

Kristiina Hakanen

TUKEA VANHEMMUUTEEN
VARPPEEN LASTENTARHAN VANHEMPAINKAHVILASSA

Sosiaalialan koulutusohjelma
2018

TUKEA VANHEMUUTEEN VARPPEEN LASTENTARHAN
VANHEMPAINKAHVILASSA

Hakanen, Kristiina
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Sosiaali-alan koulutusohjelma
Joulukuu 2018
Ohjaaja: Alvajärvi Ari
Sivumäärä: 43
Liitteitä: 1

Asiasanat: vanhemmuus, varhaiskasvatus, kasvatusyhteistyö, vertaistuki

Vanhemmuuden tukemisen tarkoituksena on lapsen hyvinvoinnin takaaminen. Jotta lapsen hyvinvointi voidaan taata, vanhempien tulee ottaa vastuullinen rooli lapsen kasvatuksessa ja luoda lapselle turvallinen elinympäristö. Lisäksi varhaiskasvatuksen ja huoltajien välisellä yhteistyöllä on suuri merkitys. Yhteistyöllä tuetaan varhaiskasvatuksen järjestämistä niin, että jokainen lapsi saa sellaista opetusta, hoitoa ja kasvatusta, jota hänen kehityksensä ja tarpeensa vaativat. Tavoitteena on varhaiskasvattajien ja huoltajien yhteinen sitoutuminen lapsen kasvun ja kehityksen tukemiseen, jotta lapsen kokonaisvaltainen hyvinvointi pystytään turvaamaan.

Tämä kehittämistyönä toteutettu toiminnallinen opinnäytetyö toteutettiin Varppeen lastentarhan toimeksiannosta. Opinnäytetyön tavoitteena oli aloittaa Varppeen lastentarhassa vanhempainkahvilatoiminta ja luoda vanhemmuutta tukeva toimintamuoto päiväkotiin. Tarkoituksena oli kehittää ennaltaehkäisevä, matalankynnyksen palvelu, jossa tarjotaan aamukahvin lisäksi varhaista tukea sekä vinkkejä kasvatukseen. Tavoitteena oli myös tutustuttaa samassa elämäntilanteessa olevia vanhempia toisiinsa. Opinnäytetyön tuloksena syntyi lisäksi ohjeistus kahvilan perustamisesta sekä vinkkejä kahviloiden teemoihin.

Vanhempainkahvilan perustamisen yhteydessä tehtiin pienimuotoinen kvantitatiivinen, eli määrällinen tutkimus. Vanhemmilta kysyttiin tutkimuksessa mielipiteitä aiheista, jotka he kokivat tärkeiksi ja ajankohtaisiksi vanhemmuutta ajatellen. Varhaiskasvatuksen henkilökunnalta kysyttiin mielipidettä siitä, minkälaisissa asioissa vanhemmat heidän mielestään tarvitsevat tukea. Vastausten perusteella on tarkoitus lähteä kehittämään kahvilatoimintaa niin, että aiheet tukevat paremmin juuri Varppeen lastentarhan vanhempien vanhemmuutta.

PARENTAL SUPPORT AT THE PARENT'S CAFÉ OF VARPPEE DAY CARE

Hakanen, Kristiina
Satakunta University of Applied Sciences
Degree Programme in Social Services
December 2018
Supervisor: Alvajärvi Ari
Number of Pages: 43
Appendices: 1

Keywords: parenting, early childhood education, collaborative upbringing, peer support

The purpose of parental support is to guarantee the well-being of one's child. In order to guarantee the well-being of one's child, parents must adopt a responsible role in the child's upbringing and create a safe living environment for the child. In addition, collaboration between early childhood educators and caretakers is of great importance. This collaboration supports the arrangement of early childhood education in such a manner that each child will have such education, care and upbringing as required by his/her development and needs. The goal is to have early childhood educators and caretakers jointly commit to supporting the child's growth and development so that all-encompassing well-being can be guaranteed for him/her.

This practise-based thesis was carried out as a development project commissioned by the Varppee Day Care. The aim of this thesis was to found a parental café at the Varppee Day Care and to create such activities in the day care that support parenting. The purpose was to develop a pre-emptive and easily accessible service that offers early support and tips for parenting, in addition to morning coffee. Another goal was for parents with a similar situation in their life to make each other's acquaintance. Furthermore, this thesis produced guidelines for founding the café as well as tips for cafe themes.

A small-scale quantitative study was carried out in conjunction with the founding of the parental café. This study surveyed parents for their opinions on topics that they deemed important and current from the point of view of parenting. Early childhood educators were asked for their opinion on the issues in which they believe parents require support. The answers are to be used as a basis for developing the café activities in such a way that said topics will provide better parental support specifically for the parents of Varppee Day Care.

SISÄLLYS

SISÄLLYS	4
1 JOHDANTO.....	6
2 OPINNÄYTETYÖN TEOREETTINEN VIITEKEHYS	7
2.1 Vanhemmuus	7
2.2 Monimuotoinen vanhemmuus	9
2.3 Vanhemmuuden kaari	9
2.4 Riittävän hyvä vanhemmuus.....	10
2.5 Vanhemmuuden roolikartta	11
2.5.1 Huoltaja	11
2.5.2 Rakkauden antaja.....	12
2.5.3 Rajojen asettaja.....	12
2.5.4 Ihmissuhdeosaaja.....	13
2.5.5 Elämän opettaja	13
2.5.6 Lapsi tarvitsee erilaista vanhemmuutta eri ikäkausina	13
3 VANHEMMUUDEN TUKEMINEN	14
3.1 Vanhemmuuden tukemisen tarkoitus.....	14
3.2 Vanhemmuuden haasteet ja tuen tarve	15
3.2.1 Epävarmuus vanhempana	16
3.2.2 Sosiaaliset ongelmat	16
3.2.3 Parisuhde	18
3.2.4 Yksinhuoltajuus.....	19
3.2.5 Työn ja perhe-elämän yhteensovittaminen.....	19
3.2.6 Some/peliriippuvuus.....	20
3.3 Vanhemmuuden tukeminen varhaiskasvatuksessa	21
3.3.1 Kasvatusyhteistyö.....	21
3.3.2 Ennaltaehkäisevä työ varhaiskasvatuksessa	22
3.3.3 Varhaiskasvatuksen perhetyö ja palveluohjaus	23
4 KEHITTÄMISTYÖN TAVOITTEEN MÄÄRITTELY	24
5 VANHEMPAINKAHVILAN KEHITTÄMISEN VAIHEET	25
5.1 Kehittämistyön aloitusvaihe.....	25
5.2 Suunnitteluvaihe	27
5.3 Esi- ja työstövaihe.....	27
5.4 Tarkistusvaihe	28
5.5 Viimeistelyvaihe	29
5.6 Valmis tuotos	29

6 KEHITTÄMISTYÖN TULOKSET	30
6.1 Vanhempainkahvilat	30
6.2 Tutkimusmenetelmä ja tutkimuksen tulokset	31
7 ARVIOINTI JA POHDINTA	35
LÄHTEET	39
LIITE 1 Ohjeita vanhempainkahvilan perustamiseen	
LIITE 2 Kahvilamainos	

1 JOHDANTO

Vanhemmuuden haasteista puhutaan paljon. Vanhemmuus ei ole yksinkertainen asia, eikä asiaa helpota se, että vanhemmuus muuttuu lapsen kasvun, sekä erilaisten elämäntilanteiden myötä. Lapsen kasvun ja kehityksen muutoksen lisäksi perhettä saat-
taa kohdata tilanteita, joista perhe ei aina selviä yksin. Vanhempien jaksaminen, ar-
jenhallinnan ongelmat, lapsen tahtoikä, perhettä kohdannut tragedia ym. ovat asioita,
joista selviämiseen tarvitaan usein ulkopuolista tukea. Mitä aikaisemmin tukea voi-
daan tarjota, sitä pienemmäksi ongelmat voivat jäädä. Tämän opinnäytetyön tarkoi-
tuksena oli kehittää matalankynnyksen palvelu, johon vanhemmat voivat osallistua,
mikäli kokevat tarvitsevansa tukea ja apua vanhemmuuden kysymyksiin. Palvelu oli
avoinna kaikille, eikä vaatinut sitoutumista, joten vaikka avuntarvetta ei juuri sillä
hetkellä ollutkaan, vanhemmat olivat silti tervetulleita.

Vaikka päiväkodissa tehdään yhteistyötä vanhempien kanssa päivittäin ja lapsen ja
perheen tuen tarpeet huomioidaan, vanhemmat saattavat tarvita lisää apua lapsen
kasvun ja kehityksen tukemiseksi. Lapsia ja vanhempia on paljon, eikä kaikkien
kanssa aina ehdi jutella, eikä päiväkodin puitteetkaan aina anna siihen myöden. Van-
hemmat eivät aina ehkä osaa kysyä, tai eivät välttämättä edes halua kysyä neuvoja
mieltä askarruttavissa asioissa. Siksi tietoa ja apua tulisi osata antaa jo varhaisessa
vaiheessa, kaikille avoimesti. Näin nekin vanhemmat, jotka eivät normaalisti
osaa/halua pyytää apua, voivat sitä saada, ajoissa ja ennaltaehkäisevästi.

Tämä opinnäytetyö oli kehittämistyö, jonka tarkoituksena oli aloittaa Varppeen las-
tentarhassa vanhempainkahvilatoiminta. Vanhempainkahvila on ennaltaehkäisevä
palvelu, jonka tarkoituksena on tarjota vanhemmille aamukahvin lisäksi varhaista
tukea ja vinkkejä kasvatukseen, lisäten näin perheiden hyvinvointia. Tavoitteena oli
myös tutustuttaa samassa elämäntilanteessa olevia vanhempia toisiinsa, sillä vertais-
tuesta voi olla sekä omaehtoista, että vastavuoroista apua vanhemmuuteen.

Opinnäytetyön ajatus lähti Varsinais-Suomen lapsi- ja perhepalveluiden muutosoh-
jelmasta (LAPE) Lupa auttaa!. LAPE-ohjelma on hallituksen kärkihanke, jonka etu-
sijalla ovat lapsen etu ja vanhemmuuden tuki. Ehkäiseviin palveluihin ja varhaiseen

tukeen kiinnitetään enemmän huomiota, sekä mm. varhaiskasvatusta kehitetään tukemaan lapsen hyvinvointia. LAPE-muutosohjelmaa johtavat sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö, sekä opetus- ja kulttuuriministeriö. (Terveystieteiden- ja hyvinvoinninlaitoksen www-sivut 2018.) ”LAPE-ohjelman tavoitteena on luoda lapselle ja nuorelle suotuisa kasvu- ja oppimisympäristö sekä tukea perheen hyvinvointia” (Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriön www-sivut 2018).

Lupa auttaa! on Varsinais-Suomen muutosohjelma, johon osallistuvat kaikki Varsinais-Suomen 27 kuntaa. Hanketta toteutetaan yhdessä Varsinais-Suomen sairaanhoitopiirin, sekä maakunnassa toimivien järjestöjen kanssa. Raision kaupunki hallinnoi hanketta. Tarkoituksena on vahvistaa peruspalveluita ja siirtää painopistettä varhaiseen tukeen ja ennaltaehkäiseviin palveluihin, jotta perheiden hyvinvointia voidaan lisätä ja näin vähentää mm. lasten- ja nuorten mielenterveysongelmia sekä huostaanottoja. Yksi muutosohjelman palvelulupauksista on ”päiväkodeista ja kouluista saa myös apua”. Lisäksi jokaisen kunnan varhaiskasvatusjohtaja on ollut mukana Lupa auttaa! -löytöhetkessä, jossa varhaiskasvatus on sitoutettu muutosohjelmaan ja sen tavoitteisiin. (Lupa auttaa www-sivut 2018.)

Friisilän alue Raisiossa, jossa Varppeen lastentarha sijaitsee, valikoitui alueeksi, jossa muutosohjelma otettiin ensimmäisenä Raisiossa käyttöön. Alueella asuu paljon maahanmuuttajataustaisia, sekä heikompiosaisia perheitä, joiden koettiin mahdollisesti hyötyvän ennaltaehkäisevistä palveluista. Siksi Varppeen lastentarhassa lähdettiin tarjoamaan vanhemmille ensimmäisenä päiväkotina Raisiossa mahdollisuus osallistua vanhempainkahvilatoimintaan, jossa kahvin lisäksi tarjotaan asiantuntevaa tukea vanhemmuuteen.

2 OPINNÄYTETYÖN TEOREETTINEN VIITEKEHYS

2.1 Vanhemmuus

Vanhemmuus sanana merkitsee toiselle enemmän kuin toiselle. Toiset peilaavat vanhemmuuttaan omiin vanhempiinsa tai vielä kauemmas. Vanhemmuus herättää erilai-

sia tunteita, iloja, suruja ja muistoja. Elämäntilanne vaikuttaa siihen, alkaako vanhemmuus suunniteltuna vai ennakoimattomana. Omat lapsuuden kokemukset vaikuttavat paljon siihen, miltä vanhemmuus tuntuu. (Vilen, Seppänen, Tapio & Toivanen 2010, 126.)

Vanhemmiksi ei synnytä, vaan vanhemmiksi kasvetaan. Vanhemmuus syntyy oman lapsen kautta, vuorovaikutuksessa lapsen kanssa. Vanhemmuus on äitiyttä ja isyyttä, se on läpi elämän kestävä tehtävä, johon sitoudutaan. Vanhemmuus on kasvamista ja kehittymistä yhdessä lapsen kanssa. Vanhemman tehtävänä on kantaa vastuuta lapsesta, rakastaa, huolehtia, asettaa rajoja ja opettaa elämisen taitoja. Vanhempi toimii hyvänä esimerkkinä lapselle ja ohjaa lasta ihmissuhdetaidoissa. (Järvinen, Laine & Hellman-Suominen 2011, 9, 15.) Lapsen saaminen on monelle suuri käännekohta elämässä. Vanhemmuus rikastaa elämää paljon, mutta tuo mukanaan myös haasteita. Nämä rikkaudet ja haasteet ovat jokapäiväiseen perhe-elämään kuuluvia asioita, joissa lapsen ja vanhemman välinen vastavuoroinen suhde rakentuu. (Lammi-Taskula, Karvonen & Ahlström 2009, 60.)

Vanhemmuus on yksi haastavimmista ja vaativimmista tehtävistä maailmassa, mutta silti yksi tärkeimmistä. Se, miten sen suorittaa, vaikuttaa suuresti seuraavaan sukupolveen. Vanhemmuus on henkilökohtaista ja jokaisen vanhemman on löydettävä oma tapansa olla vanhempi ja opittava samalla luottamaan omiin vaistoihinsa ja hoi-vaamaan ja jalostamaan niitä. Vanhemman on pysyttävä nykyhetkessä ja huomioitava, että se mikä toimi eilen, ei välttämättä toimi enää tänään. (Kabat-Zinn 2011, 27-29.)

Kyrönlampi-Kylmäsen (2010, 36) mukaan vanhemmuudesta ei voi irtisanoutua missään elämän vaiheessa. Vanhemmuus tarkoittaa sitä, että lapsen hyvinvointi menee vanhempien tarpeiden edelle ja lapsen oikeudet ovat vanhempien velvollisuuksia.

Vanhempien tehtävänä on antaa lapselleen valmiudet, joiden varassa hän selviää aikanaan itsenäisesti. On olemassa asioita, jotka automaattisesti kuuluvat vanhemmuuteen. Joihinkin asioihin voi vaikuttaa vähän tai ei ollenkaan ja joissakin asioissa vanhemmat voivat vain tehdä parhaansa. (Sinkkonen 2008, 22.)

