

Opinnäytetyö (AMK)

Sosiaalialan koulutusohjelma

NSOSTS14

Syksy 2017

Huuhka Loviisa, Leppäkoski Senja

KASVU VANHEMMUUTEEN – RYHMÄ VANHEMMAN MENTALISAATION TUKENA

– Mannerheimin Lastensuojeluliiton Varsinais-Suomen
piirin Kasvu vanhemmuuteen -ryhmän merkitys
vauvalle ja vanhemmalle

Huuhka Loviisa, Leppäkoski Senja

KASVU VANHEMMUUTEEN –RYHMÄ VANHEMMAN MENTALISAATION TUKENA

- Mannerheimin Lastensuojeluliiton Varsinais-Suomen piirin Kasvu vanhemmuuteen -ryhmän merkitys vauvalle ja vanhemmalle

Tutkimuksellinen opinnäytetyö toteutettiin vuoden 2017 aikana. Toimeksiantajana toimi Mannerheimin Lastensuojeluliiton Varsinais-Suomen piiri, ja yhteyshenkilöinä olivat Varsinais-Suomen piirin perhekeskustoiminnan koordinaattori Johanna Franska sekä perhekeskustoiminnan ohjaaja Rea Metsäpalo. Tutkimuksen tavoitteena oli lasten hyvinvoinnin edistäminen tukemalla varhaista vuorovaikutusta, sekä vanhempien mentalisaatiokykyä ja vanhemmuutta. Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää Kasvu vanhemmuuteen –ryhmän merkitys vauvalle sekä vanhemmalle. Kasvu vanhemmuuteen -ryhmä on Mannerheimin Lastensuojeluliiton Varsinais-Suomen piirin vertaistuellinen ja keskusteleva ryhmä, johon osallistuvat vanhemmat alle vuodenikäisine esikoisvauvoineen.

Tutkimus on laadullinen tutkimus. Tiedonhankintamenetelmänä käytimme ryhmäteemahaastattelua. Pyrimme täydentämään haastatteluista saatavaa aineistoa ja lisäämään luotettavuutta hankkimalla tietoa myös sähköisen kyselyn avulla. Näiden menetelmien avulla pyrimme selvittämään vanhempien kokemuksia siitä, mitä merkitystä osallistumisesta Kasvu vanhemmuuteen –ryhmään on ollut sekä vanhemmalle että vauvalle. Keräsimme myös vanhempien ajatuksia ja palautetta ryhmän toiminnasta.

Tutkimuksen teoreettinen viitekehys muodostuu lapsen psyykkisestä ja sosiaalisesta kehityksestä ensimmäisen vuoden aikana, varhaisen vuorovaikutuksen merkityksestä sekä mentalisaatioteoriasta ja sen taustalla olevista kiintymys- ja objektiisuhteorioista. Nämä kaikki tukevat Mannerheimin Lastensuojeluliiton ja Kasvu vanhemmuuteen –ryhmän periaatteita ja työn tavoitteita.

Tulosten perusteella Kasvu vanhemmuuteen –ryhmä tukee ja vahvistaa vanhemman mentalisaatiota sekä vanhemman ja vauvan vuorovaikutusta, ja on siten merkityksellinen vauvan hyvinvoinnille. Ryhmän ansiosta vanhemmat havainnoivat enemmän vauvaansa ja pohtivat vauvan käyttäytymisen taustalla olevia tunteita ja tarpeita. Osa vastaajista koki vauvan hyötyvän, kun vanhempi on ryhmään osallistumisen ansiosta jaksavampi ja voi paremmin. Ryhmä on merkityksellinen vanhemmalle sen vertaistuellisen ja luottamuksellisen ilmapiirin vuoksi. Vanhemmat kokivat saaneensa tukea ja uusia työkaluja vanhemmuuteen ja vauva-arkeen. Ryhmässä käsiteltävät teemat ja aiheet koettiin hyviksi ja ryhmän toivottiin jatkuvan pidempään.

ASIASANAT:

vanhemmuus, vauvat, mentalisaatio, varhainen vuorovaikutus, vertaisryhmät

Huuhka Loviisa, Leppäkoski Senja

GROWTH TO PARENTHOOD GROUP HELPING PARENTS WITH MENTALIZATION

- Mannerheim League for Child Welfare Southwest Finland districts Growth to Parenthood groups importance for the baby and for the parent

The research was carried out during the year 2017. The commissioner was the Mannerheim League for Child Welfare, Southwest Finland district. The contact persons were Johanna Franska and Rea Metsäpalo. The aim of the study was to promote the well-being of children by supporting parents' mentalization and parenting. The purpose of the study was to find out the Growth to Parenthood groups importance for the parent and for the baby. Growth to Parenthood groups are conversational peer groups, which includes parents and their first born children under the age of one year.

Research is a qualitative research. As a method of gathering information we used group theme interviews. We wanted to supplement the material from the interviews and increase the reliability by using also query. Our aim was to find out what parents thought was the groups benefits for themselves and for the baby. We also collected parents experiences about the functioning of the group and development ideas.

The theoretical framework of the study consists of the psychological and social development of the child during the first year, the importance of early interaction, the mentalization theory and the attachment and objectivity theories behind it. Mentalization theory is supporting the needs and the aims of Mannerheim League for Child Welfare and the Growth to Parenthood group.

Based on the results, it can be said that the Growth to Parenthood group supports parent mentalization and early interaction, which is important for the baby's well-being. Most of the parents became more observant for their babies, and begun to think more of thoughts and feelings of the child. Parents also believed that the baby would enjoy and benefit from the presence of other people, and the new environment and variation in everyday life. Some parents responded that the baby would also benefit from the fact that the parent is more affluent because of the group. Growth to Parenthood group is important for parents because of its peer guidance and confidentiality. Participants found that participating in the group was a good experience and that the themes and topics were good. Parents wanted the group to continue for longer.

KEYWORDS:

parenthood, babies, mentalization, early interaction, peer groups

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	6
2 TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT	8
2.1 Tutkimuksen toimeksiantaja ja toimintaympäristö	8
2.2 Kasvu vanhemmuuteen –ryhmä	9
2.3 Tutkimuksen tarve ja hyöty	11
3 PSYKKINEN JA SOSIAALINEN KEHITYS ENSIMMÄISEN VUODEN AIKANA	13
3.1 Alle vuoden ikäisen vauvan psyykkinen kehitys	14
3.2 Sosiaalisuuden ja vuorovaikutuksen kehittyminen	17
3.3 Varhainen vuorovaikutus ja vanhemmuus	19
4 VARHAINEN VUOROVAIKUTUS JA MENTALISAATIO	21
4.1 Objektisuhdeteoria	21
4.2 Kiintymyssuhdeteoria	21
4.3 Mentalisaatioteoria	24
5 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	30
5.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tehtävät	31
5.2 Tutkimusmenetelmä	32
5.3 Aineistonkeruumenetelmät	32
5.4 Aineistonkeruun toteutuminen ja analysointi	36
6 TUTKIMUKSEN TULOKSET	39
6.1 Kasvu vanhemmuuteen -ryhmän merkitys vauvalle	39
6.2 Kasvu vanhemmuuteen –ryhmän merkitys vanhemmalle	41
6.3 Miten Kasvu vanhemmuuteen -ryhmä toimii ja miten toimintaa voitaisiin kehittää	43
6.4 Tulosten yhteenveto	47
7 TUTKIMUKSEN ARVIOINTI JA POHDINTA	48
7.1 Tutkimuksen arviointi	48
7.2 Tulosten arviointi ja johtopäätökset	53
7.3 Prosessin eettisyys ja ammatillinen kasvu	58
LÄHTEET	61

LIITTEET

- Liite 1. Sähköpostikutsu ryhmähaastatteluun.
- Liite 2. Webropol-kysely.
- Liite 3. Ryhmähaastattelun runko.

KUVAT

- Kuva 1. Mentalisaation kehitys eri ikävaiheissa (Puura & Mäntymaa 2014, 62). 26

KUVIOT

- Kuvio 1. Ryhmän merkitys vauvalle Webropol-kyselyn mukaan. 41
- Kuvio 2. Ryhmän merkitys vanhemmalle Webropol-kyselyn mukaan. 43
- Kuvio 3. Ryhmän toiminta Webropol-kyselyn mukaan. 46

TAULUKOT

- Taulukko 1. Ryhmän merkitys vauvalle ryhmähaastattelujen mukaan 40
- Taulukko 2. Ryhmän merkitys vanhemmalle ryhmähaastattelujen mukaan. 42
- Taulukko 3. Vanhempien kokemuksia ryhmän toiminnasta ryhmähaastattelujen mukaan. 45

1 JOHDANTO

Vauvan ensimmäisen elinvuoden on tutkittu olevan merkittävin ihmisen kokonaisvaltaisen kehityksen kannalta, sillä ihminen kehittyy vauvavuotensa aikana, niin psyykkisesti kuin fyysisesti, enemmän kuin missään myöhemmässä ikävaiheessa. (Vilkko-Riihelä & Laine 2008, 178; Nurmi ym. 2014, 22). Lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus on peruspilari lapsen neurobiologian, psyykkisen hyvinvoinnin sekä kognitiivisten ja sosiaalisten taitojen kehitykselle. (Sinkkonen & Kalland 2001, 7-9; Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2017a). Jo vastasyntyneellä vauvalla on vuorovaikutuksellisia tarpeita ja hän pyrkii kommunikoimaan muun ympäristön kanssa itkun, kosketuksen ja näköhavaintojen avulla (Kalland 2004, 121; Nurmi ym. 2014, 35-35).

Vanhemman ja lapsen välisessä vuorovaikutuksessa vanhemman tärkeä työkalu on mentalisaatio. Mentalisaatiolla tarkoitetaan kykyä pohtia omaa ja toisen näkökulmaa, sekä tunteita ja tarpeita näennäisen käyttäytymisen ja reaktioiden takana. Vanhemman mentalisaatio on äärimmäisen tärkeää varhaiselle vuorovaikutukselle, joka puolestaan on tärkeää lapsen kehitykselle ja hyvinvoinnille. Myös lapsen tunnetaidot ja persoonallisuus kehittyvät vanhemman mentalisaation varassa, ja sen avulla lapselle muodostuu myönteinen kiintymyssuhde vanhempaan. (Heikkinen 2017, 34; Pajulo 2012, 10.)

Suomen perustuslaki, lastensuojelulaki ja yhdistyneiden kansakuntien lastenoikeuksien sopimus määrittävät, että lasta on kohdeltava tasa-arvoisesti ja hänen mielipiteensä ja etunsa on otettava huomioon lasta koskevissa asioissa. (Lastensuojelulaki 2017; Suomen perustuslaki 2017; Unicef 2017). Myös vanhemman tukeminen kasvatustehtävässä sekä lapsen läheisten hyvinvoinnista huolehtiminen on lapsen edun mukaista työtä (Lastensuojelun keskusliitto 2017; Sosiaalihuoltolaki 2017). Varhainen vuorovaikutus, turvallinen kiintymyssuhde sekä vanhemman mentalisaatiokyky edistävät lapsen turvallisen kasvun ja kehityksen kautta lapsen edun toteutumista ja näkökulman huomioimista (Pyykkönen 2017, 111-115; Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2017b).

Tämän laadullisen tutkimuksen toimeksiantajana oli Mannerheimin Lastensuojeluliiton Varsinais-Suomen piiri. Mannerheimin Lastensuojeluliitto on valtakunnallinen kansalaisjärjestö, jonka toiminnan tarkoituksena on edistää ja tukea lasten ja perheiden hyvinvointia sekä nostaa esille lapsen etu ja oikeudet. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2017a.)

Tutkimuksen tavoitteena oli lasten hyvinvoinnin edistäminen tukemalla varhaista vuorovaikutusta, sekä vanhempien mentalisaatiokykyä ja vanhemmuutta. Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää Mannerheimin Lastensuojeluliiton järjestämän Kasvu vanhemmuuteen –ryhmän merkitys vauvalle ja vanhemmalle. Selvitimme ryhmähaastattelujen ja sähköisen kyselyn avulla vanhempien kokemuksia ryhmän merkityksellisyydestä sekä vauvalle että heille itselleen ja samalla keräsimme palautetta ryhmän toteutumisesta. Mannerheimin Lastensuojeluliiton Varsinais-Suomen piirin tavoitteena oli saada tietoa ryhmän merkityksestä erityisesti vauvalle, sillä vastaavanlaista tutkimustietoa ole aiemmin tuotettu.. Lapsen näkökulman huomioiminen edistää lapsen edun ja oikeuksien huomioimista yhä enemmän konkreettisessa työssä. Mannerheimin Lastensuojeluliiton Varsinais-Suomen piiri hyödyntää keräämäämme tutkimustietoa esimerkiksi Kasvu vanhemmuuteen –ryhmän ja muun toimintansa kehittämiseksi.

Tutkimuksen raportin luvussa kaksi kerromme tutkimuksen lähtökohdista, eli kerromme toimeksiantajastamme Mannerheimin Lastensuojeluliitosta, tutkimuksemme kohteesta Kasvu vanhemmuuteen –ryhmästä sekä kuvaamme tutkimuksen tarvetta. Luvut kolme ja neljä sisältävät raporttimme tietoperustaosuuden.

Teoriaperustan ensimmäinen luku käsittelee lapsen kehitystä ensimmäisen vuoden aikana ja sen yhteyttä varhaiseen vuorovaikutukseen ja sen merkitykseen. Tarkastelemme vauvaikäisen kehitystä psyykkisestä ja sosiaalisesta näkökulmasta, jotka ovat merkittäviä Kasvu vanhemmuuteen –ryhmän ja tutkimuksemme toteutuksen kannalta. Tietoperustan toinen luku, luku neljä, käsittelee varhaisen vuorovaikutuksen merkitystä vauvalle. Luvussa avaamme tarkemmin vanhemmuuden ja varhaisen vuorovaikutuksen merkityksen mentalisaatioteorian kautta, joka toimii Kasvu vanhemmuuteen –ryhmän perustana ja on merkityksellinen lapsen tasapainoisen kehityksen kannalta (Ollikainen 2017, 28-31). Olemme hyödyntäneet mentalisaatioteoriaa tutkimuksessamme, jotta saimme vanhempien kautta selvitettyä ryhmään osallistumisen merkityksen vauvan näkökulmasta.

Teoriaperustan jälkeen luvussa viisi kuvaamme tutkimusprosessimme etenemistä ja toteuttamista. Kerromme myös laajemmin tutkimus- ja aineistonkeruun menetelmistä sekä saadun materiaalin käsittelemisestä ja hyödyntämisestä. Luvussa kuusi on koottu yhteen tutkimuksesta menetelmien avulla saamamme tutkimustulokset sekä tulosten luokittelua ja analysointia. Raportin viimeisessä luvussa, luvussa seitsemän, pohdimme vuoden kestänyttä tutkimusprosessia, aineistonkeruuta ja tutkimustuloksia. Viimeiseksi arvioimme omaa ammatillista kasvuamme ja pohdimme eettisiä asioita tutkimusprosessiin ja sen toteutukseen liittyen.

2 TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT

2.1 Tutkimuksen toimeksiantaja ja toimintaympäristö

Teemme laadullisen tutkimuksemme Mannerheimin Lastensuojeluliiton Varsinais-Suomen piirille. Mannerheimin Lastensuojeluliitto on valtakunnallinen, kaikille avoin kansalaisjärjestö, jonka toiminnan tarkoituksena on edistää ja tukea lasten ja lapsiperheiden hyvinvointia. Liiton toiminnan perusarvoina toteutuvat yhdenvertaisuus, inhimillisyys, yhteisvastuu sekä lapsen ja lapsuuden arvostus. Ensisijaisina toimintaperiaatteinaan Mannerheimin Lastensuojeluliitto pitää avoimuutta, iloa, kumppanuutta, osallisuutta sekä arjen arvostusta. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2017a.)

Mannerheimin Lastensuojeluliitto ylläpitää muun muassa erilaisia palveluita, joista lapsi, nuori tai vanhempi voi hakea apua, neuvoa tai tukea. Lisäksi se tuottaa oppaita ja tietopaketteja tueksi lapsen kasvatukseen ja kehitykseen sekä vanhemmuuteen, tuottaa kouluihin opetusmateriaalia, ylläpitää tukioppilastoimintaa, järjestää nuorisotoimintaa, tukee kotien ja koulujen mediakasvatusta, järjestää perhepalveluita, erilaisia kerhoja ja ryhmiä sekä ylläpitää perhekahviloita ja muita tapaamispaikkoja lapsille, nuorille ja lapsiperheille. Lisäksi Mannerheimin Lastensuojeluliitto kouluttaa lastenhoitajia ja tukihenkilöitä perheen avuksi ja tueksi. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2017a.)

Mannerheimin Lastensuojeluliitolla on 556 paikallisyhdistystä ympäri Suomea, jotka järjestävät erilaisia palveluita tai tapahtumia alueen lapsille, nuorille ja lapsiperheille. Paikallisyhdistysten toimintaa tukee 10 piirijärjestöä, joista yksi on toimeksiantajamme Varsinais-Suomen piiri. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2017a.) Varsinais-Suomen piirin alueella toimii yhteensä 67 paikallisyhdistystä. Piirin toimintaa tukevat muun muassa Raha-automaattiyhdistys, kunnat ja yksityiset yritykset. Lapsiin ja perheisiin kohdistuvien palvelujen lisäksi piiri järjestää myös erilaisia koulutuksia Varsinais-Suomen alueen ammattilaisille. Varsinais-Suomen piirin piiritoimisto sijaitsee Turussa Perhetalo Heidekenin tiloissa. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2017b.)

Järjestettävän toiminnan lisäksi Mannerheimin Lastensuojeluliitto tekee aktiivisesti yhteistyötä koti- ja ulkomaisten järjestöjen kanssa sekä pitää tiiviisti yhteyttä viranomaisiin, ministeriöihin, eduskuntaan, tutkijoihin sekä mediaan. Liiton tarkoituksena on nostaa esille lapsen etu, oikeudet ja hyvinvointi. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2017a.)

2.2 Kasvu vanhemmuuteen –ryhmä

Mannerheimin Lastensuojeluliiton vertaisryhmät on tarkoitettu samassa elämäntilanteessa oleville vanhemmille. Ryhmät ovat lähtökohtaisesti keskusteluryhmiä, joissa käsitellään tiettyä teemaa. Vertaistuki lisää vanhempien hyvinvointia ja sitä kautta myös lasten hyvinvointia. Yhteistä vertaisryhmille on, että ne kokoontuvat tietyn ajan ja niissä on aina ohjaaja. Ryhmille asetetaan tavoitteet ja säännöt. Vertaisryhmän toiminta perustuu avoimuuteen, tasa-arvoisuuteen, osallistujien keskinäiseen kunnioitukseen ja jakamiseen. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2016.)

Tutkimuksemme tarkoituksena on selvittää, mikä merkitys Mannerheimin Lastensuojeluliiton järjestämällä Kasvu vanhemmuuteen –ryhmällä on ollut vauvan hyvinvoinnille ja kehitykselle, sekä vauvan vanhemmalle. Kasvu vanhemmuuteen –ryhmä on suljettu ja ohjattu Mannerheimin Lastensuojeluliiton järjestämä vertaistuellinen ryhmä, joka on tarkoitettu esikoislasten vanhemmille ja heidän 0-7 kuukauden ikäisille vauvoilleen. Lasten ikähaarukka on rajattu noin alle 7 kuukauden ikäisiin lapsiin ennen kaikkea vauvaikäisen psyykkisten ja sosiaalisten kehitysvaiheiden sekä kiintymyssuhteen merkityksen vuoksi, mutta myös siksi, että vauvat eivät vielä liiku kovin paljoa itsenäisesti, jolloin vanhempien on helpompi keskittyä ryhmän toimintaan.

Kasvu vanhemmuuteen -ryhmä on Mannerheimin Lastensuojeluliiton kehittämä tuote, joka on syntynyt vuosien saatossa ja vakiinnuttanut nimensä. Ryhmä kokoontuu kerran viikossa kuuden viikon ajan ja yksi tapaamiskerta kestää noin kaksi tuntia. Osallistuminen Kasvu vanhemmuuteen –ryhmään on täysin vapaaehtoista; ryhmään voi löytää Mannerheimin Lastensuojeluliiton mainosten kautta tai esimerkiksi neuvolan tai muun viranomaisen suosittelemana. Ryhmä on suljettu, maksimissaan kahdeksan osallistujan ryhmä vauvoineen, ja sen toiminta perustuu ryhmän keskinäiseen vertaistukeen, luottamukseen ja sitoutumiseen. (Rea Metsäpalo 19.1.2017.)

Vertaisryhmässä kaikilla osallistuvilla on sama elämäntilanne tai yhdistävä tekijä, jonka takia he osallistuvat kyseiseen ryhmään. Samankaltaisessa elämäntilanteessa olevat voivat ohjaajan tukemana jakaa kokemuksiaan ja oppia toisiltaan. Ryhmän kooksi suositellaan 6-8 osallistujaa. Vertaisryhmän tavoitteena on käsiteltävien asioiden lisäksi luoda osallistujille samankaltaisuuden kokemus ja saada tukea ja ymmärrystä samassa tilanteessa olevilta ihmisiltä. Ryhmä voi auttaa myös ymmärtämään, ettei ole asian

kanssa yksin. Vertaisryhmässä voidaan keskustella tai toimia ryhmässä. Jokaisella ryhmän jäsenellä täytyy olla mahdollisuus saada kertoa mielipiteensä ja kokemuksensa pakottamatta, ja jokaisella osallistujalla on vaitiolovelvollisuus ryhmässä esiin tulevista asioista. Ohjatun ryhmän avulla voi oppia niin psyykkisiä kuin fyysisiäkin taitoja sekä uusia selviytymiskeinoja arkeen. Vertaisryhmä ei kuitenkaan korvaa ammatillisempaa ja tiiviimpää hoito- tai asiakassuhdetta. (Vilén ym. 2008, 272-274; Perhehoitoliitto 2017.)

Kasvu vanhemmuuteen -ryhmän tavoitteena on käsitellä ja saada vertaistukea vanhemmuuteen ja vanhemmuuteen, sekä muuttuneeseen elämäntilanteeseen ja uuteen arkeen. Ryhmässä voi jakaa omat ilot ja murheet ja niihin voi saada tukea ja vinkkejä muilta vanhemmilta. Voi olla helpottavaa myös huomata, ettei kamppaile yksin haastavien asioiden kanssa. Vertaisryhmässä on mahdollisuus myös verkoston luomiselle, kun vanhemmat tutustuvat toisiinsa. (Rea Metsäpalo 19.1.2017.)

Kasvu vanhemmuuteen -ryhmä on vertaistuellisen ryhmän lisäksi myös aihekeskeinen keskusteluryhmä. Aihekeskeisen keskusteluryhmän tavoitteena on tiedon lisääminen ja asenteiden muokkaaminen. Jokaiselle tapaamiselle on jokin tietty teema, jonka puitteissa ohjaaja suunnittelee toiminnan, joka sisältää ohjattua keskustelua toiminnallisten menetelmien avulla. Teemoja Kasvu vanhemmuuteen -ryhmissä ovat tutustuminen, raskaus ja synnytys, äitiys, vauvan tarpeet ja uusi arki, vanhemmuus, parisuhde ja muuttuneet roolit sekä tulevaisuus. Teemojen sisällä käsiteltäviin aiheisiin vaikuttaa ryhmään osallistuneiden elämäntilanteet ja tarpeet, esimerkiksi onko osallistuneiden joukossa parisuhteessa olevia vai yksinhuoltajia. Keskustelun painopiste on valitussa aiheessa ja nykypäivässä. Ohjaajan teoreettinen ammatillisuus ei korostu keskusteluryhmässä. (Vilén ym. 2008, 271-272; Rea Metsäpalo 19.1.2017.)

