



Tiina Viittala
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysalan
ammattikorkeakoulututkinto
Sairaanhoitaja (AMK)
Opinnäytetyö, 2020

ÄITIYS JA SOSIAALINEN TUKI

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

TIIVISTELMÄ

Opiskelija Tiina Viittala

Opinnäytetyön nimi: Äitiys ja sosiaalinen tuki

Sivut ja liitteet 31 sivua, 2 liitettä

Aika Kevät 2020

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Tutkinto Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto

Tutkintonimike Sairaanhoidaja (AMK)

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata kirjallisuuskatsauksena äitien tarvitsemaa sosiaalista tukea. Opinnäytetyö oli kuvaileva kirjallisuuskatsaus. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa tietoa äitien tarvitsemasta sosiaalisesta tuesta. Opinnäytetyön aineisto kerättiin hyödyntämällä elektronisia tietopalveluja. Aineiston analysointiin käytettiin sisällönanalyysia.

Opinnäytetyöhön valitut tutkimukset olivat pro gradu -tutkielmia ja väitöskirjoja. Niiden julkaisuajankohta oli rajattu viimeisen 10 vuoden ajalle. Valitut tutkimukset olivat saatavilla internetistä maksutta suomenkielisinä. Aineiston haussa käytettiin erilaisia sähköisiä tietokantoja kuten Melindaa. Aineistona oli yhteensä neljä tutkimusta.

Keskeisinä tutkimustuloksina oli, että äidit tarvitsevat sosiaalista tukea ja yleisimmin sosiaalista tukea saatiin puolisoilta. Tutkimusten perusteella äidit, joilla on runsaasti ystäviä ja omaisia, suhtautuivat luottavammin parisuhteeseensa. Tutkimuksista ilmeni myös, että tukemalla vanhempien parisuhdetta edistetään lapsiperheiden hyvinvointia.

Asiasanat: sosiaalinen tuki, äitiys, sosiaalinen verkosto

ABSTRACT

Tiina Viittala

Motherhood and social support – A descriptive literary review

31 pages, 2 appendices

Spring, 2020

Diaconia University of Applied Sciences

Bachelor's Degree in Health Care

Registered Nurse

The aim of this study was to describe by literary review what kind of social support mothers need. This study was a descriptive literary review. The material was collected by using electronic databases. The material was analysed by using content analysis.

The material of this study were master's and doctoral theses which were published during the last 10 years. Selected materials were available in the Internet for free in Finnish. Databases, such as Melinda, were used to find material for the study. The material consists of four studies.

The main finding was that mothers need social support and the most common social support was the spouse. Based on the studies, mothers who had many friends and relations were more confident in their relationship. Based on the studies that supporting the parents' relationship can enhance the well-being of families with children.

Keywords: social support, motherhood, social network

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	4
2 PERHE	5
2.1 Perheet Suomessa	5
2.2 Perheen käsite	6
2.3 Äidit ennen ja nyt.....	7
3 SOSIAALINEN TUKE.....	10
4 TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	12
5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN.....	13
5.1 Kuvaileva kirjallisuuskatsaus	13
5.2 Kirjallisuuskatsauksen vaiheet.....	14
5.3 Opinnäytetyön aineiston keruu	15
5.4 Opinnäytetyön aineiston analysointi.....	17
6 OPINNÄYTETYÖN TUTKIMUSTULOKSET	18
6.1 Toiminnallinen tuki.....	18
6.2 Tiedollinen ja taidollinen tuki.....	18
6.3 Henkinen ja emotionaalinen tuki	19
7 POHDINTA	20
7.1 Opinnäytetyön tulosten tarkastelu	20
7.2 Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus	21
LÄHTEET.....	23
LIITE 1. Hakutaulukko	26
LIITE 2. Opinnäytetyöhön valitut tutkimukset.....	28
LIITE 3. Äitien tarvitsema sosiaalinen tuki	30

1 JOHDANTO

Osa väestöllisistä elämäntapahtumista kuuluu kaikkien elämään ja osa elämäntapahtumista kuuluu vain useimpien elämään. Parisuhteen aloittaminen ja lapsen syntymä ovat esimerkkejä useimmille tapahtuvista elämäntapahtumista. Kuluneen vuosisadan aikana elämäntapahtumien ajankohdissa on kuitenkin tapahtunut muutoksia ja esimerkiksi avoliitot ovat yhä tavallisempia tapoja aloittaa parisuhde. Myös lasten lukumäärä on vuosisadan kuluessa pienentynyt. (Martelin, Pitkänen & Koskinen 2000, 38–39.)

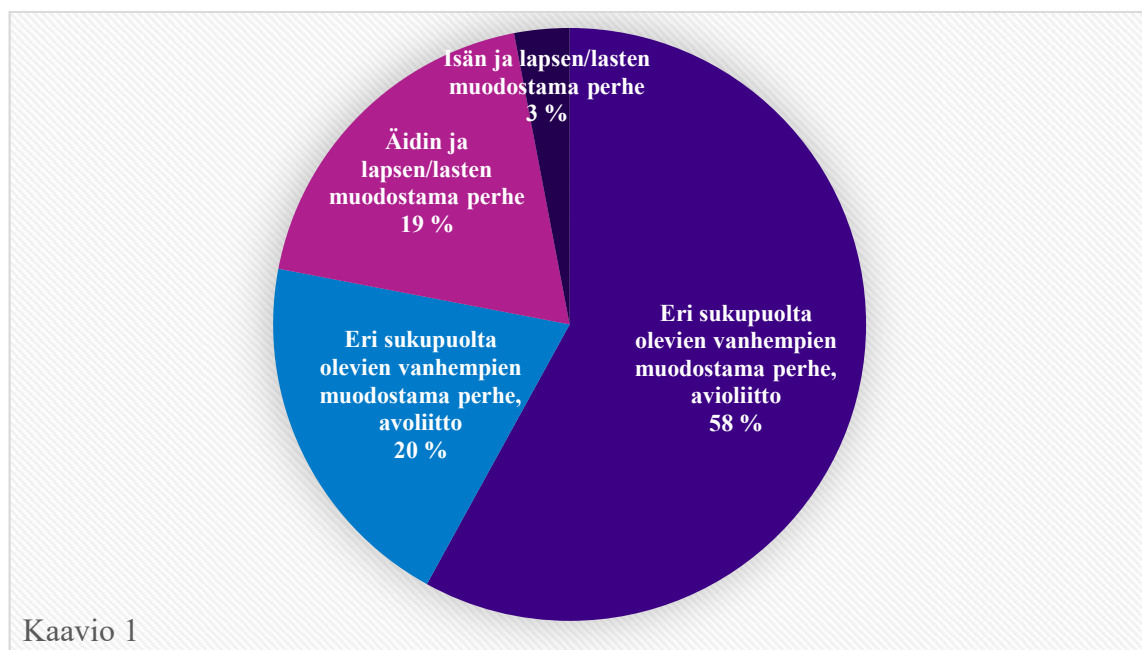
Opinnäytetyö on kuvaileva kirjallisuuskatsaus. Sen tavoitteena on kehittää tietoa äitien tarvitsemasta sosiaalisesta tuesta. Kiinnostukseni äitien sosiaaliseen tukeen on jatkumo aikaisemmin tekemälleni opinnäytetyölle, jossa tarkastelin yksin lasta odottavien naisten ja yksin lapsen saaneiden äitien tarvitsemaa sosiaalista tukea. Toteutin opinnäytetyöni kevään ja syksyn 2019 aikana. Aineistona on internetistä maksuttomasti saatavilla olevat pro gradu -tutkielmat ja väitöskirjat viimeisten 10 vuoden ajalta.

2 PERHE

2.1 Perheet Suomessa

Vuoden 2018 lopussa Suomessa oli Tilastokeskuksen mukaan 1 469 000 perhettä, joista 562 000 oli lapsiperheitä. Perheiden määrä laski vuonna 2018 edellisen vuoden tapaan. Perhetilastoissa perheellä tarkoitetaan väestötietojärjestelmästä saatujen tietojen mukaan samassa asunnossa asuvia henkilöitä. Avioparien muodostamia perheitä oli 64 % ja perheiden keskokoko 2,75. Väestöstä 73 % kuuluu perheeseen. Lapsiperheessä on vähintään yksi alle 18-vuotias perheenjäsen, ja väestöstä 38 % kuului lapsiperheisiin. (Tilastokeskus. Etusivu. Väestö. Perheet. 2018) Suomessa on viime vuosien aikana vuosittain syntynyt kaksoset noin 700-750 perheeseen. Kolmosia syntyi viiteen perheeseen vuonna 2017. (Tiitinen 2018.)

