

CAFÉ HELMESTÄ PERHEILTaan

Vanhempien vertaisryhmätoiminnan

käynnistäminen

Kangasniemen päiväkodilla

Kirsi Kiuru

Opinnäytetyö, kevät 2012

Diakonia-ammattikorkeakoulu,

Diak, Länsi, Pori

Sosiaalialan koulutusohjelma

Sosiaali- ja kasvatustieteiden

suuntautumisvaihtoehto

Sosionomi (AMK) +

lastentarhanopettajan

virkakelpoisuus

TIIVISTELMÄ

Kiuru, Kirsi. Café helmestä perheiltaan – Vanhempien vertaisryhmätoiminnan käynnistäminen Kangasniemen päiväkodilla. Diak Länsi, Pori, kevät 2012, 41s., 4 liitettä.

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Sosiaalialan koulutusohjelma, Sosiaali- ja kasvatustieteen suuntautumisvaihtoehto, sosionomi (AMK) + lastentarhanopettajan virkakelpoisuus

Opinnäytetyön aiheena oli käynnistää vanhempien vertaisryhmätoiminta Kangasniemen päiväkodissa Ylöjärvellä. Vanhempien vertaisryhmätoiminnan käynnistämisen tarkoituksena oli tukea vanhemmuutta vanhempien sosiaalista verkostoa vahvistamalla.

Vertaisryhmätoiminta ei käynnistynyt ongelmitta. Ensimmäiseen vertaisryhmään ei saapunut paikalle ainuttakaan vanhempaa. Kohderyhmää tarkentaen järjestettiin kaksi perheiltaa, joihin osallistui yhteensä 25 vanhempaa.

Opinnäytetyön raportissa kuvataan vertaisryhmätoiminnan käynnistämistä ideasta toteutukseen. Raportissa esitellään myös vertaisryhmiltä saatu palaute ja niistä nousseet kehittämisajatukset.

Vertaisryhmiltä saadun palautteen perusteella vanhemmat haluavat vertaisryhmätapaamisissa tavata samassa elämäntilanteessa olevia ja samalla asuinalueella eläviä toisia vanhempia sekä keskustella heidän kanssaan arjen kokemuksista.

Asiasanat: vertaisryhmä, vertaistuki, vanhemmuus, vanhemmuuden tukeminen, sosiaalinen verkosto

ABSTRACT

Kiuru, Kirsi.

From Café Helmi to Family Evening – Initiation of Peer Group for Parents at Kangasniemi Day Care Center.

41p., 4 appendices. Language: Finnish. Pori, Spring 2012.

Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Social Services, Option in Social services and Education. Degree: Bachelor of Social Services.

The Subject of this thesis was to initiate a peer group for parents at Kangasniemi day care center in Ylöjärvi. The purpose of the peer group was to support the parents on their parenting by strengthening social network. The peer group did not start to function without problems. No parents attended the first peer group. After specifying the target group, two family evenings were organized. In all 25 parents participated.

The report of the thesis describes the peer group starting from an idea to the execution. The report also presents the feedback from the peer groups and developmental thoughts.

Based on the feedback from the peer groups, the parents want to meet other parents who are in the same situation and live in the same residential area as well as discuss everyday experiences with equals.

Keywords: peer group, peer support, parenthood, supporting parenthood, social network

SISÄLLYS

1 TUKEA ARJEN HULABALOOHON	5
2 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT	7
3 VERTAISRYHMÄTOIMINNASTA TUKEA VANHEMMUUTEEN	10
3.1 Vanhemmuuden haasteita	10
3.2 Vanhemmuuden tukeminen	11
3.3 Vertaistuki vanhempien voimavarana	13
3.4 Sosiaalinen verkosto vanhemmuuden tukena	14
4 VERTAISRYHMÄN TYÖKALUT	17
4.1 Ryhmän ohjaaminen	17
4.2 Learning Café	18
4.3 Vanhemmuuden roolikartta	20
5 OPINNÄYTETYÖN PROSESSI	21
5.1 Café Helmi	21
5.2 Café Helmen arvioinnista perheiltojen syntyyn	23
5.3 Perheillat	25
5.4 Perheiltojen palaute	26
5.5 Kehittämisaikatuksia perheiltoihin	30
6 POHDINTA	32
LÄHTEET	34
LIITE 1 Kutsu Café Helmeen	38
LIITE 2 Kutsu Hippu – Sirujen perheiltaan	39
LIITE 3 Kutsu Kivien perheiltaan	40
LIITE 4 Perheiltojen palautekysely	41

1 TUKEA ARJEN HULABALOOHON

Perhesuhteissa ja verkostoissa on tapahtunut viime vuosien ajan muutoksia: ihmiset muuttavat yhä kauemmaksi sukulaisistaan ja perheiden koko on pienentynyt. Tämän vuoksi kokemus yhteisöllisyydestä jää usein puuttumaan. Asiantuntijoihin ei enää luoteta kuten ennen, vaan ihmiset yrittävät itse tai vertaistuen avulla selvitä elämän haastavista tilanteista. (Hulmi 2004 23.) Lapsiperheiden tueksi on kaivattu uusia toimintamenetelmiä. Perheiden sosiaalisten verkostojen vahvistaminen esimerkiksi vertaisryhmien avulla on merkittävä toimintamuoto perheiden hyvinvoinnin ja sosiaalisten voimavarojen kartuttajana.

Varhaiskasvatus tavoittaa lähes kaikki viimeistään esikouluikässä. Tästä syystä varhaiskasvatusta toteuttavissa päiväkodeissa olemme tärkeässä asemassa ennalta ehkäisevässä työssä lapsiperheiden kanssa. Olemme päiväkotityössä havainneet vanhempien vaikeudet vastata yhteiskunnan ja työelämän vaatimukseen ja todenneet sen vaikuttavan perheen hyvinvointiin. Vanhempien uupumuksen voi havaita neuvottomuutena lapsen kanssa haastavissa tilanteissa tai esimerkiksi lastensuojelutarpeen kasvaessa. Vanhemmat vaativat itseltään ja vanhemmuudeltaan paljon ja yhteisen ajan lasten kanssa tulisi heidän käsitöksensä mukaan olla aina laatuaikaa, tekemistä ja menemistä kissanristiäisistä toiseen sen sijaan, että lapsi itse saattaisi nauttia eniten yhteisestä ja rauhallisesta joutenolosta kotona.

Vertaisryhmätoiminnan käynnistämällä pyrimme Kangasniemen päiväkodissa tukemaan vanhemmuutta mahdollistamalla heidän sosiaalisen verkoston vahvistumisen tapaamalla vertaisryhmässä samassa elämäntilanteessa olevia samalla asuinalueella asuvia vanhempia. Yhteiskunnallisten arvojen ja vaatimusten muuttuessa on päiväkodinkin elettävä muutoksessa mukana ja etsittävä sellaisia uusia toimintamalleja, joilla voidaan vahvistaa perustehtävässä eli vanhempien kotikasvatuksen tukena toimimista.

Tämän työn toisessa luvussa esittelen opinnäytetyön taustaa, lähtökohtia, tarkoitusta ja tavoitteita sekä muutaman aiemmin aiheesta tehdyn tutkimuksen. Kolmannessa luvussa avaan opinnäytetyön keskeiset käsitteet sekä kerron

vanhemmuuden tukemisesta vertaisryhmän avulla. Neljännessä luvussa esittelen vertaisryhmätoiminnassa käytettyjä työkaluja. Viidennessä luvussa kerron opinnäytetyön prosessista ja esittelen perheiltöjen palautekyselyn tuloksia ja niiden myötä nousseita kehittämisajatuksia. Kuudennessa ja viimeisessä luvussa pohdin opinnäytetyön ja toiminnan onnistumista sekä omaa ammatillista kasvuani prosessissa.

2 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT

Kangasniemen päiväkotiki on 120-paikkainen päivähoitoyksikkö Ylöjärven kaupungissa Metsäkylän kaupunginosassa uudella Kangasniemen pientaloalueella. Kangasniemen alue houkuttelee lapsiperheitä ympäristökuntien halvimpien tonttien, hyvien kulkuyhteyksien ja Elovainion alueen uuden kauppakeskuksen myötä Tampereelta ja ympäristökunnista rakentamaan omakotiunelmaa. Alueelle muuttaakin paljon lapsiperheitä, joiden vanhemmat ovat aikanaan tulleet Tampereen seudulle opiskelun tai työn vuoksi. Tästä syystä monien lapsiperheiden luonnolliset verkostot kuten sukulaiset, saattavat olla hyvinkin kaukana. Lukuisat tutkimukset ja asiantuntijoiden kirjoittamat artikkelit osoittavat, että työelämän ja yhteiskunnan vaatimukset vanhemmilta ja vanhemmuudelta ovat kasvaneet ja vanhemmat yrittävät uupumukseen asti vastata niihin. Vanhempien uupumuksen on todettu korostuneen lastensuojelutarpeen taustatekijänä ja lastensuojelutarpeen kasvu on ollut huimaa viimeisten vuosien aikana. (Bardy 2009, 3.) Myös kuntien peruspalvelut ovat heikentyneet. Monessakaan kunnassa lapsiperheet eivät enää saa kotihoidosta apua arjessa jaksamiseen. (Heino 2008, 3.)

Opinnäytetyöni on kehittämishanke, jonka tarkoituksena on käynnistää Kangasniemen päiväkodin lasten vanhempien vertaisryhmätoiminta päiväkodilla. Vertaisryhmätoiminnan käynnistämällä pyrimme tukemaan vanhemmuutta vertaisryhmän vahvistaessa perheiden sosiaalisia verkostoja tarjoamalla heille samassa elämäntilanteessa olevien ja samalla asuinalueella elävien vanhempien tapaamisen sekä arjen ilojen ja surujen jakamisen mahdollisuuden.

Vertaisryhmätoiminnan käynnistämisen lähtökohtina Kangasniemen päiväkodilla ovat perheiden hyvinvointiin tähtäävät niin valtakunnalliset ohjelmat kuin paikalliset tavoitteet. Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallisen kehittämissuohjelman KASTE 2008 -2011 mukaan terveyttä ja sosiaalista hyvinvointia edistävien olosuhteiden ja palveluiden vahvistaminen, ongelmien ennalta ehkäisy ja varhainen puuttuminen ovat vaikuttavia tapoja parantaa ihmisten elämänlaatua. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008, 29-30.) Lasten, nuorten ja perheiden poliittisen ohjelman (2007) tavoitteena on vahvistaa lapsimyönteistä Suomea ja tukea las-

ten, nuorten ja perheiden arjen hyvinvointia sekä ehkäistä syrjäytymistä. Terveystiedon edistämisen poliittisen ohjelman (2007) mukaan perheiden hyvinvoinnin lähtökohdaksi on toimiva ja tasapainoinen vanhemmuus ja tavoitteena on arjen hallinnan vahvistaminen kaikissa perheissä. Neuvolatoimintaa tutkineen Viljamaan (2003) mukaan on noussut esiin, että tämän päivän vanhemmat haluavat enemmän tukea vanhemmuuteen, perhekeskeisyyttä sekä vertaistukea ja tukea parisuhteeseen.

Ylöjärven kaupungin päivähoiton strategiassa vuodelle 2011 on asetettu tavoite, että päivähoitossa käynnistetään vanhemmille suunnattua vertaisryhmätointa. Kehittämishankkeen yhteistyökumppanina toimii Ylöjärven kaupungin Kangasniemen päiväkotitoiminta. Päiväkodissa toimiva vertaisryhmä voisi tulevaisuudessa mahdollisesti toimia myös Mannerheimin lastensuojeluliiton ja Ylöjärven kaupungin yhteistyöhankkeen Vertaisryhmästä vahvuutta vanhemmuuteen –ryhmien jatkumona.