2.2 Monimuotoinen vanhemmuus

Suomalaiset perheet ovat hyvin monimuotoisia. Vanhempien ikä, sukupuoli, kansallisuus, etninen tausta, sosioekonominen tausta, seksuaalinen orientaatio, uskonto, sekä se, hoidetaanko perheen lapset kotona vai jossain muualla, vaihtelee suuresti. Kaikki nämä asiat vaikuttavat vanhemmuuteen ja tuovat siihen omat ilonsa, mutta myös haasteensa.

On olemassa neljänlaista vanhemmuutta: biologista, juridista, sosiaalista ja psykologista vanhemmuutta. Biologinen vanhemmuus määräytyy lapsen biologisten vanhempien mukaan, eli kuka lapsen siittää, kantaa ja synnyttää. Biologinen vanhempi luovuttaa lapselleen periytyviä ominaisuuksia. Juridinen vanhemmuus määräytyy isyyden tunnistamisen tai vahvistamisen, sekä adoption kautta. (Terveysten ja hyvinvoinninlaitoksen www-sivut 2018.) Sosiaalinen vanhemmuus muodostuu esim. kasvatusvanhemmuuden kautta. Sosiaalinen vanhempi on perheeseen kuuluva aikuinen, joka ei ole lapsen biologinen, eikä juridinen vanhempi. Hän toimii kuitenkin vanhemman asemassa, asuu samassa osoitteessa ja toimii päivittäin lapsen kanssa. Sosiaalinen vanhempi on usein uusperheen muodostumisen kautta perheeseen tullut aikuinen. Sosiaalinen vanhemmuus voi syventyä psykologiseksi vanhemmuudeksi pikku hiljaa, kun vuorovaikutus lapsen kanssa monipuolistuu ja luottamus kasvaa. Psykologinen vanhemmuus lähtee siitä, kenet lapsi kokee vanhemmakseen tunnettavilla. (Huttunen 2012.)

2.3 Vanhemmuuden kaari

Vanhemmuus on koko elämän kestävä tehtävä. Tehtävät muuttuvat lapsen kasvun myötä ja samalla kun lapsi kasvaa, myös vanhemmat kasvavat. Ensimmäistä lasta odottavat ovat kasvamassa vanhemmiksi. Heille on annettu yhdeksän kuukautta aikaa miettiä ja suunnitella tulevaa, kypsyä ajatukseen, että heistä on tulossa vanhempia. Kun lapsi on syntynyt, perheessä eletään pikkulapsiaikaa. Pikkulapsiaika voi olla sekä fyysisesti, että henkisesti raskasta aikaa. Elämänrytmi muuttuu, uni voi jäädä vähäiseksi ja erimielisyydet kasvatuksesta voivat kiristää ilmapiiriä. Lapsen kasvulle

luodaan perusta tässä vaiheessa ja se on haastava, mutta tärkeä vaihe vanhemmuudessa. (Mannerheimin Lastensuojeluliiton [www](http://www.mll.fi)-sivut 2018.)

Kun lapsi kasvaa, työn ja perheen yhteensovittaminen tulee ajankohtaiseksi. Lapsi on vielä pieni ja tarvitsee vanhempien apua ja tukea, mutta selviää jo monesta asiasta itsenäisesti. Harrastukset ja kaverit ovat suuressa roolissa ja vanhempien on huolehdittava, että lapsella on myös kiireetöntä aikaa kotona. Koululaisen arki avaa uusia mahdollisuuksia myös vanhemmille ja vanhemmilta vaaditaan osallistumista kodin ja koulun yhteistyöhön. Ajankäyttö, raha ja tietokoneen käyttö ovat arkisia pulmia, joita joudutaan ratkomaan päivittäin. Vanhempia tarvitaan auttamaan koulutehtävissä, harrastuksiin kuljettamisessa, huolehtimaan säännöistä ja niiden noudattamisesta. Murrosikää lähestyttäessä nämä asiat ovat erittäin tärkeitä, sillä mikäli lapsen ja vanhemman välit ovat hyvät, vanhemmilla on paremmat edellytykset selvitä lapsen murrosiästä. Yhteenotoilta tuskin välttyään, mutta nekin ovat osa vanhemmuutta ja vanhemman kasvatustehtävää. Jokaisen lapsen murrosikä on erilainen ja lapsi pyrkii omalla tavallaan itsenäistymään ja irtaantumaan vanhemmistaan. Vanhempien on annettava nuorelle vapautta kokeilla rajojaan, mutta nuori tarvitsee silti vielä vanhempiaan. Vanhempien on uskallettava, jaksettava ja kestävä, silloinkin kun nuori ei uskalla, jaksa eikä kestä. (Mll:n [www](http://www.mll.fi)-sivut 2018.)

Vanhemmuus ei pääty, vaikka nuori tulee siihen ikään, että muuttaa pois kotoaan. Vanhemmat voivat tuntea sekä iloa, että haikeutta kun lapset lähtevät. Vanhemmat ovat uuden edessä, sillä puolisoiden on löydettävä toisensa uudelleen, mikäli lapset ovat aikaisemmin olleet heitä yhdistävä tekijä. Myös yksin jäävän vanhemman on organisoitava elämänsä uudelleen. Kotona alkaa myös uusi liikenne, kun tyttö- ja poikaystävät, puolisot ja ennen pitkää myös lastenlapset astuvat kuvioon. Näin vanhemmuudessa alkaa taas uusi vaihe, isovanhemmuus. (Mll:n [www](http://www.mll.fi)-sivut 2018.)

2.4 Riittävän hyvä vanhemmuus

Vanhemmilla on vastuu lapsensa kasvatuksesta, kehityksestä ja hyvinvoinnista. Vanhemmuus on moniulotteista ja muodostuu eri osa-alueista. Vanhemmuuteen vaikuttavat elämäntilanteet sekä ihmisten ominaisuudet. Jokin vanhemmuuden osa-alueista

voi olla haastavaa, kun jokin toinen taas riittävän hyvää. Älykkyyden määrä ei kerro siitä, onko vanhempi riittävän kyvykäs toimimaan vanhempana. (Tukiliiton www-sivut 2018.)

Lapsen näkökulmasta riittävän hyvään vanhemmuuteen kuuluu lapsen psyykkisistä, fyysisistä ja sosiaalisista perustarpeista huolehtiminen. Rajat ja turvallinen kasvuympäristö luovat vankan perustan lapsen kasvulle ja kehitykselle. Lapsi tarvitsee myös vuorovaikutusta ja läheisyyttä, sekä eväitä elämässä selviytymiseen. Vanhempien näkökulmasta riittävän hyvään vanhemmuuteen kuuluu osana kyky tunnistaa omat voimavaransa ja tuen tarpeensa. Apua pitää osata hakea ajoissa ja sitä pitää uskaltaa pyytää. Avun ja tuen saaminen on myös vanhempien oikeus. Perheen näkökulmasta riittävän hyvää vanhemmuutta on kodin ja perheen ilmapiiristä huolehtiminen. Lapsen tulee voida kasvaa sellaisena persoonana kuin hän on, ja kodin ilmapiiriin tulee olla sekä henkisesti, että fyysisesti turvallinen. (Tukiliiton www-sivut 2018.)

2.5 Vanhemmuuden roolikartta

Vanhemmuuden roolikartta® on Varsinais-Suomen Lastensuojelukuntayhtymän henkilöstön kehittämistyön tulos. Työn tarkoituksena on auttaa hahmottamaan vanhemmuutta selkeästi ja luontevasti. Roolikartan mukaan vanhemmuudessa on viisi osa-aluetta; elämän opettaja, ihmissuhdeosaaja, huoltaja, rakkauden antaja sekä rajojen asettaja. Roolikartan avulla voi olla helpompi havaita omassa toiminnassa muutostarpeita, jotka lapsen kehityksen kannalta ovat tärkeässä roolissa. Aikuisen on oltava läsnä lapselleen, jotta vastavuoroinen yhteys voi toimia ja muuttuminen kohti parempaa on mahdollista. (Varsinais-Suomen Lastensuojelukuntayhtymä 2011, 9-10.)

2.5.1 Huoltaja

Huoltaja pitää huolen siitä, että lapsen perustarpeet tulee tyydytettyä. Hän huolehtii siitä, että lapsi saa monipuolista ja terveellistä ruokaa säännöllisesti. Hän tuottaa lapselle makuelämyksiä ja hankkii ja valmistaa ruokaa yhdessä lapsen kanssa. Huoltaja huolehtii myös siitä, että lapsella on puhtaita vaatteita, sääolosuhteet huomioon otta-

en. Hän kehittää lapselle virikkeitä, antaa leluja ja tarjoaa erilaisia elämyksiä ja kannustaa harrastuksissa. Hän huolehtii siitä, että lapsi saa riittävästi lepoa ja että lapsella on rauhallinen ja turvallinen nukkumapaikka. Hän ulkoiluttaa lasta ja luo lapselle turvallisen kasvu ympäristön. Hän huolehtii sairaasta lapsesta, vie tarvittaessa lääkäriin ja antaa tarvittavat lääkkeet. Hän käyttää perheen varoja oikein ja huomioi, että rahaa on riittävästi lapsen perustarpeisiin. Lisäksi hän opastaa lasta rahan käyttämisessä. Huoltaja huolehtii myös ympäristön siisteydestä ja ohjaa lasta siivoamisessa, sekä kestävän elämäntavan noudattamisessa. (Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä 2011, 44.)

2.5.2 Rakkauden antaja

Rakkauden antaja huolehtii itsestään ja omasta jaksamisestaan. Hän rakastaa lastaan, sekä osoittaa lapselle hellyyttä ja läheisyyttä. Hän lohduttaa ja myötäelää lapsen suruissa ja kannustaa lasta ilmaisemaan tunteitaan. Hän hyväksyy lapsen sellaisena kuin tämä on ja kunnioittaa lasta. Hän huomaa lapsessa olevan hyvän ja antaa lapselle positiivista palautetta. Rakkauden antaja suojelee lasta elämän vaaroilta ja järjestää lapselle turvallisen kasvu ympäristön. Hän asettaa lapselle rajat ja opettaa lasta pitämään puoliaan. (Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä 2011, 45.)

2.5.3 Rajojen asettaja

Rajojen asettaja hallitsee omaa käytöstään niin, ettei siitä ole haittaa lapselle. Hän ei jätä pientä lasta yksin, eikä hylkää lasta. Hän valvoo, ettei muiden käytös vahingoita lasta henkisesti, psyykkisesti eikä fyysisesti. Hän asettaa lapselle rajat, säännöt sekä kotiintuloajat ja katsoo, että niitä noudatetaan. Hän huolehtii lapsen vuorokausirytmistä ja pitää huolen siitä, että lapsi käy asianmukaisesti koulua. Rajojen asettaja osaa sanoa ei ja kestää lapsen pettymyksen ilmaisut. Hän tunnistaa myös omat voimavaransa, sekä hallitsee omia negatiivisia tunteitaan, sekä päihteiden käyttöönsä. (Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä 2011, 46.)

2.5.4 Ihmissuhdeosaaja

Ihmissuhdeosaaja on vuorovaikutuksessa lapsensa kanssa keskustelemalla ja kuuntelemalla lastaan. Hän tunnistaa sanattomia viestejä ja varoo tulkitsemasta lapsen sanomia yksipuolisesti. Hän kestää lapsen erilaisia ilmaisuja ja ohjaa toimimaan oikein ristiriitatilanteissa. Hän pyytää ja antaa anteeksi, sekä hyväksyy erilaiset tunteet. Hän tukee lasta itsenäistymisprosessissa ja tämän tekemissä päätöksissä. Hän toimii perheen ja lapsen ihmissuhdevaaliijana. (Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä 2011, 47.)

2.5.5 Elämän opettaja

Elämän taitojen opettaja opettaa lastaan erilaisissa arkielämän asioissa, kuten hygieniaan, pukeutumiseen sekä tavaroiden järjestyksessä pitämiseen liittyvissä asioissa. Hän ohjaa oikean ja väärän erottamisessa ja opettaa lapselle rehellisyyttä, oikeudenmukaisuutta ja tasa-arvoa. Hän opettaa lapselleen tapoja ja sosiaalisia taitoja, sekä vaalii perinteitä ja antaa mallia. (Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä 2011, 48.)

2.5.6 Lapsi tarvitsee erilaista vanhemmuutta eri ikäkausina

Jokaisen vanhemman tehtävänä on toimia lapselleen hyvänä ja vastuuntuntoisena vanhempana, huomioiden lapsen ikä ja kehitystaso. Roolikartan jokaista osa-aluetta tarvitaan kaikenikäisten lasten kohdalla, mutta lapsen iästä riippuen, jokin osa-alue on välillä suuremmassa roolissa. Ihan pieni lapsi tarvitsee ennen kaikkea huoltajaa ja rakkauden antajaa, jotta varhainen vuorovaikutus sujuu myönteisesti. Varhainen vuorovaikutus on edellytys lapsen neurobiologian, tunne-elämän sekä kognitiivisten ja sosiaalisten taitojen kehittymiselle (Terveystieteen ja hyvinvointilaitoksen [www-sivut](#)). Jotta varhainen vuorovaikutus sujuu myönteisesti, päiväkotikäinen lapsi tarvitsee vanhempaa, joka hoitaa häntä, pukee, ruokkii, pitää puhtaana sekä on hänen kanssaan vuorovaikutuksessa. Ilman näitä perusedellytyksiä, pienen lapsen on mahdotonta kasvaa ja kehittyä. Tämän ikäinen lapsi tarvitsee myös rajojen asettajaa, sillä rajat ja säännöt tuovat turvaa lapselle.

Ala-asteiässä lapsi tarvitsee vierellensä elämän opettajaa. Leikki jää pikku hiljaa pois ja oppiminen tulee tilalle. Lapsen sosiaalinen kanssakäyminen lisääntyy ja hän tulee osaksi suurempaa yhteisöä. Lapsi tarvitsee vanhemman opettamaan, miten ollaan vuorovaikutuksessa muiden kanssa, mikä on oikein ja mikä väärin, sekä miten opitaan ajattelemaan itsenäisesti.

Nuorelle on erittäin tärkeää, että hänellä on vanhempi ihmissuhdeosaajana. Nuoret oppivat käyttäytymään muiden kanssa seuratessaan vanhempiansa käytöstä. Nuori tarvitsee tuekseen keskustelijaa ja kuuntelijaa, joka osaa auttaa häntä elämän hankalissa asioissa. Nuori tarvitsee tukea vanhemmiltaan tehdessään päätöksiä, esim. tulevan opiskelupaikan suhteen. Nuoren identiteetti voi olla hukassa, joten vanhemman tuki ja kannustus voivat auttaa nuorta selviämään identiteettikriisien yli.

3 VANHEMMUUDEN TUKEMINEN

Vanhemmuus puhuttaa tällä hetkellä paljon ja sanotaan, että vanhemmuus on hukassa, eivätkä vanhemmat osaa kasvattaa lapsiaan. Yhteiskunnallinen tilanne on vähentänyt lasten ja vanhempien yhteistä aikaa ja erilaiset perheiden ongelmat ovat heikentäneet perheiden tilannetta. Kynnys pyytää apua on edelleen korkea, vaikka eteenpäin asiassa on menty paljon. Perheiden ongelmat koetaan kuitenkin hyvin henkilökohtaisina, eikä avuntarvetta myönnetä, ennen kuin on liian myöhäistä. Perheiden asenteet, arvot ja toimintatavat vaikuttavat suuresti siihen, miten perheessä ratkotaan eri elämäntilanteisiin kuuluvia haasteita. Vanhemmuuden tukemiseksi kehitetään aktiivisesti uusia menetelmiä, jotta perheet saisivat lisää voimavaroja arjessa selviytymiseen yhteiskunnan palvelujen lisäksi. (Järvinen ym. 2011, 15-16.)