Lapsiperheistä tavallisin oli eri sukupuolta olevien vanhempien muodostama perhe. Lapsiperheistä 58 % oli eri sukupuolta olevien aviopuolisoiden muodostamia perheitä ja 20 % avoparien muodostamia perheitä. Lapsiperheistä 19 % oli äidin ja lasten muodostamia perheitä ja 3 % isän ja lasten muodostamia perheitä. (Kaavio 1). Keskimäärin lapsiperheessä lapsiluku oli 1,85. Uusperheitä oli 9 % lapsiperheistä ja niissä lapsia oli keskimäärin kaksi. Uusperheessä asuu vähintään yksi vain toisen vanhemman alaikäinen lapsi. (Tilastokeskus. Etusivu. Väestö. Perheet. 2018.)



Suomalaiset perheet ovat vuosikymmenien kuluessa muuttuneet. Nykyisistä perheistä vain 25 % on niin sanottuja perusperheitä, joihin kuuluu äiti, isä sekä kaksi tai kolme lasta. Eläkeläisten muodostamien perheiden määrä on kasvanut, samoin kuin yksilapsisten ja lapsettomien perheiden määrä. (Karisto, Takala & Haapola 2009, 178.)

2.2 Perheen käsite

Perhe on tarkoittanut sekä niin sanottua ydinperhettä että myös suurempaa määrää sukulaisia (Uuskallio 2018, 9). Perheen käsitteen määrittely ei ole enää helppoa, koska ihmisten käsitykset vaihtelevat siitä, keitä heidän perheeseensä kuuluu. Sosiologiassa perhe jaetaan individualistiseen ja familistiseen perhekäsitykseen. Individualistisessa perhekäsityksessä yksilön oikeudet ovat etusijalla ja ne ohittavat koko perheen edut. Familistisessä perhekäsityksessä perhe on aina etusijalla ja se pyritään säilyttämään. (Ritmala, Ojanen, Sivén, Vihunen & Vilén 2010, 23.)

Lapsen vanhempia ovat hänen äitinsä ja isänsä. Äidin ja isän rooliin kasvetaan, johon vaikuttavat vanhemman oma lapsuus, omat vanhemmat ja kasvuympäristö. Vanhemmuuden mukana tulee vastuu kasvamassa olevasta sukupolvesta ja myös kyky kantaa vastuuta siitä. Aluksi vanhoissa kasvatusopeissa pidettiin isää poikiensa ja äitiä tytärtensä tärkeimpinä kasvattajina. Tultaessa 1600-1700-luvulle, alettiin äitiä pitää tärkeimpänä lastensa kasvattajana. Roolien jako kasvattajina, äitinä ja isänä, ovat sen jälkeen eriytyneet. (Hellström 2010, 249.)

Biologiset, fyysiset ja emotionaaliset muutokset ohjaavat naisen kasvua äidiksi. Isäksi kasvamisessa taas painottuvat emotionaaliset ja sosiaaliset muutokset. Perheen muotoutumisen ja vanhemmiksi kasvamisen näkökulmasta raskausaika ja synnytyskokemus ovat tärkeitä. Perheen elämäntilanne muuttuu lapsen syntyessä ja vaikuttaa muun muassa vanhempien ajankäyttöön, ihmissuhteisiin ja taloudelliseen tilanteeseen. Muutokset voivat olla perheen kannalta myönteisiä, mutta myös perheen voimavaroja kuluttavia. (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2004, 80–81 & 83.)

Vanhempien voimavaroilla on keskeinen merkitys lapsiperhearjessa jaksamisessa. Esimerkiksi vanhempien koulutus sekä tiedot ja taidot ovat perheen sisäisiä voimavaroja,

jotka auttavat lapsiperheissä jaksamisessa. Ulkoisista voimavaroista keskeisin on sosiaalinen tuki, jota muut ihmiset, kuten sukulaiset tai ystävät, tarjoavat. Tärkeänä tuen lähteenä ovat myös muut samanlaisessa elämäntilanteessa olevat lapsiperheet. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 80–81 & 83.)

2.3 Äidit ennen ja nyt

Biologiset syyt ohjaavat naista synnyttämään tietyssä ikähaarukassa, mutta yhteiskunnalliset ja ajassa muuttuvat tekijät, kuten ehkäisymahdollisuudet ja taloudelliset vaikutteet, vaikuttavat synnyttävien lasten lukumäärään sekä lapsen hankkimisen aloittamis- ja lopettamisikään. 1900-luvun alkuvuosikymmenten aikana syntyvyyden säännöstelystä tuli yleisempää. Sitä ennen oli tavallista, että perheeseen syntyi lapsia muutamien vuosien välein koko naisen hedelmällisen iän ajan. (Martelin ym. 2000, 41–42.)

Käsitykset miesten ja naisten töistä olivat muuttuneet sota-aikana ja naiset alkoivat vaatia oikeutta yhdistää äitiys ja palkkatyö. Sodassa leskeksi jääneille palkkatyö oli ainoa vaihtoehto selviytyä taloudellisesti. Miesten palkkataso oli matala, ja myös naimisissa olevat naiset vaativat palkkatyöhön pääsyä. Naimisissa olevien naisten työssäkäynnistä tuli yleisempää ja 1960-luvulla kaupungeissa asuvista naimisissa olleista naisista yli puolet kävi palkkatyössä. Perheiden elintaso kohosi, mutta kotikorosteisessa yhteiskunnassa ajateltiin naisen olevan ainoa oikea hoitaja lapselle. Lasten julkinen huolenpito ei saanut tarpeeksi kannatusta ja naisten asema työelämässä oli ristiriitainen. 1960-luvulla keskusteluihin nousi myös naisten ja miesten välinen tasa-arvo, ja alettiin vaatia tasa-arvoisempaa vastuun ja työn jakoa. (Satka 1994, 301–304.) Naisten ansiotyössäkäynti kodin ulkopuolella on lisääntynyt: 1960-luvulla naisista 39 % kävi ansiotöissä ja vuonna 1980 jo 46 %. Naisten työssäkäyntiin liittyen uutta oli se, että ansiotöissä kävivät myös naimisissa olevat naiset. (Karisto, Takala & Haapola 2009, 173.)

1960-luvun lopussa ja 1970-luvun alussa jotkut lapset jäivät vanhempien työpäivien ajaksi kuljeskelemaan avain kaulanauhassa yksin pihoille useiden tuntien ajaksi. Naisten ansiotyössäkäynnin esteeksi muodostuikin päivähoitopaikkojen puute. Perheen vanhemmat kävivät töissä eri vuoroissa ja lapset jäivät isän hoidettavaksi äidin työvuoron ajaksi. Patriarkaalisessa perhekulttuurin tottuneiden miesten oli haasteellista tarttua niin

sanottuihin naisten töihin, ainaki n aluksi. 1970- ja 1980-luvulla sosiaali- ja terveysalan työpaikat lisääntyivät ja ala työllisti erityisesti naisia. Haasteena kuitenkin oli, että alalle tuli matalapalkkaisia työtehtäviä. Palvelut eivät edelleenkään vastanneet kysyntään ja vielä 1980-luvun alussa alle 7-vuotiaista lapsista vain 25 % oli kunnan järjestämässä päivähoidossa. (Urponen 1994, 243.) Lasten päivähoitoon liittyvät ongelmat ratkesivat vuonna 1972 voimaan tulleella päivähoitolailla, jolla valtio ja kunnat velvoitettiin huolehtimaan päivähoitopalveluiden saatavuudesta. (Satka 1994, 321).