Vertaisryhmätointa ja vertaistukea on tutkittu monissa eri tieteenalojen väitöstitutkimuksissa, pro - graduissa sekä opinnäytetöissä. Tässä työssä tuon esille vain muutaman esimerkin vertaisryhmätointin käynnistämisen taustalla olevista vertaisryhmiä ja vertaistukea koskevista tutkimuksista. Suomen Akatemian rahoittaman Jyväskylän Yliopiston Perhetutkimuskeskuksen Paletti – tutkimuksen mukaan päivähoitolla on mahdollisuus edistää perheen toimivuutta mm. perheiden verkostoitumista edistämällä sekä entistä tietoisemmin tukea ja rohkaista vanhempain keskinäisen vertaistoiminnan käynnistämistä ja ylläpitämistä. (Rönkä, Malinen & Lämsä 2009.) Mannerheimin lastensuojeluliitto (MLL) on tutkinut vanhempain vertaisryhmätointa 2010. Vertaisryhmätointin arviointiraportin tulosten perusteella voidaan todeta, että MLL:n järjestämä vertaisryhmätointi edistää lapsiperheen hyvinvointia. Vertaisryhmätointin avulla voidaan luoda ja vahvistaa vanhempain ja perheiden sosiaalisia lähiverkostoja sekä keskinäistä tukea ja apua. Samassa elämäntilanteessa olevien vanhempain ja lähiyhteisön tuki kannattelee vanhempia vaikeissakin tilanteissa. (Halonen, Sourander & Viinikka 2010.) Vertaisryhmillä on havaittu olevan positiivisia vaikutuksia pienten lasten perheiden elämään. Vertaisryhmä parantavat psykososiaalista hyvinvointia ahdistuneisuutta ja alakuloisuutta vähentämällä sekä vahvistavat perheen keskinäisiä suhteita ja lapsen tunne-

elämän ja käytöksen häiriöt vähenevät. Vertaisryhmän keskustelujen myötä vanhempien on helpompi muuttaa käsityksiään vanhemmuudesta sekä ymmärtää parisuhteen merkitys perheen hyvinvoinnissa. Vertaiskeskustelujen myötä vanhemmat kykenevät jäsentämään omaa vanhemmuuttaan ja saattavat innostua hankkimaan oma-aloitteisesti lisätietoa asioista. (Kalliomaa & Viinikka 2006, 9-11.)

Tuula Kinnunen (2006) on kasvatustieteen pro gradu -tutkielmassaan tutkinut vertaistukea erityislasten vanhempien voimavarana. Kinnusen tutkimuksen mukaan vanhemmat kokivat saaneensa vertaistuen myötä mahdollisuuden ymmärtäjän ja vertaisen löytämiseen. Vanhemmat kokivat vanhemmuutensa vahvistuneen mentoroinnin ja yhteisen jakamisen avulla. Vertaistuen myötä syntyi uusia sosiaalisia suhteita ja erilaista merkitystä saaneita ystävyysuhteita. Eveliina Markus (2009) on sosiaalityön pro gradu -tutkielmassaan tutkinut murrosikäisten lasten äitien kokemuksia vertaistuen tarpeesta ja miten vertaistuen avulla voidaan tukea vanhemmuutta. Merkittävämmäksi vanhemmuuden tukijaksi tutkimuksessa nousi mahdollisuus saada emotionaalinen tukea, prosessoida yhdessä vertaisten kanssa negatiivisiakin tunteita sekä kokea hyväksytyksi tulemisen tunteita. (Markus, 2009.)

3 VERTAISRYHMÄTOIMINNASTA TUKEA VANHEMMUUTEEN

3.1 Vanhemmuuden haasteita

Vanhemmuus on lapsen ja aikuisen välinen ihmissuhde. Vanhemmuus on yhdessä aikuisen ja lapsen yhdessä kasvamista. Vanhemmuuteen kasvaminen on vaativimpia kehitystehtäviä. Siihen voi sisältyä neuvottomuuden, pelon, huolen ja syyllisyyden kokemuksia. Tietoa lapsen kehityksestä on saatavilla paljon, mutta kuinka sen avulla voidaan tukea vanhemmuutta. Vanhemmuus ei ole kuitenkaan pelkästään tiedollinen asia. Vanhemmuus liittyy olennaisesti ihmisen persoonallisuuteen, vaikka sen tehtävät ovat erityiset ja ainutlaatuiset verrattuna muihin elämässä kohdattaviin tehtäviin. Vanhemmuus on vanhemman suhde lapseen, johon vaikuttaa molemmat vanhemmat sekä heidän sosiaalinen ympäristönsä ja elintapansa. Vanhemmuuteen vaikuttaa myös vanhemman oma historia ja oman lapsuuden ajan kasvatus. Vanhemmuus luodaan aina uudestaan eri aikakausien ja kulttuurien vaikutuksen johdosta. Vanhempien omat kokemukset ja käsitykset vanhemmuudesta ja kasvatuksesta vaikuttavat kasvatuskäytäntöihin ja valintoihin. (Bardy 2002 39–41.) Tuula Tamminen määrittelee vanhemmuuden elinikäiseksi kasvuprosessiksi. Aikuiselle on mahdollista kypsyä henkisesti, mutta vanhemmuudessa he eivät tule koskaan valmiiksi. Jälkeenpäin asioita tarkastellessa voi huomata, että asiat olisi voinut tehdä toisin. (Tamminen 2001, 4)

Monet perheen arjessa tapahtuvat asiat voivat tuntua itsestäänselvyyksiltä. Lapsiperheen arkeen liitetään monenlaisia kielikuvia kuten hulabaloo, arjen rumba, tai hässäkkä. Kielikuvat kertovat osaltaan millaista lapsiperheen arki on. Perheen arjelle ominaista on, että siinä toistuvat tietyt rutiinit ja tilanteet kerta toisen jälkeen, päivittäin, viikoittain, kuukausittain. Lapsiperheen arkea rytmittävät vanhempien työajat, lasten hoitoajat, nukkuma-ajat ja ruokailuajat. Kouluikäisten perheiden arjesta tehdyn tutkimuksen mukaan arjen haastavampia hetkiä vanhempien mielestä olivat paluu töistä kotiin, jatkuva, kiireisyys, työaikojen ja perheenjäsenten aikataulujen huono yhteen sopivuus sekä vanhemman oma väsymys. Perheen arkea kuormittivat myös vapaa-ajan vietto harrastuksi-

neen ja kotityöt. Vastapainona arjen haasteille koettiin yhdessäolonhetket, jotka toimivat vanhempien voimavaroina. (Rönkä, Malinen & Lämsä 2009.)

Tutkimukset osoittavat, että lapsiperheiden haastavat hetket liittyvät usein vaikeuksiin sovittaa yhteen perhe-elämä, työ ja muut keskeiset elinympäristöt. Vaikeudet liittyvät usein siirtymätilanteisiin, kuten aamulähtöihin ja kotiintulovaiheisiin eli tilanteisiin, joissa siirrytään kodista toisiin toimintaympäristöihin tai palataan kotiin. Perheen jäsenten erilaiset tarpeet ja elämänrytmit tuovat perheen arkeen kitkaa, kun joudutaan neuvottelemaan ja sopimaan toiveista ja aikatauluista. Ajassamme on paljon tekijöitä, jotka tuovat haasteita arjen toimivuuteen lapsiperheissä. Työn epävarmuus ja kiireisyys ja henkinen vaatavuus voivat kulkeutua perheeseen ja parisuhteeseen ja haitta vuorovaikutusta puolison tai lapsen kanssa. Palvelutarjonnan laajentuminen ympärivuorokautiseksi tarkoittaa ilta- ja yötoiden lisääntymistä. Yksilöllistyminen ja globalisaation mukanaan tuoma liikkuvuus ja krooninen epävarmuus korostavat perheiden sisäisiä suhteita. Perheeltä ja perhesuhteilta haetaan yhteisöllisyyttä, mutta perheen jäsenten elämä suuntautuu omien elämäntilanteiden mukaisille areenoille. Yhteisen ajan löytäminen yksilöllisten menojen vuoksi on haastavaa. Kasvatuskulttuuri on myös muuttunut. Lapsiperheiden vanhemmat satsaavat vanhemmuuteen ja lapsen hyvinvointiin. Vanhemmat noudattavat pitkälti auktoritatiivisia kasvatuseriaatteita. Lapsen kanssa toimiessaan vanhemmat perustelevat, keskustelevat ja neuvottelevat, ovat lämpimiä ja johdonmukaisia. Kasvatuksesta on tullut tietoisempää. Kasvatuseriaatteiden noudattaminen väsyneenä, kiireisenä ja kiukkuisena tuntuu vaikealta ja ajallemme ominainen neuvotteleva kasvatustapa uuvuttaa vanhempia ja silloin voi tapahtua lipsumista, jopa hermojen menettämistä. (Rönkä, Malinen & Lämsä 2009.)

3.2 Vanhemmuuden tukeminen

Lapselle on merkittävää, miten vanhemmat osoittavat hänelle rakkauttaan. Lapsuuden merkityksestä loppuelämän valintoihin on saatavilla enemmän tietoa. Vanhemmat kokevatkin vastuuta ja paineita siitä, miten löytää itselle parhaat mahdolliset kasvatustavat. Täydellisyyteen pyrkiminen saattaa johtaa har-

haan. On luonnollista, että vanhemmat käyttävät paljon rahaa ja aikaa tarjotakseen lapselleen mahdollisimman hyvät lähtökohdat elämään. Vanhemmat saattavatkin erehtyä tarjoamaan lapselleen liikaa, kun määrän sijaan tärkeintä olisi laatu. (Heikkilä & Luumi 2003 19.)

Vanhemmuudesta, lapsuudesta ja kasvatuksesta keskustellaan paljon. Keskusteluja sävyttää kuitenkin huoli. Kyse on lapsen parhaasta, mutta samalla vanhempana olemisen vaikeudesta, sillä tämän päivän lapsuus vaikuttaa siihen millainen on tulevaisuuden vanhemmuus. (Heikkilä & Luumi 2003 4.) Vanhemmuutta käsittelevälle kirjallisuudelle, oppaille ja aikakauslehdille on kova kysyntä. Kasvatusvinkkejä kaivataan niin normaaleissa lapsen kehitysvaiheissa toimimiseen ja etenkin silloin, kun lapsen suotuisaa kasvua tai kehitystä uhkaa jokin. Tällöin vanhemmuus muuttuu haastavaksi ja lapsen ja vanhempien välinen suhde on koetuksella. Vanhempien riittämättömyyden tunne saattaa aiheuttaa kielteisen vuorovaikutuksen kierteen. Vanhemmuuden tueksi on alettu monilla eri tahoilla kehittää erilaisia toimintatapoja. (Poikkeus, Laakso, Aro, Eklund, Katajamäki & Lajunen 2002 159.)

Vanhemmuus on vaativaa sekä uuvuttavaa. Yhteiskunta arvostaa tuottavuutta, tulosta ja hyötyä eikä arvosta tai tue vanhemmuutta riittävästi. Lapsi ei ole yhteiskunnalle tuottava yksilö, joten se ei saa ansaitsemaansa merkitystä. Kasvatushanteet ovat lisänneet vanhempien yksinjäämistä kasvatustehtävässään. Tutkimukset osoittavat, että vanhemmat olleessaan epä tietoisia kasvatustelmästään siirtävät hyvin varhaisessa vaiheessa kasvatusta ja päätösvastuun lapsilleen. (Heikkilä & Luumi 2003 14 - 18.) Vanhemmuutta voidaan tukea merkittävästi vahvistamalla lapsen ja vanhemman välistä vuorovaikutussuhdetta. Vanhemman itseluottamuksen lisääminen kasvattajana sekä erilaisiin ohjauskeinoihin opastaminen lisäävät vanhemman mahdollisuuksia tukea lapsen kasvua. (Poikkeus ym. 2002, 170.) Kaikki vanhemmat eivät kuitenkaan osaa tunnistaa tarpeita omissa vanhemmuuden rooleissaan. Suurimmalle osalle vanhemmista riittää asioista tiedottaminen oman vanhempana toimimisen tarkastelemaan. Haastavaa vanhemmuuden tukemisessa on uuden näkökulman löytäminen. Vanhempien ei tarvitse muokata lastaan vastuullisemmaksi tai omatoimisemmaksi, vaan tärkeintä olisi arvostaa ja vaalia lasta juuri sellaisena kuin hän

on. Vanhemmat osaavatkin arvostaa enemmän sellaisia kykyjä, jotka saattavat olla lapsen menestystekijöitä tulevaisuudessa. (Heikkilä & Luumi 2003, 20.)