3.1 Vanhemmuuden tukemisen tarkoitus

Vanhemmuuden tukemisen tarkoituksena on lapsen hyvinvoinnin takaaminen. Jotta lapsen hyvinvointi voidaan taata, vanhempien tulisi ottaa vastuullinen rooli lapsen kasvatuksessa. Vanhempien pitäisi pystyä hallitsemaan perheitä kohtaavia kriisejä,

sekä luomaan lapselle turvallinen elinympäristö, joka on lapsen kehitystä tukeva. Vanhemmilla pitäisi olla aito kiinnostus lapseen ja heidän tulee antaa lapselle rakkautta, aikaa ja huolenpitoa. Perheille tulee tarjota palveluita, jotka auttavat perheitä luomaan lapselle tällaiset puitteet. Ennaltaehkäisevät palvelut ovat lapsen kehitystä tukevaa ja suojaavaa toimintaa ja niiden tarkoituksena on tarjota vanhemmille palveluja, jotka tukevat varhaista vuorovaikutusta, vanhemmuutta sekä parisuhdetta. Lisäksi tulee tarjota mahdollisuus vertaistukeen. Vanhempia autetaan vastaamaan lapsen tarpeisiin tarjoamalla vanhemmille tiedollista ohjausta, ulkopuolista käytännön apua, sekä emotionaalista tukea. (Sirviö 2006, 68-69.)

Osa vanhemmista kaipaa apua ja tukea vanhemmuuteen. Tärkeitä keinoja ovat emotionaalinen tuki, sekä konkreettinen avun tarjoaminen ja tietysti antaminen. Kaikilla vanhemmilla ei tänä päivänä ole suojaavaa tukiverkostoa ja he joutuvat pärjäämään vanhemmuudessaan yksin. Tämä nostaa varhaiskasvatuksen roolin vanhemmuuden tukemisessa erittäin tärkeäksi. (Malinen, Härmä, Sevón & Kinnunen 2005, 64.)

3.2 Vanhemmuuden haasteet ja tuen tarve

Vanhemmat tarvitsevat tukea silloin, kun lapsessa, perheessä tai ympäristössä on asioita, jotka saattavat uhata lapsen tervettä kehitystä. Vaikka vanhemmuus tuo tullessaan paljon hyvää, lapsiperheen arjen tuomat haasteet saattavat silti yllättää. Joskus voi joutua tilanteeseen, jossa erilaiset tunteet, kuten häpeä tai ahdistus, nousevat pintaan. Vanhemmuuteen voi liittyä yksinäisyyttä, epäonnistumisen tunteita, sekä omien tarpeiden hylkäämistä. Lapsen käytös tai sairaus, perheen sosiaaliset ongelmat, parisuhdeongelmat, työ ja taloudelliset tilanteet saattavat aiheuttaa suurtakin murhetta perheessä, eikä helppoa tietä tilanteen parantamiseksi välttämättä omin avuin löydy. Vanhempien jaksamisen kuormittumiseen vaikuttaa myös epävarmuus omasta vanhemmuudesta. Suomalaiseen kulttuuriin kuuluu, että yksin pärjätään. Apua ei haeta tai sitä ei haluta ottaa vastaan. Tällöin ongelmat kasvavat liian suuriksi, yksin ei enää voi pärjätä ja tilanne alkaa näkyä myös ulospäin.

Kun vanhemman ongelmat kasvavat liian suuriksi, hänen oma kasvunsa ja kehityksensä, sekä myös lapsen kasvu ja kehitys vaarantuvat. Julkisessa keskustelussa puhu-

taan paljon hukassa olevasta vanhemmuudesta, sekä epävarmuudesta ja epätietoisuudesta vanhempana ja kasvattajana olemisessa. Vanhemmilla on vaikeuksia löytää itse selviytymiskeinoja ja vanhemmat kaipaavat tukea vanhemmuuteen. Tuki olisi saatava mahdollisimman varhain. Kun vanhemmuutta tuetaan ajoissa, vanhemman itseluottamus lisääntyy ja luottamus tulevaisuuteen kasvaa. Näin vanhemman olo helpottuu ja rooli lapsen tunteiden vastaanottajana selkiytyy. (Järvinen, Lankinen, Taajamo, Veistilä & Virolainen 2012, 148-150.)

3.2.1 Epävarmuus vanhempana

Vanhemmat voivat joskus tuntea epävarmuutta siitä, miten lapselle asettaa rajat. Jotta vanhempi uskaltaa asettaa lapselle rajat, hänen tulee ymmärtää, että rajat suojelevat lasta. Näin vanhempi myös pystyy pitämään rajoista kiinni tuntematta syyllisyyttä. Lapsen ajatuksia, toiveita ja mielipiteitä on hyvä kunnioittaa, mutta varsinkaan pienen lapsen tiedot ja taidot eivät riitä siihen, että hän pystyisi tekemään itsensä kanalta järkeviä ja turvallisia ratkaisuja. Mikäli lasta ei rajoiteta tai häneltä ei koskaan vaadita mitään, lapsi ei opi käyttäytymisen pelisääntöjä, huomioimaan toisten tarpeita tai odottamaan tarpeidensa tyydyttämistä. Lapsen olo voi myös olla hyvin turvaton ja lapsi voi jopa masentua. (Mll:n [www-sivut](#).)

Rajojen asettaminen vaatii myös sinnikkyyttä ja voimia. Mikäli lapsi ei saa mitä haluaa, hän suuttuu ja pettyy herkästi. Vanhempi saattaa tuntea väsymystä, epävarmuutta tai syyllisyyttä ja antaa periksi, jotta pääsee tilanteesta helpommalla. Kun tämä toistuu usein, lapsi oppii, ettei vanhempi tarkoita sitä mitä sanoo. Vanhemman uskottavuus murenee ja lapsi käyttäytyy jatkossakin niin, että saa haluamansa. (Mll:n [www-sivut](#).)

3.2.2 Sosiaaliset ongelmat

Perheen sosiaalisissa ongelmissa on kyse päihde-, mielenterveys- tai toimeentulo-ongelmista sekä väkivallasta. Vanhempien liiallinen alkoholinkäyttö on monella tavalla vakava asia. Monet perheet kohtaavat päihdeongelmia, jopa joka neljännessä perheessä päihteitä käytetään liikaa lasten näkökulmasta. Päihdeongelma voi aiheut-

taa lapsen kaltainkohtelua, huolenpidon puutetta tai vuorokausirytmien sekoittumista. Lasta laiminlyödään ja lapsi voi joutua kantamaan vastuuta muista sisaruksistaan, joskus jopa vanhemmistaan. Vanhempien päihdeongelma aiheuttaa myös riskin päihde- ja mielenterveysongelmien siirtymisestä seuraaville sukupolville. Yhteiskunnan keinot tavoittaa näitä perheitä on usein heikot ja ongelmat saattavat pysyä pitkään piilossa. (Holmila, Huhtanen, Martikainen, Mäkelä & Virtanen 2009, 104-105.)

Mielenterveysongelmat ovat myös melko yleisiä, noin viidesosa aikuisväestöstä sairastaa masennusta, ahdistusta tai jotakin muuta mielenterveyden häiriötä. Ongelmiin voi olla monia syitä, kuten uupumusta, biologisia tekijöitä tai vaikeita elämäkokemuksia. Mielenterveysongelmista kärsivä vanhempi voi olla itkuinen, väsynyt, allapäin tai räjähtelevä. (Kivelä, Liukkonen & Niemi 2015, 232.) Vanhemman sairastuessa, hänen tapansa kokea ja huomioida itseään ja muita muuttuu, mikä vaikuttaa koko perheen hyvinvointiin ja toimintaan. Jotta lapsi pystyy kehittymään normaalisti, elämän ei tarvitse olla ongelmatonta. Ongelmiin on kuitenkin syytä tarttua ajoissa ja rakentavasti. Lapsen normaalin arjen on hyvä jatkua, vaikka vanhemmalla olisikin mielenterveyden ongelma. Varhaiskasvatus, koulu ja harrastukset auttavat lasta selviytymään kun kotona on vaikeaa. Mikäli lapsi tarvitsee tukea selvitäkseen tilanteesta, on hänen päästävä ajoissa hoitoon. Siksi mielenterveysongelmien kanssa ei saa jäädä yksin. (Mielenterveystalon www-sivut 2018.)

Myös väkivalta on ikävän yleistä. Väkivalta voi olla lapsiin kohdistuvaa tai aikuisten keskinäistä parisuhdeväkivaltaa ja koskettaa kaikkia yhteiskuntaluokasta, ikäluokasta, kulttuurista tai sukupuolesta riippumatta. Väkivalta voi olla fyysistä, henkistä tai seksuaalista väkivaltaa, hoidon laiminlyömistä tai emotionaalista laiminlyöntiä. Väkivalta voi johtaa fyysisen tai psyykkisen vamman syntymiseen, kehityksen häiriintymiseen tai jopa kuolemaan. Lapselle on yhtä haavoittavaa altistua perheenjäsenten väliselle väkivallalle, kuin suoran väkivallan kohteeksi. Ennaltaehkäisevä työ, sekä varhainen puuttuminen vähentää inhimillistä kärsimystä ja säästää myös yhteiskunnan varoja. (Thl:n www-sivut 2018.)

Vaikka lasten fyysinen ja henkinen väkivalta (artikla 19), sekä lapsen rankaiseminen julmalla ja halventavalla tavalla (artikla 37) ovat YK:n lapsen oikeuksien sopimuksen mukaan kiellettyä, sitä tapahtuu silti. Lastensuojelun Keskusliiton vuonna 2017

teettämän tutkimuksen mukaan, suomalaiset ovat hyvin tietoisia siitä, että lasten ruumiillinen kurittaminen on kiellettyä lailla. Tietoisuus laista ei kuitenkaan takaa sitä, että kuritusta pidettäisiin vääränä. Tutkimuksen mukaan kurittaminen on vähentynyt selvästi vuosien saatossa, muttei kuitenkaan poistunut kokonaan. Reilu kolmannes vanhemmista kurittaa joskus lastaan fyysisesti tai henkisesti. Mikäli vanhempi on kokenut lapsena kuritusväkivaltaa, riski kuritusväkivaltaan on merkittävästi suurempi myös oman lapsen kohdalla. Kuritusväkivalta muodostaa siis selkeästi ylisukupolvisen ketjun. (Hyvärinen, S. 2017, 10-15.)

Lapsiperheissä tavataan usein myös köyhyyttä. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen julkaiseman raportin mukaan, noin joka kymmenes lapsiperhe on köyhä. Toimeentulo-ongelmat vaikuttavat lapsiperheiden hyvinvointiin mm. siten, että huoli vanhemmuudesta, omasta jaksamisesta, lapsen ja perheen hyvinvoinnista, oppimisesta ja sosiaalisista suhteista ovat yleisempiä kuin muilla lapsiperheillä. (Karvonen & Salmi 2016, 3.) Köyhyys lapsiperheissä voi aiheuttaa myös sen, että lapsen ravinto on yksipuolista, eikä lapsi pysty harrastamaan. Lapsi voi myös kokea ulkopuolisuutta, koska vaatteet ym. eivät välttämättä ole yhtä hienoja kuin kavereilla. Kaikilla sosiaalisilla ongelmilla on samanlaisia haittoja lapsille. Mikäli lapsi (ja perhe) ei saa ajoissa apua, ongelmat voivat seurata aina aikuisuuteen asti. (Kivelä ym. 2015, 232-234.)

Jotta tulevaisuudessa pystytään turvaamaan lasten kehitysedellytykset, eriarvoisuutta tulee vähentää ja syrjäytymistä ehkäistä. Erilaiset suojaavat tekijät voivat turvata lapsen kasvua, vaikka lapsen ja perheen elämässä olisikin riskitekijöitä. Suojaavia tekijöitä ovat esim. myönteiset ihmissuhteet sekä onnistumisen kokemukset. Ennaltaehkäisevät palvelut, kuten esim. juuri Varpeen lastentarhassa alkanut vanhempainkahvilatoiminta, voivat auttaa sosiaalisten ongelmien ehkäisyssä ja näin lapsen kehityksen turvaamisessa.

3.2.3 Parisuhde

Parisuhde luo pohjan sekä vanhemmuudelle, että lasten tasapainoiselle kehitykselle. Hyvin toimiva parisuhde on yksi tärkeimmistä asioista elämässä, mutta todellisuus saattaa olla joskus hyvinkin erilainen. Parisuhteesta ei aina jakseta pitää huolta ja us-

ko parisuhteeseen saattaa jäädä arkisten asioiden varjoon. Mikäli ongelmia ei selvitetä, tilanne johtaa usein eroon. Vanhempien riitaisuus ja vihamielisyys ovat suuria riskitekijöitä lapsen kehityksen kannalta, joten joskus ero onkin lapsen kannalta parempi vaihtoehto kuin yhdessä pysyminen. Vaikka vanhempien ero on yksi yleisimmistä stressitekijöistä lapsen elämässä, suuri osa lapsista sopeutuu eroon kuitenkin hyvin. Eron aiheuttamien tunteiden käsittely suojaa lasta, joten vanhemman on hyvä kyetä läheiseen vanhemmuuteen eron jälkeen. (Väestöliiton [www-sivut](#) 2018.)

3.2.4 Yksinhuoltajuus

Yhden vanhemman perheitä on n. 20 % kaikista perheistä. Yksinhuoltajuus voi johtua leskeytymisestä, erosta tai omasta tahdosta. Yhden vanhemman perheellä voi olla pienituloisuusriski, kun ei ole kumppania jakamassa menoja. Joka neljäs suomalainen yksinhuoltaja on luokiteltu pienituloiseksi. Yksinhuoltajien taloudellisen aseman heikkouteen vaikuttaa alhaisempi työllisyys, sekä matalampi ansiotaso. Työn ja perheen yhteensovittaminen voi myös olla hankalaa, koska kaikkea työtä ei ole aina mahdollista ottaa vastaan esim. lastenhoidon järjestämisen takia. Myös oman ajan puuttuminen kuormittaa yksinhuoltajaa, varsinkin jos verkostoja ei ole. (Thl:n [www-sivut](#).)

3.2.5 Työn ja perhe-elämän yhteensovittaminen

Yhteiskunnan luoma lainsäädäntö vaikuttaa lapsen maailmaan ja työn ja perhe-elämän yhdistäminen on melko monimutkaista. Vanhemmat joutuvat usein tasapainoilemaan kodin ja työn välillä ja lastenhoito pitää sopeuttaa työelämän vaatimuksiin. Työelämän kiihtynyt rytmi jättää vanhemmuudelle vähemmän aikaa ja teknologian kehitys on tuonut työt myös kotiin ja lomille. Arjen rutiinit ovat aikasidonnaisia ja työn jatkuminen kotona vaikuttaa kodin käytäntöihin. Työ on usein vuorotyötä ja ylitöitä tehdään paljon. Mikäli vain toinen vanhemmista hoitaa lasta, tilanne voi olla hyvin haastava. Molempien vanhempien osallistuminen tasapuolisesti lastenhoitoon taas vaatii neuvottelutaitoja. Neuvottelu voi aiheuttaa stressiä, joka pahimmillaan johtaa eroon. Myös huoli työn jatkuvuudesta voi olla erittäin stressaavaa perheelle. Vaikka työ aiheuttaakin paljon haasteita perhe-elämälle ja vanhemmuudelle, se myös

tukee sitä. Työ rytmittää arkea ja tuo toimeentulon, antaa vanhemmille mahdollisuuden kehittyä ja pitää yllä ammattitaitoa, sekä mahdollisuuden olla toisten aikuisten seurassa. Kun vanhempi voi hyvin, hän jaksaa paremmin olla lapsensa kanssa. (Kyronlampi-Kylmänen 2010, 47-53.)