Keinäsen (1994), Rissasen (2000) ja Anttosen (1999) mukaan naisilla on aikaisempaa vähemmän lapsia ja ensimmäisen lapsen syntymä ajoittuu lähemmäs naisen 30. ikävuotta. Heidän mukaansa äitiys- ja vanhempainvapaat päivärahoineen tekevät lasten kotona hoitamisesta mahdollista kaikille äideille yhteiskuntaluokasta riippumatta. Keinäsen (1994), Rissasen (2000) ja Anttosen (1999) mukaan äidit ovat toisaalta nykyään koulutetumpia ja päivähoitojärjestelmä on varsin kehittynyt sekä miehet osallistuvat kodin ja lasten hoitoon, ja ne mahdollistavat äitien työssäkäynnin myös kodin ulkopuolella. (Vuori 2003, 40.)

Suomessa on yleistä, että pienten lasten äiti käy ansiotyössä, mutta toisaalta yleistä on sekin, että äidit ovat kotiäiteinä. Kotihoidon tukea käyttivät 1990-luvulla selvästi eniten pienituloiset, työttömät ja opiskelijat, ja kotihoidon tuen käyttö vaihtelee sosiaalisen tilanteen mukaan. Kotihoidon tuella on mahdollista jäädä hoitamaan lasta kotiin kolmeksi vuodeksi ja pidempäänkin, jos perheeseen syntyy uusia lapsia. (Anttonen 2003, 182.)

1900-luvun loppupuoliskolla naisten yksilöllistyminen on kokenut muutokset. Naiset irtottautuivat perheistään ja kehittivät itselleen ulkopuolista toimintaa eivätkä halunneet olla enää vain vaimoja ja äitejä. He halusivat rakentaa myös omaa ammatillista identiteettiään. Naiset eivät siis enää määrittäneet perheidensä kautta, vaan heistä tuli itsellisiä osallistuessaan kodin ulkopuoliseen ansiotyöhön. Naisista tuli taloudellisesti itsenäisempiä ja myös perheenelättäjiä miehensä rinnalle. Naisten yksilöllistyminen on asettanut perinteiset sukupuoliroolit ja myös sukupolvien väliset rajat uudelleen määriteltäviksi. (Hautamäki 2008, 117–118.)

Kartovaaran ja Saulin (2000) mukaan vanhemmuus eron jälkeen on vahvasti sukupuolitunutta eikä siinä ole tapahtunut muutoksia viime vuosikymmenienkään aikana. Heidän

mukaansa valtaosa lapsista jää eron jälkeen asumaan äitinsä kanssa ja määrä on sitä suurempi, mitä nuorempi eronnut äiti on. 90 % alle kolmevuotiaista eronneiden vanhempien lapsista asuu äitinsä kanssa. (Kuronen 2003, 108.) Kartovaaran ja Saulin (2000) sekä Muurin (1999) mukaan vuonna 1984 voimaan tullut laki lasten huollosta ja tapaamisoi-keudesta mahdollisti kummankin vanhemman säilymisen lapsen huoltajina. Heidän mu-kaansa vanhempien yhteishuoltajuus on lisääntynyt lain voimaan tulon jälkeen ja se on toiminut myös ideologisenä käänteenä jaetulle vanhemmuudelle. (Kuronen 2003, 110.)

Nykyaikana äidit ovat sekä vaatimusten että voimattomuuden puristuksissa. Erilaista, ris-tiriitaistakin, tietoa on runsaasti saatavilla siitä, miten lapsia tulisi kasvattaa ja minkälai-nen suhde lasten ja vanhemman välillä kuuluisi olla. (Järvinen, Lankinen, Taajamo, Veis-tilä & Virolainen 2012, 42.)

3 SOSIAALINEN TUKI

Kinnusen (1999) mukaan sosiaalinen tuki on vahvasti kulttuurisidonnaista ja se on ihmisten, heidän lähiyhteisöjensä ja julkisen järjestelmän toimintoja, jotka mahdollistavat elämänhallinnan riippumattomuuden. Hänen mukaansa sosiaalisen tuen muodot ja toteuttamistahot voivat vaihdella. Sosiaalinen tuki voi olla aineellista, tiedollista, taidollista, henkistä tai emotionaalista. (Kinnunen 1998.) Kumpusalo (1991, 14) erottaa sosiaalisen tuen muodot viiteen eri luokkaan, jotka ovat aineellinen tuki, toiminnallinen tuki, tiedollinen tuki, emotionaalinen tuki ja henkinen tuki. Sosiaalisen tuen laadun arviointi on pääsääntöisesti subjektiivisen kokemuksen varassa (Kumpusalo 1991, 15).

Hyvärin (2009) mukaan sosiaalisen tuen yhtenä alakäsitteenä tai sen erityismuotona on vertaistuki. Vertaistuki on hänen mukaansa sosiaalisen tuen muoto, jossa tukea toisilleen antavilla on jokin yhteinen tekijä kuten haasteellinen elämäntilanne. (Jantunen 2010, 87.)

Nutbeam (1986) mukaan sosiaalinen tuki on yhteisöjen ja ryhmien yksilöille tarjoamaa apua, joka mahdollistaa yksilön selviytymisen esimerkiksi haastavasta elämäntilanteesta. Hänen mukaansa sosiaalinen tuki käsittää emotionaalisen tuen, tiedollisen tuen, aineellisen tuen ja palvelut. (Kumpusalo 1991, 13.) Cobb (1976) määrittelee sosiaaliseen tukeen kuuluvan yksilön kokema tieto siitä, että hänestä välitetään ja häntä rakastetaan sekä hän kokee myös arvostusta. Lisäksi hän määrittelee sosiaaliseen tukeen kuuluvan yksilön kokema tieto siitä, että yksilö uskoo kuuluvansa yhteisöön, jossa hän sekä antaa että saa tukea. (Kumpusalo 1991, 12.) Housen (1981) mukaan sosiaalinen tuki on emotionaalista ja instrumentaalista. Hän määrittelee lisäksi, että tiedottaminen on myös yksi sosiaalisen tuen muoto. Tiedottamisella House (1981) tarkoittaa sitä, että ihminen saa apua päätöksentekoon sekä keskustelu- ja kuunteluapua, jotka pyrkivät tukemaan häntä ongelmanratkaisussaan. (Tarkka 1996, 12.)

Cassel (1976) määrittelee sosiaalisen tuen primaari-, sekundaari- ja tertiaaritasolle sen mukaan, kuka tukea antaa. Hänen mukaansa primaaritasolla ovat ihmisen oma perhe ja muut erittäin läheiset ihmiset, sekundaaritasolla ovat muun muassa ystävät ja työkaverit ja tertiaaritasolla muut tuttavat ja viranomaiset. (Kumpusalo 1991, 15.) Sosiaalista tukea voi antaa niin maallikko kuin ammatti-ihminenkin. Primaari- ja sekundaaritasolla

sosiaalisen tuen antajat ovat lähinnä maallikoita ja tertiaaritasolla taas esimerkiksi jonkin sosiaali- ja terveydenhuollon koulutuksen käyneitä ammattilaisia. (Kumpusalo 1991, 16.) Romeder ym. (1985) jakaa sosiaalisen tuen tarjoajat kolmeen ryhmään, joista ensimmäisessä ovat perhe ja ystävät, toisessa muut ihmiset, joiden kanssa ollaan tekemisissä vähemmän kuin perheen kanssa ja kolmannessa vertaiset ja vertaisryhmien jäsenet. Hänen mukaansa vertaiset ja vertaisryhmien jäsenet eivät kuulu luontaisesti ihmisen sosiaaliseen verkostoon, joten ne ovat osa ihmisen itsensä muodostamaa ja valitsemaa sosiaalista verkostoa. (Jantunen 2010, 87.)