3.3 Vertaistuki vanhempien voimavarana

Vertaistuki on samanlaisissa elämäntilanteissa olevien kokemusten keskinäistä jakamista. Vertaisryhmässä on mahdollista saada omaan tilanteeseen uusia näkökulmia. Tärkeää on tunne siitä, ettei ole yksin vaan muissakin perheissä pohditaan samoja asioita. Vertaisryhmän toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen ja kokoontuminen on säännöllistä. Ryhmän toiminta kohdistuu sen jäseniin. Ryhmän toiminnassa oleellista on keskinäinen tuki, kannustuksen saaminen ja antaminen, kokemusten ja tiedon jakaminen, uusien ideoiden ja näkökulmien saaminen sekä kasvu- ja oppimisprosessi. Perimmäinen ajatus on ihmisenä, vanhempana kasvamisessa, johon ryhmä antaa voimaa. (Nylund 2005.)

Vertaistuen merkitys ihmisen jaksamiselle ja elämänhallinnalle on merkittävä. Ammattiapu ei kykene korvaamaan sitä. Vertaistoiminnassa ihminen itse on toimijana omien kokemustensa kautta. Vertaistuella pyritään tuottamaan ihmiselle kokemus, ettei hän ole yksin elämäntilanteessaan. Vertaistuki perustuu ihmisten väliseen arkiseen kohtaamiseen, vapaaehtoisuuteen, tasa-arvoisuuteen ja vastavuoroisuuteen. Keskinäinen tasavertaisuus ryhmässä ja kaikkien sen jäsenten vastuu ryhmän toiminnasta on keskeistä vertaisryhmätoiminnassa. (Auvinen 2000 27.) Vanhempien huomatessa, että muillakin on samankaltaisia ongelmia, jotka kuuluvat pienten lasten perheiden arkipäivään, he saattavat kyetä hyväksymään itsensä paremmin, kun ymmärtävät, että ongelmat eivät olekaan itse aiheutettuja. Asioiden pohtiminen ryhmässä saattaa helpottaa asioiden esiin ottamista myös kotona. (Kalliomaa & Viinikka 2006, 7-8.)

Vertaisryhmätoiminnan ajatuksena on, että ryhmään osallistuva voi itse löytää itsestään voimavaroja ja vahvuuksia. Ihmiset, jotka ovat kokeneet samanlaisia asioita saattavat olla parempia tukijoita ja ymmärtäjiä kuin esimerkiksi ammattilaiset. Vertaisryhmässä on mahdollisuus omien kokemusten peilaamiseen tois-

ten kanssa. Palvelutarjontaa täydentävä erilaisiin teemoihin liittyvä vertaisryhmätoiminta lisääntyy koko ajan. Oleellista on myös se, että vertaisryhmän lähtökohta ei aina ole ongelmakeskeinen. (Kinanen 2009, 69.) Vertaistuen olennaisia periaatteita ovat kuuleminen, kohtaaminen, kunnioittaminen ja kannustaminen. Kuunteleminen vertaisryhmässä on vastavuoroista, jossa ihmiset kohtaavat kuuntelijoina ja kuunneltavina. Vertaistuen periaatteita ovat myös vapaaehtoisuus, vertaisuus ja vierellä kulkeminen. (Kinanen 2009, 70- 71.) Vertaistukiryhmään osallistuvat saavat tukea oman elämäntilanteensa ymmärtämisessä, itsetuottamuksen samalla kasvaessa. Vertaistukiryhmä voi esimerkiksi antaa tukea ja apua jos pienen lapsen vanhempi kokee tilanteessaan neuvottomuutta tai yksinäisyyttä. Vertaistukiryhmässä voi parhaimmillaan luoda pysyviä ystävyys-suhteita ja ohjattujen ryhmien jälkeen ryhmä voi jatkaa kokoontumisia. (Alitolppa - Niitamo, Moallin & Novitsky 2006, 9.)

Vertaisryhmällä tarkoitetaan sellaista ryhmää, jonka jäseniä yhdistää jokin teki- jä. Jäsenillä on samankaltainen elämäntilanne, jossa he antavat sosiaalista tukea toinen toisilleen. Sosiaalinen tuki on toisen ihmisen kohtaamista keskustelemalla ja kuuntelemalla. Vertaisryhmä kokoontuu säännöllisesti. Toiminta- ajatuksena on luoda mahdollisuus arkiselle kohtaamiselle ja kokemusten jaka- miselle. Vertaisryhmässä on mahdollisuus vahvistaa sosiaalisia suhteita. Ryh- mässä mahdollistuu ajatusten, kokemusten ja tuntemusten jakaminen. Vertais- ryhmän toiminnassa hyödynnetään henkilökohtaista kokemustietoa ja sen ja- kamista. Usein vertaisryhmistä voi saada sellaista apua, mitä muualta ei voi saada. (Vuorinen 2002 9-10.)

3.4 Sosiaalinen verkosto vanhemmuuden tukena

Englantilainen sosiaalianropologi John Barnes otti ensimmäisenä käyttöön so- siaalisen verkoston käsitteen 1950 -luvulla. Sosiaalisella verkostolla kuvataan ihmisen ja hänen sukulaistensa, ystäviensä ja tuttujensa välille muodostuneita suhteita. Ihmisen kaikki sosiaaliset suhteet muodostavat hänen sosiaalisen ver- kostonsa. Sosiaaliseen verkostoon voivat kuulua, sukulaiset, ystävät, naapurit,

ammattiauttajat, viranomaiset ja työpaikan, harrastusten, päivähoitopaikan tai koulun kautta tutuiksi tulleet henkilöt. Verkostoa ja sen toimimista kuvaavat vuorovaikutussuhteet. Oleellista vuorovaikutussuhteille on toistuvat yhteydenotot, vahvat ja positiiviset tunteet, vahvat välineelliset osatekijät, kuten auttaminen ja yhteistyö, tunnesuhteet sekä tasapaino vastavuoroisten, tunnesuhteiden ja välineellisten osatekijöiden kesken. (Seikkula 1994, 16.)

Yksilöt ylläpitävät sosiaalista identiteettiään sosiaalisessa verkostossa syntyvien vuorovaikutustilanteiden kautta ja niiden avulla yksilö kiinnittyy ympäröivään yhteiskuntaan. Sosiaalisella verkostolla voidaan kuvata ihmisten välisiä vuorovaikutussuhteita, mutta se ei sellaisenaan kuvaa inhimillisen elämän kokonaisuutta, koska ihmiset luovat itselleen useita erilaisia verkostoja ja kuuluvat näihin eri verkostoihin yhtä aikaa. (Laine, Ruishalme, Salervo, Siven, Välimäki 2003, s. 178.) Ihmissuhteilla eri verkostoissa on hyvin erilaisia merkityksiä ihmiselle. Sosiaalisen verkoston tärkeät ihmissuhteet eivät koostu ainoastaan niistä suhteista, joissa voi syvällisesti keskustella ja jakaa oman elämän kokemuksia. Sosiaalisessa verkostossa voi olla ihmisiä, joilta saa apua ja neuvoa esimerkiksi teknisiin asioihin tai joiden kanssa harrastetaan yhdessä jotakin. (Seikkula 1994, 18.)

Sosiaalinen verkosto voidaan jakaa neljään kenttään, perheeseen, sukulaisiin, kouluun tai työhön sekä muihin ihmissuhteisiin. Perheeseen kuuluvat ne henkilöt, jotka asuvat saman katon alla ja joiden kanssa vuorovaikutus on päivittäistä. Vuorovaikutus sukulaissuhteissa on harvemmin tapahtuvaa, mutta perhesuhteen lailla vuorovaikutus on tunnetasolla tapahtuvaa. Lähes päivittäin tapahtuvaa vuorovaikutusta sisältävät myös koulussa ja työssä muodostuneet ihmissuhteet ja niiden vuorovaikutus perustuu työnjakoon, vastavuoroisuuteen ja toiminnallisuuteen yhteisen päämäärän saavuttamiseksi. Muihin ihmissuhteisiin lukeutuvat ystävät, naapurit ja vapaa-ajan toimintojen kautta tavatut ihmiset. Näiden vuorovaikutussuhteiden toteutuminen on kiinni yksilöstä itsestään ja ne vaativat enemmän omien sosiaalisten taitojen käyttämistä kuin muut ihmissuhteet. (Seikkula 1994, s.23.) Ihmisen perhe- ja sukulaissuhteet ovat jatkuvia ja pysyvät samoina, kun taas koulu- työ- ja muut ihmissuhteet vaihtuvat ihmisen elämäntilanteiden mukaan. (Laine, Ruishalme, Salervo, Siven, Välimäki 2003, s. 182-183)

Sosiaalisen verkoston merkitys ihmiselle on sen nimensä mukaisesti antama sosiaalinen tuki. Sosiaalisen tuen avulla ihminen voi selviytyä eri elämäntilanteissa esiintyvistä stressitiloista ja paineista. Sosiaalinen verkosto voi auttaa ihmistä selviytymään kriisitilanteista ja ilman sosiaalisen verkoston tukea ihminen voi olla vaarana psyykkinen tai somaattinen sairastuminen. (Laine, Ruishalme, Salervo, Siven, Välimäki 2003, s. 182) Ihmisen eri elämänvaiheissa sosiaalisella verkostolla on erilainen merkitys hänen elämässään. Perhesuhteet ovat merkittäviä lapsuusiässä, koulukaverit ja ystävä- ja vapaa-ajan viettotavoissa tavatut suhteet nuoruusiässä, perhe- ja työsuhteet työiässä sekä ystävyys- ja sukulaisuussuhteet vanhuusiässä. Ihmisen on laskettu kuuluvan 4-6 erilaiseen ryhmittymään, joissa jokaisessa hänellä on eri rooli. Yhtäaikainen kuuluminen erilaisiin ryhmiin edistää ihmisen psykologista kehitystä, koska ryhmittymien kautta ihminen voi omaksua erilaisia näkökulmia ja peilata omia näkökulmiaan niihin. erilaisissa ryhmittymissä on myös omat sääntönsä, mikä opettaa uusiin tilanteisiin sopeutumista. (Seikkula 1994, 30 - 31.) Sosiaaliselle verkostolle on tärkeää, että verkoston suhteet ovat vastavuoroisia ja monipuolisia. Sitä paremmin ihminen saa verkostoltaan sosiaalista tukea, mitä pitempiaikaisia hänen suhteensa verkostoon ovat. Sosiaalisen verkoston ihmissuhteilla on monipuolinen merkitys ihmisen kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille. (Laine, Ruishalme, Salervo, Siven, Välimäki 2003, s. 183)

Yksi vanhemmuuden haasteista tänä päivänä on tukiverkoston puuttuminen. Vanhempien merkitys lapsen elämässä korostuu, kun lapsilla ei välttämättä ole lähellä turvaverkkoa, jonka muodostavat lähiomaiset ja sukulaiset (Kaimola 2005, 14–15.) Jokainen ihminen tarvitsee ympärilleen sosiaalisen verkoston. Jokaisen verkosto on yksilöllinen ja se muuttuu läpi elämän. Yksilölliset tekijät kuten ihmisen luonteenpiirteet, sosiaalisuus, kasvuympäristö sekä aikaisemmat kokemukset vaikuttavat ihmissuhteiden muodostamis- ja ylläpitämiskykyyn. Sosiaalisen verkoston rakentumisessa ihmisen elämänvaiheilla kuten työpaikalla, ystävillä, sukulaisilla ja harrastuksilla on tärkeä merkitys. (Järvinen ym. 2007, 112.)

