

KARELIA-AMMATTIKORKEAKOULU
Sairaanhoitajakoulutus

Elina Raerinne

PERHEENTALON AAMUKAHVIT JA ASIAA -TILAISUUS
Vanhempien kokemuksia tilaisuudesta

Opinnäytetyö
Helmikuu 2021



OPINNÄYTETYÖ
Helmikuu 2021
Sairaanhoitajakoulutus

Tikkarinne 9
80200 JOENSUU
+358 13 260 600

Elina Raerinne

Nimeke

Perheentalon Aamukahvit ja asiaa -tilaisuus - Vanhempien kokemuksia tilaisuudesta

Toimeksiantaja

Joensuun Perheentalo

Tiivistelmä

Vanhemmuuteen kasvaminen alkaa raskausaikana ja jatkuu koko elämän ajan. Vanhemmilla on oikeus saada apua ja tukea kasvatustyöhön, jotta lapselle voidaan mahdollistaa terveellinen kasvu ja kehitys. Lapsella ja perheellä on oikeus hyvinvointiin ja tarvittavaan apuun, niin että sen yhteiskunnalliset velvollisuudet täyttyvät.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli saada tietoa, miten perheet kokevat Joensuun Perheentalon järjestämän Aamukahvit ja asiaa -tilaisuuden vaikuttavan vanhemmuudessa vahvistumiseen. Opinnäytetyön tavoitteena oli hyödyntää saatuja tutkimustuloksia tilaisuutta suunniteltaessa sekä kehittäessä, jotta se palvelee perheiden tarpeita ja vahvistaa hyvinvointia. Opinnäytetyö tehtiin laadullisella tutkimusmenetelmällä ja aineisto kerättiin sähköisellä haastattelulomakkeella. Tulokset analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä.

Opinnäytetyön tuloksista selviää, että vanhemmat kokivat tilaisuudessa käynnin mieleiseksi. Vanhemmat olivat saaneet tilaisuudesta tietoa, ohjausta ja tukea vanhemmuuteen, kasvatustyöhön sekä arjessa toimimiseen. Vastaajat ehdottivat kehittämisideoita, jotka toimeksiantaja voi ottaa huomioon tilaisuutta suunniteltaessa. Jatkotutkimuksena voi selvittää, miten stereotyyppisestä perheestä poikkeavat perheet kokevat tilaisuuden tuen.

Kieli

suomi

Sivuja 54

Liitteet 3

Liitesivumäärä 5

Asiasanat

vanhemmuuden vahvistuminen, kiintymysvanhemmuus, lapsen psykososiaalisen kasvun ja kehityksen tukeminen, perheen hyvinvointi



THESIS
February 2021
Degree Programme in Nursing

Tikkarinne 9
FI-80200 JOENSUU
FINLAND
Tel. + 358 13 260 600

Author
Elina Raerinne

Title
A Morning Coffee and Discussion Event at Joensuu Family House – Parents' Experiences of the Event

Commissioned by
Joensuu Family House

Abstract

Adjusting to parenthood begins during pregnancy and continues throughout life. Parents have the right to receive help and support in parenting so that the healthy growth and development of the child can be possible. The child and the family have the right to well-being and necessary help so that their duties in society will be fulfilled.

The purpose of this thesis was to gain information on how families perceived the event 'Morning Coffee and Discussion' to strengthen their parenting abilities. The aim of this thesis was to take advantage of the research to plan and develop this event so that it serves the needs of the families and enhances their well-being. This thesis was conducted using a qualitative research method and the data were collected using an online electronic questionnaire. The results were analysed using a data-driven content analysis method.

The results showed that the parents were content with the event. They had received information, guidance and support to parenthood, upbringing and functioning in everyday life. The participants suggested different development ideas which the commissioning organisation can take into consideration while planning the event. An idea for further research could be to explore how families who differ from a stereotypical family perceive the support provided in the event.

Language

Finnish

Pages 54

Appendices 3

Pages of Appendices 5

Keywords

strengthening parenthood, attachment parenting, supporting the psychosocial growth and development of children, family well-being.

Sisältö

Tiivistelmä

Abstrac

| | | |
|-----|--|----|
| 1 | Johdanto | 5 |
| 2 | Vanhemmuuteen kasvaminen ja kehittyminen..... | 6 |
| 2.1 | Vanhemmuuden määritelmä..... | 6 |
| 2.2 | Vanhemmuuteen kasvaminen raskausaikana | 7 |
| 2.3 | Kiintymysvanhemmuus vauvan syntymän jälkeen..... | 9 |
| 2.4 | Seitsemän vauvan V:tä..... | 10 |
| 2.5 | Vanhemmuuden haasteet..... | 11 |
| 2.6 | Kiintymyssuhdemallit | 13 |
| 3 | Lapsen psykososiaalinen kasvu ja kehitys..... | 14 |
| 3.1 | Psykososiaalinen kehitys..... | 14 |
| 3.2 | Käyttäytymisen säätely ja sosiaaliset taidot..... | 14 |
| 3.3 | Seksuaalisuus ja sukupuoli..... | 16 |
| 3.4 | Leikki kehityksen tukena..... | 18 |
| 4 | Yhteiskunta perheiden tukena | 19 |
| 4.1 | Hoitotyön ammattilaiset perheen tukena..... | 19 |
| 4.2 | Järjestöjen tuki vanhemmuuteen | 21 |
| 5 | Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tehtävät | 22 |
| 6 | Opinnäytetyön menetelmälliset valinnat..... | 23 |
| 6.1 | Laadullinen tutkimusmenetelmä | 23 |
| 6.2 | Perheentalo | 24 |
| 6.3 | Aineiston hankinta sähköisellä haastattelulomakkeella | 24 |
| 6.4 | Aineiston käsittely ja analysointi | 26 |
| 7 | Tutkimuksen tulokset | 28 |
| 7.1 | Vastaajien taustatiedot | 28 |
| 7.2 | Kokemuksia tilaisuudesta | 30 |
| 7.3 | Vanhemmuudessa vahvistuminen..... | 32 |
| 7.4 | Lapsen psykososiaalisen kasvun ja kehityksen tukeminen | 36 |
| 7.5 | Vastaajien toiveita tilaisuuteen | 38 |
| 8 | Pohdinta..... | 39 |
| 8.1 | Tulosten tarkastelu | 39 |
| 8.2 | Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys | 41 |
| 8.3 | Ammatillinen kasvu ja opinnäytetyö prosessi | 45 |
| 8.4 | Hyödynnettävyys, jatkotutkimus- ja kehittämisideat..... | 48 |
| | Lähteet..... | 50 |

Liitteet

| | |
|---------|------------------------------------|
| Liite 1 | Sähköinen haastattelulomake |
| Liite 2 | Saatekirje |
| Liite 3 | Esimerkki aineiston analysoinnista |

1 Johdanto

Lapsella ja hänen perheellään on oikeus hyvinvointiin, välttämättömään suoje-
luun sekä huolenpitoon. Perheellä on oikeus tarvittavaan apuun, niin että sen
yhteiskunnalliset velvollisuudet täyttyvät. Lapsen tulee kasvaa onnellisessa, ra-
kastavassa ja ymmärtäväisessä perheessä. Vanhemmilla on oikeus saada van-
hempainohjausta, perhekasvatusta ja -palveluja sekä tukea lastenkasvatustehtä-
vään. (Suomen YK-liitto 2011.)

Järjestöillä on aina ollut merkittävä vaikutus yhteiskunnan hyvinvointiin muiden
toimijoiden rinnalla. Järjestöt tarjoavat matalan kynnyksen ympäristön, jossa tue-
taan ja vahvistetaan lapsiperheiden hyvinvointia. Toiminnan piirissä olevan on
helpompi ottaa apu vastaan, sillä toimintaa ei koeta leimaavana ja pelottavana.
Toiminta tavoittaa usein avuntarvitsijat varhaisessa vaiheessa ja rohkaisee ha-
kemaan tarvittavaa neuvoa ja tukea. (Hastrup, Hakkarainen, Heinonen, Hyytinen,
Ihanus, Kerppola, Kokkonen, Lampinen, Martikainen, Paju, Rapeli, Saaristo, Sai-
risalo, Satuli-Kukkonen, Suomu, Särkelä, Tuominen & Willman 2019, 5–9.)

Joensuun Perheentalo järjestää ryhmätoimintaa, koulutuksia ja ennaltaehkäise-
viä neuvontapalveluita. Toiminnalla halutaan vahvistaa vanhemmuutta ja lisätä
lapsen sekä perheiden hyvinvointia. Joensuun Perheentalo tekee yhteistyötä Jo-
ensuun kaupungin toimijoiden, järjestöjen, yritysten ja oppilaitosten kanssa. (Jo-
ensuun Perheentalo 2021.) Joensuun Perheentalo järjestää viikoittain reilu tun-
nin (1h 15 min) kestävän Aamukahvit ja asiaa -tilaisuuden. Tilaisuudessa käsitel-
lään lapsiin ja lapsiperheisiin liittyviä aiheita eri asiantuntijoiden kanssa. Asian-
tuntija-alustuksen jälkeen aiheesta keskustellaan yhdessä ja lisäksi tarjotaan
mahdollisuus kahdenkeskiseen keskusteluun asiantuntijoiden kanssa. (Joen-
suun Perheentalo 2020.)

Opinnäytetyön tarkoituksena on saada tietoa, miten perheet kokevat Aamukahvit
ja asiaa -tilaisuuden vaikuttavan vanhemmuudessa vahvistumiseen. Tavoitteena
on, että saatuja tuloksia voidaan hyödyntää suunniteltaessa tilaisuutta, jotta se
palvelisi perheiden tarpeita ja vahvistaisi hyvinvointia.

2 Vanhemmuuteen kasvaminen ja kehittyminen

2.1 Vanhemmuuden määritelmä

Väestöliiton mukaan on olemassa juridista, sosiaalista ja psykologista vanhemmuutta (Väestöliitto 2020). Tunnettu käsite on myös biologinen vanhemmuus, joka tarkoittaa lapsen siittäneitä sekä synnyttäneitä vanhempia (Sateenkaariperheet ry 2020).

Juridisessa vanhemmuudessa mies todetaan isäksi, jos lapsi on syntynyt miehen siittiöistä tai lapsi on syntynyt avioliittoon. Miestä ei todeta isäksi, jos kyseessä on naispari, joista toinen tunnustaa äitiyden. (Isyyslaki 13.1.2015/11.) Lapsen äiti on nainen, joka on synnyttänyt lapsen. Äiti on myös nainen, joka tunnustaa äitiyden, vaikka lapseen ei ole biologista suhdetta. (Äitiyslaki 20.4.2018/253.) Adoptiossa juridisia vanhempia ovat he, joille vanhemmuus siirtyy adoptiossa (Adoptiolaki 20.1.2012/22).

Sosiaalisessa vanhemmuudessa perheen aikuinen on mukana lapsen elämässä ja toteuttaa vanhemmuutta, vaikka vanhemmalla ei ole biologista eikä juridista suhdetta lapseen (Hietikko 2015). Psykologisessa vanhemmuudessa lapsi kokee perheen aikuisen isäksi tai äidiksi ilman biologista suhdetta (Väestöliitto 2020).

Vanhemmuus on suuri elämänmuutos sekä prosessi, jonka aikana luodaan suhde lapseen (Hermanson 2012). Vanhempien itsevarmuus äidin tai isän roolissa on olennainen osa vanhemmuudessa onnistumista, sillä se vaikuttaa lapsen kasvatukseen ja lapsesta huolehtimiseen (Brandon & Vance 2017).

Vanhemmuus voidaan jakaa kolmeen ulottuvuuteen, joita ovat 1) hoidon tarjoaminen lapselle, niin että huomioidaan lapsen turvallisuus, 2) vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus, joka tukee monipuolista kehitystä ja 3) vanhemmat

oppivat lapsen kautta asioita, joita hyödyntävät tukiessaan lapsen kasvua ja kehitystä. (Brandon & Vance 2017.)

Vanhemmaksi kasvaminen alkaa raskauden alussa ja muotoutuu lapsen kasvaessa ja eri elämäntilanteissa (Naistalo 2019a). Monet tekijät vaikuttavat siihen, millaiseksi äidiksi tai isäksi kasvetaan. Naisilla hormonitoiminnasta johtuvat tunteet ja synnyttäminen vaikuttavat suhteen luomiseen. Miehillä vanhemmuuteen vaikuttavat oma sekä lähiympäristön suhtautuminen isyyteen. Isäksi kehittymiseen vaikuttaa lisäksi se, onko mies itse halunnut lasta. Lapsen saaminen saattaa konkretisoida isälle vasta vauvan synnyttyä. Ympäri vuorokautinen huolenpito lapsesta saattaa sivuuttaa vanhemman omat tarpeet. (Hermanson 2012.)

Vanhempien omat lapsuuteen liittyvät traumaattiset kokemukset vaikuttavat myös siihen, millaiseksi vanhemmaksi itse kasvaa. Raskaus, synnytys sekä vuorovaikutus lapseen voivat tuoda mieleen traumaattisia muistoja. Lapsuuteen liittyvät kokemukset voivat välittyä lapsen ja vanhemman vuorovaikutukseen heikentävästi. (Aronen & Sourander 2019.)

2.2 Vanhemmuuteen kasvaminen raskausaikana

Äidit ja isät kasvavat vanhemmuuteen eri tahtia. Äidillä vanhemmuus alkaa kasvamaan jo raskauden alussa ja isällä vanhemmuuteen kasvaminen tulee myöhemmin. Tulevat vanhemmat miettivät raskautta ja omaa identiteettiään vanhempana. (Perhekeskus 2020.) Perhe on kuitenkin kokonaisuus, missä kaikki vaikuttaa kaikkeen. Isyys toteutuu äidin kautta ja äitiys toteutuu isyyden kautta. (Kalland & Sinkkonen 2016, 75–80.)

Isän siirtymävaihe vanhemmuuteen on haavoittuvaisempaa kuin äidin. Isä saattaa kokea, ettei hänellä ole tarvittavaa tietoa ja taitoa vauvan hoitamiseen ja kasvattamiseen. Isän positiivinen kokemus vanhemmuudesta on tärkeää äidin ja vauvan hyvinvoinnin kannalta. (Fletcher, Knight, Macdonald & StGeorge 2019.) Tulevaa isää on tärkeää rohkaista ja kannustaa isyyteen, jotta isä ei koe itseään ulkopuoliseksi. Edelleen on stereotypian luoma ajatus, että vauvan hoito olisi

pääsääntöisesti vain äidin vastuulla ja isän rooli on toissijainen. Isän vanhemmuutta vahvistaa tieto ja neuvonanto liittyen raskausaikaan, synnytykseen sekä vauvan kehittymiseen. (Albuja, Lee, Lee, Sanchez & Yadava 2019.)

Äiti kokee raskausoireet ja raskauden fyysiset muutokset kehossaan. Isä saattaa miettiä miten voisi olla äidille avuksi. Äidin vanhemmuutta vahvistavat valinnat omasta hyvinvoinnistaan, koska valinnoilla on vaikutusta sikiöön. (Hakulinen, Pelkonen, Salo & Kuronen 2019, 28–32.)

Ensimmäisen kolmanneksen jälkeen raskaus alkaa näkyä ja ajatus vauvasta alkaa konkretisoitumaan. Vanhemmat valmistelevat vauvan tuloa ja miettivät tulevaa vauva-arkea. Raskauden loppupuolella vanhemmat tietävät, että vauvan mahdollisuudet selvitä raskaudesta elossa ovat paremmat. Vanhemmat alkavat odottaa vauvan syntymää. (Perhekeskus 2020.)

Vanhemmuus vaikuttaa usein seksuaalisuuteen. Raskausaikana seksuaaliseen halukkuuteen vaikuttavat raskausoireet ja hormonitoiminta. Äidin raskauden muutokset kehossa ja tuntemuksissa vaikuttavat myös isän seksuaaliseen halukkuuteen, sillä isä sopeutuu puolisonsa kehoon sekä seksuaalisuuteen. (Naistalo 2019b.) Yhdyntä raskausaikana saattaa pelottaa vanhempia, sillä yhdynnän luullaan vahingoittavan sikiötä. Normaalissa raskaudessa yhdyntä ei ole vaaraksi sikiölle. Pelot voivat jopa estää sellaisia tilanteita, mitkä saattaisivat johtaa seksiin ja yhdyntään. (Hakulinen ym. 2019, 28–32.)

Vanhemmuuden yhteydessä voidaan käyttää käsitteitä tehokas vanhemmuus ja luottamuksellinen vanhemmuus. Brandon ja Vance määrittelevät vanhemmuuden tehokkuuden (Parenting self-efficacy) olevan yksilön luoma uskomus ja tunne siitä, kuinka menestyksekkäästi hän suorittaa vanhemmuuden tehtävän. Vanhemmuuden luottamuksen (Parenting confidence) he määrittelevät olevan yksilön luoma uskomus tai arvio kyvyistään huolehtia lapsesta sekä selviytyä vanhemmuuden tehtävässä. Vanhemmuuden tehokkuus sekä luottamus sisältyvät toisiinsa ja ovat välttämättömiä ohjaamaan vanhempia toiminnoissaan, niin että lapsi voi edistyä kehityksessään. (Brandon & Vance 2017.)

Uusi elämäntilanne, raskaus ja ajatus tulevasta synnytyksestä voivat herättää vanhemmissa epävarmuutta ja turvattomuutta. Nämä tunteet saattavat vaikuttaa negatiivisesti vanhemmaksi kasvamiseen, jonka seurauksena kiintymyssuhteen luominen voi olla haasteellista. Hoitohenkilökunnalla on merkittävä rooli tulevien vanhempien tukijana sekä rohkaisijana. (Hellmers, Metzinger, Niessen, Pinkert & Werner-Bierwisch 2018.) Vanhemmilla voi ilmetä huolenaiheita liittyen lapsen kasvattamiseen, kokonaisvaltaiseen kehitykseen, käyttäytymiseen, terveydentilaan ja omaan vanhemmuuden rooliin. Vanhemmille on tärkeää saada ammattilaisen tarjoamaa keskusteluapua tai muunlaista tukea vanhemmuuteen. (Crone, Fang, Fierloos, Hosman, Jansen, Jonkman, Raat, Van Mourik & Windhorst 2019.)

