nuoruus. Teemaillan suunnitteluun liittyen tärkeitä käsitteitä ovat myös vuorovaikutuksellinen- ja yhteistoiminnallinen oppiminen sekä ohjausmenetelmät.

Tiedonhaussa tyypillisimmin käytettyjä hakusanoja olivat *varhainen vuorovaikutus, kiintymyssuhde, äitiys, äiti, nuoruus, nuori, nuori äiti, teiniäiti, vuorovaikutus, vuorovaikutuksellinen oppiminen, yhteistoiminnallinen oppiminen ja opetusmenetelmä*. Englanninkieliset hakusanat olivat: *early interaction, maternal bond, motherhood, maternity, mother, youth, young mother, adolescent, teenage mother, interaction, cooperative learning, collaborative learning ja educational method*. Hakusanoista muodostettiin seuraavia hakulausekkeita: *nuori AND äiti, äiti AND varhainen vuorovaikutus, nuoruus AND äitiys, teiniäiti AND varhainen vuorovaikutus, teiniäiti AND kiintymyssuhde, vuorovaikutus AND opetusmenetelmä, teenage mother AND early interaction, motherhood AND adolescent, maternity AND adolescent, motherhood AND youth sekä adolescent AND maternal bond*. Haussa käytettiin myös sanankatkaisua hakuosumien lisäämiseksi.

Aineiston hakemisessa käytettyjä tietokantoja olivat Melinda, Cinahl, Pubmed Medic, JYKDOK sekä yliopistojen väitöskirjatietokannat. Lähteitä löytyi myös väitöskirjoista, pro- gradu tutkielmista ja opinnäytetöistä manuaalista hakua käyttäen.

Opinnäytetyön lähdemateriaalina käytettiin ajankohtaista näyttöön perustuvaa tutkimustietoa, joka oli pohjana teemaillan suunnittelulle ja toteuttamiselle. Aineisto koostui varhaista vuorovaikutusta, nuorta äitiä ja pedagogiikkaa käsittelevistä tieteellisistä artikkeleista, tutkimuksista ja oppikirjoista. Suuri osa käytetyistä tutkimuksista oli pro-gradu tutkielmia ja väitöstutkimuksia. Lisäksi lähteinä käytettiin valtakunnallisia toimintaohjelmia, kuten seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelmaa 2014–2020 ja suosituksia, kuten äitiysneuvolaopasta (2013) ja ETENE:n julkaisuja.

4.6 Teemaillan suunnittelu

Teemaillan suunnittelu alkoi ottamalla yhteyttä yhteistyökumppaniin, tarkentamalla teemaillan aihe ja kartoittamalla teemaillan tausta ja tarpeet. Kehittämistoiminnalle on tehtävä selkeä suunnitelma, josta selviää syyt sen toteuttamiselle, tavoitteet sekä suunnitelma siitä, miten se toteutetaan (Silfverberg 2007, 74). Kehittämistoiminnan

tavoitteiden määrittelyn jälkeen tulee suunnitella, miten ne aiotaan saavuttaa sekä miten niiden toteutumista seurataan (mts. 82). Yhteistyökumppanin työntekijöiden tapaamisen jälkeen alkoi kirjallisen suunnitelman työstäminen. Opinnäytetyön toteuttamisesta allekirjoitettiin lisäksi yhteistyösopimus Nuoret Perheet -hankkeen kanssa ja teemaillan toteuttamisajankohdaksi sovittiin 4.4.2016 kello 17–20.

Suunnitteluvaiheen alussa kerättiin tutkimustietoa nuorista äideistä, varhaisesta vuorovaikutuksesta sekä ohjaustilanteen suunnittelusta ja pedagogiikasta. Tutkimustietoon perustuen asetettiin teemaillalle tavoitteet ja tehtiin tuntisuunnitelma, joka on esitetty liitteessä 1 sekä diaesitys, joka on esitetty liitteessä 2. Teemaillan rakenteen ja sisällön suunnittelussa otettiin huomioon teemaillan tavoitteet, nuorten äitien tarpeet ja valittu ohjausmenetelmä. Tavoitteiden saavuttamiseksi suunniteltiin nuorten äitien tarpeita vastaava yhteistoiminnallinen ohjaustilanne, jossa näyttöön perustuvan tiedon, ryhmäkeskustelujen ja toiminnallisten harjoitusten kautta käsitellään varhaista vuorovaikutusta ja sen edistämisen keinoja. Tavoitteiden saavuttamisen seuraamiseksi luotiin anonyymi palautelomake, joka on esitetty liitteessä 3.