Edellytyksenä sosiaalisen tuen vaikuttavuudelle ja tehokkuudelle on sen oikea-aikaisuus. Sosiaalista tukea tulisi olla tarjolla silloin, kun ihmisen voimavarat ovat vähissä ja ulkopuoliselle tuelle on olemassa todellinen tarve. Jos tukea saa liian aikaisin, se passivoi ihmistä, vähentää hänen omatoimisuuttaan ja lisää riippuvuutta tuen antajaa kohtaan. Jos tukea ei saa, kun sitä tarvitsee, ongelmat saattavat muuttua monimutkaisemmiksi ja tuen tarpeesta saattaa tulla laaja-alaisempaa. Sosiaalinen tuki vaikuttaa terveyteen suorasti ja epäsuorasti. Esimerkiksi oikeaan aikaan toteutettu lääkehoito vaikuttaa terveyteen suorasti ja toisaalta tunne siitä, että tukena on perhe tai lähiyhteisö, voi auttaa ihmistä selviytymään haastavistakin elämäntilanteista ja siten se vaikuttaa epäsuorasti ihmisen terveyteen. (Kumpusalo 1991, 17.) Terveydenhuollon, sosiaalitoimen ja eri palveluntuottajien saumaton yhteistyö on edellytyksenä sosiaalisen tuen tarkoituksenmukaiselle järjestämiselle kunnan alueella (Kumpusalo 1991, 22).

Ihmiset ovat yleensä useampien sosiaalisten verkostojen jäseniä. Sosiaalisia verkostoja voivat olla esimerkiksi perhe tai työyhteisö, joiden jäsenenä oleminen toimii sosiaalisen tuen perustana. (Ojala & Uutela 1992, 59–60.) Lapsen ensimmäinen ja tärkein sosiaalinen verkosto on hänen perheensä. Kaikilla perheenjäsenillä on kuitenkin perheen yhteisen sosiaalisen verkoston lisäksi myös omia sosiaalisia verkostoja. Verkostojen avulla ihminen saa voimavaroja toimia erilaisissa tilanteissa ja myös esimerkiksi aineellista apua ja palveluita. Sosiaalisen tuen määrä verkostossa voi vaihdella aina runsaasti tukea antavasta ei ollenkaan tukea antavaan. Perheen sosiaaliset verkostot saattavat heiketä esimerkiksi paikkakunnalta muuton, avioeron tai pitkäaikaisen sairauden seurauksena. (Järvinen ym. 149–150.)

4 TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Opinnäytetyön tarkoitus on tehdä kuvaileva kirjallisuuskatsaus äitien tarvitsemasta sosiaalisesta tuesta. Opinnäytetyön tavoitteena on kehittää äitien parissa tehtävää työtä.

Tutkimuskysymykseni on:

1. Minkälaista sosiaalista tukea äidit tarvitsevat?

5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN

5.1 Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Kirjallisuuskatsaukset jaetaan pääsääntöisesti kolmeen erilaiseen päätyyppiin, jotka ovat kuvaileva kirjallisuuskatsaus, systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja määrällinen tai laadullinen meta-analyysi. Määrällisen meta-analyysin kohteena ovat määrälliset tutkimukset ja laadullisen meta-analyysin kohteena ovat laadulliset tutkimukset. (Suhonen, Axelin & Stolt 2016, 8.)

Kirjallisuuskatsauksen perustyypeistä kuvaileva kirjallisuuskatsaus on yksi tavallisimmista. Kuvailevaa eli narratiivista kirjallisuuskatsausta voidaan kuvata yleiskatsaukseksi, jossa ei ole jyrkkiä ja eksakteja sääntöjä. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus mahdollistaa aineiston laajuuden eikä sitä rajaa tietyt menetelmäopilliset säännöt. Se mahdollistaa myös tutkittavan ilmiön kuvaamisen perusteellisesti ja myös tutkimuskysymykset voivat olla väljempää kuin esimerkiksi systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa. (Salminen 2011, 6.)

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus kertoo tai kuvaa aiheesta aikaisemmin tehtyjä tutkimuksia sekä niiden laajuutta, syvyyttä ja määrää. Narratiivisia katsauksia on useita erilaisia kuten esimerkiksi perinteinen narratiivinen katsaus ja kriittinen katsaus. (Suhonen ym. 2016, 9.) Hoito- ja tutkimustieteissä kuvailevaa kirjallisuuskatsausta on käytetty runsaasti. Sen luotettavuutta on kuitenkin kritisoitu. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus on aineistolähtöistä. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus eroaa muista kirjallisuuskatsauksista siten, että sen eri vaiheet menevät osin päällekkäin tutkimuksen etenemisen aikana. (Kangasniemi 2013, 292.)

Salminen (2011, 6–8) jakaa kuvailevan kirjallisuuskatsauksen vielä narratiiviseen ja integroivaan kirjallisuuskatsaukseen. Narratiivinen kirjallisuuskatsaus pyrkii antamaan mahdollisimman kattavan kuvan aiheesta tai vaihtoehtoisesti se pyrkii kuvaamaan aiheen historiallista tai kehityksellistä kulkua. Kun tutkittavaa aihetta halutaan hahmottaa mahdollisimman perusteellisesti, voidaan hyödyntää integroivaa kirjallisuuskatsausta. Uuden

tiedon tuottamiseen jo aikaisemmin tutkitusta aiheesta integroiva kirjallisuuskatsaus on kätevä.

Tutkimuskysymys ohjaa koko kirjallisuuskatsausprosessia ja on siten keskeinen osa sitä. Jotta kirjallisuuskatsauksessa voi tarkastella ilmiötä syvällisesti, tutkimuskysymyksen on oltava tarpeeksi rajattu ja täsmällinen. Jos tutkimuskysymys on kuitenkin väljä, se mahdollistaa ilmiön tarkastelun eri näkökulmista. Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa huomio on aineistolähtöisyydessä ja ymmärtämisessä. Kun aineistoa valitaan, tarkastellaan valittuja tutkimuksia, ja sitä, miten ne vastaavat tutkimuskysymykseen. Tutkimuskysymyksen laajuus määrittää aineiston riittävyttä. Yleensä aineisto haetaan elektronisista lähteistä tai käsin erilaisista tieteellisistä julkaisuista. (Kangasniemi ym. 2013, 294–295.)

Kuvailun tekeminen kirjallisuuskatsauksessa edellyttää aineistoon perehtymistä ja myös sen hallintaa. Narratiivisen kirjallisuuskatsauksen viimeinen vaihe on tulosten tarkastelu. Se pitää sisällään menetelmällisen ja sisällöllisen pohdinnan. Tulosten tarkasteluvaiheessa arvioidaan myös tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus. Narratiivinen kirjallisuuskatsaus sisältää myös pohdinnan aikaansaadusta tuloksesta. (Kangasniemi ym. 2013, 297.)

5.2 Kirjallisuuskatsauksen vaiheet

Niela-Vilén & Hamari (2016, 23) määrittelevät artikkelissaan kaikille kirjallisuuskatsauksille välttämättömät viisi vaihetta. Ensimmäisessä vaiheessa määritellään katsauksen tarkoitus ja tutkimusongelma. Toisessa vaiheessa tehdään kirjallisuuden haku ja suoritetaan aineiston valinta. Kolmannessa vaiheessa kirjallisuuskatsauksessa arvioidaan tutkimukset. Neljännessä vaiheessa tehdään aineiston analysointi ja synteesi. Viidennessä eli viimeisessä vaiheessa kirjallisuuskatsauksessa raportoidaan tulokset. (Niela-Vilén & Hamari 2016, 9.)

Ensimmäinen vaihe eli katsauksen tarkoituksen ja tutkimusongelman määrittäminen on tärkeä vaihe kirjallisuuskatsauksen teossa. Toiseen vaiheeseen eli kirjallisuuden hakuun ja aineiston valintaan sisältyvät varsinaiset haut ja niiden lisäksi soveltuvan kirjallisuuden valitseminen. Kirjallisuuskatsauksen kolmannessa vaiheessa arvioidaan edellisessä

vaiheessa valitut tutkimukset. Tutkimusten arviointiin voidaan käyttää useita tapoja ja se aloitetaan valittuun tutkimusaineistoon perehtymällä. Neljännessä vaiheessa aineisto analysoidaan. Kirjallisuuskatsauksen viidennessä eli viimeisessä vaiheessa raportoidaan tulokset ja kirjoitetaan katsaus lopulliseen muotoon. Kirjallisuuskatsauksen viidennessä vaiheessa raportoidaan kaikki aikaisemmat vaiheet niin tarkasti kuin mahdollista. (Niela-Vilén & Hamari 2016, 24–25, 28 & 32.)