4 VERTAISRYHMÄN TYÖKALUT

4.1 Ryhmän ohjaaminen

Vertaistukiryhmää voi ohjata täysin ulkopuolinen henkilö tai ryhmän jäsen. Vertaistukiryhmän ohjaajalta ei vaadita mitään tiettyä koulutusta, eikä ryhmän ohjaaminen edellytä aiheen asiantuntijuutta, mutta olisi hyvä, että ryhmän ohjaajalla olisi hyvät perustiedot käsiteltävästä aiheesta sekä hän tuntisi ryhmän ohjaamisen perusteet. Ryhmää voi myös ohjata useampi henkilö, mutta tällöin työnjaon tulee olla selvillä. (Alitolppa - Niitamo ym. 2006, 10.) Vertaisryhmän ohjaajana on huolehdittava, että jokainen ryhmän jäsen saa tilaa ryhmässä. Ohjaajan tulee auttaa vuorovaikutuksen syntymisessä ja tarvittaessa erimielisyystilanteissa toimia puolueettomasti. Vaikka ohjaajan tehtävä on olla ryhmän toiminnan johtajana, ohjaaja ei kuitenkaan ole ryhmän johtaja. Toiminnallaan ohjaaja auttaa ryhmän jäseniä ja ryhmää työskentelemään tavoitteen mukaisesti. Ryhmän toiminta voi muodostua erilaisista toimintamuodoista, joiden toteutuksesta ohjaaja huolehtii. Ohjaaja voi ohjata keskusteluun, toiminnallisuuteen, harjoituksiin tai yhdistellä niitä kaikkia. (Niemistö 1998, 67.)

Ohjaajan on tunnettava ryhmädynamiikkaa ja sen merkitystä. Tämän avulla ryhmää ohjaavien ja ryhmää koskevien lainalaisuuksien ymmärrys ratkaisevasti helpottaa ohjaamistyötä ryhmässä. Ohjaajalla on samat velvollisuudet kuin ryhmän jäsenillä, mutta ei samoja oikeuksia. Ohjaaja ei voi ilmaista tunteitaan kuten ryhmän jäsenet. Ohjaaja toimii ryhmän jäsenten yhteisten kokemusten jakajana. Ohjausteot ovat tärkeä osa ryhmän ohjaamista. Ne ovat tietoisia, tavoitteellisia ja perusteltuja ryhmädynaamisten tekijöiden käyttämistä, ei spontaaneja toimia. Ohjaaja voi teollaan tai tekemättä jättämisellä, puhumisella tai vaikenemisellä ohjata ryhmän toimintaa. Pääasia on, että ohjausteot ovat tavoitteellisia ja tilanteisiin sopivia. (Himberg & Jauhiainen 1998, 147.)

Yksi tärkeimmistä ryhmänohjaajan tehtävistä on huolehtia, että ryhmässä on turvallinen ilmapiiri ja kaikki ryhmän jäsenet ovat tasavertaisia ja tulevat huomioiduiksi ja kuulluiksi tasapuolisesti. Ryhmänohjaajan on havainnoitava ryhmää

ja puututtava ryhmän toimintaa häiritseviin tekijöihin esimerkiksi, jos joku ryhmän jäsenistä ei anna tilaa muille tai aiheuttaa kommenteillaan hämmennystä. Ryhmän ohjaajan tulee huolehtia, että jokainen saa riittävästi aikaa omille asioilleen ja kokemusten kertomiselle. Ryhmissä on kuitenkin aina erilaisia ihmisiä, joista toiset ovat hiljaisempia ja toiset puheliaampia. Ohjaajan tehtäviin kuuluu jakaa puheenvuoroja, jos tilanne näin vaatii. (Järvinen ym. 2007, 170.) Ryhmän kokoontumisiin voidaan ennalta sopia aiheet. Avoimiin kokoontumiskertoihin kannattaa miettiä omia aiheita, sillä aina ryhmä ei kykene tuottamaan riittävästi aiheita, varsinkin jos ryhmän jäsenet odottavat ohjattua toimintaa. Kokoontumisten aiheet, aikataulu sekä ohjaajien työnjako tulee suunnitella ennalta huolella. Ohjaajien roolit voidaan jakaa asiantuntijuuden, persoonallisuuden tai kokemuksen mukaan. (Alitolppa - Niitamo ym. 2006, 21.)

Vertaisryhmässä, jonka tavoitteena on vertaistuen saaminen, on tutustuminen tärkeää. Ohjaajien tehtävänä on esimerkiksi toiminnallisten menetelmien avulla helpottaa ryhmän jäsenten tutustumista toisiinsa. Ryhmän jäsenten tutustuessa ryhmästä tulee turvallinen ja keskustelun aiheet syvenevät ja käsittelyyn otetaan aiheita, joita ei arkipuheessa otettaisi välttämättä esiin. (Järvinen ym. 2007, 174.) Tutustumiselle on varattava riittävästi aikaa ja ensimmäisellä kerralla on kaikkien niin ryhmään osallistuvien kuin ohjaajienkin hyvä kertoa itsestään ja taustoistaan. Ensimmäinen kokoontuminen on merkittävä ilmapiirin kehittymisen ja ryhmän muotoutumisen kannalta. jokainen ryhmän jäsen on luonut omat käsityksensä ryhmästä, omasta roolista sekä tavoitteistaan ja toiveistaan siinä. (Alitolppa - Niitamo ym. 2006, 20.)

4.2 Learning Café

Learning caféssa eli oppimiskahvilassa ideoidaan ja opitaan. Oppimiskahvilassa ratkaistaan ryhmässä tiettyjen kysymysten tai teemoja. Oppimiskahvilassa ja kaudutaan pöytäkunnittain pienryhmiin, joissa kussakin pohditaan jotakin tiettyä aihetta ja kirjataan ylös, esimerkiksi pöytäliinaan asiasta herääviä ajatuksia. Työskentelyn edetessä pöytäryhmien jäsenet vaihtavat pöydästä toiseen ja pohtivat edellisen ryhmän aikaansaamia ajatuksia ja ideoi niitä eteenpäin. Omi-

en ajatusten selittäminen, keskustelu ja yhteisen ymmärryksen löytyminen on tärkeää. Vaikka asioista voi olla eri mieltä ja toisen ajatuksia voi kyseenalaistaa, on tärkeää löytää ryhmälle yhteinen mielipide. (Hassinen 2008, 59- 60.)

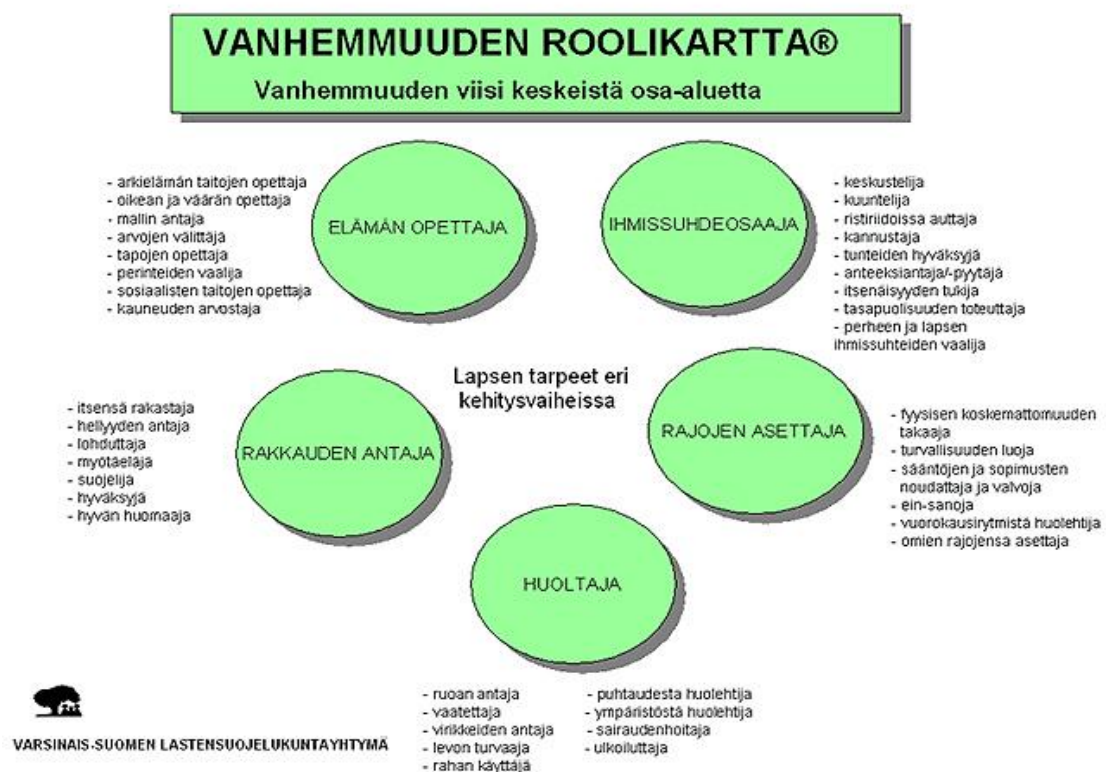
Oppimiskahvilan vaiheet:

1. Ympäristö järjestetään oppimiskahvilalle sopivaksi. Järjestetään yhtä monta pöytää kuin on käsiteltäviä aiheita. Pöytiin sijoitetaan paperiarkkeja tai kertakäyttöliinoja, joihin voi kirjoittaa sekä tusseja.
2. Ryhmänohjaaja kertoo oppimiskahvilan vaiheista ja tavoitteista
3. Valitaan kysymykset tai aiheet, joihin halutaan näkökulmia tai ideoita. Ryhmänohjaaja voi valita aiheet jo etukäteen. Jokaiselle aiheelle on oma pöytänsä.
4. Osallistujat jaetaan yhtä suuriin ryhmiin, jotka siirtyvät yhteen pöytään ja muodostavat oman pöytäseurueensa.
5. Jokaiselle ryhmälle valitaan puheenjohtaja, joka pysyy omassa pöydässään koko ajan.
6. Pereihin kirjoitetaan vapaasti ajatuksia, ideoita ja näkökulmia aiheesta ja käydään pöytäseurueen kanssa keskustelua asiasta. Puheenjohtaja pitää huolen, että jokainen saa näkemyksensä ja ajatuksensa esiin.
7. Keskusteluun varataan aikaa n. 20-30 minuuttia, jonka jälkeen vaihdetaan pöytää, missä puheenjohtaja kertaa lyhyesti aiheesta tähän asti käydyn keskustelun, josta pöytään tullut seurue jatkaa.
8. Vaihtoja tehdään useita, riippuen käsiteltävien asioiden lukumäärästä ja ryhmien koosta. Ohjaaja voi myös esittää syventäviä kysymyksiä pöytien vaihdon jälkeen läpikäytäväksi.
9. Lopuksi puheenjohtajat esittelevät aiheesta käydyn keskustelun lopputulokset osallistujille.

Hassisen mukaan hyvät kysymykset oppimiskahvilassa ovat yksinkertaisia ja selkeitä ymmärtää, ne herättävät ihmisen ajattelemaan, ovat innostavia, herättävät lisäkysymyksiä, tuovat esiin oletuksia, avaavat uusia mahdollisuuksia, rohkaisevat syvällisempään reflektointiin sekä tavoittelevat jotakin hyödyllistä ja käyttökelpoista. (Hassinen 2008, 60.)

4.3 Vanhemmuuden roolikartta

Vanhemmuuden roolikartta on kehitetty Jacob Levy Morenon (1889–1974) teoriaan pohjautuen jäsentämään vanhemmuuden sisältöä. Roolikartassa vanhemmuus jaetaan viiteen eri rooliin visuaalisena kokonaisuutena. Roolikartan tehtävänä on selkiyttää ja jäsentää vanhemmuuden keskeisiä tehtäviä. Roolikartta on julkaistu vuonna 1999 yhteistyössä Suomen Kuntaliiton Laatua sosiaalipalveluihin -projektin (LASSO) kanssa. Kehittäjänä on toiminut Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymän Halikon ja Kaarinan lastenkotien henkilökunta. (Helminen – Iso - Heiniemi 1999, 6.) Roolikartassa vanhemmuus jaetaan viiteen keskeiseen rooliin; elämän opettaja, ihmissuhdeosaaja, rakkauden antaja, huoltaja ja rajojen asettaja. Siinä on esitelty myös vanhempien erilaisia roolien mukaisia tehtäviä eli alaroleja. (Helminen 1999a, 11.) Kaikkiin vanhemmuuden rooleihin tarvitaan kykyä ymmärtää lapsen tarpeita ja hänen sen hetkistä kehitystasoaan (Rautiainen 2001, 7).