3.2.6 Some/peliriippuvuus

Netti- ja someriippuvuus ovat tämän päivän ongelmia. Netti- ja/tai someriippuvuus tarkoittaa sitä, että ihminen viettää aikaa netissä niin paljon, että se muuttuu haitalliseksi sekä yksilölle, että ympäristölle. Toisaalta on tärkeää, että ihminen on sidoksissa erilaisiin sosiaalisiin ryhmiin ja näiden suhteiden ylläpito on ihmisen hyvinvoinnin kannalta perusteltua ajankäyttöä, mutta liika on kuitenkin liikaa. (Uski, S. 2016.) Vanhempien liiallinen sosiaalisen median käyttö on yksi syy lasten puhumattomuudelle, koska se vie liikaa aikaa lasten ja vanhempien vuorovaikutukselta. Vanhemman läsnäolo vaikuttaa lapsen hyvinvointiin ja psyykkiseen kehitykseen erittäin keskeisesti ja pienikin lapsi osaa erottaa, onko vanhempi läsnä vai ei. Läsnäolo on passiivista, mikäli vanhempi on keskittynyt puhelimeensa, vaikka olisikin lapsen kanssa samassa tilassa. Lapsi tarvitsee vanhemman läsnäoloa, jotta hänen perusturvallisuuden tunne kehittyy. (Latva, R. 2018.)

Myös lasten kännykän käytöstä ja pelaamisesta puhutaan paljon. Jo ihan pienellekin lapselle annetaan ”ruutuaikaa”, joka saattaa helpostikin venyä useampaan tuntiin. Lapsi saadaan pysymään tyytyväisenä kun hänelle annetaan älylaite. Sisältöä ei aina tutkita etukäteen ja lapset saavat pelata pelejä, joiden ikärajoihin ei kiinnitetä huomiota. Varsinkin pienten lasten aivot ovat herkässä kehitysvaiheessa, joten pitkä ruutuaika voi vaikuttaa mm. keskittymisen kannalta huonoon suuntaan. Myös leikkiaika ja ulkoilu/liikunta voivat jäädä liian lyhyeksi, mikä saattaa taas aiheuttaa muita ongelmia tulevaisuudessa. Lapsen ylipaino, liian vähäinen uni/unettomuus, silmien väsyminen, kuuloharhat, jopa epileptiset kohtaukset voivat olla seurauksena liiallisesta ruutuajasta. Vanhempien tehtävänä on seurata lastensa somen käyttöä ja pelaamista, sekä määrättävä rajat, joita noudatetaan.

3.3 Vanhemmuuden tukeminen varhaiskasvatuksessa

Oma perhe on lapsen tärkein kasvuympäristö. Lisäksi lapsen perheen ulkopuolinen ympäristö vaikuttaa suuresti lapsen kasvuun ja elämään. Lapsi aloittaa varhaiskasvatuksessa ennen kouluikää ja näin lapsen kehittyminen, kasvaminen ja oppiminen tapahtuvat kasvuympäristön yhteistyöprosessina. Lapsella voi olla siis monta kasvattajaa omien vanhempien lisäksi, jotka yhdessä tekevät tärkeää työtä lapsen kasvun hyväksi. (Järvinen ym. 2011, 29-30.)

Varhaiskasvatussuunnitelman mukaan huoltajien kanssa tehtävällä yhteistyöllä on suuri merkitys. Yhteistyöllä tuetaan varhaiskasvatuksen järjestämistä niin, että jokainen lapsi saa sellaista opetusta, hoitoa ja kasvatusta, jota hänen kehityksensä ja tarpeensa vaativat. Tavoitteena on varhaiskasvattajien ja huoltajien yhteinen sitoutuminen lapsen kasvun ja kehityksen tukemiseen, jotta lapsen kokonaisvaltainen hyvinvointi pystytään turvaamaan. Yhteistyössä huomioidaan perheiden monimuotoisuus, sekä huoltajuuteen ja vanhemmuuteen liittyvät kysymykset. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016, 32-33.)

Suurin osa vanhemmista pärjää arjessa hyvin. Joskus on kuitenkin ajanjaksoja, jolloin vanhemmat tarvitsevat apua ja neuvoja perheen arkeen. Varhaiskasvatuksessa vanhempien tukeminen voi olla neuvojen antamista, sekä keskustelua kasvatuksesta tai vaikka arjen sujumisesta. (Miller, S. 2010, 55.) Tuen tarpeesta riippuen, tuki kohdistetaan sosiaalisen, fyysisen tai psyykkisen selviytymisen tukemiseen. Tuen tulisi olla tarjolla silloin, kun sitä eniten tarvitaan. Tuen tarve voi liittyä hyvin arkipäiväisiin asioihin tai esim. lapsen kehitykseen. Vanhemmat saavat tietoa ja tukea eri viranomaisen ja palveluiden kautta, kuten esimerkiksi juuri varhaiskasvatuksesta. (Vilén ym. 2006, 52, 86.)

3.3.1 Kasvatusyhteistyö

Varhaiskasvatuksen ja vanhempien välisen yhteistyön tavoitteena on toimia lapsen parhaaksi. Yhteisten tietojen avulla rakennetaan toimintalinjat, joiden avulla lapsi saa parhaan mahdollisen tuen kasvaakseen ja kehittyäkseen. On tärkeää vaihtaa kuulumis-

sia päivittäin, jotta molemmin puolinen luottamus, sekä lapsen tuntemus lisääntyy. Kasvatusyhteistyöhön tarvitaan dialogisuutta, eli tasavertaista, aktiivista ja avointa kommunikaatiota. Näin mahdollisten ongelmienkin ratkominen yhdessä on helpompaa. (Järvinen ym. 2011, 118-119.)

Jotta luottamus voidaan saavuttaa vanhempien kanssa, kasvattajien pitää sitoutua työhönsä. Kasvattajilla pitää olla tietoa perheen kehitysvaiheista ja elämäntilanteesta, jotta perhettä pystytään tukemaan parhaalla mahdollisella tavalla. Vanhemmuutta voidaan tukea keskustelemalla perheen kanssa perheen vahvuuksista, tai miten asiat perheessä sujuvat. Keskusteluissa voidaan käyttää apuna esim. Vanhemmuuden roolikarttaa. (Järvinen ym. 2011, 16.) Lisäksi Lapset puheeksi-keskustelu on hyvä työväline päiväkodissa. Vanhemmuuden roolikarttaa on käsitelty kappaleessa 2.5 ja Lapset puheeksi-keskustelua kappaleessa 3.3.2.

Kallialan (2012, 90-95) mukaan hyvään varhaiskasvatukseen kuuluu yhteistyö vanhempien kanssa ja päiväkodin ja kodin luottamuksellisiin suhteisiin tulee panostaa. Lapsen mahdollinen tuen tarve yritetään huomata mahdollisimman aikaisin ja hyvä yhteistyö pyritään säilyttämään myös ongelmatilanteissa. Yhteistyö on usein vanhempien neuvomista ja opettamista, mutta ennen kaikkea vanhempien kanssa tehtävää yhteistyötä, jolle asetetaan selkeät tavoitteet. Varhaiskasvatussuunnitelman (2016, 10) mukaan jokaiselle päiväkodissa olevalle lapselle laaditaan varhaiskasvatussuunnitelma, jonka lähtökohtana tulee olla lapsen etu ja tarpeet. Henkilöstö laatii suunnitelman yhteistyössä huoltajien kanssa, lapsen toiveet ja mielipiteet huomioon ottaen.

3.3.2 Ennaltaehkäisevä työ varhaiskasvatuksessa

Ennaltaehkäisevän työn tarkoituksena on kohdentaa tukea perheille mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Perhettä voidaan auttaa mm. päiväkodissa, eli siellä, missä perhe jo on. (Paavola, A. 2010, 3.) Varhaiskasvatuksessa tehtävä ennaltaehkäisevä työ pohjautuu varhaiskasvatussuunnitelman perusteisiin (2016), sekä varhaiskasvatustalakiin (580/2015). Tavoitteena on toimia ”yhdessä lapsen sekä vanhemman tai muun huoltajan kanssa lapsen tasapainoisen kehityksen ja kokonaisvaltaisen hyvin-

voinnin parhaaksi, sekä tukea lapsen vanhempaa tai muuta huoltajaa kasvatustyössä” (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016, 16).

Hyvä keino tukea lasten kehitystä ja perheiden hyvinvointia ennaltaehkäisevästi, on käydä Lapset puheeksi-keskustelu vanhempien kanssa varhaiskasvatussuunnitelman laatimisen yhteydessä. Kodin tai varhaiskasvatuksen ongelmat heijastuvat herkästi lapseen, mutta on asioita, joita voidaan tehdä kehityksen tukemiseksi. Lapset puheeksi-keskustelussa pyritään tunnistamaan lapsen kehitystä tukevia tekijöitä ja saamaan näin keinoja arkeen, jotka vähentävät ja ehkäisevät mahdollisia ongelmia sekä tukevat lapsen hyvää arkea. Lapset puheeksi-keskustelu on matalan kynnyksen menetelmä, jonka avulla voidaan löytää mahdollisesti muita tarvittavia palveluja ja työmenetelmiä. (Solantaus 2013, 2.)

Laadukas varhaiskasvatus edellyttää monien eri tahojen yhteistyötä, jota tehdään koko lapsen ympärillä olevan verkoston kanssa. Verkostoyhteistyön tavoitteena on varhainen puuttuminen, ehkäisevän lastensuojelun toteuttaminen, sekä perheen tukeminen ja ohjaaminen tarvittaviin palveluihin. (Heikkilä, Ihalainen & Välimäki, 2007, 10.)

Ennaltaehkäisevänä toimintana voidaan pitää myös Varppeessa alkavaa vanhempainkahvilaa, sillä sen tarkoituksena on tukea vanhempia kasvatustyössä jo ennen kuin suurempia ongelmia ilmaantuu. Kahvilassa kerrotaan vanhemmuuteen ja kasvatukseen liittyviä asioita, jotka voivat auttaa vanhempia kasvatustyössä. Kahvilassa mahdollistuu myös vertaistuki, sillä tarkoituksena on tutustuttaa samassa elämäntilanteessa olevia vanhempia toisiinsa.

3.3.3 Varhaiskasvatuksen perhetyö ja palveluohjaus

Lastensuojelulain (13.4.2007/417, 3a§) mukaan ennaltaehkäisevää perhetyötä tulee järjestää silloin, kun lapsi tai perhe eivät ole lastensuojelun asiakkaana. Ennaltaehkäisevällä lastensuojelulla tuetaan lapsen kehitystä ja vanhemmuutta, sekä edistetään lasten hyvinvointia ja ehkäistään ongelmia ja kehitystä vaarantavia tekijöitä. Yksi keskeinen ennaltaehkäisevää lastensuojelua toteuttava peruspalvelu on varhaiskasva-

tus. Varhaiskasvatuksessa voi työskennellä perhetyöntekijä tai oman työn ohella perhetyötä tekevä kasvattaja. (Järvinen ym. 2012, 78-80.)

Raisiossa varhaiskasvatuksessa tehdään perhetyötä ja jokaisella päiväkodilla on oma nimikkoperhetyöntekijänsä. Varhaiskasvatuksen perhetyöntekijä voi tavata vanhempia yleensä yhdessä varhaiskasvatuksen työntekijän kanssa joko päiväkodissa tai perheen kotona. Perhetyöntekijä ohjaa perhettä tarvittaessa sopivien palveluiden piiriin. Pidempiaikaisesta tuesta palveluohjaaja tekee erillisen päätöksen, mutta kerta-luonteisesta tapaamisesta ei vielä synny perhepalveluiden asiakkuutta. (Raision kaupungin www-sivut, 2018.)

Varpeen lastentarhan vanhempainkahvilaan osallistuu päiväkodin oma nimikkoperhetyöntekijä. Hän on mukana suunnittelemassa toimintaa ja osallistuu kahviloihin tehdäkseen itseään tutuksi päiväkodin vanhemmille. Tavoitteena on, että kynnys avun pyytämiselle, ja näin myös saamiselle, helpottuu. Hänen tehtävänä on myös palveluohjauksen näkökulman huomioiminen. Nimikkotyöntekijä auttaa vanhempia löytämään apua ja tukea ongelmiin, sekä ohjaa tarvittaessa myös palveluohjaajalle.

Palveluohjaus on asiakkaan etua korostava, asiakaslähtöinen työtapa. Sillä tarkoitetaan asiakastyön menetelmää, sekä palveluiden yhteensovittamista organisaatioiden tasolla. Palvelut, työtavat, tavoitteet, sekä tuki räätälöidään kunkin asiakkaan tarpeen mukaan. Palveluohjaaja hoitaa tehtävää ja sen tavoitteena on tukea asiakkaan itsenäistä elämää. Palveluohjaus on prosessi, jonka tarkoituksena on löytää tarpeisiin parhaiten sopivat palvelut ja tukimuodot määrittelemällä asiakkaan yksilölliset voimavarat ja palvelutarpeet. (Hänninen, K. 2007, 11.)

4 KEHITTÄMISTYÖN TAVOITTEEN MÄÄRITTELY

Toiminnallinen opinnäytetyö on käytännön toiminnan ohjeistamista, toiminnan järjestämistä tai järjeistämistä. Se voi olla esimerkiksi ohje, opastus tai ohjeistus, joka on suunnattu ammatilliseen käytäntöön, tai esimerkiksi jonkin tapahtuman toteutta-

minen. Toteutustapana voi olla esim. kirja, opas, portfolio, kotisivut tai johonkin tilaan järjestetty tapahtuma. Toiminnallisessa opinnäytetyössä yhdistyvät sekä käytännön toteutus, että sen raportointi tutkimusviestinnän keinoin. Opinnäytetyön tulisi olla työelämälähtöinen, sekä käytännönläheinen, tietojen ja taitojen hallintaa osoittava, tutkimuksellisella asenteella toteutettu työ. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 9-10.)

Tämä opinnäytetyö oli kehittämistyö, jonka tarkoituksena oli luoda pysyvä, vanhemmuutta tukeva toimintamuoto päiväkotiin. Tarkoituksena oli kehittää kaikille avointa, matalan kynnyksen toimintaa, jonne jokaisen vanhemman olisi helppo tulla. Jokaiselle kerralle suunniteltiin aihe, jonka ajateltiin olevan hyödyllinen vanhemmille. Syksyn 2018 kolme kertaa suunniteltiin etukäteen. Lisäksi vanhemmille tehtiin kysely, jossa selvitettiin mistä asioista vanhemmat olivat kiinnostuneita ja mistä aiheista he mahdollisesti hyötyisivät kasvatustehtävässään. Myös päiväkodin henkilökunnalle tehtiin kysely, jotta heidän näkemyksensä vanhempien tuen tarpeista tulisi hyödynnetyksi jatkoa suunniteltaessa.

5 VANHEMPAINKAHVILAN KEHITTÄMISEN VAIHEET

Kehittämistyötä voidaan Salosen mukaan tehdä erilaisten kehittämistoimintaa kuvaavien mallien avulla. (Salonen 2013, 5.) Tässä opinnäytetyössä edettiin pitkälti konstruktivistisen mallin mukaan. Konstruktivistinen malli sisältää ajatuksen hankkeen suunnittelusta, vaiheistuksesta, oppimisesta, osallisuudesta, tutkimuksellisesta kehittämisotteesta, sekä monipuolisesta menetelmäosaamisesta. (Salonen 2013, 16.)