Kangasniemi ym. (2013, 294) jakavat kuvailevan kirjallisuuskatsauksen neljään vaiheeseen. Ensimmäisessä vaiheessa muodostetaan tutkimuskysymys tai -kysymykset ja toisessa vaiheessa valitaan aineisto. Kolmannessa vaiheessa rakennetaan kuvailu ja neljännessä vaiheessa tarkastellaan tuotettua tulosta.

5.3 Opinnäytetyön aineiston keruu

Opinnäytetyön tutkimuskysymys toimi perusteena aineiston haulle. Tutkimuskysymyksestä muodostin peruskäsitteet, joiden avulla suoritin aineiston haun kesäkuun ja syyskuun 2019 välillä. Hakusanojen muodostamiseen hyödynsin Yleistä suomalaista asianastoa eli YSA:a. Suomenkielisinä hakusanoina käytin muun muassa sosiaalinen tuki, äitiys, vanhemmuus ja vertaistuki.

Sisäänottokriteeri	Poissulkukriteeri
Aineisto julkaistu vuonna 2009 tai sen jälkeen.	Aineisto julkaistu ennen vuotta 2009.
Aineisto saatavilla maksuttomasti internetistä.	Aineisto saatavilla maksullisena internetistä/aineisto ei saatavilla internetistä.
Aineiston kieli suomi.	Aineiston kieli jokin muu kuin suomi.
Pro gradu -tutkielma tai väitöskirja	AMK-opinnäytetyö
Täytti hakusanavaatimukset	Ei täyttänyt hakusanavaatimuksia

Melindassa käytin tarkennettua hakua ja se tuotti hakusanoilla sosiaalinen tuki ja äitiys yhteensä 16 tulosta. Rajauksina oli lisäksi tutkimusten julkaisuajankohta vuosien 2009–2019 välillä. Tuloksista hyväksyin kolme, tiivistelmän lukemisen jälkeen kaksi ja

edelleen hyväksyin yhden tutkimuksen. Samoilla rajauksilla ja hakusanoilla sosiaalinen tuki ja vanhemmuus Melinda tuotti yhteensä 32 tulosta, joista hyväksyin kaksi, tiivistelmän lukemisen jälkeen yhden ja edelleen hyväksyin yhden tutkimuksen.

Melindassa tarkennettu haku fraasihakuna aineellinen tuki + äitiys ei tuottanut yhtään tulosta yllä mainituin ehdoin. Melindassa tarkennettu haku fraasihakuna henkinen tuki + äitiys tuotti 11 tulosta, joista hyväksyin yhden, mutta se ei täyttänyt sisäänottokriteerejä ollessaan AMK-opinnäytetyö. Melindassa tarkennettu haku fraasihakuna emotionaalinen tuki + äitiys ei tuottanut yhtään tulosta yllä mainituilla ehdoilla. Melindassa tarkennettu haku fraasihakuna tiedollinen tuki + äitiys ei tuottanut yhtään tulosta yllä mainituilla ehdoilla. Melindassa tarkennettu haku fraasihakuna taidollinen tuki + äitiys ei tuottanut yhtään tulosta yllä mainituilla ehdoilla ja rajattuna kirjoihin hakusanoilla vertaistuki ja äitiys tuotti yhteensä 15 tulosta. Niistä valitsin tarkempaan tarkasteluun neljä, jotka eivät tarkemmassa tarkastelussa täytäneet sisäänottokriteerejä ollessaan AMK-opinnäytetöitä ja yliopistossa tehty tutkimus.

Arto-artikkelitietokannassa haku sanoilla sosiaalinen tuki (fraasihakuna) ja äitiys tuotti yhteensä viisi tulosta. Lisäksi rajauksina oli aineiston julkaisuajankohta vuosien 2009-2019 välillä, kielenä suomi ja julkaisumaa suomi. Artikkeleista hyväksyin otsikon perusteella kaksi tarkempaan tarkasteluun, mutta toinen artikkeleista ei ollut saatavilla korkeakoulun Haka-tunnuksilla.

Diak-Finna-tietokannasta haku sanoilla sosiaalinen tuki tai henkinen tuki tai emotionaalinen tuki tai aineellinen tuki tai tiedollinen tuki tai taidollinen tuki ja äitiys tuotti yhteensä 27 hakutulosta. Lisäksi rajauksina oli julkaisuvuosi 2009-2019, kieli suomi, väitöskirja tai pro gradu ja saatavuus verkossa. Otsikon perusteella hyväksyin tarkempaan tarkasteluun yhden väitöskirjan, joka ei kuitenkaan tarkemmassa tarkastelussa sopinut aineistoksi opinnäytetyöhöni. Manuaalisen haun tein Google Scholarissa käyttäen edellä mainittuja haun rajauksia ja hakusanoja sosiaalinen tuki ja äitiys.

Liitteessä 1 on taulukko, josta ilmenee, mistä tietokannoista aineistoa on haettu, millä hakusanoilla ja kuinka usea tulos on otettu tarkempaan tarkasteluun ja edelleen opinnäytetyön aineistoksi. Liitteessä 2 on taulukko, josta ilmenee opinnäytetyöhön valitut tutkimukset ja niiden keskeisin sisältö opinnäytetyön näkökulmasta. Osa tuloksista tuli

hauissa useampaan kertaan eikä niitä ole erikseen eritelty, vaan taulukkoon vienti on tehty ensimmäisellä hakukerralla.

5.4 Opinnäytetyön aineiston analysointi

Opinnäytetyön aineiston analysointi on tehty Kumpusalon (1991) sosiaalisen tuen määrittelyn mukaan sovellettuna. Opinnäytetyöhön valikoiduista tutkimuksista etsittiin vastauksia tutkimuskysymykseen. Sen jälkeen alkuperäiset vastaukset pelkistettiin ja asetettiin alaluokkiin, jotka asetettiin edelleen yläluokkiin (sosiaalisen tuen muodot) ja pääluokkaan sosiaalinen tuki.

6 OPINNÄYTETYÖN TUTKIMUSTULOKSET

Rikalaisen (2015, 101) tutkimuksessa äidit saivat ensikodissa runsasta ja monimuotoista sosiaalista tukea. Tutkimusta varten haastatellut äidit kertoivat saaneensa runsaasti tukea niin ensikodin työntekijöiltä kuin muilta asukkailtakin, mutta tuen saannin kokemukset poikkesivat kuitenkin runsaasti toisistaan. Niemisen (2013, 2) tutkimuksessa eräät äidit kokivat parisuhteensa huolenaiheeksi ja vähintään puolet tutkimuksen äideistä koki omien voimien riittävyyden huolenaiheeksi. Tutkimuksessa tuli ilmi, että vanhempien parisuhdetta tukemalla perheiden hyvinvointia voitaisiin lisätä. Niemisen (2013, 36) mukaan äidit olivat saaneet sosiaalista tukea joskus tai harvoin. Liitteessä 3 kuviossa 1 on eriteltyinä näkyvissä opinnäytetyön tutkimustulosten ala-, ylä- ja pääluokat.

Tammentien (2009, 41) pro gradu -tutkimuksen mukaan lasten isellä on suuri merkitys äitien synnytyksen jälkeisen masennuksen ennaltaehkäisyssä ja isien äideille tarjoamalla sosiaalisella tuella vahvistetaan naisen uutta roolia äitinä. Perheen jaksamiseen vaikuttaa Tammentien (2009, 41) mukaan ystävien ja sukulaisten vanhemmille tarjoama sosiaalinen tuki. Viljasen (2010, 60) pro gradu -tutkielmassa korostuivat äitien tarvitsema henkinen ja tiedollinen tuki.

6.1 Toiminnallinen tuki

Äidit kertoivat saaneensa ensikodin työntekijöiltä tukea vauvan perushoittoon ja hoitoapua, joka korostui erityisesti silloin, kun äiti oli levon tarpeessa esimerkiksi synnytyksen jälkeen (Rikalainen 2015, 102).