KUVA 1. Vanhemmuuden roolikartta (Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä 1999)

5 OPINNÄYTETYÖN PROSESSI

Ajatus vanhempien vertaisryhmätoiminnan käynnistämisestä oli muhinut ajatuksissani jo useamman vuoden työskennellessäni Metsäkylän päivähoitoalueen eri yksiköissä. Työssäni tapasin paljon perheitä, joiden vanhemmat olivat tulleet työhön tai opiskelemaan hyvinkin kaukaa Itä- ja Pohjois- Suomesta. Varhaiskasvatuskeskusteluissa vanhempien kanssa törmäsin siihen, että vanhemmat harmittelivat kun suku oli kaukana, eikä uudelta asuinalueelta oikein vielä tuntenut ketään. Syksyllä 2010 sosionomiopintojeni myötä ehdotin vertaisryhmän käynnistämistä opinnäytetyönäni Kangasniemen päiväkodissa. Ajatus otettiin pääasiassa positiivisin mielin vastaan, joskin joku oli sitä mieltä, että päiväkodin työntekijälle riittää, että tekee töitä lasten kanssa. Päiväkodin johtaja halusi ehdottomasti mukaan hankkeeseen ja lupasi hankkeen käyttöön sen tarvitsemat taloudelliset kuin henkilöresurssitkin. Vertaisryhmätoiminnan käynnistäminen asetettiin yhdeksi päiväkodin vuoden 2011 tulospalkkaustavoitteista.

5.1 Café Helmi

Ryhmätoiminnan suunnittelun alkuvaiheessa on hyvä pohtia tarkasti kohderyhmä, ryhmäntarpeet sekä mikä on toiminnan tarkoitus. (Järvinen ym. 2007,171). Vertaisryhmätoiminnan suunnitteluvaiheessa keskusteltiin ja vaihdettiin ajatuksia koko henkilökunnan kanssa, mutta pääasiassa hankkeen suunnittelusta vastasimme yhdessä päiväkodinjohtajan kanssa. Vertaisryhmätoiminta päätettiin aloittaa mahdollisimman nopeasti, koska ajattelimme, että ryhmän toiminta tulee kehittymään ja muotoutumaan omanlaiseksensa ajan kuluessa ja toivoimme, että vanhemmilla olisi mahdollisuus olla vaikuttamassa ryhmän toiminnan suunnitteluun. Kohderyhmäksi valitsimme päivähoitoikäisten lasten vanhemmat Metsäkylän alueelta. Vertaisryhmän tavoitetta laatiessamme, pohdimme ryhmän mahdollista vaikutusta yhteisöllisyyden kasvattamiseen alueella. Kangasniemen alue sekä ns. vanha Metsäkylän alue ovat hiukan erillään toisistaan, joten ajattelimme olisiko alueiden vanhempien yhteisöllisyyttä mahdollista

vahvistaa. Pohdimme, että myös kotona lastaan hoitavilla voisi olla mahdollisuus osallistua ryhmään.

Vertaisryhmän suunnitteluvaiheessa tulee pohtia tarkkaan miten ja missä ryhmästä tiedotetaan. Miten kohderyhmä saavutetaan parhaiten ja miten osallistujia motivoidaan osallistumaan. Ilmoituksessa ryhmän tavoite tulee olla selkeästi esillä. Tiedotuksen voi hoitaa kirjallisesti tai suullisesti henkilökohtaisten tapaamisten myötä. (Alitolppa - Niitamo ym. 2006, 18- 19.) Café Helmeä mainostettiin alueella sijaitsevien kahden päiväkodin, neuvolan, leikkitoiminnan ja paikallisen päivittäistavarakaupan ilmoitustaululla (LIITE1: Café Helmen ilmoitus). Ilmoituksia vietäessä kävimme markkinoimassa ryhmää niin neuvolan henkilökunnalle kuin päiväkodin henkilökunnallekin, jotta heillä olisi mahdollisuus antaa lisätietoa sitä kysyville.

Ryhmän kokoontumispaikaksi valittiin Kangasniemen päiväkotiki, jonka sijainti on keskeinen ja varsin tunnettu. Kokoontumistilaksi valittiin riittävän tilava ruokailusali, joka mahdollistaa ryhmän istumisen ympyrässä, jolloin keskustelijat näkevät toisensa. (Järvinen 2007, 171.) Vertaisryhmän nimeksi keksimme Café Helmi. Café Helmeen osallistumisen mahdollistamiseksi ilmoitimme järjestämämme lapsenhoidon ryhmän ajaksi. Ryhmän kestoksi päätimme yhden tunnin klo 17.30 – 18.30. Aika määräytyi päiväkodin sulkemisajan sekä pienten lasten nukkumaanmenoajan väliksi. Tapaaminen aloitettaisiin kahvitelulla ja tutustumisella sekä keskusteltaisiin aiheista, joista haluttaisiin ryhmässä puhua. Päätimme, että ryhmän päävetovastuu olisi minulla. Ensimmäiselle kerralle emme laatineet mitään merkittävää ohjelmaa vaan ajattelimme, että yhdessä vanhempien kanssa pohtisimme mielenkiintoisia aiheita tuleviin ryhmiin ja näiden ideoiden pohjalta laatisimme tulevien iltojen aiheet. Ryhmän päätteeksi keräisin palautetta odotuksista ja niiden toteutumisesta, sekä tulevien ryhmien toiveaiheista yksinkertaisella nopeasti ja helposti täytettävällä lomakkeella.

Maaliskuun 8. päivä 2011 kävimme suurin odotuksin kahvi- ja teepannut ladatuina odottelemaan vanhempia saapuvaksi ensimmäiseen ryhmään. Markkinointi oli ovikyselyn perusteella tavoittanut vanhempia hyvin ja vanhemmat olivat kiinnostuneita sekä niin naapuripäiväkodista kuin neuvolastakin kuului terveisiä, että ryhmä oli herättänyt kiinnostusta ja vanhemmat olivat kertoneet täl-

laiselle ryhmälle olevan tilausta ja mahdollisia ryhmään osallistujia kuultiin olevan. Mutta toisin kävi. Paikalle ei saapunut yhtään vanhempaa.

5.2 Café Helmen arvioinnista perheiltöjen syntyyn

Café Helmelle varatuksi ajaksi istuimme päiväkodinjohtajan kanssa alas, löimme päämme yhteen ja pohdimme miksi positiivisesta suhtautumisesta huolimatta ryhmä ei saanut tuulta alleen. Ensimmäiseksi totesimme, että taisimme haukata selvästi liian ison palan, kun valitsimme kohderyhmäksi koko Metsäkylän alueen. Alueena Metsäkylä on nopeasti kasvava melko laaja alue. Arvioimme valinneemme kohderyhmän liian suureksi, jolloin vanhemmat eivät välttämättä kokeneet ajatusta kohderyhmään kuulumisesta. Pohdimme myös, että onko vertaisryhmä- käsitteenä hiukan sittenkin negatiivissävyinen. Olettavatko vanhemmat, että pitäisi olla jokin ongelma kuuluakseen vertaisryhmään, kuten esimerkiksi sairaiden omaisille tarkoitettut ryhmät ja siksi eivät välttämättä koe kuuluvansa kohderyhmään. Pohdimme myös, että markkinoidessamme ryhmää päiväkodin ulkopuolisille vanhemmille henkilöstöllä saattoi olla tunne, ettei kokenut ryhmää omakseen, joka osaltaan vaikutti innokkuuteen markkinoida ryhmää. Henkilökunnassa kun on paljon Tampereelta työssäkäyviä, joilla ei ole pitkää työhistoriaa Ylöjärven kaupungissa kuten allekirjoittaneella ja päiväkodinjohtajalla. Suunnitteluvaiheessa meidän olisi myös tarvinnut tarkemmin miettiä ryhmän toteutusta ja kartoittaa ryhmän riskejä ja heikkouksia, jolloin olisimme huomioineet myös mahdollisuuden, että paikalle ei tulisikaan yhtään vanhempaa. Tuija Raitanenkin on sijaisvanhempien ryhmiä ohjatessaan todennut, että vertaisryhmien kokoon saaminen on vaikeaa. (Raitanen 2008, 168.) Tämän myös totesimme ja päätimme pohtia käyttää vielä enemmän aikaa suunnitteluun ja kohderyhmän valintaan.

Uudelleensuunnitteluvaiheessa päätimme rajata ryhmää. Aluksi pohdimme ryhmän perustamista vain oman päiväkodin vanhemmille. Sitten saimme idean ikäryhmistä. Kangasniemen päiväkodissa lapset toimivat ikäryhmissä. Samana vuonna syntyneet lapset muodostavat oman ryhmänsä ja tämän ryhmän ohjatut toiminnot toteutetaan pienryhmissä. Saman ikäisten lasten vanhemmuus jos

mikä on omiaan lisäämään kuuluvuutta kohderyhmään. Kohderyhmän valikoituessa ikäryhmiksi päätimme, että ryhmään osallistuu myös ikäryhmän kanssa työtä tekevät henkilöt, osa vanhempien ryhmässä, osa lasten kanssa touhuillen. Tällä tavalla kykenemme myös vahvistamaan vanhempien ja työntekijöiden luottamussuhdetta sekä saamaan ikäryhmätoimintaan tietoa vanhempien ajatuksista. Päätimme kutsua paikalle koko perheen, myös sisarukset. Ryhmän nimen halusimme vaihtaa kutsuvammaksi ja helpommin lähestyttävämmäksi. Koska paikalle kutsuttiin koko perhe, ryhmä sai luonnollisesti nimekseen perheiltä. Päätimme myös siirtää ryhmän alkamisajankohtaa puolta tuntia myöhemmäksi, jotta myös kauempana työssä käyvillä olisi mahdollisuus ehtiä paikalle. Pienten lasten perheissä kuitenkin työpäivän jälkeen nautitaan päivällinen ja 17.30 alkavaan ryhmään voi olla vaikeuksia ehtiä.

Sovimme henkilökunnan kanssa että, sisarusten toimintaryhmää perheilläsa tulisivat ohjaamaan ne lapsille tutut aikuiset, jotka päiväkodin arjessakin työskentelevät kyseisen lapsiryhmän kanssa. Lapsiryhmän aikuisista yksi tulisi mukaan vanhempien ryhmään voidakseen vastata lapsiryhmän toimintaan liittyviin kysymyksiin, joita uskoimme vanhemmilla olevan. Vanhempien ryhmästä on mahdollisuus saada tietoa vanhempia askarruttavista kysymyksiä, jotka voisimme mahdollisesti huomioida tulevaa toimintaa suunnitellessamme. Lasten hoidosta vastaavat aikuiset saivat vapaat kädet suunnitella lapsille toimintaa ryhmän ajaksi. Lapsille päätettiin tehdä liikuntaseikkailurata päiväkodin liikuntasaliin.

Perheillan pääsääntöisenä tavoitteena oli tutustuttaa vanhemmat toisiinsa ja keskustelun aiheeksi valitsimme vanhemmuuden ja keskustelun tueksi vanhemmuuden roolikartan. Vanhemmuuden roolikartan rooleja pohtisimme Learning café -menetelmän avulla. Päätimme myös jättää tilaan ryhmässä esiin nouseville ajatuksille ja niistä keskustelemiselle. Sovimme, että ryhmässä varataan riittävästi aikaa tutustumiseen ja havainnoidaan tarkasti ryhmän keskustelua ja tarjotaan vanhemmille sellaista vertaistukea, jota he kaipaavat. Päätimme ryhmän kestoksi tunnin, mutta sovimme, että tarvittaessa meillä olisi käytössä 15–30 minuutin lisäaika, jos sille olisi tarvetta.

Ryhmän aikatauluksi sovimme, että tutustumiseen ja kahvitteluun käytetään ryhmän ajasta ensimmäinen 15 minuuttia, jonka jälkeen vanhemmuuden roolikartan käsittelyyn varasimme puoli tuntia. Loppukeskustelulle varasimme aikaa noin 10 minuuttia ja palautelomakkeen täyttämiseen viimeiset viisi minuuttia.