5.1 Kehittämistyön aloitusvaihe

Kehittämistyön aloitusvaihe pitää sisällään kehittämistarpeen, alustavan kehittämis tehtävän, toimintaympäristön, sekä mukana olevat toimijat. Aloitusvaiheessa on tarkoitus sopia niistä asioista, jotka vaikuttavat työn onnistumiseen, sekä kirjata sovitut asiat ylös. (Salonen 2013, 17.)

Kehittämistyön aloitusvaihe lähti liikkeelle toukokuussa 2018 palaverilla toimeksiantajan, eli päiväkodin johtajan kanssa. Palaverin tarkoituksena oli kartoittaa työn tarkoitus, mitä kehittämistyöllä haettiin ja minkälaisella yhteistyöllä toimintaa oli tarkoitus lähteä kehittämään. Tämän jälkeen suunnittelua jatkettiin yhteisellä palaverilla perhepalveluiden, Lupa auttaa! hankkeen agentin, sekä neuvolan terveydenhoitajan kanssa. Palaverissa suunniteltiin yhteistyön muotoa, jolla vanhempainkahvilat pystyttäisiin toteuttamaan. Palaverissa päädyttiin tekemään yhteistyötä ensisijaisesti perhepalveluiden kanssa, koska perhetyöntekijä oli jo jalkautunut päiväkotiin. Perhetyön osuutta pystyttäisiin kehittämään näin paremmin ja päiväkodin nimikkoperhetyöntekijä tulisi tutummaksi vanhemmille. Jatkossa yhteistyötä tehtäisiin mahdollisesti myös muiden toimijoiden kanssa.

Palaverissa sovittiin syksyille kolme päivää, jolloin vanhempainkahvila järjestettäisiin. Ensimmäinen kahvila sovittiin pidettäväksi syyskuussa, toinen lokakuussa ja kolmas marraskuussa. Ensimmäisen kahvilan aiheeksi valittiin kahvilatoiminnasta kertominen sekä yhteistyökumppanien ja vanhempaintoiminnan esittely. Ensimmäisen kahvilan yhteydessä oli tarkoitus kartoittaa, ovatko vanhemmat kiinnostuneita tämän tyyppisestä ennaltaehkäisevästä toiminnasta ja kuinka paljon vanhempia osallistuu mahdollisesti jatkossa kahvilaan.

Toisen kahvilakerran teemaksi sovittiin perhepalveluiden järjestämä ”Tehokas kehuminen”. Tarkoituksena oli keskustella siitä, voiko lasta kehua liikaa ja miksi lapsen kehuminen on tärkeämpää, kuin huonosta käytöksestä moittiminen. Kolmannen kerran teemaksi valittiin ”Kysy terveydenhoitajalta”, jolloin vanhemmille oli tarkoitus antaa mahdollisuus kysyä terveydenhoitajalta mieltä askarruttavia asioita lasten terveydestä.

Opinnäytetyön toteutuksen kannalta oli oleellista suunnitella kahvilakertojen aikataulut ja teemat etukäteen, jotta ulkopuoliset asiantuntijat pystyivät varautumaan kahviloihin ja vanhemmille saatiin ajoissa tieto kahvilakerroista. Myös teemat kerrottiin heti aluksi, jotta kaikki asiasta kiinnostuneet olisivat pystyneet vaikuttamaan omiin mahdollisuuksiinsa päästä osallistumaan kahvilaan.

5.2 Suunnitteluvaihe

Suunnitteluvaiheessa tehdään kirjallinen kehittämissuunnitelma, josta ilmenee mm. tavoitteet, ympäristö, vaiheet, tiedonhankintamenetelmät, dokumentointitavat sekä toimijat ja heidän tehtävät ja vastuut. Työskentely tulee olla tarkasti suunniteltua, vaikka etukäteen ei voikaan sanoa, mikä toimii ja mikä ei toimi. (Salonen 2013, 17.)

Kahvilatoiminnan suunnitteluvaiheessa mietittiin vielä tarkemmin kenelle, mitä ja miksi tällaista toimintaa lähdetään toteuttamaan. Suunnitteluvaiheessa tein kirjallisen opinnäytetyön suunnitelman, josta ilmeni mm. kehittämistyön tavoitteet, vaiheet ja tiedonhankintamenetelmä siinä tarkkuudessa, kuin ne sillä hetkellä oli tiedossa. Lisäksi kokosin ohjeistusta vanhempainkahvilatoiminnan aloittamisesta (Liite 1). Päivitin ohjeita sitä mukaa, kun uusia ja huomioitavia asioita ilmeni.

5.3 Esi- ja työstövaihe

Kehittämistyön esivaiheessa suunnitelma käytiin vielä läpi. Tämän jälkeen aloitettiin työstövaihe, joka Salosen (2013, 17) mukaan on kehittämistyön suunnitteluvaiheen jälkeen toiseksi tärkein vaihe. Se on pisin ja vaativin vaihe, jossa toimitaan kohti sovittuja tavoitteita ja tuotosta.

Työstövaiheessa aloitettiin kahvilan mainostaminen sekä tehtiin kutsut kahvilaan (Liite 2). Kutsut laitettiin jokaisen ryhmän ilmoitustaululle sekä lisäksi päiväkodin johtaja kertoi jokaisen ryhmän vanhempainillassa alkavasta kahvilatoiminnasta. Vielä ennen ensimmäistä kahvilaa, kaikille vanhemmille lähetettiin sähköpostitse muistutusviesti alkavasta toiminnasta. Ensimmäisen kahvilakerran jälkeen mainostusta lisätiin vielä niin, että päiväkodin vanhempien Facebook-ryhmään laitettiin mainos kahvilasta, sekä tulostettiin jokaisen lapsen lokeroon paperinen kutsu. Vielä päivää ennen kahvilaa lähetettiin muistutussähköposti vanhemmille.

Alun perin ajatus oli järjestää kahvilat aamulla, jolloin vanhemmat voisivat jäädä kahvilaan samalla kun tuovat lapsensa aamupalalle. Kahviloiden edetessä kuitenkin huomattiin, että vanhemmilla ei ollut aikaa tai mielenkiintoa jäädä aamulla kahvi-

laan, joten kolmas kahvila päätettiin järjestää iltapäivällä. Ennen kolmatta kahvilaa, vanhemmille lähetettiin kysely kahvilatoiminnasta. Kyselyssä kartoitettiin vanhempien mielipiteitä kahvilan aikataulusta, sekä siitä, millaiset aihealueet olisivat vanhempien mielestä kiinnostavia ja hyödyllisiä tulevia kahviloita ajatellen. Vastaavanlainen kysely lähetettiin myös päiväkodin henkilökunnalle, jotta myös heidän näkemyksensä pystyttäisiin huomioimaan mahdollisia kevään kahvilakertoja suunniteltaessa.

5.4 Tarkistusvaihe

Tarkistusvaihe voi sisältyä kaikkiin vaiheisiin ja tällöin toimijat arvioivat yhdessä syntynyttä tuotosta ja palauttavat sen tarvittaessa takaisin työvaiheeseen tai siirtävät suoraan viimeistelyvaiheeseen. (Salonen 2013, 18.) Tässä opinnäytetyössä toimintaa arvioitiin jokaisen kahvilan yhteydessä ja toimeksiantajan kanssa yhdessä pohdittiin miten vanhempia saataisiin kahvilaan lisää. Ensimmäisellä kahvilakerralla vanhemmilta kysyttiin suoraa palautetta, joiden perusteella kahvila-ajatus oli todella hyvä ja tarpeellinen. Vanhemmat ehdottivat, että mainostusta tulisi kuitenkin ehkä vielä lisää. Tästä viisastuneina mainos lisättiin vanhempien Facebook-sivuille, sekä jokaiselle jaettiin vielä paperinen mainos kahvilasta.

Toinen kahvilakerta ei kuitenkaan tuonut lisää vanhempia kahvilaan, päinvastoin. Vain kaksi vanhempaa saapui paikalle. Kahvilakerta osui ikävä kyllä juuri JHL:n ruokahuollon lakkopäivään, eikä kahvilaan saatu tarjoiluja. Tästä kerrottiin vanhemmille etukäteen sähköpostitse, mikä saattoi myös vaikuttaa tulijamäärään. Kahvilan aiheena oli lapsen tehokas kehuminen, joka koettiin tärkeäksi aiheeksi, mutta kahden vanhemman kanssa keskustelun aikaansaamisen koettiin olevan hankalaa. Siksi aihe päätettiin siirtää seuraavaan kahvilaan, jonka ajankohtaa päätettiin myös siirtää kokeilumielessä iltapäivään. Iltapäivä oli kuitenkin kaikkein huonoin aika järjestää kahvila, koska viimeiselle kerralle ei saapunut yhtään vanhempaa paikalle. Viimeisen kerran aiheena piti olla ”Kysy terveydenhoitajalta”, mutta terveydenhoitaja ei päässytkään paikalle, joten siinäkin mielessä Perhepalveluiden ”Tehokkaan kehumisen” siirtäminen viimeiselle kerralle, oli hyvä idea.

Ennen viimeistä kahvilaa vanhemmille lähetettiin lyhyt kysely, jossa kysyttiin vanhempien mielipidettä kahvilan tarpeellisuudesta, ajankohdasta ja mielenkiintoisista aiheista, joita tulevissa kahviloissa mahdollisesti käsiteltäisiin. Kysely lähetettiin 120 perheelle ja vastauksia määräaikaan mennessä tuli 16. Kysely jatkettiin vielä viikolla ja vanhemmille lähetettiin muistutus kyselystä. Tämän jälkeen vastauksia saatiin hieman lisää, kaiken kaikkiaan 36. Myös päiväkodin työntekijöille lähetettiin kysely, jossa kysyttiin heidän näkemyksiään vanhemmuuden tukemisesta ja sen tarpeellisuudesta. Kysely lähetettiin 29 työntekijälle ja vastauksia saatiin yhteensä 18.

5.5 Viimeistelyvaihe

Viimeistelyvaiheessa viimeistellään tuotos ja kehittämishankeraportti. Nämä yhdessä muodostavat toiminnallisen opinnäytetyön. (Salonen 2013, 18.) Ennen viimeistelyvaihetta opinnäytetyön toimeksiantajan sekä yhteistyökumppanin (Perhepalvelut) kanssa käytiin keskustelua, miten jatketaan tästä eteenpäin. Kahvila ei saanut kannatusta, eikä näillä keinoilla ole ehkä järkevää jatkaa toimintaa. Myös kyselyiden tulokset koottiin ja analysoitiin. Kyselyn perusteella kahvilaa kohtaan koettiin olevan kiinnostusta, mutta ilmeisesti ajankohta oli huono. Toimeksiantajan vastuulle jää päätös siitä, jatkuuko kahvilatoiminta erilaisena kuin alun perin suunniteltiin vai unohdetaanko ajatus tämän tyyppisestä vanhemmuuden tukemisesta kokonaan ja etsitään erilaisia keinoja tukea lapsiperheitä ja vanhemmuutta.

5.6 Valmis tuotos

Kehittämishankkeen tuotoksena syntyy yleensä jonkinlainen konkreettinen tuotos, kuten opas, kirja tai esite. (Salonen 2013, 19.) Tämän opinnäytetyön konkreettinen tuotos oli ohjeet, joiden avulla vanhempainkahvilan perustamista miettivä voi aloittaa suunnittelun kahviloiden toteuttamisesta. Ohjeet auttavat kahvilan perustajaa miettimään, mitkä asiat tulee ottaa huomioon ja minkälaiset asiat voivat mahdollisesti muuttua matkan varrella. Ohjeiden avulla voi myös arvioida jo etukäteen aiheiden kiinnostavuutta sekä ajankohtaa.

6 KEHITTÄMISTYÖN TULOKSET

Kehittämistyön tuloksena syntyi vanhempainkahvilatoiminta, jonka tarkoituksena on tukea vanhemmuutta ja tarjota vanhemmille mahdollisuus kuulla itseä kiinnostavia aiheita, saada tukea vanhemmuuteen sekä saada vertaistukea tutustumalla muihin saman ikäisten lasten vanhempiin. Lisäksi tuloksena syntyivät ohjeet kahvilan perustamiseen sekä vinkkejä kahviloiden teemoihin. Tulevia teematoiveita selvitettiin kyselyllä, joka lähetettiin sekä vanhemmille että varhaiskasvatuksen henkilökunnalle.

6.1 Vanhempainkahvilat

Ensimmäinen vanhempainkahvila aloitettiin kertomalla toiminnasta, sen tavoitteista sekä kahvila-ajatuksen syntyisestä. Päiväkodin johtaja kertoi niin ikään ajatuksiaan kahvilasta ja siitä, millä tavoin kahvila tullaan jatkossa järjestämään. Perhetyöntekijä kertoi omasta osuudestaan kahvilatoiminnassa ja otti esiin myös palveluohjauksen näkökulman. Vanhempaintoiminnan edustaja kertoi vanhempaintoiminnasta ja onnistui saamaan myös uusia vanhempia mukaan toimintaan. Vanhempaintoiminta on monimuotoista toimintaa, jonka ajatuksena on järjestää erilaisia tilaisuuksia edistääkseen kodin ja varhaiskasvatuksen yhteistyötä. Vanhempaintoiminnalla on myös vanhemmuutta tukeva vaikutus, sillä vanhempainyhdistyksen tehtävä on tarjota vertaistukea kotien kasvatustyölle.

Ensimmäisellä kahvilakerralla oli mukana viisi vanhempaa. Kahvilassa saatiin aikaan hyvää keskustelua siitä, miksi tällainen toiminta on tarpeellista ja miten seuraavalle kahvilakerralle saataisiin vielä lisää vanhempia mukaan. Vanhemmilta tuli ehdotus, että päiväkodin vanhempien omalle Facebook-sivulle lisättäisiin vielä mainos kahvilasta. Ennen toista kahvilaa mainostusta lisättiin myös Facebookin kautta että vielä laittamalla jokaisen lapsen lokeroon paperinen mainos kahvilasta.

Toisen kahvilan ajankohta osui ikävä kyllä juuri ammattiyhdistysliikkeen poliittisen työtaistelun kanssa päällekkäin, mikä tarkoitti sitä, että ruokapalvelut lakkoilivat, eivätkä pystyneet toimittamaan kahvilatarjoiluja. Vaihtoehtona olisi ollut tietysti hommata tarjoilut muuta kautta, mutta koska lapsetkaan eivät saaneet päiväkodissa

ruokaa, ei vanhemmillekaan haluttu tarjota. Tämä ilmoitettiin vanhemmille etukäteen, mikä saattoi myös vaikuttaa kahvilan asiakasmäärään. Toisen kerran aiheena oli perhepalveluiden ”Tehokas kehuminen”, mutta kuuntelemaan saapui vain kaksi vanhempaa. Tarkoituksena oli koota vanhemmista keskusteluryhmiä, mutta kahden vanhemman kanssa keskusteluryhmän muodostaminen koettiin hieman hankalaksi. Siksi aihe päätettiin siirtää seuraavaan kertaan. Samalla päätettiin myös kokeilla kahvilan siirtämistä iltapäivään, koska ajankohta oli ilmeisesti huono vanhemmille.