Kasvu vanhemmuuteen -ryhmissä käytetään paljon toiminnallisia menetelmiä keskustelun ohjaamiseksi ja tueksi. Toiminnallisten menetelmien käyttämisessä on tavoitteena auttaa asiakasta löytämään sanoja ajatuksille, tunteille ja mielikuville tai tiedostamaan niitä muutoin kuin sanojen keinoin, erityisesti jos asioita on vaikea käsitellä älyllisesti tai verbaalisesti. Erilaisia menetelmiä ovat muun muassa kuvataide, musiikki, liike sekä kirjallisuus ja luova kirjoittaminen. Menetelmällisyyden tarkoituksena on helpottaa vuorovaikutusta ja päästä tarkastelemaan asiakkaan elämäntilannetta ja historiaa. Menetelmät voivat myös auttaa löytämään ratkaisuja ongelmiin. Toiminnallisten menetelmien käyttö ei ole itsessään terapiaa, mutta niiden hyödyntäminen on usein hyvinkin terapeutista. (Juntunen 2017; Rea Metsäpalo 19.1.2017.)

2.3 Tutkimuksen tarve ja hyöty

Toimeksiantajamme Mannerheimin Lastensuojeluliiton Varsinais-Suomen piiri haluaa tutkimuksemme selvittävän vanhempien kokemuksia Kasvu vanhemmuuteen –ryhmästä sekä vauvan että vanhemman näkökulmasta. Toimeksiantajamme tavoitteena on hyödyntää tutkimuksesta saatavaa tietoa esimerkiksi Kasvu vanhemmuuteen –ryhmän ja muun toiminnan kehittämiseksi sekä pyrkiä saamaan asiakkaiden kokemukset kuuluville.

Tutkimuksen yhteyshenkilömme Mannerheimin Lastensuojeluliiton Varsinais-Suomen piiristä on huomannut, että tutkimuksia vertaistuellisten ryhmien vaikutuksesta itse vanhempaan on tehty paljon. Mentalisaatioteoriaa tukenaan käyttävän Mannerheimin Lastensuojeluliiton Varsinais-Suomen piirin yhteyshenkilömme mielestä vauvan näkökulmasta ei ole riittävästi aikaisempaa tutkimustietoa. Toimeksiantajamme mielestä lapsen näkökulman huomioiminen edistää lapsen edun ja oikeuksien huomioimista yhä enemmän konkreettisessa työssä. Tutkimuksemme keskittyy ainoastaan Mannerheimin Lastensuojeluliiton Varsinais-Suomen piirin Kasvu vanhemmuuteen –ryhmään, jolloin toimeksiantajamme saa kohdennettua tutkimustietoa tuottamaansa palveluun ja hyödynnettyä sitä toimintansa kehittämiseen. (Rea Metsäpalo 19.1.2017.)

Esimerkiksi Ari Haaranen on arvioinut ja selvittänyt väitöskirjassaan vanhempainryhmiin osallistuneiden kokemia muutoksia perheen terveydessä. Väitöskirjassa todetaan, että ryhmillä on osoitettu olevan useita myönteisiä seurauksia vanhemmille. Ryhmien on todettu parantavan vanhempien psykososiaalista terveyttä ja hyvinvointia. Vanhempien kokema stressi on selvästi vähentynyt sekä vanhempien oma itsetunto ja suhde kumpaniin parantunut merkittävästi ryhmien seurauksena. Lisäksi ryhmien myötä vanhempien luottamus vanhempana sekä suhde lapsiin on parantunut. (Haaranen 2012, 20-21.)

Vanhemmat ovat kokeneet, että he saavat ryhmästä ohjeita, neuvoja ja malleja ja he saavat jaettua kokemuksia ja tunteita käytännön asioista. Lisäksi monet vanhemmat kokevat ryhmän virkistävänä, kun he saavat nauttia saamastaan huomiosta ja omasta ajasta. (Haaranen 2012, 20-21.)

Vertaistuellisten ryhmien avulla vanhemmat ovat saaneet myös vahvistusta omalle toiminnalleen, heidän sosiaaliset taitonsa ovat kehittyneet ja ryhmässä olo on vahvistanut heidän vanhemmuuttaan. Ryhmiin osallistuneiden sosiaalinen verkosto on laajentunut ja

heidän on ollut helpompaa hyväksyä itsensä ja nykyinen elämäntilanne. Vertaistukiryhmässä on mahdollisuus muodostaa ystävyysseurueita ja he pystyvät myös jatkossa tukemaan, auttamaan ja kannustamaan toisiaan. (Haaranen 2012, 20-21.)

3 PSYKKINEN JA SOSIAALINEN KEHITYS ENSIMMÄISEN VUODEN AIKANA

Vauvaiäksi kutsutaan ihmisen ensimmäistä ikävuotta. Jo ensimmäisen ikävuoden aikana persoonallisuus alkaa kehittyä ja kasvu ihmiseksi alkaa. Vauva kehittyy ensimmäisen elinvuotensa aikana enemmän kuin missään myöhemmässä ikävaiheessa; vauvan kehohallinta lisääntyy, keskushermosto kehittyy, aistit tarkentuvat, vauva oppii havaitsemaan ja tunnistamaan asioita laajemmin, sekä vuorovaikutus käynnistyy ja minätietoisuus alkaa rakentua. Vauvaikäinen oppii jatkuvasti, jopa nukkuessaankin. (Nurmi ym. 2014, 22; Suomen mielenterveysseura 2017.)

Ensimmäisen vuoden on todettu olevan merkittävä monen tutkimuksen ja teorian mukaan ihmisen kokonaisvaltaisen kehityksen kannalta. Esimerkiksi Erik H. Eriksonin kehitysteorian mukaan ensimmäisen elinvuoden aikana muodostuu lapsen perusturvallisuus, joka on peruspilari ihmisen psyykkiselle hyvinvoinnille. Perusturvallisuuden muodostuminen heijastuu lapsen myöhempiin ihmissuhteisiin, itsetuntoon sekä lapsen kykyyn kohdata ja sietää muutoksia ja pettymyksiä. (Vilkko-Riihelä & Laine 2008, 178.)

Tunnetaitojen kehittymisen kannalta on tärkeää, että vauvaiässä vastataan riittävän nopeasti vauvan tarpeisiin, vauvalle annetaan tarpeeksi hoivaa ja hellyyttä, vauvan ympärillä on virikkeitä ja hänen kanssaan ollaan sosiaalisesti vuorovaikutuksessa. (Suomen mielenterveysseura 2017.) Vauvat ovat herkkiä koskettamiselle ja fyysinen kosketus edistää myös vauvan fyysistä kehitystä. Vauva tarvitsee paijaamista ja sylissä pitämistä hahmottaakseen oman kehonsa ja tunteakseen olevansa hyvä ja rakastettu. (MLL 2017c.) Vauva reagoi aistiärsykkeisiin lähinnä tunnelähtöisesti - rauhallinen puhe ja lempeä kosketus rauhoittavat, kylmä kosketus ja kova ääni pelästyttävät. (MLL 2017d).

Mannerheimin Lastensuojeluliiton toiminta perustuu varhaisen vuorovaikutuksen merkitykseen, jonka perus lähtökohta on lapsen kehityksessä - ennenkaikkea psyykkisestä ja sosiaalisesta näkökulmasta. Myös Kasvu vanhemmuuteen –ryhmän ajatuksena on tukea ja vahvistaa ennaltaehkäisevällä tasolla vanhemmuutta sekä lapsen ja vanhemman välistä vuorovaikutusta, jotta lapsella olisi mahdollisimman hyvät edellytykset kasvaa ja kehittyä tasapainoisesti. Kasvu vanhemmuuteen –ryhmä pyrkii mahdollistamaan vauvalle sosiaalista vuorovaikutusta ja virikkeitä vanhempansa, sekä muiden osallistuvien vauvojen ja vanhempien kanssa. (Rea Metsäpalo 19.1.2017)

Ryhmässä vanhempaa pyritään ohjaamaan fyysiseen, välittömään kontaktiin vauvan kanssa laulujen, leikkien ja yhteisen tekemisen kautta, kun taas ohjatun vertaistuellisen keskustelun tarkoituksena on saada vanhempi pohtimaan vauvaa ja sen tarpeita reflektiivisesti. Työskenneltäessä varhaisen vuorovaikutuksen ja kiintymyssuhdeteorioiden parissa, esimerkiksi ryhmän ohjaajana tai osana tutkimusprosessia, on oleellista tietää, mihin alle vuoden ikäinen vauva kykenee ja mitä hän tarvitsee ympäristöltä kehittyäkseen. Tieto vauvaikäisen kehityksestä auttaa myös ymmärtämään ryhmän toiminnan merkitystä teoreettisesta näkökulmasta. (Rea Metsäpalo 19.1.2017.)

3.1 Alle vuoden ikäisen vauvan psyykinen kehitys

Vauvan aivot muovautuvat ja hän omaksuu uusia asioita jatkuvasti. Ympäristön merkitys lapsen kehitykselle on suuri, sillä lapsi ei vielä osaa itse liikkua, eikä hänelle ole vielä kehittynyt selviytymiskeinoja. Psyykkisestä kehityksestä on syntynyt useita teorioita ja viitekehyksiä, osa selittää kehitystä sisäisten ja osa ympäristöön liittyvien tekijöiden avulla. Mikään teoria ei yksinään selitä kehitystä riittävästi, vaan on hyvä käyttää käsitteitä monista eri viitekehysistä. (Nurmi ym. 2014, 22.)

Aikaa, jolloin lapsi on erityisen altis oppimaan uutta, sanotaan herkkyykskaudeksi. Tällöin hermosto on tarpeeksi kehittynyt ja aika on siis otollinen oppimiselle. Esimerkiksi kävelemisen oppimisen herkkyykskausi sijoittuu 10 kuukauden ja puolentoista ikävuoden välille. Oppiminen on mahdollista myöhemminkin, mutta vaatii huomattavasti enemmän ponnisteluja. Kriittiseksi ajaksi kutsutaan herkkyykskauden jälkeistä aikaa, jolloin lapsen pitäisi saada tietynlaisia virikkeitä ja harjoitusta tai taito jää saavuttamatta. (Vilkko-Riihelä & Laine 2008, 23.)

Kognitiot

Vastasyntynyt vauva on fyysisesti hyvin avuton, mutta aivot ovat jo hyvin varustetut. Vauva pystyy erottamaan puheäänteitä ja kasvonilmeitä, seuraamaan katsellaan hidasta liikettä ja jäljittelemään toisen ilmeitä. Jäljittely perustuu peilihermosoluihin. Vauva myös oppii muistamaan oman hoitajansa äänen, muodon, hajun ja maun. (Silvén 2010, 52-54.)

Ihminen jäsentää ympäristöään ja oppii kognitoidensa avulla. Kognitioita ovat esimerkiksi havaintojen, kielen ja muistin kehitys, ongelmanratkaisukeinot, sekä syy-seuraussuhteiden havaitseminen. Toimintatavat ja skeemat, eli sisäiset mallit muodostuvat ympäristöstä opitun avulla. Englantilainen Usha Goswami on tutkinut tiedonkäsittelyn malleja ja niiden muutoksia. Goswamin teorian mukaan vastasyntyneellä on valmiudet havaitsemiseen, muistamiseen ja oppimiseen, mutta edistyneempiä toimintoja, kuten ongelmanratkaisua ja päättelyä voidaan havaita vasta puolen vuoden iässä. (Nurmi ym. 2014, 23-24.)

Yksi ihmisen kehitystä selittävä teoria on myös sveitsiläisen kehityspsykologi Jean Piaget'n vaiheittain etenevä teoria. Teoria jakaa kehityksen neljään vaiheeseen, joista ensimmäinen, sensomotorinen vaihe kestää syntymästä noin kahden vuoden ikään asti. Sensomotorisessa vaiheessa ensimmäisenä kuukautenaan vauva käyttää refleksejään. Tällöin vauva havainnoi ympäristöään mutta ei koe olevansa erillinen hoitajansa kanssa. (Beilin 2016, 120.)

Pikkuhiljaa vauva alkaa havainnoimisen lisäksi tutkia maailmaa toimimalla, esimerkiksi tarttumalla esineisiin. Vauva harjoittelee taitojaan tekemällä toistoja, esimerkiksi pudottamalla lusikan maahan aina uudestaan ja uudestaan, tai heilauttamalla helistintä kuulakseen äänen. Toistojen tekemisellä on merkittävä osuus sensomotorisessa vaiheessa. (Beilin 2016, 120.) Vauva oppii, että hänen toiminnallaan on tietynlainen tulos, ja hän oppii muovaamaan toimintaansa jos tulos ei ole halutunlainen (Nurmi ym. 2014, 24).

Minuuden kehittyminen

Sigmund Freud, itävaltalainen lääkäri ja tutkija, on luonut teorian ihmisen mielen rakentumisesta, toiminnasta ja erilaisista häiriöistä. Freud näki ihmisen mielihyvää tavoittelevana olentona, jonka on sopeuduttava todellisuuden vaatimuksiin. Teorian, psykoanalyysin, mukaan ihminen joutuu sopeutumaan ympäristöönsä ja sulkemaan tietoisuutensa ulkopuolelle ajatuksiaan, pettymyksiään ja kokemuksiaan jo varhaisessa lapsuudessa. Näistä muodostuu ihmisen mieleen tiedostamaton alue, joka on läsnä ja vaikuttaa ihmisen tapoihin tuntea, havaita, kokea ja ajatella asioita, toisia ihmisiä sekä itseään. (Suomen psykoanalyttinen yhdistys 2017.)

Amerikkalainen lastenpsykiatri ja psykoanalyytikko Margaret Mahler on laajentanut Freudin näkemyksiä lapsen minuuden kehittymisestä. Mahlerin objekti-suhdeteorian mukaan

lapsen minuuden kehitys jakautuu psykoanalyttisiin kasvuvaiheisiin. Vaiheita ei kuitenkaan voida erottaa selvästi, vaan ne sulautuvat toisiinsa yksilöllisesti lapsen kehityksen mukaan. (Rödstam 1993, 23.)

Ensimmäistä vaihetta kutsutaan normaaliautistiseksi vaiheeksi, koska vauva on ensimmäisten elinviikkojensa aikana horrosmaisessa tilassa. Tässä vaiheessa dominoivat elämää ylläpitävät biologiset tarpeet esimerkiksi nukkuminen ja syöminen. Vauva käyttää aistejaan ja esimerkiksi itkua saavuttaakseen tyydytyksen tarpeisiinsa. (Rödstam 1993, 26.) Myöhemmin minuuden kehittymisen tutkimista on jatkettu. Esimerkiksi amerikkalainen lastenpsykiatri ja psykoanalytikko Daniel N. Stern on sitä mieltä, että lapsi on aktiivinen tiedonkäsittelijä ja toimija omissa maailmoissaan jo ensimmäisten elinviikkojen ja -kuukausien aikana, eikä pelkästään passiivinen toimija vanhemman rinnalla. (Vilkko-Riihelä & Laine 2008, 58.)

Symbioottinen vaihe kestää noin toisesta elinkuukaudesta viidenteen. Vaiheen aikana vauva alkaa ymmärtää tarvitsevänsä ulkopuolista objektia päästäkseen eroon tyytymättömyydestä ja vauva alkaa kommunikoida ympäristönsä kanssa aktiivisemmin. Vauva ei kuitenkaan käsitä rajaa itsensä ja hoitajan välillä, vaan elää niin sanotusti symbioosissa. Hyvä symbioosin purkautuminen auttaa tasapainoiseen kehitykseen, kun lapsi tajuaa oman psyykkisen erillisyytensä. (Rödstam 1993, 30.)

Noin puolen vuoden iässä symbioosi alkaa purkautua ja eriytymisvaihe alkaa. Tässä vaiheessa minuus alkaa muodostua konkreettisemmin, kun lapsi alkaa käsittää itsensä hoitajasta ja muusta ympäristöstä erillisenä. Vauva alkaa hahmottaa objekteja ja ympäristöään kokonaisuuksina ja todellisuudenmukaisempi käsitys alkaa muodostua. (Rödstam 1993, 40-52.)

Eriytymisvaiheen aikana kehominä alkaa muodostua, kun lapsi alkaa tutkia ja hahmottaa kehoaan. Kun oma keho ja ympäristö alkaa hahmottua erillisinä objekteinaan, henkinen kasvu ja ”sisäisen maailman” syntyminen alkaa. Vauva alkaa hahmottaa kuvitelmien, muistojen ja tunteiden maailman ulkoisesta ympäristöstä erillisenä. Mitä pidemmälle eriytymisvaihe etenee, sitä enemmän vauva tutkii ympäristöään aktiivisesti ja alkaa toimia vuorovaikutuksellisesti. (Rödstam 1993, 40-52.)

3.2 Sosiaalisuuden ja vuorovaikutuksen kehittyminen

Imeväisikäisten tutkimuksissa on huomioitu, että vastasyntyneet vauvat ovat sosiaalisia olentoja aivan ensimmäisestä hetkestä lähtien. Vastasyntyneiden kyky tajuta ympäristö ja oma itsensä aistien avulla on osoittautunut tutkimuksissa hyvin kehittyneeksi. Tämä antaa lapselle mahdollisuuden toimia aktiivisessa vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa yhä aiemmin. Lapsen sosiaalisuus ja vuorovaikutustaidot kehittyvät käsi kädessä psyykkisen ja fyysisen kehityksen kanssa. Sosiaaliseen kehittymiseen vaikuttaa myös ympäristön herkkyys, valmius ja kyky olla vuorovaikutuksessa. (Rödstam 1993, 10-11, 19.)

Vauvan tunne-elämä kehittyy jo varhain; osittain synnynnäisesti, osittain opitusti. Jo vastasyntynyt tunnistaa eron surullisen ja iloisen ilmeen välillä. Vauvan tunnemuisti kehittyy kahden- tai kolmenkeskisissä kanssakäymisissä. Silloin vauva oppii esimerkiksi yhdistämään, miten hoitaja ilmaisee tunteitaan. (Silvén & Kouvo 2010, 80-81.)

Vauva kutsuu katseellaan hoitajaa vuorovaikutukseen kanssaan. Muutaman kuukauden ikäinen lapsi saattaa esimerkiksi hakea äidin katsetta imetyksen aikana. Pieni vauva oppii myös ennakoimaan läheisen ihmisen toimintaa arjen toistuvien hoiva- ja leikkituokioiden kautta. Yhdeksän kuukauden iässä vauva osaa suunnata katseensa hoitajan katseen suuntaan, ja vastavuoroisesti osaa suunnata toisen katseen itseään kiinnostavaan kohteeseen esimerkiksi jokeltelemalla tai sormella osoittamalla. (Silvén & Kouvo 2010, 81.) Vanhempien vuorovaikutusmalleilla on oleellinen merkitys sosiaalisten taitojen omaksumisessa ja oppimisessa (Nurmi ym. 2014, 62).

Lapsen sosiaalisuus kehittyy vaihteittain. Pieni vauva kommunikoi ja ilmaisee itseään ilmeillä, eleillä, hui-toen ja potkien jo ennen puheen kehittymistä. Suunnilleen kahden kuukauden iässä vauva juttelee jokellellen, kujerrellen ja kurlutellen. Vanhemman on tärkeää vastata vauvan hymyyn ja jokelteluun, jotta lapsi saa positiivisia kokemuksia sosiaalisuuden kehittyessä ja oppii ennakoimaan vanhemman reaktioita. Kolmen ja neljän ikäkuukauden aikana vauva kiinnostuu muista lapsista ja yrittää koskettaa heitä. Nelikuinen vauva saattaa jo nauraa iloisesti ja kiljahdella riemusta. 5-6 kuukautinen vauva jokeltelee tutuille ihmisille, itselleen ja leluille, sekä hymyilee peilikuvalleen. Seitsemänkuiset vauvat saattavat jo ojentaa käsivarttaan päästäkseen syliin ja osoitella esineitä tai asioita. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2017e.)

Sosiaaliset taidot ovat valmiuksia, joilla ihminen pystyy ratkaisemaan ongelmia arkipäivän tilanteissa ja saavuttamaan tavoitteitaan niin, että sosiaalisten tilanteiden kokemus on positiivinen. Esimerkiksi lapsi oppii toimimaan oma-aloitteisesti ja pääsee mukaan toisten leikkeihin, kun kokemukset kyseisistä sosiaalisista tilanteista ovat olleet positiivisia. Tämä edellyttää lapselta empatiakykyä eli taitoa tunnistaa ja ymmärtää toisen tunteita, sekä kykyä oman toiminnan seurausten arviointiin ja ennakkointiin. Yhtä tärkeää sosiaalisten taitojen kannalta on oppia ymmärtämään omia tunteita ja niiden ilmaistamista. Tähän vaikuttaa oleellisesti lapsen kognitiivinen kehitys ja minäkuva. (Nurmi ym. 2014, 61.)

Vauvan vuorovaikutukselliset tarpeet

Jo aivan vastasyntyneellä vauvalla on vuorovaikutuksellisia tarpeita. Vauva tarvitsee suojelevaa vuorovaikutusta eli vanhempi turvaa lapsen eloonjäämisen psyykkisesti ja fyysisesti. Suojelevaa vuorovaikutusta on, kun vanhempi esimerkiksi suojaa lasta ympäristön haittatekijöiltä kuten tupakan savulta tai liialliselta melulta. (Kalland 2004, 121.)

Lapsi tarvitsee myös fysiologisia tarpeita tyydyttävää ja säätelevää vuorovaikutusta. Vauva tarvitsee esimerkiksi ruokaa, lepoa, puhtautta ja sään mukaista vaatetusta ja hoitajan, joka vastaa näihin tarpeisiin. Hoitaja myös säätelee vauvan tarpeita eli auttaa löytämään rytmin arkeen esimerkiksi ruoan ja unen mukaan. Fysiologisten tarpeiden ilmaistaminen ja niihin vastaaminen luo hoitajan ja vauvan välille vuorovaikutuksellisen suhteen sekä lisää vauvan turvallisuuden tunnetta vauvan oppiessa ennakoidaan hoitotilanteita. (Kalland 2004, 121.)

Fysiologisiin tarpeisiin vastaaminen mekaanisesti ei riitä, vaan vauva tarvitsee hoitajan, joka jakaa vauvan kokemuksia. Esimerkiksi uuden maun maistamisessa hoitaja ilmaisee ilmein ja elein jakavansa uutta kokemusta yhdessä vauvan kanssa. Kolmas vuorovaikutuksellinen tarve on tunteiden tavoittelemisen ja säätelyn. Tunteiden tavoittelu tarkoittaa myös vauvasta iloitsemista sekä vauvan aloitteiden rikastuttamista. Tunteiden säätelyllä tarkoitetaan, että hoitaja osaa rauhoittaa lasta ja muokata lapsen oloa paremmaksi. Oman itsesäätelyn kehittymiseksi vauva tarvitsee tunteiden ulkopuolista säätelijää. Jotta vauva kehittyy ja kiinnittyy turvallisesti ja kokee olevansa tervetullut ja huolenpidon arvoinen, on ensisijaisen tärkeää, että vauvalla on sama turvallinen hoitaja. (Kalland 2004, 121-122.)