Päätimme järjestää huhtikuussa kaksi perheiltaa. Toinen Hiput – Sirut ryhmien eli 1-2 -vuotiaiden perheille ja toinen Kiville, 4-vuotaiden perheille. Valitsimme ikäryhmät sillä perusteella, että pienten lasten vanhempien ryhmään kuuluvat ovat päiväkodin ns. uudempia perheitä ja isompien lasten perheet ovat olleet päiväkodin asiakkaina jo parin vuoden ajan. Perheiltoihin kutsuimme perheitä ilmoituksin päiväkodin ovissa(LIITE 2: Kutsu Hippu – Sirujen perheiltaan, LIITE 3: Kutsu Kivien perheiltaan), lähettämällä jokaiseen kotiin kutsun sekä tiedottamalla illoista digitaalisessa kasvunkansiossa. Kutsuista päätettiin tehdä mahdollisimman yksinkertaiset ja selkeät. Perheiltaa edeltävänä päivänä vielä muistutimme vanhempia heidän lapsia hakiessaan henkilökohtaisesti.

5.3 Perheillat

Hippu-Sirujen perheiltaan 7.4.2011 saapui 10 vanhempaa ja Kivien perheiltaan 12.4.2011 15 vanhempaa. Perheillat olivat luonteeltaan hyvin erilaisia. Pienten lasten illassa vanhemmilla oli kova tarve puhua lapsen kehityksestä ja vanhemmuutta haastavista asioista. Tunnelma oli varsin rento ja kaikki paikalle saapuneet käyttivät puheenvuoroja tasaisesti. Tutustumiseen ja vanhempien mieltä askarruttaviin kysymyksiin kului yllättävän paljon aikaa, joten tein nopean ratkaisun Learning café -menetelmän muuttamisesta avoimeksi keskusteluksi vanhemmuudesta. Vanhemmuuskeskusteluun johdattelin vanhempia ja kamalla heille vanhemmuuden roolikartan ja pyysin heitä valitsemaan kartan rooleista helpoimman ja vaikeimman. Vanhemmuuden roolikarttaa tutkiessamme ne vanhemmat, joilla oli myös muita lapsia tunnistivat roolikartan rooleja huomattavasti helpommin kuin ne vanhemmat, joilla oli vain yksi Hippujen tai Sirujen ryhmässä oleva lapsi. Vanhemmat alkoivat keskustella oma-aloitteisesti eri rooleista ja niissä toimimisesta. Ryhmän ohjaajana minulle jäi lähinnä tarkentavien kysymysten esittäjän rooli. Keskustelu ryhmässä oli tasapuolista ja kaikki vanhemmat osallistuivat keskusteluun.

Kivien perheiltaan osallistuneet vanhemmat tarvitsivat huomattavasti enemmän lämmittelyä kuin pienempien lasten vanhemmat. Tutustumiskierroksella vanhemmat esittäytyivät lyhyesti ja tunnelma oli odottava. Olimme ajatelleet tarkastella vanhemmuuden ja pohtia vanhemmuuteen liittyviä rooleja sekä erilaisia haasteita näissä rooleissa Learning café -menetelmän avulla. Tunnelma oli kuitenkin jotenkin jäykkä, joten sen rentouttamiseksi tein luovan ratkaisun. Asetimme pöytäryhmille varatut ”fläppipaperit” seinille. Jokaiselle roolille oman fläppipaperin, jossa oli lueteltu roolin keskeisimmät tehtävät. Vanhemmat saivat tehtäväkseen pohtia jokaista roolia ja sen tehtäviä ja merkitä haasteellisimmat vanhemman tehtävät. Ajattelin, että vanhempien päästessä kulkemaan ympäri huonetta ja kirjoittamaan seinillä oleville papereille tunnelma saattaisi vapautua. Vanhemmat keskustelivat keskenään aktiivisesti ja kertoivat toisilleen omia toimintatapojaan vaikeissa tilanteissa ja tilan täyttikin melkoinen puheensorina, jota oli sitten vaikea saada hetkeksi taukoamaan. Vanhempien palattua pöytäryhmiin tunnelma oli vapautunut ja keskustelu ”fläpeille” syntyneistä ajatuksista oli vapautunutta. Eniten merkintöjä keränneeksi haasteellisimmaksi rooliksi osoittautui rajojen asettajan rooli. Keskustelimme yhdessä rajojen asettamisesta ja tilanteista, jolloin rajojen asettaminen on erityisen vaikeaa. Ryhmän loppuvaiheessa Kivien vanhemmat innostuivat laittamaan puhelunnumerolistan kiertämään sopiakseen lasten kaverikyläilyjä.

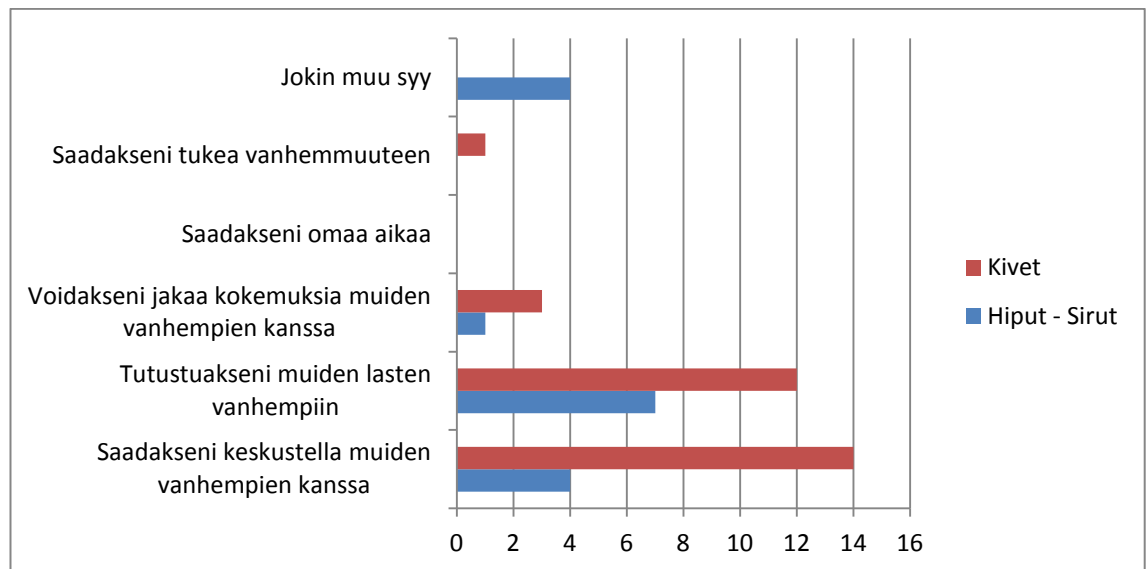
Perheiltojen jälkeen kävimme palautteet läpi työpaikkapalaverissa ja henkilökunta kertoi vanhemmilta saadusta palautteesta. Niin vanhemmat kuin lapsetkin olivat pitäneet perheillasta ja päätettiin, että syksyllä 2012 jokaiselle ikäryhmälle järjestetään oma perheiltansa, jonka suunnittelussa saavat kaikki lapsiryhmää ohjaavat aikuiset olla mukana.

5.4 Perheiltojen palaute

Kysyimme ryhmään osallistuneilta vanhemmilta kyselylomakkeella palautetta ryhmästä sille asettamiemme tavoitteiden pohjalta. Kaikki ryhmiin osallistuneet vanhemmat palauttivat lomakkeen. Kysyimme miksi vanhemmat osallistuivat perheiltaan, vastasiko perheilta odotuksia, miten usein vanhemmat toivoisivat

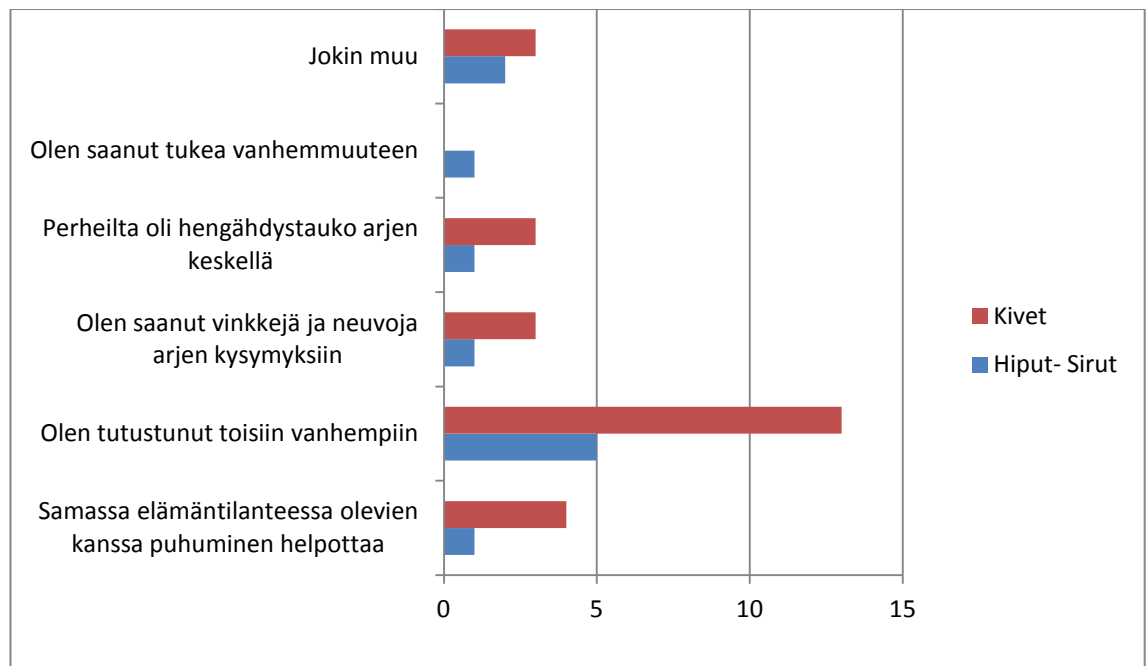
perheiltoja tulevaisuudessa järjestettävän, osallistuuko perheiltaan tulevana syksynä sekä avoimen kysymyksen muodossa kysyimme vanhemmilta toiveita tulevien perheiltojen aiheiksi.

KUVIO 1. Osallistuin perheiltaan



Kuvio 1 kuvaa vastausten jakaantumista kun vanhemmilta tiedusteltiin syitä ryhmään osallistumisesta. Palautteen perusteella suurin osa vanhemmista osallistui iltaan voidakseen tutustua muihin vanhempiin, sekä keskustella heidän kanssaan. Kivien perheiltaan vanhemmat osallistuivat pääosin samoista syistä, yksi vanhemmista osallistui saadakseen tukea vanhemmuuteen. Jokin muu vastauksessa vanhemmat toivoivat saavansa lisää tietoa päiväkodin tai oman lapsen ikäryhmän toiminnasta.

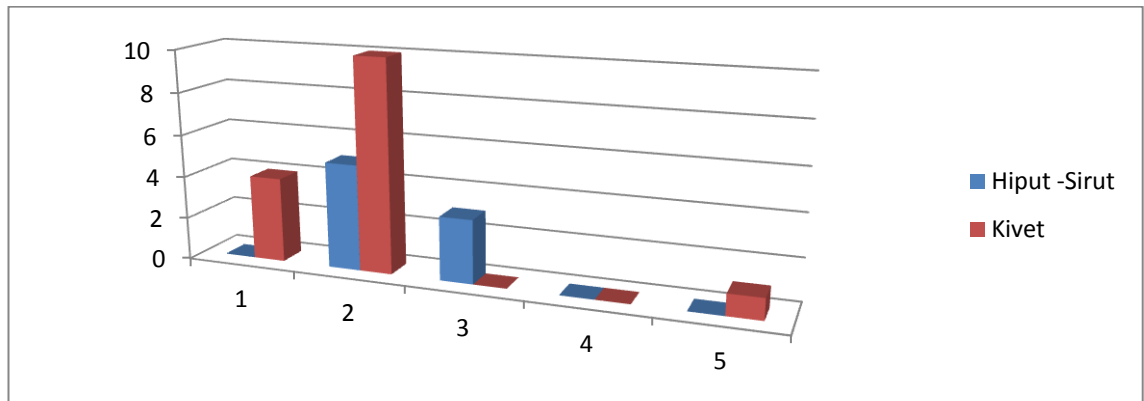
KUVIO 2. Perheillan vastaaminen odotuksiin



Kuvio 2 kuvaa vastasiko perheilta odotuksia sekä sitä saavuttiko ilta itse ryhmälle asettamiemme tavoitteita. Hippu-Sirujen vanhempien vastauksissa kaikki vastausvaihtoehdot saivat kannatusta, mutta tärkeimmäksi vanhemmat asettivat toisiin vanhempiin tutustumisen. Kivien vanhempien vastaukset olivat lähes samankaltaiset. Jokin muu vastausvaihtoehdossa vanhemmat toivoivat, että olisivat saaneet enemmän tietoa päiväkodin toiminnasta nyt kun kerran henkilökuntaa oli paikalla.