Kolmannen ja vuoden viimeisen kahvilakerran aiheena piti alun perin olla neuvolan terveydenhoitajan ”Kysy terveydenhoitajalta”. Terveydenhoitaja ei kuitenkaan päässyt tulemaan sovittuna ajankohtana, joten perhepalveluiden ”Tehokkaan kehumisen” siirtäminen tähän sopi hyvin. Kahvilatarjoilut saatiin tällä kertaa paikalle, mutta ikävä kyllä yhtään vanhempaa ei osallistunut. Tämä sai pohtimaan kahvilatoiminnan tarpeellisuutta ja sitä, onko vanhemmilla tänä päivänä aikaa ja mielenkiintoa tulla mukaan tämän tyyppiseen toimintaan. Päiväkodin johtajan päätettäväksi jää, kokeillaanko kahvilan järjestämistä vielä ilt-aikaan vai oliko kahvila alun perinkään sellainen toimintamuoto, jolle on kysyntää.

6.2 Tutkimusmenetelmä ja tutkimuksen tulokset

Kahvilaan liittyen tehtiin pienimuotoinen kvantitatiivinen, eli määrällinen tutkimus. Määrällinen tutkimusmenetelmä on tutkimustapa, jossa tutkittavia asioita käsitellään numeroiden avulla. Määrällinen tutkimusmenetelmä vastaa esimerkiksi kysymykseen *kuinka moni*. Määrälliselle tutkimukselle on tyypillistä, että vastaajia on paljon ja sen avulla voidaan esim. kartoittaa ihmisiä koskevia asioita ja etsiä uusia näkökulmia. (Vilkka, H. 14, 17, 19.)

Tämän opinnäytetyön yhtenä tarkoituksena oli kartoittaa ovatko vanhemmat kiinnostuneita tämän tyyppisestä kahvilatoiminnasta, kokevatko he hyötyvänsä toiminnasta ja minkälaiset teemat he kokevat tärkeiksi liittyen vanhemmuuteen. Kartoitus tehtiin kyselynä, joka lähetettiin vanhemmille sähköpostin välityksellä. ”Kysely on aineiston keräämisen tapa, jossa kysymysten muoto on vakioitu: kaikilta kyselyyn vastaavilta kysytään samat asiat, samassa järjestyksessä ja samalla tavalla” (Vilkka H.

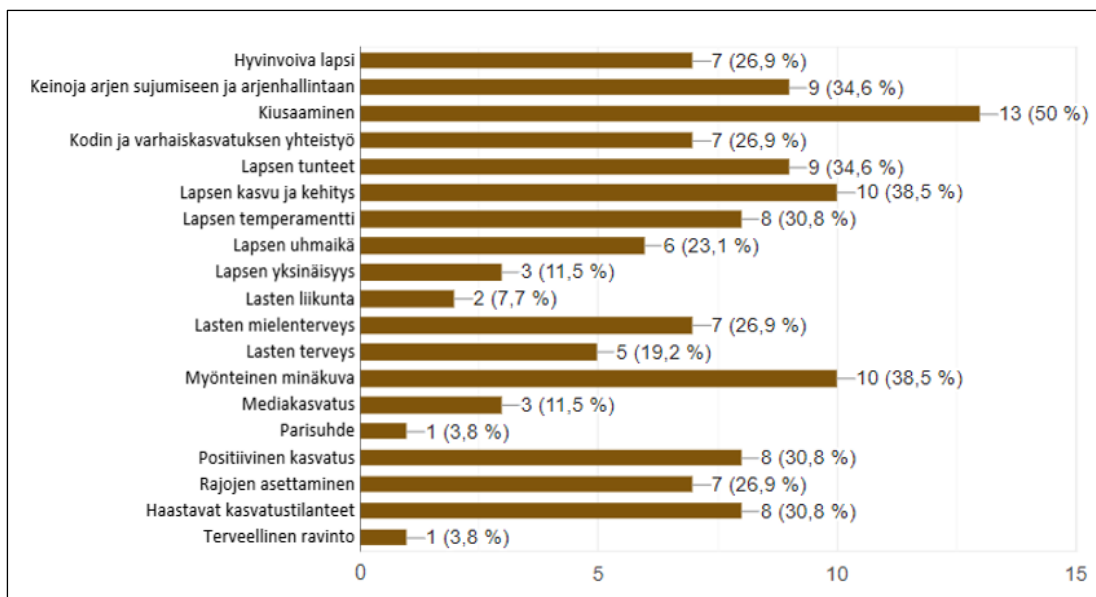
2007, 27). Kysely lähetettiin koko perusjoukolle, eli kaikille päiväkodin 120 perheelle. Kyselylomakkeessa käytettiin sekamuotoisia kysymyksiä, eli osa kysymyksistä oli ennalta määrätty ja vakioitu ja osa oli avoimia kysymyksiä. Ennalta määrätyissä kysymyksissä annettiin vaihtoehdot, joista sai valita parhaan mahdollisen. Avoimissa kysymyksissä kysyttiin vanhempien mielipiteitä kahvilatoiminnasta, sekä vinkkejä tuleviin kahviloihin.

Vanhemmilta kysyttiin, kokevatko he, että he voisivat saada tukea vanhemmuuteen vanhempainkahvilasta. 16,7 % vastaajista oli sitä mieltä, että he voisivat saada tukea vanhemmuuteen kahvilasta. 63,9 % vastaajista koki kahvilan olevan ehkä hyödyllinen, kun taas 19,4 % vastaajista oli sitä mieltä, ettei kahvilan tyyppinen toiminta voi tukea heidän vanhemmuuttaan. Vanhemmilta kysyttiin myös millaisia ajatuksia tämän tyyppinen toiminta herättää. Kaikkien vastanneiden mielestä ajatus kahvilasta on hyvä, jopa loistava. Ajatusta pidetään hyödyllisenä ja tärkeänä ja kahvilatoiminnan toivotaan jatkuvan.

Suurin osa vastaajista ei ollut osallistunut kahviloihin, mutta 72,2 % vastaajista aikoo ehkä tulevaisuudessa osallistua kahviloihin. He kokivat kahvila-ajatuksen mielenkiintoisena ja mikäli aihe ja ajankohta sopivat, saattavat osallistua kahvilaan tulevaisuudessa. Vastaajat, jotka eivät aio osallistua kahviloihin (27,8 %), perustelivat vastausta sillä, etteivät ehdi tai eivät koe tarvitsevänsä tämän tyyppistä tukea vanhemmuuteen.

Moni vastaaja koki kahvilan aikataulun olevan haastava, koska yleensä aamulla on kiire töihin. 17,6 % vastaajista koki aamuajan olevan hyvä, 8,9 % tulisi mieluummin iltapäivällä ja suurin osa, 73,5 %, pääsisi paikalle parhaiten ilta-aikaan. Noin puolet vanhemmista, jotka pystyisivät osallistumaan ilta-aikaan, toivoisivat myös lastenhoidtomahdollisuutta päiväkotiiin kahvilan ajaksi.

Vanhemmilta kysyttiin myös mielipiteitä tulevien kahviloiden teemoista. Vanhemmat saivat valita viisi mieluisinta aihetta valmiista vaihtoehtoista (Kuvio 1). Eniten kannatusta sai kiusaaminen. Toiseksi eniten kiinnostusta keräsivät aiheet lapsen kasvu ja kehitys, sekä myönteinen minäkuva. Kaikki annetut vaihtoehdot saivat ääniä, joten tulevien kahviloiden aiheiksi on paljon vaihtoehtoja.



Kuvio 1. Vanhempien mielipiteet tulevista kahviloiden teemoista

Vanhemmilta kysyttiin lisäksi perusteluja siihen, miksi aikovat tai eivät aio osallistua jatkossa kahviloihin. Vanhempien mielestä mielenkiintoinen aihe ja sopiva ajankohta motivoisivat tulemaan paikalle. Ajan puute ja kiire taas estävät vanhempia osallistumasta. Mikäli ”sisältöjä olisi mahdollista kuluttaa muulla tavoin (omaan tahtiin etänä)”, kuten yksi vanhempi asian ilmaisi, osallistuminen olisi helpompaa.

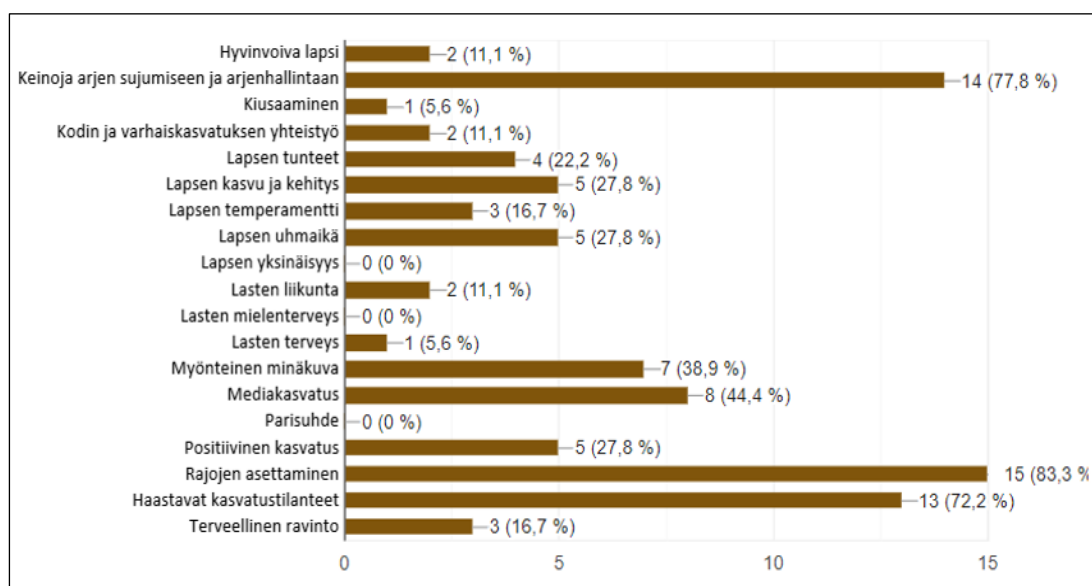
Kato kyselyssä oli melko suuri. ”Kato tarkoittaa tietojen eli havaintojen puuttumista, esimerkiksi vastaamatta jättämistä” (Vilka 2007, 59). Vastausaikaa oli viikko, jonka jälkeen kyselyä jatkettiin vielä viikolla. Vanhemmille lähetettiin uusi sähköposti kun vastausaikaa jatkettiin, jonka jälkeen vastausprosentti parani. Molemmilla kerroilla kahden ensimmäisen päivän aikana tuli kaikki vastaukset, joten pidempiaikainen kysely ei olisi välttämättä tuonut enää lisää vastauksia. Toteutunut otos suhteessa perusjoukkoon oli 30 %. Vealin (1997, 154) mukaan kyselytutkimuksissa vastaajia voi olla vain 25-30 prosenttia otoksesta, joten näin ollen toteutunut otos vastasi suurin piirtein odotuksia.

Vastaavanlainen kysely lähetettiin myös varhaiskasvatuksen henkilökunnalle. Henkilökunnalta kysyttiin kokevatko he vanhempien tarvitsevan tukea vanhemmuuteen, ja jos, niin minkälaisissa asioissa. 100 % vastaajista oli sitä mieltä, että vanhemmat tarvitsevat tukea vanhemmuuteen. Vastauksista ilmeni, että varsinkin rajojen asettaminen ja niistä kiinni pitäminen on vanhemmille haastavaa. Lapselle ei osata sanoa ei,

eikä säännöistä osata pitää kiinni! Lasten pettymysten sietokyky on heikkoa, joka johtaa päiväkodissa (ja kotonakin) konfliktitilanteisiin. Lapsi tarvitsee rakkaudella asetetut rajat, joista vanhemmat pitävät kiinni. Rajoista kiinni pitäminen on lapsen kehityksen kannalta erittäin tärkeää ja auttaa selviämään myös tulevaisuudessa tielle tulevista pettymyksistä.

Toinen asia, joka nousi kyselyssä vahvasti esiin, oli lasten mediakasvatus. Tämä koettiin asiaksi, jossa vanhemmat tarvitsevat ohjeistusta ja tukea. Työntekijät kokevat, että lapset viettävät liian pitkiä aikoja median parissa ja vanhemmat ovat liian välinpitämättömiä ikärajoista. Pelimaailma näkyy vahvasti jo pienten lasten arjessa väkivaltaisena käytöksenä ja osa lapsista elääkin jonkinlaisessa pelimaailmassa. Liiallinen ruutuaika näkyy myös lasten väsymyksenä ja keskittymiskyvyttömyytenä. Lisäksi leikkiaika ja liikunta jäävät liian vähäisiksi.

Työntekijöiltä kysyttiin myös teemoja tuleviin kahviloihin. Lista vaihtoehtoista oli sama kuin vanhemmilla, mutta kysymys hieman eri tavalla muotoiltu. Työntekijöiltä kysyttiin viittä vanhempainkahvila-aihetta, joista vanhemmat työntekijöiden mielestä eniten hyötyisivät (Kuvio 2). Rajojen asettaminen, haastavat kasvatustilanteet, sekä arjenhallintataidot koettiin asioiksi, joissa tukea tarvittaisiin selkeästi eniten. Myös mediakasvatusta ja myönteistä minä kuvaa pidettiin hyödyllisinä aiheina.



Kuvio 2. Työntekijöiden mielipiteet vanhempia hyödyttävistä teemoista

Lähes 90 % työntekijöistä oli sitä mieltä, että vanhemmat hyötyisivät vanhempainkahvilatyypisistä toiminnoista. Heidän mielestään kahvilasta saadut neuvot ja vinkit voisivat auttaa vanhempia kasvatustyössä. Työntekijöillä ei ole aikaa tai mahdollisuuksia jutella aina vanhempien kanssa ja väsu-ajankin ovat niin lyhyitä, että työntekijät kokevat, etteivät pysty tarpeeksi auttamaan vanhempia kasvatustyössä. Tämän takia kahvilatyypinen toiminta voisi toimia loistavasti; vanhemmat saisivat tukea juuri niissä asioissa, jotka koetaan haastaviksi. Lisäksi vertaistuellalla koettiin olevan suuri merkitys vanhemmuudessa. Avoimella keskustelulla vanhemmat voisivat jakaa heitä askarruttavia asioita tai he voisivat saada toisilta vanhemmilta hyviä neuvoja hankaliin tai mieltä painaviin kysymyksiin. Työntekijöiden mielestä kahvilan tyyppiselle toiminnalle olisi siis tarvetta!

Työntekijöiltä kysyttiin myös ajatuksia siitä, miten vanhempia saataisiin motivoitua tämän tyyppiseen ennaltaehkäisevään toimintaan. Työntekijöiden mielestä kahvilan järjestäminen ilta-aikaan lastenhoitomahdollisuudella voisi motivoida vanhempia tulemaan. Lisäksi mainosten kääntäminen perheiden äidinkielelle voisi houkutella maahanmuuttajataustaisia vanhempia mukaan. Työntekijät voisivat myös suositella kahvilaa perheille, varsinkin silloin, kun aiheena on juuri kyseistä perhettä koskeva aihe. Informaatiota pitäisi siinä tapauksessa kuitenkin lisätä työntekijöille. Osa työntekijöistä koki, ettei heillä ollut tarpeeksi tietoa asiasta, jotta olisivat voineet mainostaa asiaa vanhemmille.