Ennen teemaillan toteuttamista opinnäytetyön tekijät valmistautuivat teemailltaan osallistumalla Nuoret perheet -hankkeen järjestämään perjantaitapaamiseen. Siellä opinnäytetyön tekijät tutustuivat hankkeeseen osallistuviin nuoriin äiteihin ja kartoittivat nuorten äitien tarpeita ja tietoutta varhaiseen vuorovaikutukseen liittyen. Tuntisuunnitelman toteuttamista harjoiteltiin käytännössä ennen teemaillaa esittäen se eräälle nuorelle äidille, joka ei ollut mukana Nuoret perheet -hankkeen toiminnassa. Teemaillan markkinointi tapahtui Nuoret Perheet -hankkeen puolesta. Mainosteksti teemaillasta on esitetty liitteessä 4.

4.7 Teemaillan toteutus ja arviointi

Teemailla toteutettiin suunnitelman mukaisesti 4.4.2016 kello 17–20 Jyväskylän Setlementti ry:n toimitiloissa Jyväskylässä. Teemaillan osallistui yksi raskaana oleva äiti, kolme Nuoret perheet -hankkeen työntekijää ja yksi terveydenhoitajaopiskelija. Teemailla toteutettiin lähes tuntisuunnitelman mukaisesti. Tuntisuunnitelmasta poi-

keten teemailta aloitettiin kello 17.15, jotta mahdollisesti myöhässä tulevat osallistujat ehtisivät saapua paikalle ennen aloitusta. Lisäksi vähäisen osallistujamäärän vuoksi ryhmää ei jaettu pienryhmiin keskustelujen ajaksi ja opinnäytetyön tekijät osallistuivat ryhmäkeskusteluihin.

Tavoitteiden toteutumista seurattiin palautekyselyllä, jonka osallistujat täyttivät teemaillan lopuksi. Kaikki osallistujat olivat teemaillan jälkeen lähes tai täysin samaa mieltä siitä, että he ymmärtävät, mitä varhainen vuorovaikutus on, pitävät varhaista vuorovaikutusta tärkeänä ja oppivat keinoja, joilla he voivat edistää varhaista vuorovaikutusta lastensa kanssa. Palautteen mukaan teemaillan välittömät tavoitteet siis saavutettiin. Tämä välittyi myös kirjallisen palautteen kautta: *"Pidin eniten pienistä arkisista esimerkeistä, missä ja miten vuorovaikutusta voi edistää"*, *"Varhaisen vuorovaikutuksen tärkeys välittyi"*, *"Oma ajattelu kasvoi tehtävien myötä"*. Palautelomakkeiden mukaan kaikki osallistujat olivat lisäksi täysin tai lähes samaa mieltä siitä, että ryhmässä oli hyvä ilmapiiri, toiminnalliset tehtävät auttoivat heidän oppimistaan ja teemailta oli hyödyllinen. Myös kirjallinen palaute oli hyvää: *"Mielestäni ilta oli hyvä kokonaisuus"*, *"Tosi kiva ja lämmin tilaisuus"*, *"Diaesitys oli todella selkeä ja hyvä"*, *"Keskustelut nivoutuivat hyvin teoriaan"*, *"Pohdittavat tehtävät olivat hyviä"*, *"Erittäin mukava ja mielenkiintoinen ilta"*. Hyvä ilmapiiri ja oppimista tukevat toiminnalliset tehtävät kertovat hyvän ohjaustilanteen kriteerien toteutumisesta.

Opinnäytetyön tekijöiden itsearvioinnin mukaan teemailta onnistui hyvin, vaikka osallistujamäärä oli pieni. Hyvän ohjaustilanteen kriteerit toteutuivat ja teemaillan tavoitteet saavutettiin, kuten palautteestakin tuli ilmi. Opinnäytetyön tekijöille teemaillan toteuttaminen oli hyvä ja opettavainen kokemus, jonka myötä heidän ohjaus- ja vuorovaikutustaidot nuorten äitien kohtaamisessa kehittyivät. Opinnäytetyön tekijöiden aktiivisempi tutustuminen nuoriin äiteihin ennen teemailtaa olisi voinut lisätä osallistujamäärää teemaillassa. Tutustumiskäyntejä hankkeen toimintaan olisi siis voinut tehdä useampia, jos opinnäytetyön tekoon varatut aikaresurssit olisivat sen sallineet. Nuoret perheet -hanke voi kuitenkin jatkossa hyödyntää teemaillan suunnitelmaa ja diaesitystä toiminnassaan ja toteuttaa teemaillan halutessaan uudelleen. Lisäksi teemailtaan osallistuneet hankkeen työntekijät voivat hyödyntää teemaillassa saamaansa tietoa ja kokemusta työssään ja siten edistää myös muiden hankkeeseen

osallistuvien nuorien vanhempien ja heidän lastensa välistä varhaista vuorovaikutusta.

5 Pohdinta

5.1 Eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyön tekemisessä noudatettiin niin yleisiä eettisiä ohjeita, lakeja, terveys- ja sosiaalialan sekä kättilöiden ammattieettisiä ohjeistuksia kuin tutkimuseetiikkaan liittyviä ohjeistuksia. Toteutuksessa otettiin vastuu siitä, että opinnäytetyö on eettisesti oikein toteutettu ja raportoitu.