Neljäs vuorovaikutuksellinen tarve liittyy lapsen kehitystä tukevaan vuorovaikutukseen. Hoitaja ennakoi lapsen kehitystä ja nauttii siitä luoden näin mahdollisuuden lapsen myönteiselle itsetunnon kehitykselle. Ennakointi tarkoittaa sitä, että hoitajalla on sisäinen kuva vauvan seuraavasta kehitysaskeleesta, esimerkiksi ensiaskeleista. Hoitaja tukee kehitystä fyysisesti sekä psyykkisesti, esimerkiksi mahdollistaen kävelyn harjoittamisen. Hoitajan tehtävä on myös palauttaa lapsi aikaisemmalle tasolle. Kävelyesimerkissä se tarkoittaa sitä, että vaikka lapsi olisi jo ottanut ensimmäiset askeleensa, hoitaja hyväksyy sen, ettei lapsi vielä selviydy kävellessä. (Kalland 2004, 122.)

3.3 Varhainen vuorovaikutus ja vanhemmuus

Vanhemmuus syntyy päivittäin vanhemman ja lapsen välisessä vastavuoroisessa vuorovaikutuksessa. Se on elinikäinen prosessi, joka on aina keskeneräinen. Vanhemmuus on sitä, että tunnistaa lapsen tarpeita, tunteita ja viestejä sekä vastaa niihin, auttaa niiden tunnistamisessa ja säätelyssä, ottaa lapsen huomioon ja huolehtii hänestä. (Rönkkö & Rytönen 2010, 124.) Naiselle äitiyden kokeminen voi olla helpompaa ja luonnollisempaa muun muassa raskauden ja imettämisen myötä, mutta myös isän rooli on yhtä tärkeä – isään luotu kiintymyssuhde on yhtä mahdollinen ja merkityksellinen (Granju & Kennedy 1999, 7).

Vanhemmuus omaksutaan sukupolvien ketjussa omilta vanhemmilta, mutta sitä voi myös muokata omien kokemusten mukaan. Omat traumaattiset lapsuudenkokemukset voivat kuitenkin vaikeuttaa tunnesuhteen muodostamista omaan vauvaan. Hoitotilanteissa se voi näyttäytyä tunteettomana hoitamisena, vaikkakin se olisi fyysisesti onnistunut. (Rönkkö & Rytönen 2010, 124-126.) Oman historian ja kasvatuksen pohtiminen ja läpikäyminen auttaa oman vanhemmuuden rakentumisessa. Käsiteltäessä omaa lapsuutta ja kasvatustaan voi tietoisesti huomioida, mitä haluaa siirtää omaan kasvatustyyliinsä ja mitä haluaa oman lapsen kohdalla tehdä toisin. (Granju & Kennedy 1999, 20.)

Varhainen vuorovaikutus alkaa jo raskauden aikana vauvamielikuvien ja fyysisten tunteusten kautta, kun lapsi kasvaa äidin kohdussa. Lapsi alkaa elää vanhempien mielessä jo ennen syntymäänsä. (Rönkkö & Rytönen 2010, 125.) Kohdussa olevan vauvan ääntä on se, miten hän ottaa tilaa vanhempiensa mielessä. Kohtuvauva myös reagoi vanhemman ääniin ja kosketuksiin, joten hänen kanssaan on mahdollista kommunikoida. (Sjöberg 2009, 18.)

Pienen vauvan kanssa keskustelu on ihastelemista, ihmettelyä ja molemminpuolista toisen katselua. Vauva näkee vanhemman kasvoista, mitä saa vanhemmassa aikaan – vauva etsii varmuutta siitä, että on tärkeä ja arvokas. Pienen vauvan ääni tulee esille siinä, miten vanhemmat huomaavat hänen toimintaansa, sekä miten he tulkitsevat ja vahvistavat sitä. (Sjöberg 2009, 18-19.) Pienen vauvan kommunikointi on enimmäkseen fyysistä; vauva viestii esimerkiksi itkulla ja sen tyyntymisellä, kehon rentoudella sekä erilaisten ilmeiden ja äännähdyksien avulla tyytyväisyydestä tai tyytymättömyydestään (Kalland 2014, 32). Varhaisen vuorovaikutuksen on tutkittu aiheuttavan vauvan aivoissa yhtä paljon muutoksia ja kehitystä, sekä tuottavan yhtä paljon mielihyvää, kuin fysiologisten tarpeiden täyttäminenkin. Vuorovaikutus ympäristön kanssa aktivoi vauvan aivoja hyödyntämään kehitysvaiheelle ominaisia valmiuksia ja niiden käyttöönottoa. (Ollikainen 2017, 37-38.)

Vanhemmat, jotka vastaavat sopeutuvasti vauvansa tarpeisiin tukevat vauvan tasapainoista kehitystä ja mahdollisuuksia sekä vahvistavat hänen kykyjään selviytyä elämästä – toisin sanoen lapselle syntyy turvallinen kiintymyssuhde. Jos vanhempi ei vastaa lapsen viesteihin riittävän sensitiivisesti, ajoissa ja oikein, lapselle saattaa syntyä turvaton kiintymyssuhde, joka saattaa vaikuttaa lapsen persoonallisuuden ja jopa aivojen kehitykseen. (Hautamäki 2005, 35-37.) Tutkimusten mukaan lapsena omaksuttu kiintymysmalli säilyy aikuisuuteen saakka ja periytyy hyvin todennäköisesti myös seuraavalle sukupolvelle (Kauppi & Takalo 2014, 18). Kiintymyssuhteista kirjoitamme tarkemmin seuraavassa kappaleessa.

Vauvan kannalta varhaisten kiintymys suhteiden tavoitteita ovat lapsen perusturvallisuuden sekä vireys- ja tunnetilojen säätelyn kehittyminen, tahdonalainen tunteidenilmaisun ja välittämisen oppiminen. Vanhemman tulisi myös mahdollistaa ja tukea lapsen ympäristöön suuntautuvan tutkimisen tarvetta sekä oppimiskyvyn kehittymistä. (Rönkkö & Rytönen 2010, 125-128.) Vanhemman ja lapsen välisestä vuorovaikutuksen kokemuksista lapselle muodostuu mielikuvia ihmissuhteiden toiminta- ja vuorovaikutusmalleista. Varhain muodostuneet käsitykset ohjaavat lähes tiedostamattomasti ihmisen ajatuksia ja odotuksia siitä, kuinka hänen tarpeisiinsa ja tunteisiinsa vastataan. (Kauppi & Takalo 2014, 18.)

4 VARHAINEN VUOROVAIKUTUS JA MENTALISAATIO

Vanhemman ja lapsen välisen varhaisen vuorovaikutuksen kannalta tärkeä työkalu on vanhemman mentalisaatio. Mentalisaatiolla tarkoitetaan kykyä pohtia omaa ja toisen näkökulmaa, sekä tunteita ja tarpeita näennäisen käyttäytymisen ja reaktioiden takana. (Heikkinen 2017, 34; Pajulo 2012, 10.) Mentalisaatioteorian takana ovat objekti- ja kiintymyssuhdeteoriat, joista kirjoitamme lyhyesti luvuissa 4.1 ja 4.2. (Kauppi & Takalo 2014, 8-17).

4.1 Objektisuhdeteoria

Ihmisellä on myötäsytynäinen tarve havainnoida muiden emotionaalisia tarpeita sekä haakeutua kanssakäymiseen muiden kanssa. Yhteys toiseen ihmiseen on välttämätöntä psykologiselle kehitykselle. Yhdysvaltalaisen psykologi-psykoanalyttikko Daniel Sternin objektisuhdeteorian mukaan mieli ja itseymmärrys eivät kehity geenien ohjaamana itsestään. Niiden kehityksen tueksi läheisen aikuisen kehittyneempi mieli on välttämätön. (Kauppi & Takalo 2014, 11; Kalland 2014, 27-28.)

Objektisuhdeteorian ajatuksena on, että lapsi tarvitsee heti syntymästään alkaen läheisen hoivaajan, joka huolehtii lapsen fyysisistä ja psyykkisistä välttämättömistä tarpeista. Teoriassa objektilla tarkoitetaan ihmistä, joka on subjektille merkityksellinen turvan ja tarpeiden täyttäjä ja johon subjekti on vuorovaikutussuhteessa. Hoivaajat toimivat lapselle tunteiden tunnistamisessa kuin peilit. Hoitajan kasvot, rauhoittava syli, eleet, ilmeet ja kosketus välittävät vauvalle erilaisten tunteiden merkityksiä. Kehityksen edetessä lapsi sisäistää nämä toiminnot, kuten kyvyn säädellä tunteitaan. Lapselle syntyy niin sanottuja objektimielikuvia, jotka toimivat esimerkiksi tiedostamattomina odotuksina, ajatuksina ja mieltymyksinä. (Kauppi & Takala 2014, 11-12.)

4.2 Kiintymyssuhdeteoria

Kiintymyssuhdeteorian takana on psykiatri ja psykoanalyttikko John Bowlby (1907-1990). Teorian ydinajatuksena on, että elinympäristö on lapselle merkityksellinen – lapsen kehitys on vaarassa hoitajan rakkauden ollessa puutteellista. (Hautamäki 2001, 14-

15.) Vauva tavoittelee sekä kehollisesti että psyykkisesti hoitajansa huomiota jäädäkseen eloon ja kehittyäkseen psyykkisesti (Kauppi & Takalo 2014, 17). Kiintymyssuhde on pysyvä suhde, jonka kohteena on tietty henkilö. Vastentahtoinen erossa oleminen henkilöstä aiheuttaa ahdistusta. Kiintymyssuhde on emotionaalisesti tärkeä ja sen tavoitteena on ylläpitää yhteyttä toiseen ihmiseen. Kiintymyssuhteen kohteelta haetaan turvaa, hyvää oloa ja lohtua. (Hughes 2011, 19.)

Kiintymysmallit

John Bowlbyn kollega Mary Ainsworth (1913-1999) jalosti Bowlbyn teoriaa ja eritteli tutkimuksissaan erilaisia kiintymysmalleja – turvallinen, välttelevä, ristiriitainen ja jäsentymätön. Lapsena omaksuttu kiintymysmalli säilyy aikuisuuteen saakka ja todennäköisesti periytyy seuraavalle sukupolvelle. Kiintymyssuhde kuvaa säätelyjärjestelmää, joka aktivoituu sisäisen tai ulkoisen uhan seurauksena. Vauva tuntee olonsa turvalliseksi tai turvattomaksi ympäristöstä tulevien viestien perusteella. (Hughes 2011, 20-22; Kauppi & Takalo 2014, 18.)

Noin kahdella kolmesta lapsesta on turvallinen kiintymyssuhde (Hughes 2011, 21). Turvallisessa kiintymyssuhteessa lapsi voi luottaa siihen, että vanhempi on saatavilla ja huomioi lapsen tarpeet. Vanhempi on sensitiivinen; hän reagoi lapsen viesteihin riittävän nopeasti ja ennen kaikkea johdonmukaisesti. (Kauppi & Takalo 2014, 18.) Turvallinen kiintymyssuhde vaikuttaa lapsen kehityksen moniin alueisiin; fysiologiseen ja emotionaaliseen säätelyyn, sosiaalisiin taitoihin, itseluottamukseen ja oman minäkuvan kehittymiseen, empatiakykyyn ja jopa älyllisiin ja kielellisiin taitoihin. (Hughes 2011, 20.) Turvallisesti kiintynyt on aikuisena tasapainoinen ja luottavainen ja hänelle on helppoa muodostaa hyviä ihmissuhteita (Kauppi & Takalo 2014, 18).

Kun vanhempi ei ole läsnä lapsen tarvitessa ja lapsi joutuu pärjäämään yksin tunteidensa ja tarpeidensa kanssa, joita ei osaa vielä yksin säädellä, kehittyy lapselle turvaton kiintymyssuhde. Turvaton kiintymyssuhde voi olla välttelevä, jolloin vanhempi ei kestä lapsen voimakkaita reaktioita ja tarvitsevuutta. Lapsi oppii minimoimaan tunteiden ja tarpeiden ilmaisun ja tarvitsevuus herättää häpeää. Aikuisena välttelevästi kiintynyt voi olla etäinen ja pidättyväinen muita ihmisiä kohtaan. (Hughes 2011, 20-22; Kauppi & Takalo 2014, 19.)

Ristiriitaisesti kiinnittyneen lapsen vanhempi on epäjohdonmukaisesti saatavilla. Lapsi ei pysty luottamaan siihen, että vanhemman antama hoiva ja turva ovat pysyviä. Ristiriitaisesti kiinnittynyt lapsi saattaa takertua hoivaajaansa ja ahdistua, jos hän joutuu hetkeksikin eroon vanhemmasta. Kuitenkin vanhemman läheisyys eron jälkeen saattaa aiheuttaa lapsessa ristiriitaisia tunteita ja tekoja. Aikuisena ristiriitaisesti kiinnittynyt saattaa käyttäytyä dramaattisesti ja hänellä voi olla vaikeuksia luottaa ja asettua ihmissuhteisiin. (Silvén & Kouvo 2010, 77; Kauppi & Takalo 2014, 19.)

Nykyään ajatellaan, että kolmen jäsentyneen kiintymystyyppin lisäksi on neljäs täysin jäsentymätön eli organisoitumaton kiintymyssuhde. Jäsentymättömässä kiintymyssuhteessa olevalla lapsella on kokemus, ettei hän saa apua hätäänsä eikä hänen tarpeisiinsa vastata. Hoitaja toimii vuorovaikutustilanteissa pelokkaasti tai pelottelevasti, eikä lapsi pysty peilaamaan tunteitaan tai kokemuksiaan. Yleensä tällaisissa tilanteissa esiintyy muita traumaattisia elämäkokemuksia, kuten laiminlyöntiä, väkivaltaa, vanhemman alkoholismia tai vakavia mielenterveyden ongelmia. (Silvén & Kouvo 2010, 77-78; Kauppi & Takalo 2014, 19.)

Jäsentymättömästi kiintynyt vauva voi käyttäytyä monella eri tavalla; esimerkiksi pelokkaasti, oudosti tai äärimmäisen ristiriitaisesti. Lapsi saattaa yrittää herättää hoitajassaan voimakkaita tunteita, jotta hänen ei tarvitsisi kohdata laiminlyödyksi tulemisen tunteita. Pahimmassa tapauksessa lapsi ei enää yritä kiintyä mihinkään ympäristössään, vaan vetäytyy uhkaavaksi koetusta ulkomaailmasta. Organisoimattomalla kiintymyssuhteella on eniten yhteyksiä myöhemmän elämän psyykkisiin häiriöihin. (Silvén & Kouvo 2010, 77-78; Kauppi & Takalo 2014, 19.)

Biologiset muutokset ja periytyvyys

Ihmisen kiintymyskäyttäytymistä säätelevät aivokuoren alla olevat rakenteet, esimerkiksi limbinen järjestelmä, hypothalamus ja aivolisäke, sekä autonominen hermosto ja immuunijärjestelmä (Silvén & Kouvo 2010, 78). Pahimmillaan kaltoinkohtelun ja laiminlyödyn kiintymyssuhteen seurauksena vauvan aivot ja hermoverkostot muuttuvat haitallisesti, mikä voi aiheuttaa mielenterveys- ja päihdeongelmia. Varhaisen hoivan äärimmäinen laiminlyönti saattaa tehdä lapsesta jopa pysyvästi kehitysvammaisen. (Helsingin sanomat 2017.)

On kuitenkin tärkeää muistaa, että kiintymysmallit periytyvät ensisijaisesti vuorovaikutustilanteista, eivät geenien kautta. Kyse ei siis ole välttämättä peruuttamattomasta asiasta, johon ei itse voisi vaikuttaa. Vanhempi voi välttää kiintymyssuhteiden ylisukupolvisuuden kiinnittämällä huomiota omaan ja lapsensa väliseen vuorovaikutukseen. (Kauppi & Takalo 2014, 19-20.)

4.3 Mentalisaatioteoria

Vanhemman sensitiivisyyttä pidetään turvallisen kiintymyssuhteen muodostumisen tärkeänä edellytyksenä. Se tarkoittaa reagoimista lapsen tarpeisiin riittävän nopeasti ja johdonmukaisesti. Vanhemman tulisi aktiivisesti pyrkiä ymmärtämään lapsen käyttäytymisen taustalla olevia tunteita ja tarpeita ja osata toimia niiden mukaan. Turvattomassa kiintymyssuhteessa vanhempi voi olla joko kykenemätön tai haluton huomioimaan lapsen käyttäytymistä, eikä ymmärrä, milloin ja miten lapsen viesteihin tulisi vastata. (Kauppi & Takalo 2014, 20.)

Mannerheimin Lastensuojeluliiton keskusteluryhmät ja toiminta pohjautuvat Peter Fonagyn ja Anthony Batemanin kehittämään mentalisaatioteoriaan, jonka takana ovat edellä mainitut objekti- ja kiintymyssuhdeteoriat. Mentalisaatio on kykyä pohtia sekä omia että toisen tietoisia ja tiedostamattomia tunteita ja ajatuksia. (Salo & Kalland 2014, 39.) Toisin sanoen ihmisellä on kyky ajatella omia ja muiden ajatuksia ja tunteita, kyseenalaistaa niitä sekä antaa niille arvoa (Kalland 2014, 28).

Hyvän mentalisaatiokyvyn omaava ihminen kykenee näkemään ja ymmärtämään, että jokaisella on oma halunsa, motiivinsa ja päämääränsä. Mentalisaatiokyky mahdollistaa tunteiden säätelyn sekä vastuunottamisen omista teoistaan. Kun ihminen tunnistaa ja tietää omia tai toisen haluja ja motiiveja, hän voi ennakoida mitä itse tulee kokemaan ja kuinka toinen tulee reagoimaan. Mentalisaatiokyky on kuitenkin jokaisella vaihteleva ja siihen vaikuttaa muun muassa vireys- ja stressitaso sekä voimakkaat tunnereaktiot. (Kalland 2014, 28; 34; Larmo 2017, 15-19.)

Mentalisaatiokyvyn kehittyminen

Ihmisen mentalisaatiokyky kehittyy vaihteittain vauvaiän varhaisesta vuorovaikutussuhteesta aikuisuuteen saakka. (Kuva 2.) Kehitys perustuu hermostollisiin ominaisuuksiin ja

vuorovaikutuskokemuksiin. Mentalisaatiokyvyn kehittyminen ja syventyminen on edellytys oman identiteetin syntymiselle. Kyky on vastavuoroisessa yhteydessä kiintymyssuhteeseen ja sen laatuun, mutta sitä voi myös kehittää läpi elämän. Kuitenkin sanotaan, että mentalisaatiokyvyn kehittyminen edellyttää riittävästi hyviä vuorovaikutuskokemuksia mahdollisimman varhain. (Salo & Kalland 2014, 39; Larmo 2017, 19-21; Pyykkönen 2017, 111.)

Jo alle vuoden ikäinen vauva kykenee erottamaan oman ja toisen mielen toisistaan. Kun vanhempi kykenee eläytymään lapsensa ajatuksiin ja tunteisiin ja vastaa lapsen tunneviesteihin ja tarpeisiin riittävän oikein, lapsi saa kokemuksen oman olonsa muuttumisesta ja oman toimintansa vaikutuksesta toisen ihmisen reaktioon. Toiminnan toistuessa lapsen mieleen tallentuu positiivinen kokemus vanhemman ymmärtävästä asenteesta. Vähitellen lapsi omaksuu kuvan omasta mielestään, omista kokemuksista ja tunteistaan ja saavuttaa siten kyvyn omien tunnetilojen ymmärtämiseen ja niiden säätelyyn. (Larmo 2017, 15-19.)

Mentalisaatiokyvyn kehitys eri ikävaiheissa (ks. myös s. 40)

Ikä	Toiminta	Ominaisuus tai kyky
1-2 viikkoa syntymästä	hymy, ääntely toiselle ihmiselle	sosiaalisten ärsykkeiden suosiminen
6 kuukautta	katsoo mieluummin toisen aiemmin pitelemää esinettä kuin uutta	toisen toiminnan ennakointi tutussa tilanteessa
9 kuukautta	yllättyy, jos toinen ei toimi helpoimmalla tavalla	kyky päätellä, mikä on helpoin tapa toimia yksinkertaisessa tehtävässä
12 kuukautta	katsoo enemmän sitä esinettä, jota toinen on katsonut hymyillen	kyky ymmärtää, että toisen katse ja hymy ennakoivat erilaisia tavoitteellisia toimintoja; kyky erottaa toimija, tavoite ja keinot toisistaan
18 kuukautta	kohdentaa huomionsa samaan kohteeseen kuin toinen	kyky ymmärtää, että toinen on kiinnostunut jostain, osaa jakaa huomion ja kiinnostuksen toisen kanssa (joint attention); kyky ymmärtää tilanneyhteydestä, mitä toisen voi olettaa tietävän
2 vuotta		ymmärtää haluamisen, aikomisen, tietämisen, kuvittelemisen ja uskomisen
3 vuotta	pystyy selittämään, miksi toinen ei voi tietää samaa kuin itse jos ei ole ollut paikalla	ymmärtää eron kuvittelun ja toden välillä vaikka voi tunteen vallassa pelätä kuviteltuja asioita, erottaa puheessa luulemisen ja tietämisen
4-6 vuotta	ei pelkää kuviteltuja asioita	kyky pitää jatkuvasti mielessä, että kuviteltu ei ole totta
7 vuotta		täysin kehittynyt kyky olla tietoinen ja ymmärtää omia ja toisten mielen tiloja sekä kyky ymmärtää niiden merkitys yksilön käyttäytymistä ja tekoja ohjaavina tekijöinä

Kuva 1. Mentalisaation kehitys eri ikävaiheissa (Puura & Mäntymaa 2014, 62).

Mentalisaatiokyvyn kehittymisen voi estää turvaton lapsuus, jolloin vanhemmat eivät kykene näkemään lapsen mieltä, eläytymään tämän ajatus- ja tunnemaailmaan ja vastaamaan hänen tarpeisiinsa. Lapsi voi myös suojautua luopumalla mentalisaatiosta, jos esimerkiksi ajatus vanhemman väkivaltaisista tai muuten laiminlyövistä tai uhkaavista aiheista herättää niin suurta pelkoa ja ahdistusta. (Fonagy ym. 2002, Larmon 2017, 19-20 mukaan.)

Niin mentalisaatiokyvyn häiriöllä kuin kiintymyssuhdehäiriölläkin on todettu olevan yhteyttä esimerkiksi epävakaaan persoonallisuuden keskeisiin oireisiin, kuten tunne-elämän epävakaus, ongelmat käyttäytymisen säätelyssä sekä alttius vuorovaikutussuhteiden ongelmiin. Tästä syystä persoonallisuushäiriöiden eri hoitomuodoissa pyritään usein mentalisaatiokyvyn kehittämiseen. (Larmo 2017, 19-21.)

Mentalisaatiokyky ja vanhemmuus

Yksi ihmisen voimakkaimmista tarpeista on tulla ymmärretyksi. Lapsi kehittää käsityksen itsestään vanhemman ymmärryksen perusteella. Kun vanhempi heijastaa lapsen kokemuksia, lapsi oppii tunnistamaan tunteitaan ja säätelämään niitä. (Gold 2011, 4.) Lapsen todellinen minäkäsitys voi kehittyä ainoastaan, kun hän kokee olevansa kohdeltu tuntevana ja ajattelevana yksilönä (Kalland 2014, 31-32).