7 ARVIOINTI JA POHDINTA

Työskentelyn Varpeen lastentarhassa, joten oli luonnollista lähteä suunnittelemaan toimintaa, joka palvelee juuri kyseisen alueen perheitä. Lisäksi aihe oli erittäin ajankohtainen. Tällaiselle ennaltaehkäisevälle toiminnalle koetaan olevan tilausta, koska vanhempien tuen tarve on alueella huomattu myös varhaiskasvatuksesta käsin. Lasten ongelmat, ja varsinkin kielelliset ongelmat, ovat alueella melko yleisiä. Kielellisten ongelmien eivät rajoitu pelkästään maahanmuuttajataustaisiin lapsiin, vaan ovat yleistyneet myös kantaväestön lasten keskuudessa. Kielelliset ongelmat voivat johtaa

tulevaisuudessa suurempiin ongelmiin, kuten oppimisvaikeuksiin ja erilaisiin itsetunnon ongelmiin ja sosiaalistumiseen. Lapsille halutaan antaa parhaat mahdolliset eväät tulevaisuuteen, joten siksi myös vanhemmuuden tukeminen on todella tärkeää. Vanhempien ei tarvitse kokea vanhemmuutta yksin, vaan tukea halutaan antaa ennaltaehkäisevästi ja myös vertaistuen merkitystä halutaan korostaa.

Kahvilatoiminnan tavoitteena oli luoda uusi vanhemmuutta tukeva toimintamuoto päiväkotiin. Ajatuksena oli, että kahvilaa kokeillaan järjestää aamulla, jolloin vanhemmat voivat jäädä kuuntelemaan ja kahvittelemaan samalla kun tuovat lapsensa hoitoon. Kahvila-ajatuksen taustalla oli, että varsinkin ne vanhemmat, jotka ovat syystä tai toisesta kotona, voivat osallistua kahvilaan, saada ajankohtaisia vinkkejä liittyen kasvatukseen, sekä saada vertaistukea toisista samassa tilanteessa olevilta vanhemmilta. Ensimmäisellä kahvilakerralla paikalle saapui kuitenkin vanhempia, jotka kaikki olivat työssäkäyviä. Silloin jo kävi ilmi, että tämän tyyppinen toiminta kiinnostaa myös työssäkäyviä vanhempia. Toinen kerta osoitti sen, että kotona olevia vanhempia ei ole saatu yrityksistä huolimatta motivoitua osallistumaan kahvilaan. Kolmas kerta päätettiinkin kokeilumielessä järjestää iltapäivällä, jos vaikka vanhemmilla olisikin mielenkiintoa osallistua kahvilaan samalla kun hakee lapsensa päivähoidosta. Tämä osoittautui kuitenkin kaikkein huonoimmaksi vaihtoehdoksi, koska yhtään vanhempaa ei saapunut paikalle.

Kyselytutkimuksen perusteella paras aika järjestää kahvila on iltaisin. Vanhemmat ovat aamulla ja iltapäivällä kiireisiä, eivätkä työajat aina anna myöden kahvilatoimintaan osallistumiselle. Päiväkodissa on kuitenkin huomioitu, että perheet ovat tänä päivänä niin kiireisiä, ettei ilta-aikaan järjestettäviin tapahtumiin saada osallistujia. Vanhempainilloissa käy vain pieni osa vanhemmista, mikä osaltaan myös kielii perheiden arjen kiireistä. Ehkä myös perinteisten vanhempainiltojen aika onkin ohi ja vanhemmat kaipaavat jotakin uutta. Voisiko kenties ajatella vanhempainiltojen ja kahvilatyypin toiminnan yhdistämistä? Esimerkiksi niin, että aluksi kerrotaan asiaa vanhemmuudesta, jonka jälkeen keskustelua jatketaan lapsen omassa ryhmässä, unohtamatta tietysti kahvitarjoilua.

Viimeisen kahvilan yhteydessä kävimme keskustelua perhevalmentajien kanssa ja tulimme siihen tulokseen, että vanhempien kiireet ovat tämän tyyppisen toiminnan

suurin este. Mikäli vanhemmille pystyttäisiin tarjoamaan vanhemmuutta tukevaa toimintaa aikaan sitomatta, tuki ehkä tavoittaisi vanhemmat paremmin. Tämän päivän vanhemmat viettävät paljon aikaa sosiaalisessa mediassa, joten pitäisikö myös tuen mennä sosiaalisen median kautta? Erilaisten videoiden tekeminen ja jakaminen tavoittaisi varmasti paremmin nekin vanhemmat, jotka eivät muuten osallistuisi ennaltaehkäisevään toimintaan. Kun ajan ja paikan voi valita itse, uskoisin, että myös mielenkiinto ja vastaanottavuus saattaisivat lisääntyä. Myös vanhempien kyselystä nousi esille se tosi asia, että kiire estää osallistumasta ja etäosallistuminen kiinnostaisi, jos se olisi mahdollista.

Kahvilatoiminnan tavoitteiden täyttyminen jäi suunnitellusta melko paljon. Kahvilaan ei osallistunut vanhempia, vaikka kahvilaa mainostettiin monellakin tavalla. Ajankohta arvelutti jo etukäteen, mutta toimeksiantajan ehdotuksesta tätä lähdettiin kuitenkin kokeilemaan. Ajatuksen tasolla tämä olikin hyvä ajatus, sillä useat vanhemmat ovat kotona vanhempainvapaalla, työttömänä tai muista syistä. Lisäksi monella vanhemmalla on mahdollisuus vaikuttaa työaikoihinsa työn joustavuuden tai vuorotyön takia. Tällaisenaan kahvila ei kuitenkaan tavoittanut vanhempia. Iltapäiväaika oli vähintään yhtä huono vaihtoehto, koska silloin perheillä oli kiire kotiin syömään ja harrastuksiin. Eikä vanhempia voi moittia siitäkään, että raskaan työpäivän jälkeen ei enää jaksaa jäädä kuuntelemaan, vaan suuntaa mielellään kotiin rentoutumaan.

Toisaalta kahvilatoiminta on nyt perustettu ja sitä voidaan lähteä kehittämään. Kyselystä selvisi, että vanhemmat ovat kiinnostuneita tämän tyyppisestä toiminnasta, joten mielestäni toimintaa ei kannata kokonaan unohtaa. Keväällä kannattaa kokeilla kahvilan järjestämistä ilta-aikaan. Se tuo luonnollisesti lisää kustannuksia, mutta koska kyse on ennaltaehkäisevästä toiminnasta, uskon, että se maksaa itsensä takaisin. Ennakkoilmoittautuminen on kuitenkin ilta-aikaan järjestettävään toimintaan välttämätöntä, varsinkin jos päiväkodissa tarjotaan mahdollisuus lastenhoitoon kyseisenä aikana. Kahviloita ei ehkä pystytä järjestämään iltaisin joka kuukausi, mutta ehkä muutamakin kerta vuodessa riittäisi, varsinkin jos aihe olisi mielenkiintoinen ja oikeasti hyödyllinen.

Ehkä myös vanhempien mielipiteitä asiasta kannattaisi kysyä etukäteen. Nyt kysely tehtiin tavallaan vasta jälkikäteen, jolloin vanhempien mielipiteitä ei voitu ottaa huomioon syksyn aikana. Halusimme aluksi kartoittaa, löytyykö vanhemmilta mielenkiintoa osallistua ylipäättään tällaiseen toimintaan ja vasta sen jälkeen selvittää vanhempia kiinnostavia aiheita tuleviin kahviloihin. Jos kysely olisi kuitenkin tehty ennen toiminnan aloitusta, voi olla, että alun perinkin kahvilat olisi järjestetty iltaiikaan. Ajatuksena kuitenkin oli, että toimintaa järjestetään silloin, kun päiväkotia on auki ja vanhemmat pääsevät osallistumaan niin, ettei lasten hoitoa tarvitse murehtia. Päiväaikaan järjestettävä kahvila oli myös kuluiltaan hyvin minimaalinen, sillä vain tarjoilusta jouduttiin maksamaan. Ilta-aikaan järjestettävä kahvilatoiminta tuo lisää työntekijäkuluja ja voi olla, että myös asiantuntijat ovat kalliimpia ilta-aikaan. Jos tämä on huomioitu jo päiväkodin budjettia tehtäessä, asia on kunnossa. Jos taas ei, rahan saaminen kesken toimintakauden voi olla haastavaa. Tämä riippuu tietysti paljon kunnasta ja päiväkodista.

Kahvilatoimintaa voisi laajentaa lisäksi niin, että myös muiden päiväkotien vanhemmat voisivat halutessaan osallistua. Vaihtoehtoja on ja niiden selvittäminen onkin jatkokehittämisehdotus; Miten motivoida vanhempia osallistumaan ja millainen konsepti houkuttelisi myös ne vanhemmat paikalle, jotka eniten tarvitsevat tukea vanhemmuuteen? Voitaisiinko kahvilatyypistä toimintaa järjestää keskitetysti kaikille kaupungin päiväkodeille? Tai tavoittaisiko sosiaalisen median kautta jaettava materiaali suuremman osan vanhemmista/miten voidaan tarjota vertaistukea, jos jokinainen perehtyy asiaan omalla ajallaan, omassa paikassa?

LÄHTEET

Heikkilä, M.; Ihalainen, S-L. & Välimäli, A-L. 2007. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. Saarijärvi: Gummerus kirjapaino Oy.

Holmila, M., Huhtanen, P., Martikainen, P., Mäkelä, P. & Virtanen, A. 2009. Lasten huoltajien alkoholinkäytön ja haittojen kehitys. Teoksessa Lammi-Taskula, J., Karvonen, S. & Ahlström, S. (toim.) 2009. Lapsiperheiden hyvinvointi 2009. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus, 104-105.

Huttunen, J. 2012. Sosiaalinen vanhemmuus uusperheessä. Viitattu 24.7.2018. <http://www.perheaikaa.fi>

Hyvärinen, S. 2017. Piiskasta jäähypenkkiin. Lastensuojelun Keskusliiton verkkojulkaisu. Viitattu: 24.7.2018. <https://www.lskl.fi/>

Hänninen, K. 2007. Palveluohjaus. Asiakaslähtöistä täsmäpalvelua vauvasta vaariin. Stakes, Helsinki, 2007.

Järvinen, M., Laine, A. & Hellman-Suominen, K. 2011. Varhaiskasvatusta ammattitaidolla. Helsinki: Kirjapaja.

Järvinen, R., Lankinen, A., Taajamo, T., Veistilä, M. & Virolainen A. 2012. Perheen parhaaksi: Perhetyön arkea. Helsinki: Edita Publishing Oy.

Kabat-Zinn, M. & J. 2011. Jokapäiväiset ilonaiheet: Vanhemmuus ja tietoinen läsnäolo. Helsinki: Basam Books.

Kalliala, M. 2012. Lapsuus hoidossa. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.

Karvonen, S. & Salmi, M. 2016. Lapsiköyhyys Suomessa 2010-luvulla. Helsinki: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.

Kivelä, N., Liukkonen, T. & Niemi, A. 2015. Kasvun ja hoidon osaaja. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Kyrönlampi-Kylmänen, T. 2010. Lapsen hyvä arki. Helsinki: Kustanus-Osakeyhtiö Kotimaa/Kirjapaja.

Lammi-Taskula, J., Karvonen, S. & Ahlström, S. (toim.) 2009. Lapsiperheiden hyvinvointi 2009. Helsinki: Terveysten ja hyvinvoinninlaitos.

Lastensuojelulaki 13.4.2007/417, 3a§

Latva, R. 2018. Varastaako kännykkä huomion pois lapsiltasi? Viitattu 25.7.2018. <https://www.vau.fi>

Lupa auttaa www-sivut 2018. Viitattu 23.7.2018. <https://www.lupaauttaa.fi/>

Malinen, K., Härmä, S., Sevón, E. & Kinnunen, U. 2005. Miten meillä menee? Työsikäyvien pienten lasten vanhempien kokemuksia perhe-elämästä ja työstä. Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino.

Mannerheimin Lastensuojeluliiton www-sivut 2018. Viitattu 24.7.2018. <https://www.mll.fi>

Mielenterveystalon www-sivut 2018. Viitattu 24.7.2018. <https://www.mielenterveystalo.fi>

Miller, S. 2010. Supporting Parents: Improving Outcomes for Children, Families and Communities. Maidenhead: McGraw-Hill Education.

Paavola, A. 2010. Ehkäisevän lastensuojelun kirjava todellisuus. Lastensuojelun vaikutukset eri ammattiryhmien toimintatapoihin. Helsinki: Lastensuojelun keskusliitto.

Raision kaupungin www-sivut, 2018. Viitattu 24.7.2018. <https://www.raisio.fi>

Salminen, J. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Turku: Turun ammattikorkeakoulu. Turun ammattikorkeakoulun puheenvuoroja 72. Viitattu 25.11.2018. <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf>.

Sinkkonen, J. 2008. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. Juva: WS Bookwell Oy.

Sirviö, K. 2006. Lapsiperheiden osallisuus terveyden edistämisessä – mukanaolosta vastuunottoon. Väitöskirja. Kuopion yliopisto. Promoting the Health of Families with Children - from Participation into Taking Responsibility. <http://urn.fi/URN:ISBN:951-27-0502-8>.

Solantaus, T. 2013. Toimiva lapsi & perhe. Lapsen ja nuoren kehitystä tukeva toiminnallinen työmuoto varhaiskasvatuksessa ja koulussa: Lapset puheeksi - keskustelun taustateoria. Terveyden ja hyvinvoinninlaitos.

Sosiaali- ja terveysministeriön www-sivut 2018. Viitattu 23.7.2018. <https://www.stm.fi>

Terveyden- ja hyvinvoinninlaitoksen www-sivut 2018. Viitattu 24.7.2018. <https://thl.fi/fi/>

Tukiliiton www-sivut 2018. Riittävän hyvä vanhemmuus. Viitattu 24.7.2018. <https://www.tukiliitto.fi/>

Uski, S. 2016. Someriippuvuus. Viitattu: 25.7.2018. <https://www.paihdelinkki.fi>

Varhaiskasvatuslaki 8.5.2015/580

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016

Varsinais-Suomen Lastensuojelukuntayhtymä 2011. Vanhemmuuden roolikartta. Viitattu 24.7.2018. <http://www.vslk.fi/>

Veal, A. J. 1997. Research Methods for Leisure and Tourism. A Practival Guide. 2. painos. Lontoo: ILAM.

Vilen, M., Seppänen, P., Tapio, N. & Toivanen, R. 2010. Kohtaamisia lapsiperheissä. Menetelmiä perhetyöhön. Helsinki: Kustannus-Osakeyhtiö Kotimaa/Kirjapaja.

Vilkka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Väestöliiton-www-sivut 2018. Toimiva parisuhde. Viitattu 24.7.2018.
<https://www.vaestoliitto.fi/>

Yleissopimus lapsen oikeuksista 60/1991

VANHEMPAINKAHVILA
- TUKEA VANHEMMUUTEEN -



- Ohjeita vanhempainkahvilan perustamiseen -

vanhempainkahvilat ovat varhaiskasvatusikäisten lasten vanhemmille tarkoitettuja tapaamisia, joissa jokaisella kerralla on eri teema. Kahvila järjestetään n. kerran kuukaudessa, 3-4 kertaa syksyllä ja 4-5 kertaa keväällä. Toiminta on avointa, eikä siihen tarvitse etukäteen ilmoittautua. Kahvilassa tarjoillaan kahvia/teetä/mehua ja pientä purtavaa.

vanhempainkahvila on ennaltaehkäisevä, matalankynnyksen palvelu, jossa myös palveluohjauksen näkökulma voidaan huomioida. Tarkoituksena on tarjota vanhemmille aamukahvin lisäksi varhaista tukea ja vinkkejä kasvatukseen, lisäten näin perheiden hyvinvointia. Tavoitteena on myös tutustuttaa samassa elämäntilanteessa olevia vanhempia toisiinsa, sillä vertaistuesta voi olla sekä omaehtoista, että vastavuoroista apua vanhemmuuteen. Lisäksi kodin ja varhaiskasvatuksen yhteistyön toivotaan lisääntyvän.