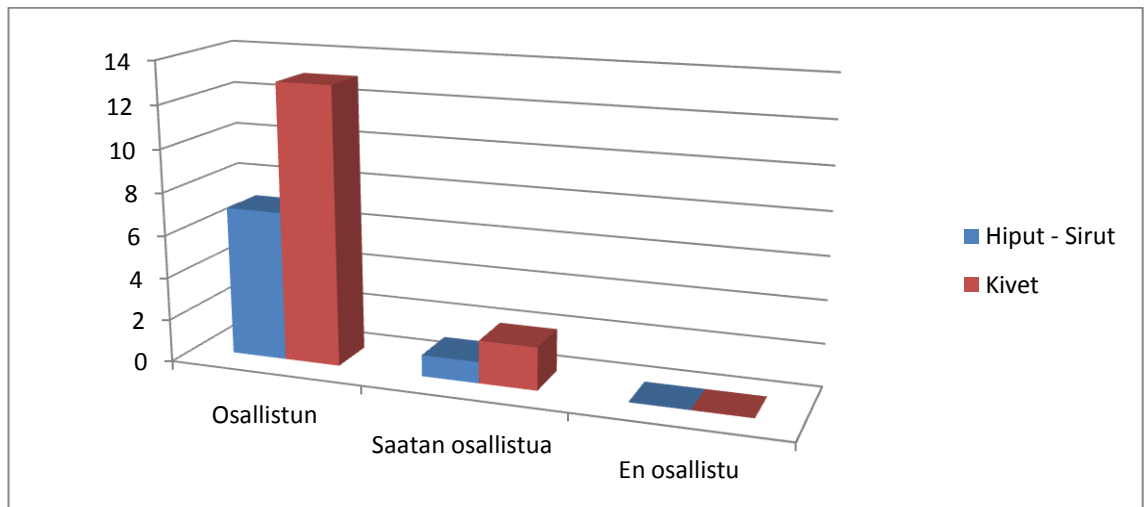
Kuviossa 1 vanhempien vahvimmat syyt osallistua perheiltaan olivat tutustuminen toisiin vanhempiin sekä mahdollisuus keskustella samassa elämäntilanteessa olevien kanssa. Palautteen perusteella perheiltoja voidaan pitää onnistuneina, koska kuviossa 2 perheiltoja vastasi odotuksiin juuri näiltä osin. Perheiltoja seuraavina päivinä saimme myös suullisesti kiitosta positiivista palautetta illoista. Vanhemmat olivat vielä päiväkodin pihalla käydyssä keskustelussa pohjineet, että joskus voisi järjestää illan, jossa ne vanhemmat ja lapset leikkisivät yhdessä niiden lasten ja vanhempien kanssa, jotka päivähoitopäivän aikanakin leikkivät yhdessä

KUVIO 3. Toive perheiltojen määrästä syksyllä 2011



Kuvio 3 kuvaa kuinka usein vanhemmat toivoisivat perheiltoja järjestettävän seuraavan syyskauden aikana. Hippu-Sirujen vanhemmat toivoivat, että syyskaudella järjestetään 2-3 iltaa ja Kivien vanhemmat toivoivat 1-2 iltaa. Yksi Kivien vanhemmista toivoi 5 iltaa.

KUVIO 4. Osallistuminen syksyn 2011 perheiltöihin



Kuvio 4 havainnollistaa kuinka vanhemmat ovat vastanneet tiedusteluun osallistumisen todennäköisyydestä syksyllä järjestettävään perheiltään. Vanhemmat molemmissa ryhmissä vastasivat Hippu-Sirujen ryhmässä yhtä ja Kivien ryhmässä kahta lukuun ottamatta osallistuvansa ja hekin saattavat osallistua.

Avoimessa kysymyksessä Hiput-Sirut perheiltään osallistuneet vanhemmat toivoivat syksyn perheiltojen aiheiksi keskustelua lapsen ikään liittyvistä haasteista, vanhempien mahdollisuuksista tukeutua toisiinsa, perheen eri -ikäisten las-

ten tarpeiden yhteensovittamisesta sekä tietoa Metsäkylän alueen aktiviteeteista lapsiperheille. Myös tietoa päiväkodin käytännöistä ja toiminnasta toivottiin. Halusipa joku saunailtaakin yhdessä ”tarhantätien” kanssa. Kivien perheiltaan osallistuneet vanhemmat toivoivat tulevaisuudessa luento- ja keskustelutilaisuutta miten selvittää arjen haastavista tilanteista lasten kanssa, lasten ja aikuisten yhteistä leikki-iltaa sekä enemmän tietoa ikäryhmässä toteutetuista pienryhmätoiminnoista.

Palautekyselyn yhteenvetona voitaneen todeta, että suurin osa vanhemmista osallistui ryhmään tutustuakseen toisiin vanhempiin sekä saadakseen keskustella ja vaihtaa arjen kokemuksia. Vanhemmat olivat valmiita osallistumaan perhe-iltoihin myös tulevilla kaudella sekä halusivat itse vaikuttaa iltojen sisältöihin ehdottamalla aiheita tuleviin iltoihin.

5.5 Kehittämisaikajatuksia perheiltoihin

Perheilloilla voitaisiin tulevaisuudessa korvata perinteiset vanhempainillat, joissa henkilökunta on tietoa jakava ja vanhemmat tietoa vastaanottava osapuoli. Meille työntekijöille on tärkeää tietää, mitä perheille kuuluu, voidaksemme toimia yhdessä kasvatuskumppaneina lapsen parhaaksi. Dialogisesti keskustelemalla voisimme vahvistaa kasvatuskumppanuutta sekä vahvistaa vanhempien osallisuuden tunnetta lapsensa päivähoidon liittyvissä asioissa. Yhdessä vanhempien kanssa voitaisiin suunnitella tulevien iltojen aiheet ja käyttää tarvittaessa asiantuntijoita apuna.

Perheiltoja tulevaisuudessa järjestettäessä olisi hyvä kiinnittää huomiota juuri laatuun, ei niinkään määrään. Vanhempien kiireisen arkeen saattaa olla haasteellista sijoittaa säännöllisesti toimivaa vertaisryhmää, kun taas vaikkapa pari kertaa kaudessa järjestettävään iltaan osallistumisen vuoksi vanhempi voisi jättää kerran esimerkiksi harrastuksen väliin osallistuakseen ryhmään. Järjestettäessä vertaisryhmätapaamisia harvakseltaan tulisi niille silloin varata riittävästi aikaa, vähintään 1,5 tuntia, jopa 2 tuntia. Ryhmälle varattua aikaa pohtiessa tulee huomioida myös, järjestetäänkö perheiltoja perinteisen vanhempainillan sijaan, koska silloin tulee varata riittävästi aikaa päiväkodin arkeen ja lapsiryhmän

toimintaa koskeviin kysymyksiin. Ryhmän aiheita voi tiedustella vanhemmilta etukäteen, mikä saattaa vaikuttaa positiivisesti ryhmään osallistumiseen.

Kangasniemen päiväkodilla ei järjestetty perheilloja syksyllä 2011. Tarkoituksena ryhmää suunniteltaessa oli, että minä toimin ryhmien päävastuullisena vetäjänä ja suunnitteluvastuu olisi minulla yhdessä päiväkodinjohtajan kanssa. Vastattuani kuitenkin alkusyksystä kyllä houkuttelevaan työtarjoukseen lastensuojelun puolella omassa kotikaupungissani, päiväkodilla jouduttiin etsimään uusi asiasta innostunut ryhmänvetäjä. Tammikuussa 2012 sain tietää, että kevään 2012 aikana on päiväkodilla tarkoitus järjestää perheilta jokaiselle ikäryhmälle, joissa teemana leikki. Perheillat siis jatkuvat ja päiväkodissa on huomioitu vanhempien toiveet ryhmien aiheista. Kangasniemen päiväkodissa on ymmärretty vertaistoiminnan merkitys vanhemmuuden tukemisessa ja päiväkotijärjestää monipuolisesti erilaisia tapahtumia, joissa vanhemmat voivat tutustua ja saada vertaistukea muilta samassa elämäntilanteessa olevilta. (Rutanen Ulla 2012.)

6 POHDINTA

Opinnäytetyöni aihe oli vertaisryhmän käynnistäminen. Vertaisryhmän käynnistämällä pyrimme tukemaan vanhemmuutta vahvistamalla vanhempien sosiaalista verkostoa. Vertaisryhmän käynnistäminen ei sujunut ongelmitta. Café Helmen karahtaessa kiville epäuskon tunne ehti vallata mielen, mutta vain hetkellisesti. Vanhempien runsaslukuinen osallistuminen perheiltoihin ja aktiivinen osallistuminen keskusteluun vahvistivat käsitykseni vertaisryhmien tarpeellisuudesta. Perheiltöjen palautteen mukaan vertaisryhmän tärkeintä antia olivat keskustelu ja elämäkokemusten jakaminen eli vertaistuki samassa elämäntilanteessa olevien kanssa. Vertaisryhmässä on vanhemmilla mahdollisuus myös sosiaaliseen tukeen, niin tunnetukeen, käytännön apuun ja tietotukeen. Sosiaalisen verkoston vahvistuminen tulee näkymään vasta myöhemmin kun vanhemmat ryhmissä tutustuessaan solmivat uusia sosiaalisia suhteita. Päiväkodin johtajan haastattelun mukaan ikäryhmille suunnatut perheillat jatkuvat keväällä 2012, joten toiveemme uudenlaisen toimintamuodon syntyisestä toteutui. Opinnäytetyön suunnittelu ja toteutus oli antoisaa, mielenkiintoista ja päiväkodin asettama tulospalkkaustavoite toimi omalta osaltaan melkoisena motivaattorina koko päiväkodin henkilökunnalle. Aihe oli ajankohtainen, sillä Ylöjärven kaupungin päivähoito oli asettanut päivähoiton strategiassaan vanhemmille järjestetyn vertaisryhmätoiminnan käynnistämisen päiväkodeissa yhdeksi tavoitteeksi vuodelle 2011.

Perheillan ohjaaminen oli erittäin antoisaa ja ammatillisesti kasvattavaa. Ryhmiä ohjatessani jouduin tekemään luovia ratkaisuja ryhmän onnistumiseksi. Tiukasti suunnitellusta aikataulusta kiinnipitäminen ja suunniteltuun aiheeseen siirtyminen ja ilmassa virinneen keskustelun katkaiseminen olisi saattanut evätä ryhmään osallistuvilta heille tärkeän vertaistuen saantia. Muutosten taustalla oli ajatukseni siitä, että ryhmän tulee vastata vanhempien tarpeisiin, vaikka olisin opinnäytetyöhöni toisin suunnitellut. Vertaisryhmässä vanhempien kanssa keskusteleminen arjen asioista vahvisti kasvatuskumppanuutta ja avasi mahdollisuuksia entistä parempaa yhteistyöhön vanhempien kanssa. Ryhmän ohjaamistaidot vahvistuivat ja totesin, että ryhmän onnistumisen kannalta on hyvä, jos

takataskussa on "plan B". Vertaisryhmää tai mitä tahansa kehittämishanketta suunniteltaessa olisi hyvä kartoittaa projektin vahvuudet, heikkoudet ja riskit esimerkiksi SWOT- analyysin avulla. Erilaiset ryhmät sosiaalialan asiakastyössä lisääntyvät ja sosionomin työkenttä voi löytyä juuri vertaisryhmien ohjaamisen alueelta. Sosionomin tulee työssään luoda ja uudista työmenetelmiä sekä elää ihmisten arjen muutoksien ja tarpeiden mukana. Vertaisryhmätoiminnan avulla päiväkodissa on myös mahdollista ennaltaehkäistä perheiden syrjäytymistä sekä mahdollisuus varhaiseen puuttumiseen.