Vanhemman mentalisaatiokyky ilmenee herkkyytenä havaita lapsen tarpeita ja vastata niihin sopeuttamalla omat toimintatapansa vauvan tarpeiden mukaisiksi (Puura & Mäntymaa 2014, 64). Mentalisaatiokykyinen vanhempi pohtii omien ajatusten ja tunteiden lisäksi lapsensa kokemuksia, tarpeita, ajatuksia ja tunteita erillisinä omasta tunne- ja ajatusmaailmastaan ja pohtii niiden vaikutusta yhteisiin vuorovaikutustilanteisiin. Mentalisaatiokykyyn liittyy myös hyväksyminen ja sietäminen, ettei kaikkea voi ymmärtää tai tietää. (Kalland 2014, 26-27; 36.) Vanhempi voi luonnollisesti kokea esimerkiksi lapsen uhmaiän haastavana, eikä silloin odotetakaan, että vanhemman mentalisaatiokyky olisi huipussaan. Silloinkin riittävällä reflektiivisellä kyvyllä vanhempi kykenee sietämään ja selviytymään ristiriitaisesta tilanteesta ja ylläpitämään suhdettaan lapseen. (Kalland 2017, 138-139.)

Vanhemmuutta voidaan tukea monin tavoin esimerkiksi konkreettisesti ohjaamalla miten lasta kylvetetään tai neuvomalla terveydenhuollollisissa ja ravintoon liittyvissä kysymyksissä. Tällaiset ohjeet ovat hyviä ja tarpeellisia, mutta ne perustuvat yleistyksiin, eivät yksilöllisen lapsen kohtaamiseen. Vanhemmuutta vahvistetaan kehittämällä vanhemman mentalisaatiokykyä sekä vahvistamalla lapsen ja vanhemman välistä vuorovaikutusta ja vastavuoroisuutta, jotta vanhempi oppii huomioimaan lapsensa yksilönä sekä tavoittamaan hänen tunnetilansa ja tarpeensa sensitiivisesti. (Kalland 2014, 36; Kalland 2017, 145-148.)

Vanhempi tarvitsee omia kokemuksia myötätuntoisista ja vastavuoroisista vuorovaikutustilanteista voidakseen kohdata lapsensa riittävän empaattisesti ja sensitiivisesti. Kun vanhemmalla itsellään on riittävästi kokemuksia empaattisesta ja ymmärtävästä vuorovaikutuksesta, hän suhtautuu todennäköisesti samoin myös omaan lapseensa. Jos taas vanhemman oma kasvuympäristö on ollut tunnetasolla köyhä ja hänen kokemuksensa ja tarpeensa on sivuutettu, vanhemman voi olla haastavaa ymmärtää lasta. Tällöin hän saattaa sisäisen kokemusmaailmansa mukaisesti ennakoida virheellisesti lapsen reaktiota omien tunnereaktioidensa mukaisesti, ennen kuin ehtii pohtia, mitä lapsi viestii käytöksellään. (Viinikka ym. 2014, 67-68.)

Vauvan osallisuus

Pienen vauvan osallisuus pohjautuu suurilta osin sanattoman vuorovaikutuksen varaan. Vauva tarvitsee osallisuuttaan mahdollistamaan herkkäkorvaisen ja tarkkasilmäisen ”tulkin”, joka sanottaa ääneen ja tulkitsee vauvan toiveita, tunteita ja tarpeita. Vauva huomioidaan ja tulee kohdatuksi, vaikka hänellä ei ole vielä sanoja ilmaista itseään ja tahtoaan. (Nettiturvakoti 2017.)

Vauvaikäisen osallisuus toteutuukin aikuisen avulla tai aikuisen kautta. Osallisuutta on, kun vauva kulkee aikuisen ajatuksissa, puheissa ja tekemisissä. Lisäksi vauvan osallisuus toteutuu arjessa päätösten ja ratkaisujen pohtimisella vauvan näkökulmasta sekä vauvan asemaan asettumisella. (Nettiturvakoti 2017.)

Reflektiivinen työote

Nykyisin yksilöllisyyden ja itse selviytymisen korostaminen asettaa haasteita perheiden kanssa työskenteleville. Jokainen ammatillinen kohtaaminen vaikuttaa perheeseen ja heidän kokemukseen saamastaan tuesta. Tämän vuoksi perheitä kohtaavan työntekijän tulisi olla arvostava, hyväksyvä ja kiinnostunut, sekä antaa myötätuntoista tukea vanhemmuuteen. (Viinikka ym. 2014, 67.)

Ihmissuhdetyössä työskentelevälle tärkeää on reflektiivinen kyky, joka muodostuu kokemuksen karttuessa reflektiiviseksi työotteeksi. Kyky edellyttää ymmärrystä omasta historiasta ja sen vaikutuksesta työtilanteisiin. Työntekijän tulisi pitää mielessään sekä omat

että vanhemman ja lapsen tunteet ja ajatukset. Se näkyy työntekijän kykyinä lukea tunteita, aikeita ja motiiveja toisen ilmeistä ja eleistä sekä taitona reagoida näihin. (Salo & Kauppi 2014, 75-76.)

Reflektiivinen työote pohjautuu kohtaamiseen, läsnäoloon ja ihmisarvon yksilöllisyyden kunnioittamiseen. Työntekijän rooli on empaattinen ja myönteisellä tavalla utelias. Työkaluina työskentelyssään työntekijä käyttää kysymyksiä, joiden avulla hän auttaa vanhempaa tai perhettä syventämään omaa ajatteluaan ja keksimään itse ratkaisuja. Tavoitteena on tukea perheen asiantuntijuutta ja osallisuutta omissa asioissaan sekä löytää ratkaisuja ja tavoitteita, jotka ovat perheelle realistisia. Työskentelyn toteuttaminen avoimesti ja dialogisesti mahdollistaa tasa-arvoista työskentelyä sekä perheen keskinäisen vuorovaikutuksen ja yhteistyön vahvistamista. Tällöin reflektiivinen työote voi vahvistaa vanhemman mentalisaatiokykyä ja auttaa vanhempaa ymmärtämään lapsi erillisenä yksilönä omine ajatuksineen ja tunteineen. (Viinikka ym. 2014, 68-70.)

Perheitä kohtaavalla työntekijällä on mahdollisuus tarjota vanhemmalle uusia kokemuksia myötätuntoisesta kohtaamisesta, mikäli vanhemman omat kokemukset lapsuudessa ovat olleet traumatisoivia. Positiiviset ja empaattiset kokemukset voivat lisätä vanhempien ymmärrystä omista toimintamalleistaan ja auttaa vanhempaa kohtaamaan lapsi lapsen näkökulmaa ajatellen. Työntekijän empaattinen ja osallistava tapa kohdata perhe voi vahvistaa sekä vanhemman voimavaroja että itseluottamusta vanhempana. (Viinikka ym. 2014, 68.)

Mentalisaatioon perustuvan ryhmätoiminnan lähtökohtana on, että osallistujat tietävät ryhmän tavoitteen ja tarkoituksen. Ryhmän ensisijainen tehtävä on tarjota osallistujille harjoittelualusta mentalisoinnille. Ryhmässä jokainen jäsen heijastaa omia ajatuksiaan, toiveitaan ja pelkojaan toisiin ryhmän jäseniin. Myös ohjaajan ajatukset heijastuvat ja vaikuttavat ryhmän jäseniin. Perheryhmissä keskustelujen tarkoitus on muun muassa lisätä vanhempien uteliaisuutta ja ymmärrystä lapsen näkökulmaan ja hänen käytöksensä takana olevia tunteita ja tarkoituksia kohtaan. Keskustelut auttavat vanhempia ymmärtämään ja ennakoimaan paremmin omia reaktioitaan erilaisissa arjen tilanteissa. Lisäksi vanhempi ymmärtää oman toimintansa vaikutuksen lapseen. (Viinikka ym. 2014, 99.)

5 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Tutkimuksemme toteutuminen lähti liikkeelle syksyllä 2016, kun tapasimme Mannerheimin Lastensuojeluliiton Varsinais-Suomen piirin perhekeskustoiminnan koordinaattori Johanna Franskan, sekä perhekeskustoiminnan ohjaaja Rea Metsäpalon Varsinais-Suomen piirin toimipisteessä Turun Perhetalo Heidekenillä. Tapaamisella keskustelimme suunnitteilla olevista tammikuussa 2017 alkavista Kasvu vanhemmuuteen -ryhmistä, tutkimuksen aiheesta ja sen tarpeesta.

Talven ja kevään 2017 aikana toteutui kaksi Kasvu vanhemmuuteen –ryhmää peräkkäin - Turussa ja Raisiossa. Turun ryhmä tapasi ensimmäisen kerran Perhetalo Heidekenillä 26.1.2017 ja Raision ryhmä Raision Perhekeskus Satelliitin tiloissa 9.3.2017. Turun ryhmään osallistui kahdeksan vanhempaa vauvoineen. Raision ryhmään osallistui neljä vanhempaa ja vauvaa, joista yksi pari jäi ryhmän alkuvaiheessa pois. Molempien ryhmien kaikki vanhemmat olivat äitejä.

Osallistuimme molempiin, jotta näkisimme itse ryhmän toimintaa ja samalla tutustuisimme ryhmien jäseniin, jotta tutkimustiedon kerääminen olisi luonnollista, vaivatonta ja mukavaa myös tutkimukseen osallistuville. Kvalitatiiviselle eli laadulliselle tutkimukselle ominaista on osallistuvuus, mikä on erinomainen tapa tutustua sekä tutkittavaan aiheeseen että tutkimukseen osallistujiin (Eskola & Suoranta 1998, 16). Oma roolimme ei siis ollut ohjata ryhmää, vaan tarkoituksenamme oli auttaa ohjaajaa ryhmän esivalmisteluissa ja toiminnassa sekä tutustua ryhmään, vanhempiin ja vauvoihin, jotta tutkimuksen toteuttaminen olisi sujuvaa ja luonnollista. Lisäksi saimme tästä myös itse arvokasta käytännön kokemusta, kun olimme apuna ja seurasimme ryhmän ohjaamista ja toteuttamista.

Ryhmien loputtua lähetimme ryhmiin osallistuneille vanhemmille sähköpostitse kutsun ryhmähaastatteluun (Liite 1) sekä linkin verkossa tehtävään kyselyyn (Liite 2). Noin kuukauden kuluttua ryhmien loppumisesta järjestimme kummallekin ryhmälle oman ryhmähaastattelun. Haastattelujen jälkeen aloimme analysoidaan saatuja materiaaleja sekä kirjoittamaan tuloksia.

5.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tehtävät

Ennen kuin tutkimuksen lopullinen aihe kehittyy, tarvitaan useita neuvottelu- ja harkintavaiheita, joiden aikana aihe ja tutkimuksen suunnitelma muokkautuu toteutettavaan ja mahdolliseen muotoon. Kuitenkin jokaisella alkavalla tutkimuksella on perusidea, josta koko idea tutkimukselle syntyy ja jota lähdetään työstämään. (Hirsjärvi ym. 2009, 66-67.) Alun perin saimme toimeksiantajiltamme tehtäväksi kerätä alkuvuoden kahteen Kasvu vanhemmuuteen –ryhmään osallistuvilta vanhemmilta tietoa siitä, miten vauva hyötyy tällaisesta vertaistuellisesta vanhemmuutta tukevasta ryhmästä.

Usein kvalitatiivisissa eli laadullisissa tutkimuksissa tutkimustehtävät ja -ongelmat saatavat muokkautua työskentelyn edetessä, vaikka perinteisesti tutkimuksen ongelmat tulisi olla selkeästi muotoiltu ennen materiaalin keräämistä. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa saatetaan asettaa yleisellä tasolla tutkimustehtävä, joka rajaa aihealuetta, mutta on kuitenkin joustava ja avoin muutoksille. Laadullisen tutkimuksen avoimuus kietoo tutkimusprosessin kokonaisuuden yhtenäisemmäksi ja mahdollistaa eri muuttujien huomioimisen koko prosessin aikana. (Eskola & Suoranta 1998, 15-16; Hirsjärvi ym. 2009, 125-126.)

Ryhmiä toiminnan edetessä päädyimme toimeksiantajiemme kehotuksesta yhdistämään tutkimukseen vauvan näkökulman lisäksi myös ryhmään osallistuneen vanhemman oman mielipiteen ja kokemuksen ryhmästä saamastaan hyödystä, jotta saisimme monipuolista materiaalia tutkimukseemme. Materiaalia kerätessämme kävi myös ilmi, miten haastavaa vanhemman on pohtia ja yrittää ymmärtää lapsensa ajatuksia ja mieltä, emmekä olisi saaneet ainoastaan siitä teemasta riittävästi uutta tietoa.

Näin ollen päätimme tutkia mitä vanhempi kokee itsensä ja vauvansa saaneen Mannerheimin Lastensuojeluliiton Kasvu vanhemmuuteen –ryhmästä. Päätimme jakaa tutkimustehtävän kolmeen eri pääteemaan, joiden avulla tutkimusta ja materiaalin keräämistä oli helpompi jäsentää; ryhmän toiminta ja toteutuminen, ryhmään osallistumisesta koettu hyöty itselle vanhempana sekä vanhemman kokemus alle seitsemän kuukauden ikäisen vauvan saamista hyödyistä.

Tutkimustehtäviksi muodostui:

1. Kasvu vanhemmuuteen –ryhmän merkitys vauvalle?
2. Kasvu vanhemmuuteen –ryhmän merkitys vanhemmalle?
3. Miten Kasvu vanhemmuuteen -ryhmä toimii ja miten toimintaa voitaisiin kehittää?

5.2 Tutkimusmenetelmä

Tutkimuksemme on kvalitatiivinen tutkimus. Kvalitatiiviselle tutkimukselle tyypillistä on esimerkiksi inhimillinen tiedonkeruu ihmisten välisten keskusteluiden ja kokemusten avulla. Kvalitatiivisen tutkimustiedon keruussa suositaan avoimia menetelmiä, joissa osallistujien omat näkökulmat ja mielipiteet ovat arvokkainta tietoa, esimerkiksi juuri teema- ja ryhmähaastatteluja. (Eskola & Suoranta 1998, 13-16; Hirsjärvi ym. 2009, 162-164.)

Kohdejoukko on usein kvalitatiivisessa tutkimuksessa valittu tarkoituksenmukaisesti ja tutkimuksella pyritään löytämään ja tuomaan esiin erilaisia puolia asioihin. Tutkimuksemme kohdejoukkona on kahteen Kasvu vanhemmuuteen –ryhmään osallistuneet vanhemmat ja tutkimuksen tarkoituksena on selvittää osallistuneiden vanhempien kokemuksia ryhmän merkityksellisyyttä sekä vauvan että vanhemman näkökulmasta. Vauvan näkökulma koetaan erityisen tärkeäksi tutkimuskysymykseksi, koska siitä on vain vähän aikaisempaa tutkimustietoa. Ennalta vähemmän tutkittua aihetta voidaankin lähestyä parhaiten laadullisella tutkimuksella, koska kvalitatiivisessa tutkimusprosessissa pystytään huomioimaan tutkimuksen avoimuus ja mahdolliset muuttujat ja haasteen läpi prosessin. (Eskola & Suoranta 1998, 15-16; Hirsjärvi ym. 2009, 162-164.)

5.3 Aineistonkeruumenetelmät

Haastattelu

Tutkimusmenetelmäämme pohjautuen tiedonkeruumenetelmäksi valikoitui haastattelu, sillä sitä käytetään usein laadullisen tutkimuksen päämenetelmänä. Haastattelussa ollaan suorassa kielellisessä vuorovaikutuksessa tutkittavan kanssa. Se on menetelmänä joustava – tarvittaessa voidaan esittää lisää kysymyksiä tai opastaa vastaajaa. Haastattelija ei ole niinkään tutkijan kliinisessä roolissa, vaan tuomassa tutkittavien äänet kuuluiin. Haastattelun avulla on mahdollista selventää ja syventää saatavia tietoja ja saada laaja-alaisempaa tietoa. Haastattelun avulla on mahdollista selvittää, mitä joku ihminen ajattelee. (Eskola & Suoranta 1998, 86; Hirsjärvi ym. 2009, 204-205; Hirsjärvi & Hurme 2001, 43-48; Kananen 2015, 143.)

Tutkimuksissa käytettävät haastattelut voidaan jakaa strukturoituihin, eli lomakehaastatteluihin, teemahaastatteluihin sekä avoimiin haastatteluihin. Päätimme käyttää teemahaastattelua sen joustavuuden vuoksi. Halusimme haastattelutilanteesta myös vastaajille mahdollisimman rennon ja viihtyisän, ja siihenkin teemahaastattelu sopii strukturoitua haastattelurunkoa paremmin. Teemahaastattelussa haastattelun teemat, eli aiheet joista halutaan saada tietoa, ovat tiedossa, mutta niiden tarkka järjestys puuttuu. Teemahaastattelussa ei siis välttämättä ole tarkkaa runkoa vaan haastattelu voi edetä teeman sisällä vapaasti haastattelijan esittämien apukysymysten avulla. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 43-48.) Haastattelumme teemat olivat samat kuin kyselyssäkin: ryhmän merkitys vauvalle, ryhmän merkitys vanhemmalle sekä ryhmän toiminta ja kehittäminen.

Haastattelu voidaan toteuttaa yksilö-, pari-, tai ryhmähaastatteluna, joista koimme ryhmähaastattelun luonnolliseksi jatkumoksi Kasvu vanhemmuuteen –ryhmälle. Ryhmähaastattelussa vastaajat tuottavat monipuolista tietoa, ja pystyvät kommentoimaan asioita spontaanisti sekä tekemään erilaisia huomioita yhteisen annetun aiheen tai teeman ympärillä. Ryhmähaastattelun etuna on esimerkiksi sen nopeus – tietoa saadaan usealta haastateltavalta samaan aikaan. (Eskola & Suojärvi 1998, 95; Hirsjärvi & Hurme 2001, 61-63.) Ajattelimme, että ryhmähaastattelussa osallistujat voivat omine mielipiteineen ja ajatuksineen tukea ja vahvistaa toistensa ajatuksia, jolloin saamamme tieto olisi monipuolisempaa. Ryhmän jäsenet toimivat myös toistensa muistin tukena ja voivat rohkaista ja tukea toisiaan omien ajatusten esille tuomiseksi (Eskola & Suoranta 1998, 95). Ajattelimme, että yhteinen tapaaminen voisi olla myös mukava toteutustapa osallistujien näkökulmasta, kun he voivat tavata vielä yhteisesti ja näin hyötyvät haastattelutapaamisesta ehkä itsekkin.

Joillekin ihmisille ryhmähaastatteluun osallistuminen on helpompaa kuin yksilöhaastatteluun, joillekin taas hankalampaa. Ryhmähaastattelussa ryhmän dynamiikka on usein vaikuttava tekijä - joku vastaajista voi esimerkiksi dominoida ryhmää. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 61-63.) Haastattelutilanne voi myös tuottaa haastateltavalle syvällisiä ja terapeutisia tuloksia samalla kun sen avulla saadaan materiaalia tutkimukseen (Hirsjärvi & Hurme 1995). Alusta asti näkyvillä oleva ryhmien hyvä yhteishenki korosti päätöstämme toteuttaa haastattelu ryhmähaastatteluna.

Teemahaastattelussa haastattelijan rooli on keskustelun liikkeelle saaminen ja sen helpottaminen. Keskustelun herättämisen tukena käytimme toiminnallisena menetelmänä

kuvakortteja, joiden avulla osallistuneiden saattoi olla helpompi tuoda ajatuksiaan ja mielipiteitään esiin. Ryhmähaastattelussa on hyvä olla kaksi haastattelijaa, jotta tilanteen ohjailu olisi helpompaa. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 61-63.)

Haittapuolia haastattelussa on sen aikaavievyyys, sekä tutkijan mahdollinen vaikutus tutkittavaan. Haastattelija voi esimerkiksi ohjailla vastaajaa. Haastateltava voi myös kokea tilanteen uhkaavaksi tai pelottavaksi, jolloin haastattelun tulokset voivat olla virheellisiä. Haastattelutilanteessa ihminen on myös taipuvainen antamaan sosiaalisesti hyväksytyjä vastauksia – vajavuuksista usein vaietaan ja haastateltava haluaa esiintyä hyvänä kansalaisena. Haastattelun analysointi, tulkinta ja raportointi saattaa myös olla hankalaa. (Kananen 2015, 143; Hirsjärvi ym. 2009, 205-206, Hirsjärvi & Hurme 2001, 35.)

Teemahaastattelumme teemat poimimme suoraan tutkimuskysymyksistä – mikä on ryhmän merkitys vauvalle, mikä on ryhmän merkitys vanhemmalle sekä miten ryhmä toimii ja miten toimintaa voitaisiin kehittää. Koska tutkimuksemme pääpaino on vauvan näkökulmassa, halusimme minimoida kaikki syyt, miksi vastaukset jäisivät niukaksi. Siksi päätimme aloittaa mielestämme helpoimmasta - haastattelun kolmannesta tutkimuskysymyksestä johdetusta teemasta, eli ryhmän toiminnasta. Jätimme vauvan näkökulman pohtimisen viimeiseksi teemaksi, jotta ainakaan haastattelutilanteen mahdollinen alkukankeus ei vaikuttaisi saamiemme vastauksien määrään tai syvyyteen. Teemoiksi muodostui näin ollen ryhmän toiminta, ryhmän merkitys vanhemmalle sekä ryhmän merkitys vauvalle – käänteinen järjestys tutkimuskysymyksiin nähden.

Kysely

Ryhmiä edetessä huomioimme, että reflektiivinen ajattelu ja vanhemmuuden pohtiminen voivat olla vanhemmille haasteellisia teemoja tunnistaa tai sanoittaa, joten päätimme tehdä sähköisen kyselyn täydentämään haastattelusta saatavaa materiaalia. Kyselyn valmiiden vastausvaihtoehtojen avulla pystyimme käsittelemään saamaamme materiaalia yhtenä kokonaisuutena esimerkiksi prosentuaalisesti tai keskiarvojen avulla. Halusimme, että meille jää myös jotain konkreettisempaa ja kvantitatiivisempaa tutkimusmateriaalia, kuin mitä pelkästä ryhmähaastattelusta saisi. Kysely toimi kvalitatiivista haastattelua täydentävänä menetelmänä.

Tiedonkeruumenetelmänä kysely on tehokas ja sen avulla voidaan saada vastaus mo-
neen kysymykseen lähes vaivatta, sillä se säästää molempien osapuolten aikaa ja ky-
selyn aineisto on helppo käsitellä ja analysoida (Hirsjärvi, ym. 2009, 195). Päätimme
toteuttaa kyselyn sähköisenä. Verkkokyselyn etuja ovat muun muassa nopeus ja help-
pous, jotka olivat tärkeitä ominaisuuksia kohderyhmämme hektistä vauva-arkea ajatellen
(Kananen 2015, 213-214).

Valitsimme kyselyn alustaksi Webropolin, joka on Pohjoismaiden käytetyin kyselytyökalu
internetissä. Webropol mahdollisti haluamamme kyselyn luomisen ja lähettämisen
yhden linkin kautta kaikille osallistujille. Kysely on helppo täyttää ja vastaukset tallentuvat
internetiin, jolloin vastaajankaan ei tarvitse nähdä suurta vaivaa. Webropol kokoaa vas-
taukset yhteen, jolloin niiden tarkasteleminen ja analysoiminen on helppoa ja yksinker-
taista. (Webropol 2017.)

Lisäksi kyselyn tarkoituksena oli, että vastaamalla siihen osallistujat orientoituvat jo etu-
käteen ennen haastattelua pohtimaan käsiteltäviä aiheita. Kysely ja henkilökohtainen
sähköpostiyhteys mahdollistivat myös, että jotkut asiat ja palautteet saattoi ilmaista ano-
nymisti, jolloin palautteen antaminen helpottui.