Valtakunnallisen sosiaali- ja terveysalan eettisen neuvottelukunnan, ETENE:n, julkaisun mukaan sosiaali- ja terveysalan eettiset suositukset ovat ihmisarvon ja ihmisen kunnioittaminen, asiakkaan edun ajaminen, arvostava ja inhimillinen vuorovaikutus, oman työnsä laadusta vastaaminen sekä vastuullinen päätöksenteko ja toiminta (Sosiaali- ja terveysalan eettinen perusta 2011, 5–7). Myös kättilötyön ammattietiikan perustana on ihmisarvo, hyvä ihmiskäsitys sekä potilaan oikeuksien huomioiminen (Tiedolla, taidolla ja tunteella - kättilötyön eettiset ohjeet 2004, 6). Opinnäytetyön tarkoituksena oli saada aikaan hyvää. Jokainen opinnäytetyöhön osallistuva ihminen kohdattiin arvostavasti ja heihin luotiin lämpimiä ja kunnioittavia vuorovaikutussuhteita. Opinnäytetyön eri vaiheissa pohdittiin työn laatua ja sen eettisyyttä. Päätökset tehtiin perustellusti, jotta pystyttiin toimimaan eettisesti oikein. Tiedon jakamiseen liittyy vastuuta, joten opinnäytetyössä hyödynnettiin ja teemaillassa jaettiin vain hyödyllistä, tutkittua ja oikeaa tietoa.

Tämä opinnäytetyö on tutkimuksellista kehittämistoimintaa, joten siinä noudatettiin myös tutkimuseetiikan ohjeita. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjeen mukaan hyvässä tieteellisessä käytöksessä on muistettava ja huomioitava useita asioita, jotta tutkimus olisi eettisesti hyväksyttävä ja luotettava. Ensinnäkin tutkimuksessa tulee noudattaa rehellisyyttä, huolellisuutta ja tarkkuutta tutkimuksen jokaisessa vaihees-

sa. Tiedonhankinta- ja arviointimenetelmien on oltava eettisesti kestäviä ja tulosten julkaisun on oltava avointa ja vastuullista tiedeviestintää. Muiden tutkijoiden julkaisuja hyödyntäessä tulee alkuperäistä kirjoittajaa kunnioittaa ja töihin on viitattava asianmukaisella tavalla. Tutkimustyö tulee suunnitella, toteuttaa ja raportoida huolellisesti ja sen tuloksena syntyneet tiedot on tallennettava tieteellisen tiedon kriteerien mukaan. Myös tietosuojaa koskevat asiat tulee huomioida. (Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa 2009, 6–7.) Lisäksi TENK:n ohjeen mukaan ennen tutkimuksen toteuttamista kaikkien osallistujien roolit, velvollisuudet ja oikeudet on sovittava (mts. 6). Koko tämän kehittämistoiminnan suunnittelun ja toteuttamisen ajan työskentely oli rehellistä ja huolellista. Tiedonhankinnassa ja lähdeviittausten merkinnässä toimittiin vastuullisesti. Yhteistyökumppanin kanssa allekirjoitettiin yhteistyösopimus ja teemailtaan osallistuvien henkilöllisyydet pidettiin suojassa. Yhteistyöstä sovittiin sekä suullisesti että kirjallisesti Nuoret perheet -hankkeen kanssa. Lisäksi opinnäytetyön tekijöiden työnjako sekä yhteistyön pelisäännöt tehtiin selväksi ja opinnäytetyöstä keskusteltiin ohjaavien opettajien kanssa. Koko opinnäytetyön tekemisen ajan huomioitiin se, että eettisten ohjeiden noudattamisen vastuu on ensisijaisesti tutkijoilla eli opinnäytetyön tekijöillä.

Opinnäytetyön luotettavuutta turvaa huolellisesti valitut ja tieteelliset lähteet sekä lähdekritiikki. Aineistoihin suhtautuminen kriittisesti tarkoittaa niiden luotettavuuden arvioimista (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 184). Tutkimuksen luotettavuutta voidaan tarkentaa käyttämällä saman ongelman ratkaisemiseen useita erilaisia tutkimusaineistoja (mts. 228). Opinnäytetyön aineisto hankittiin luotettavista lähteistä ja sen käyttökelpoisuutta arvioitiin kriittisesti. Opinnäytetyön kirjallinen osuus luutettiin hankkeen työntekijöillä, jotka antoivat ammattiosaamisensa perusteella palautetta ja kehitysehdotuksia raportointiin. Lisäksi kohderyhmän näkökulma ja parannusehdotukset huomioitiin ennen teemailan toteuttamista, kun teemailan suunnitelma esitettiin erälle nuorelle äidille ennen teemailtaa ja kun opinnäytetyön tekijät kävivät tutustumassa kohderyhmään Nuoret perheet -hankkeen järjestämässä perjantaitapaamisessa. Se, että tutkimukseen osallistuu useampia henkilöitä, jotka kaikki vaikuttavat osaltaan aineistonkeruuseen ja tulosten analysointiin, lisää tutkimuksen luotettavuutta. Opinnäytetyö on luotettavampi myös, kun sen kaikista vai-

heista kerrotaan tarkasti ja niihin liittyvät tulkinnat tai selitykset ovat johdonmukaisia ja yhteensopivia (mts. 228). Opinnäytetyö raportoitiin tarkasti vaihe vaiheelta niin, ettei mikään kohta jäisi lukijalle epäselväksi.