6.2 Tiedollinen ja taidollinen tuki

Ensikodissa äidit saivat työntekijöiltä ja muilta asukkailta neuvoja ja apua. Äidit kokivat ensikodin työntekijöiden neuvot osittain hyvinä ja muilta asukkailta saadut neuvot vinkkeinä. Äidit kokivat saaneensa ensikodin työntekijöiltä tukea päätöksentekoon ja he myös kunnioittivat äitien mielipiteitä. Ensikodissa äidit pitivät työntekijöitä luottamuksen

arvoisina, mutta luottamuksen arvoiseksi koettiin kuitenkin useammin muut ensikodin asiakkaat. (Rikalainen 2015, 102–103.) Tammentien (2009, 41) mukaan tietoa, ohjausta ja tukea tarvitsevat uudet vanhemmat.

Ongelmatilanteisiin liittyvät neuvot, tiedot ja tiedollinen tuki olivat Viljasen (2010, 60) tutkimuksen mukaan äideille tärkeitä. Tiedollista tukea saatiin muilta äideiltä, omalta äidiltä, Googlesta ja keskustelupalstoilta sekä neuvolasta. Äidit eivät kuitenkaan pitäneet neuvolasta saamaansa tiedollista tukea ensisijaisena tai merkittävänä tuen tarjoajana. (Viljanen 2010, 60.)

6.3 Henkinen ja emotionaalinen tuki

Äitien kertoman mukaan ensikodin työntekijät huomioivat äitien yksilölliset elämäntilanteet ja huomioivat ne työskennellessään perheiden kanssa. Ensikodissa äidit pitivät työntekijöitä luottamuksen arvoisina, mutta luottamuksen arvoiseksi koettiin kuitenkin useammin muut ensikodin asiakkaat. Useat äidit kokivat ensikodin muiden asiakkaiden kanssa yhteenkuuluvuuden tunnetta, joka ylläpiti jaksamista ja viihtymistä. Usean äidin oli mahdollista kertoa omasta elämäntilanteestaan toiselle ensikodin asiakkaalle ja se koettiin tärkeäksi. Käytännön apua saaneet kertoivat saaneensa ensikodin työntekijöiltä myös ymmärrystä ja empatiaa. (Rikalainen 2015, 101, 103–104).

Äideillä oli vaihteleva määrä ystäviä ja omaisia, joiden kanssa pystyi olemaan luontevasti ja joiden kanssa pystyi keskustelemaan itselle tärkeistä asioista. Ystävien ja omaisten määrän vaihtelu vaihteli myös parisuhteen kokemiseen huolenaiheena. Vastaavasti sellaiset äidit, joilla oli runsaasti ystäviä ja omaisia, kokivat parisuhteensa ilonaiheeksi. (Nieminen 2013, 37–38.)

7 POHDINTA

7.1 Opinnäytetyön tulosten tarkastelu

Opinnäytetyönä kirjallisuuskatsaus osoittautui suhteellisen haasteelliseksi. Sopivien hakusanojen keksiminen oli haasteellista. Sain informaatikolta ohjausta hakusanojen ja erilaisten tietokantojen käyttöön. Tutkimuskysymykseen vastaavaa aineistoa oli haastavaa löytää, ja myös siihen hyödynsin informaatikon osaamista. Sosiaalista tukea ja sen käsitettä on tutkittu suhteellisen runsaasti, varsinkin ammattikorkeakouluissa. Kuitenkin sosiaalisen tuen tarvetta äitiyden näkökulmasta ei oltu tutkittu kovin runsaasti, joten aihevalintani on ajankohtainen ja perusteltu.

Niemisen (2013) tutkimuksesta ilmeni, että lapsiperheiden hyvinvointia voitaisiin tukea panostamalla vanhempien parisuhteeseen. Aineiston valossa ilmeni myös, että äidin tärkein sosiaalisen tuen tarjoaja on puoliso. Neuvolatyössä olisikin tärkeää varmistaa myös vanhempien parisuhteen tilanne ja kartoittaa myös muut sosiaalisen tuen tarjoajat, jotka Tammentien (2009) mukaan vaikuttavat perheen jaksamiseen.

Rikalaisen (2015) tutkimuksesta kävi ilmi, että ensikodissa olleet äidit pitivät muita ensikodissa olleita äitejä useammin luottamuksen arvoisina kuin työntekijöitä ja äidit kokivat myös yhteenkuuluvuuden tunnetta, jolla oli merkitystä jaksamiseen liittyen. Ensikodin asiakkailta on voinut olla vertaistuellinen merkitys toisilleen.

Rikalaisen (2015) tutkimuksesta ilmeni myös, että äidit tarvitsivat henkistä ja emotionaalista tukea. Niemisen (2013) tutkimuksen mukaan sellaisilla äideillä, joilla oli runsaasti ystäviä ja omaisia, kokivat olevansa tyytyväisempiä parisuhteeseensa.

Rikalaisen (2015) tutkimuksesta kävi ilmi, että ensikodissa olleet äidit saivat sekä henkilökunnalta että muilta asiakkailta tiedollista tukea eli neuvoja ja apua. Viljasen (2010) tutkimuksen mukaan äidit saivat tietoa omalta äidiltään, muilta äideiltä, neuvolasta, Googlestä ja keskustelupalstoilta. Hänen mukaansa äidit eivät kuitenkaan ensisijaisesti

hakeneet tukea neuvolasta tai neuvolasta saatua tukea ei koettu merkittävänä. Tammen-tien (2009) tutkimuksen mukaan tietoa tarvitsevat erityisesti uudet vanhemmat.

Lapsen syntymä on suuri tapahtuma ja myös parisuhde kokee eriasteisia muutoksia. Tutkimusten perusteella vanhempien parisuhdetta tukemalla voidaan parantaa lapsiperheiden hyvinvointia. Suurin osa lapsiperheistä käy säännöllisesti neuvolassa, jossa tuen tarpeen havaitseminen ja tuen tarjoaminen voisi olla luontevaa. Tutkimusten perusteella äidit eivät kuitenkaan pitäneet neuvolan tarjoamaa tukea ensisijaisena tai merkittävänä.

Jatkotutkimusideana voisi tutkia, mistä vanhemmat saavat sosiaalista tukea eli mitkä ovat tärkeimmät sosiaalisen tuen tarjoajat ja vaihtelee se lasten ollessa eri ikäisiä tai esimerkiksi vanhempien sosioekonomisen aseman mukaan.

7.2 Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus

Tutkimuksen tekeminen edellyttää tekijältään laaja-alaisen vastuun ottamista, koska tutkimuksen tulokset voivat vaikuttaa pitkänkin ajan päähän tai vaikuttaa useisiin ihmisiin. Tutkimuksen aihetta pohtiessa on syytä huomioida myös tutkimusaiheen oikeutusta. Tutkimusaiheelle on aina löydettävä perustelu tietoperustasta eikä se siten voi perustua pelkkään uteliaisuuteen aihetta kohtaan. (Kylmä & Juvakka 2007, 143–144.)

Tieteellisiä käytäntöjä voidaan loukata esimerkiksi siten, että vähätellään muiden tutkijoiden osuutta tutkimuksessa tai aikaisempiin tutkimuksiin viitataan puutteellisesti (Tuomi & Sarajärvi 2018, 112). Olen merkinnyt lähdeviitteet Diakonia-ammattikorkeakoulun määrittelemien kirjallisten ohjeiden mukaisesti ja erottanut lähteisiin perustuvat tekstit omasta tekstistäni asianmukaisesti.

Perustana tutkimuksen uskottavuudelle toimii hyvä tieteellinen käytäntö. Hyvän tieteellisen käytännön loukkauksena pidetään esimerkiksi puutteellisia lähdeviitemerkintöjä ja tutkimustulosten harhaanjohtavaa raportointia. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 111–112.) Uskottavuus, vahvistettavuus, refleksiivisyys ja siirrettävyys ovat laadullisen tutkimuksen luotettavuuskriteereitä. Uskottavuudella tutkimuksessa tarkoitetaan sitä, että tutkimus itsessään, kuten sen tuloksetkin, ovat uskottavia ja ne pystytään osoittamaan

tutkimuksessa. Uskottavuutta voidaan lisätä muun muassa siten, että tutkimuksen eri vaiheissa keskustellaan tuloksista siihen osallistuneiden kanssa. (Kylmä & Juvakka 2007, 128.)