2.3 Kiintymysvanhemmuus vauvan syntymän jälkeen

Kiintymysvanhemmuus on vanhemmuuden tyyli, jossa lapsen yksilölliset tarpeet ja tunteet ovat tärkeä osa päivittäistä vanhemmuutta. Vanhemmat oppivat tuntemaan lapsensa paremmin ja näkemään maailman lapsensa silmin. (Sears & Sears 2017, 10–11, 26–28.)

Searsien teoria pohjautuu lastenpsykiatri John Bowlbyn luomaan kiintymyssuhdeteoriaan (Attachment theory). Bowlbyn mukaan pienen lapsen tulee kokea lämmin, intiimi sekä jatkuva suhde vanhempaan ja molempien osapuolien tulee kokea suhde hyvinvointia vahvistavana. (van der Horst, van Rosmalen, van der Veer & Zetterqvist Nelson 2019, 1–4.) Kiintymyssuhdeteoria tukee vuorostaan emotionaalista yhteyttä. Emotionaalisen yhteyden teoriassa kaksi yksilöä kokee suurta yhteyttä toisiinsa kohden. Perhesuhteissa emotionaalisen yhteyden teoria pyrkii vahvistamaan vanhempien ja lapsen terveyttä sekä sopeutumiskykyä. (Ludwig & Welch 2019.)

Kiintymysvanhemmuus on muutakin kuin lapsikeskeinen toimintamalli. Tavoitteena on mahdollistaa koko perheen hyvinvointi. Kiintymysvanhemmuus vahvistaa vanhempien kykyä ohjata ja auttaa lasta, sekä kehittää kykyä ratkaista erilaisia ongelmia. (Sears & Sears 2017, 26–28.)

2.4 Seitsemän vauvan V:tä

William ja Martha Sears ovat tehneet kiinnittymiseen työkalun nimeltä ”Seitsemän vauvan V:tä (kuva 1) (Sears & Sears 2017, 11). Opinnäytetyössä tarkastellaan kiintymyssuhdetta Searsien näkökulmasta.



Kuva 1. Seitsemän vauvan V:tä. (Mukaillen Sears & Sears 2017, 11)

Varhainen kiinnittyminen tapahtuu heti synnytyksen jälkeen. Perheen yhteinen aika vahvistaa vauvan sekä vanhempien luottamusta sekä kiintymistä toisiinsa. (Sears & Sears 2017, 12–15.) Vauvan ollessa vanhempien iholla, herättää se neurologisia tuntemuksia, joiden tehtävänä on varmistaa biologisten perustarpeiden täyttyminen (Anderson, Bergman, Medley & Moore 2016).

Vauvantahtinen imetys opettaa vanhempia tulkitsemaan lapsen tarpeita. Vauvan kantaminen vahvistaa kiintymyssuhdetta, sillä vauva on vanhemman lähellä ja näin vanhempi kuuntelee vauvan tarpeita herkemmin. (Sears & Sears 2017, 12–15.) Tutkimusten mukaan ihokontakti lisää äidillä maidon eritystä sekä lämmittää ja rauhoittaa lasta. Ihokontakti vähentää myös vanhemman ahdistuneisuutta. (Anderson ym. 2016.)

Vauvan kanssa nukkuminen vahvistaa suhdetta etenkin kiireellisillä vanhemmilla, joilla on antaa vähemmän aikaa vauvalle päivällä. Vanhemmat vastaavat vauvan itkuun, sillä se on vauvan tapa viestiä. (Sears & Sears 2017, 12–15.) Vauvan tarpeita pyritään ymmärtämään sekä vastaamaan oikea-aikaisesti siten, että vauvan ei tarvitse odottaa liian pitkään. Toisinaan vanhemmat tulkitsevat vauvan viestejä väärin, mutta tämä ei ole yksittäisinä kertoina haitallista suhteen kehittymiselle. Hyvän vuorovaikutuksen tunnusmerkkejä ovat katsekontakti sekä ilmeillä, eleillä ja äänenpainolla osoitettu mieltymys vauvaan. (Hastrup & Puura 2017, 103.)

Vanhempia kehoitetaan vaalimaan tasapainoa vauvan hoitamisen sekä omien että parisuhteensa tarpeiden rinnalla. Varo vauvakouluttajia -sääntö kehottaa vanhempia luottamaan itseensä ja siihen, että he tuntevat lapsensa parhaiten. Mahdollinen väärä opetus vauvan yksilölliset tarpeet huomioiden voi heikentää vauvan ja vanhempien välistä kiintymyssuhdetta. (Sears & Sears 2017, 12–15.)

2.5 Vanhemmuuden haasteet

Kiintymysvanhemmuudessa tärkeää on huomioida myös vanhempien oma hyvinvointi ja jaksaminen. Vanhempien uupuminen heijastuu koko perheen hyvinvointiin. Uupuminen voi johtua esimerkiksi ulkopuolisista paineista tai odotuksista vanhemmuuteen liittyen. Vanhempien kannattaa muistaa, ettei heidän tule pyrkiä täydelliseen vanhemmuuteen vaan vanhemmuuteen, joka vastaa heidän lapsensa tarpeisiin. (Sears & Sears 2017, 111–113, 117.)

Vanhempien tuodessa esiin uupumista ja kielteisiä tunteita vauvan hoitoon liittyen, on tärkeää keskustella vanhempien kanssa asiasta tarkemmin. Tarvittaessa perheelle tulee antaa apua ja tukea arjen pyörittämiseen. (Hastrup & Puura 2017, 106.) Vanhempien vastuunjaosta on hyvä keskustella, sillä usein lapsen hoito jää äidille. Isän voi olla haastava ottaa vanhemmuuden roolia, jos äiti ei ilmaise avuntarvetta. Vanhempia tulee kannustaa tasapuoliseen lapsen hoitoon toinen toistaan tukien. (Sears & Sears 2017, 119.) Isän osallisuudella vauvan hoitoon on merkittäviä vaikutuksia vauvan neurologiseen kehitykseen. Äidin stressitaso

laskee isän ottaessa vastuuta vauvan hoidosta ja näin äiti jaksaa paremmin keskittyä positiivisen suhteen luomiseen vauvan kanssa. Isän osallisuudella ehkäistään äitiyteen liittyviä haasteita, esimerkiksi synnytyksen jälkeistä masennusta. (Chung, Kang, Kim, Shim & Yee 2016.)

Isän perinataalinen masennus (paternal perinatal depression PPND) on raskauksen ja lapsen ensimmäiseen ikävuoteen liittyvä masennus (Chan, Conrad, Fletcher, Jones, O'Brien, McNeil & Wilson 2017). Äidit sairastuvat raskausajan- ja postnataaliseen masennukseen helpommin, jos äiti on sosiaalisesti eristynyt ja omaa heikon tukiverkoston (McLeish & Redshaw 2017). Vanhempien masennus voi heikentää perheen elämänlaatua, parisuhdetta, sosiaalisia verkostoja ja läheisiä ihmissuhteita. Masentuminen syrjäyttää vanhemmuuden positiivisia puolia ja tuo tilalle negatiivisia asioita, kuten välinpitämättömyyttä. (Chan ym. 2017.)

Lapsuudessa koettu laiminlyönti voi vaikeuttaa aikuisiällä luomaan lämmintä, huolehtivaa ja luotettavaa kiintymyssuhdetta. Lapsuusiän epäonnistunut kiintymyssuhde saattaa vaikeuttaa vanhemmuuden roolia ja suhteen luomista omaan lapseen. (Branjerdporn, Green, Meredith & Strong 2019.) Käsittelemättömät negatiiviset kokemukset voivat haitata vuosikymmenien ajan vanhemmuuteen kasvamista ja siinä kehittymistä (Hermanson 2012). Käsittelemättömänä lapsuuden traumat voivat vaikuttaa omiin vaatimuksiin vanhempana. Vanhempi saattaa kokea, ettei hänellä ole ollut roolimallia vanhemmuuteen. Lapsuuden kaltoinkohtelusta huolimatta useat vanhemmat kykenevät antamaan lapselleen turvallisen ja rakastavan kodin. (Brennan, Brown, Chamberlain, Gee, Clark, Hokke, Ralph, Stansfield & Sutcliffe 2019.)

Vanhemmuuden ja arjen keskellä parisuhde muuttuu. Parisuhteen huolehtiminen voi jäädä toissijaiseksi arjen pyörittämisen takia. (MLL 2018a.) Parisuhde sisältää rakkautta, yhteistyötä ja avunantoa, siksi se on yksi merkittävimmistä suhteista (MLL 2018b). Vanhempien parisuhteen vuorovaikutus- ja tunnetaidoilla on vahva yhteys lapsen hyvinvointiin. Lapsi ottaa ihmissuhde- ja vuorovaikutusmalleja vanhempiensa parisuhteesta. Vanhemmuutta ja parisuhdetta tulee tukea, jotta per-

heen hyvinvointi vahvistuisi. (Pelkonen 2019.) Synnytyksen jälkeinen siirtymävaihe vaatii fyysistä, psyykkistä sekä sosiaalista sopeutumista parisuhteelta (Kazemnejad, Mozdarani, Parvanehvar & Tehranian 2020).

2.6 Kiintymyssuhdemallit

Vuorovaikutus käsittää kaiken toiminnan, jota lapsi ja vanhempi tekevät yhdessä. Vuorovaikutussuhde on edellytys tunnekokemuksille, muistoille, käyttäytymiselle ja sosiaalisten suhteiden luomiselle. Vuorovaikutussuhteen kanssa samanaikaisesti syntyy kiintymyssuhde, joka ohjaa lasta toimimaan yksilönä ja eri ihmissuhteissa. (Puura ym. 2018.)

Mary Ainswort loi kolme kiintymyssuhdemallia 1960-luvulla, joita ovat turvallinen-, välttelevä- ja ristiriitainen kiintymyssuhde. Myöhemmin luotiin myös organisoitumaton kiintymyssuhde niille lapsille, jotka eivät käytökseltään sovi edellisiin suhteisiin pitkään jatkuneen kaltoinkohtelun takia. (Kalland & Sinkkonen 2016, 75–80.)

Turvallisessa kiintymyssuhteessa lapsi voi tuoda esiin kaikki haluamansa tunteet vuorovaikutustilanteessa ilman hylkäämisen tai pelon tuntemista. Välttelevässä kiintymyssuhteessa lapsen tulee selvittää itsenäisesti voimakkaiden tunteiden kanssa. Lapsi kokee jäävänsä yksin, joten hän ei tuo esiin kaikkia tunteitaan. Vuorovaikutus jää vajavaiseksi, sillä lapsi ei halua rasittaa vanhempiaan tunteillaan. Ristiriitaisessa kiintymyssuhteessa lapsi saa toisinaan vanhemman tuen tunteiden käsittelyyn ja toisinaan ei. Lapsi ei tiedä, milloin ja millaiset tunteet ovat sallittuja. Vuorovaikutussuhde on vanhemman vallanalainen, tuskainen, kyllästynyt ja negatiivinen. (Kalland & Sinkkonen 2016, 75–80.)

Organisoitumattomassa kiintymyssuhteessa lapsi käyttäytyy ja sopeutuu kasvuolosuhteisiinsa omalla tavallaan. Poikkeava kasvuolosuhde näkyy lapsen käytöksessä erikoisena jopa häiriintyneenä, mutta lapsi kokee sen kotonaan olevan paras mahdollinen selviytymiskeino. Vuorovaikutustilanteissa lapsi voi olla valpas, jähmettynyt, ahdistunut, neuvoton tai jopa itsetuhoinen. Aikuinen ei välttämättä

tiedosta omia tunteitaan vuorovaikutustilanteessa. Esimerkiksi hän voi puhua lämpimästi, mutta nonverbaali viestintä on aggressiivista. (Kalland & Sinkkonen 2016, 75–80.)

3 Lapsen psykososiaalinen kasvu ja kehitys

3.1 Psykososiaalinen kehitys

Psyykinen kehitys koostuu aivojen kypsymisestä, perintötekijöistä, fyysisestä kehityksestä ja vuorovaikutuksesta ympäristöön. Psyykkisen kehityksen osa-alueita ovat tunteiden ja käyttäytymisen säätely, sosiaaliset- ja kommunikaatiotaidot, kognitiivinen kehitys, moraalinen kehittyminen ja seksuaalisuuden kehittyminen. (Aronen, Carlson, Mäntymaa, & Puura 2016, 23–35.)

Psyykkisessä kehityksessä viitataan siihen, miten lapsi ilmaisee tunteitaan, käyttäytyy, keskittyy, oppii sekä hallitsee stressaavia tilanteita. Lisäksi tarkastellaan sitä, millainen käsitys lapsella on itsestään, kyvyistään ja ympäristöstään. (Mielenterveystalo 2020a.)

3.2 Käyttäytymisen säätely ja sosiaaliset taidot

Aluksi lapsen kyky itsenäiseen tunteiden sekä tarpeiden säätelyyn on rajallinen ja hän tarvitsee siinä vanhemman apua. Vanhempi havaitsee, ymmärtää ja vastaa lapsen kommunikaatioon ja tarpeisiin. (Puura, Riihonen & Sannisto 2018.) Lapsi oppii sekä sisäistää vanhempiensa kanssa koetut säätelymallit ja kyky itsenäiseen tunteiden säätelyyn kehittyy (Aronen ym. 2016, 23–35).

Vanhemman positiiviset ja negatiiviset tunnetilat vaikuttavat lapsen tunteisiin, joten niiden jakaminen vanhemman ja lapsen välillä on edellytys terveelliseen psyykkiseen kehitykseen. Myös negatiiviset tunnetilat auttavat lasta kehittymään

psykkisesti, jos tunnetila käsitellään lapsen kanssa yhteisymmärryksessä. (Aronen ym. 2016, 23–35.)

Sosiaaliset taidot voidaan jakaa useaan alaluokkaan, joita ovat tunnetaidot, siokognitiiviset taidot, sosiaaliset taidot sekä kiintymyssiteet. Lapsen tulee osata ikätasonsa mukaisesti tehdä havaintoja, tulkintoja, ratkaisuja ja arviointeja sosiaalisista tilanteista. Lapsen tulee kyetä vastavuoroiseen keskusteluun, jakamiseen, auttamiseen ja yhteistyöhön muiden kanssa. Lapsella tulee olla empatia taitoja muita kohtaan sekä kyky ymmärtää omia tunteitaan. (Ahonen, Lyytinen, Lyytinen, Nurmi, Pulkkinen, & Ruoppila 2014.)

Onnistuneen sosiaalisen vuorovaikutuksen edellytys on mentalisaatiokyky ja empatiakyky. Keskenään kyvyt ovat hyvin samanlaisia ja niitä käytetään yhtä aikaa, kuitenkin ne ovat eri asioita. Empatia ja mentalisaatio aktivoivat eri aivoalueita. Empatia tarkoittaa kykyä jakaa sekä ymmärtää toisten tunteita silloinkin, kun itseensä ei kohdistu vastaavaa ulkoista ärsykettä. Empatiassa tunnetila koetaan samalla tavalla, kuin näkee toisen kokevan. Mentalisaatio tarkoittaa kykyä ymmärtää omat sekä toisten teot ja käyttäytyminen, joita ohjaavat tavoitteet, asenteet ja uskomukset. (Aronen ym. 2016, 23–35.)

Lapsella mentalisaatiokyky kehittyy vanhempien ja sisarusten kanssa käydyissä vuorovaikutustilanteissa. Lapsi tekee havaintoja perheestään ja siitä, miten he käyttäytyvät erilaisissa tilanteissa. Toistuvien kokemusten kautta lapsi luo mielikuvia perheenjäsenistään ja siitä millaisia käyttäytymismalleja heillä on lasta kohtaan. Samalla lapsi luo mielikuvaa itsestään ja siitä, miten hänen kuuluu toimia eri tilanteissa. (Aronen ym. 2016, 23–35.)

Empatian tunnetilat voidaan jakaa perustunteisiin sekä moraalisiin tunteisiin. Perustunteita ovat esimerkiksi ilo, suru ja kipu. Moraalisia tunteita ovat syyllisyys, rakkaus ja nolostuminen. Empatiataidon kehittyminen on tärkeää, sillä sen tehtävä on johdattaa käyttäytymään epäitsekkäästi sekä toisten hyväksi. (Aronen ym. 2016, 23–35.)

Parin vuoden ikäisenä lapsi ymmärtää mielentiloista haluamisen, aikomisen, tietämisen, kuvittelemisen ja uskomisen. Näiden ymmärtäminen ohjaa lapsen käyttäytymistä itseään ja muita kohtaan. (Aronen ym. 2016, 23–35.)

Lapsen sosiaaliset taidot alkavat monipuolistua kolmen vuoden ikäisenä ja silloin hän kykenee paremmin hahmottamaan itseään, toisia ihmisiä sekä ympäristöään. Kaverisuhteiden, ryhmään kuulumisen ja leikin kautta lapsi oppii sosiaalisia taitoja kuten muiden huomioimisen ja oman käyttäytymisen. (Ahonen ym. 2014.) Neljän vuoden iässä lapsi alkaa tietoisesti havaitsemaan ja ymmärtämään mielentiloja sekä niihin liittyviä merkityksiä sekä käyttäytymismalleja. (Aronen ym. 2016, 23–35.)

3.3 Seksuaalisuus ja sukupuoli

Seksuaalinen kehitys tapahtuu fyysisen, sosiaalisen ja psyykkisen kehityksen rinnalla. Seksuaalinen kehitys alkaa jo vastasyntyneellä vauvalla. Puolivuotiaaksi asti lapsi kokee seksuaalisuuden läheisyytenä, halailuna ja lempeinä kosketuksina. Lapsi koskettelee itseään ja sukupuolielimiään tarkoituksena tutustua omaan kehoon. Vuoden ikäisenä hän osoittaa rakkaudentunteitaan esimerkiksi silmiin katsomalla, ihastuneella äänellä sekä hassuttelevilla eleillä. Parin vuoden iässä lapsi alkaa muodostamaan sukupuoli-identiteettiään sekä opettelemaan tyttöjen ja poikien eroja. Hän tutkii enemmän omaa kehoaan ja sukupuolielimiään sekä on kiinnostunut muiden ihmisten kehoista. Lapsen ollessa 3–4 vuoden ikäinen hän pystyy puhumaan seksuaalisuudesta ja ymmärtämään erilaisuutta. Lapsi luo käsitteitä ihmissuhteista käyttäen vanhempien välistä parisuhdetta. Lapselle on hyvä opettaa tunteiden sanottamista, mitkä asiat tuntuvat hyviltä tai pahoilta. Lasta on tärkeä tukea seksuaalisuuteen liittyvissä asioissa, esimerkiksi sallimalla hänelle seksuaalisuutta käsittelevät leikit sekä piirustukset ja opettamalla hänelle kehon osien oikeat nimitykset. Lapsi haluaa tietää erilaisista perheistä ja parisuhteista sekä mistä hän on tullut. Kysymyksiin kuuluu vastata lapsen kehitystason mukaisesti. (Ala-Luhtala & Ryttyläinen-Korhonen 2017, 184–185.)