Luotettavuutta tarkasteltaessa on huomioitava, että osa nuoriin äiteihin ja varhaiseen vuorovaikutukseen liittyvistä tutkimuksista oli tehty yli kymmenen vuotta sitten. Osassa tutkimuksista taas oli melko pieni otanta ja osa oli tehty ulkomailla. Niistä saatuja tuloksia ei siis voida välttämättä luotettavasti verrata nykytilanteeseen ja suomalaisiin nuoriin äiteihin. Luotettavuuteen vaikuttaa myös se, että monissa opinnäytetyön lähdemateriaalina käytetyissä tutkimuksissa nuori äiti oli määritelty nuoremaksi, kun Nuoret Perheet -hankkeen ja teemaillan kohderyhmässä. Suuret riskit ja haasteet liittyen nuorena äidiksi tulemiseen koskevat etenkin hyvin nuoria äitejä, joten opinnäytetyössä käytettyä tutkimustietoa ei välttämättä voida suoraan verrata kaikkiin Nuoret Perheet -hankkeeseen osallistuviin äiteihin. Keskeistä on se, että jokainen äiti on yksilö, joten kaikki nuoret äidit eivät automaattisesti kohtaa tutkimuksissa ja opinnäytetyössä esitettyjä haasteita.

5.2 Kehittämisehdotukset

Opinnäytetyön tuotoksena syntyi valmis pohja teemaillan toteuttamiselle aiheesta varhainen vuorovaikutus. Teemaillan toteuttamiseksi tehtiin tuntisuunnitelma sekä diaesitys, joka jää Nuoret perheet -hankkeen käyttöön. Hanke ja/tai Jyväskylän Setlementti ry voivat hyödyntää materiaalia toiminnassaan jatkossa, jolloin varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen jatkuu osana hankkeen toimintaa. Teemaillan vähäisen osallistujamäärän vuoksi teemaillan markkinointiin voisi panostaa enemmän. Esimerkiksi opinnäytetyön tekijät olisivat voineet myös osallistua markkinointiin, jos siitä olisi sovittu etukäteen. Mahdollisesti myös useampi vierailu Nuoret perheet -hankkeen tapahtumiin olisi voinut madaltaa nuorten kynnystä osallistua teemailtaan, sillä tällöin teemaillan ohjaajat olisivat olleet heille etukäteen tuttuja. Samalla opinnäytetyön tekijät olisivat voineet markkinoida teemailtaa vanhemmille, jotka jo olivat mukana Nuoret Perheet -hankkeen toiminnassa.

Nuoret äidit ovat tutkimuksissa nähty ongelmalähtöisesti. Ongelmalähtöisyyden sijaan voisi keskittyä enemmän siihen, miten nuorten äitien vanhemmuuden voimavaroja voidaan tukea. Opinnäytetyömme tutkimusaineisto on keskittynyt varhaiseen vuorovaikutukseen pääosin äidin näkökulmasta, sillä jouduimme rajaamaan kohderyhmän opinnäytetyöhön varattuja resursseja ajatellen. Tärkeää olisi selvittää myös nuorten isien ja yksinhuoltajien tarpeet, kokemukset ja haasteet liittyen varhaiseen vuorovaikutukseen ja sen tukemiseen sekä ottaa ne huomioon nuorille järjestetyssä tukitoiminnassa. Tämänhetkistä yhteiskunnallista tilannetta ajatellen myös nuorten maahanmuuttajien tarpeisiin tulisi kiinnittää erityistä huomiota terveydenhuollon palveluissa, tutkimuksissa sekä vanhemmille suunnatussa tukitoiminnassa. Olisi tärkeää saada tutkimustietoa siitä, mitä erityispiirteitä maahanmuutto tai erilainen kulttuuritausta ja sitä kautta erilaiset vanhemmuuden mallit tuovat varhaiseen vuorovaikutukseen ja sen tukemiseen. Toisaalta taas olisi hyvä huomata, mitä valtakulttuuri voi oppia muilta kulttuureilta vanhemmuuteen ja varhaiseen vuorovaikutuksen liittyen. Esitetyt kehittämissuhteet ovat ajankohtaisia tämän opinnäytetyön yhteistyökumppanille ja niitä voi lisäksi käyttää opinnäytetöiden aiheina tulevaisuudessa.