Varjopuolena kyselyn avulla tietoa hankittaessa on epävarmuus vastaajien suhtautumi-
sesta tutkimukseen; ovatko he esimerkiksi vastanneet rehellisesti ja huolellisesti. Kyse-
lyn tekemisessä saattaa olla myös haasteena, että muotoillut kysymykset ja kysyttävät
asiat ovat ymmärrettäviä myös vastaajan näkökulmasta. Etenkin verkkokyselyä teh-
dessä riskinä saattaa myös olla se, ettei vastauksia saada riittävästi tai lähes lainkaan.
On vastaajasta kiinni, avaako hän sähköpostiviestin ja viitsiikö vastata kyselyyn. (Hirs-
järvi, ym. 2009, 19; Kananen 2015, 216.) Näitä riskejä koetimme ehkäistä kertomalla
etukäteen, että tulemme lähettämään kyselyn sähköpostitse. Kysely oli auki vielä haas-
tattelupäivän jälkeenkin, ja muistutimme vielä ryhmähaastattelussa kyselyyn vastaami-
sesta.

Verkkokyselyä tehdessä on hyvä huomioida tiettyjä tekijöitä, jotta vastausprosentti olisi
mahdollisimman suuri. Tutkimuksesta tulisi informoida ennakkoon ja sähköposti tulisi ot-
sikoida niin, että vastaaja avaa viestin. Sähköpostiviestin olisi hyvä olla lyhyt ja ytimekäs,
sillä pitkää tekstiä harvoin jaksetaan lukea. Samoin itse kyselyn tulisi olla lyhyt, yksinker-
tainen ja helppo. Kysymysten tekninen muoto tulee olla mahdollisimman yksinkertainen

ja kysymysten helppoja vastata. Kysymyksiä suositellaan olevan enintään 15. Lomakkeen jokaisen kysymyksen tulee olla tarpeellinen, tutkimusongelman kannalta turhat kysymykset tulee jättää pois. (Kananen 2015, 217-220; 229.)

Pyrimme saamaan kyselystä mahdollisimman yksinkertaisen ja tiiviin, jotta saisimme mahdollisimman monta vastausta, ja jotta vastaajien ei tarvitsisi käyttää kyselyn tekemiseen paljoa aikaa hektisen vauva-arjen keskellä. Halusimme välttää avoimia kysymyksiä, sillä ne voivat heikentää vastausprosenttia (Kananen 2015, 234). Teimme valintakysymyksiä, jotta kysely olisi vaivaton täyttää. Vastausasteikko myös helpotti tulosten analysointia, kun vastauksen pystyi asettamaan mitattavaan muotoon. Lisäsimme kuitenkin myös avoimen kentän, johon saattoi halutessaan tarkentaa tai antaa palautetta monipuolisemmin.

Päätimme, että väittämiin vastaaminen tapahtuisi 5-portaalisen asteikkonumeroinnin avulla. Asteikossamme 1 tarkoitti, että vastaaja on täysin eri mieltä, 2 jokseenkin eri mieltä, 3 en osaa sanoa, 4 jokseenkin samaa mieltä ja 5 täysin samaa mieltä. Numeraalinen asteikko auttoi meitä hahmottamaan ja analysoimaan vastauksia myös kokonaisuutena, eikä ainoastaan yksittäisinä.

5.4 Aineistonkeruun toteutuminen ja analysointi

Haastattelu

Teimme ryhmähaastattelun kahdelle Kasvu vanhemmuuteen –ryhmälle erikseen. Kumpikin pidettiin noin kuukausi ryhmän päättymisen jälkeen, jotta vanhemmille jäi hieman aikaa pohtia ryhmässä käsiteltyjä aiheita. Ensimmäisestä ryhmästä haastatteluun osallistui viisi vanhempaa kahdeksasta ja toiseen kolme neljästä, eli vastausprosentti haastatteluissa oli 73 %. Varasimme molemmille haastatteluille noin puolitoista tuntia aikaa.

Haastattelut sujuivat hyvin. Halusimme tarkoituksella pitää haastattelutilaisuudet rentoina ja avoimina, jotta vanhemmat kokisivat tapaaminen mukavana. Olimme rakentaneet haastattelutilaisuuksien rungon (Liite 3) niin, että se nivoutuisi hyvin yhteen itse ryhmän toteutuskertojen kanssa – lauloimme ja leikimme tervehdysten jälkeen tutun alkulaulun ja menimme tuttuun tapaan kuulumiskierroksen. Kuulumiskierroksen jälkeen aloitimme varsinaisen haastatteluosuuden, jonka tallensimme.

Haastattelussa keskustelun tukena käytimme Dixit-lautapelin (valmistaja Asmodee Editions) kuvakortteja, joita on noin 100 erilaista ja joiden kuvat ovat hyvin laajasti tulkittavissa. Halusimme tarjota vastaajille muunkin kuin sanallisen välineen ajatuksien löytämiseksi. Aluksi pyysimme, että vanhemmat valitsisivat kuvakorteista kuvan, joka heidän mielestään sopii tai kuvastaa Kasvu vanhemmuuteen –ryhmää ja sen toimintaa. Seuraavaksi pyysimme osallistujia valitsemaan korteista kaksi kuvaa liittyen ryhmän merkityksestä vanhemmuuteen; miltä vanhemmuus tuntui ennen ryhmään osallistumista sekä ryhmän päättymisen jälkeen. Viimeisenä vanhempien tehtävänä oli valita kuva siitä, mitä kokee oman lapsensa hyötynneen Kasvu vanhemmuuteen –ryhmään osallistumisesta.

Jokaisen kuvan valinnan jälkeen kävimme keskustellen kierroksen, jossa jokainen sai kertoa valitsemastaan kuvasta ja kysymyksen herättämistä ajatuksista. Haastattelun aikana pidimme tärkeänä myös rentoa ilmapiiiriä, joka mahdollisti yhteisen vapaan keskustelun koko haastattelun aikana. Toisin sanoen, yksittäisten vastausten välissä annoimme tilaa keskustella siinä hetkessä heränneistä ajatuksista. Keskusteleva ryhmähaastattelutilanne mahdollisti, että osallistujilla saattoi tulla toisen ajatuksista mieleen lisää kommentteja tai annettavaa palautetta. Näin mahdollistimme, että varsinaisten puheenvuorojen lisäksi saimme tutkimusmateriaalia jokaisen vuoron välissä syntyneestä keskustelusta.

Äänitimme haastattelut osallistuneiden vanhempien luvalla. Ryhmähaastattelu on hyvä tallentaa jopa kahdella mikrofonilla, ja ennen keskustelun alkua olisi hyvä kokeilla tallennuksen laatu (Hirsjärvi & Hurme 2001, 63). Tallennus mahdollisti meille myös paremman läsnäolon sekä mahdollisimman täsmällisten vastausten saamisen vailla omia tulkintojamme. Haastattelujen jälkeen purimme saadut aineistot litteroimalla tallennetut haastattelut sanatarkasti tekstimuotoon.

Haastattelujen analysointi alkoi teemoittelulla jo aineistonkeruuvaiheessa, kun haastattelun teemat oli jaettu tutkimuskysymysten mukaan. Litteroinnin valmistuttua aloimme tyypittelemaan aineistoa. Käytimme tässä apuna abstrahointia, eli aloimme tiivistää vastauksia ja pilkkoa niitä lyhyemmiksi asiasanoiksi. Tulkitsimme samaa asiaa tarkoittavat ilmaisut samaa asiaa tarkoittaviksi. Tämän jälkeen laskimme, kuinka monta kertaa kukin asiasana esiintyi vastauksissa. (Kananen 2015, 130.) Teemoittelu mahdollistaa tutkimusongelmaan liittyvien teemojen erottamisen, jotta tutkittava materiaali on helposti ja monipuolisesti tarkasteltavissa. Teemojen tarkastelu mahdollistaa tutkimustulosten analysoinnin kokonaisvaltaisesti. (Eskola & Suoranta 1998, 175-176.) Esitämme seuraavassa luvussa haastattelun tulokset kirjoitetun tekstin lisäksi taulukoina.

Kysely

Lähetimme heti ryhmän loputtua jokaiselle Kasvu vanhemmuuteen –ryhmään osallistuneelle vanhemmalle henkilökohtaisesti sähköpostia (Liite 1), jossa kutsuimme heidät noin kuukauden päästä ryhmän päättymisestä järjestämäämme ryhmähaastatteluun. Kutsun ohessa oli linkki verkossa suoritettavaan Webropol-kyselyyn (Liite 2). Kysely oli jaettu kolmeen teemaan: ryhmän toimintaan liittyvät kysymykset (4 kpl), ryhmän merkitykset vanhemmalle (4 kpl) sekä ryhmän merkitykset vauvalle (5 kpl).

Kyselyyn vastasi yhdestätoista ryhmään osallistuneesta vanhemmasta kymmenen, yksi vastaus jäi siis puuttumaan. Vastausprosenttimme oli 91 %. Vastajaat olivat kaikki naisia, ja heidän ikänsä vaihteli 20 ja 45 vuoden välillä. Kymmenen vastaajan taloudessa asui hänen ja vauvan lisäksi puoliso tai lapsen isä.

Lähetimme linkin kyselyyn samassa sähköpostissa kuin kutsun haastatteluun, joten teimme kyselyyn vastaamisen helpoksi vanhemmille, sekä nopeutimme omaa työtämme yhdistämällä kutsun ja kyselylinkin samaan viestiin. Ryhmän viimeisellä kokoontumiskerralla kerroimme osallistujille, että tulemme lähettämään heille sähköpostia, jotta he osasivat odottaa viestiä sekä kyselyä. Melkein kaikki vastasivat ennen ryhmähaastatteluun tuloa, loput haastattelutilaisuuden jälkeen.

Kyselystä saatu tutkimusaineisto analysoitiin Webropol-ohjelman avulla. Webropolissa näimme yhteenvedon kyselyyn tulleista vastauksista ja esimerkiksi valmiiksi lasketut keskiarvot, jollaisina skaalakysymysten tulokset usein esitetään (Kananen 2015, 292). Koska kyselyssämme oli vaihtoehtona kolme ”en osaa sanoa”, pelkkä keskiarvo ei kerro meille juuri mitään. Vastajaat ovat saattaneet tarkoittaa ”en osaa sanoa” -vaihtoehdolla melkein mitä tahansa – vastaaja ei esimerkiksi ole halunnut sanoa, hän ei ole osannut sanoa tai hänen vastauksensa voisi olla kumpi vain.

Koska tulokset saatuaamme koimme keskiarvot huonoina, esitämme kyselystä saadut tulokset tekstin lisäksi kuviona, jotta tuloksia olisi helpompi tulkita. Olemme kuitenkin raportoineet myös keskiarvot tuloksissa.

6 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tutkimuksen tulokset on saatu Turussa ja Raisiossa tehdyistä ryhmähaastatteluista sekä haastatteluja täydentävästä yksilöllisesti tehdystä verkkokyselystä. Tulokset vastaavat asettamiimme tutkimuskysymyksiin, eli mikä on Kasvu vanhemmuuteen -ryhmän merkitys vauvalle, mikä on sen merkitys vanhemmalle, sekä miten ryhmä toimii ja miten toimintaa voitaisiin kehittää. Haastatteluun vastasi kahdeksan vanhempaa yhdestätoista ryhmään osallistuneesta, eli haastattelujen vastausprosentti oli 73%. Kyselyyn vastasi kymmenen vanhempaa yhdestätoista, jolloin vastausprosentti oli 91%.

6.1 Kasvu vanhemmuuteen -ryhmän merkitys vauvalle

Ryhmän merkitys vauvalle tuntui olevan haasteellisin pohdittava vanhemmalle. Eniten vastauksista kuitenkin nousi esiin, että vauva viihtyi ryhmän tapaamiskerroilla. Vanhemmat pitivät hyvänä asiana, että vauvat saivat omia vauvakavereita ja näkivät muita ihmisiä. Vauvat saivat uusia kokemuksia – uutta ihmeteltävää, katseltavaa ja kuultavaa. Vauvat saivat vaihtelua arkeen ja kotona olemiseen, sekä pääsivät tutustumaan uudenlaiseen ympäristöön.

Osa vastaajista pohti myös, mitä vauva välillisesti sai hänen kauttaan. Vanhemmat ajattelivat, että heidän oma rentoutumisensa, vahvistumisensa ja rohkaistumisensa heijastuu myös suoraan vauvaan ja hänen kanssaan olemiseen. Vauva saa näin ollen myös huolettomamman olon.

"No ehkä just se et voi ite paremmin kun on sitä vertaistukea ja sellasta niinku, et se on mä luulen vaikuttanu niinku hänenki hyvinvointii.. ku ite saanu sitä vertaistukea ja jaksamista ni sit mä jaksan myös hänen kaa enemmän."

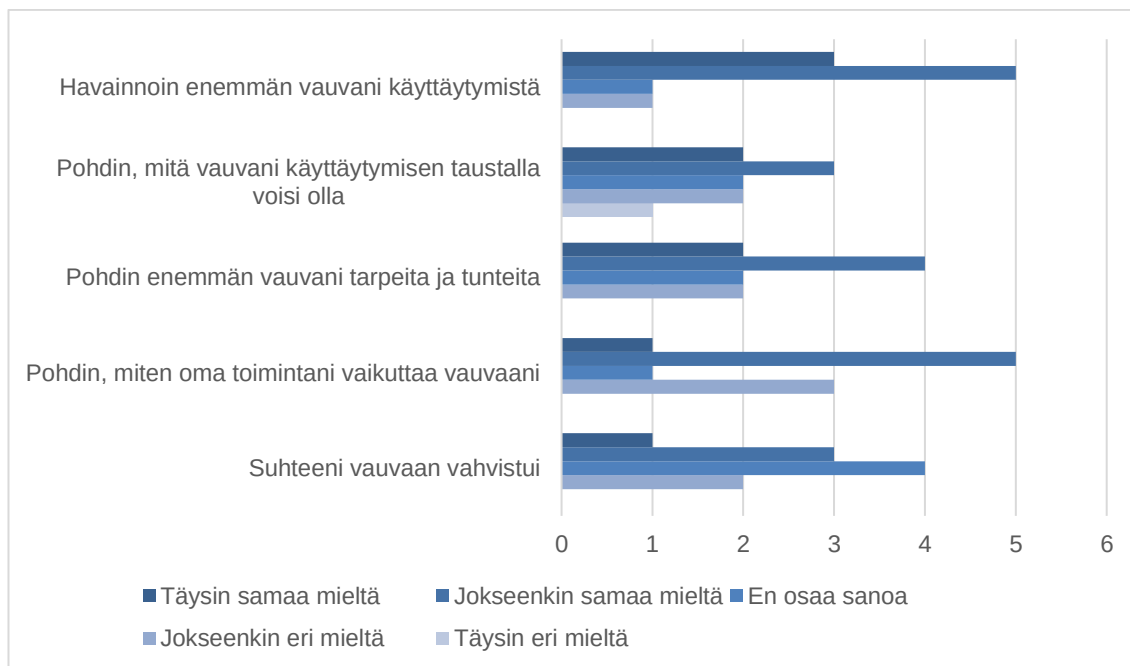
Yksi vastaaja nosti esiin sen, että ryhmässä vanhempi ja vauva saavat erityistä yhdessäoloa ilman kodin velvoitteita. Vauva saa myös uudenlaisia tilanteita, joissa yhdessä vuorovaikuttaa vanhemman kanssa. Osa vastaajista kertoi vauvansa rakastavan lauluja, leikkejä ja loruja, joita ryhmässä opittiin, ja joita he käyttävät nykyään kotonakin.

Taulukko 1. Ryhmän merkitys vauvalle ryhmähaastattelujen mukaan.

Merkitys vauvalle	Vauva viihtyi ryhmässä	4
	Jaksavampi vanhempi	2
	Vauvakavereita	2
	Rennompi vanhempi	1
	Erityistä aikaa vanhemman kanssa	1

Verkkokyselyssä oli viisi väittämää liittyen vauvan näkökulmaan; havainnoin enemmän vauvani käyttäytymistä, pohdin enemmän vauvani käyttäytymistä, pohdin vauvani tarpeita ja tunteita, mietin miten oma toimintani vaikuttaa vauvaani sekä suhteeni vauvaan vahvistui.

Kahdeksan vanhempaa vastasi havainnoivansa enemmän vauvan käyttäytymistä, yksi ei osannut sanoa, ja yksi oli väittämän kanssa eri mieltä. Viisi vastaajaa koki pohtivansa ryhmän jälkeen enemmän vauvansa käyttäytymistä, kolme oli eri mieltä ja kaksi ei osannut vastata. Kuusi vastaajaa koki ryhmän jälkeen pohtivansa enemmän vauvansa tarpeita ja tunteita, kaksi oli eri mieltä ja kaksi ei osannut vastata. Kuusi vastaajaa koki ryhmän jälkeen pohtivansa enemmän oman toimintansa vaikutuksia vauvaan, kolme oli eri mieltä ja yksi ei osannut vastata. Neljä vanhempaa koki ryhmän vahvistaneen suhdetta vauvan kanssa, neljä ei osannut sanoa ja kaksi oli eri mieltä (Kuvio 3). Kokonaiskeskiarvoksi tuli 3,52.



Kuvio 1. Ryhmän merkitys vauvalle Webropol-kyselyn mukaan.

Avoimeen tekstikenttään liittyen ryhmän merkitykseen vauvalle tuli neljä kommenttia;

"Ennen kaikkea ryhmässä vauvani sai monia laadukkaita hetkiä kanssani jolloin kodin jutut eivät olleet kilpailemassa huomiostani (pyykit, ruuanlaitto)."

"Oli mielenkiintoista seurata, miten vauvani käyttäytyi ryhmässä outojen ihmisten kanssa. Opin uutta vauvani käyttäytymisestä ja luonteesta."

"Olen pohtinut noita asioita jo ennen kerhoa, etten koe että kerho olisi saanut pohdintaan niitä enempää. Kiva oli kuulla kuitenkin muiden toimintatapoja."

"En näe ryhmästä kauheasti hyötyä vauvalle. Aika paljon kerran onnistuminen riippuu siitä, mikä on vauvan vireystila. Voi olla, että vauva sai muita ihmiskontakteja, mikä oli hyvä juttu. Keskittymistä haittasi epäsiisti ympäristö."

6.2 Kasvu vanhemmuuteen –ryhmän merkitys vanhemmalle

Vertaistuki nähtiin suurimpana merkityksenä vanhemmille itselleen. Vanhemmat kokivat saavansa vertaistuen kautta armollisuutta itseään kohtaan. Ryhmässä pystyi keskustelemaan sekä negatiivisista, että positiivisista asioista toisten vanhempien kanssa, jotka olivat "samassa veneessä" ja ymmärsivät vauva-arjen herättämiä tuntemuksia, ajatuksia ja kokemuksia. Ryhmäläiset kokivat saaneensa vertaistuen kautta seesteisyyttä vanhempana olemiseen.

"Ai että teilläkin on noin – että toiki asia on siis vissiin ihan normaalia. Et se on ollu niinku suurin helpotus."

"Ei oookkaa sit paha ihmene jos ajattelee nii, vaa et sit tuli olo et nii käy iha jokaselle."

Osa vastaajista hyötyi myös kotoa pois lähtemisestä. Jotkut vastaajat kokivat saaneensa ryhmästä lohtua ja uskoa vanhemmuuteen, sekä jopa apua ahdistukseen ja matalaan mielialaan.

"Aattelin et mun on pakko nyt vaa lähtee johonki, mä en jaksanu ja mä olin tosi ahdistunu. No sit mä tulin tänne ja se auttoi ihan."

"Nytkin on semmonen vähän hankala olo edelleen, mutta tota ehkä tän ryhmän jälkeen on ollu olo, et valoa tunnelissa on, et – kyllä se siitä, kai tästä selvitään."

Osa vastaajista koki myös saavansa rohkaisua vanhemmuuteen. Osa vanhemmista oppi uutta ja sai työkaluja vauva-arkeen. Osa myös kokee ymmärtävänsä vauvaansa ryhmän jälkeen paremmin. Muiden vauvojen läsnäolo auttoi joitain vanhempia myös tietämään, mitä itsellä on edessä ja mitä kaikkea voi jo odottaa. Uusien äitikavereiden saaminen ja kasvokkainen avoin keskustelu nähtiin myös hyvinä vanhemmuuteen vaikuttavina tekijöinä.

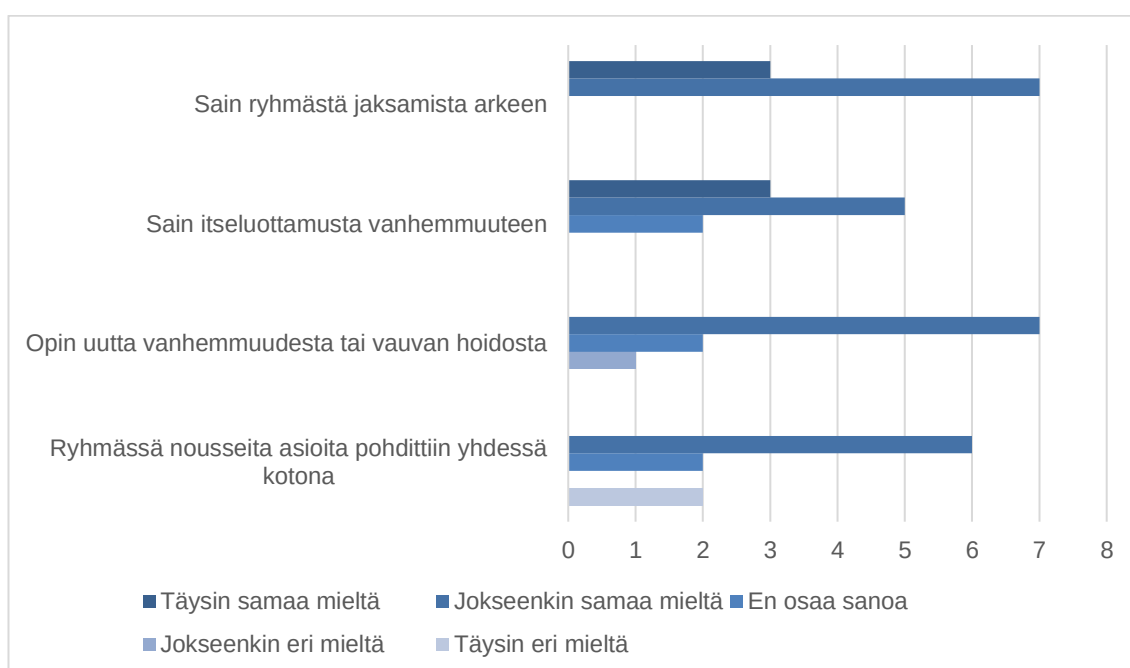
"Mul on tän ryhmän jälkeen olo, et tavallaa tääl pystys viäl viämää sitä ajatust enemmän pidemmäl, ja sit sai tavallaa avaimet käsittelemää niit ajatuksii."

Osa vastaajista oli kuitenkin myös sitä mieltä, että ainoastaan ryhmä ei ole auttanut saamaan rentoutta ja hyvää oloa vanhemmuuteen – myös pimeän ajan väistyminen ja kevään tulo, sekä vauvan kasvaminen ja kehittyminen ovat helpottaneet vanhemmuutta.

Taulukko 2. Ryhmän merkitys vanhemmalle ryhmähaastattelujen mukaan.