Yardleyn (2000) mukaan vahvistettavuus liittyy tutkimusprosessin kirjaamiseen siten, että toisella tutkijalla on mahdollisuus seurata tutkimuksen kulkua (Kylmä & Juvakka 2007, 129). Refleksiivisyydellä viitataan siihen, että tutkijan on tiedostettava omat lähtökohtansa suhteessa tutkimukseen. Siirrettävyydellä tarkoitetaan sitä, että tutkimustulokset ovat siirrettävissä muihin samankaltaisiin tilanteisiin. (Kylmä & Juvakka 2007, 129.)

Opinnäytetyön prosessin aikana tein jatkuvasti luotettavuuden arviointia. Opinnäytetyön prosessi eteni suunnitelman mukaisesti vaiheittain. Aineiston järjestelyyn käytin sisällysluetteloa ja sisällysluetteloa. Kävin aineistoa läpi ja etsin vastausta tutkimuskysymykseen. Olen käyttänyt monipuolisesti erilaisia sähköisiä tiedonhakupalveluita ja hyödyntänyt myös informaation osaamista hakusanojen määrittelyssä. Luotettavuutta lisäsi myös se, että ennen aineiston keruuta muodostin selkeät sisäänotto- ja poissulkukriteerit, joita noudatin aineiston valinnassa. Halusin rajata aineiston siten, että se kattaa vain viimeisen 10 vuoden aikana julkaistut teokset, jotta aineisto olisi ajantasaista. Kaikki opinnäytetyössä käytetty aineisto oli suomenkielistä.

LÄHTEET

- Anttonen, A. (2003). Lastenhoidon kaksi maailmaa. Teoksessa H. Forsberg & R. Nätkin (toim.) *Perhe murroksessa - kriittisen perhetutkimuksen jäljillä* (159–185). Helsinki: Gaudeamus.
- Hautamäki, A. (2008.) Naisen yksilöllistymisen mahdollisuus ja hinta – oman äänen löytäminen ja äitiys. Teoksessa A. R. Lahikainen, R-L. Punamäki & T. Tamminen (toim.) *Kulttuuri lapsen kasvattajana* (117–141). Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.
- Hellström, M. (2010). *Sata sanaa kasvatuksesta*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Jantunen, E. (2010). Vertaistuki masentuneiden osallisuuden vahvistajana. Teoksessa T. Laine, S. Hyväri & P. Vuokila-Oikkonen (toim.) *Syrjäytymistä vastaan sosiaali- ja terveysalalla* (85–98.). Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Juvakka, T. & Kylmä, J. (2007). *Laadullinen terveystutkimus*. Saatavilla <http://www.elibslibrary.com>.
- Järvinen, R., Lankinen, A., Taajamo, T., Veistilä, M. & Virolainen, A. (2012). *Perheen parhaaksi – Perhetyön arkea* (2. uudistettu p.) Helsinki: Edita Publishing Oy.
- Kangasniemi, M., Utriainen, K., Ahonen, S-M., Pietilä, A-M., Jääskeläinen, P. & Liikainen, E. (2013). *Kuvaileva kirjallisuuskatsaus: eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsenettyyn tietoon*. *Hoitotiede* 25 (4), 291–301.
- Karisto, A., Takala, P. & Haapola, I. (2009). *Matkalla nykyaikaan. Elintason elämäntavan ja sosiaalipolitiikan muutos Suomessa*. (1.–5. p.) Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.
- Kinnunen, P. (1998). *Hyvinvoinnin ruletti*. Tutkimus sosiaalisen tuen verkostojen lähentymisestä 1990-luvun lopun Suomessa. *Acta Universitatis Lapponiensis* 20. Rovaniemi.
- Kumpusalo, Esko (1991). *Sosiaalinen tuki, huolenpito ja terveys*. Helsinki: VAPK-kustannus.
- Kuronen, M. (2003). Eronnut perhe? Teoksessa H. Forsberg & R. Nätkin (toim.) *Perhe murroksessa - kriittisen perhetutkimuksen jäljillä* (103–85). Helsinki: Gaudeamus.

- Martelin, T., Pitkänen, K. & Koskinen, S. (2000). Suomalainen väestöllinen elämänkulku: tilastoja ja tarinoita. (38–57.) Teoksessa E. Heikkinen & J. Tuomi (toim.) Suomalainen elämänkulku.
- Niela-Vilen, H. & Hamari, L. (2016). Kirjallisuuskatsauksen vaiheet. Teoksessa M. Stolt, A. Axelin & R. Suhonen (toim.) Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä (7–22.) Turun yliopisto: hoitotieteen laitoksen julkaisuja, tutkimuksia ja raportteja. Sarja A73.
- Nieminen, H. (2013). *Parisuhde pikkulapsiperheessä*. Kyselytutkimus äideille lapsiperheiden psykososiaalisesta hyvinvoinnista pienessä maaseutukunnassa. Jyväskylän yliopisto. Terveystieteiden laitos. Terveyskasvatuksen pro gradu -tutkielma. Saatavilla 9.8.2019 <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/42655/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201312142799.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Ojala, T. & Uutela, A. (1992). *Rakentava vuorovaikutus*. Helsinki: WSOY.
- Rikalainen, K. (2015.) *Äitien kokemuksia sosiaalisesta tuesta ensikodissa*. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos. Saatavilla 9.7.2019 <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/45552/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201503231502.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Ritmala, M., Ojanen, T., Sivén, T., Vihunen, R. & Vilén, M. (2010). *Lapsen aika*. (12. – 13. p.) Helsinki: WSOYpro Oy.
- Salminen, A. (2011). *Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyypeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin*. Vaasan yliopiston julkaisuja, Opetusjulkaisuja 62, Julkisjohtaminen 4. Saatavilla: https://www.univaasa.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf.
- Satka, M. (1994). Sosiaalinen työ peräänkatsojamiehestä hoivayrittäjäksi. Teoksessa J. Jaakkola, Pulma, P., M. Satka & Urponen, K. Armeliaisuus, yhteisöapu, sosiaaliturva – Suomalaisten sosiaaliturvan historia (261–334.). Helsinki: Sosiaaliturvan keskusliitto.
- Sosiaali- ja terveysministerio (2004). *Lastenneuvola lapsiperheiden tukena - Opas työntekijöille*. Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita 2004:14. Saatavilla 12.6.2019 <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74223/Opp200414.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

- Suhonen, R., Axelin, A. & Stolt, M. (2016). Erilaiset kirjallisuuskatsaukset. Teoksessa M. Stolt, A. Axelin & R. Suhonen (toim.) *Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä (7–22.)* Turun yliopisto: hoitotieteen laitoksen julkaisuja, tutkimuksia ja raportteja. Sarja A73.
- Tammentie, T. (2009). *Äidin synnytyksen jälkeisen masennuksen vaikutus perheeseen ja perheen vuorovaikutussuhde lastenneuvolan terveydenhoitajan kanssa*. Tampereen yliopisto. Hoitotieteen laitos. Akateeminen väitöskirja. Saatavilla <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/66538/978-951-44-7800-0.pdf?sequence=1>
- Tarkka, M-T. (1996). *Äitiys ja sosiaalinen tuki*. Tampereen yliopisto. Hoitotieteen laitos. Akateeminen väitöskirja.
- Tiitinen, A. (1.10.2018). Monisikiöisyys. Saatavilla https://www.terveyskirjasto.fi/kotisivut/tk.koti?p_artikkeli=dlk00154
- Tilastokeskus. Etusivu. Väestö. Perheet. 2018. Perheiden määrä jatkanut laskuaan. Saatavilla 10.6.2019 https://www.stat.fi/til/perh/2018/perh_2018_2019-05-22_tie_001_fi.html.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi*. Uudistettu laitos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi. Saatavilla <http://www.elibs.com>
- Urponen K. (1994). Huoltoyhteiskunnasta hyvinvointivaltioon. Teoksessa J. Jaakkola, Pulma, P., M. Satka & K. Urponen *Armeliaisuus, yhteisöapu, sosiaaliturva – Suomalaisten sosiaaliturvan historia (163–260.)*. Helsinki: Sosiaaliturvan keskusliitto.
- Viljanen, T. (2010). *”Eniten mä pelkäsin että mä jään yksin” Tutkimus sosiaalisen tuen tarpeesta äitiyden ensimmäisen vuoden aikana*. Tampereen yliopisto. Sosiaalityön tutkimuksen laitos. Pro gradu -tutkielma. Saatavilla <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/81874/gradu04516.pdf?sequence=1>
- Vuori, J. (2003). Äitiyden ainekset. Teoksessa H. Forsberg & R. Nätkin (toim.) *Perhemurroksessa - kriittisen perhetutkimuksen jäljillä (39–63.)*. Helsinki: Gaudeamus.