Lähteet

- Akhavan, S., Sriyaksak, A. & Åkerlind, I. 2013. Childrearing Among Thai First-Time Teenage Mothers. *The Journal of Perinatal Education* 4, 201–211. Viitattu 22.4.2016. [Http://www.jamk.fi/kirjasto](http://www.jamk.fi/kirjasto), Nelli-portaali, CINAHL.
- Apter, D. & Halonen, M. 2010. Teiniraskauden ja -äitiyden moninaiset haasteet. *Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim* 8, 881–887. Viitattu 18.10.2015. [Http://www.jamk.fi/kirjasto](http://www.jamk.fi/kirjasto), Nelli-portaali, Terveysala, Duodecim - Lääketieteen aikakauskirja.
- Aune, I., Dahlberg, U., Persen, J., Selboe, S. T., Skogås, A. K. & Torvik, H. M. 2015. Promoting a normal birth and a positive birth experience – Norwegian women’s perspectives. *Midwifery* 7, 721–727. Viitattu 22.4.2016. [Http://www.jamk.fi/kirjasto](http://www.jamk.fi/kirjasto), Nelli-portaali, CINAHL.
- Axelin, A., Lehtonen, L., Pelander, T. & Salanterä, S. 2012. Äidit keskoslasten kivunlievittäjinä. *Tutkiva Hoitotyö* 1, 32–39.
- Brodén, M. 2008. Raskausajan mahdollisuudet. 3.p. Helsinki: Therapiea-säätiö.
- Cockroft, M., Galbraith, A. M., Slaninka, S. C. & Strzelecki, S. 1996. Collaborative research project: effectiveness of birth preparation classes at a community hospital. *Journal of Perinatal Education* 3, 29–36. Viitattu 22.4.2016. [Http://www.jamk.fi/kirjasto](http://www.jamk.fi/kirjasto), Nelli-portaali, CINAHL.
- Ehkäise, edistä, vaikuta. 2014. Seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelma 2014–2020. Klemetti, R. & Raussi-Lehto, E. (toim.) Viitattu 10.11.2015. <https://www.julkari.fi/handle/10024/116162>
- Hermanson, E. 2012. Varhainen vuorovaikutus ja itsetunnon kehitys. *Duodecim*. Viitattu 10.11.2015. http://www.terveyskirjasto.fi/terveysportti/tk.koti?p_artikkeli=kot00302
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. 3.p. uud. p. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Hirvonen, E. 2000. Raskaus nuoren valintana. Etnografia alle 18- vuotiaiden nuorten raskaudesta, tulevasta vanhemmuudesta ja elämäntilanteesta sekä äitiysneuvola-käynneistä. Akateeminen väitöskirja, Tampereen yliopisto, hoitotieteen laitos. Viitattu 3.2.2016. <http://tampub.uta.fi/handle/10024/67048>
- Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. 2012. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2012. Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK). Viitattu 10.11.2015. http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf

Jakola, N. 2013. Nuorena äidiksi. Kyselytutkimus alle 20-vuotiaana äidiksi tulleille. Pro gradu -tutkielma. Itä-Suomen yliopisto, filosofinen tiedekunta, soveltavan kasvatustieteen ja opettajan koulutuksen osasto. Viitattu 30.1.2016.

<http://epublications.uef.fi/search2012.php>

Jyvälän esittely. n.d. Setlementti Jyvälän internet-sivusto. Viitattu 15.10.2015.

<http://www.jyvala.fi/index.php?page=jyvaelaen-esittely>

Kelhä, M. 2009. Vääränikäisiä äitejä? Ikä ja äitiyden yhteiskunnalliset ehdot. Väitöskirja. Helsingin yliopisto, kasvatustieteen laitos. Viitattu 3.2.2016.

<http://www.helsinki.fi/kirjasto/fi/avuksi/yliopiston-julkaisut/>, E-thesis.

Kershaw, T., Powell, A. & Willie T. C. 2016. Stress in the City: Influence of Urban Social Stress and Violence on Pregnancy and Postpartum Quality of Life among Adolescent and Young Mothers. *Journal of Urban Health: Bulletin of the New York Academy of Medicine*. Viitattu 28.1.2016. <http://www.jamk.fi/kirjasto>, Nelli-portaali, PubMed.

Kortesuo, K. 2010. Avaa tästä – Käytännön käsikirja kouluttajalle. Vantaa: Infor.

Kuortti, M. 2012. Suomalaisten tyttöjen seksuaaliterveys ja kulttuuri. Arvot, riskit ja valinnat. Akateeminen väitöskirja. Tampereen yliopisto, lääketieteen yksikkö. Viitattu 3.2.2016. <https://tampub.uta.fi>, väitöskirjat.