Merkitys vanhemmalle	Vertaistuki	4
	Ohjeet ja työkalut arkeen	3
	Apu ahdistukseen	3
	Äitikaverit	2
	Seesteisyys	2
	Uudet näkökulmat	1

Verkkokyselyssä väittämiä oli neljä; sain jaksamista arkeen, sain itseluottamusta vanhemmuuteen, opin uutta vanhemmuudesta sekä ryhmässä käytyjä asioita pohdittiin kotona (esimerkiksi yhdessä puolison kanssa). Vastanneet vanhemmat kokivat saaneensa ryhmästä jaksamista arkeen; seitsemän vastaajaa antoi arvoksi neljä, ja kolme vanhempaa antoi arvoksi 5. Kolme vastaajaa ei osannut sanoa, saivatko he itseluottamusta vanhemmuuteen, loput kokivat saaneensa arvon 4 tai 5 verran. Seitsemän vastaajaa koki oppineensa vanhemmuudesta jotain uutta, loput eivät osanneet sanoa, tai olivat eri mieltä. Kuusi vanhempaa vastasi keskustelleensa teemoista kotona (Kuvio 2). Kokonaiskeskiarvoksi saimme 3,8. Vapaaehtoisia avoimia kommentteja ei tähän teemaan liittyen tullut ollenkaan.



Kuvio 2. Ryhmän merkitys vanhemmalle Webropol-kyselyn mukaan.

6.3 Miten Kasvu vanhemmuuteen -ryhmä toimii ja miten toimintaa voitaisiin kehittää

Ryhmän tärkeimpinä ominaisuuksina koettiin luottamuksellisuus sekä vertaistuellisuus. Vanhemmat kokivat ryhmän ilmapiirin hyväksyväksi ja ymmärtäväiseksi, sekä kiittelivät ryhmään osallistujia avoimesta keskustelusta, joka lisäsi ryhmän turvalliseksi kokemista. Vanhemmat kokivat, että saivat purettua vaikeitakin asioita ilman tuomitsemista.

Se, että ryhmä oli suljettu, koettiin myös turvallisuuden kannalta hyväksi. Osa vastaajista kertoi, että suljettu ryhmä tuntui paremmalta, kuin esimerkiksi vauvakahvilassa olo. Suljettu ryhmä auttoi ryhmäläisiä myös tutustumaan onnistuneesti ja vaivattomasti, ja vanhemmat kertoivat, että ryhmäläisten kanssa oli helppo ja luonteva olla. Osa vastaajista kertoi olevansa tyytyväinen, että oli tutustunut ryhmän kautta uusiin ihmisiin, ja toisen ryhmän vanhemmat kertoivat muodostuneensa kiinteäksi porukaksi ja tehneensä ryhmän loputtua yhteisen WhatsApp-viestiketjun, jossa saattoivat jatkaa juttua ja kysyä neuvoja.

"Mä oon tosi ilonen tästä kokemuksesta, ku mun muu vertaistuki on tuolta netti-maailmasta, esim fb-ryhmistä, ja siel -- nyt on valitettavasti enemmän sellanen syyllistävämpi -- mul tulee tääl päinvastaisesti sellanen hyväksyvä tunne. Koska mul ei hirveesti oo mitään muita äitikavereita ni tätä kautta koen saaneeni."

"Tää äitiys on tuonu vähä semmosta niinku painolastia ja paljon ajatuksia ja semmosia tunteita, mitä haluais jakaa -- vaiks tää (ryhmä) kesti hetken aikaa nii sit se autto aika paljon siihen et sai tavallaan sitä painolastia vähän purettua."

"Mun mielestä täällä ei tarvinnu esittää yhtään mitään."

Jotkut aiheet koettiin tärkeämmiksi ja sellaisiksi, joista olisi ollut paljonkin juteltavaa jota olisi voinut jatkaa seuraavalla kerralla. Yksi vastaajista koki tulevaisuus-kerran irralliseksi ja ylimääräiseksi. Neljäs teema, eli vauvan tarpeet ja uusi arki, koettiin erittäin hyväksi, mutta sen otsikko ei ollut avannut ennalta vanhemmille juuri mitään. Osa olisi toivonut baby bluesin käsittelemistä.

"Jotkut aiheet oli sellasia et olis voinu istuu vaik koko illan täällä."

Tapaamisten teemat sekä tahti ja kesto (yhteensä 6 tapaamiskertaa, kerran viikossa, noin kaksi tuntia kerrallaan) nähtiin hyvinä, mutta kertoja toivottiin ehdottomasti enemmän. Osa vastaajista kertoi esimerkiksi, että jonkun ajan päästä järjestetty vapaa kerta – kuten haastattelutilaisuutemme – voisi olla kiva. Yksi vastaajista ehdotti, että ryhmän alussa voisi kysyä ja huomioida asiakkaiden toiveita ja odotuksia ryhmältä, jotka voisi huomioida ryhmän teemoissa ja aiheissa. Osa vastaajista olisi toivonut myös "baby bluesin" käsittelyä, koska he kokivat, ettei siitä puhuta missään tarpeeksi. Myös jatkoryhmää toivottiin, ja eräs vastaajista kertoi, että olisi mielenkiintoista nähdä pidempikestoisen ryhmän vaikutus.

"Ois ollu kiva et ois ollu pari kertaa enemmän. Jotenki siihen lopettamiseen ois ite kaivannu enemmän aikaa. Et sit se vaan niinku loppu, et mul tuli jopa sellane haikee fiilis, et voi harmi. Mut sit onneks on toi WhatsApp-ryhmä ja sit se niinku jatku siellä heti."

"Tää on tosi kiva myös harjoituksena, et jos te haette sitä takaa et me myös opitaan tuntemaa ja ajattelemaan vauvanki kautta miten hän ajattelee siltaval, ni kuitenkin niinku ois mielenkiintoisempaa tietää, et jos tää ois pitkäkestosempaa, et ehkä sil saavutettas sit vähä erilaisii tuloksii. Mut tämmösenä interventiona tai harjoituksena täs meidän kaikkie vanhemmuuden alkumetreillä ni on tosi hyödyllinen."

Keskustelu oli usein menetelmien avulla johdateltua. Toisaalta se koettiin kivana ja omien ajatusten jäsentelyä ja pohdintaa helpottavana, mutta osan mielestä se kahlitsi välillä liikaa, ja olisi tehnyt mieli aloittaa keskustelu puhtaalta pöydältä. Vastaajat kiittelivät siitä, että ryhmän ohjaaja antoi aikaa myös keskustelun eksymiselle kulloinkin mielessä oleviin aiheisiin, esimerkiksi vauvan päivärytmiin ja nukkumiseen. Käytetyistä menetelmistä kortit koettiin hyviksi, mutta askartelu jakoi mielipiteitä. Osalle vanhemmista olisi myös riittänyt pelkkä keskustelu. Laulut, leikit ja lorut saivat kiitosta, sillä niitä voi tehdä vauvan kanssa yhdessä kotona.

Turun ryhmään osallistui kahdeksan vanhempaa, ja Raision ryhmään lopulta kolme. Turun ryhmän osallistujat olivat sitä mieltä, että 6-8 henkilöä olisi sopiva määrä osallistujia ryhmään. Raision ryhmäläiset olisivat toivoneet enemmän osallistujia. Ryhmäläisten väliset henkilökemiat tuntuivat toimivan.

"Tuntuu et pystyy puhumaan ajatuksistaan iha rehellisesti."

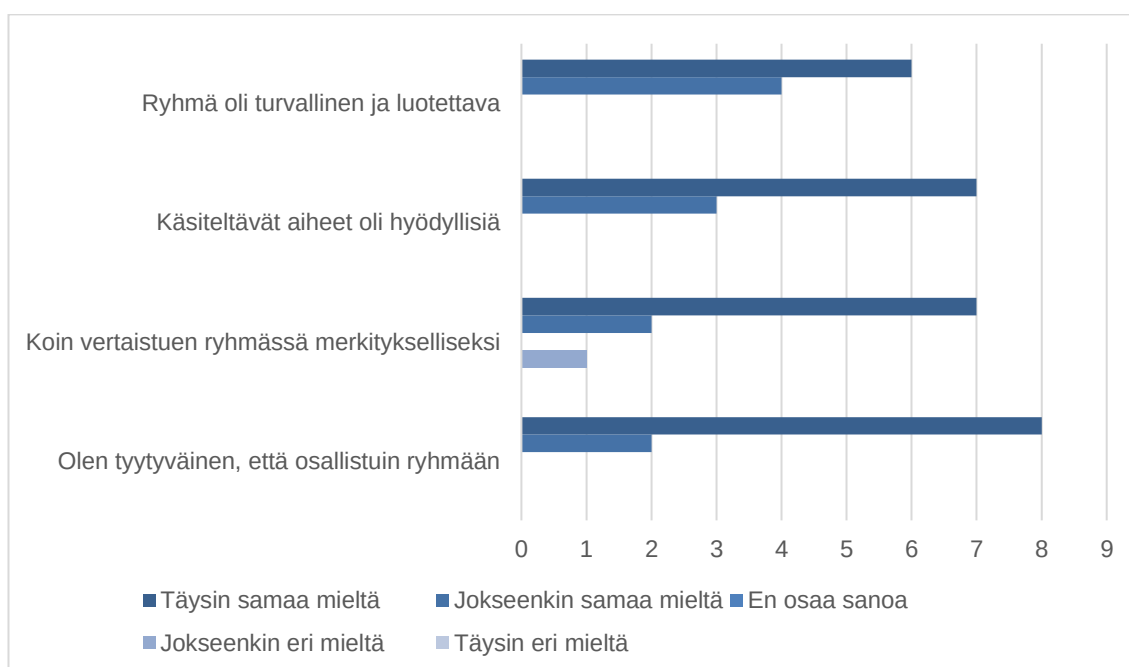
"Mun mielest oli aina niin kiva tulla, se oli sellanen päivän yks kohokohta."

Taulukko 3. Ryhmän toiminta ryhmähaastattelujen mukaan.

Ryhmän ominaisuudet	Hyvä kokemus, oli aina mukava tulla	6
	Luottamuksellisuus	4
	Vertaistuki	3
	Hyväksyntä, ymmärrys	2
	Avoimuus	2
	Painolastin purkaminen	1
	Enemmän osallistujia (Raisio)	1
Teemat	Hyvät aiheet	4
	Joskus juttu jäi kesken	2
	Baby blues jäi käsittelemättä	2

	Enemmän spontaania keskustelua	2
	Neljännän teeman (vauvan tarpeet ja uusi arki) otsikko ei avannut tarpeeksi mitä piti sisällään	1
Kertojen määrä	Enemmän kertoja	6
	Kerran viikossa hyvä tahti	2
	Vapaa keskustelukerta vi-rallisten lisäksi	1
	Jatkoryhmä	1

Verkkokyselyssä ryhmän toiminta –osio sisälsi neljä mielipideväittämää; ryhmä oli turvallinen ja luotettava, käsiteltävät aiheet olivat hyödyllisiä, koin vertaistuen ryhmässä merkitykselliseksi sekä olen tyytyväinen, että osallistuin. Kaikki väittämät saivat arvoja 4 tai 5, ainoastaan vertaistuen merkitys oli saanut arvoksi yhden 2 (Kuvio 1). Kokonaiskeskiarvoksi ensimmäiselle teemalle tuli 4,65.



Kuvio 3. Ryhmän toiminta Webropol-kyselyn mukaan.

Valintakysymysten jälkeen oli vapaavalintainen kysymyslaatikko aiheeseen liittyville avoimille kommenteille, joita tuli kaksi kappaletta;

"Olin todella iloinen että osallistuin ryhmään. Jokaiselle ensisynnyttäjälle olisi hyvä osallistua tällaiseen ryhmään. Vertaistuki mitä ryhmästä sai, on korvaamatonta."

"Käsiteltäviin aiheisiin olisi voitu varata enemmän aikaa. Ei askartelujuttuja, kun vauvat ovat paikalla. Mieluummin pelkkää keskustelua. Ensimmäisellä kerralla olisi syytä kysyä osallistujien odotuksia ryhmästä. Kertoja voisi olla enemmän."

6.4 Tulosten yhteenveto

Kyselyn perusteella enemmistö, kahdeksan vanhempaa kymmenestä, havainnoi ryhmän jälkeen enemmän vauvaansa. Vauvan käyttäytymisen taustaa alkoi enemmän pohtimaan kyselyn mukaan puolet vanhemmista, ja kuusi kymmenestä vastasi pohtivansa enemmän vauvan tunteita ja tarpeita sekä oman toiminnan vaikutusta vauvaan. Suhteen vauvaan ei nähty pääsääntöisesti vahvistuneen ryhmän ansiosta. Kyselyn perusteella voitaisiin sanoa, että ryhmä vahvisti ja tuki vanhempien mentalisaatiokykyä, mikä on vauvan kannalta merkityksellistä. Haastatteluissa nousivat esille konkreettisemmat merkitykset vauvalle, esimerkiksi se, että vauva viihtyi ryhmässä ja sai olla ihmisten ympäröimänä. Haastateltavat kokivat vauvan hyötynneen muun muassa vanhemman saamasta jaksamisesta ja rentoutumisesta.

Kaikki kyselyyn vastanneet vanhemmat vastasivat saaneensa ryhmästä jaksamista arkeen. Suurin osa kyselyn vastaajista koki saavansa itseluottamusta vanhemmuuteen ja oppineensa ryhmän ansiosta uutta vanhemmuudesta tai vauvan hoidosta. Kuusi kymmenestä kyselyyn vastanneista kertoi pohtivansa ryhmässä käsiteltyjä asioita myöhemmin kotona. Haastatteluissa ryhmän merkityksiksi vanhemmalle nousi vertaistuki sekä arkeen saadut ohjeet ja työkalut. Muita esille nousseita asioita oli apu ahdistukseen, äititikaverit sekä seesteisyys.

Sekä kyselyn, että haastattelujen perusteella ryhmän toiminta koettiin hyväksi. Kaikki kyselyyn vastaajat olivat samaa mieltä siitä, että ryhmä oli turvallinen ja luotettava, käsiteltävät asiat olivat hyödyllisiä ja he olivat tyytyväisiä, että osallistuivat. Vertaistuen koki merkitykselliseksi kaikki kyselyyn vastaajat yhtä lukuun ottamatta. Ryhmähaastatteluissa korostui luottamuksellisuus, vertaistuen merkitys sekä se, että ryhmään oli mukava tulla. Ryhmää voitaisiin vastaajien mukaan kehittää pidentämällä ryhmän kestoa.

7 TUTKIMUKSEN ARVIOINTI JA POHDINTA

7.1 Tutkimuksen arviointi

Tutkimusprosessin arviointi

Tutkimuksemme prosessi oli kokonaisuudessaan noin vuoden mittainen, mutta sen eteneminen oli hyvin vaihtelevaa. Marraskuussa 2016 tapasimme toimeksiantajamme ja aloimme suunnittelemaan tutkimusta ja sen toteutusta sekä tutustumaan tarkemmin aiheeseen ja sen viitekehukseen. Tammikuun 2017 lopulla tutkimuksemme ensimmäinen Kasvu vanhemmuuteen –ryhmä alkoi ja olimme tiiviimmin yhteydessä toimeksiantajaamme. Työskentelymme oli intensiivisintä ja aktiivisinta kevättalven 2017 aikana, sillä olimme molempien ryhmien toteutuksessa mukana viikoittain, jonka lisäksi teimme sähköisen Webropol-kyselyn ja järjestimme ryhmähaastattelut. Toisin sanoen keräsimme koko tutkimusmateriaalimme kokoon kevään 2017 aikana. Samanaikaisesti keväällä 2017 työstimme tutkimuksemme teoriapohjan pääpiirteittäin valmiiksi ja olimme yhteydessä myös opinnäytetyötämme ohjaavan opettajan kanssa.

Kesän 2017 aikana aloimme työstämään saamaamme tutkimusmateriaalia esimerkiksi litteroimalla äänittämämme haastattelumateriaalit sekä kokoamaan kyselyn vastauksia yhteen. Saimme kesän aikana vietyä prosessia hyvin eteenpäin, mutta tutkimuksen parissa työskentely tuntui tahmealta ja hitaalta muiden kesäkiireiden keskellä. Kesän taittuessa syksyyn opintomme jatkuivat ja tutkimusprosessi siirtyi hetkeksi sivummalle. Tauon aikana saimme hieman etäisyyttä tutkimukseen ja keräsimme uutta motivaatiota ja energiaa työn raportointiin. Loka-marraskuun 2017 vaihteessa meillä oli taas aikaa palata tutkimuksen pariin. Työskentely loppuaikana olikin intensiivistä raportin kirjoittamista ja tuntui taas mukavalta ”päästä sisälle” tutkimuksen teemaan ja aiheisiin.

Lähdimme kokoamaan tutkimuksen teoreettista viitekehystä Mannerheimin Lastensuojeluliiton sekä Kasvu vanhemmuuteen –ryhmän periaatteiden ja viitekehysten pohjalta. Halusimme ensin tuoda esille alle vuoden ikäisen vauvan kehitystä, jotta eri teoriat ja niiden merkityksellisyys lapsen kehitykselle avautuu selkeämmin. Onnistuimme mielestämme hyvin tuomaan esiin vauvaikäisen kehittymistä sekä varhaisen vuorovaikutuksen, kiintymyssuhteen ja mentalisaatiokyvyn merkitystä alle vuoden ikäiselle vauvalle, joihin

Kasvu vanhemmuuteen -ryhmä perustuu. Pyrimme käsittelemään tietoperustamme teoriaa erityisesti vanhemmuuden ja ohjatun vertaistuellisen ryhmän näkökulmasta ja mielestämme rajasimme viitekehyksen hyvin.

Koemme, että työskentely yhdessä parin kanssa auttoi kumpaakin pysymään prosessissa mukana. Lähes koko vuoden prosessin aikana aina toinen meistä työsti prosessia aktiivisesti eteenpäin ja samalla kannustimme ja motivoimme toinen toisiamme jaksamaan. Mielestämme yhdessä työskentely mahdollisti myös prosessin työstämisen monipuolisemmin, kun pystyimme jakamaan ajatuksia ja ideoitamme yhdessä.

Yhteistyö toimeksiantajan kanssa oli mielestämme onnistunutta ja vaivatonta sähköpostin ja puhelimen välityksellä koko tutkimusprosessin ajan. Saimme kevättalven 2017 aikana jatkuvasti kannustusta, tukea ja välitöntä palautetta työhömmе. Kasvu vanhemmuuteen –ryhmien aikana työstimme perhekeskustoiminnan ohjaaja Rea Metsäpalon kanssa myös tutkimusprosessia aktiivisesti ja saimme häneltä ohjeita ja vahvistusta prosessimme työstämiseen. Kesän ja syksyn 2017 aikana työskentelymme oli hyvin itsestä, koska tutkimusprosessin eteneminen oli niin hajanaista. Koimme, että saimme hyvän ohjeistuksen työn toteutukseen jo talven ja kevään aikana, joten emme kokeneet tätä haasteellisena. Yhteyshenkilöidemme mielestä aktiivisuutemme ja osaamisemme oli tutkimusprosessin aikana kiitettävää ja he olivat tyytyväisiä sekä työskentelyymme että työn lopputulokseen.

Uskomme, että osallistuminen Kasvu vanhemmuuteen –ryhmien toteutukseen lisäsi molempien motivaatiota tutkimusprosessin edistämiseksi. Mahdollisuus osallistua ryhmiin aktivoi ja lisäsi ammatillista orientoitumista sekä konkretisoi teoreettisen viitekehyksen työhön ja tutkimukseen, jolloin tutkimusprosessin työstäminen oli vaivatonta. Koemme myös, että molempien työkokemus perheiden parissa prosessin aikana antoi motivaatiota, merkityksellisyyttä sekä erilaisia näkökulmia tutkimustyölle.

Aineistonkeruun arviointi

Koemme, että osallistumisemme molempiin Kasvu vanhemmuuteen –ryhmien toteutuksiin oli eduksi myös aineistonkeruun kannalta. Osallistumisemme ryhmiin mahdollisti sen, että pystyimme suunnittelemaan aineistonkeruumme toteutuksen samankaltaisesti ja samojen teemojen ympärille kuin ryhmätkin oli toteutettu. Tutkimukseen osallistujien kohtaaminen oli helpompaa ja vaivatonta, kun he olivat meille jo tuttuja. Uskomme, että

myös tutkimuksen osallistujamäärään vaikutti, että pystyimme ”mainostamaan” tutkimustyötämme tavatessamme vanhempia ryhmässä viikoittain ja tutkimuksella oli niin sanotusti tutut kasvot, kun olimme tuttuja jo ryhmästä.

Alun perin saimme toimeksiantajaltamme tarkan tehtävänannon, jonka mukaan tutkimuksemme tavoitteena oli selvittää ryhmän merkitystä ainoastaan vauvan näkökulmasta. Jo pian ensimmäisen ryhmän edetessä huomasimme perhekeskustoiminnan ohjaaja Rea Metsäpalon kanssa, miten haastavaa vanhempien on sanoittaa ja miettiä ryhmän merkitystä ainoastaan vauvan näkökulmasta. Päädyimme lisäämään tutkimusongelmaan myös vanhemman oman näkökulman ryhmän merkityksellisyydestä sekä keräämään yleisesti palautetta ryhmän toiminnasta. Mielestämme tämä päätös oli hyvä, sillä tutkimusongelman laajentamisen ansiosta tutkimuksemme ei muodostunut liian haastavaksi tai suureksi, mutta saimme kuitenkin riittävästi hyödynnettävää materiaalia tutkimukseemme.

Olemme tyytyväisiä, että päädyimme keräämään tutkimusmateriaalin sekä kyselyn että haastattelun avulla. Käyttäen molempia menetelmiä yhdessä saimme monipuoliset vastaukset asettamiimme tutkimuskysymyksiin ja olemme tyytyväisiä saamaamme materiaaliin. Hyödyntämällä sekä kvalitatiivista että kvantitatiivista aineistonkeruumenetelmää saamaamme tutkimusmateriaalia voi käyttää ja tarkastella monipuolisesti erilaisiin tarpeisiin. Analysoimalla sekä kyselyn että haastattelun mekaanisesti, pyrimme välttämään omia tulkintoja tai väärinymmärryksiä tutkimustuloksissa tuoden esille vastaajien osallisuutta ja aitoja ajatuksia.

Päädyimme toteuttamaan aineistonkeruun ryhmähaastatteluna, koska molemmat tutkimusryhmämme muotoutuivat hyvin yhteen. Saimmekin osallistujilta paljon hyvää palautetta siitä, että järjestimme heille mahdollisuuden tavata yhdessä vielä ryhmän päätymisen jälkeen. Osallistujien mielestä haastattelu oli myös hyvä ratkaisu, jotta kyselyn lisäksi pystyi kertomaan kokemuksistaan suullisesti ja käydä läpi heränneitä ajatuksia yhdessä. Molemmissa järjestämissämme ryhmähaastatteluissa osallistujat olivat tasa-vertaisia keskenään ja kaikki toivat näkemyksensä ja mielipiteensä ilmi.

Ryhmähaastattelun haasteeksi meille aiheutui haastattelujen sisällönanalyysi ja sanaton viestintä. Haastattelusta saamamme materiaali oli nauhoitettua puhetta ja täten emme pystyneet hyödyntämään tutkimuksessamme esimerkiksi osallistujien pään nyökkäyksiä merkkeinä, että he ovat samaa mieltä kuin itse puheenvuorossa oleva. Olimme myös korostaneet sekä ryhmän aikana että haastattelussa, ettemme havainnoi osallistujia,

jotta ryhmän ilmapiiri pysyisi mahdollisimman välittömänä ja rentona, joten emme voineet huomioida sanatonta viestintää tutkimusmateriaalissamme.