LIITE 1. Hakutaulukko

Mistä haettu	Hakusana	Hakusana	Osumat	Tarkempaan tarkasteluun	Hyväksytyjä
Melinda	sosiaalinen tuki	äitiys	16	1	1
Melinda	sosiaalinen tuki	vanhemmuus	32	1	1
Melinda	aineellinen tuki	äitiys	0		
Melinda	henkinen tuki	äitiys	11	0	0
Melinda	emotionaalinen tuki	äitiys	0		
Melinda	tiedollinen tuki	äitiys	0		
Melinda	taidollinen tuki	äitiys	0		
Melinda	vertaistuki	äitiys	15		
Arto	sosiaalinen tuki	äitiys	5	2	0
Diak-Finna	sosiaalinen tuki tai henkinen tuki tai emotionaalinen tuki tai aineellinen tuki tai tiedollinen tuki tai taidollinen tuki	äitiys	27	1	0

Google Scholar: manu- aalinen haku	sosiaalinen tuki	äitiys	9500	2	2
--	---------------------	--------	------	---	---

Taulukko 1. Haussa käytetyt asiasanat, osumat, tarkempaan tarkasteluun ja opinnäytetyöhön valittujen määrä

LIITE 2. Opinnäytetyöhön valitut tutkimukset

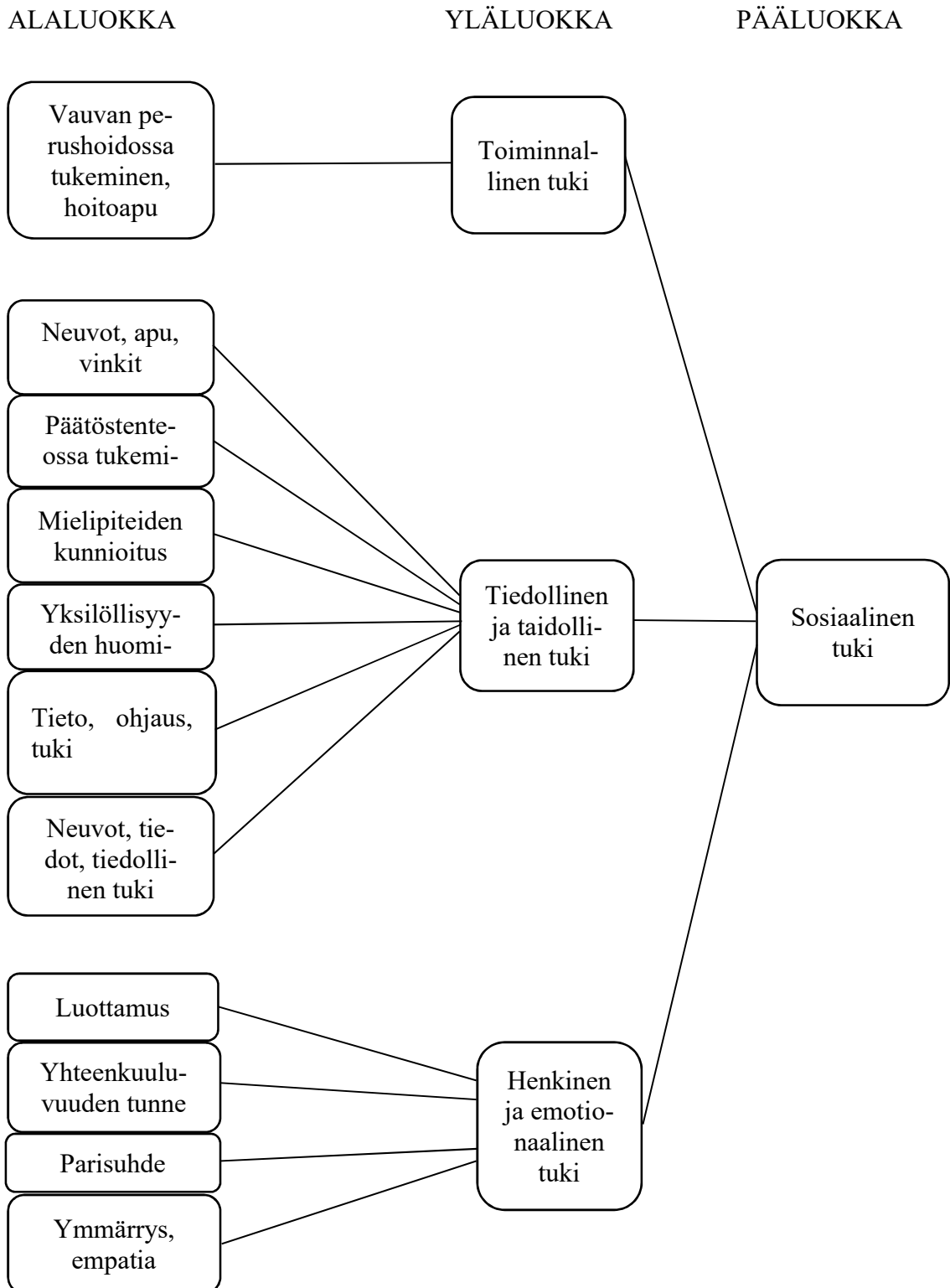
Tekijä(t), vuosi	Tietokanta	Työn nimi	Keskeisimmät tulokset
Nieminen, Henna (2013)	Melinda	Parisuhde pikkulapsiperheissä: kyselytutkimus äideille lapsiperheiden psykososiaalisesta hyvinvoinnista pienessä maaseutukunnassa	Pro gradu -tutkielma tehtiin Jyväskylän yliopistossa. Keskeisiä tutkimustuloksia: parisuhteen tukeminen lapsiperheissä edistää perheiden hyvinvointia
Rikalainen, Kaisa (2015)	Melinda	Äitien kokemuksia sosiaalisesta tuesta ensikodissa: tuen merkitykset ja yhteydet psyykkiseen hyvinvointiin	Pro gradu -tutkielma tehtiin Jyväskylän yliopistossa. Keskeisiä tutkimustuloksia: äitien minäpystyvyys ja itsetunto kohentuvat ensikodissa asumisen aikana.
Tammentie, Tarja (2009).	Google Scholar	Äidin synnytyksen jälkeisen masennuksen vaikutus perheeseen ja perheen vuorovaikutussuhde lastenneuvolan terveydenhoitajan kanssa.	Akateeminen väitöskirja tehtiin Tampereen yliopistossa. Keskeisiä tutkimustuloksia: selkeää syytä äitien synnytyksen jälkeiselle masennukselle ei ole osoittaa, synnytyksen jälkeistä masennusta sairastavilla perheiden toimivuus heikompaa, odotusten ja todellisuuden ristiriidat
Viljanen, Terhi (2010)	Google Scholar	”Eniten mä pelkäsin että mä jään yksin” Tutkimus sosiaalisen tuen tarpeesta	Pro gradu -tutkielma tehtiin Tampereen yliopistossa. Keskeisiä tutkimustuloksia: tiedollisen, emotionaalisen, konkreettisen tuen tarve

		äitiyden en- simmäisen vuoden aikana.	
--	--	---	--

Taulukko 2. Opinnäytetyöhön valittujen tutkimusten tekijöiden nimet julkaisuvuosineen, haussa käytetty tietokanta ja hakusanat sekä keskeisimmät tutkimustulokset

LIITE 3. Äitien tarvitsema sosiaalinen tuki

1. Minkälaista sosiaalista tukea äidit tarvitsevat?



Kuvio 1. Äitien tarvitsema sosiaalinen tuki.