Kuortti, M., Jähi, R., Lindfors, P. & Kosunen, E. 2011. "Meille tais sattua pieni vahinko": tyttöjen suunnittelemaattomaan raskauteen liittyvät tulkinnat. Viitattu 30.1.2016.

<http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201209117817>

Lehti, V., Niemelä, S. & Soulander, A. 2010. Nuoruusiässä raskaaksi ja äidiksi tulemisesta ennustavat psykososiaaliset tekijät. *Suomen lääkärilehti* 33, 2573–2576. Viitattu 1.2.2016. <http://www.jamk.fi/kirjasto>, Nelli-portaali, Suomen lääkärilehti.

Leisman, J. 2004. Childhood and teenage pregnancies. *Nursing standard* 18, 33–36. Viitattu 1.2.2016. <http://www.jamk.fi/kirjasto>, Nelli-portaali, Terveysala, CINAHL.

Lindroos, A., Ekholm, E. & Pajulo, M. 2015. Raskaudenaikainen kiintymys sikiöön - äitiyshuollon mahdollisuus ja haaste. *Duodecim* 2, 143–149. Viitattu 4.12.2015.

<http://www.jamk.fi/kirjasto>, Nelli-portaali, Duodecim – Lääketieteen aikakauskirja.

Mezirow, J. 1995. Uudistava oppiminen – Kriittinen reflektio aikuiskoulutuksessa. Helsinki: Gaudeamus.

Mezirow, J. 1997. Transformative learning: Theory to Practice. *New Directions For Adult And Continuing Education* 74, 5–12. Viitattu 11.3.2016.

<http://www.jamk.fi/kirjasto>, Nelli-portaali, Terveysala, Academic Search Elite (EBSCO).

Morgenthau, JE. 1984. Teenage pregnancies and abortion. *Mount Sinai Journal of Medicine* 1, 18–19. Viitattu 1.2.2016. <http://www.jamk.fi/kirjasto>, Nelli-portaali, PubMed.

Mäntymaa, M., Luoma, I., Puura, K. & Tamminen, T. 2003. Tunteet, varhainen vuorovaikutus ja aivojen toiminnallinen kehitys. *Duodecim* 6, 459–465. Viitattu 4.12.2015. <http://www.duodecimlehti.fi/web/guest/arkisto>, 6/2003.

Mäntymaa, M. 2006. Early mother-infant interaction: Determinants and Predictivity. Väitöskirja. Tampereen yliopisto, lääketieteen yksikkö. Viitattu 11.3.2016. <https://tampub.uta.fi> , väitöskirjat.

Mäntymaa, M., Puura, K., Luoma, I., Latva, R., Salmelin, R. & Tamminen, T. 2015. Shared pleasure in early mother-infant interaction: predicting lower levels of emotional and behavioral problems in the child and protecting against the influence of parental psychopathology. *Infant Mental Health Journal* 2, 223–237. Viitattu 11.3.2016. <Http://www.jamk.fi/kirjasto>, Nelli-portaali, PubMed.

Nichols, F. H. 1996. The meaning of the childbirth experience: a review of the literature. *Journal of Perinatal Education* 4, 71–77. Viitattu 22.4.2016. <Http://www.jamk.fi/kirjasto>, Nelli-portaali, CINAHL.

Norton, J. 2010. Teenage pregnancy and abortion. *Practice Nurse* 5, 43–49. Viitattu 1.2.2016. <Http://www.jamk.fi/kirjasto>, Nelli-portaali, CINAHL.

Nuoret perheet – tukea nuoruuden ja vanhemmuuden yhdistämiseen. n.d. Settlementti Jyväskylän internet-sivusto. Viitattu 15.10.2015. <http://www.jyvala.fi/index.php?page=nuoret-perheet-tukea-nuoruuden-ja-vanhemmuuden-yhdistaemiseen>

Nätkin, R. 1997. Kamppailu suomalaisesta äitiydestä. Maternalismi, väestöpolitiikka ja naisten kertomukset. Väitöskirja. Helsinki: Gaudeamus.

Paananen U-K., Pietiläinen, S., Raussi-Lehto, E. & Äimälä, A-M. 2015. Kätilötyö – Raskaus, synnytys ja lapsivuodeaika. 6.p. uud.p. Helsinki: Edita.

Pesonen, A-K. 2010. Varhainen vuorovaikutus on suotuisan psyykkisen kehityksen edellytys. *Duodecim* 5, 515–520. Viitattu 5.12.2015. <Http://www.jamk.fi/kirjasto>, Nelli-portaali, *Duodecim – Lääketieteen aikakauskirja*.

Rajamäki, J. 2006. Nuorten äitien kokemuksia raskaudesta ja äitiydestä. Pro gradu-tutkielma, Tampereen yliopisto, Kasvatustieteen laitos. Viitattu 3.2.2016. <https://tampub.uta.fi/handle/10024/94029>

Rantanen, T. & Toikko, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Viitattu 10.11.2015. <http://www.uasjournal.fi/index.php/kever/article/viewFile/1088/919>

Sahlberg, P. & Sharan, S. 2002. Yhteistoiminnallisen oppimisen käsikirja. Porvoo: WSOY.