Kahvilatoiminnan tarkoituksena on lisätä myös kunnan muiden hallintokuntien yhteistyötä. Yhteistyötä voidaan tehdä suunnittelemalla yhdessä toimintaa tai vaikkei pyytämällä asiantuntijoita puhumaan tärkeistä asioista esim. sosiaali- ja terveyspalveluista tai vapaa-ajan palveluista.

Kahvilatoiminnan suunnittelua tehdään yhdessä varhaiskasvatuksen henkilöstön kanssa ja toivottavaa on, että varhaiskasvatuksen työntekijät antavat oman panoksensa kahviloihin. On tärkeää kuunnella alan ammattilaisia, sillä he ovat mukana perheiden arjessa ja näkevät aitiopaikalta perheiden huolenaiheet. Varhaiskasvatuksen ammattilaisilla on varmasti tietoa ja taitoa löytää sopivia aiheita kahviloihin, jotta vanhemmat saavat juuri sellaista tukea kuin tarvitsevat. Vanhempien toiveet aiheista on tietysti hyvä huomioida, jotta myös heidän näkökulmansa pystytään ottamaan huomioon kahviloita suunniteltaessa. Vanhemmille voidaan lähettää kysely, jossa kartoitetaan vanhempien mielipiteitä siitä, millaisia kasvatuksellisia asioita he pitävät tärkeinä ja mistä asiasta he haluaisivat saada lisää tietoa koskien varhaiskasvatusikäisiä lapsia ja kasva-

tusta. Kyselyn voi tehdä joko paperiversiona tai sähköisesti. Sähköiset kyselylomakkeet ovat nopeita ja yksinkertaisia keinoja toteuttaa kyselyjä. Sähköisen kyselyn voi tehdä esim. Google Formsin avulla. Google Forms on ilmainen yksityisille käyttäjille, työkäyttöön tarkoitettu versio saattaa olla maksullinen. Etukäteen kannattaa miettiä, mikä kyselymuoto sopii juuri kyseiselle päiväkodille; onko kaikilla vanhemmilla esim. mahdollisuus vastata sähköisesti ja löytyykö kaikilta sähköpostiosoite, johon kysely lähetetään.

Etukäteen on myös hyvä selvittää, mihin aikaan vanhemmilla on mahdollisuus osallistua kahvilaan. Joskus hyvä aika voi olla aamu, joskus iltapäivä ja joskus ilta. Vai kannattaako kahvilat järjestää vaihtelevasti eri aikoina, jotta jokaisella vanhemmalla olisi mahdollisuus osallistua? Lisäksi on hyvä miettiä, onko päiväkodissa mahdollista järjestää kahvilan ajaksi lastenhoitoa. Osallistujamäärä voi olla näin suurempi ja myös ne vanhemmat, joilla ei ole tukiverkostoa lähellä, pääsevät osallistumaan. Jos lastenhoitomahdollisuus on, silloin tarvitaan ehkä ennakkoilmoittautuminen, jotta osataan varata tarpeeksi henkilökuntaa hoitamaan lapsia.

vanhempainkahviloiden valmistelut:

1. Päiväkodissa tehdään päätös vanhempainkahvilatoiminnan aloittamisesta
2. Henkilökunnasta valitaan vastuuhenkilö, joka voi tarvittaessa koota työryhmän kahviloiden suunnittelua varten. Työryhmään voidaan kutsua myös muita varhaiskasvatuksen parissa työskenteleviä henkilöitä, kuten mm. varhaiskasvatuksen erityisopettaja tai perhetyöntekijä. On hyvä ottaa huomioon vanhempien toiveet ja ajatukset kahvilaa suunniteltaessa, mutta alkuun voi myös suunnitella muutaman kahvilan valmiiksi ja vasta sitten kerätä vanhempien mielipiteet. Näin kahvilatoiminta saadaan alkuun. Voi olla, että vaatii hieman aikaa, että vanhemmat "löytävät" kahvilatoiminnan. Varsinkin, jos vastaavanlaista toimintaa ei ole aikaisemmin ollut päiväkodissa.
3. Kahvilatoiminnasta tulee tehdä esite, joka jaetaan kaikkiin koteihin. Esitteessä kerrotaan kahvilatoiminnasta ja suunnitelluista kahvilapäivistä. Mikäli aiheet ovat tiedossa, myös niistä kerrotaan esitteessä. Mikäli aiheita ei ole vielä päätetty, esitteen mukana voidaan laittaa kyselylomake, jolla kartoitetaan vanhempien toiveita aiheista. Kyselylomakkeet pyydetään palauttamaan päiväkotiin määräaikaan mennessä. Kysely voidaan tehdä paperiversiona tai sähköistä kyselylomaketta käyttämällä. Kyselylomake voidaan jakaa vanhemmille myös ensimmäisen kahvilakerran jälkeen, jolloin vanhemmilla on hieman tietoa toiminnasta ja sen tavoitteista.
4. Kun vanhempien toiveista on tehty yhteenveto, työryhmä kokoontuu suunnittelemaan kokonaisuutta. Kokouksessa sovitaan päivät, jolloin kahvila järjestetään, sekä kahvilan teemat. Lisäksi pitää selvittää kuka huolehtii mistäkin asiasta; kuka ottaa yhteyttä mahdollisiin ulkopuolisiin puhujiin, kuka tilaa tarjotut, kuka hoitaa tilavaraukset ja kuka huolehtii kutsun lähettämisestä, mikäli jokaista kahvilasta laitetaan vielä erillinen kutsu. Jokaisen on tärkeä tietää oma vastuualueensa, jotta kaikki asiat tulee hoidettua huolellisesti ja ajoissa.

5. Kahviloissa on hyvä olla valmiina varasuunnitelma; Mitä tehdään, jos ulkopuolinen puhuja ei pääsekään paikalle esimerkiksi sairastumisen vuoksi? Onko olemassa jokin vaihtoehtoinen asiakokonaisuus, jotta kahvila pystytään järjestämään joka tapauksessa? Tai miten saadaan viesti perille kaikille vanhemmille, jos kahvila joudutaankin perumaan kokonaan?

6. Jos kahviloihin ei tarvitse ilmoittautua etukäteen, tulee osata arvioida, paljonko tilataan tarjoiluja. Jos arvioita on vaikea tehdä, tulee miettiä, kannattaako pyytää kuitenkin ilmoittautumista jokaiselle kerralle etukäteen. Näin pystytään takamaan kaikille tarjoiluja tai pienentämään hävikkiä.

7. Kahvilatoiminnan budjetti tulee miettiä hyvissä ajoin ennen kahviloita:

- Onko menoerä niin suuri, että se pitää huomioida jo koko päiväkodin budjettia tehtäessä?
- Halutaanko paikalle maksullisia asiantuntijoita, vai toimitaanko pienellä budjetilla ja hyödynnetään kunnan omia osajia?
- Miten tarjoilut hoidetaan: tilataanko talon ulkopuolelta, saadaanko tarjoilut talon sisältä vai leipooko joku itse? Ja miten toimitaan, jos tarjoiluja ei lyhyellä varoitusaajalla saadaakaan toimitettua?

Esimerkkejä kahviloista:

Syksyn ensimmäinen kahvila

Ensimmäisen kahvilan tarkoituksena on kertoa vanhemmille kahvilatoiminnasta sekä mahdollisista yhteistyökumppaneista. Mikäli mahdollista, yhteistyökumppanien on hyvä olla paikalla esittäytymässä itse, koska silloin vanhemmat tietävät millaisia asioita kahviloissa tullaan käsittelemään ja keiden toimesta.

1. Vanhemmat ohjataan hakemaan kahvia ja istumaan
2. Vanhemmat toivotetaan tervetulleiksi ja kerrotaan kahvilatoiminnasta ja sen tarkoituksesta.
3. Henkilökuunta sekä yhteistyökumppanit esittelevät itsensä.
4. Keskustellaan esim. vanhemmuudesta ja pohditaan yhdessä millaisissa asioissa vanhemmat voisivat kaivata tukea kasvatustehtävässään. Mikäli ensimmäisellä kerralla ei ole varsinaista teemaa, voidaan katsoa esim. jokin video (huomioiden tekijänoikeus) ja virittää keskustelua sen pohjalta. Luodaan luottamuksellinen, arvostava ilmapiiri, jotta keskustelu olisi helpompaa ja avoimempaa.
5. Kootaan keskustelu, kiitetään osallistujia ja toivotetaan vanhemmat tervetulleiksi seuraavaan kahvilaan. Kerrotaan seuraavan kahvilan teema ja ajankohta, mikäli tiedossa.
6. Jaetaan kyselylomakkeet vanhemmille, joiden perusteella voidaan suunnitella tulevia kertoja.

Syksyn toinen kahvila

Ennen toista kahvilaa vanhempien kyselylomakkeet on vedetty yhteen ja niiden perusteella on valittu toisen aamukahvilan sisältö. Mikäli puhujaksi on valittu ulkopuolinen asiantuntija, hänen kanssaan on sovittu kahvilan teemasta ja toiveet ja tavoitteet on kerrottu hänelle etukäteen. Kahvila etenee suurin piirtein samalla tavalla kuin ensimmäinenkin kahvila. Kahvilan teemana voi olla esim. tehokas kehuminen ja puhujana perhevalmentaja.

1. Vanhemmat ohjataan hakemaan kahvia ja istumaan
2. Vanhemmat toivotetaan tervetulleiksi ja mikäli paikalla on uusia vanhempia, kerrotaan lyhyesti kahvilatoiminnasta ja sen tarkoituksesta.
3. Henkilökunta sekä paikalla olevat yhteistyökumppanit esittelevät itsensä. Perhevalmentaja kertoo työstään ja miten hänet tavoittaa ja millaisissa asioissa hän voi auttaa. Kun perhepalvelut/perhevalmentaja tekee itseään tutuksi kahviloissa, voi vanhempien olla helpompi ottaa yhteyttä ja pyytää apua.
4. Perhevalmentaja kertoo aiheesta "Tehokas kehuminen".
5. Keskustellaan yhdessä aiheesta ja annetaan vanhemmille puheenvuoroja.
6. Kerätään vanhemmilta palautetta kerrasta.
7. Kiitetään asiantuntijaa sekä vanhempia osallistumisesta ja toivotetaan tervetulleiksi seuraavaan kahvilaan. Kerrotaan seuraavan kahvilan teema ja ajankoh-
ta, mikäli tiedossa.
8. Käydään palautteet läpi, jotta osataan muuttaa tarvittaessa toimintaa ja ker-
toa terveiset myös ulkopuoliselle asiantuntijalle.

Syksyn viimeinen kahvila

Ennen syksyn viimeistä kahvilaa vanhempien palautteet on vedetty yhteen ja mielipiteet huomioitu. Kuten ennen toista kahvilaa, myös kolmannen kahvilan ulkopuoliseen asiantuntijaan on otettu ajoissa yhteyttä ja hänen kanssaan on sovittu kahvilan teemasta etukäteen. Kolmas asiantuntija voi olla esim. neuvolan terveydenhoitaja ja kahvilan aiheena "Kysy terveydenhoitajalta". Kahvila etenee suurin piirtein samalla tavalla kuin ensimmäinen ja toinenkin kahvila.

1. Vanhemmat ohjataan hakemaan kahvia ja istumaan

2. Vanhemmat toivotetaan tervetulleiksi ja mikäli paikalla on uusia vanhempia, kerrotaan lyhyesti kahvilatoiminnasta ja sen tarkoituksesta.

3. Henkilökuunta sekä neuvolan terveydenhoitaja esittelevät itsensä.

4. Annetaan puheenvuoro terveydenhoitajalle. Terveydenhoitajalla tulee olla alustus aiheeseen ja hän voi kertoa esim. asiasta, johon hän törmää usein työssään. Vanhemmat saavat tämän jälkeen kysyä mieltä askarruttavia asioita, joihin terveydenhoitaja parhaansa mukaan vastaa. Neuvolassa käydään pääsääntöisesti vain kerran vuodessa, mutta vanhemmille voi tulla kysymyksiä mieleen muulloinkin. Myös muut vanhemmat ovat saattaneet pohtia samoja asioita tai samanlaiset kysymykset ovat ajankohtaisia myöhemmin. Näin voidaan auttaa ennaltaehkäisevästi myös muita vanhempia.

Mikäli tulee kysymyksiä, johon ei heti löydy vastausta, tulee kysymyksen esittäjälle vastata jälkikäteen. Sovitaan yhdessä, miten asiassa edetään.

6. Kerätään vanhemmilta palautetta kerrasta.

7. Kiitetään terveydenhoitajaa sekä vanhempia osallistumisesta ja toivotetaan tervetulleiksi seuraavaan kahvilaan. Kerrotaan seuraavan kahvilan teema ja ajankohta, mikäli tiedossa.

8. Käydään palautteet läpi, jotta osataan muuttaa tarvittaessa toimintaa ja kertoa terveiset myös ulkopuoliselle asiantuntijalle.

Esimerkki aiheita kahviloihin

Arjenhallinta

Hyvinvoiva lapsi

Kiusaaminen

Kodin ja varhaiskasvatuksen välinen yhteistyö

Lapsen tunteet

Lapsen kasvu ja kehitys

Lapsen temperamentti

Lapsen tahtoikä

Lapsen yksinäisyys

Lasten liikunta

Lasten mielenterveys

Lasten terveys

Myönteinen minäkuva

Mediakasvatus

Parisuhde

Positiivinen kasvatus

Rajojen asettaminen

Haastavat kasvatustilanteet

Terveellinen ravinto

Palautelomake

1. Oletko osallistunut vanhempainkahvilaan?
2. Minkälaisia ajatuksia kahvilasta jäi?
3. Vastasiko kahvila odotuksiasi?
4. Koetko, että voisit saada tukea vanhemmuuteen vanhempainkahvilasta?
5. Aiotko osallistua jatkossa vanhempainkahvilaan?
Perustele vastauksesi
6. Mikä olisi mielestäsi paras mahdollinen aika vanhempainkahvilan järjestämiselle?
7. Minkälaisia aiheita haluaisit kahvilassa jatkossa käsiteltävän? (vaihtoehtoja voi antaa valmiiksi ja pyytää valitsemaan niistä muutaman)
8. Terveisiä tai ajatuksia kahvilanpitäjille



VARPPEEN LASTENTARHAN VANHEMPAINKAHVILA

Varppeen lastentarhassa alkaa vanhempainkahvilatoiminta, jonka tarkoituksena on tukea vanhemmuutta ja kertoa ajankohtaisista asioista päiväkotikäisten lasten vanhemmille. Mukana on perheen arjen asiantuntijoita vaihtelevalla teemalla. Kahvila on maksuton, eikä sinne tarvitse ilmoittautua etukäteen!

Syksyn kahvila-ajat ja teemat:

Torstai 20.9. klo 8:00-9:00

Kahvilatoiminnan, yhteistyökumppaneiden ja vanhempaintoiminnan esittely sekä keskustelua tulevien kahviloiden teemoista

Tiistai 23.10. klo 8:00-9:00

Perhevalmentaja Mikko Järvinen: Tehokas kehuminen

Tiistai 20.11. klo 8:00-9:00

Terveystenhoitaja: Kysy terveydenhoitajalta

Kahvila pidetään jumppasalissa.

Tervetuloa kuuntelemaan, keskustelemaan ja kahvittelemaan!