Sukupuoli-identiteetti ja seksuaalinen suuntautuminen ovat eri asioita. Sukupuoli on henkilökohtainen tunne siitä, onko lapsi tyttö, poika vai jotain muuta. Sukupuoli voidaan määrittää juridisesti, sosiaalisesti, kulttuurisesti tai psyykkisesti. Se voi olla geneettistä, anatomista, hormonaalista tai neurologista. Kokemuksena sukupuoli voi olla kehollista, aistillista, tunneperäistä tai kognitiomaista. (Hakulinen, Onwen-Huma, Pulkkinen, Sandt, & Varsa 2017, 33–35.)

Lapsi ei välttämättä koe sukupuoltaan samaksi, mitä kehollisesti näyttää. Lapsen identiteetin kannalta on tärkeää kannustaa ja tukea häntä kokeilemaan erilaisia tapoja sukupuolen ilmaisuun. Alle 6-vuotiaista noin 5–10 %:lla on toive tai kokemus olla eri sukupuolta, mihin on syntynyt. Lapsena luodut ajatukset omasta sukupuolesta eivät välttämättä säily aikuisuuteen asti. Stereotyyppiset käsitykset sukupuolen roolista vaikuttavat lapsen ajatteluun ja toimintaan siten, mikä on sopivaa hänen sukupuolelleen, vaikka se ei muuten tuntuisi itselle luonnolliselta. Sukupuoleen kohdistuvat asenteet vaikuttavat lapsen kehitykseen sekä minäkuuvan luontiin ja itsensä ilmaisuun. Vanhempien on hyvä käydä keskustelua ja pohtia, vaativatko he omalta lapseltaan asioita ja osaamista sukupuolen perusteella. (Hakulinen ym. 2017, 12, 30–31.)

Lapsen kasvua sukupuoleen voidaan tukea sukupuolitietoisella kasvatuksella, keskustelemalla ja pohtimalla asiaa tarvittaessa ammattilaisten kanssa (Hakulinen ym. 2017, 33–35). Sukupuolitietoinen kasvatusta perustuu yksilön herkkyyteen ja persoonallisuuteen. Kasvatuksessa vältetään luomasta lapselle valmis käsitys hänen sukupuolestaan ja siihen liittyvistä oletuksista. Lapselle tarjotaan mahdollisuus tehdä asioita ja valintoja sukupuoleen katsomatta. (Hakulinen ym. 2017, 63.) Lapsen kokemaa sukupuolta ei voida muuttaa mitätöinnillä tai ohjauksella. Vanhempien kielteinen asenne lapsen sukupuolesta voi aiheuttaa lapselle mielenterveysongelmia, emotionaalista eristäytymistä, ulkopuolisuuden tunnetta, itseilmaisun ongelmia ja haasteita tunteiden kontrolloinnissa. Kielteinen asenne voi vaikuttaa myös perheen sisäisiin suhteisiin. (Hakulinen ym. 2017, 33–35.)

3.4 Leikki kehityksen tukena

Leikkiminen on yksi merkittävimmistä tekijöistä lapsen terveelle kehitykselle. Leikkiessä lapsi saa harjoitusta psykososiaalisiin osa-alueisiin kuten tunne-, kognitiivisiin- sekä sosiaalisiin taitoihin. (Achterberg, Benders, Duijff, Engels, Grootenhuis, Hillegers, Lesscher, Nijhof, van der Brug, van der Ent, van der Net, van de Putte, van Geelen, Vanderschuren, Veltkamp, Vinkers & Wierenga 2018.) Leikin avulla lapsi oppii ajattelemaan, oppimaan ja tekemään ongelmanratkaisuja. Se edistää kielellisiä taitoja, kommunikaatiota, sosiaalisia taitoja, moraalien ja emotionaalista kehittymistä, luo tunnekokemuksia ja vahvistaa luovuutta sekä mielikuvitusta. (Koivula & Laakso 2017.) Leikki kehittää lapsen yhteistyökykyä sekä neuvottelutaitoja muiden kanssa. Lisäksi se kehittää lasta selviytymään erilaisista haasteista. (Achterberg ym. 2018.) Leikki on fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen toiminta, joka vaikuttaa lapsen koko persoonaan ja minäkuvan muodostamiseen (Koivula & Laakso 2017).

Lapsen ollessa 8–10 kuukauden ikäinen, hän alkaa käyttämään leluja vastavuorisen leikin luomiseksi. Vuoden ikäisenä lapsi antaa leluja hänen kanssaan leikkineelle. Noin puolentoista vuoden iässä lapsi kiinnostuu päivittäisistä arkiaskareista ja osallistuu niihin omalla tavallaan. Lapsi matkii vanhempien toimintaa. Kolmeen ikävuoteen asti lapset leikkivät keskenään rinnakkaisesti, eli eivät juurikaan välitä toistensa leikeistä, vaikka lelut olisivat yhteisiä. Neljävuotiaana lapsi alkaa leikkimään yhteisleikkejä ja etenkin erilaisia roolileikkejä. (Haataja 2018, 22.)

Leikin kautta lapsi oppii säätelämään toimintaansa todellisen maailman ja leikin välillä. Leikkiessä lapsi muodostaa kuvitteellisen tilanteen ja mukautuu leikin rooliin. Hän noudattaa leikin sääntöjä, jotta leikin juoni etenee, vaikka säännöt eivät olisi aina mieluisia. Tämä vahvistaa lapsen itsesäätelyä sekä muiden huomioon ottamista. Lapsi jäljittelee paljon leikkiinsä todellisessa maailmassa tapahtuvia asioita, tilanteita sekä ihmisiä. (Koivula & Laakso 2017.)

Leikki mahdollistaa lapsen aktiivisen osallistumisen, valintojen tekemisen ja omien toiveiden toteuttamisen (Koivula & Laakso 2017). Lisäksi leikin kuuluu

mahdollistaa turhautumisen ja pettymyksen tunteet sekä niiden käsittelyn (Achterberg ym. 2018). Lapsi osallistuu leikin juonen suunnitteluun ja valitsee roolin, joka toimii hänen toiveidensa mukaan. Aikuinen voi tukea leikin kautta lapsen kehitystä osallistumalla leikkiin suunnittelemalla ja osittain ohjaamalla leikin suuntaa. (Koivula & Laakso 2017.) Leikin kuuluu olla lapsilähtöistä, mutta aikuinen voi tukea leikin etenemistä. Aikuisen tulee kuitenkin ottaa huomioon lapsen näkökulma leikin juoneen. Yhteisessä toiminnassa lapsi ylittää yksilölliset rajoitteet ja on motivoitunut uuden oppimiseen. (Koivula & Lehtinen 2017.)

4 Yhteiskunta perheiden tukena

4.1 Hoitotyön ammattilaiset perheen tukena

Hoitotyön ammattilaisilla on keskeinen rooli vanhemmuuden tukijana moniammatillisessa työyhteisössä, sillä heiltä löytyvät näkemykset perheiden tarpeista hoidon eri tasoilla. Hoitotyön ammattilainen ohjaa, auttaa ja valmistelee vanhempia vanhemmuuden roolissa raskausaikana sekä vauvan syntymän jälkeen aina lapsen aikuistumiseen asti. (Abreu, Fracoli, Gomes, de Oliveira Reticena, Siqueira & Yabuchi 2019.)

Brasiliassa tehdyn systemaattisen katsauksen mukaan hoitotyön ammattilaisen rooli perhehoitotyössä voidaan jakaa yhdeksään luokkaan, joita ovat 1) vanhemmuuden roolin tukeminen, 2) terveystarkastuksien yhteydessä annettava ohjaus ja tuki, 3) ohjaus turvallisen ympäristön järjestämiseen, 4) perhehoitotyön teorian, periaatteiden sekä menetelmien soveltaminen, 5) terapeuttisten suhteiden kehittäminen, 6) asiantuntijuus äitiys- ja lastenneuvolassa, 7) tukiverkon luominen, 8) ohjaus uuteen elämänvaiheeseen ja 9) hoitotyön toteuttaminen käytännössä. (Abreu ym. 2019.)

Neuvolakäyntejä tarjotaan alle kouluikäisille lapsille, raskaana oleville sekä äskettäin synnyttäneille naisille. Äitiys- ja lastenneuvolan tarkoitus on seurata ja edistää koko perheen hyvinvointia sekä terveyttä. Neuvolakäynneillä seurataan

raskautta, lapsen terveydentilaa, vanhempien hyvinvointia ja annetaan tukea vanhemmuuden tehtävään. Raskausaikana sekä synnytyksen jälkeen myös äidille tehdään terveystarkastuksia. Odottavalle äidille ohjataan raskauden seuranta kotona sekä kuinka tunnistaa raskauteen liittyviä komplikaatioita ja miten niiden kanssa kuuluu edetä. Vanhempia neuvotaan tarkkailemaan lapsen terveydentilaa ja oireita. Terveystarkastusten lisäksi vanhemmille annetaan yleistä terveysneuvontaa liittyen imetykseen, ruokasuosituksiin, hygienian hoitoon sekä tartuntatautiin hoitoon ja ehkäisyyn. (Abreu ym. 2019; Hakulinen 2019, 20.)

Vanhemmuuden roolista aletaan puhumaan jo raskausaikana ja tehdään yhdessä vanhempien kanssa suunnitelmia liittyen synnytykseen, vauva-arkeen, varhaislapsuuteen sekä perhe-elämän muutokseen (Abreu ym. 2019; Hakulinen 2019, 21). Vanhempien kanssa keskustellaan heidän välisestään parisuhteesta ja vanhemmuuden haasteista. Ammattilainen pyrkii tunnistamaan yhdessä vanhempien kanssa mahdollisia ongelmia, joihin perhe tarvitsee kohdennettua tukea, hoitoa ja apua. (Abreu ym. 2019; Hakulinen 2019, 20.) Vanhempien kanssa keskustellaan myös heidän omasta lapsuudestaan sekä millaisia vanhempia he itse haluavat olla. Lisäksi heidän kanssaan käydään keskustelua kiintymyssuhteesta ja sen luomisesta. (Hakulinen 2019, 21.)

Hoitotyön ammattilainen tarjoaa vanhemmille myös emotionaalista tukea. Perheen toiveet ja tarpeet tulee kohdata, jotta voidaan antaa oikeanlaista tukea sekä palveluita. Vanhemmille annetaan keskusteluapua ja kannustetaan heitä tuomaan esiin kokemiaan tunnetiloja. Hoitaja kunnioittaa vanhempien näkemyksiä sekä lapsen kasvatusta ja kannustaa vanhempia valinnoissaan, elleivät ne ole lapselle vaaraksi. (Abreu ym. 2019.)

Perhettä kannustetaan ja autetaan luomaan sekä ylläpitämään ihmissuhteita lapsiarjesta huolimatta. Usein vanhemmilla on tukiverkosto omasta takaa, mutta tarvittaessa hoitaja voi suositella erilaisia tapahtumia, kerhoja tai tilaisuuksia mistä on mahdollisuus löytää tukiverkosta. Lisäksi hoitaja antaa ohjausta myös sosiaalipalveluista. (Abreu ym. 2019.)

Hoitotyön ammattilainen kohtaa myös haastavia ja monimutkaisia tilanteita, joissa hänen tulee osata toimia protokollien mukaan. Ammattilaisen tulee osata tehdä erilaisia klinisiä toimenpiteitä, joita neuvolassa tai vastaanotolla vaaditaan. Ammattilaisen tulee osata ohjata perhe oikeiden palveluiden piiriin. Hoitotyön ammattilaisen ohjeiden ja neuvojen tulee perustua tieteellisiin menetelmiin ja hoitosuositukseen. (Abreu ym. 2019.)

Terveydenhuollon toteuttaminen sisältää neuvolakäyntien lisäksi myös kotiin annettavaa hoitoa, tukipuhelimia ja erilaista keskusteluapua (Abreu ym. 2019). Neuvolan kautta perheelle voidaan järjestää kotiin apuja perhetyöntekijän tai kotikäyntien kautta (Hakulinen 2019, 21). Kotikäynnit antavat tarkemman kuvan perheen arjesta ja ympäristöstä, jolloin myös perheen tuen tarpeet tulevat paremmin esille. Kotikäynnillä tuetaan vanhempien pystyvyyden tunnetta, stressin hallintaa sekä perheen vuorovaikutusta. (Hakulinen 2019, 25.)

Perhetyö tarkoittaa perheen kotiin tuotavaa palvelua, jossa perhetyöntekijä antaa keskusteluapua tai tukea arjen toimintaan (Mielenterveystalo 2020b). Perhehoitotyöntekijät ovat terveydenhuollon ammattilaisia. Perhehoitotyön tavoitteena on tukea ja auttaa lapsiperheitä lapsen kasvatustehtävässä sekä arjen toiminnoissa. Perheen hyvinvointia voidaan vahvistaa säännöllisillä tapaamisilla ammattihenkilöiden kanssa. Tapaamisilla voidaan keskustella yleisesti perheen tilanteesta, lapsen kasvun tukemisesta, vanhemmuudesta sekä heidän parisuhteestaan. (Hammar, Storvik-Sydänmaa & Tervajärvi 2019, 86–87.)

4.2 Järjestöjen tuki vanhemmuuteen

Järjestöillä on merkittävä rooli vanhemmuuden tukijana sekä palvelumuotojen kehittäjinä. Järjestöt pääsevät työssään lähelle perheiden arkea ja pystyvät näin kehittämään perheelle suunnattuja palveluita ja toimintaa. Järjestöjen näkyvyys on tärkeää huomioida ammattilaisten rinnalla. Yhteistyöllä palvelut saadaan suunnattua tukemaan kaikenlaisia perheitä, lapsia sekä nuoria. (Heiskanen, Helamaa, Laru, Muuronen, Salmi, Satuli-Kukkonen & Ukkonen-Wallmeroth 2019, 35.)

Järjestöt monipuolistavat palvelujen tarjontaa perheiden tarpeiden sekä voimavarojen mukaan sekä tekevät ennaltaehkäisevää lastensuojelutyötä (Hastrup ym. 2019, 5–9). Palvelut voivat olla henkilökohtaisesti kohtaavia, sähköisiä tai neuvolassa jaettavia erilaisia oppaita tai esitteitä (Heiskanen ym. 2019, 31). Järjestöt muodostavat lapsiperheille soveltuvia ympäristöjä ja ryhmätoimintaa matalan kynnyksen periaatteella (Hastrup ym. 2019, 2–9). Lapsiperheille muodostetaan tukiverkostoja ja ehkäistään arjen ongelmien kasaantumista. Vanhemmuuden haasteisiin järjestöt tarjoavat vertaistukiryhmiä, perhekahvilatoimintaa ja lastenhoitoapua. Järjestöjen kouluttamien vapaaehtoisten sekä vertaisten antama tuen perheet voivat kokea jopa tärkeimpänä tukimuotona. (Heiskanen ym. 2019, 31–33.)

Järjestöt ovat luoneet runsaasti erilaisia toimintamalleja, joilla voidaan vastata erilaisten perheiden tarpeisiin. Järjestöiltä löytyy asiantuntijuutta monimuotoisiin perheisiin, perheen haasteisiin sekä vanhemmuuden tukemiseen. Järjestöjen rooli etenkin erityisteemojen osajina ja tiedon jakajina on valtakunnallisesti merkittävää. (Heiskanen ym. 2019, 31–32.)

Perheiden tukemisen lisäksi järjestöt tuottavat materiaalia sekä koulutusta myös ammattilaisille. Ammattilaisten tietämyksen lisäämisen sekä asenteisiin vaikuttamisen kautta vahvistetaan perheiden yhdenvertaisuutta sekä hyvinvointia. (Heiskanen ym. 2019, 33.) Järjestöjen ja ammattilaisten yhteistyötä kehitetään hallitusohjelman mukaisella Lapsi- ja perhepalveluiden (LAPE) muutosohjelmalla, joka toteutetaan vuosina 2016–2022. Ohjelman yksi tavoite on luoda julkisen, yksityisen, seurakunnan ja kolmannen sektorin tarjoama palvelukokonaisuus, joka edistää hyvinvointia ja antaa tukea lapsiperheille. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2020; Hastrup ym. 2019, 2–9.)

5 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tehtävät

Opinnäytetyön tarkoituksena on saada tietoa, miten perheet kokevat Aamukahvit ja asiaa -tilaisuuden vaikuttavan vanhemmuudessa vahvistumiseen. Opinnäytetyön tavoitteena on hyödyntää saatuja tutkimustuloksia tilaisuutta suunniteltaessa sekä kehittäessä, jotta se palvelee perheiden tarpeita ja vahvistaa hyvinvointia.

Opinnäytetyön tutkimustehtävänä on selvittää:

1. Millaista tukea ja neuvoa tilaisuudessa käyneet vanhemmat ovat saaneet vanhemmuuteen kasvamiseen ja siinä kehittymiseen?
2. Millaista tukea ja neuvoa tilaisuudessa käyneet vanhemmat ovat saaneet lapsen psykososiaaliseen kasvuun ja tukemiseen?
3. Millaisia kehittämisideoita vanhemmilla on tilaisuuteen?

6 Opinnäytetyön menetelmälliset valinnat

6.1 Laadullinen tutkimusmenetelmä

Laadullinen tutkimusmenetelmä tarkastelee ihmisten välistä merkitystä. Merkitykset muodostavat merkityskokonaisuuden, jossa tutkitaan ihmisestä lähtöisin sekä ihmiseen päättyviä tapahtumia. Tutkittavat asiat ovat toimintaa, ajatuksia ja päämääriä. Laadullisella tutkimuksella halutaan selvittää ihmisen henkilökohtaiset kuvaukset todellisuudesta. Laadullisen tutkimuksen tavoitteena ei ole löytää totuutta vastauksiin vaan ymmärtää ihmisten toimintaa ja saada siten uutta tietoa. Laadullinen tutkimus vastaa kysymyksiin mitä, miten ja millainen. Tutkijan kannattaa käyttää myös kysymyssanaa miksi. (Vilkkä 2017.)

Tässä opinnäytetyössä päädyttiin käyttämään laadullista tutkimusmenetelmää, koska tutkimuksessa tutkittiin tilaisuudessa kävijöiden henkilökohtaisia kokemuksia tilaisuudesta.

6.2 Perheentalo

Pelastakaa Lapset – Rädda Barnen on vuonna 1922 perustettu sitoutumaton kansalaisjärjestö. Järjestö tekee työtä Suomessa edistämällä lasten oikeuksia ja parantamalla lasten asemaa. Järjestöllä on erilaisia asiantuntijapalveluita niin perheille kuin ammattihenkilöille. Pelastakaa Lapset järjestävät Joensuun, Kuopion ja Iisalmen alueella kaikille avoimia Perheentaloja. (Pelastakaa Lapset ry, 2019.)

Perheentalot ovat avoimia kaikille perheille ja tarkoituksena on kohdata lapsiperheitä ja saada tukea perheen arkeen. Perheentalot tukevat julkisen sektorin sekä yrittäjien järjestämiä palveluita ja täydentävät perhekeskuksia. Toiminnan tavoitteena on vahvistaa perheiden hyvinvointia ja mahdollistaa lapsiperheiden osallisuutta. Perheentalot tarjoavat tietoa lapsiperheille suunnatuista palveluista, järjestävät virikkeitä sekä mahdollistavat vertaistuen ja ammattihenkilöiden antaman ohjauksen. (Hastrup ym. 2019, 9.)

Joensuun Perheentalolla järjestettävään Aamukahvit ja asiaa -tilaisuuteen ovat tervetulleita vanhemmat, tulevat vanhemmat ja lapsiläheiset sekä aiheesta kiinnostuneet. Tilaisuuden ajaksi lapsille järjestetään lastenhoitoa. (Joensuun perheentalo 2020.) Joensuun Perheentalo kehittää jatkuvasti toimintaansa, joten myös siksi Perheentalo halusi lähteä toimeksiantajaksi tähän opinnäytetyöhön.

6.3 Aineiston hankinta sähköisellä haastattelulomakkeella

Tutkimusaineistoa voidaan kerätä monella tavalla esimerkiksi haastattelulla. Laadullisen tutkimuksen tutkimushaastattelu voidaan suorittaa lomakehaastatteluna, teemahaastatteluna sekä avoimena haastatteluna. Lomakehaastattelussa tutkija päättää ennalta kysymykset ja niiden järjestyksen, toki haastateltava täyttää lomakkeen haluamassaan järjestyksessä. Lomakehaastattelu toimii aineiston keräämisessä etenkin silloin, kun tutkimusongelma on suppea ja tavoitteena on ke-

rätä rajatut mielipiteet, näkemykset, käsitykset tai kokemukset. Haastattelulomakkeessa on hyvä kartoittaa tutkimusongelman määrittämät taustatiedot vastaajasta, jotta tutkija ymmärtää haastateltavan vastauksia. (Vilkka 2017.)

Aineisto saatiin käyttämällä sähköistä haastattelulomaketta (Liite 1). Sähköiseen lomakkeeseen päädyttiin yhdessä Perheentalon työntekijöiden kanssa. Aamukahvit ja asiaa -tilaisuuden jälkeen vanhemmat antavat lapsilleen ruokaa tai laitavat heidät päivänulle, joten vanhemmilla ei ole mahdollisuutta jäädä suulliseen haastatteluun tai täyttämään paikan päällä lomaketta. Tilaisuutta lähetetään videoyhteyden kautta Pohjois-Karjalan muihinkin kuntiin, joten sähköinen haastattelulomake mahdollisti myös muiden kuntien vanhempien osallistumisen lomakkeen täyttöön.

Sähköisessä kyselyssä etuna on visuaalisuus ja monipuolinen sekä miellyttävä ulkoasu. Haasteltava voi täyttää lomakkeen silloin kun hänelle sopii. Tieto siirtyy tutkijalle nopeasti ja säästää tutkijaa joiltakin työvaiheilta, mitä kuuluisi paperiseen lomakkeeseen. (Valli & Perkkilä 2018.)

Lomakkeeseen tuli 16 kysymystä, jotka jaettiin neljään osioon. Osiot käsittelivät vastaajien taustatietoja, tilaisuutta, vanhemmuutta ja lapsen psykososiaalista kasvua ja kehitystä. Kysymykset valittiin tämän opinnäytetyön teoriaosuuden pohjalta ja Perheentalon henkilökunnan esittämien toiveiden mukaan. Teoriaosuus muodostui tilaisuudessa vuosina 2019–2020 aikana käydyistä aiheista sekä vuosien 2016–2019 kävijöiltä kerätyn palautteen pohjalta. Haastattelulomakkeen kysymyksillä pyrittiin saamaan laajasti kävijöiden kokemuksia tilaisuudesta.

Aamukahvit ja asiaa -tilaisuuden työntekijät saivat ehdottaa lomakkeeseen laitettavia kysymyksiä, sillä tutkimustulosten pohjalta tilaisuuden toimintaa voidaan kehittää. Lisäksi lomaketta suostui esitestaamaan kaksi tilaisuudessa kävijää. Toinen esitestaajista ei vastannut lomakkeeseen. Muutoksia tehtiin yhden esitestaajan palautteen pohjalta. Lopullisen päätöksen haastattelulomakkeen kysymyk-

sistä on tehnyt opinnäytetyöntekijä. Haastattelulomake luotiin Google Forms -nimisellä sovelluksella. Kyseinen sovellus valittiin siksi, että se on helppokäyttöinen sekä ilmainen.

Tutkimusluvan myöntämisen jälkeen sähköisen haastattelulomakkeen linkki laitettiin pyynnöstäni näkyville Joensuun Perheentalon Facebook -sivuille ja tilaisuudessa kävijät pystyivät vastaamaan anonyymisti haastattelulomakkeeseen, silloin kun heille sopi. Lomakkeen yhteydessä julkaistiin saatekirje (Liite 2). Lomake oli auki kaksi (2) viikkoa, mutta niukan aineiston seurauksena pidensin aikaa neljään (4) viikkoon.

Alkuperäinen suunnitelma oli, että ennen lomakkeen julkaisua opinnäytetyöntekijänä olisin käynyt esittelemässä itseni ja opinnäytetyösuunnitelman Aamukahvit ja asiaa -tilaisuudessa. Suunnitelma muuttui, kun Covid-19-pandemia aiheutti koontumisrajoituksia.

Aineiston keruun aikana kävin Perheentalolla kaksi kertaa kannustamassa tilaisuudessa kävijöitä vastaamaan kyselyyn. Perheentalolla käydessäni avasin tietokoneelle haastattelulomakkeen ja saatekirjeen. Tämän kautta tuli muutamia vastauksia. Haastattelulomakkeen aukioloaikana lomaketta nostettiin useaan otteeseen Joensuun Perheentalon Facebook -sivuilla.

6.4 Aineiston käsittely ja analysointi

Sisällönanalyysi voidaan jakaa kolmeen analyysimuotoon, joita ovat aineistolähtöinen analyysi, teoriasidonnainen analyysi sekä teorialähtöinen analyysi (Puusa 2020). Sisällönanalyysi sopii kaikkiin laadullisen tutkimuksen menetelmiin. Sisällönanalyysillä voidaan analysoida kirjoitettua, kuultua tai nähtyä aineistoa. (Sara-järvi & Tuomi 2018.)

Tässä opinnäytetyössä käytettiin aineistolähtöistä sisällönanalyysia. Aineistolähtöinen analyysi pyrkii kuvaamaan tutkittavien merkitysmaailmaa. Tavoitteena on

ymmärtää tutkittavien toiminta- sekä ajattelutapoja merkityskokonaisuutena. (Vilkkä 2017.)

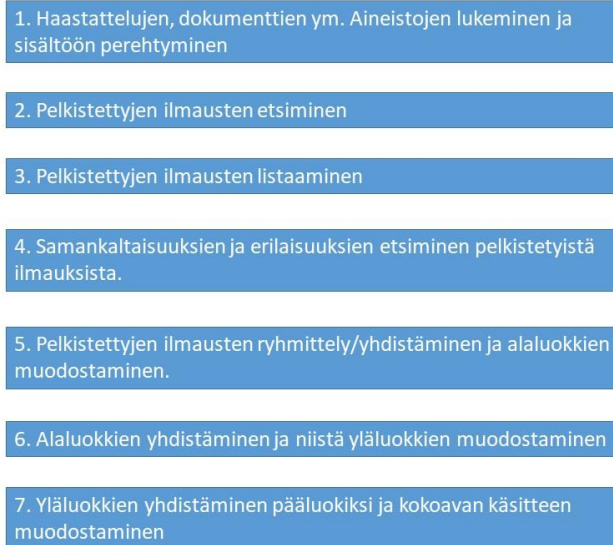
Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä analyysiyksiköt valitaan saadun aineiston pohjalta ajatellen tutkimuksen tarkoitusta sekä tehtävää. Aikaisempi tieto tai teoria ei ole analysointivaiheessa kovin suuressa merkityksessä, sillä analysoitava materiaali tulee tutkimusaineistosta. Teorian merkitys korostuu vain analyysia toteuttaessa. (Sarajärvi & Tuomi 2018.)

Käytännön osuus analyysissä alkaa tutustumalla tutkimusaineistoon. Ensivaikutelman tutkija on jo luonut kerätessään aineistoa. Aineistoon tulee syventyä huolellisesti sekä käsiteltävä vastaus yksittäisenä. Myöhemmin vastauksista kootaan kokonaisuus. (Puusa 2020.)

Tässä opinnäytetyössä haastattelulomakkeen kysymykset analysoitiin yksitellen. Tarkastelin vastauksia esitetyn kysymyksen kautta ja luin ne huolellisesti monta kertaa.

Tutkimusaineiston tutustumisen jälkeen päätetään aineistoyksikkö, joka voi olla sana, lause tai ajatuskokonaisuus. Tämän jälkeen lähdetään tekemään varsinaista analyysia. (Sarajärvi & Tuomi 2018.) Alkuperäisilmauksista poimin esitetyn kysymyksen ja opinnäytetyön tutkimustehtävän kannalta tärkeimmät asiat ja niistä muodostin pelkistetyt ilmaukset.

Aineistolähtöisen analyysin prosessi jaetaan karkeasti kolmeen osaan: 1) redusointi (pelkistäminen), 2) klusterointi (ryhmittely) ja 3) abstrahointi (teoreettisten käsitteiden luominen). (Kuva 2). (Sarajärvi & Tuomi 2018.)



Kuva 2. Aineistolähtöisen sisällönanalyysin prosessi yksityiskohtaisemmin (Mu-
kaillen Sarajärvi & Tuomi 2018).

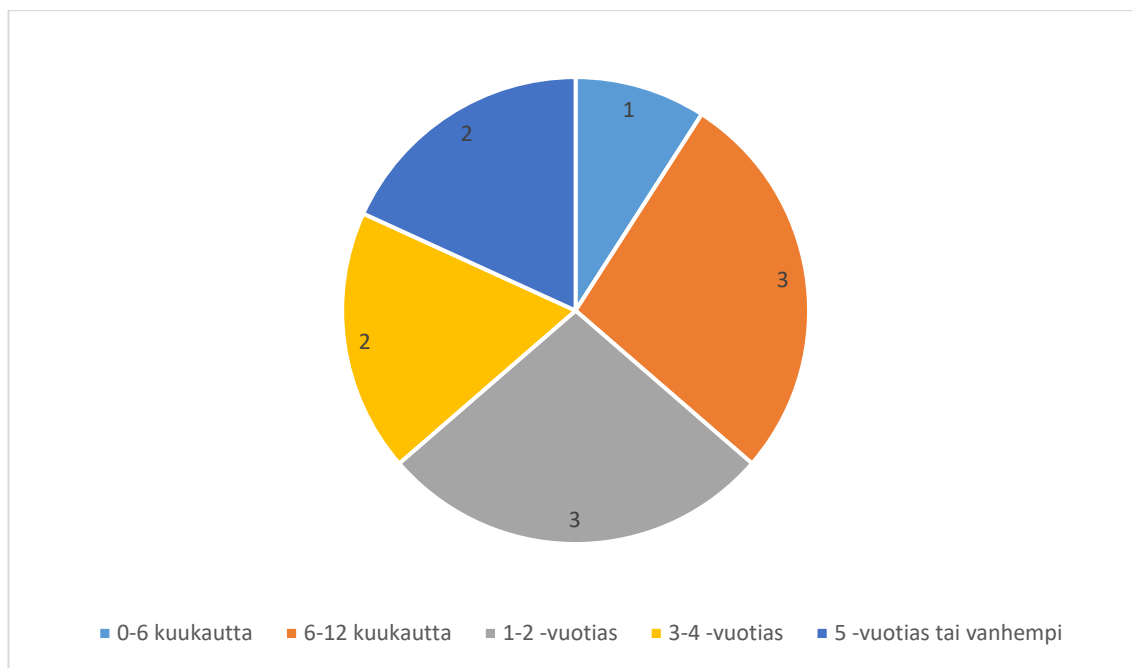
Listasin pelkistetyt ilmaukset ja muodostin niistä alaluokat. Alaluokat yhdistin ylä-
luokiksi. Yläluokat muodostivat pääluokan. Kokonaisuutta tarkastellen muodostin
jokaisen osioon sen kaikista pääluokista yhden yhdistävän luokan. Vastausten
analysoinnissa käytin apuna taulukointia. Esimerkki aineistolähtöisestä sisäl-
lönanalyysistä taulukkoa hyödyntäen on liitteessä 3. Taulukon avulla kokonaisuus-
den hahmottaminen oli selkeämpää ja tein luokitteluun vielä tarvittavia muutoksia
uusien tulkintojeni pohjalta.

7 Tutkimuksen tulokset

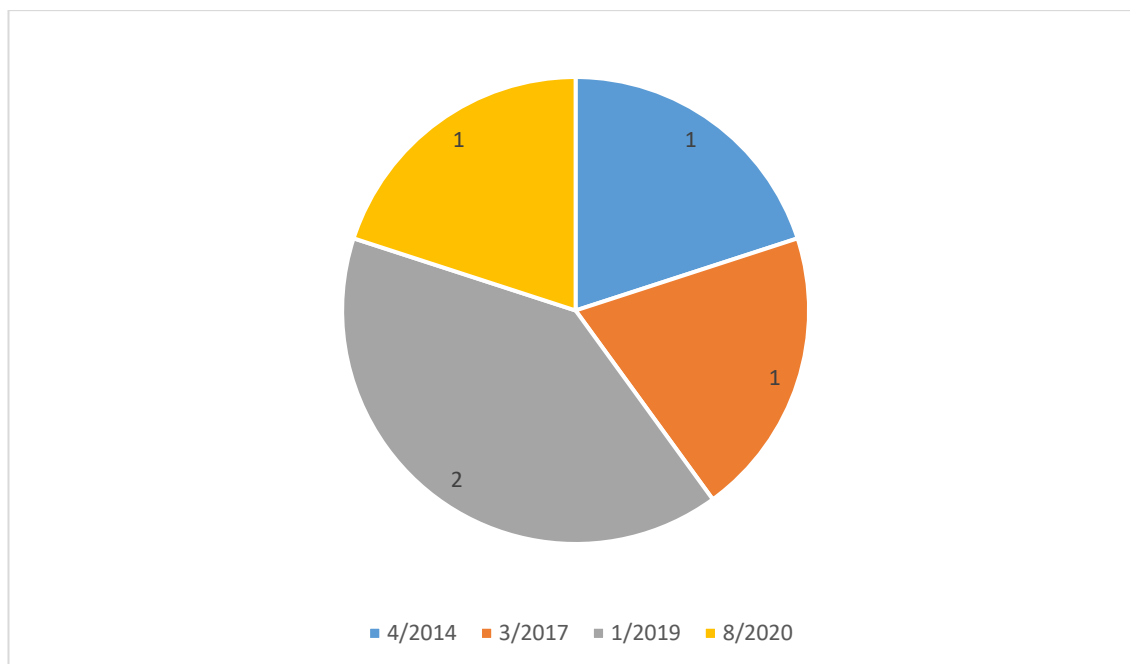
7.1 Vastaajien taustatiedot

Haastattelulomakkeeseen vastasi viisi (5) tilaisuudessa kävijää. Lomakkeen en-
simmäinen osio käsitteli vastaajien taustatietoja, ja kysymyksiin vastasivat kaikki
viisi vastaajaa. Kysymyksillä selvitettiin vastaajan suhde lapseen sekä vastaajan
lasten lukumäärä ja ikä. Lisäksi kysymyksillä selvitettiin, milloin vastaaja oli käy-
nyt ensimmäisen kerran Aamukahvit ja asiaa -tilaisuudessa.

Kaikki vastaajat olivat äitejä. Vastaushetkellä äideistä kolmella (3) oli 1–2 lasta ja kahdella (2) 3–4 lasta. Vastanneiden äitien lasten iät vaihtelivat 0–6 kuukaudesta yli 5-vuotiaisiin (Kuva 3). Vastaajien ensimmäiset käyntikerrat Aamukahvit ja asiaa -tilaisuudessa sijoittuivat vuosille 2014–2020 (kuva 4).



Kuva 3. Kaaviossa lasten ikäjakauma vastaushetkellä. Vastaajista yksi (1) vastasi lasten iäksi 0–6 kuukautta. Vastaajista kolme (3) vastasi lasten iäksi 6–12 kuukautta. Vastaajista kolme (3) vastasi lasten iäksi 1–2-vuotiaita. Vastaajista kaksi (2) vastasi lasten iäksi 3–4-vuotiaita. Vastaajista kaksi (2) vastasi lapsen iäksi 5-vuotiaita tai siitä vanhempia.



Kuva 4. Vastanneiden ensikäynnit tilaisuudessa kuukausi/vuosi. Vastaajista yksi (1) oli käynyt ensimmäisen kerran tilaisuudessa huhtikuussa 2014. Vastaajista yksi (1) oli käynyt ensimmäisen kerran tilaisuudessa maaliskuussa 2017. Vastaajista kaksi (2) oli käynyt ensimmäisen kerran tilaisuudessa tammikuussa 2019. Vastaajista yksi (1) oli käynyt ensimmäisen kerran tilaisuudessa elokuussa 2020.

7.2 Kokemuksia tilaisuudesta

Haastattelulomakkeen toinen osio käsitteli kysymyksiä tilaisuudesta. Osio koostui neljästä kysymyksestä. Kolmella ensimmäisellä kysymyksillä haettiin kokemuksia tilaisuudessa kohtaamisesta, voimavarojen saamisesta sekä vertaistuen saamisesta. Viimeiseen kysymykseen vastaajat saivat kertoa, millaisia muutoksia he toivovat tilaisuuteen. Viimeisen kysymyksen vastaukset esitellään luvussa 7.5 *Vastaajien toiveita tilaisuuteen*.

Ensimmäisellä kysymyksellä selvitettiin tilaisuudessa kävijöiden kokemuksia siitä, miten he kokevat kohtaamisen asiantuntijoiden ja Perheentalon henkilökunnan kanssa. Kaikki viisi (5) vastaajaa vastasivat kysymykseen. Vastauksissa kohtaamista kuvattiin aidoksi, ystävälliseksi ja lämpimäksi. Kävijät kokivat olonsa ter-

vetulleeksi. Kävijöiden mielestä kohtaaminen oli myös vertaistuellista, asiantuntevaa sekä lapset huomioon ottavaa. Kohtaamisesta tuli kävijöille hyvä mieli ja toimintaa kuvattiin erinomaiseksi. Vastauksista otettuja suoria lainauksia:

”Lämpimänä. Tulee tunne, että meidän perheemme arki/hyvinvointi kiinnostaa aidosti henkilökuntaa.”

”Lämmin vastaanotto ja tervetullut olo. Aina joku heti eteisessä toivottamassa tervetulleeksi ja ohjaamassa peremmälle. Mukava juttu!”

Näistä kokemuksista muodostui kolme alaluokkaa, joita ovat *myönteinen kohtaaminen, asiantuntijuus ja tyytyväisyys*. Alaluokat muodostivat kaksi yläluokkaa, joita ovat *vuorovaikutus ja ammatillisuus*. Yläluokat muodostivat yhdessä pääluokan *kokemukset kohtaamisesta*.

Osion toisella kysymyksellä selvitettiin, millaisena voimavarana tilaisuus koetaan. Kaikki viisi (5) vastaajaa vastasivat kysymykseen. Kävijät kokivat tilaisuuden antavan vertaistukea sekä itselleen hengähdystauon. Vastauksissa ilmeni, että muiden ihmisten tapaaminen koettiin myös voimavaraksi. Voimavarana kävijät mainitsivat myös saamansa ohjauksen, tiedon ja avun lapsen kasvatukseen ja hoitoon. Vastauksesta otettu suora lainaus:

”Vauvavuosisissa on niin paljon väsymystä ja yksin puurtamista, että ihana on nähdä ihmisiä, tulla matalalla kynnyksellä paikalle ja kuulla asiantuntijoilta ”oikeita asioita” faktoihin perustuen. Tekee hyvää äitiaivoille!”

Vastauksista muodostettiin neljä alaluokkaa, joita ovat *vertaistuki, sosiaaliset tilanteet, ohjaus lapsen kasvatukseen ja tuen saaminen lapsen hoitoon*. Alaluokat muodostivat kaksi yläluokkaa, joita ovat *ihmissuhteiden luominen ja ammattilaisen antama tuki*. Pääluokka on *verkostoituminen voimavarana*.

Osion kolmanteen kysymykseen haettiin vastauksia siitä, millaista vertaistukea tilaisuus on antanut. Kaikki viisi (5) vastaajaa vastasivat kysymykseen. Vastauksissa korostui ymmärrys, että oman perheen arjen haasteet ovat yleisiä monessa

perheessä. Tilaisuus antoi vertaistukea myös omaan henkilökohtaiseen tilanteeseen. Lisäksi vastaajat kokivat haasteet normaalimmaksi, kun olivat todenneet haasteiden samankaltaisuuden muiden perheiden kanssa. Vertaistueksi vastaajat mainitsivat myös tiedon saamisen esimerkiksi muista tukea antavista yksiköistä ja yhdistyksistä. Vastauksesta otettu suora lainaus:

”Omassa arjessa esiintyvät haasteet ovat aika samanlaisia kuin muissakin perheissä.”

Vastauksista muodostui kolme alaluokkaa, joita ovat *henkilökohtaiset tuntemukset arjen haasteista, arjen haasteet perheessä ja tiedon saaminen erilaisista tukimuodoista*. Alaluokista muodostui kaksi yläluokkaa, joita ovat *samankaltaiset haasteet arjessa ja tukimuodot*. Pääluokka on *vertaistuen saaminen haasteisiin*.

Osion vastausten kolmesta pääluokasta (*kokemukset kohtaamisesta, verkostoituminen voimavarana ja vertaistuen saaminen haasteisiin*) muodostettiin yksi yhdistävä luokka, joka on *tilaisuuden vaikutus perheen hyvinvointiin*.

7.3 Vanhemmuudessa vahvistuminen

Lomakkeen kolmas osio käsitteli vanhemmuutta. Osio koostui viidestä kysymyksestä. Neljällä ensimmäisellä kysymyksellä haettiin vastaajien kokemuksia siitä, millaista tukea ja tietoa he olivat saaneet vanhemmuuteen ja vanhemmuuden haasteisiin. Osiossa selvitettiin, miten vanhemmat olivat kokeneet tilaisuuden vaikuttavan vanhemmuudessa kasvamiseen ja kehittymiseen. Lisäksi osiossa selvitettiin tilaisuuden vaikutusta kävijöiden parisuhteeseen. Viimeisessä kysymyksessä vastaajat saivat esittää tilaisuuteen aiheita ja toiveita vanhemmuuteen liittyen. Viimeisen kysymyksen vastaukset esitellään luvussa 7.5 *Vastaajien toiveita tilaisuuteen*.

Osion ensimmäisellä kysymyksellä haettiin kävijöiden kokemuksia siitä, millaista tukea ja tietoa he olivat saaneet vanhemmuuteen. Kysymyksessä esimerkkinä

mainittiin raskausaika, synnytys, vauva-aika ja varhaislapsuuden aika. Kysymykseen tuli neljä (4) vastausta. Vastaajat kokivat tilaisuuden tukevan heidän vanhemmuuttaan oman hyvinvointinsa kautta. Vastaajat olivat saaneet tietoa liikunnan merkityksestä raskausaikana ja synnytyksen jälkeen. Vastaajat kertoivat tilaisuuden tukevan myös psyykkistä hyvinvointia saamalla tukea lapsiperheen jaksamiseen. Päivittäisestä vanhemmuudesta vastaajat nostivat esiin tukimuodot laadukkaan unen saamiseen ja parisuhteen tukemiseen. Päivittäisessä vanhemmuudessa esiin nostettiin myös imetyksen onnistuminen. Vastaajat kokivat tilaisuuden antaneen tietoa lapsen tunnesäätelystä ja käyttäytymisestä. Vastauksissa ilmeni tilaisuuden antavan tukea ja tietoa vanhemmuuden toteuttamiseen. Vastauksissa ilmeni, että tilaisuus antaa tukea ja tietoa myös niille vanhemmille, joilla on traumaattisia kokemuksia. Vastauksesta otettu suora lainaus:

”Tukea ja neuvoja siihen, miten vanhempana voit toteuttaa vanhemmuutta, vaikka lapsen kanssa vietetty yhteinen aika toisinaan jää vähälle.”

Vastauksista muodostettiin viisi alaluokkaa, joita ovat *vanhempien fyysinen ja psyykinen hyvinvointi, päivittäinen vanhemmuus, tieto lapsen kasvusta ja kehityksestä, tuen saaminen vanhemman traumaattisiin kokemuksiin ja tuki ja ohjaus vanhemmuuteen*. Alaluokat muodostivat kaksi yläluokkaa, joita ovat *vanhempien hyvinvointi ja tuki vanhemmuuden roolissa toimimiseen*. Pääluokaksi muodostui *vanhemmuudessa pärjääminen*.

Osion toisella kysymyksellä haettiin kävijöiden kokemuksia siitä, millaista tukea ja tietoa he olivat saaneet vanhemmuuden haasteisiin. Kysymyksessä esimerkkinä mainittiin uupuminen, vanhemmuuteen liittyvä stressi, raskausajan masennus ja synnytyksen jälkeinen masennus. Kysymykseen vastasi viisi (5) vastaajaa. Vastaajat kokivat tilaisuuden antavan tukea tunnistaa haasteita ja oman jaksamisen rajat. Vastaajat olivat saaneet neuvoja haasteiden ennakointiin ja uupumisen ehkäisyyn. Vastauksissa ilmeni, että stressi ja uupuminen olivat lieventyneet. Lisäksi vastauksissa kuvastui ymmärrys siitä, ettei vanhemmuus vaadi täydellistä suorittamista vaan lapsen tarpeisiin vastaamista. Vastaajat kertoivat tilaisuuden

tukevan perheen kokonaisvaltaista jaksamista ja perheensisäisten suhteiden hyvinvointia. Vastauksissa ilmeni ohjauksen saaminen lapsen kasvatukseen esimerkiksi imetykseen, ruokailuun ja nukuttamiseen liittyen. Vastaajat mainitsivat saaneen tietoa myös lapsen käyttäytymiseen ja seksuaalikasvatukseen. Vastauksesta otettu suora lainaus:

”...Tilaisuudesta olen saanut myös tukea tunnistaa omaa jaksamista. Jaksamisen ollessa ääri rajoilla tiedän, että saan höllentää otetta. Äidin ei tarvitse aina jaksaa tehdä aivan kaikkea.”

Vastauksista muodostettiin kolme alaluokkaa, joita ovat *tuki henkilökohtaisten haasteiden tunnistamiseen, ehkäisyyn ja ennakointiin, perheen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tavoittelemiseen ja ohjaus lapsen kasvatukseen*. Alaluokista muodostettiin kaksi yläluokkaa, joita ovat *yksilölliset voimavarat ja vanhemmuuden vaikutus perheen hyvinvointiin*. Pääluokaksi muodostui *voimavaralähtöinen vanhemmuus haasteiden aikana*.

Osion kolmannella kysymyksellä haettiin kävijöiden kokemuksia siitä, miten vastaajat kokivat tilaisuuden tukevan kasvamista ja kehittymistä vanhempana. Kysymykseen vastasi neljä (4) vastaajaa. Vastaajat kokivat saaneensa tilaisuudesta monipuolisesti tietoa ja ohjausta arkeen sekä lapsen kasvuun ja kehitykseen. Vastaajat kertoivat lapsen kasvua ja kehitystä käsittelevien aiheiden kasvattavan myös heitä vanhempana. Vastauksissa mainittiin myös vertaistuen merkitys ajatusten sekä haasteiden samankaltaisuutena. Vastaajat kokivat vertaistuen normalisoivan omaa tilannetta ja tuovan positiivisen kokemuksen vanhemmuuden roolissa onnistumiseen. Vastauksista otettuja suoria lainauksia:

”Vanhemmuus muuttuu lapsen kasvaessa. Olen saanut neuvoja lapsen kasvuun ja kehitykseen, ja tätä kautta kasvanut sekä kehittynyt vanhempana.”

”Kun huomaa että muilla on samantyyppisiä ajatuksia ja ongelmia, niin omakin tilanne normalisoituu omassa päässä ja huomaa tekevänsä monia asioita oikein ja olevansa itseasiassa hyvä vanhempi.”

Vastauksista muodostettiin kolme alaluokkaa, joita ovat *ohjauksen ja tiedon saaminen, identiteetti vanhemmuudessa ja positiiviset kokemukset vanhemmuudesta*. Alaluokista muodostettiin kaksi yläluokkaa, joita ovat *tuen saaminen ja reflektio omasta vanhemmuudesta*. Pääluokaksi muodostui *vanhemmuudessa kasvaminen ja kehittyminen*. Tämän kysymyksen vastausten analysointi toimii opinäytetyössä esimerkkinä aineistolähtöisestä sisällönanalyysistä. Esimerkki on liitteessä 3.

Osion neljännessä kysymyksessä selvitettiin, miten vastaajat kokivat tilaisuuden vaikuttavan heidän parisuhteeseensa. Kysymykseen vastasi neljä (4) vastaajaa. Vastaajat kokivat tilaisuuden tukevan parisuhdetta vanhemmuuden tukemisen kautta. Vastaajat kertoivat keskustelleensa tilaisuudessa käydyistä aiheista yhdessä puolisonsa kanssa, joka lisäsi puolisoiden keskinäistä ymmärtämistä. Vastaajat kokivat tärkeäksi itsensä ymmärtämisen ja tuen saamisen omaan hyvinvointiinsa, sillä niillä oli merkitystä parisuhteen hyvinvointiin. Osassa vastauksissa mainittiin myös, ettei tilaisuuden koettu suoranaisesti vaikuttavan omaan parisuhteeseen. Vastauksista otettuja suoria lainauksia:

”Kotona olen kertonut tilaisuudessa olleista aiheista puolisololleni. Puolisoni on saanut niistä myös vinkkejä sekä minun näkökulmaani asioihin. Näin hän ymmärtää perhearkea sekä minun tuntemuksiani paremmin. Vastavuoroisesti myös minä saan kuulla puolisoni näkökulmia, joka auttaa ymmärtämään häntä.”

”Ymmärrän itseäni paremmin mutta en nyt koe, että varsinaisesti suoraan vaikuttaa parisuhteeseen. Ehkä niin että kiva kun minullakin on jotain ”menoja” enkä ole ”aina vaan kotona” ”.

Vastauksista muodostettiin neljä alaluokkaa, joita ovat *vuorovaikutus parisuhteessa, vanhemmuuden roolin vaikutus parisuhteeseen, henkilökohtainen hyvinvointi ja ei suoraa vaikutusta*. Alaluokista muodostettiin kolme yläluokkaa, joita ovat *puolisoiden keskinäinen ymmärtäminen, identiteetti parisuhteessa ja vähäinen vaikutus*. Pääluokaksi muodostui *itsensä ja puolison ymmärtäminen*.

Osion neljästä pääluokasta (*vanhemmuudessa pärjääminen, voimavaralähtöinen vanhemmuus haasteiden aikana, vanhemmuudessa kasvaminen ja kehittyminen ja itsensä ja puolison ymmärtäminen*) muodostettiin yksi yhdistävä luokka, joka on *vanhemmuudessa vahvistuminen*.

7.4 Lapsen psykososiaalisen kasvun ja kehityksen tukeminen

Haastattelulomakkeen neljäs ja viimeinen osio käsitteli lapsen psykososiaalista kasvua ja kehitystä. Osio koostui kolmesta kysymyksestä. Ensimmäisellä kysymyksellä haettiin kävijöiden kokemuksia siitä, millaista tietoa ja tukea kävijät olivat saaneet lapsen psykososiaalisen kasvun ja kehityksen tukemiseen. Toinen kysymys selvitti, miten tilaisuus on vaikuttanut kävijän ja lapsen keskinäiseen suhteeseen. Osion viimeisessä kysymyksessä vastaajat saivat esittää tilaisuuteen aiheita ja toiveita lapsen kasvuun ja kehitykseen liittyen. Viimeisen kysymyksen vastauksia esitetään luvussa 7.5 *Vastaajien toiveita tilaisuuteen*.

Ensimmäiseen kysymykseen vastasi neljä (4) vastaajaa. Vastauksissa korostui tiedon saaminen lapsen psykososiaalisesta kasvuun ja kehityksen tukemiseen liittyen. Vastaajat kertoivat saaneensa tilaisuudesta tietoa lapsen kommunikaatiosta ja itsensä ilmaisusta. Vastaajat olivat oppineet ymmärtämään lapsen tunteita ja viestejä paremmin. Vastauksissa ilmeni tiedon saaminen myös lapsen käyttäytymiseen, uhmaan ja tottelemiseen liittyen. Vastaajat olivat saaneet tietoa kokonaisvaltaisesti lapsen iänmukaisesta psyykkisestä, henkisestä ja sosiaalisesta kehityksestä. Tietoa oli saatu myös seksuaalikasvatuksesta ja sukupuolisensitiivisyydestä. Vastauksista otettu suora lainaus:

”Olen oppinut ymmärtämään lapseni tunteita sekä tunnetiloja. Myös vauva viestii erilaisia tunteita. Lapsen psyykkinen/henkinen/sosiaalinen kehitys eri iässä tullut tutummaksi.”

Vastauksista muodostettiin kolme alaluokkaa, joita ovat *lapsen tunteiden ja viestien ymmärtäminen, tieto ja ohjaus lapsen käyttäytymisestä ja tietoa ja ohjaus*

lapsen psykososiaalisesta kasvusta ja kehityksestä. Yläluokkia muodostui kaksi, joita ovat *lapsen psykososiaalisten tarpeiden ymmärtäminen* ja *lapsen psykososiaalisuus*. Pääluokaksi muodostui *lapsen psykososiaalinen tukeminen*.

Osion toisessa kysymyksessä selvitettiin tilaisuuden vaikutusta kävijöiden ja lapsen keskinäiseen suhteeseen. Kysymykseen vastasi viisi (5) vastaajaa. Vastauksissa ilmeni, että kävijät ymmärsivät lapsen käyttäytymistä ja viestintää paremmin. Vastaajat kertoivat, että haastava käyttäytyminen oli vähentynyt ja lapsen kanssa toimiminen oli helpompaa. Nämä edesauttoivat vastaajien omaa kärsivällisyyttä vanhemmuudessa. Vastaajat kokivat tilaisuuden ja tilaisuuden aikana järjestetyn lastenhoidon antavan vanhemmille omaa aikaa, joka tuki vanhemman jaksamista. Tilaisuus ja Perheentalolla käynti koettiin myös vanhemman ja lapsen yhteisenä aikana ja tekemisenä. Vastauksista otettuja suoria lainauksia:

”Ymmärrys lapsen käyttäytymisestä on lisääntynyt, joten turhat riidat/huudot/uhmat jääneet vähemmälle. Koen, että minun on helpompi vastata lapsen tarpeisiin.”

”Ihana kun sain omaa aikaa, kun lastenhoito oli järjestetty! Siinä mielessä olen taas jaksavampi ja parempi vanhempi lapselleni.”

Vastauksista muodostettiin neljä alaluokkaa, joita ovat *lapsen ja vanhemman keskinäinen vuorovaikutus*, *lapsen tarpeisiin vastaaminen*, *yhdessä vietetty aika* ja *vanhemman oma jaksaminen*. Alaluokista muodostettiin kolme yläluokkaa, joita ovat *lapsen kohtaaminen*, *yhdessä tekeminen* ja *vanhemman henkilökohtaiset tunteet*. Pääluokaksi muodostui *lapsilähtöisyys*.

Osion kahdesta pääluokasta (*lapsen psykososiaalinen tukeminen* ja *lapsilähtöisyys*) muodostettiin yksi yhdistävä luokka, joka on *lapsen psykososiaalinen hyvinvointi*.

7.5 Vastaajien toiveita tilaisuuteen

Haastattelulomakkeessa kolmen viimeisen osion lopussa oli kysymys, johon vastaajat saivat esittää toiveita tai muutoksia osion aiheeseen liittyen. Kolme viimeistä osiota käsittelivät tilaisuutta, vanhemmuutta ja lapsen psykososiaalista kasvua ja kehitystä.

Tilaisuuteen liittyen toiveita ja muutosideoita esitti kolme (3) vastaajaa. Tilaisuus järjestetään tällä hetkellä keskiviikkoaamuisin, mutta vastaajat toivoivat, että tilaisuus järjestettäisiin välillä muinakin viikonpäivinä ja iltapäivisin. Vastauksissa ilmeni myös, että vaikeimpia ja rankimpia aiheita pidettiin kiinnostavana. Positiivisena vastaajat pitivät, että aiheita luennoivat ja esittävät asiantuntijat. Vastauksista otettu suora lainaus:

”Vaikeammat ja ns. rankimmat aiheet ovat kiinnostavimpia. Hyvä että on aito asiantuntija alustamassa aihetta ja esittää kunnollisen esityksen.”

Vanhemmuutta käsittelevään osioon toiveita ja muutosideoita tuli neljältä (4) vastaajalta. Yksi (1) vastaajista ei kokenut tarvetta muutoksille eikä esittänyt toiveita tilaisuudesta. Vastauksia yhteensä kysymykseen tuli viisi (5).

Tilaisuuteen toivottiin enemmän vanhemmuutta käsitteleviä aiheita. Toiveena oli, että vanhemmuutta voisi käsitellä dialogina, jota ohjaisi asiantuntija tai työntekijä. Dialogiin ehdotettiin, että vanhemmuus aiheena jaettaisiin pienempiin yksityiskohtiin. Yksityiskohtaisemmat aiheet voisivat olla samoja kuin tässä opinnäytetyön haastattelulomakkeessa esitettävät aihealueet. Tilaisuuteen ehdotettiin myös aihetta, joka käsittelisi kulttuurillista näkökulmaa äitiyteen ja isyyteen. Aihealueeseen ehdotettiin esimerkiksi äitiysvapaiden jakautumista ja sukupuolten väliseen tasa-arvoon liittyviä aiheita. Isyyttä käsiteltävään aiheeseen ehdotettiin vertailua isyydestä nykypäivänä verrattuna isyyden toteuttamiseen 50-vuotta sitten. Yhdeksi aiheeksi ehdotettiin myös unikoulua. Vastauksista otettuja suoria lainauksia:

”Joskus olisi kiva osallistua dialogikeskusteluun, joka käsittelisi vanhemmuutta. Aihetta voisi pilkkoa pienempiin yksityiskohtiin, jota tässäkin kyselyssä on mainittu. Asiantuntija/työntekijä ohjaisi keskustelua, mutta ei luennoisi.”

”Suomen kulttuurinen näkökulma äitiyteen esim. Äitiysvapaiden jakautumisen valossa ym. Sukupuolten väliseen tasa-arvoon liittyvät asiat. Isyys nykysuomessa vs. Esim. 50 v sitten.”

Lapsen kasvua ja kehitystä käsittelevään osioon toiveita ja kehittämideoita tuli neljältä (4) vastaajalta. Vastaajat olivat tyytyväisiä sukupuolisensitiivisyyttä käsiteltäviin aiheisiin. Osa vastaajista olivat saaneet tietoa lapsen seksuaalikasvatuksesta vain tilaisuuden kautta. Erityisesti positiivisena vastaajat pitivät Kasvukarusellin pitämisen luennon seksuaalisesta kehityksestä. Vastaajat toivoivat, että lapsen seksuaalisuutta käsiteltäviä aiheita pidettäisiin jatkossakin ja niitä voisi pitää aiempaa enemmän. Vastaajat halusivat saada keinoja, jolla lapsen seksuaalista kasvua ja kehitystä voisi tukea. Vastaajat toivoivat aiheeksi myös unikoulua sekä ohjeita siihen, miten lasta voisi valmistella päiväkotiin ja esikouluun menoa varten. Vastauksesta otettu suora lainaus:

”Sukupuolisensitiivisyys oli mielenkiintoinen aihe. Seksuaalikehitys on tärkeä aihe, josta on puhuttu liian vähän aina, en ole edelleenkään törmännyt aiheeseen muualla kuin Sahlsténin vetämänä eli upeaa työtä Kasvukaruselli! <3 ettehan luovu tästä aiheesta jatkossakaan.”

8 Pohdinta

8.1 Tulosten tarkastelu

Opinnäytetyöni tarkoituksena oli saada tietoa, miten perheet kokevat Aamukahvit ja asiaa -tilaisuuden vaikuttavan vanhemmuudessa vahvistumiseen. Tulosten

mukaan tilaisuuden koettiin vahvistavan vanhemmuutta ja edistävän lapsiperheiden hyvinvointia. Vastauksissa ilmeni, että vanhemmat olivat saaneet monipuolista tukea vanhemmuuteen, lapsen kohtaamiseen ja päivittäiseen arkeen.

Perheentalot ovat matalan kynnyksen kohtaamispaikkoja ja toiminta on kaikkien lapsiperheiden käytettävissä. Toiminnalla annetaan varhaista tukea sekä vahvistetaan lapsiperheiden hyvinvointia ja osallisuutta. Toiminnan arvot ovat kynnyksettömyys, yhteisöllisyys, yhdenvertaisuus, lapsilähtöisyys, osallisuus ja lapsen oikeusperustaisuus. (Perheentalo 2021.)

Tutkimustuloksissa selviää, että perheet kokivat Perheentalolla käynnin ja tilaisuuteen osallistumisen helpoksi ja mieleiseksi sekä kohtaamiset olivat positiivisia. Tilaisuuden aikana järjestetty lastenhoito sai vanhemmilta positiivista palautetta.

Yhteisöllisyys korostui monessa vastauksessa saadun vertaistuen kautta sekä vanhempien keskinäisissä sosiaalisissa kontakteissa. Vanhemmat kokivat monipuolisen tiedonsaannin, asiantuntijaluennot sekä Perheentalon henkilökunnan tuen tärkeänä osana vanhemmuudessa vahvistumisessa. Tulosten mukaan tilaisuus tukee vanhempia lapsilähtöisessä toiminnassa. Vanhemmat olivat saaneet tukea ja tietoa lapsen kohtaamiseen ja kasvatustyöhön.

Lapsilähtöisessä toiminnassa lapsi kohdataan yksilönä ja hänen tarpeensa ja mielipiteensä huomioidaan. Lapsen käyttäytymistä ohjataan ja lapselle mahdollistetaan onnistumisen kokemuksia. Lapsilähtöisyydessä tärkeitä asioita ovat luottamus, lämpimyys, turvalliset rajat ja kiinnostus lapsen tekemisistä. Lapsilähtöisyys tukee lapsen itsetuntoa ja edistää sopeutumista yhteiskuntaan. (Hermanson 2019.)

Tilaisuuteen esitettiin muutostoiveita tilaisuuden aikatauluun liittyen. Tilaisuuteen toivottiin uusia aiheita sekä esitettiin ehdotuksia aiheiden läpikäyntiin. Vastaajat toivoivat myös, ettei muutamista jo läpikäydyistä aiheista luovuttaisi, kuten seksuaalikasvatukseen liittyvät aiheet.

Vastauksia tuli niukasti, mutta monipuolisten kysymysten kautta sain aineiston kerättyä. Kaikki vastaajat olivat äitejä, joten isien kokemuksia ei tilaisuudesta tähän opinnäytetyöhön saatu. Haastattelulomakkeesta olisi voinut jättää esitiedoista vastaajan lasten ikää kartoittavan kysymyksen pois, koska en kokenut tämän vaikuttavan merkittävästi aineiston analyysiin. Analysointi vaiheessa huomasin, että vanhemmuutta käsittelevässä osiossa parisuhdetta koskeva kysymys ei ollut merkittävä tutkimustehtävien kannalta. Jokaisen osion lopussa sai ehdottaa toiveita tilaisuuteen tai kyseiseen osioon liittyen. Tämän kysymyksen olisi voinut esittää pelkästään lomakkeen lopussa, ettei lomake olisi ollut niin pitkä. Lyhyempi lomake olisi mahdollisesti houkuttanut enemmän vastaajia.

Toimeksiantaja kommentoi, että opinnäytetyöstä tuli toimeksiantajan toiveiden mukainen. Toimeksiantaja kertoi, että tuloksista tulee hyvin esille vanhempien näkökulmaa ja kävijöiden kokemuksia Aamukahvit ja asiaa -tilaisuudesta. Tulokset toivat toimeksiantajalle uusia kehittämisideoita tilaisuutta suunniteltaessa.

8.2 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Juvakka ja Kylmä määrittelevät, että laadullisessa tutkimuksessa luotettavuus koostuu uskottavuudesta, vahvistettavuudesta, siirrettävyydestä ja refleksiivisyydestä (Juvakka & Kylmä 2007, 128). Juuti ja Puusa käyttävät lisäksi käsitteitä luotettavuus ja eettisyys (Juuti & Puusa 2020).

Uskottavuuteen kuuluu asianmukainen tutkimusaineiston kerääminen ja huolellinen analysointi (Juuti & Puusa 2020). Tekijä analysoi aineiston niin, että tutkimuksen tulokset vastaavat tutkittavien näkökulmia. Analysoitua aineistoa tulee tarkastella kriittisesti. Uskottavuutta voidaan vahvistaa viettämällä paljon aikaa tutkittavan ilmiön kanssa. Tutkimuksen aikana tutkija voi pitää päiväkirjaa, josta ilmenee tutkijan kokemukset ja perustelut tutkijan valinnoille. (Juvakka & Kylmä 2007, 128.)

Uskottavuutta opinnäytetyössä saavutin osallistumalla opinnäytetyö ohjauksiin. Ohjaajina ovat toimineet samat opettajat koko prosessin ajan. Ohjaustuntien jälkeen lähetin opinnäytetyösuunnitelman toimeksiantajalle. Näin varmistuin siitä, että tutkimuksella päästiin toimeksiantajan pyytämään lopputulokseen. Opinnäytetyösuunnitelmaa on muokattu opettajien sekä toimeksiantajan antaman palautteen pohjalta. Prosessin aikana en pitänyt päiväkirjaa, josta selviäsi tutkijana kokemukseni ja perusteluni tutkimuksen vaiheista ja valinnoista. Tässä tutkimuksessa uskottavuutta tulee arvioida osittain kriittisesti, koska aineistonkeruu menetelmänä käytettiin haastattelulomaketta. Kriittisyyttä lisää myös se, että tekijänä en viettänyt aikaa tutkittavien kanssa.

Haastattelulomakkeen kysymykset saattavat johdatella vastaajaa vastaamaan niin, että se tukee tutkijan käsityksiä. Tutkimusaineisto voi jäädä täten suppeaksi ja epärealistiseksi. (Valli & Perkkilä 2018.)

Vahvistettavuus tarkoittaa tutkimusprosessin kirjaamista niin, että toinen tutkija pystyy seuraamaan tutkimuksen tarkkaa etenemistä. Tutkija hyödyntää apuna tutkimuspäiväkirjaa, josta selviää tutkimuksen prosessi sekä tutkijan omat muistiinpanot prosessin eri vaiheista. Kriteerinä vahvistettavuus aiheuttaa haasteita, sillä toinen tutkija ei välttämättä päädy saadun aineiston pohjalta samoihin tuloksiin ensimmäisen tutkijan kanssa. Toisistaan poikkeavat tulokset kuitenkin voivat lisätä ilmiön ymmärtämistä. (Juvakka & Kylmä 2007, 129.) Vahvistettavuus opinnäytetyössä näkyy mahdollisimman tarkalla tutkimusprosessin kuvauksella. Opinnäytetyöprosessin ajan pidin kuukausikohtaista päiväkirjaa, josta selviää prosessin eri vaiheet.

Siirrettävyydellä tarkoitetaan mahdollisimman tarkkaa tutkimusprosessia. Tutkija kuvailee tutkimuksen tiedot niin, että tulokset voidaan siirtää vastaaviin tilanteisiin. Tutkimuksessa tulee kuvata 1) osallistujien valinta, 2) taustojen selvittäminen, 3) aineiston keruu ja 4) analyysin kuvaus. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 198; Juvakka & Kylmä 2007, 129.) Toisen tutkijan tulee pystyä samoilla tulkintasäännöillä ja teoreettisella tiedolla pääsemään samaan lopputulokseen mihin ensimmäinen tutkija on päätenyt (Vilkkä 2017). Luvussa 6 *Opinnäytetyön*

menetelmälliset valinnat kuvailen kokonaisvaltaisesti aineiston keräämiseen liittyvät vaiheet. Analyysin suoritin taulukoiden avulla ja tuloksiin nostin esiin vastaajien suoria lainauksia.

Analysointivaihe kannattaa esitellä taulukoita ja liitteitä hyödyntäen, että analysointi olisi mahdollisimman tarkkaa. Suorien lainauksien käyttö vahvistaa työn siirrettävyyttä. Näin lukija pystyy itse pohtimaan tutkijan tulkintoja. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 198.)

Refleksiivisyydellä tarkoitetaan, että tekijä tietää omat lähtökohtansa tutkijana. Tekijä kuvaa omat lähtökohtansa tutkimusraportissa ja arvioi, kuinka itse vaikuttaa prosessiin sekä aineistoon. (Juvakka & Kylmä 2007.) Minulle tämä opinnäytetyö oli ensimmäinen tutkimus. Kokemuksen puuttuessa pyrin osallistumaan useasti opinnäytetyön ohjaustunneille. Tutkimusta tehdessä käytin tukena laajaa kirjallisuutta laadullisesta tutkimuksesta. Aiheeksi valitsin itselleni mieluisan ja tutun aiheen, jotta teorian tiedon sekä saadun aineiston ymmärtäminen olisi helpompaa.

Luotettavuudella tutkija vakuuttaa lukijan, että tutkimuksen lähestymistavat ja menetelmät ratkaisevat tutkimustehtävän (Juuti & Puusa 2020). Tutkijan tulee osata perustella tutkimuksessaan mistä tutkimusaineisto on valittu, mitä siitä on ratkaistu ja miten lopulliseen ratkaisuun on päädytty. Lopuksi tutkija arvioi saatuja ratkaisuja suhteessa tarkoituksenmukaisuuteen sekä toimivuuteen huomioiden tutkimuksen tavoitteet. (Vilkkä 2017.) Opinnäytetyössä on laaja teoriaosuus ja tutkimuksen eteneminen on kuvailtu tarkasti. Tekstiin avasin käsitteitä itselleni tutkijana sekä opinnäytetyön lukijoille. Haastattelulomakkeessa käytetään myös käsitteitä, jotka on avattu osion alkuun vastaajille. Haastattelulomaketta ovat arvioineet Perheentalon henkilökunta sekä tilaisuudessa käynyt esitestaaja. Lomaketta on muokattu heidän antamansa palautteen ja esitestauksen vastausten mukaan. Luotettavuutta heikentää se, että suoritin tutkimuksen yksin. Aineiston analysointiin saatiin vain yhden tutkijan tulkinta.

Eettisyydellä tarkoitetaan, että tutkimus noudattaa eettisiä periaatteita koko tutkimusprosessin ajan (Juuti & Puusa 2020). Ennen tutkimuksen alkua tutkittavien

tulee tietää tutkimuksen tavoitteet sekä menetelmät. Tutkittaville tulee painottaa, että tutkimus on vapaaehtoista ja halutessaan sen voi omalta osaltaan keskeyttää. Tutkittava voi myös jälkikäteen kieltää itseään koskevan aineiston käyttämisen. Tutkimustietojen tulee olla luottamuksellisia ja saatua aineistoa saa käyttää vain kyseiseen tutkimukseen. Tutkittavilla on oikeus anonymiteettiin. (Sarajärvi & Tuomi 2018.)

Eettisyys seuraa opinnäytetyötä alusta alkaen aiheen ja tutkimusmenetelmän valinnalla. Haastattelulomakkeen julkaisin vasta tutkimusluvan saamisen jälkeen. Haastattelulomakkeeseen vastaaminen oli vapaaehtoista ja vastaaminen tapahtuu anonymisti. Suorat lainaukset kirjoitettiin niin, ettei niistä voida tunnistaa yksittäisiä henkilöitä. Ennen analysointia saatua aineistoa käytettiin vain tutkimustarkoitukseen. Vastaajille kerrottiin, että opinnäytetyö tulee olemaan julkinen.

Tutkimuksessa noudatetaan yleisiä tutkimuksen periaatteita. Opinnäytetyön periaatteita ohjaavat Karelia-Ammattikorkeakoulun opinnäytetyöohjeet sekä yleisesti laadullinen tutkimusmenetelmä. Opinnäytetyössä käytetyt lähteet näkyvät tekstissä sekä lähdeluettelossa.

Lähteeseen merkataan tarkat tiedot, että sen tunnistaminen ja paikantaminen onnistuu (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2013). Tutkimustietoa haettaessa on oltava lähdekriittinen. Lähdekriittisyydessä tarkastellaan tekstin kirjoittajan taustoja, missä ja milloin teksti on julkaistu sekä mihin tarkoitukseen teksti on tuotettu. (Vilka 2020.) Tässä opinnäytetyössä on pyritty käyttämään uusimpia ja useita erilaisia lähteitä.

Valitsin opinnäytetyöhön Searsin kiintymyssuhdeteorian, koska heidän näkökulmansa teorian esittämiseen oli mielenkiintoinen. Searsit ovat seuranneet vuosien ajan kiintymyssuhdeteoriam ja kiintymysvanhemmuutta omien lastensa kautta. Searsin kirjoittama kirja oli selkeä sekä ”Seitsemän vauvan V:tä” kuvattiin myös käytännön tilanteissa. Teoriatieto koostuu järjestöjen sivuilta otetuista tiedoista, asiantuntijoiden tuottamista aineistoista sekä kotimaisista ja kansainvälisistä tutkimuksista. Opinnäytetyössä käsitteiden avaamisessa on käytetty myös Suomen lakia. Enemmistö tieteellisistä lähteistäni ovat olleet Terveyskirjasto Duodecim

sekä PubMedin kautta. Opinnäytetyöprosessin lopuksi työ tarkastettiin Urkund - järjestelmällä plagioinnin estämiseksi.

8.3 Ammatillinen kasvu ja opinnäytetyö prosessi

Opinnäytetyön tekeminen on ollut kiinnostavaa, koska olen päässyt tarkastelemaan vanhemmuutta, lapsen kasvua ja kehitystä sekä perheiden hyvinvointia. Vanhemmuudesta sekä lapsen psykososiaalisesta kehityksestä on tehty useita opinnäytetöitä, joten aiheet eivät olleet uusia. Tavoitteenani on työskennellä perhehoitotyön parissa, joten koen tämän tutkimuksen hyödyllisenä tulevaisuuttani ajatellen. Kriteerinä aiheen valinnalle oli myös se, että valmiista opinnäytetyöstä on hyötyä toimeksiantajalleni. Lisäksi halusin, että opinnäytetyö kokonaisuudessaan kehittää työympäristöä, ammattilaisia, yhdistystä/järjestöä tai toimii perheiden apuna ja tukena. Nämä perusteet tekivät opinnäytetyön tekemisestä merkityksellistä.

Prosessi on ollut osittain myös haastava ja toisinaan tekijänä koin, että aihe on laaja yhdelle tutkijalle. Olin suunnitellut opinnäytetyön valmistuvan joulukuuhun 2020 mennessä, mutta opinnäytetyön valmistuminen venyi vuoteen 2021.

Tutkimuksen tekemisestä opin, että aihe kannattaa rajata tarkasti. Ennen aiheen rajaamista kannattaa tutustua eri lähdemateriaaliin, koska tämä voi antaa aiheen rajaukseen suuntaviivoja. Haastattelulomakkeesta kannattaa tehdä mahdollisimman lyhyt valikoiden lomakkeeseen tutkimustehtävän kannalta tärkeimmät kysymykset.

Opinnäytetyöprosessi alkoi lokakuussa 2019 jolloin otin yhteyttä Joensuun Perheentalolle ja kysyin, löytyisikö heiltä tarvetta opinnäytetyölle. Esitin toiveen, että opinnäytetyön aihe käsitelisi raskausaikaa, vanhemmuutta tai lapsen kasvua ja kehitystä. Kerroin, että olen avoin tutkimusmenetelmälle, kunhan työn voi toteuttaa yksin. Sain Perheentalolta vastauksen, jossa ehdotettiin, että tutkisin miten vanhemmat kokevat Aamukahvit ja asiaa -tilaisuuden vaikuttavat heidän vanhemmuuteensa. Itse halusin lisätä opinnäytetyöhön tutkimustehtäväksi lapsen

psykososiaalisen kasvun ja kehityksen. Perheen hyvinvointiin vaikuttaa myös lasten hyvinvointi sekä lapsen ja vanhempien välinen suhde.

Marraskuussa 2019 kävin tutustumassa Aamukahvit ja asiaa -tilaisuuteen. Toimeksiantaja lähetti minulle sähköpostiin syksyn 2019 ja kevään 2020 ohjelmasuunnitelman sekä kävijöiden antamaa palautetta vuosilta 2016–2019. Näiden pohjalta lähdin tekemään aihesuunnitelmaa ja työstämään teoriaosuutta.

Tammikuussa 2020 aihesuunnitelma hyväksyttiin. Kävimme toimeksiantajan kanssa läpi aihesuunnitelman ja kerroin suunnitelmia teoriaosuudelle. Helmikuusta 2020 alkaen kirjoitin opinnäytetyösuunnitelmaa. Heinäkuussa 2020 laitoin opinnäytetyösuunnitelman toimeksiantajalle. Elokuussa 2020 osallistuin ohjaustunnille, jossa pyydettiin täydentämään suunnitelmaa.

Syyskuussa 2020 laitoin sähköisen haastattelulomakkeen ensimmäisen version toimeksiantajalleni. Toimeksiantaja ehdotti siihen muutoksia, joista merkittävin oli lapsen kognitiivisen kehityksen poisjättäminen lomakkeesta. Tilaisuudessa kognitiivinen kehitys ei ole ollut aiheena, joten vastaajien antama aineisto ei olisi kohdannut tutkimustehtävien kanssa. Toimeksiantaja ehdotti, että haastattelulomakkeen kysymykset olisivat yleisluontaisia kysymyksiä, jotta lomake ei olisi liian pitkä täytettäväksi. Toimeksiantaja ehdotti myös, että lapsen psykososiaalinen kasvu ja kehitys jätettäisiin yleisluontaiseksi sekä laitettaisiin vastausvaihtoehdot valmiiksi. Keskusteluani opettajan kanssa päädyimme siihen, että kysymykset voivat olla yksityiskohtaisempia. Yleisluontaiset kysymykset eivät välttämättä antaisi tarpeeksi aineistoa. Lapsen psykososiaalista kasvua ja kehitystä koskevaan kysymykseen ei voinut laittaa valmiita vastausvaihtoehtoja, koska se ei täyttäisi laadullisen tutkimuksen kriteereitä. Syyskuussa osallistuin opettajien järjestämään ohjaukseen, jossa opinnäytetyösuunnitelma hyväksyttiin. Minulle ehdotettiin muutoksia tutkimuksen analysointitapaan ja teoriaosuuden selkeyttämiseksi. Analysoinnin ajattelin tehdä ensiksi teoriasidonnaisella analyysillä, mutta opettajien kanssa keskustellessa päädyin aineistolähtöiseen sisällönanalyysiin. Teoriasidonnainen analyysi voi muodostua haasteeksi, jos saatu aineisto jää niukaksi. Lisäksi opettaja ehdotti kolmatta tutkimustehtävää, jossa selvitettäisiin vanhempien kehittämisideoita.

Lokakuussa 2020 osallistuin opettajien järjestämään ohjaukseen, jossa keskityimme haastattelulomakkeen muutoksiin. Opettajat ehdottivat kysymysten yhdistämistä sekä joidenkin kysymysten poistamista, koska ne eivät täysin kohdanneet tutkimustehtävien kanssa. Lomakkeen kysymykset oli kirjoitettu ensiksi teittelymuotoon, mutta kirjoitusmuoto vaihdettiin sinutteluksi, koska se on rennompi tapa lähestyä. Perheentalon tilaisuuden henkilökunta antoi palautetta haastattelulomakkeesta, jonka seurauksena lomaketta hieman muutettiin. Lomakkeen alkutekstistä tehtiin selkeämpi sekä taustatietoihin laitettiin valmiit vastausvaihtoehdot. Valmiit vastausvaihtoehdot taustatiedoissa vahvistavat vastaajien anonymiteettia.

Marraskuussa 2020 Perheentalolta pyydettiin esitestausta parilta tilaisuudessa käyneeltä henkilöltä. Toinen esitestaajista ei kuitenkaan vastannut lomakkeeseen määräaikaan mennessä, joten lomaketta esitestasi vain yksi henkilö. Lomakkeeseen tehtiin tarvittavia muutoksia tämän pohjalta. Marraskuussa haastattelulomake julkaistiin Joensuun Perheentalon Facebook -sivuilla. Lomake oli aluksi auki kaksi viikkoa, jonka jälkeen vastausaikaa pidennettiin neljään viikkoon pienen vastausmäärän takia.

Joulukuussa 2020 kävin kaksi kertaa Joensuun Perheentalolla kannustamassa tilaisuudessa kävijöitä vastaamaan kyselyyn. Käynti Perheentalolla tuotti muutamia vastauksia. Haastattelulomakkeen aukioloaikana lomaketta nostettiin useaan otteeseen Joensuun Perheentalon Facebook-sivuilla. Lomakkeeseen vastasi viisi (5) vastaajaa. Lomakkeen julkistamisen jälkeen sain kuulla Perheentalon henkilökunnan jäseneltä, että vanhemmat kokivat lomakkeen liian pitkäksi, jolloin he jättivät vastaamatta.

Tammikuussa 2021 aineisto analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä. Opinnäytetyö lähetettiin toimeksiantajalle kommentointia varten. Helmikuun 2021 alkupuolella osallistuin viimeiseen ohjaukseen ennen opinnäytetyöseminaaria. Ohjauksessa sain neuvon, että yläluokkia tulee olla vähemmän kuin alaluokkia. Minua ohjattiin myös tekemään jokaiseen osioon yksi yhdistävä luokka kaikista osion pääluokista. Aluksi siis yläluokkia ja yhdistäviä luokkia oli useampi, mutta

lopulliseen työhön niitä ohjeistuksen mukaan vähennettiin. Koen tämän vain vahvistavan tutkimuksen tuloksia, sillä ylimääräiset yläluokat ja yhdistävät luokat tukevat tulosten tarkastelua. Tulosten tarkasteluun ei tehty muutoksia luokittelujen muutosten jälkeen.

Helmikuussa 2021 laitoin tiivistelmän kieliasun tarkastukseen, jonka jälkeen tein tiivistelmän myös englannin kielellä. Helmikuussa osallistuin opinnäytetyöseminariin. Seminaarin jälkeen sain palautetta omalta ohjaavalta opettajalta sekä kahdelta vertaisarvioitsijalta. Heidän palautteidensa pohjalta opinnäytetyöhön tehtiin viimeisiä muutoksia. Muutoksia tehtiin opinnäytetyön otsikkoon, josta heti selviää, että kyseessä on Joensuun Perheentalon järjestämä tilaisuus. Lisäksi työstä korjattiin muutamia kieliopillisia virheitä ja asetuksia muokattiin raporttimal-
lin mukaisesti.

Opinnäytetyötä varten ei haettu rahoitusta, koska taloudellisia kustannuksia ei ole aiheutunut. Käytettävät lähteet ovat olleet ilmaisia. Haastattelulomakkeen loin ilmaisella Google Forms -sovelluksella.

8.4 Hyödynnettävyys, jatkotutkimus- ja kehittämisideat

Tässä opinnäytetyössä tarkastellaan pääsääntöisesti perhettä kokonaisuutena, jonka muodostavat kaksi vanhempaa ja lapset. Jatkotutkimuksena voidaan tutkia, miten stereotyyppisestä perheestä poikkeavat perheet, esimerkiksi yksinhuoltajat, kokevat tilaisuuden tuen. Haastattelulomakkeeseen vastasivat äidit, joten jatkotutkimuksena voidaan tutkia isien kokemuksia tilaisuudesta.

Kiintymysvanhemmuutta voidaan soveltaa myös stereotyyppisestä vanhemmuudesta poikkeaviin vanhemmuuden muotoihin, esimerkiksi yksinhuoltaja- ja adoptiovanhemmuuteen (Sears & Sears 2017, 161–162).

Opinnäytetyön laajaa teoriaosuutta voidaan hyödyntää esimerkiksi dialogissa, jota yksi vastaajista ehdotti haastattelulomakkeessa tilaisuuteen. Teoriaosuus voi toimia keskustelun runkona ja keskustelun vetäjän apuvälineenä. Teoriaosuus

sisältää uusimpia lähteitä sekä kansainvälisiä tutkimuksia, joten tieto ei ole vanhentunutta. Opinnäytetyötä voidaan hyödyntää myös, kun esitellään kiintymysvanhemmuutta ohjaavaa Seitsemän vauvan V:tä -sääntöä.

Toimeksiantaja hyödyntää opinnäytetyötä Aamukahvit ja asiaa -tilaisuutta suunniteltaessa sekä raportoi työn Aamukahviverkostolle. Tutkimustieto koettiin tärkeäksi myös toiminnan rahoittamisen suhteen ja tuloksia hyödynnetään raportoissa Stealle ja Joensuun kaupungille.

Lähteet

- Abreu, F., Fracolli, L., Gomes, M., de Oliveira Reticena, K., Siqueira, L. & Yabuchi, V. 2019. Role of nursing professionals for parenting development in early childhood: a systematic review of scope. *Rev Lat Am Enfermagem*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6896803/>. 23.09.2020.
- Achterberg, E., Benders, M., Duijff, S., Engels, R., Grootenhuis, M., Hillegers, M., Lesscher, H., Nijhof, S., van der Brug, A., van der Ent, C., van der Net, J., van de Putte, E., van Geelen, S., Vanderschuren, L., Veltkamp, R., Vinkers, C. & Wierenga, C. 2018. Healthy play, better coping: The importance of play for the development of children in health and disease. *ScienceDirect*. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0149763418305116?via%3Dihub>. 23.8.2020.
- Adoptiolaki 20.1.2012/22.
- Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Nurmi, J., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. 2014. Ihmisen psykologinen kehitys. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Albuja, A., Lee, S., Lee, J., Sanchez, D. & Yadava, S. 2019. The effect of paternal cues in prenatal care settings on men's involvement intentions. *PlosOne*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6508693/>. 16.2.2020.
- Ala-Luhtala, R. & Ryttyläinen-Korhonen, K. 2017. Seksuaaliterveys. Teoksessa Hakulinen, T., Laatikainen, T., Mäki, P. & Wikström, K. (toim.) Terveystarkastukset lastenneuvolassa & kouluterveydenhuollossa. Helsinki: Juvenes Print, 183–188.
- Anderson, G., Bergman, N., Medley, N. & Moore, E. 2016. Early skin-to-skin contact for mothers and their healthy newborn infants. *Cochrane Database Syst Rev*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6464366/#CD003519-sec1-0005title>. 11.3.2020.
- Aronen, E., Carlson, S., Mäntymaa, M. & Puura, K. 2016. Lapsuusiän psykkinen kehitys. Teoksessa Aronen, E., Ebeling, H., Kumpulainen, K., Laukkanen, E., Marttunen, M., Puura, K. & Sourander, A (toim.). Lastenpsykiatria ja nuorisopsykiatria. Kustannus Oy Duodecim, 23–35.
- Aronen, E. & Sourander, A. 2019. Perhe ja vanhemmuus. Teoksessa Henriks-son, M., Löngqvist, J., Marttunen, M. & Partonen, T. (toim.) Psykiatria. Helsinki: Duodecim.
- Brandon, D. & Vance, A. 2017. Delineating among Parenting Confidence, Parenting Self-Efficacy and Competence. Author manuscript. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5664183/>. 11.7.2020.
- Branjerdporn, C., Green, M., Meredith, P. & Strong, J. 2019. Sensory sensitivity and its relationship with adult attachment and parenting styles. *PLoS One*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6326416/>. 12.7.2020.
- Brennan, S., Brown, S., Chamberlain, C., Gee, C., Clark, Y., Hokke, S., Ralp, N., Stansfield, C. & Sutcliffe, K. 2019. Healing The Past By Nurturing The Future: A qualitative systematic review and meta-synthesis of pregnancy, birth and early postpartum experiences and views of parents with a history of childhood maltreatment. *Plos One*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6910698/>. 12.2.2020.

- Chung, M., Kang, S., Kim, M., Shim, S. & Yee, B. 2016. Paternal involvement and early infant neurodevelopment: the mediation role of maternal parenting stress. *BMC Pediatr.* <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5153858/>. 23.7.2020.
- Crone, M., Fang, Y., Fierloos, I., Hosman, C., Jansen, W., Jonkman, H., Raat, H., Van Mourik, K. & Windhorst, D. 2019. Evaluation of effectiveness of (elements of) parenting support in daily practice of preventive youth health care; design of a naturalistic effect evaluation in 'CIKEO' (consortium integration knowledge promotion effectiveness of parenting interventions). *BMC Public Health.* <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6836651/>. 23.7.2020.
- Chan, S., Conrad, A., Fletcher, R., Jones, D., O'Brien, A., McNeil, K. & Wilson, A. 2017. New Fathers' Perinatal Depression and Anxiety—Treatment Options: An Integrative Review. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5675308/>. 15.3.2020.
- Fletcher, R., Knight, T., Macdonald, J. & StGeorge, J. 2019. Process evaluation of text-based support for fathers during the transition to fatherhood (SMS4dads): mechanisms of impact. *BMC Psychol.* <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6796445/>. 16.2.2020.
- Haataja, L. 2018. Normaali kehitys. Teoksessa Haataja, L., Pihko, H. & Rantala, H (toim.). *Lastenneurologia*. Kustannus Oy Duodecim, 22–30.
- Hakulinen, T., Pelkonen, M., Salo, J. & Kuronen, M. 2019. Meille tulee vauva. 28–32. *Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.* http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138367/URN_ISBN_978-952-343-367-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y. 7.2.2020.
- Hakulinen, T. 2019. Vanhemmuuden ja parisuhteen tukeminen äitiys- ja lastenneuvolapalveluissa. Teoksessa Hakulinen, T., Laajasalo, T. & Mäkelä, J. (toim.). *Vanhemmuuden ja parisuhteen tuen vahvistaminen*. Helsinki: PunaMusta, 20–29.
- Hammar, A., Storvik-Sydänmaa, S. & Tervajärvi, L. 2019. Lapsen ja perheen hoitotyö. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Hastrup, A., Hakkarainen, P., Heinonen, H., Hyytinen, R., Ihanus, M., Kerppola, J., Kokkonen, J., Lampinen, P., Martikainen, A., Paju, P., Rapeli, T., Saaristo, A., Sairisalo, H., Satuli-Kukkonen, T., Somu, K., Särkelä, R., Tuominen, M. & Willman, A. 2019. Lasten ja perheiden palvelujen tuottaminen yhteistyössä järjestöjen ja seurakuntien kanssa. *Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.* 5–9. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137497/URN_ISBN_978-952-343-284-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y. 3.2.2020.
- Hastrup, A. & Puura, K. 2017. Psykososiaalisen kehityksen ja terveyden arviointi. Teoksessa Hakulinen, T., Laatikainen, T., Mäki, P. & Wikström, K. (toim.). *Terveystarkastukset lastenneuvolassa & kouluterveydenhuollossa*. Helsinki: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy, 101–107.
- Heiskanen, L., Helamaa, T., Laru, S., Muuronen, K., Salmi, A., Satuli-Kukkonen, T. & Ukkonen-Wallmeroth, J. 2019. Vanhemmuuden ja parisuhteen tukeminen järjestöjen yhteistyönä. Teoksessa Hakulinen, T., Laajasalo, T. & Mäkelä, J. (toim.). *Vanhemmuuden ja parisuhteen tuen vahvistaminen*. Helsinki: PunaMusta, 30–37.
- Hellmers, C., Metzger, S., Niessen, K., Pinkert, C. & Werner-Bierwisch, T. 2018. Mothers' and fathers' sense of security in the context of pregnancy,

- childbirth and the postnatal period: an integrative literature review. *BMC Pregnancy Childbirth*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6278054/>. 3.3.2020.
- Hermanson, E. 2012. Isäksi ja äidiksi kasvetaan, ei synnytä!. *Duodecim -terveyskirjasto*. https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=kot00201. 6.2.2020.
- Hermanson, E. 2019. Lapsilähtöinen kasvatus ja curling-vanhemmuus. *Duodecim -Terveyskirjasto*. https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=kot00301. 4.2.2021.
- Hietikko, T. 2015. Sosiaalisen vanhemmuuden tukeminen uusperheessä. Suomen uusperheiden liitto ry. http://www.uusperheneuvoja.fi/wp-content/uploads/2014/11/Hietikko-Tarja_Sosiaalisen-vanhemmuuden-tukeminen-uusperheess%C3%A4-nuorisopsykiatrian-poliklinikalla.pdf. 15.3.2020.
- Isyyslaki 13.1.2015/11.
- Joensuun Perheentalo. 2020. Oivalluksia arkeen. Joensuun Perheentalo. <https://joensuunperheentalo.yhdistysavain.fi/oivalluksia-arkeen/>. 4.2.2020.
- Joensuun Perheentalo. 2021. Esittely / Introduction. <https://joensuunperheentalo.yhdistysavain.fi/esittely-introduction/>. 27.1.2021.
- Juuti, P. & Puusa, A. 2020. Laadullisen tutkimuksen luotettavuus. Teoksessa Juuti, P. & Puusa, A. (toim.). *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Helsinki: Gaudeamus Oy.
- Juvakka, T. & Kylmä, J. 2007. *Laadullinen terveystutkimus*. Helsinki: Edita Prima Oy, 128–129.
- Kalland, M. & Sinkkonen, J. 2016. Vanhemmuus, kiintymyssuhde ja perhe. Teoksessa Aaronen, E., Ebeling, H., Kumpulainen, K., Laukkanen, E., Marttunen, M., Puura, K. & Sourander, A (toim.). *Lastenpsykiatria ja nuorisopsykiatria*. Kustannus Oy Duodecim, 75–80.
- Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2013. *Tutkimus hoitotieteessä*. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Kazemnejad, A., Mozdarani, H., Parvanehvar, S. & Tehranian, N. 2020. Maternal omentin-1 level, quality of life and marital satisfaction in relation to mode of delivery: a prospective cohort study. *BMC Pregnancy and Childbirth*. <https://bmcpregnancychildbirth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12884-020-2825-2>. 3.3.2020.
- Koivula, M. & Laakso, M. 2017. Lapsen varhainen kehitys kommunikaation, vuorovaikutussuhteiden ja leikin näkökulmasta. Teoksessa Eerola-Pennanen, P., Koivula, M. & Siippanen, A. (toim.). *Valloittava varhaiskasvatus*. Tampere: Vastapaino Oy.
- Koivula, M. & Lehtinen, E. 2017. Leikki yhdistää lapsia ja aikuisia. Teoksessa Eerola-Pennanen, P., Koivula, M. & Siippanen, A. (toim.). *Valloittava varhaiskasvatus*. Tampere: Vastapaino Oy.
- Ludwig, R. & Welch, M. 2019. Darwin's Other Dilemmas and the Theoretical Roots of Emotional Connection. *Front Psychol*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6473325/#B167>. 10.3.2020.
- McLeish, J. & Redshaw, M. 2017. Mothers' accounts of the impact on emotional wellbeing of organised peer support in pregnancy and early parenthood: a qualitative study. *BMC Pregnancy and Childbirth*.

- <https://bmcpregnancychildbirth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12884-017-1220-0>. 15.3.2020.
- Mielenterveystalo. 2020a. Lapsen kehitykseen vaikuttavat tekijät. Terveyskylä. https://www.mielenterveystalo.fi/lapset/vanhemmille/perhe_ja_vanhemmuus/vanhempien_merkitys/Pages/lapsen_kehitykseen_vaikuttavat_tekijat.aspx. 11.4.2020.
- Mielenterveystalo. 2020b. Perheiden tukeminen. Terveyskylä. https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/Tietopankki/sosiaalipalvelut/Pages/perheiden_tukeminen.aspx. 2.9.2020.
- MLL. 2018a. Vanhemmuus ja parisuhde. Mannerheimin lastensuojeluliitto. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemman-hyvinvointi/vanhemmuus-ja-parisuhde/>. 6.2.2020.
- MLL. 2018b. Kohti itsetuntemusta. Mannerheimin lastensuojeluliitto. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemmuus-ja-kasvatus/vanhemmaksi-kasvu/kohti-itsetuntemusta/>. 6.2.2020.
- Naistalo. 2019a. Isän/puolison rooli raskauden aikana. Terveyskylä. <https://www.terveyskyla.fi/naistalo/raskaus-ja-synnytys/is%C3%A4n-puolison-rooli/is%C3%A4n-puolison-rooli-raskauden-aikana>. 8.2.2020.
- Naistalo. 2019b. Seksi. Terveyskylä. <https://www.terveyskyla.fi/naistalo/raskaus-ja-synnytys/raskauden-tuomat-muutokset-ja-yleiset-huolenaiheet/seksi>. 8.2.2020.
- Pelastakaa Lapset ry. 2020. Keitä me olemme. Pelastakaa Lapset – Räddä Barnen. <https://www.pelastakaalapset.fi/tietoa-meista/keita-me-olemme/>. 4.2.2020.
- Pelkonen, M. 2019. Vanhemmuuden ja parisuhteen tuki perhekeskuksen ydintehtävänä. Teoksessa Hakulinen, T. Laajasalo, T. & Mäkelä, J. (toim.). Vanhemmuuden ja parisuhteen tuen vahvistaminen. Helsinki: PunaMusta, 106–112.
- Perheentalo. 2021. Toimintamalli. Perheentalo. <http://www.perheentalo.fi/fi/Toimintamalli.html>. 4.2.2021.
- Perhekeskus. 2020. Äitiys ja isyys, vanhemmaksi kasvaminen. Kymenlaakson perhekeskus. <https://www.kymenlaaksonperhekeskus.fi/apua-ja-tukea/vanhemmuuden-tuki/odotus-ja-vauva-aika/aitiys-ja-isyys-vanhemmaksi-kasvaminen>. 6.2.2020.
- Puura, K., Riihonen, R. & Sannisto, T. 2018. Mitä vauva haluaa? Varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen neuvolassa. Lääkärilehti. <https://www.laakarilehti.fi/tieteessa/katsausartikkeli/mita-vauva-haluaa-varhaisen-vuorovaikutuksen-tukeminen-neuvolassa/?public=651c21f2876587a7b15d1deb4b0bdc52>. 2.5.2020.
- Puusa, A. 2020. Näkökulmia laadullisen aineiston analysointiin. Teoksessa Juuti, P. & Puusa, A. (toim.). Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Gaudeamus Oy.
- Sarajärvi, A. & Tuomi, J. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. Helsinki: Tammi.
- Sateenkaariperheet Ry. 2020. Mikä sateenkaariperhe. <https://sateenkaariperheet.fi/tietoa-ja-koulutusta/mika-sateenkaariperhe/>. 15.3.2020.
- Sears, M. & Sears, W. 2017. Kiintymysvanhemmuuden kirja. Helsinki: Green-spot.

- Stansfield, C. & Sutcliffe, K. 2019. Healing The Past By Nurturing The Future: A qualitative systematic review and meta-synthesis of pregnancy, birth and early postpartum experiences and views of parents with a history of childhood maltreatment. *Plos One*.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6910698/>. 12.2.2020.
- Suomen YK-liitto. 2011. YK:n lapsen oikeuksien yleissopimus. Suomen YK liitto.
https://www.ykliitto.fi/sites/ykliitto.fi/files/lapsen_oikeudet_paino.pdf.
3.2.2020.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2020. Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelma (LAPE). Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/lapsi-ja-perhepalveluiden-muutosohjelma-lape->. 4.9.2020.
- van der Horst F., van Rosmalen, L., van der Veer, R. & Zetterqvist Nelson, K. 2019. A tale of four countries: How Bowlby used his trip through Europe to write the WHO report and spread his ideas. Wiley.
<http://liu.diva-potal.org/smash/get/diva2:1378765/FULLTEXT01.pdf>.
10.3.2020.
- Vilka, H. 2017. Tutki ja kehitä. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Vilka, H. 2020. Akateemisen ja lukemisen kirjoittamisen opas. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Valli, R. & Perkkilä, P. 2018. Sähköinen kyselylomake ja sosiaalinen media aineiston keruussa. Teoksessa Valli, R. (toim.). Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Väestöliitto. 2020. Vanhemmuuden hoitaminen yhdessä. Väestöliitto.
https://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa_parisuhteesta/uusperheen-parisuhde/5-vanhemmuuden-hoitaminen-yhdessa/. 15.3.2020.
- Äitiyslaki 20.4.2018/253.

Perheiden kokemuksia Aamukahvit ja asiaa - tilaisuuden vaikutuksesta vanhemmuuteen

Kysely on luotu osaksi opinnäytetyötä. Kysymyksiin vastaaminen on vapaaehtoista ja tapahtuu anonymisti. Vastaamalla kysymyksiin suostut, että antamiasi vastauksia voidaan käyttää tähän tutkimukseen. Vastaukset käsitellään luottamuksellisesti.

Kysely koskee vain Aamukahvit ja asiaa -tilaisuutta eikä Perheentalon muuta toimintaa. Tarkoituksena on saada tietoa, miten perheet kokevat tilaisuuden vaikuttavan vanhemmuudessa vahvistumiseen.

Perheestä useampi henkilö voi vastata kyselyyn, mutta jokaisen tulee täyttää oma lomakkeensa. Kysymyksiin vastataan omin sanoin. Kaikkiin kysymyksiin ei tarvitse vastata.

Kysely koostuu esittelyosion lisäksi neljästä (4) osiosta. Kysymyksiä on yhteensä 16 kappaletta.

1) Taustatiedot

-Olen lapsen:

Äiti

Isä

Muu läheinen

-Lasten määrä:

1–2

3–4

4–5

5 tai enemmän

Lapseton

-Lasten ikä (voit valita useamman vaihtoehdon) :

0–6 kuukautta

6–12 kuukautta

1–2-vuotias

3–4-vuotias

5-vuotias tai vanhempi

-Milloin aloit käymään Aamukahvit ja asiaa -tilaisuudessa? Vastaa kuukausi/vuosi.

2) Kysymyksiä tilaisuudesta

-Millaisena koet kohtaamisen asiantuntijan tai Perheentalon henkilökunnan kanssa?

-Millaisena voimavarana koet tilaisuuden?

-Millaista vertaistukea tilaisuus on sinulle antanut?

-Toivotko tilaisuuteen muutoksia? Millaisia?

3) Kysymyksiä vanhemmuudesta

-Millaista tukea ja tietoa olet saanut vanhemmuuteen? (Esimerkiksi raskausajan, synnytykseen, vauva-aikaan ja varhaislapsuuteen liittyen.)

-Millaista tukea olet saanut tilaisuudesta vanhemmuuden haasteisiin? (Esimerkiksi uupuminen, vanhemmuuteen liittyvä stressi, raskausajan masennus ja synnytyksen jälkeinen masennus.)

-Miten koet tilaisuuden tukevan kasvamista sekä kehittymistä vanhempana?

-Miten koet tilaisuuden vaikuttavan parisuhteeseen?

-Onko sinulla ehdottaa jotain aiheita tai toiveita tilaisuuteen vanhemmuuteen liittyen? Millaisia?

4) Kysymyksiä liittyen lapsen psykososiaaliseen kasvuun ja kehitykseen

-Ennen osion kyselyyn vastaamista suositellaan lukemaan seuraava käsite:

Psyykkinen kehitys: Osa-alueet ovat tunteiden ja käyttäytymisen säätely, sosiaaliset- ja kommunikaatiotaidot, kognitiivinen kehitys, moraalien kehittyminen ja seksuaalisuuden kehittyminen. Psyykkisessä kehityksessä viitataan siihen, miten lapsi ilmaisee tunteitaan, käyttäytyy, keskittyy, oppii sekä hallitsee stressaavia tilanteita.

-Millaista tietoa ja tukea olet saanut lapsen psykologisen kasvun ja kehityksen tukemiseen?

-Miten koet tilaisuuden vaikuttavan sinun ja lapsen keskinäiseen suhteeseen?

-Onko sinulla ehdottaa jotain aiheita tai toiveita tilaisuuteen lapsen kasvuun ja kehitykseen liittyen? Millaisia?

-Lähetä lomake painamalla "Lähetä" tai "Submit" painiketta.

Saatekirje

Hyvä Aamukahvit ja asiaa -tilaisuudessa kävijä!

Opiskelen sairaanhoitajaksi Joensuussa Karelia ammattikorkeakoulussa ja teen opinnäytetyötä. Työn toimeksiantajana toimii Joensuun Perheentalo. Karelian puolesta työtäni ohjaavat lehtorit Irja Väisänen ja Raija Latvala.

Työn tarkoituksena on saada tietoa, miten perheet kokevat Aamukahvit ja asiaa -tilaisuuden vaikuttavan vanhemmuudessa vahvistumiseen. Tavoitteena on hyödyntää saatuja tutkimustuloksia tilaisuutta suunniteltaessa sekä kehittäessä, jotta se palvelee perheiden tarpeita ja vahvistaa hyvinvointia.

Tutkimusaineisto kerätään sähköisellä haastattelulomakkeella, johon linkki löytyy saatekirjeen lopusta*. Kyselyyn vastaaminen on vapaaehtoista ja tapahtuu anonyymisti. Kyselyssä käsitellään taustatietoja, tilaisuutta, vanhemmuutta ja lapsen psykososiaalista kasvua ja kehitystä. Kysymyksiä on yhteensä 20 kappaletta. Lomake on auki neljä viikkoa 23.11-22.12.2020.

Vastaamalla kysymyksiin suostut, että antamiasi tietoja voidaan käyttää tutkimukseen. Saadut vastaukset käsitellään luottamuksellisesti ja niitä käytetään vain tämän tutkimuksen analysointiin. Vastaukset hävitetään analysoinnin jälkeen. Opinnäytetyö tulee olemaan julkinen.

Haastattelulomakkeeseen vastaaminen on tärkeää ja sen avulla voidaan kehittää Aamukahvit ja asiaa -tilaisuutta. Kiitos kaikille vastaajille ja mukavaa alkutalven aikaa!

*Linkki lomakkeeseen: <https://forms.gle/DnW93mNHrkUksQNL8>

Toivottavat: Elina Raerinne (opinnäytetyön tekijä) ja Joensuun Perheentalo

Tarvittaessa voit ottaa yhteyttä: elina.raerinne@edu.karelia.fi

Esimerkki aineistolähtöisestä sisällönanalyysistä

Miten koet tilaisuuden tukevan kasvamista sekä kehittymistä vanhempana?

| Alkuperäisilmaukset | Pelkistetty ilmaus |
|---|--|
| Juurikin saamalla vinkkejä ja ohjeita arkeen. | Ohjeita arkeen. |
| Saa tietoa kaikesta aiheeseen liittyvästä monipuolisesti ja vertaistukea | Monipuolinen tiedon saanti. Vertaistuki. |
| Vanhemmuus muuttuu lapsen kasvaessa. Olen saanut neuvoja lapsen kasvuun ja kehitykseen, ja tätä kautta kasvanut sekä kehittynyt vanhempana. | Vanhemmuuden muuttuminen ja vanhemmuudessa kehittyminen. Ohjeita lapsen kasvuun ja kehitykseen. |
| Kun huomaa että muilla on samantyyppisiä ajatuksia ja ongelmia, niin omakin tilanne normalisoituu omassa päässä ja huomaa tekevänsä monia asioita oikein ja olevansa itseasiassa hyvä vanhempi. | Ymmärrys, että muilla samanlaisia ajatuksia ja haasteita. Oma tilanne normalisoituu. Vanhemmuuden roolissa onnistuminen. |

| Pelkistetty ilmaus | Alaluokka | Yläluokka | Pääluokka |
|---|--|---------------------------------|---|
| Ohjeita arkeen. Monipuolinen tiedon saanti. Ohjeita lapsen kasvuun ja kehitykseen. Vertaistuki. | Ohjauksen ja tiedon saaminen. | Tuen saaminen | Vanhemmuudessa kasvaminen ja kehittyminen |
| Vanhemmuuden muuttuminen ja vanhemmuudessa kehittyminen. Ymmärrys, että muilla samanlaisia ajatuksia ja haasteita. | Identiteetti vanhemmuudessa | Reflektio omasta vanhemmuudesta | |
| Oma tilanne normalisoituu. Vanhemmuuden roolissa onnistuminen. | Positiiviset kokemukset vanhemmuudesta | | |

Esimerkki yhdistävän luokan muodostamisesta:

| Pääluokka | Yhdistävä luokka |
|--|------------------------------|
| Vanhemmuudessa pärjääminen | Vanhemmuudessa vahvistuminen |
| Voimavara- ja lähtöinen vanhemmuus haasteiden aikana | |
| Vanhemmuudessa kasvaminen ja kehittyminen | |
| Itsensä ja puolison ymmärtäminen | |