Saloviita, T. 2006. Yhteistoiminnallinen oppiminen ja osallistava kasvatus. Juva: PS-kustannus.

Silfverberg, P. 2007. Ideasta Projektiksi – Projektityön käsikirja. Helsinki: Edita.

Sinkkonen, J. 2004. Kiintymyssuhdeteoria – tutkimuslöydöksistä käytännön sovelluksiin. Duodecim 15, 1866–1873. Viitattu 5.12.2015.

[Http://www.jamk.fi/kirjasto](http://www.jamk.fi/kirjasto), Nelli-portaali, Duodecim – Lääketieteen aikakauskirja.

Sinkkonen J. & Kalland M. 2011. Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Porvoo: WSOY.

Sosiaali- ja terveysalan eettinen perusta. 2011. Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta ETENE. Julkaisu 32. Viitattu 19.10.2015.

<http://etene.fi/julkaisut/2011>, koko julkaisu.

Särkiö, H. 2002. Tsemppiä nuori äiti! Tutkimus alle 18-vuotiaiden äitien voimavaroista. Pro gradu-tutkielma. Jyväskylän yliopisto, Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos, Sosiaalityö. Viitattu 3.2.2016. <https://jyu.finna.fi>

Tiedolla, taidolla ja tunteella - kättilötyön eettiset ohjeet. 2004. Suomen kättilöliitto.

Viitattu 10.11.2015. <http://www.suomenkättilöliitto.fi/katilon-tyo>, Tiedolla, taidolla ja tunteella - kättilötyön eettiset ohjeet.

Vuori, H-L. & Laitinen, M. 2005. Synnytyslaulu – Rentouttava äänenkäyttö synnytyksessä ja raskauden aikana. Helsinki: Edita.

Äitiysneuvolaopas. Suosituksia äitiysneuvolatoimintaan. 2013. Kansallisen äitiyshuollon asiantuntijaryhmän laatima opas. Toim. Klementti, R. & Hakulinen-Viitanen, T. Viitattu 10.11.2015. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-245-972-5>

Liitteet

Liite 1. Teemaillan tuntisuunnitelma.

<p>Teemaillan aihe: varhainen vuorovaikutus Kohderyhmä: alle 25-vuotiaat raskaana olevat ja synnyttäneet äidit Ohjaajat: Iiris Aaltio ja Hanna-Kaisa Räsänen Aika ja paikka: 4.4.2016 kello 17–20, Jyväskylä (Palokunnankatu 16, 40700 JKL)</p> <p>Kehitystavoite: edistää teemaillan osallistuvien äitien ja heidän lastensa välistä varhaisesta vuorovaikutusta. Välittömät tavoitteet:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Osallistuvat äidit tulevat tietoisiksi siitä, mitä varhainen vuorovaikutus on raskauden aikana ja synnytyksen jälkeen. • He ymmärtävät varhaisen vuorovaikutuksen merkityksen lapsen kehittymisen ja vanhemmuuteen kasvun kannalta. • He oppivat keinoja, joilla voivat kehittää vuorovaikutustaan lastensa kanssa. 					
Tavoite	Sisältö	Menetelmät	Materiaali	Aika	Arviointi
Osallistujat tietävät, mitä teemaillassa tapahtuu ja tuntevat itseensä tervetulleeksi	Aihe, tavoitteet, aikataulu, ohjaajien esittely	Tervetulleeksi toivottaminen ja opinnäytetyöstä ja teemaillasta kertominen	Diaesitys	10 min	
Ryhmässä on hyvä ilmapiiri ryhmätyöskentelyn toteuttamiseen	Kuvakorttien avulla itsestään kertominen	Esittelykierros ja tutustumisleikki	Postikortteja	20 min	Arviointi tulee palautelomakkeiden kautta
Äitien kiinnostus aiheesta herää	Ajatusten herättely varhaisesta vuorovaikutuksesta	Ohjattu keskustelu kuvien avulla	Kuvia äideistä ja lapsista	15 min	
Äidit tietävät, mitä varhainen vuorovaikutus on ja miksi se on tärkeää	Varhaisen vuorovaikutuksen määritelmä ja merkitys	Vuorovaikutuksellinen luento	Diaesitys	15 min	Tarkentavat kysymykset osallistujille
Äidit tiedostavat lap-	Pohdintaa omasta van-	Toiminnallinen tehtävä: kes-	Paperia, kyniä, post	30 min	Kuunnellaan keskustelun

suuden kokemuksiaan ja millaisia vanhempia haluavat olla	hemmuudesta ja lapsuuden kokemuksista	kustelu pienryhmissä ja oma tehtävä	it-lappuja		sisältöä ja jaetaan loppuksi ajatuksia
Tauko 15 min					
Äidit liittävät omat kokemuksensa käsiteltävään aiheeseen	Osallistujien kokemukset varhaisesta vuorovaikutuksesta lastensa kanssa	Ryhmäkeskustelu, tarvittaessa ohjaajat osallistuvat		15 min	Kierretään kuuntelemissa keskustelua
Äidit oppivat keinoja edistää varhaista vuorovaikutusta	Varhaisen vuorovaikutuksen tukemisen keinot	Vuorovaikutuksellinen luento	Diaesitys	15 min	Kerrataan tukemisen keinot yhdessä
Äidit osaavat soveltaa varhaisen vuorovaikutuksen tukemisen keinoja omaan äitiyteen	Pohdintaa varhaisen vuorovaikutuksen kokemuksista ja sen edistämisestä tukemisen keinojen avulla	Itsenäinen mietiskely ja ryhmäkeskustelu, tarvittaessa jakautuminen raskaana oleviin ja synnyttäneisiin	Paperia ja kyniä omien ajatusten kirjaamiseen	30 min	Keskustelun kuuntelu ja yhteenvedon tekeminen
Äidit antavat teemaillasta palautetta	Palautteen antaminen	Lomakkeen täyttäminen	Palautelomakkeet, kyniä	15 min	Palautteiden lukeminen

Varasuunnitelmia erilaisten tilanteiden varalle:

- mahdollista jakautua pienempiin ryhmiin, jos osallistujat eivät lähde mukaan isossa ryhmässä
- ohjaajat osallistuvat tarvittaessa ryhmäkeskusteluun, jos osallistujia on hyvin vähän tai keskustelu ei etene
- jos kaikilla on lapset mukana, muokataan toiminnallisia tehtäviä → ohjaajat voivat esimerkiksi auttaa kirjoittamisessa tai pitää lasta sylissä
- jos isiä mukana, käytetään enemmän sanaa ”vanhempi” kuin ”äiti”
- jos paikalle tulee lapsia, heille mukaan esimerkiksi piirustustarvikkeet

Varasuunnitelma, jos aikaa on liikaa:

- lisätehtäviä: vauvahieronnan opetus, musiikin käyttäminen varhaisen vuorovaikutuksen tukemisessa
- keskustelun aiheita: millaisena näette lapsenne tulevaisuuden?
- teemailta voidaan lopettaa aikaisemmin

Varasuunnitelma, jos kaikkea suunniteltua ei ehditä tekemään:

- toisen puoliskon aiheeseen herättelykeskustelu voidaan jättää pois
- toisen puoliskon teoriaosuus voidaan käydä nopeammin läpi/ käydä se keskustellen läpi

Liite 2. Teemaillan diaesitys.

Liite on salainen.

Liite 3. Palautekysely.

Palautekysely

Varhaisen vuorovaikutuksen teemailta 4.4.2016, Jyväskylä

Minkä ikäinen olet?

Valitse alta yksi tai useampi sinua kuvaava kohta.

Olen raskaana.	
Olen synnyttänyt.	
Olen puoliso.	
Olen tukihenkilö.	

Piirrä janalle rasti mielipidettäsi vastaavaan kohtaan.

Täysin
samaa mieltäTäysin
eri mieltä

1. Tiesin varhaisesta vuorovaikutuksesta ennen teemailtaa.

|-----|

2. Ymmärrän mitä varhainen vuorovaikutus on.

|-----|

3. Pidän varhaista vuorovaikutusta tärkeänä.

|-----|

4. Opin keinoja, joilla voin edistää varhaista vuorovaikutusta lapseni kanssa.

|-----|

5. Teemailta oli mielestäni hyödyllinen.

6. Toiminnalliset tehtävät auttoivat oppimistani.

7. Ryhmässä oli hyvä ilmapiiri ryhmätehtävien toteuttamiselle.

Mistä pidit eniten?

Mitä olisi voitu tehdä toisin?

Sana on vapaa:

Kiitos palautteestasi!

Liite 4. Mainosteksti teemaillasta.

Opinnäytetyön tekijöiden yhdessä hankkeen työntekijöiden kanssa suunnittelema teemaillan mainosteksti, joka painettiin Nuoret Perheet -hankkeen Hyvä Syntymä-teemailtojen mainoksiin:

Uusi perheenjäsen - miten olla vuorovaikutuksessa vauvan kanssa?

Varhainen vuorovaikutus vauvan kanssa, sekä raskauden aikana, että lapsen syntymän jälkeen, on tärkeää lapsen kehityksen, vanhemmaksi kasvun ja vanhempi-lapsisuhteen kehittymisen kannalta. Mitä tarkoittaa varhainen vuorovaikutus vauvan kanssa? Miten luon ja kehittäisin vuorovaikutuksellista suhdetta lapseeni?

Illasta vastaavat kaksi kättilöopiskelijaa, jotka tekevät aiheesta opinnäytetyön.