Molemmat haastattelut onnistuivat mielestämme hyvin. Halusimme pitää haastattelutilaisuudessa rentoa ja mukavaa tunnelmaa, kuten itse Kasvu vanhemmuuteen –ryhmäsäkin oli, joten päädyimme teemahaastatteluun. Haastattelun teemat, apukysymykset ja suunniteltu toiminnallisuus antoivat haastattelulle selkeän rungon, mutta kuitenkin tarpeeksi joustavuutta niin, että osallistujat saivat keskustella keskenään, jos jokin aihe herätti enemmän ajatuksia. Ilman selkeää valmisteltua haastattelurunkoa vastauksien saaminen tutkimuskysymyksiin olisi ollut haastavaa, koska kumpikin ryhmä tuotti avointa keskustelua erilaisista aiheista ja asioista. Vaikka keskustelu saattoi ajautua pitkällekin eri aiheisiin, pystyimme haastattelurungon avulla palaamaan luontevasti takaisin aiheeseen.

Haastattelutilaisuudessa saimme positiivista palautetta sähköisesti toteutetun kyselyn selkeydestä, yksinkertaisuudesta sekä lyhyestä pituudesta. Olimmekin pyrkineet tekemään kyselystä mahdollisimman helpon ja nopean täyttää vauva-arjen keskellä. Lisäksi päätöksemme toteuttaa kysely sähköisesti mahdollisti vastaajien anonyymiyden, jonka uskomme helpottavan rehellisen palautteen antamista. Kuitenkin ajatteleimme, että vanhemmuus voi olla herkkä aihe, joten haluaako kukaan myöntää, ettei esimerkiksi pohtisi vauvan tarpeita, jota kyselyssämme kysyttiin. Tämän esimerkin johdattamana mietimme, olivatko jotkut kyselyn väittämistä liian johdattavia, vaikka pyrimme sitä alun perin välttämään.

Huomasimme vastauksia raportoidessa, että kyselyssä olisi pitänyt myös antaa mahdollisuus jättää vastaamatta, jos vastaaja kokee, ettei osaa vastata kysymykseen. Toteutamassamme kyselyssä vastausasteikossa keskimäinen vastausvaihtoehto oli ”en osaa sanoa”, mikä olisi saattanut vaikuttaa kyselytuloksiin väärällä tavalla, jos niitä olisi tullut paljon. Onneksemme kuitenkin suurimmassa osassa vastauksia oli selkeä mielipide, joten ”en osaa sanoa” –vaihtoehto, ei suuremmin vaikuttanut kyselymme tuloksiin.

Mietimme, olisiko tutkimuksessa ollut mahdollista keskittyä vain vauvan näkökulmaan, jos toteutustapa ja käytetyt menetelmät olisivat olleet muunlaisia. Pohdimme myös, olisiko meidän pitänyt hyödyntää käytettyjen menetelmien lisäksi muita menetelmiä, mutta tämä olisi saattanut lisätä työmääräämme huomattavasti. Kuten ylempänä jo mainit-

simme, emme halunneet käyttää esimerkiksi havainnointia muiden aineistonkeruumenetelmien lisäksi, koska se olisi saattanut vaikuttaa haastattelun ja ryhmän ilmapiiriin ja vastauksiin.

Luotettavuus

Olemme pyrkineet dokumentoimaan tarpeeksi tarkasti, jotta tutkimus olisi toistettavissa samankaltaisin lopputuloksin. Tämän takia pyrimme välttämään omia olettamuksia ja analyyseja ja raportoimme tutkimustulokset mahdollisimman mekaanisesti. Emme ole myöskään joutuneet muokkaamaan tai hälventämään mitään tutkimukselle oleellista tietoa. Tutkimuksen luotettavuutta lisää myös se, että olemme pyrkineet hyödyntämään mahdollisimman reaaliaikaista lähdemateriaalia ja kiinnittäneet huomiota lähteiden luotettavuuteen. Luotettavuudella tarkoitetaan totuudenmukaisia tutkimustuloksia, jotka vastaavat tutkittavaa ilmiötä (Kananen 2015, 353).

Pyrimme saamaan tutkimustiedosta helposti hyödynnettävää tuottamalla sekä numeraalista tietoa, että haastattelusta saamia yksilöllisempiä kokemuksia. Pyrimme myös rajamaan tutkimusmateriaalin niin, että mahdollisimman paljon erilaisia asioita tulisi huomioitua, mutta samalla tuomme esiin myös enemmistön äänen ja keskiarvot. Tutkimustuloksia voi pitää mielestämme validina, koska niin suuri osa Kasvu vanhemmuuteen –ryhmiin osallistuneista osallistui tutkimukseemme sekä kyselyyn, että haastatteluun osallistumalla. Kyselyyn vastasi 10 vanhempaa 11 ryhmään osallistuneesta, vastausprosentti oli siis 91%. Haastatteluun osallistui yhteensä kahdeksan vanhempaa yhdestätoista, jolloin haastattelun vastausprosentti oli 73%. Mielestämme on kuitenkin huomiotava, ettei tutkimustulosta voi pitää kovin tarkkana, koska se perustuu pienen otannan omiin kokemuksiin ja antamaan palautteeseen.

Molempiin tutkimusryhmiimme osallistui vain äitejä vauvoineen. Tähän varmasti vaikuttaa merkittävästi, että äidit ovat useimmiten oikeutettuja äitiyslomaan ja äitiysrahaan noin neljän kuukauden ajalta, jolloin he hoitavat vauvaa kotona ja heillä on aikaa osallistua ryhmään (Kansaneläkelaitos 2017). Tutkimustuloksia tarkastellessamme on kuitenkin huomiotava, että vaikka Kasvu vanhemmuuteen –ryhmä on tarkoitettu molemmille vanhemmille, tutkimukseemme on osallistunut vain äitejä. Emme voi siis tutkimustulostemme perusteella kertoa isien näkökulmaa ryhmän merkityksellisyydestä tai kokemuksia ryhmästä. Voisikin pohtia, olisiko saamamme tutkimusmateriaali erilaista, jos olisimme saaneet myös miesten näkökulmia aiheisiin.

Laadulliseen tutkimukseen tarvitaan usein monia havaintoyksikköjä, jotta voidaan varmistaa aineiston saturaatio, eli kylläntyminen. Saturaatio on yksi keino mitata luotettavuutta. (Kananen 2015, 355.) Tutkimukseemme kuului kaksi havaintoyksikköä, eli Turun ja Raision ryhmät. Molemmilla ryhmillä oli samankaltaiset vastaukset, eli vastaukset alkoivat toistaa itseään jo toisella haastattelukerralla.

Tutkimus on sisäisesti validi, jos sen teoreettinen viitekehys ja tutkimusmateriaali ovat saman vertaisia ja kuvaavat molemmat tutkimuksen hypoteesia (Eskola & Suoranta 1998, 214). Saamamme tulokset Kasvu vanhemmuuteen -ryhmän merkityksestä vauvalle sekä vanhemmalle ovat samankaltaisia, kuin teoreettinen viitekehysemme. Arvioimme tuloksia seuraavassa alaluvussa peilaten niitä samalla viitekehukseen.

7.2 Tulosten arviointi ja johtopäätökset

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää Mannerheimin Lastensuojeluliiton Varsinais-Suomen piirin Kasvu vanhemmuuteen -ryhmän merkitystä vauvan ja vanhemman näkökulmasta. Tutkimuksen aineisto kerättiin ryhmään osallistuneilta vanhemmilta heidän omista kokemuksista ja ajatuksistaan. Mannerheimin Lastensuojeluliiton Varsinais-Suomen piiri pyrkii hyödyntämään keräämäämme tutkimustietoa esimerkiksi Kasvu vanhemmuuteen -ryhmän ja muun toimintansa kehittämiseen.

Tutkimuskysymyksemme olivat Kasvu vanhemmuuteen -ryhmän merkitys vauvalle, Kasvu vanhemmuuteen -ryhmän merkitys vanhemmalle sekä miten Kasvu vanhemmuuteen -ryhmä toimii ja miten toimintaa voitaisiin kehittää. Aineistoa kerätessämme pidimme sekä kyselyssä, että haastattelussa kolme teemaa, jotka johdimme suoraan tutkimuskysymyksistämme. Tutkimustulosten perusteella vastaamme kolmeen asettamaamme tutkimuskysymykseen sekä tutkimusongelmaan ja toimeksiantoon. Mielestämme saimme jokaiseen teemaan riittävästi laadukasta materiaalia, jonka sisältö on mielestämme merkittävää.

Vanhemmuus on sitä, että tunnistaa lapsen tarpeita, tunteita ja viestejä sekä vastaa niihin, auttaa niiden tunnistamisessa ja säätelystä, ottaa lapsen huomioon ja huolehtii hänestä. (Rönkkö & Rytönen 2010, 124.) Vanhemman sensitiivisyyttä pidetäänkin turvallisen kiintymyssuhteen muodostumisen tärkeänä edellytyksenä. Vanhemman tulisi aktiivisesti pyrkiä ymmärtämään lapsen käyttäytymisen taustalla olevia tunteita ja tarpeita ja

osata toimia niiden mukaan. (Kauppi & Takalo 2014, 20.) Kyselyyn vastanneista vanhemmista suuri osa kertoi havainnoivansa lastaan enemmän ryhmän jälkeen, ja pohtivansa käyttäytymisen taustalla olevia syitä sekä vauvan tarpeita ja tunteita. Vauvan tarpeiden ja tunteiden pohtiminen tukee myös vauvan osallisuutta ja tätä kautta tukee lapsen minäkuvan kehitystä, sillä vauvaikäisen osallisuus toteutuu aikuisen kautta, aikuisen ajatuksissa. Lisäksi vauvan osallisuus toteutuu arjessa päätösten ja ratkaisujen pohtimisella vauvan näkökulmasta sekä vauvan asemaan asettumisella. (Nettiturvakoti 2017.)

Mentalisaatiokykyä tukevissa ryhmissä reflektiivisten keskustelustelujen on todettu auttavan vanhempia ymmärtämään ja ennakoimaan paremmin omia reaktioitaan erilaisissa arjen tilanteissa. Lisäksi vanhempi ymmärtää oman toimintansa vaikutuksen lapseen. (Viinikka ym. 2014, 99.) Tutkimukseemme osallistuneista vanhemmista suurin osa vastasi kyselyyn pohtivansa enemmän oman toiminnan vaikutusta vauvaan.

Haastattelutilanteissa vauvan ryhmästä saamien hyötyjen pohtiminen tuntui olevan vanhemmille haasteellista. Haastatteluissa kaikki vanhemmat eivät heti osanneet sanoa mitään. Vanhempien vastaukset ryhmän merkityksestä vauvalle olivat lähinnä konkreettisella tasolla – esimerkiksi vauva sai vauvakavereita, vaihtelua arkeen ja ryhmän ansiosta rentoutuneen vanhemman. Kyselyn kysymyksillä pyrimme selvittämään juuri mentalisaatioteoriaan pohjautuvia vauvan saamia merkityksiä, ja lähetimme kyselyn vanhemmille tehtäväksi jo ennen ryhmähaastattelua, jotta haastattelussakin tulisi samankaltaisia asioita esille. Mietimme, olisiko haastattelussa voinut olla enemmän esimerkiksi erilaisia apukysymyksiä, joilla vauvan näkökulma olisi tullut paremmin esille mentalisaatioteoriaan peilaten?

Vaikka kyselyn ja haastatteluiden vastaukset eivät olleet keskenään täysin samankaltaisia, molemmista saadut vastaukset ovat kuitenkin merkityksellisiä. Osa vanhemmista kertoi oppineensa ryhmän ansiosta loruja ja laululeikkejä, joita he leikkivät nykyään myös kotona. Vanhemman ja lapsen yhteisen ajan ja vuorovaikutuksen lisääntymisen on todettu tukevan lapsen mielen ja kehon tasapainoista kehitystä. Tunnetaitojen kehittymisen kannalta on tärkeää, että sen lisäksi, että vauvaiässä vastataan riittävän nopeasti vauvan tarpeisiin ja vauvalle annetaan tarpeeksi hoivaa ja hellyyttä, vauvan ympärillä on myös virikkeitä ja hänen kanssaan ollaan sosiaalisesti vuorovaikutuksessa. (Suomen mielenterveysseura 2017.) Fyysinen kosketus edistää vauvan fyysistä kehitystä ja samalla vauva tuntee olevansa hyvä ja rakastettu (MLL 2017c). Pieni vauva oppii myös ennakoimaan läheisen ihmisen toimintaa arjen toistuvien hoiva- ja leikkituokioiden kautta. (Silvén & Kouvo 2010, 81.)

Vuorovaikutus ympäristön kanssa aktivoi vauvan aivoja hyödyntämään kehitysvaiheelle ominaisia valmiuksia ja niiden käyttöönottoa. (Ollikainen 2017, 37-38.) Lapsen sosiaalisuus ja vuorovaikutustaidot kehittyvät käsi kädessä psyykkisen ja fyysisen kehityksen kanssa. Sosiaaliseen kehittymiseen vaikuttaa myös ympäristön herkkyys, valmius ja kyky olla vuorovaikutuksessa. (Rödström 1993, 10-11, 19.) Kasvu vanhemmuuteen –ryhmään osallistuneista vanhemmista osa koki, että uudenlainen, sosiaalinen ympäristö sekä ohjattu toiminta mahdollisti vanhemmalle ja lapselle uudenlaisia tapoja kommunikoida ja vuorovaikuttaa keskenään. Osa vanhemmista kertoi myös kokeneensa, että vauvalle on mielekästä ja kehityksen kannalta hyödyllistä, kun hänen ympärillään on uudenlaisia virikkeitä; ihmeteltävää, katseltavaa ja kuultavaa. Kun oma keho ja ympäristö alkaa hahmottua erillisinä objekteina, henkinen kasvu ja ”sisäisen maailman” syntyminen alkaa. Vauva alkaa hahmottaa kuvitelmien, muistojen ja tunteiden maailman ulkoi-sesta ympäristöstä erillisenä. Mitä pidemmälle eriytymisvaihe etenee, sitä enemmän vauva tutkii ympäristöään aktiivisesti ja alkaa toimia vuorovaikutuksellisesti. (Rödström 1993, 40-52.)

Vanhemmat pohtivat myös muiden vauvojen läsnäolon ja heidän tarkkailemisen merkityksellisyyttä vauvalle ja yksi vanhempi koki vauvansa olevan aktiivisempi, kun hän sai toimia muiden lasten seurassa sosiaalisessa ympäristössä. Myös tutkimuksemme viitekehys tukee sosiaalisen ja virikkeellisen ympäristön merkityksellisyyttä lapsen tasapainoisen kehityksen kannalta; vanhemman tulisi mahdollistaa ja tukea lapsen ympäristöön suuntautuvan tutkimisen tarvetta sekä oppimiskyvyn kehittymistä. (Rönkkö & Rytönen 2010, 125-128). Muiden vauvojen läsnäolo auttoi myös vanhempia ennakoimaan, mitä oman vauvan kehityksessä on mahdollisesti lähikuukausien aikana tulossa. Kun vanhempi ennakoi lapsen kehitystä ja nauttii siitä, hän luo lapselle mahdollisuuden myönteiselle itsetunnon kehitykselle. Vanhempi tukee kehitystä fyysisesti sekä psyykkisesti, esimerkiksi mahdollistaen kävelyn harjoittelemisen. (Kalland 2004, 122.)

Moni vanhempi vastasi vauvan saaneen vanhemman kautta välillisesti hyötyä itselleen. Vanhemmat kokivat esimerkiksi olleensa rennompia ryhmän ansiosta, ja saaneensa jakamista arkeen. Vanhemmuuden vahvistuminen on positiivinen asia vanhemman hyvinvoinnin näkökulmasta, mutta samalla peilautuukin myös lapsen hyvinvointiin - mielialan kohentuminen vaikuttaa lapsen kanssa kommunikointiin ja olemiseen positiivisesti, sillä viireys- ja stressitaso sekä voimakkaat tunnereaktiot vaikuttavat ihmisen mentalisaatiokykyyn (Kalland 2014, 28; 34; Larmo 2017, 15-19).

Vanhemmat vastasivat myös ryhmän olleen hyväksyvä. Vanhempi tarvitseekin omia kokemuksia myötätuntoisista ja vastavuoroisista vuorovaikutustilanteista voidakseen kohdata lapsensa riittävän empaattisesti ja sensitiivisesti. Kun vanhemmalla itsellään on riittävästi kokemuksia empaattisesta ja ymmärtävästä vuorovaikutuksesta, hän suhtautuu todennäköisesti samoin myös omaan lapseensa. (Viinikka ym. 2014, 67-68.)

Kun keräämiämme tutkimustuloksia peilaa tutkimuksemme tietoperustaan, ryhmän merkityksellisyys vauvan näkökulmasta korostuu selkeästi. Tutkimuksen viitekehys painottaa varhaisen vuorovaikutuksen ja vanhemman mentalisaatiokyvyn merkitystä lapsen kehitykselle ja hyvinvoinnille. Tutkimukseen osallistuneilta vanhemmilta saatujen vastausten perusteella voidaan todeta, että Kasvu vanhemmuuteen –ryhmän merkitys vauvalle on vanhemman mentalisaatiokyvyn tukeminen, varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen vanhemman ja vauvan välillä, sekä virikkeellinen ympäristö.

Tutkimukseen osallistuneista vanhemmista jokainen koki saaneensa ryhmästä jaksamista arkeen ja koki rentoutuneensa tai huojentuneensa ryhmässä käsiteltyjen ja jaettujen asioiden ansiosta. Tutkimukseen osallistuneet vanhemmat kokivat itselleen erityisen merkityksellisiksi ryhmässä saadun vertaistuen sekä vanhemmuuden vahvistumisen. Vanhemmat kuvailivat, että ovat ryhmän aikana rohkaistuneet vanhempnana sekä saaneet itseluottamusta ja jopa lohtua vanhemmuuteen. Tutkimukseen osallistuneet vanhemmat kokivat saaneensa uusia ”työkaluja” vauva-arkeen ryhmässä käsiteltyjen asioiden ansiosta.

Ryhmän merkitykset vanhemmille eivät tulleet yllätyksenä, sillä teoreettisessa viitekehysessämme on kuvattu samoja asioita. Samankaltaisia tuloksia on saanut myös esimerkiksi Ari Haaranen väitöskirjassaan, joka käsitteli vanhempien vertaisryhmiä (Haaranen 2012, 20-21). Vertaisryhmän tavoitteena on käsiteltävien asioiden lisäksi luoda osallistujille samankaltaisuuden kokemus, sekä saada tukea ja ymmärrystä samassa tilanteessa olevilta ihmisiltä. Ryhmä voi auttaa ymmärtämään, ettei ole asian kanssa yksin. Ohjatun ryhmän avulla voi oppia niin psyykkisiä kuin fyysisiäkin taitoja sekä uusia selviytymiskeinoja arkeen. (Vilén ym. 2008, 272-274; Perhehoitoliitto 2017.)

Kasvu vanhemmuuteen -ryhmä nähtiin toimivan hyvin, eikä kehitysehdotuksia juurikaan tullut. Osasta teemoja olisi ollut enemmän puhuttavaa kuin toisista, ja siinä, mistä teemoista kukakin piti eniten oli yksilöllisiä eroja – vastaajat kokivat kaikki teemat ja aiheet kuitenkin hyväksi. Neljäs teema koettiin todella hyväksi, mutta teeman otsikko ”vauvan tarpeet ja uusi arki” oli vanhempien mielestä hämmentävä. Neljännellä kerralla käsiteltiin

pääosin vauvan temperamenttia, joten ehkä otsikko voisikin olla ”vauvan temperamentti”. Äitiys-teeman yhteyteen toivottiin ”Baby bluesin” eli synnytyksen jälkeisen alakulon käsittelyä.

Vastaajat olivat melko yksimielisiä siitä, että kertoja olisi saanut olla enemmän. Kuuden viikon aikana ehti kuitenkin tulla jo laajasti eri teemoja, ja vanhemmilta tulikin ehdotukseksi, että olisi järjestetty vapaa kerta ryhmän päättymisen jälkeen, jolloin olisi tilaa pelkälle vapaalle keskustelulle. Myös jatkoryhmää toivottiin.

Vaikka viitekehyksessä korostuukin enemmän vauvan hyötyjen näkökulma, monet vastauksissa esille tulleista asioista ovat myös vanhemmuuden ja vanhemman jaksamisen kannalta merkityksellisiä. Esimerkiksi vauvan tarpeiden tai käyttäytymisen huomioiminen tai vanhemman ja lapsen välisen suhteen vahvistuminen vaikuttaa haastattelujen tulosten mukaan myös vanhemmuuden vahvistumiseen sekä lisää vanhemman jaksamista arjessa.

Tulosten perusteella voimme sanoa, että Kasvu vanhemmuuteen -ryhmä toimii vanhemman mentalisaation tukena. Kuten tietoperustassamme on todettu; varhainen vuorovaikutus, vanhemman mentalisaatiokyky sekä vanhemman ja lapsen välinen kiintymyssuhde vaikuttavat merkittävästi lapsen psyykkiseen, sosiaaliseen ja myös fyysiseen kehitykseen. Vanhempi voi välttää kiintymyssuhteiden ylisukupolvisuuden kiinnittämällä huomiota omaan ja lapsensa väliseen vuorovaikutukseen. (Kauppi & Takalo 2014, 19-20.) Mentalisaatiokyvyn tukemisen kautta Kasvu vanhemmuuteen -ryhmän tukee siis myös vanhemman ja vauvan välistä kiintymyssuhdetta sekä sitä kautta myös lapsen tasapainoista psyykkistä kehitystä. Turvallisessa kiintymyssuhteessa lapsi voi luottaa siihen, että vanhempi on saatavilla ja huomioi lapsen tarpeet. Vanhempi on sensitiivinen; hän reagoi lapsen viesteihin riittävän nopeasti ja ennen kaikkea johdonmukaisesti. (Kauppi & Takalo 2014, 18.) Turvallinen kiintymyssuhde vaikuttaa lapsen kehityksen moniin alueisiin; fysiologiseen ja emotionaaliseen säätelyyn, sosiaalisiin taitoihin, itseluottamukseen ja oman minäkuvan kehittymiseen, empatiakykyyn ja jopa älyllisiin ja kielellisiin taitoihin. (Hughes 2011, 20).

Voimme viitekehyksemme ja saamiemme tutkimustulosten perusteella todeta, että Kasvu vanhemmuuteen -ryhmä on myös yhteiskunnallisesti merkittävä ja onnistuu ennaltaehkäisevässä työotteessaan. Esimerkiksi vanhemman saadessa Kasvu vanhemmuuteen -ryhmästä tukea ja vahvistusta omaan mentalisaatiokykyynsä, samalla lapsen

mentalisaatiokyky kehittyy. Lapsi kehittää käsityksen itsestään vanhemman ymmärryksen perusteella. Kun vanhempi heijastaa lapsen kokemuksia, lapsi oppii tunnistamaan tunteitaan ja säätelemään niitä. (Salo & Kalland 2014, 39; Larmo 2017, 19-21.)

Toimeksiantajamme Mannerheimin Lastensuojeluliiton Varsinais-Suomen piirin yhteyshenkilöiden mielestä olemme saavuttaneet työn tavoitteen ja tarkoituksen kiitettävästi. Yhteyshenkilömme Johanna Franska ja Rea Metsäpalo ovat kanssamme samaa mieltä, että tutkimustulokset lyhytkestoisen Kasvu vanhemmuuteen -ryhmän merkityksellisyydestä ovat realistisia. Mannerheimin Lastensuojeluliiton Varsinais-Suomen piirin perhekeskustoiminnan kordinaattorin Johanna Franskan mielestä työ on kiitettävä ja tiivis kokonaisuus, jota he pystyvät jatkossa hyödyntämään esimerkiksi toimintansa kehittämässä.