Vertaisryhmätoiminnan käynnistäminen ajatuksesta loppuraporttiin oli opettavaista ja haastavaa. Vaikka omasta mielestäni käytimme riittävästi aikaa suunnitteluun ja tiedon hankintaan, en voi olla korostamatta sen merkitystä koko työn onnistumisessa. Café Helmen karahtaessa karille emme kuitenkaan lannistuneet, vaan rohkeasti lähdimme pohtimaan niitä mahdollisia syitä miksi emme positiivisesta suhtautumisesta huolimatta saaneet vanhempia ryhmäämme. Perheiltojen menestyksen myötä päiväkodin merkitys esimerkiksi lastensuojelun ennaltaehkäisevässä työssä vahvistui. Yhteiskunnan arvojen ja vaatimusten muuttuminen vaatii myös päivähoitoa muuttumaan mukana. Uudenlaisten toimintamuotojen etsiminen ja käyttöönotto vaatii päivähoidon työntekijöiltä positiivista asennetta muutokseen ja ajan hermolla pysymistä yhteiskunnallisissa asioissa. Yhteistyö Kangasniemen päiväkodin henkilökunnan kanssa sujui moitteettomasti sekä päiväkodinjohtajan kanssa työskentely oli hedelmällistä ja opettavaista. Päiväkodilla järjestettävien vanhempien vertaisryhmien jatkuessa olisi mielenkiintoista tutkia, onko ryhmään osallistumisella ollut merkitystä vanhempien sosiaaliseen verkostoon ja millaista heidän saamansa tuki on ollut.

LÄHTEET

- Alitolppa - Niitamo, Anne; Moallin, Mohamed; & Novitsky, Anita 2006. Monikulttuuriset vertaistuenryhmät. Ohjaajan opas. Ryhmämalli pikkulapsiperheiden vanhemmille. Väestöliiton Kotipuu. Helsinki: Topnova.
- Bardy, Marjatta 2002. Mistä vanhemmuus tehdään? Teoksessa Kolbe, Laura & Järvinen Katriina (toim.): Onks ketään kotona? Kasvatuksen suuntaa etsimässä. Helsinki: Tammi.
- Bardy, Marjatta (toim.) 2009. Lastensuojelun ytimissä. Helsinki: Yliopistopaino
- Halonen, Elisa; Sourander, Johanna & Viinikka, Anne 2010. Mannerheimin Lastensuojeluliiton vertaisryhmätoiminnan arviointiraportti kevät 2010. Helsinki: Mannerheimin lastensuojeluliitto.
- Hassinen, Jukka 2008. <http://www.jelli.fi/lataukset/2011/05/5.27-Ideointimenetelmi%C3%A4-ja-ty%C3%B6kaluja-ideanikkareille.pdf>
viitattu 22.2.2012
- Heikkilä, Marianne & Luumi, Pertti 2003. Rakasta lasta – suojele lapsuutta. Lasten keskus. Helsinki.
- Heino, Tarja 2008. Lastensuojelun avohuolto ja perhetyö: kehitys, nykytila, haasteet ja kehittämisehdotukset. Selvitys Lastensuojelun kehittämisohjelmalle. Stakes, työpapereita 9/2008. Helsinki.
- Helminen, Marja-Liisa & Iso - Heiniemi, Mari 1999. Vanhemmuuden roolikartta. Käyttäjän opas. Helsinki: Suomen Kuntaliitto.
- Helminen, Marja-Liisa 1999a. Roolikartan käyttötarkoitus. Teoksessa Helminen, Marja-Liisa – Iso-Heiniemi, Mari. (toim.) 1999: Vanhemmuuden roolikartta. Käyttäjänopas. Helsinki: Suomen Kuntaliitto.
- Himberg, Lea; Jauhiainen, Riitta. 1998. Suhteita – Minä, me ja muut. Porvoo: WSOY.

- Hulmi, Heli 2004. Ihminen, vertainen. 10 vuotta mielenterveyden keskuliiton vertaistukitoimintaa. Helsinki: Mielenterveyden keskusliitto.
- Hyväri, Susanna 2005: Vertaistuen ja ammattiauttamisen muuttuvat suhteet. Teoksessa Nylund, Marianne & Yeung, Anne Birgitta: Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino.
- Järvinen, Ritva 1998: Äitien kokemuksia lastenneuvoloiden vanhempainryhmisestä –ryhmästä tukea arjesta selviämiseen. Tampereen yliopisto: Hoitotieteen laitos. Pro gradu –tutkielma.
- Järvinen, Ritva; Lankinen, Aila; Taajamo, Terhi; Veistilä, Minna & Virolainen, Arja 2007. Perheen parhaaksi. Perhetyön arkea. Helsinki: Edita Prima.
- Kaimola, Kari 2005. Koti terveen itsetunnon harjoittelukenttänä. Teoksessa Syrjälä, Jaana (toim.) Vahva vanhemmuus – Paras tuki nuoren kasvuun. Helsinki: Väestöliitto.
- Kalliomaa, Milla & Viinikka, Anne (toim.) 2006. Vertaistuesta voimaa vanhemmuuteen – vertaistuen vaikuttavuus ja mahdollisuudet vanhemmuuden tukena. Helsinki: Mannerheimin Lastensuojeluliitto.
- Kinanen, Mare 2009. Surusäkki. Vertaisryhmätyöskentelyä lasten sururyhmille. Helsinki: Lasten keskus/ Lk-kirjat.
- Kinnunen, Tuula 2006. Vertaistuki erityislapsen vanhempien voimavarana. Pro gradu - tutkielma. Jyväskylän yliopiston kasvatustieteen laitos.
- Laine, Anne 2003. Opi ja ohjaa sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: WSOY.
- Niemistö, Raimo 2000. Ryhmän luovuus ja kehitysehdot. Helsinki: Palmeniakustannus.
- Nylund, Marianne 2005. Vertaisryhmät kokemusten ja tiedon jäsentäjinä. Teoksessa Nylund, Marianne & Anne Birgitta, Yeung (toim.) Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino.
- Markus, Eveliina 2009. Vertaisuus voimavarana: vertaistuen tarve ja sen vanhemmuutta tukeva merkitys murrosikäisten nuorten äideille. Pro gradu –tutkielma. Lapin yliopiston yhteiskuntatieteiden tiedekunta.
- Poikkeus, Anna – Maija; Laakso, Marja-Leena; Aro, Tuija; Eklund, Katajamäki Johanna & Lajunen, Kaija 2002. Vanhemmat kouluun. Teoksessa

- Rönkä, A. & Kinnunen, U. (toim.) Perhe ja vanhemmuus: Suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen. Jyväskylä: PS-kustannus
- Pösö, Tarja 2006. Monenlaista vanhemmuutta. Teoksessa Hermanson, Elina & Martsola, Riitta (toim.): Aikuinen vanhemmuus. Katoavan kasvatuksen jäljillä. Helsinki: Kirjapaja.
- Raitanen, Tuija 2008. Sijaisvanhempien vertaisryhmäkokemuksia. Teoksessa Jari Ketola (toim.). Menetyksistä mahdollisuuksiin. Perhehoitoa lasten ja vanhemmuuden tueksi. Jyväskylä: PS-kustannus
- Rautiainen, Mari 2001: Vanhemmuuden roolikartta – Syvennä ja sovela. Helsinki: Suomen Kuntaliitto
- Rutanen, Ulla 2012. Lastentarhanopettaja, Kangasniemen päiväkoti Henkilökohtainen tiedonanto 27.1.
- Rönkä, Anna; Malinen, Kaisa & Lämsä Tiina 2009. Pikkulapsiperheiden arjen paletti. Teoksessa Rönkä, Anna; Malinen, Kaisa & Lämsä, Tiina (toim.) Perhe-elämän paletti – vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Seikkula, Jaakko 1994. Sosiaaliset verkostot: ammattiauttajan voimavara kriiseissä. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2007. Lapset, nuoret ja perheet politiikkaohjelma. 2007. Viitattu 12.2.2012
- http://valtioneuvosto.fi/toiminta/politiikkaohjelmat/lapset/ohjelman-sisaeltoe/HPO_Lapset_HSA2007.pdf
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2007. Terveysten edistämisen politiikkaohjelma. 2007. Viitattu 12.2.2012
- <http://www.vn.fi/toiminta/politiikkaohjelmat/terveys/ohjelman-sisaeltoe/fi.pdf>
- Tamminen, Tuula 2001. Ismo Laukkarisen artikkelissa: Vanhemmuus on kasvua. Käsi kädessä 4, 4-7.

Vuorinen, Marja 2002: Meidän ryhmä – hyvä juttu. Kokemuksia ja tuloksia oma-apu toiminnasta. Vantaa: Mielenterveyden keskusliitto.

Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä 2003. Vanhemmuuden roolikartta.

Verkkodokumentti. Viitattu 15.5.2011.

<<http://www.vslk.fi/index.php?main=roolikartat>>.

Viljamaa, Marja – Leena 2003. 2000 – luvun vanhemmat kaipaavat neuvolalta jatkuvuutta ja vanhemmuuden tukea. Jyväskylän yliopisto. Jyväskylä.

Ylöjärven kaupunki 2010. Päivähoidon strategia vuosille 2011- 2015

TERVETULOA CAFÉ HELMEEN

Vanhempien vertaisryhmään

keskustelemaan vanhemmuudesta kahvikupposen äärelle.



Lasten hoito
varattavissa ryhmän ajaksi
tekstiviestillä numerosta
050 390 4810, tai suoraan vetäjiltä.

Ryhmä kokoontuu Kangasniemen päiväkodilla

tiistai iltaisin klo 17.30-18.30

Alkaen ti 8.3.

(käynti pääovesta)

Tule ja tuo ystäväsikin.

Vetäjät: Kirsi Kiuru ja Ulla Rutanen

**TERVETULOA
HIPPUJEN JA SIRUJEN
PERHEILTAAN
TORSTAINA 7.4.2011
KLO 18.00 – 19.00**



Tuo lapsesi leikkimään
päiväkotikaverien kanssa ja
tule itse tapaamaan muita Hippujen ja Sirujen
vanhempia kahvikupposen äärelle.
Lapsia leikittämässä tutut päiväkodin aikuiset.

**TERVETULOA
KIVIEN
PERHEILTAAN
TIISTAINA 12.4.2011
KLO 18.00 – 19.00**



Tuo lapsesi leikkimään
päiväkotikaverien kanssa ja
tule itse tapaamaan muita Kivien
vanhempia kahvikupposen äärelle.

Lapsia leikittämässä tutut päiväkodin aikuiset.

KANGASNIEMEN PÄIVÄKOTI PERHEILTA

KIVET

12.04.2011

OSALLISTUIN PERHEILTAAN: (valitse 2 tärkeintä)

 SAADAKSENI KESKUSTELLA MUIDEN VANHEMPIEN KANSSA TUTUSTUAKSENI TOISTEN LASTEN VANHEMPIIN VOIDAKSENI JAKAA KOKEMUKSIA MUIDEN VANHEMPIEN KANSSA SAADAKSENI OMAA AIKAA SAADAKSENI TUKEA VANHEMMUUTEEN JOKIN MUU SYY _____

PERHEILLAN VASTAAMINEN ODOTUKSIIN: (valitse 2 tärkeintä)

 SAMASSA ELÄMÄNTILANTEESSA OLEVIENTEN KANSSA PUHUMINEN HELPOTTAA OLEN TUTUSTUNUT TOISIIN VANHEMPIIN OLEN SAANUT VINKKEJÄ JA NEUVOJA ARJEN KYSYMYKSIIN PERHEILTA OLI HENGÄHDYSTAUKO ARJEN KESKELLÄ OLEN SAANUT TUKEA VANHEMMUUTEEN JOKIN MUU _____

MITEN USEIN TOIVOISITTE PERHEILTOJA JÄRJESTETTÄVÄN SYYSKAUDELLE 2011:

 1 2 3 4 5

OSALLISTUMINEN PERHEILTAAN SYYSKAUDELLE:

 OSALLISTUN SAATAN OSALLISTUA EN OSALLISTU

TOIVEITA PERHEILLAN AIHEIKSI:

