



Karelia-ammattikorkeakoulu
Sairaanhoitaja (AMK)

Vanhemmuuden ja parisuhteen tukeminen

Sähköinen diaesitys sairaanhoitajaopiskeli-
joille

Elina Nokkala, Vilma Tenhunen

Opinnäytetyö, maaliskuu 2022

www.karelia.fi



OPINNÄYTETYÖ
Maaliskuu 2022
Sairaanhoitajakoulutus

Tikkarinne 9
80200 JOENSUU
+358 13 260 600 (vaihde)

Tekijät

Elina Nokkala, Vilma Tenhunen

Nimeke

Vanhemmuuden ja parisuhteen tukeminen – Sähköinen diaesitys sairaanhoitajaopiskelijoille

Toimeksiantaja

Karelia-ammattikorkeakoulu

Tiivistelmä

Terveystieteiden ammattilainen kohtaa väistämättä erilaisia perheitä työssään. Vanhemmuus ja parisuhde kulkevat käsi kädessä arjen keskellä. Ammattilaisen kanssa parisuhteen ongelmakohtista puhuu vain pieni osa pareista. Vanhemmat toivovat hoitotyön ammattilaisen tukevan vanhempia löytämään omia vanhemmuuden keinoja ja näkökulmia.

Opinnäytetyön tehtävänä oli tuottaa sähköinen diaesitys ja siihen liittyvä pohdintatehtävä viidennen lukukauden sairaanhoitajaopiskelijoille. Opinnäytetyön tavoitteena oli, että sairaanhoitajaopiskelijat saavat tietoa vanhemmuutta ja parisuhdetta vahvistavista ja heikentävistä tekijöistä. Opinnäytetyö oli luonteeltaan toiminnallinen, ja sen toimeksiantajana toimi Karelia-ammattikorkeakoulu.

Opinnäytetyössä laadittiin sähköinen diaesitys ja pohdintatehtävä sairaanhoitajaopiskelijoille. Sairaanhoitajaopiskelijat kokivat sähköisen diaesityksen tukevan oppimista. Opinnäytetyön tietoperustan lähdemateriaaleissa kävi ilmi, että hoitotyön ammattilaisilla on puutteelliset tiedot ohjata vanhempia tai pariskuntia jatko-ohjauksen piiriin parisuhteen tukemiseen liittyvissä asioissa. Parisuhteen ja vanhemmuuden tukemiseen löytyy vain vähän näyttöön perustuvaa tietoa.

Kieli
suomi

Sivuja 30
Liitteet 5
Liitesivumäärä 17

Asiasanat

vanhemmuus, parisuhde, perheet, tukeminen



THESIS
March 2022
Degree Programme in Nursing

Tikkarinne 9
FI-80200 JOENSUU
FINLAND
+ 358 13 260 600 (switchboard)

Authors

Elina Nokkala, Vilma Tenhunen

Title

Supporting Parenting and Couple Relationship – A Digital Slideshow for Nursing Students

Commissioned by

Karelia University of Applied Sciences

Abstract

Health care professionals will inevitably encounter different families in their line of work. Parenting and the couple relationship go hand-in-hand in everyday life. Only a few couples discuss relation issues with professionals. Parents want healthcare professionals to support them in finding their own ways and aspects of parenting.

The purpose of this practise-based thesis, commissioned by Karelia University of Applied Sciences, was to provide a digital slideshow and a reflective assignment based on the slideshow for fifth term nursing students. The aim of this thesis was to give the nursing students information about the factors that strengthen and debilitate parenting and the couple relationship.

A digital slideshow and reflective assignment were created for nursing students related to the topic of this thesis. The digital slideshow was found to support the nursing students' learning. The source material used in this study revealed that healthcare professionals have inadequate knowledge of how to guide parents or couples to get additional guidance about supporting their relationship. There is only a little evidence-based data on supporting couple relationships and parenting.

Language
Finnish

Pages 30
Appendices 5
Pages of Appendices 17

Keywords

parenting, couple relationship, families, supporting families

Sisältö

1 Johdanto	5
2 Perheet	6
2.1 Perheen määritelmä.....	6
2.2 Erilaiset perheet.....	6
3 Vanhemmuus.....	7
3.1 Vanhemmuuden määritelmä	7
3.2 Vanhemmuutta vahvistavat tekijät	8
3.3 Vanhemmuutta heikentävät tekijät	9
3.4 Ammatilaisen näkökulmia vanhemmuuteen.....	9
4 Parisuhde.....	11
4.1 Parisuhteen määritelmä	11
4.2 Parisuhdetta vahvistavat tekijät	12
4.3 Parisuhdetta heikentävät tekijät	13
4.4 Ammatilaisen näkökulmia parisuhteeseen.....	14
5 Opinnäytetyön tavoite ja tehtävä.....	15
6 Opinnäytetyön menetelmälliset valinnat.....	15
6.1 Toimeksianto	15
6.2 Toiminnallinen opinnäytetyö	16
6.3 Tiedonhankinta ja aiheen rajaus	17
6.4 Sähköinen diaesitys	18
6.5 Pohdintatehtävä	20
6.6 Sähköisen diaesityksen ja pohdintatehtävän arviointi	21
6.7 Sähköisen diaesityksen ja pohdintatehtävän palaute.....	22
7 Pohdinta.....	25
7.1 Sähköisen diaesityksen ja pohdintatehtävän tarkastelu.....	25
7.2 Luotettavuus ja eettisyys.....	26
7.3 Ammatillinen kasvu	28
7.4 Opinnäytetyöprosessin tarkastelu	29
7.5 Jatkokehityshaasteet	29
Lähteet.....	32

Liitteet

Liite 1	Tiedonhaun taulukko
Liite 2	Manuaalinen tiedonhaku
Liite 3	Sähköinen diaesitys
Liite 4	Sähköisen diaesityksen tekstitys
Liite 5	Webropol -palautekysely

1 Johdanto

Suomessa perheitä on noin 1,5 miljoonaa ja perheiden määrä vaihtelee vuosittain. Lapsiperheitä Suomessa on noin 550 000, ja näissä perheissä on yhteensä yli miljoona lasta. (Suomen virallinen tilasto 2021a.) Viimeisen vuosikauden aikana lasten syntyvyys ja perheen lapsimäärät ovat laskeneet sekä äidiksi tulemisen keski-ikä on noussut. Suomessa syntyi noin 46 000 lasta vuonna 2020. (Suomen virallinen tilasto 2021b.)

Vuonna 2020 Suomessa solmittiin 22 082 avioliittoa, kun taas noin 13 500 kaisista sen hetkisistä sekä samaa että eri sukupuolta olevien henkilöiden avioliitoista tai rekisteröidyistä parisuhteista päättyi eroon (Suomen virallinen tilasto 2021c; Suomen virallinen tilasto 2021d). Naisten keskiarvo avioitumisiälle on 32,6 vuotta ja miesten puolestaan 34,7 vuotta (Suomen virallinen tilasto 2021c).

Vanhempien parisuhteen ristiriidat vaikuttavat lapsen hyvinvointiin ja kehitykseen. Vanhempien huono parisuhde voi heijastua lapsen käyttäytymiseen heti, tai se voi ilmetä vasta vuosien päästä lapsen muodostaessa omia parisuhteita. (Malinen & Kumpula 2005.) Vanhempien ero on koko perheelle kriisi, jossa lapsi voi kokea pelkoa ja surua (Mielenterveystalo.fi 2021). Kahteen talouteen muuttamisen myötä yhteiskunnan kustannukset kasvavat, sillä avioeron myötä perheet voivat tarvita Kansaneläkelaitoksen etuuksia, esimerkiksi yksinhuoltajakorotusta lapsilisään, elatustukea tai toimeentulotukea (Kela 2021).

Opinnäytetyön tehtävänä on tuottaa sähköinen diaesitys ja siihen liittyvä pohdintatehtävä viidennen lukukauden sairaanhoitajaopiskelijoille. Opinnäytetyön tavoitteena on, että sairaanhoitajaopiskelijat saavat tietoa vanhemmuutta ja parisuhdetta vahvistavista ja heikentävistä tekijöistä. Opinnäytetyö on luonteeltaan toiminnallinen, ja sen toimeksiantajana toimii Karelia-ammattikorkeakoulu.

2 Perheet

2.1 Perheen määritelmä

Perheen voi määritellä koostuvaksi samassa osoitteessa asuvista henkilöistä. Perheitä, joissa on alaikäinen alle 18-vuotias lapsi, kutsutaan lapsiperheiksi. Erilaisia perhemuotoja voi luokitella lapsellisiksi tai lapsettomiksi. Perheen aikuiset voivat olla joko avio- tai avopareja, rekisteröidyssä parisuhteessa tai yksinhuoltajia. (Suomen virallinen tilasto 2021a.)

Suomessa suurin osa väestöstä kuuluu perheeseen. Viimeisten vuosikymmenten aikana perheeseen kuuluvan väestön osuus on laskenut, ja perheen koko on pienentynyt. Yli puolet perheistä ovat avioliittoperheitä ja neljäsosa avoliittoperheitä. Perhetilastoissa on vain vähän tietoa samaa sukupuolta olevista avopareista, minkä vuoksi tilastot keskittyvät eri sukupuolta oleviin pareihin. (Suomen virallinen tilasto 2021a.)

Suomessa perheitä on erilaisia ja perheen rakenne on muuttunut viimeisen vuosisadan aikana. 2000-luvulla yleisin perhemuoto on lapseton aviopari, kun taas aikaisemmin yleisin perhemuoto sisälsi avioparin lisäksi lapsia. (Suomen virallinen tilasto 2021b.)

Perheet voivat olla hyvin erilaisissa elämäntilanteissa, kun terveydenhuollon ammattilainen heidät kohtaa (Halme, Kaunonen, Perälä, Vuorenmaa, Åstedt-Kurki 2016). Jokaisen perheen oma erilainen perherakenne tulisi huomioida neuvolassa (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008, 31).

2.2 Erilaiset perheet

Lapsella voi olla äiti ja isä tai kaksi äitiä (Äitiyslaki 2018, 4 §). Lapsella voi myös olla kaksi isää, jos isät ovat avioliitossa keskenään (Adoptiolaki 2012, 8 §). Lapsia omaavilla vanhemmilla voi olla biologisia lapsia tai adoptiolapsia, jolloin lapsi

on adoptoitu joko Suomesta tai toisesta maasta. Suomessa tapahtuu noin 200 adoptiota vuodessa. Yleisimmin adoptoivat vanhemmat kärsivät lapsettomuudesta. (Suutari 2016.) Lapsettomuus voi olla vapaaehtoista tai tahatonta. Joka viides suomalainen pariskunta on tahattomasti lapseton, eli he ovat yrittäneet saada lasta aktiivisesti vähintään vuoden ajan ilman tuloksia. Tahaton lapsettomuus on tunne-elämää haastavaa ja yhteiskunnan asettamat paineet lisäävät pariskunnan stressiä. (Lindfors ym. 2016.)

Tässä opinnäytetyössä perhe on rajattu kahden vanhemman, isän ja äidin, perheisiin. Opinnäytetyössä ei käsitellä uusioperheitä, sateenkaariperheitä, yksinhuoltajaperheitä eikä suurperheitä. Opinnäytetyöstä tulisi liian laaja, jos se keskittyisi kaikkiin perhetyypeihin.

3 Vanhemmuus

3.1 Vanhemmuuden määritelmä

Huoltajalla tarkoitetaan lapsen synnyttänyttä äitiä tai avioliitossa olevan pariskunnan isää ja äitiä. Vanhemmuuden voi tunnustaa ennen lapsen syntymää joko isyys- tai äitiyslain perusteella. (Laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta 361/1983, 1–6 §.) Keskimäärin ensimmäistä kertaa synnyttävät naiset ovat 29-vuotiaita. Isäksi tulleiden keski-ikä on 31–34 vuotta. (Suomen virallinen tilasto 2021b.) Opinnäytetyössä vanhemmilla tarkoitetaan niitä aikuisia, jotka ovat lapsen huoltajia lainmukaisesti sekä aikuisia, jotka ovat lainmukaisesti tunnustaneet vanhemmuuden.

Vanhemmat ovat lähtökohtaisesti lapsen huoltajia vanhemmuuden tunnustamisen jälkeen. Vanhempien tehtävänä on yhdessä sopia lapseen liittyvistä asioista, kuten lapsen huolenpidosta. Vanhempien tulee turvata lapselle edellytykset kasvuille, kehitykselle ja turvallisuudelle. Vanhemman tulee tukea lapsen vaalimia ihmissuhteita sekä myöhemmin itsenäistymistä. (Laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta 361/1983, 1–7 §.)

3.2 Vanhemmuutta vahvistavat tekijät

Vanhempien ja koko perheen vahvistavat tekijät ovat sisäisiä tai ulkoisia. Sisäiset voimavarat tulevat vanhemmista itsestään, esimerkiksi vanhempien positiivisen omakuvan kautta. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004.) Vanhemmuutta vahvistaa se, että vanhemmat luottavat itseensä ja omiin kasvatukseen ja kasvatustietoihinsa (Bröer, Karasaki & Veltkamp 2020). Lapsen ja vanhempien hyvinvointiin liittyviä tietoja kirjataan lääkärin ja terveydenhoitajan vastaanotolla lapsen terveystarkastuksissa. Positiivisessa sävyssä kirjauksissa nostettiin esille hyvä fyysinen toimintakyky ja selviytyminen arjen keskellä. (Haaranen, Häggman-Laitila, Pietilä & Tammekas 2018a.)

Ulkopuolisia vahvistavia tekijöitä ovat perheen ulkopuolelta tulevat tekijät, kuten sukulaisten tarjoama apu (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004). Läheisiltä saatu tuki on voimavara perheille (Haaranen ym. 2018a). Isovanhemmilta ja sukulaisilta saadaan taloudellista, emotionaalista, informatiivista ja konkreettista tukea (Broberg 2018, 120). Vanhemmat ovat voineet kokea painostusta yhteiskunnan normeista, siitä, millainen vanhemmuuden pitäisi olla. Isovanhemmilta saadaan tukea oman vanhemmuuden rakentamiselle. (Bröer, Karasaki & Veltkamp 2020.)

Suurinta tukea vanhemmuuteen saadaan yleensä omalta kumppanilta. Tukea antava ja ymmärtäväinen parisuhde edistää lapsen sekä vanhempien hyvinvointia. (Heiskanen, Markova, Salmi & Vaaranen 2017, 55.) Heiskanen ym. (2017) toteavat, että parisuhteen vaaliminen ei vaadi suuria toimenpiteitä, vaan pienetkin teot riittävät, kuten hellyydenosoitukset ja yhteinen aika (Heiskanen ym. 2017, 57). Vanhemmuutta vahvistaviksi tekijöiksi voidaan nostaa perhedynamiikan ja työnjaon toimiminen. Perheet voivat hyvin, kun vanhemmilla on riittävästi omaa aikaa. (Haaranen ym. 2018a.) Kumppanien tuki on ratkaisevaa, jos parisuhdetta on kohdannut lapsen kuolema, ja pariskunta suunnittelee uutta raskautta tai on jo saanut uuden lapsen. Kumppanin toiminnassa vanhemmuutta vahvistavana tekijänä koetaan avoin vuorovaikutus, emotionaalinen

tukeminen ja konkreettiset avut, esimerkiksi kodin ja asioiden hoidossa. (Aho & Kunnari 2018.)

3.3 Vanhemmuutta heikentävät tekijät

Fyysinen ja psyykinen sairastuminen sekä uupumus heikentävät vanhemmuutta (Haaranen ym. 2018a). Myös lapsen sairastuminen kuormittaa koko perhettä, ja voi aiheuttaa tunne-elämän epätasapainoa. Perhekeskeisyydellä ja vanhempien selviytymiskeinoilla on vaikutusta siihen, miten kauan kriisitilanne kestää. (Taanila, Kokkonen & Järvelin 2021.) Muita heikentäviä tekijöitä ovat ongelmat arjen pyörittämisessä, parisuhteessa ja taloudessa. Heikentäväksi tekijäksi koetaan myös turvallisuuden tunteen ja tukiverkoston puuttuminen. (Haaranen ym. 2018a.)

Vanhempien väliset konfliktit vaikuttavat myös lapseen, ja näin koko perheeseen. Vanhempien sanaharkat voivat pelottaa ja aiheuttaa huolta perheen erkaantumisesta sekä lapselle että vanhemmille. (Joronen, Lehtonen, Valtatie & Åstedt-Kurki 2016.)

3.4 Ammatillaisen näkökulmia vanhemmuuteen

Lastenneuvolassa odottavat ja synnyttäneet äidit käyvät raskauteen ja lapseen liittyvissä asioissa (Haapakorva, Hakulinen-Viitanen & Pelkonen 2005, 51–53). Neuvoloissa pyritään kannustamaan myös isiä osallistumaan vastaanotoille (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008, 24, 26). Suositusten mukaan neuvolat tarjoavat ensi- ja uudelleensynnyttäjille saman verran käyntejä (Haapakorva, Hakulinen-Viitanen & Pelkonen 2005, 51–53).

Näyttöön eli tutkittuun tietoon perustuvat käytänteet antavat suuntaviivoja tuen ja ohjauksen antamiselle. On kuitenkin todettu, etteivät yhteiset ohjeistukset päde jokaiselle tulevalle vanhemmalle. Terveystuon ammattilaisilta vaaditaan kehittämistyön taitoja, jotta nykyisiä suosituksia voidaan parantaa

asiakkaiden tarpeita vastaaviksi. (Bennett ym. 2016.) Kehittämistyöllä tarkoitetaan kokemuksen kautta tai teoriassa saadun tiedon kehittämistä paremmaksi (Suomen virallinen tilasto 2021e). Vanhemmat tarvitsevat yksilöllisten tuen tarpeiden mukaan helposti saatavilla olevaa tietoa (Bennett ym. 2016).

Lääkärit ja hoitajat ohjaavat perheitä moniammatillisiin palveluihin, joita ovat sosiaaliohjaus, fysioterapia sekä erilaiset järjestö- ja vertaistukitoiminnat (Haaranen, Häggman-Laitila, Pietilä & Tammekas 2018b). Yhteistyötä tapahtuu myös erikoissairaanhoidon ja perusterveydenhuollon välillä, ja neuvolan työntekijät ovat yhteydessä tarvittaessa synnytysosaston sekä lasten- ja äitiyspoliklinikan kanssa (Haapakorva ym. 2005, 64–65, 76, 78).

Vanhempien ja siten koko perheen haasteet selviävät usein, jos lapsella on jokin tuentarve. Terveystuollossa tulee kiinnittää huomiota koko perheen terveyteen ja hyvinvointiin esimerkiksi tarjoamalla koko perheelle ohjausta ja neuvontaa. Perheen heikko taloudellinen tilanne voi vaikuttaa sekä perheen hyvinvointiin että parisuhteen toimimiseen. Terveystuollossa tulee tukea vanhempia arjen asioissa. (Hakulinen-Viitanen, Laatikainen & Poutiainen 2014.) Hoitotyön ammattilaisilla on käytössään erilaisia mittareita, joilla he voivat arvioida esimerkiksi alkoholin käyttöä, mielialaa, lapsen ja vanhemman vuorovaikutusta, parisuhdeväkivallan tunnistamista ja perheen voimavaroja (Haapakorva, ym. 2005, 63).

Vanhemmat toivovat hoitotyön ammattilaisen kuuntelevan vanhempien kokemuksia ja tunteita sekä tukevan vanhempia löytämään omia vanhemmuuden keinoja ja näkökulmia. Ammattilaisen toivotaan antavan tietoa taloudellisista asioista, synnytyksen jälkeisestä seksuaalisuudesta ja yhteystiedoista, joista saa tarvittaessa apua kyseisiin asioihin. Ammattilaisen toivotaan olevan läsnä, aito ja myötätuntoinen. (Kaunonen, Oommen, Rantanen, Salonen & Tarkka 2011.)

Terveystuohoitajat pitävät vanhemmille ryhmätoimintaa esimerkiksi perhevalmennuksen ja pienten lasten perheille suunnattujen ryhmien muodossa. Vanhemmat kokevat saavansa hoitotyönammattilaiselta tukea vauvan hoitoon

liittyvistä asioista. (Aho, Kaunonen, Laitinen & Salonen 2013; Aho, Salonen, Tarkka, Vuorenmaa & Åsted-Kurki 2011.)

Terveydenhoitajat kokevat, että isien on vaikeampi keskustella avoimesti tunne-elämästään muuttuvassa elämäntilanteessa. Jotkut isät saattavat ajatella, että neuvolakäynnit kuuluvat vain lapsen äidille. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008, 36–37.) Isälle pitää antaa tietoa, kuinka olla osallisena raskaus- ja vauva-aikana äidin kanssa sekä rohkaisua lapsen ja isän välisen vuorovaikutuksen kehittymiseen (Baldwin, Bick, Malone & Sandall 2018).

4 Parisuhde

4.1 Parisuhteen määritelmä

Parisuhteen koetaan olevan yksi ihmisen tärkeimmistä hyvinvoinnin osa-alueista (Väestöliitto 2022). Parisuhde on kuitenkin monimutkainen prosessi, ja sen ylläpitäminen vaatii panostusta sekä parisuhteen kehittämistä (Tuhkasaari 2007; Väestöliitto 2022). Parisuhde koostuu useista tiedostetuista ja tiedostamattomista vuorovaikutuksen keinoista. Parisuhteet ovat yksilöllisiä ja ne pohjautuvat molempien osapuolten aikaisempiin kokemuksiin ja elämään. Parisuhteen tärkeitä osa-alueita ovat luottamus ja vuorovaikutus kumppanien välillä. Kumpikin osa-alue voi olla tiedostettuja tai tiedostamattomia. Osa-alueet luovat pohjaa myös yhdessä kehittymiselle ja esimerkiksi perheen perustamiselle. Parisuhteeseen liittyy usein myös seksuaalinen näkökulma. (Tuhkasaari 2007.)

Parisuhde rakentuu jokaisen koetun ihmissuhteen pohjalta. Jokainen ystävyys-suhde ja lapsuuden aikainen lapsi-vanhempisuhteet vaikuttaa henkilön tuleviin rakkaussuhteisiin. Aiemmin koetut pettymykset tai tasapainoiset suhteet voivat vaikuttaa siihen, kuinka parisuhde toimii avoimuuden ja ristiriitojen käsittelyn suhteen. (Kumpula 2007.)

4.2 Parisuhdetta vahvistavat tekijät

Ihmissuhteilla on positiivinen vaikutus terveyden edistämisen, sairauksien ennaltaehkäisyyn sekä sairaudesta toipumisen näkökulmasta. Tämä perustuu siihen, että hyvät ja läheiset ihmissuhteet voivat vähentää yksinäisyyttä ja huonoja elintapoja. (Huttunen 2020.)

Tärkeinä parisuhdetta vahvistavina tekijöinä nähdään avoimuus, luottamus kumppaniin sekä yhteinen arvomaailma (Kontula 2013, 108). Oma ajatusmaailmaa on mahdollista avartaa, jolloin toisen huonoja puolia pystyy oppia ymmärtämään ja ongelmanratkaisukyky tehostuu (Lahdensuo 2020a). Avoin kaksisuuntainen keskustelu kumppanien välillä lisää mahdollisuuksia varautua ja selviytyä tulevista ristiriidoista sekä elämän muutostilanteista (Kumpula 2007).

Vanhempien parisuhde vaikuttaa koko perheen dynamiikkaan (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004). Vanhemmuuden kannalta on tärkeää, että parisuhteessa kumppanit jakavat avoimesti keskenään kokemuksia, tunteita ja mielteitä. Vanhemmuus ja parisuhde kulkevat käsi kädessä arjen keskellä. Jotta vanhemmuus ja parisuhde toimivat mahdollisimman tasa-arvoisesti, on ymmärrettävä puolison toimintatavat niin vastuiden jakamisessa kuin kotiaskareissa, että kasvatustyyliessä. (Kumpula & Malinen 2007.) Vanhempien parisuhde voi kehittää yhteistyötä lapsen hoitamisessa (Cordova, Hines, Ippolito Morril & Mahmood 2010). Vanhemmuuden myötä on tärkeää ylläpitää parisuhdetta. Ylläpidon keinoja ovat aikuisten kahdenkeskinen aika, saatu henkinen tuki uudessa elämäntilanteessa, keskusteluyhteys kumppanin kanssa ja hellyydenosoittaminen. (Heiskanen ym. 2017, 57.)

Tiedostetut huomionosoitukset vahvistavat parisuhteen yhteisiä hetkiä. Toisen kehuminen sekä arvostaminen ovat asioita, joita voi opetella tekemään. On myös osattava nähdä itsessään hyviä puolia. (Lahdensuo 2020a.) Naimissa olevien pariskuntien tyytyväisyys kumppania kohtaan lisääntyy, kun kotiaskareiden jakaantuminen on tasapuolista. Tyytyväisyys kumppaniin lisää läheisyyttä. (McHugh, Noller & Perry 1991.)

Lapsen menetys muuttaa parisuhteen muotoa. Yleensä kumppanin tärkeys lisääntyy. Parisuhdetta vahvistavia tekijöitä lapsen menetyksen jälkeen ovat vanhempien läheisyyden lisääntyminen sekä tuki, jota he saavat toisiltaan. Paremman yhteyden löytäminen yhteisten tulevaisuuden suunnitelmien ja parisuhteen lujittumisen myötä vahvistavat parisuhdetta kohdatessa vaikean menetyksen. (Aho, Kaunonen & Sjöblom 2015.)

4.3 Parisuhdetta heikentävät tekijät

Parisuhteiden keskinäiset roolit poikkeavat muiden ihmissuhteiden hierarkiasta. Parisuhteessa koetaan useammin konfliktitilanteita, sillä kumppanin kanssa vuorovaikutus on usein avoimempaa ja suorasanaisempaa. (Lahdensuo 2020b.) Parisuhteen molemmat osapuolet joutuvat käsittelemään ongelmatilannetta sekä yksin että yhdessä. Ristiriitatilanteet eivät voi lisätä ymmärrystä kumppania kohtaan, jos pariskunta ei esimerkiksi vahvista tunne-yhteyttä tai saa lisättyä keskinäistä luottamusta. Parisuhteissa tulee väistämättä ristiriitoja, joiden ratkaisu riippuu siitä, kuinka pariskunta kykenee tarttumaan ongelmaan ja sen ratkaisemiseen. (Tuhkasaari 2007.)

Konfliktitilanteita parisuhteessa synnyttävät erilaiset kommunikaatio-ongelmat, seksuaalisen kanssakäymisen muutokset tai ongelmat sekä arkielämään liittyvät ongelmat, kuten kasvatustyyli tai kotiaskareiden määräytyminen (Kontula 2013, 114). Toisen arvostus ja kehuminen unohtuu arjen keskellä (Lahdensuo 2020b). Konfliktitilanteita voi pitää oppimiskokemuksina, jotka tulevaisuudessa vähentävät riitojen syntymistä ja auttavat ymmärtämään toista paremmin. Kumppanin osapuolen on verrattava omaa ja toisen näkökulmaa, jonka jälkeen he pääsevät yhdessä yhteisymmärrykseen. (Lahdensuo 2020a.)

Suurin ongelma kumppaneiden ajatusten kohtaamattomuuteen on oletus siitä, että tietää mitä kumppani haluaa. Toisen tahtoa pidetään itsestään selvänä, jolloin muuttuneita ajatuksia ei sisäistetä. (Kontula 2013, 74; Lahdensuo 2020b.) Aktiivinen kuunteleminen on ratkaisevassa asemassa, kun parisuhteessa on näkemyseroja (Lahdensuo 2020b).

Parisuhteen laatu voi heikentyä vanhemmuuteen siirryttäessä (Doss ym. 2020). Ristiriitatilanteita syntyy lapsien hankkimisesta, asumisjärjestelyistä tai mielenkiinnon kohteista ja elämäntyyleistä (Kontula 2013, 90–91). Lapsiperhearjessa parisuhdetta kuormittavia tekijöitä voivat olla elämänrytmin muutokset sekä muutokset tunteiden ja rakkauden ilmaisussa. Kumppani voi kokea saavansa aikaisempaa vähemmän huomiota kiintymyssuhteen muodostumisen aikana. (Kontula 2013, 90–91.) Kiintymyssuhteella tarkoitetaan lapsen ja huoltajan välistä vuorovaikutusta lapsen ollessa alle 1-vuotias. Kiintymyssuhde voi haitata tai edistää lapsen kasvua ja kehitystä. Se vaikuttaa läpi elämän ihmissuhteisiin. (Kalland & Salo 2020, 892.)

Uuden perheenjäsenen syntymän myötä ilmentyy myös vanhempien epätasa-arvoa. Epätasa-arvoa syntyy työelämästä poisjäännin tai työelämässä olemisen vuoksi. (Heiskanen ym. 2017, 56; Sosiaali- ja terveysministeriö 2004.) Raskauden ja synnytyksen aikana äidin vartalossa tapahtuu muutoksia, jotka vaikuttavat seksuaaliseen kanssakäymiseen heikentävästi. Muita heikentäviä tekijöitä ovat stressitason nousu, vauvan epäsäännöllisestä rytmistä johtuva unettomuus sekä vähentynyt aikuisten keskeinen aika. (Heiskanen ym. 2017, 56.) Lapsen syntymä on parisuhdetta koetteleva elämän muutostilanne, samoin kuin lapsen murrosikä ja lapsen itsenäistyminen (Kumpula 2007).

4.4 Ammatilaisen näkökulmia parisuhteeseen

Ammattilaisen kanssa parisuhteen ongelmakohdista puhuu vain pieni osa pareista. Usein syy yhteydenottoon liittyy erotilanteisiin sekä siihen, että tahdotaan selvittää omia tai toisen motiiveja eroon. (Kontula 2013, 120.) Muita mahdollisia syitä ammattiavun piiriin hakeutumiseen ovat erilaiset psyykkiset oireet. Pitkittyessään konflikti saattaa vaikuttaa negatiivisesti pariskunnan molempien osapuolten mielenterveyteen. (Lahdensuo 202a.)

Hakulinen ja Mäkinen (2016) ovat tutkineet terveystarkastuksien aikana vanhempien tuntemuksia siitä, miten ammatilaisen kohtaaminen vaikutti

vanhempien osallisuuteen (Hakulinen & Mäkinen 2016). Hakulinen ja Mäkinen (2016) havaitsivat, että ohjaus parisuhdeasioista on puutteellista. Vanhemmat kaipaavat lisää tietoa ammattilaisten avunantokeinoista. Ohjaus parisuhdeasioista sekä tarvittavista lisäävun palveluista tiedottaminen on puutteellista. (Hakulinen & Mäkinen 2016.) Avunpiireillä opinnäytetyössä tarkoitetaan erilaisia sosiaali- ja terveydenhuollon palveluja, jotka voivat olla hyödyksi ongelmatilanteissa erityisosaamisen vuoksi.

Vanhemmuuteen siirtyminen voi vaikuttaa parisuhteeseen ja seksuaaliseen kanssakäymiseen negatiivisesti. Terveystieteiden ammattilainen voi tukea parisuhdetta kannustamalla vuorovaikutuksen kehittämisessä rakentavaksi. (Baldwin, Bick, Malone & Sandall 2018.) Isät toivovat lisää neuvoja parisuhteen ylläpitämiseksi sekä uuden arjen kuormituksen vähentämiseksi (Kaunonen ym. 2011).

5 Opinnäytetyön tavoite ja tehtävä

Opinnäytetyön tehtävänä on tuottaa sähköinen diaesitys ja siihen liittyvä pohdintatehtävä viidennen lukukauden sairaanhoitajaopiskelijoille. Opinnäytetyön tavoitteena on, että sairaanhoitajaopiskelijat saavat tietoa vanhemmuutta ja parisuhdetta vahvistavista ja heikentävistä tekijöistä.

6 Opinnäytetyön menetelmälliset valinnat

6.1 Toimeksianto

Opinnäytetyö tehtiin toimeksiantona Karelia-ammattikorkeakoululle. Sairaanhoitajan koulutusosalalle tarvittiin oppimismateriaalia vanhemmuudesta ja parisuhteesta, joten opinnäytetyö on suunnattu viidennen lukukauden perhehoitotyön opintojaksolle.

Karelia-ammattikorkeakoulussa sairaanhoitajakoulutuksen opetussuunnitelmassa lasten, nuorten ja perheiden opintojaksoon kuuluu se, että sairaanhoitajaopiskelija oppii tukemaan vanhemmuutta. Perhehoitotyön opintojaksolla opiskellaan parisuhteen ja vanhemmuuden asioita osana seksuaali- ja lisääntymisterveyden opintoja. Lasten, nuorten ja perheiden hoitotyön opintojakso on laajuudeltaan viisi opintopistettä, joista kolme opintopistettä käsittää perhehoitotyön. Muut kaksi opintopistettä jakautuu vammaishoitotyöhön ja lastentautien opintoihin. (Karelia-ammattikorkeakoulu 2020.) Yksi opintopiste vastaa 27 tuntia opiskelijan tekemää työtä (Karelia-ammattikorkeakoulu 2022).

Tuotosta tarvittiin, jotta toimeksiantajalla olisi opintojaksolla oppimismateriaalia vanhemmuudesta ja parisuhteesta. Tuotos vastaa opetussuunnitelmassa laadittuja tavoitteita siten, että sairaanhoitajaopiskelija saa tietoa vanhemmuutta ja parisuhdetta vahvistavista ja heikentävistä tekijöistä. Sähköisessä diaesityksessä on esitetty, millaisia asioita voi liittyä terveydenhuollon ammattilaisen työhön koskien vanhemmuuden ja parisuhteen tukemista (liite 3 & liite 4).

Tuotosta säilytetään toimeksiantajalla omissa tiedostoissa ja Moodle-alustalla, jonka kautta myös opiskelijat pääsevät tuotokseen käsiksi. Opiskelijat pääsevät Moodle-alustalle opintojakson opettajan ohjeiden mukaan. Tuotos toimitettiin toimeksiantajalle sähköpostilla, jolloin tuotos on tulevaisuudessakin säilössä sähköpostin viestiketjussa.

6.2 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallisessa opinnäytetyössä syntyy jokin tuotos, kuten oppimismateriaalia. Tärkeää toteutuksessa on kohderyhmän huomioiminen, omaperäisyys, kiinnostuksen herättäminen sekä luotettavuus. (Airaksinen & Vilkkä 2003, 51–53.)

Opinnäytetyön toiminnallinen osuus on huolellisen suunnittelun ja laajan lähdemateriaalin hyödyntämisen tulos. Kaikki kirjoittaminen pohjautuu opinnäytetyön tavoitteeseen ja tarkoitukseen. Niiden kautta on perusteltava kirjoittamisen ja sisällön valinnat sekä rajaukset. (Airaksinen & Vilkkä 2003, 66, 68.)

Toiminnallisen opinnäytetyön prosessia tuodaan ilmi kirjallisessa opinnäytetyön raportissa. Raportti sisältää opinnäytetyön lähtökohdat, aiheen sekä kaikki ne toimet, joilla opinnäytetyötä on tehty. (Airaksinen & Vilkkä 2003, 65.) Opinnäytetyön raportin perustana on tieteellisen julkaisun perusteet, joka käytännössä ilmenee laadukkaiden ja tieteellisten lähteiden valinnalla sekä raportin muotoilu- ja ilmaisuvalinnoilla. (Airaksinen & Vilkkä 2003, 66.)

Opinnäytetyön raportissa on huomioitava se, että teksti on luettavaa, selkeää sekä rakenteen valinnat on mietitty ja perusteltu. Tekstin tulee olla sidoksissa aiheeseen ja jokainen rajaus on perusteltava. Tärkeät käsitteet tulee selventää ja samoja käsitteitä on hyvä käyttää pitkin tekstiä, jotta teksti on loogista. (Airaksinen & Vilkkä 2003, 81–82.) Usein asiantuntijuutta sekä ammatillista kehittymistä voidaan tarkastella opinnäytetyön raportin kautta (Airaksinen & Vilkkä 2003, 67).

6.3 Tiedonhankinta ja aiheen rajaus

Toimeksiantajan toiveesta opinnäytetyön aiheena on vanhemmuus ja parisuhde. Aihe on rajattu parisuhdetta vahvistaviin ja heikentäviin tekijöihin, ja kuinka hoitotyön ammattilainen voi tukea vanhemmuuden ja parisuhteen yhteensovittamisessa kahden vanhemman perheissä. Asiasanat tiedonhakuja varten on valittu toimeksiannon perusteella. Asiasanat tulevat ilmi tiedonhaun taulukossa (liite 1). Sekä sairaanhoitaja- että terveydenhoitajaopiskelijoista käytetään tässä opinnäytetyössä yleisnimitystä sairaanhoitajaopiskelijat. Viidennellä lukukaudella kummallakin opiskelijaryhmällä on samat perusopinnot perhehoitotyöstä.

Opinnäytetyötä varten on tehty tiedonhaun taulukko (liite 1) sekä manuaalinen tiedonhaku (liite 2). Tiedonhaussa on hyödynnetty erilaisia tietokantoja, jotka sisältävät tieteellisiä artikkeleita ja julkaisuja. Varsinaisen tiedonhaun jälkeen opinnäytetyössä on hyödynnetty erilaisia oppikirjoja, verkkolähteitä sekä oppaita tukemaan tieteellistä tietoa. Opinnäytetyöhön valikoitui artikkeleita ja

tutkimuksia seuraavista tietokannoista: Terveysportti, Medic, Cochrane, Cinahl ja PubMed. Manuaalista tiedonhakua tehtiin Väestöliiton sivuilta sekä Hoitotiede ja Tutkiva hoitotyö -lehdistä (liite 2). Tietokannat valittiin sen perusteella, että ne olivat saatavilla opinnäytetyön tekijöille Karelia-ammattikorkeakoulun käyttöoikeuden vuoksi.

Käytettyjä asiasanoja tiedonhaussa olivat esimerkiksi vanhemmuus, parisuhde, avioliitto, heikentävä tekijä, vahvistava tekijä, tukeminen, ohjaus ja lapsiperhe. Englanninkielisiä asiasanoja olivat parenting, relationship, marriage, parenthood, families, support ja counseling. Asiasanat on sisällytetty osaksi tiedonhaun taulukkoa (liite 1). Asiasanat valikoituivat opinnäytetyön keskeisten aiheiden ja teemojen mukaan, jotka ovat vanhemmuus ja parisuhde sekä näiden tukeminen hoitotyön ammattilaisena.

Tiedonhaussa kielenrajaus on rajattu suomen- ja englanninkielisiin lähteisiin, koska opinnäytetyön laatijat eivät voi taata lähteiden ymmärtämisen oikeellisuutta muilla kielillä. Aikarajauksessa on huomioitu lähteen uutuus suosimalla viimeisen kymmenen vuoden aikana julkaistuja teoksia. Lähteinä on käytetty myös vanhempia teoksia, jotka nykypäivänäkin ovat yleispäteviä ja relevantteja, eikä uudempia sopivia teoksia ole julkaistu.

6.4 Sähköinen diaesitys

Tämän opinnäytetyön toiminnallinen osuus toteutettiin sähköisenä diaesityksenä. Sähköinen diaesitys on rinnastettavissa oppimateriaali-termin. Sähköisellä diaesityksellä tässä opinnäytetyössä tarkoitetaan äänitettyä ja tekstitettyä diaesitystä, jonka tarkoitus on antaa tietoa hoitotyön keinoista, joilla sairaanhoitajaopiskelija voi tukea vanhemmuutta ja parisuhdetta.

Oppimateriaalin laadukkuutta pohdittaessa tulee huomioida materiaalin tarkoitus, tavoite ja sen kyky tukea opiskelua. Materiaalin täytyy

olla merkityksellinen oppimisen kannalta. Verkkomateriaalin laatua parantaa ajantasaisen ja uuden tiedon hyödyntäminen. Laatua on myös visuaalisesti selkeä ja käytännöllinen oppimisympäristö. (Opetushallitus 2021.)

Oppimismateriaalin tulee herättää pohdintaa ja ristiriitaisuuksia opiskelijassa, ja sillä tulee olla opiskelijan kannalta asetettu merkityksellinen tavoite. Opiskelijalla tulee olla mahdollisuus saada riittävä ohjaus materiaalin läpikäyntiin. Verkossa olevien materiaalien tulee soveltua erilaisille opiskelijoille. (Nokelainen & Sointu 2003.) Lukija muodostaa oman käsityksen tekstin sisällöstä ja merkityksestä pohjautuen omiin elämäkokemuksiinsa ja lukutottumuksiinsa. Oletuksena on, että diaesityksen opiskelijoilla voi olla omakohtaisia kokemuksia vanhemmuudesta ja parisuhteesta, mikä voi vaikuttaa opiskeltavaan aiheeseen. (Raustevon Wright ym. 2003, 78–79, 96.)

Digitaalisten palvelujen tulee olla saavutettavia, jotta ne olisivat yhdenvertaisia kaikille. Digitaalisissa palveluissa ja materiaaleissa on oltava selvitys niiden saavutettavuudesta sekä saavutettavuudesta poikkeamisesta. Palvelujen on oltava selkeät ja kaikille saatavilla olevat. (Laki digitaalisten palvelujen tarjoamisesta 306/2019, 7 §.) Laki digitaalisten palveluiden tarjoamisesta koskee kaikkia sähköisiä palveluita ja tiedostoja, joiden ymmärtämisessä, lukemisessa, näkemisessä tai kuulemisessa käyttäjällä voi olla ongelmia. Vaikeuksia voi tuottaa monimutkaiset kielirakenteet sekä visuaaliset tehosteet ja värit. (Aluehallintovirasto 2021.) Saavutettavuus on huomioitu opinnäytetyössä siten, että äänitetyn diaesityksen tekstitys on laadittu erilliselle tiedostolle (liite 4).

Verkossa esitettävän materiaalin tulee olla omaa ajatusta eikä toisen tekstiä saa käyttää ilman asianmukaisia viittauksia (Keränen & Penttinen 2007, 151). Oppimisen kannalta on edullista, että dioissa on vain vähän tekstiä. Se mahdollistaa, että kuuntelija voi pohtia kuulemaansa pelkän lukemisen sijasta. Luettelo ei kuitenkaan ole hyvä oppimiseen, sillä se yksinkertaistaa sisällön. (Lammi 2009, 19–20.)

PowerPoint-ohjelmalla tehdyssä esityksessä tulee välttää liian huomiota herättäviä tehosteita, että opiskelijan keskittyminen ei fokusoi niihin (Keränen &

Penttinen 2007, 159). Hyvä tausta sopii esitykseen, mutta se ei kuitenkaan saa viedä huomiota pois pääasiasta, eli diaesityksen sisällöstä (Lammi 2009, 58). Taustan värivalinta tehdään myös tilanteen mukaan. Tumma tausta on virallisempi, kun taas vaaleaa taustaa käytetään rennommissa esityksissä. (Lammi 2009, 63.)

Opinnäytetyössä on käytetty Karelia-ammattikorkeakoulun PowerPoint-diaesityspohjaa (liite 3). Diaesityksen pohjaan on sisällytetty kuvia tuomaan visuaalisuutta ja herättämään mielenkiintoa. PowerPoint taustan värimaailma perustuu myös siihen, että opinnäytetyön toimeksiantaja tulee näkyviin.

Oppimista voi edistää se, jos opiskeltava materiaali kiinnittää itseensä kaiken huomion. Erilaisia vaihtoehtoja opiskeltavan asian erottamiseksi ovat visuaaliset valinnat asettelussa, väreissä ja muotoilussa. (Rauste-von Wright ym. 2003, 109–110.) Kirkkaat värit kiinnittävät yleensä huomiota, ja siksi ne ovat hyvä väri asioiden korostamiseen. Hyvään diaesitykseen 3–5 väriä on kohtuullinen määrä. Punaisen, vihreän ja sinisen väriyhdistelmät tuottavat vaikeuksia värisokeille. (Lammi 2009, 66–73.)

Äänitetty diasesitys sopii itsenäiseen työskentelyyn, jolloin tuotettu puhe yhdessä ytimekkäiden lauseiden kanssa tukee asian sisäistämistä. Äänitetyssä diasesityksessä puheen tulisi olla selkeää ja kuuluvaa. (Lammi 2009, 146–147.) Kuuntelemisessa huomio kiinnittyy lähinnä puhujan ääneen, sen sävyihin ja painotuksiin (Rauste-von Wright ym. 2003, 109–110).

6.5 Pohdintatehtävä

Toimeksiantajan toiveena on herättelevä pohdintatehtävä vanhemmuutta ja parisuhdetta käsittelevälle opintojaksolle. Pohdintatehtävä on opinnäytetyössä rinnastettavissa termiin oppimistehtävä. Hyvän oppimistehtävän lähtökohtana on se, että opiskelija hyötyy siitä. Tehtävän tulee olla visuaalisesti ja kielellisesti selkeä. Opiskelijan tulee saada selville, mikä on tehtävän tarkoitus, ja miten se liittyy opiskeltavaan aiheeseen. (Hätönen & Mykrä 2008, 16.)

Oppimistehtävä voi orientoida opiskelijaa opiskeltavaan aiheeseen tai kartoittaa jo olemassa olevaa tietoa. Oppimistehtävän tarkoituksena on tukea opintoja, innostaa opiskelijaa sekä kasvattaa opiskelijan osaamista. (Hätönen & Mykrä 2008, 15.)

Pohdintatehtävää ja sähköistä diaesitystä varten on laadittu ohjeet eli tehtävänanto. Laatijan tulee kuitenkin olla tarkka, että ohjeet ovat tarpeeksi selkeät, jotta opiskelija ymmärtää ne ilman opettajan läsnäoloa. Verkossa opiskelu on vielä epätasa-arvoista, sillä toisilla on rutkasti enemmän tietotaitoa internetin käytöstä kuin toisilla, ja se tulee ottaa huomioon. (Haasio & Piukkula 2001, 37.) Tehtävänantoa laatiessa tulee pohtia, miksi tehtävä tehdään, mitä tehtävässä pyydetään tekemään, kuka sen tekee, millä resursseilla tekijä tehtävää tekee ja millaisessa muodossa tehtävä on tarkoitus tuottaa. Ohjeistuksen tulisi olla mahdollisimman selkeä ja ymmärrettävä sekä kirjallisessa muodossa oleva. (Hätönen & Mykrä 2008, 16.)

Pohdintatehtävän tavoitteena oli herätellä ajatuksia parisuhteen ja vanhemmuuden yhteensovittamisesta ja millaisilla keinoilla voit ammattilaisena tukea vanhempia. Pohdintatehtävä oli seuraavan lainen: "Pohdi, millaisilla konkreettisilla keinoilla voisit tukea juuri ensimmäisen lapsen saanutta pariskuntaa vauva-arkeen siirryttäessä. Pohdi tilannetta sekä vanhemmuuden että parisuhteen kannalta".

6.6 Sähköisen diaesityksen ja pohdintatehtävän arviointi

Sähköisestä diaesityksestä ja pohdintatehtävästä laadittiin yhteinen Webropol-kysely, jossa kysyttiin opiskelijoiden kokemuksia ja palautetta visuaalisuudesta sekä sisällön merkityksellisyydestä opintojakson kannalta (liite 5). Kyselyn tarkoituksena oli selvittää sähköisen diaesityksen ja pohdintatehtävän vaikutusta opiskeltavan sisällön ymmärtämiseen. Kysely sisälsi monivalintakysymyksiä, ja se lähetettiin sähköisenä linkkinä perhehoitotyön opintojakson opettajalle, joka jakoi kyselyn sähköisen diaesityksen ja pohdintatehtävän kanssa

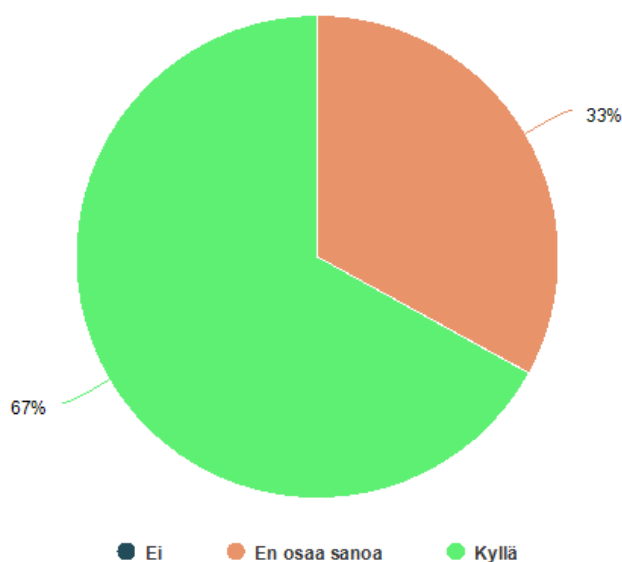
perhehoitotyön opintojakson Moodleen. Opiskelijoilla oli mahdollisuus antaa palautetta noin kolmen viikon ajan tammikuussa 2022.

Webropol-kyselyn lähtökohtana on tässä opinnäytetyön raportissa kuvatut oppimateriaalin laadukkuuden kriteerit sekä erilaiset oppimiseen liittyvät asiat, kuten visuaalisuus ja muotoilu. Liitteestä 5 ilmenee palautekyselyn kysymykset, jotka on laadittu opinnäytetyössä esitettyjen oppimateriaalin laadukkuuden kriteereihin pohjautuen.

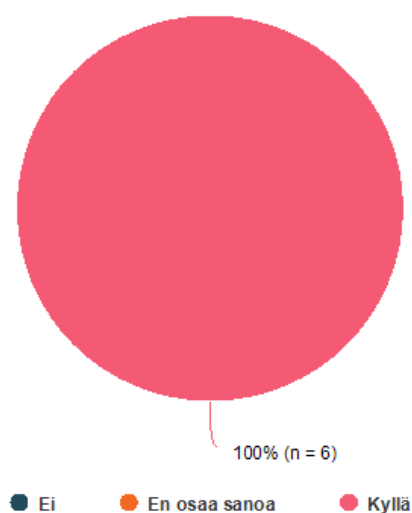
6.7 Sähköisen diaesityksen ja pohdintatehtävän palaute

Webropol-kyselyyn vastasi 6 henkilöä. Kyselyn oli avannut 10 henkilöä. Suurin osa palautteesta oli analysoitavissa numeerisessa muodossa. Vastausaika oli varsin lyhyt. Otantaryhmänä toimi 28 sairaanhoitajaopiskelijaa, jotka suorittivat perhehoitotyön opintojaksoa keväällä 2022.

Suurin osa vastaajista koki, että diaesityksen ja pohdintatehtävän ohjeistus oli selkeä. Kolmas osa vastaajista ei osannut sanoa, oliko diaesityksen ja pohdintatehtävän ohjeistus selkeä. (Kuvio 1). Kaikki vastaajista kokivat diaesityksen ja pohdintatehtävän tukevan heidän oppimistaan (kuvio 2).

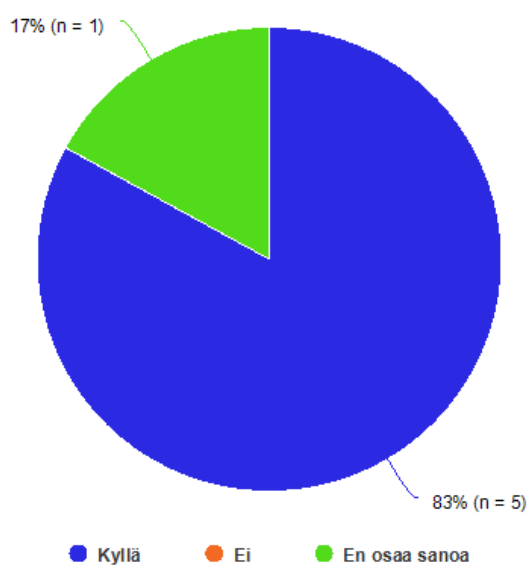


Kuvio 1 Opiskelijoiden (n=6) vastaukset kysymykseen ”Onko diaesityksen ja pohdintatehtävän ohjeistus selkeä?”.



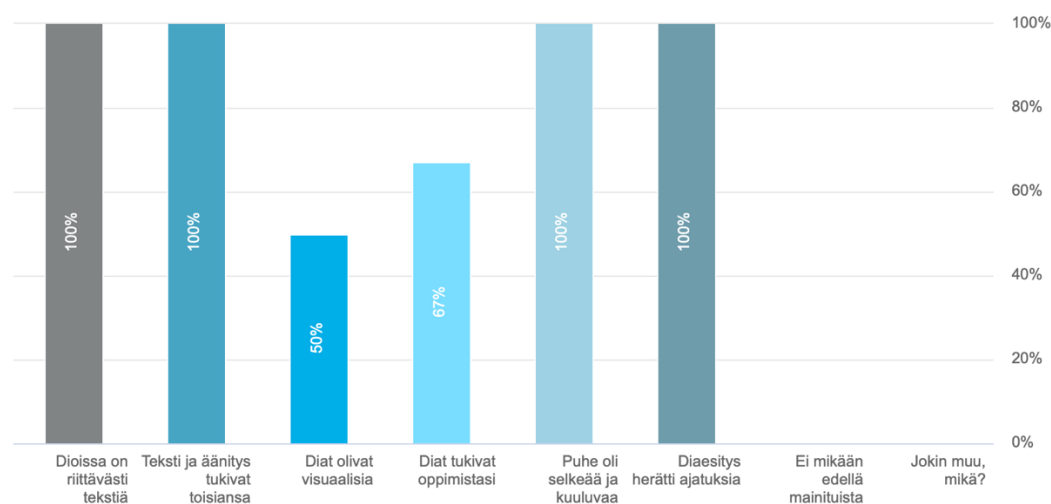
Kuvio 2 Opiskelijoiden (n=6) vastaukset kysymykseen "Koetko, että diaesityksen ja pohdintatehtävä tukivat oppimistasi?".

Suurin osa vastaajista oli sitä mieltä, että diaesitys vastasi diaesityksen johdannossa annettuun tavoitteeseen. Yksi vastaajista puolestaan ei osannut sanoa vastasiko diaesitys johdannossa esitettyyn tavoitteeseen. (Kuvio 3).



Kuvio 3 Opiskelijoiden (n=6) vastaukset kysymykseen "Vastasiko diaesitys johdannossa esitettyyn tavoitteeseen?".

Kaikkien vastanneiden mielestä tekstin määrä dioissa oli riittävä ja tekstisisältö yhdessä äänityksen kanssa tukivat toisiaan. Myös puheen koettiin olevan selkeää ja kuuluvaa, ja diaesityksestä heräsi ajatuksia. Suurin osa vastaajista oli sitä mieltä, että diat tukivat heidän oppimistaan. Puolet vastaajista oli sitä mieltä, että diaesitys oli visuaalisesti suunniteltu. (Kuvio 4).



Kuvio 4 Opiskelijoiden (n=6) vastaukset kysymykseen "Toteutuivatko seuraavat asiat?".

Webropol-kyselyssä oli mahdollisuus jättää kehittämissuhteita kirjallisesti diaesitykseen, pohdintatehtävään tai ohjeistukseen. Kirjallista palautetta jätti kolme vastaajaa.

Ihan kamala sanoa mutta tämä Karelian pohja missä on outoja vihreitä värejä, tekee aina hieman apean vaikutelman. Dioissa olevat kuvat tekevät dioista mielenkiintoisempia ja asiat yhdistyvät paremmin kuvan kera. Varsinkin piirretyt kuvat auttavat asioiden mieleenpainumisessa.