7.3 Prosessin eettisyys ja ammatillinen kasvu

Ammattieettinen kypsyys on tärkeä osa työntekijän ammattitaitoa (Talentia 2017, 7). Huomioimme sosiaalialan ammattieettisiä periaatteita koko tutkimusprosessin ajan, osallistumisestamme ryhmiin aina materiaalin raportointiin asti. Myös molempien lastensuojelun työtaustan perusteella varhaisen vuorovaikutuksen ja mentalisaatiokyvyn merkitys sekä ammattieettisyys korostui työssämme, samalla tukien Mannerheimin Lastensuojeluliiton periaatteita.

Sosiaalialan ammatillisuus perustuu ihmisarvon, ihmisoikeuksien ja sosiaalisen oikeudenmukaisuuden kunnioittamiseen. Sosiaalialan ammattieettisiin periaatteisiin kuuluu ihmisen oikeus ilmaista tunteitaan, arvostavan vuorovaikutuksen ja luottamuksen saaminen, itsemääräämisoikeuden ja osallisuuden kokeminen, yksilöllisyyden ja voimavarojen huomioiminen, yhdenvertaisuus sekä syrjinnän vastustaminen. Näiden periaatteiden avulla taataan, että sosiaalialan työ edistää ihmisen hyvän elämän toteutumista. (Talentia 2017, 7.)

Toteuttamaamme tutkimukseen osallistuminen perustui täysin vapaaehtoisuuteen. Pyrimme tutustumaan ryhmän osallistujiin olemalla ryhmässä mukana jo alusta asti. Halusimme luoda arvostavan ja luottamuksellisen vuorovaikutussuhteen tutkimukseen osallistuviin mahdollisimman hyvin ja pyrimme ylläpitämään sitä vielä haastattelutapaamisella korostamalla henkilötietojen luottamuksellisuutta ja kohtaamalla jokainen yhdenvertaisesti.

Jo kyselyä ja haastattelurunkoa suunnitellessamme sekä haastattelua toteuttaessamme pyrimme tasa-arvoisesti huomioimaan jokaisen osallistujan yksilöllisyyden, niin vanhempien kuin vauvojenkin, ja pyrimme sekä kyselyssä että haastattelun aikana kunnioittamaan jokaisen omaa mielipidettä tai kokemusta. Onneksemme molempien haastattelujen ryhmät olivat melko tasaväkisiä ja muotoutuivat hyvin, joten ryhmän keskinäinen ilmapiiri edesauttoi jokaisen huomioimista ja erilaisten mielipiteiden arvostamista.

Näin jälkeenpäin ajatellen, olisimme voineet huomioida osallistujien mielipidettä vielä tutkimusmateriaalin käsittelyprosessin aikana ja tarkentaa heiltä, olemmeko ymmärtäneet heidän kokemuksiaan oikein tai haluavatko he mahdollisesti tarkentaa jotain. Prosessin etenemisen hajanaisuuden takia tällainen asia ei tullut mieleemme, emmekä tiedä olisiko monikaan osallistuneista palannut asiaan enää jälkeenpäin kiireisen vauva-arjen ja kesän keskellä.

Kuten aikaisemmin olemme kertoneet, halusimme tehdä tutkimusaineistonkeruusta mukavaa ja vaivatonta tutkimukseen osallistuville. Kyselyssä oli mahdollisuus eri vastausvaihtoehdoille, jonka lisäksi jokaisen teeman jälkeen sai halutessaan tarkentaa vastaustaan tai antaa muuta palautetta. Myös haastattelussa pyrimme, että jokainen osallistuja kokisi tulevansa kuulluksi. Pyrimme osallistumaan haastatteluun osallistuneita vapaan ja avoimen keskustelun avulla, mutta etenimme toiminnallisissa tehtävissä järjestyksessä niin, että jokainen sai halutessaan kertoa omia ajatuksiaan.

Eettisenä haasteena pohdimme, vaikuttiko ryhmähaastattelussa toisten osallistujien läsnäolo joihinkin vastauksiin, esimerkiksi jos joku ei kehtaisi sanoa omaa mielipidettään leimaamisen tai epäonnistumisen pelossa. Mietimme ennen haastattelutilanteita, miten pystymme luomaan avoimen ja keskusteleavan ilmapiirin, saaden samalla tarvitsemaamme materiaalia, ilman ettemme vahingossakaan johdattele vastauksia omilla kysymyksillä tai kommenteillemme. Lisäksi pohdimme tutkimusmateriaalia käsitellessämme, miten raportoisimme haastattelumateriaalia ilman, että mukana ei olisi omia tulintojamme tai oletuksiamme ja olemmeko ymmärtäneet osallistujan asian samoin, miten hän sen itse on tarkoittanut. Tutkimustuloksia kootessamme mietimme, miten tällaisen ryhmän avulla mentalisaatiokykyä pystyisi vielä enemmän tai näkyvämmiin lisäämään.

Ammatillisen kasvumme kannalta erityisen merkittävää oli saada olla näin kokonaisvaltaisesti tällaisessa prosessissa mukana. Saimme osallistua pitkäkestoiseen ja ammatilliseen projektityöhön ja pääsimme samalla molemmat ensimmäistä kertaa näkemään

millaista on ohjata ja olla osa vertaistuellista, suljettua ryhmää. Ryhmässä mukana oleminen ja ohjaajan seuraaminen sivusta konkreettisessa tilanteessa opettivat meille paljon niin ryhmän ohjaamisesta kuin sen järjestämisestä ja toteuttamisestakin. Kiinnitimme niin ryhmäkerroilla, kuin haastattelutilanteissa, huomiota arvostavaan, hyväksyvään, kiinnostuneeseen ja empaattiseen läsnäoloon, eli omiin reflektiivisiin kykyihimme. Työntekijän reflektiivinen työote onkin yksi mentalisaatioon perustuvan ryhmän tärkeimpiä tekijöitä (Viinikka ym. 2014, 67).

Pääsimme myös itse kokemaan miten erilaisia toiveita, muuttujia tai uusia ideoita huomioidaan tällaisen ryhmän toteuttamisessa sekä miten ohjaaja reagoi ammatillisesti asiakkaiden kertomiin asioihin ja mielipiteisiin tai esittämiin kysymyksiin. Tutkimusprosessin yhdistäminen ryhmässä mukana oloon mahdollisti, että pystyimme huomioimaan aivan erityisellä tasolla viitekehyksen ja teorioiden merkityksen ja näkökulman käytännön työssä. Erityisesti oli hienoa nähdä, miten asiakastyössä voi hyödyntää mentalisaatio-teoriaa ja miten konkreettisesti sanoittaa ja opastaa asiakasta reflektiivisellä työotteella.

Tutkimusprosessi opetti meille, miten merkityksellistä ajan käyttö ja tehtävien jaksottaminen on näin pitkän prosessin eteenpäin työstämisessä. Myös dokumentoinnin merkitys korostui, sillä emme olisi pystyneet yhtä laadukkaasti ja monipuolisesti raportoimaan tutkimustuloksiamme, ellei meillä olisi ollut dokumentoituna kevään 2017 aikana keräämämme tutkimusmateriaalia. Tutkimusmateriaalia kerätessämme opimme huomioimaan mitkä asiat kyseisissä menetelmissä toimii ja mitkä eivät. Oli myös mielenkiintoinen ja opettava kokemus olla tutkijan roolissa; olimme aktiivisia toimijoita, joilla oli selkeä oma tavoite ja syy olla osa tällaista ryhmää. Ammatillista kasvua lisäsi myös tunne ja ajatus siitä, että tutkimusprosessi, sen tuottaminen ja eteneminen, on täysin meidän vastuullamme ja kaiken lisäksi me selvisimme siitä mielestämme hyvin.

LÄHTEET

- Beilin, H. 2016. Piaget'n teoria. Teoksessa Vasta, R. (toim.) Kuusi teoriaa lapsen kehityksestä. Suom. Toppi, A. EU: United Press Global.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Gold, C. 2011. Keeping your child in mind. Cambridge, Massachusetts: Da Capo Press.
- Granju, K. & Kennedy, B. 1999. Attachment Parenting – instinctive care for your baby and young child. USA: Pocket books.
- Haaranen, A. 2012. Realistinen arviointi lapsiperheiden vanhempainryhmistä – Muutokset perheen terveydessä ja vaikuttavuutta ehkäisevät toiminnot. Publications of the University of Eastern Finland. Dissertations in Health Sciences., no 140. Väitöskirja. Terveystieteiden tiedekunta. Hoitotieteen laitos. Kuopio: Itä-Suomen yliopisto. Viitattu 23.2.2017 http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-0968-8/.
- Hautamäki, A. 2001. Kiintymyssuhdeteoria – Teoria yksilön kiin(nit)tymisestä tärkeisiin toisiin ihmisiin, kiintymyssuhteen katkoksista ja merkityksestä kehitykselle. Teoksessa Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.) Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Vantaa: WSOY.
- Heikkinen, K. 2017. Lue ja tue pienen mieltä. Lapsemme 3/2017.
- Helsingin sanomat 2017. Laiminlyöty pikkulapsi saattaa jäädä pysyvästi kehitysvammaisen tasolle. Viitattu 8.5.2017 <http://www.hs.fi/kotimaa/art-2000002605325.html>.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 1995. Teemahaastattelu. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2001. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hirsjärvi, S.; Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Hughes, D. 2011. Kiintymyskeskeinen vanhemmuus. Tampere: PT-Kustannus.
- Juntunen, A. 2017. VOIKUKKIA-koulutukset. Viitattu 23.2.2017 <http://www.voikukkia.fi/tapahtumat/koulutukset/13-voikukkia/materiaalit/53-toiminnallisia>.
- Kalland, M. 2004. Vauvan ja lapsen kehityksellisten tarpeiden huomioiminen lastensuojelussa. Teoksessa Puonti, A.; Saarnio, T. & Hujala, A. (toim.) Lastensuojelu tänään. Helsinki: Tammi.
- Kalland, M. 2014. Vanhemman mentalisaatiokyky. Teoksessa Viinikka, A. (toim.) Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Tampere: Mannerheimin Lastensuojeluliitto.
- Kalland, M. 2017. Mentalisaatiokyky vanhemmuudessa. Teoksessa Laitinen, I. & Ollikainen, S. (toim.) Mentalisaatio – teoriasta käytäntöön. Helsinki: Therapie-säätiö.
- Kananen, J. 2015. Opinnäytetyön kirjoittajan opas. Näin kirjoitan opinnäytetyön tai pro gradun alusta loppuun. Jyväskylä: Suomen Yliopistopaino Oy - Juvenes Print.
- Kansaneläkelaitos 2017. Äitiysraha. Viitattu 30.11.2017 <http://www.kela.fi/aitiysraha>.
- Kauppi, A. & Takalo, A. 2014. Mentalisaation psykoanalyttiset juuret. Teoksessa Viinikka, A. (toim.) Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Tampere: Mannerheimin lastensuojeluliitto.
- Koivisto, E.; Paavilainen, H. & Puotiniemi, M. 2016. Sylivauvat – vertaisryhmä äideille. Helsinki: Lastenkeskus.

Larmo, S. 2014. Mentalisaatio – kyky pitää mieli mielessä. Teoksessa Laitinen, I. & Ollikainen, S. (toim.) Mentalisaatio – teoriasta käytäntöön. Helsinki: Therapie-säätiö.

Lastensuojelulaki 2017. Viitattu 7.11.2017 <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417#L1P1>.

Lastensuojelun keskusliitto 2017. Mitä lapsen etu tarkoittaa? Viitattu 7.11.2017 <https://www.iskl.fi/blogi/mita-lapsen-etu-tarkoittaa/>.

Mannerheimin lastensuojeluliitto 2016. Perhekahvilat, kerhot ja vertaisryhmät. Viitattu 14.11.2016 <http://www.mll.fi/vanhempainnetti/paikallintoiminta/>.

Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017a. MLL edistää lapsiperheiden hyvinvointia. Viitattu 25.1.2017 <http://www.mll.fi/mll/>.

Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017b. Tietoa piiristä. Viitattu 25.1.2017 https://varsinaissuomenpiiri.mll.fi/yhteystiedot/tietoa_piirista/.

Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017c. Vauvan keho kasvaa. Viitattu 25.1.2017 http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/0_1-vuotias/fyysinen_kehitys/.

Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017d. Vauvan aistit kehittyvät. Viitattu 25.1.2017 http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/0_1-vuotias/aistien_kehitys/.

Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017e. Lapsen vuorovaikutustaidot kehittyvät ja muuttuvat. Viitattu 25.1.2017 http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/0_1-vuotias/sosiaalinen_kehitys/.

Nettiturvakoti 2017. Vauva-ikäisen osallisuus. Viitattu 16.3.2017 https://www.turvakoti.net/site/?lan=1&page_id=250.

Nurmi, J.; Ahonen, T.; Lyytinen, H.; Lyytinen, P.; Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. 2014. Ihmisen psykologinen kehitys. 5., uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Ollikainen, S. 2017. Kiintymyssuhde, aivot ja mentalisaatio. Teoksessa Laitinen, I. & Ollikainen, S. (toim.) Mentalisaatio – teoriasta käytäntöön. Helsinki: Therapie-säätiö.

Pajulo, M. 2012. Mentalisaatiokykyä voi vahvistaa hoidossa. Ensi- ja Turvakotien liiton jäsenlehti Enska, ylimääräinen numero Extra.

Perhehoitoliitto 2017. Vertaisryhmätoiminta. Viitattu 23.2.2017 https://www.perhehoitoliitto.fi/palvelut/palvelut_perhehoitajille/vertaisryhmatoiminta.

Puura, K & Mäntymaa, M. 2014. Aivojen kehitys ja mentalisaatio. Teoksessa Viinikka, A. (toim.) Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Tampere: Mannerheimin Lastensuojeluliitto.

Pyykkönen, N. 2017. Mentalisaatio ja episteeminen luottamus kehityksen mahdollistajana. Teoksessa Laitinen, I. & Ollikainen, S. (toim.) Mentalisaatio – teoriasta käytäntöön. Helsinki: Therapie-säätiö.

Rödström, M. 1993. Lapsen kehitys 0-3 vuotta. Keuruu: Otava.

Rönkkö, L. & Rytönen, T. 2010. Monisäikeinen perhetyö. Helsinki: WSOY.

Salo, S. & Kalland, M. 2014. Lapsen mentalisaatiokyky. Teoksessa Viinikka, A. (toim.) Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Tampere: Mannerheimin Lastensuojeluliitto.

Salo, S. & Kauppi, A. 2014. Reflektiivinen työote vanhemman kohtaamisessa. Teoksessa Viinikka, A. (toim.) Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Tampere: Mannerheimin Lastensuojeluliitto.

Silven, M. & Kouvo, A. 2010. Vuorovaikutus, varhainen kiintymyssuhde ja psyykkinen hyvinvointi. Teoksessa Silvén, M. (toim.) Varhaiset ihmissuhteet. Polku lapsen suotuisaan kehitykseen. Saarijärvi: Minerva.

Silvén, M. 2010. Varhainen vuorovaikutus, kognitio ja kielen kehitys: hermostoa kaikki tyynni. Teoksessa Silvén, M. (toim.) Varhaiset ihmissuhteet. Polku lapsen suotuisaan kehitykseen. Saarijärvi: Minerva.

Sinkkonen, J. & Kalland, M. 2001. Ihminen tarvitsee toisten läheisyyttä ja turvaa. Teoksessa Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.) Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Vantaa: WSOY.

Sjöberg, L. 2009. Vauvalla on ääni. Teoksessa Kuosmanen, S. (toim.) Vauvan ääntä etsimässä. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liitto ry.

Sosiaalihuoltolaki 2017 . Viitattu 7.11.2017 <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141301?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=sosiaalihuoltolaki#L1P4>.

Suomen mielenterveysseura 2017. Vauvaikä. Viitattu 14.3.2017 <http://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/itsetuntemus/tunnetaidot/vauvaika%C3%A4>.

Suomen perustuslaki 2017. Viitattu 7.11.2017 <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731#P6>.

Suomen psykoanalyttinen yhdistys 2017. Mitä psykoanalyysi on. Viitattu 16.3.2017 <http://psykoanalyysi.com/wp/>.

Talentia 2017. Arki, arvot, ja etiikka. Sosiaalialan ammattihenkilön eettiset ohjeet. Helsinki: Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry.

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2017a. Varhainen vuorovaikutus (VaVu). Viitattu 7.11.2017 <https://www.thl.fi/fi/web/lastenneuvolakasikirja/ohjeet-ja-tukimateriaali/menetelmat/psykososiaalinen-kehitys/vavu>.

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2017b. Lapsen etu. Viitattu 8.11.2017 <https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/sosiaalipalvelut/sosiaalipalvelujen-jarjestaminen/lapsen-etu>.

Unicef 2017. Yleissopimus lasten oikeuksista. Viitattu 7.11.2017 <https://www.unicef.fi/lapsen-oikeudet/sopimus-kokonaisuudessaan/>.

Webropol 2017. Tulevaisuuden kyselytyökalu. Viitattu 4.8.2017 <http://webropol.fi/>.

Viinikka, A.; Sourander, J. & Oksanen, E. 2014. Reflektiivinen työote. Teoksessa Viinikka, A. (toim.) Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Tampere: Mannerheimin lastensuojeluliitto.

Vilén, M.; Leppämäki, P. & Ekström, L. 2008. Vuorovaikutuksellinen tukeminen. 3., uudistettu painos. Helsinki: WSOY.

Vilkko-Riihelä, A. & Laine, V. 2008. Mielen maailma – kehityspsykologia. Helsinki: WSOY.

SÄHKÖPOSTIKUTSUT RYHMÄHAASTATTELUIHIN

Moikka!

Tervetuloa ryhmähaastatteluun 20.4.2017 kello 12:30-14 Perhetalo Heidekenille.
Tarkoituksenamme on siis kerätä materiaalia opinnäytetyöhömmä kokemuksistanne Kasvu vanhemmuuteen -ryhmästä.

Ryhmähaastattelun lisäksi teimme kyselyn ja olisimme kiitollisia, jos täyttäisitte sen ryhmähaastatteluun mennessä. Vaikka et pääsisi osallistumaan haastatteluun, toivomme, että vastaat silti kyselyyn.

Kyselyyn pääset tästä

linkistä: <https://www.webropol-surveys.com/S/29170AA71B958032.par> .

Tästä olisi meille suuri apu, joten toivottavasti näemme muutaman viikon päästä!

Ilmoitathan meille, pääsetkö osallistumaan torstaina 20.4.

Aurinkoista kevään alkua!

Ystävällisin terveisin,

sosionomiopiskelijat Loviisa ja Senja

loviisa.huuhka@edu.turkuamk.fi senja.leppakoski@edu.turkuamk.fi

0407197972 0509176560

Moikka!

Tervetuloa ryhmähaastatteluun 4.5.2017 kello 16:30-18 Perhekeskus Satelliittiin (Lumparlankatu 18). Tarkoituksenamme on siis kerätä materiaalia opinnäytetyöhömmä kokemuksistanne Kasvu vanhemmuuteen -ryhmästä.

Ryhmähaastattelun lisäksi teimme kyselyn ja olisimme kiitollisia, jos täyttäisitte sen ryhmähaastatteluun mennessä. Vaikka et pääsisi osallistumaan haastatteluun, toivomme, että vastaat silti kyselyyn.

Kyselyyn pääset tästä

linkistä: <https://www.webropol-surveys.com/S/29170AA71B958032.par> .

Tästä olisi meille suuri apu, joten toivottavasti näemme parin viikon päästä!

Ilmoitathan meille, pääsetkö osallistumaan torstaina 4.5.

Aurinkoista kevättä!

Ystävällisin terveisin,

sosionomiopiskelijat Loviisa ja Senja

loviisa.huuhka@edu.turkuamk.fi senja.leppakoski@edu.turkuamk.fi

0407197972 0509176560

WEBROPOL-KYSELY

KASVU VANHEMMUUTEEN -RYHMÄ

1. Ikä:

2. Sukupuoli:

3. Minun ja vauvani kanssa asuu myös:

KASVU VANHEMMUUTEEN -RYHMÄ

4. Ryhmän toiminta:
 1=täysin eri mieltä 2=jokseenkin eri mieltä 3=en osaa sanoa 4=jokseenkin samaa mieltä 5=täysin samaa mieltä

	1	2	3	4	5
Ryhmä oli turvallinen ja luotettava	☐	☐	☐	☐	☐
Käsiteltävät aiheet olivat hyödyllisiä	☐	☐	☐	☐	☐
Koin vertaistuen ryhmässä merkitykselliseksi	☐	☐	☐	☐	☐
Olen tyytyväinen, että osallistuin ryhmään	☐	☐	☐	☐	☐

5. Lisättävää, tarkennettavaa?

KASVU VANHEMMUUTEEN -RYHMÄ

6. Hyöty itselle:

1=täysin eri mieltä 2=jokseenkin eri mieltä 3=en osaa sanoa 4=jokseenkin samaa mieltä 5=täysin samaa mieltä

	1	2	3	4	5
Sain ryhmästä jaksamista arkeen	☐	☐	☐	☐	☐
Sain itseluottamusta vanhemmuuteen	☐	☐	☐	☐	☐
Opin uutta vanhemmuudesta tai vauvan hoidosta	☐	☐	☐	☐	☐
Ryhmässä nousseita asioita pohdittiin yhdessä kotona	☐	☐	☐	☐	☐

7. Lisättävää, tarkennettavaa?

<-- Edellinen

Seuraava -->

KASVU VANHEMMUUTEEN -RYHMÄ

8. Hyöty vauvalle:

1=täysin eri mieltä 2=jokseenkin eri mieltä 3=en osaa sanoa 4=jokseenkin samaa mieltä 5=täysin samaa mieltä

	1	2	3	4	5
Havainnoin enemmän vauvani käyttäytymistä	☐	☐	☐	☐	☐
Pohdin, mitä vauvani käyttäytymisen taustalla voisi olla	☐	☐	☐	☐	☐
Pohdin enemmän vauvani tarpeita ja tunteita	☐	☐	☐	☐	☐
Pohdin, miten oma toimintani vaikuttaa vauvaani	☐	☐	☐	☐	☐
Suhteeni vauvaan vahvistui	☐	☐	☐	☐	☐

9. Lisättävää, tarkennettavaa?

<-- Edellinen

Lähetä

RYHMÄHAASTattelun Runko

- 1) Kahvit ja tarjoilut
- 2) Kuulumiskierros
- 3) Alkulaulu ja –leikki
- 4) Haastattelun alustaminen
 - Mitä tehdään
 - Miksi tehdään
- 5) Valitse kortti, joka kuvastaa mielestäsi kyseistä Kasvu vanhemmuuteen – ryhmää; sen toimintaa, toteutusta, tunnelmaa, ihmisiä
 - Yksitellen jokainen saa kertoa miksi valitsi kyseisen kortin ja mitä ajatuksia kortti tai kysymys herätti
 - Yleistä keskustelua, mitä ajatuksia tuli mieleen, kierroksen lomassa
- 6) Valitse kaksi korttia; millaisia ajatuksia/tuntemuksia äitiys herätti sinussa ennen ryhmää – millaisia ajatuksia/tuntemuksia äitiys herätti Kasvu Vanhemmuuteen –ryhmän jälkeen
 - Kierros, jokainen saa halutessaan kertoa ja avata ajatuksiaan
 - Yleistä keskustelua aiheesta
- 7) Valitse kortti, jonka ajattelet kuvastavan vauvasi ajatuksia kyseisestä ryhmästä
 - Kierros jokaisen kortista ja ajatuksista
 - Yleistä keskustelua
- 8) Vapaa palaute yleisesti Kasvu Vanhemmuuteen –ryhmästä
- 9) Vapaata keskustelua ja yhdessä olemista