Ei varsinaista kehitysideoita tullut mieleen, mutta jäin vaan pohtimaan, että oliko tämä kyseinen - heikentävä tekijä - "Äidin vartalossa tapahtuvat muutokset raskauden aikana." - ihan oikeasti joku jossain kyselyssä esiin tullut parisuhdetta heikentävä asia. Minusta se vaan kuulostaa hurjalta, jos näin on, koska tuollainen ei omaan ajatusmaailmaan oikein mahdu.

Ei kehitettävää. Mielestäni diaesitys ja pohdintatehtävä olivat kivat ja visuaaliset. Kuvat piristivät esitystä ja äänitys oli hyvä.

7 Pohdinta

7.1 Sähköisen diaesityksen ja pohdintatehtävän tarkastelu

Kohderyhmältä saadussa palautteessa koettiin sähköisen diaesityksen ja pohdintatehtävän tukevan heidän oppimistaan ja myös visuaalisten seikkojen olevan oppimista tukevia. Sähköisen diaesityksen visuaalisuus pohjautui lähdemateriaalissa esitettyihin kohtiin. Koska diaesityksessä käytettiin Karelia-ammattikorkeakoulun diaesityspohjaa, oli värimaailma ennalta mietitty. Fontin koko arviointiin silmämääräisesti siten, ettei se ollut liian pieni tai suuri.

Äänityksessä kiinnitettiin huomiota lausuntaan, artikulointiin sekä rauhalliseen puheeseen. Saavutettavuus huomioitiin hyvin laatimalla erillinen tiedosto, jossa oli sähköisen diaesityksen puhuttu sisältö tekstimuodossa. Alun perin oli tarkoitus, että tekstitys olisi osana diaesitystä. Puutteellisen taidon ja välineistön vuoksi tekstitystä ei saatu osaksi diaesitystä.

Opinnäytetyön tuotos vastasi toimeksiantoa. Toimeksiantona oli tuottaa perhehoitotyön opintojaksolle oppimismateriaalia vanhemmuudesta ja parisuhteesta, jonka opinnäytetyön laatijat rajasivat vahvistaviin ja heikentäviin tekijöihin sekä hoitotyön ammattilaisen näkökulmaan. Tuotosta palautettiin useaan otteeseen toimeksiantajalle, jotta varmistuttiin yhteisestä näkemyksestä ja että sisältö vastaa toimeksiantajan toivetta. Opinnäytetyösuunnitelmassa toteutui kaikki sille asetetut tavoitteet. Lähdemateriaalia saatiin kerättyä laajasti eri tietokannoista, mikä mahdollisti toiminnallisen osuuden tekemisen ja diaesityksen laatimisen.

Diaesityksen palautteessa diaesityksen koettiin olevan vain osan vastaajien mielestä visuaalinen. Tätä tukee kirjallisesti saatu palaute diaesityspohjan värimaailmasta, joka on värillään vaikuttanut opiskelijan oppimiskokemukseen. Kuvien ja kaavioiden koettiin lisäävän diaesityksen kiinnostavuutta. Kuvia oli muutama kappale diaesityksessä (liite 3), mutta kuvat olivat melko pienikokoisia. Miellekartoilla pyrittiin vaihtamaan yksittäisten diojen asettelua ja täten herättämään mielenkiintoa. Visuaalisuuteen olisi voinut vaikuttaa esimerkiksi

valitsemalla toisenlaisen diaesityspohjan. Kuitenkin toimeksiantajan ollessa Karelia-ammattikorkeakoulu, oli perusteltua käyttää heidän organisaationsa pohjaa.

Heiskanen ym, (2017) mukaan raskauden ja synnytyksen aikana äidin vartalossa tapahtuu muutoksia, jotka vaikuttavat seksuaaliseen kanssakäymiseen heikentävästi (Heiskanen ym. 2017, 56). Sähköisen diaesityksen palautteessa oli pohdittu sitä, onko äidin vartalossa tapahtuvat muutokset heikentävä tekijä. Tämä tukee opinnäytetyössä kerrottavia hyvän oppimismateriaalin kriteerejä. Nokelaisen ja Soinnun (2003) mukaan oppimismateriaalin tulee herättää pohdintaa ja ristiriitaisuuksia opiskelijassa (Nokelainen & Sointu 2003).

Opetushallituksen (2021) mukaan oppimateriaalin laadukkuutta pohdittaessa tulee huomioida materiaalin tarkoitus, tavoite ja sen kyky tukea opiskelua. Materiaalin täytyy olla merkityksellinen oppimisen kannalta. Verkkomateriaalin laatua parantaa ajantasaisen ja uuden tiedon hyödyntäminen. Laatua on myös visuaalisesti selkeä ja käytännöllinen oppimisympäristö. (Opetushallitus 2021.) Webropol-kyselystä saatujen palautteiden kautta voidaan todeta, että sähköinen diaesitys ja pohdintatehtävä olivat onnistuneet. Ne herättivät ajatuksia, olivat huolellisesti suunniteltuja visuaalisesti sekä ne tukivat opiskelijoiden oppimista. Palautteista päätellen sähköinen diaesitys ja pohdintatehtävä sisälsivät tavoitteen ja se oli merkityksellinen opiskelijoille. Oppimateriaalin laadun kriteerit täyttyivät palautteen perusteella.

7.2 Luotettavuus ja eettisyys

Hyvä tieteellinen käytäntö koskee kaikkea tieteellistä materiaalia, joka on saatavilla väestölle. Käytännön toteuttamisen vastuu on kirjoittajalla. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012.) Tutkimuseettinen neuvottelukunta (2012), Sarajärvi ja Tuomi (2018) toteavat, että hyviä tieteellisiä käytäntöjä ovat tiedon tarkka ja avoin tuottaminen, analysointi ja raportointi. He toteavat, että käytettyyn lähdemateriaaliin tulee viitata asianmukaisesti ja tarkasti. Heidän mukaansa tutkimus-tieteelliset eettiset kysymykset liittyvät myös vahvasti hyviin tieteellisiin

käytäntöihin. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 6–7.; Sarajärvi & Tuomi 2018, luku 5.3.) Eskolan ja Suorannan (1998) mukaan luotettavuutta voi arvioida tutkimuksen tekijän näkökulmasta, sillä tutkijan omat ajatukset ja asenteet väistämättä vaikuttavat tutkimusprosessiin aihevalinnasta pohdintaan. Heidän mukaansa luotettavuuteen vaikuttaa käytetyt termit, ja että laadullisen tutkimuksen luotettavuuden kriteerit ovat siirrettävyys, uskottavuus, varmuus ja vahvistuvuus. (Eskola & Suoranta 1998, 211–213.)

Tässä toiminnallisessa opinnäytetyössä hyödynnetään laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arvioinnin kriteereitä. Opinnäytetyössä pyrittiin käyttämään ymmärrettäviä ilmaisuja ja selittämään vaikeammat termit, jotta lukija tietää mistä on kyse. Lähdemateriaalia selattaessa pyrittiin valitsemaan lähteitä, jotka olivat sekä ristiriidassa toistensa kanssa että tukivat toisiaan. Täten vältyttiin siltä, että opinnäytetyö käsittelee aiheita vain yhdestä näkökulmasta. Lähdemerkintöihin kiinnitettiin tarkasti huomiota, jotta ne vastaisivat hyvää tieteellistä käytäntöä sekä Karelia-ammattikorkeakoulun referoinnin ohjeita. Lähdemateriaalia olisi voinut löytyä enemmänkin laajentamalla hakukriteereitä sekä valikoimalla useampia tietokantoja tiedonhakuun. Lopulta lähdemateriaalia valikoitui melko useasta tietokannasta ja suurin osa opinnäytetyössä käytetystä lähdemateriaalista oli tieteellistä. Joitakin ei-tieteellisiä lähteitä käytettiin tukemaan opinnäytetyön tieteellistä tietoa.

Kyrön (2004) mukaan opinnäytetyöprosessin aikana tulee pohtia työn valintoja, kuten nimeä, aiheen rajausta, aineistoa, avainsanoja sekä tuloksia, ja kuinka valinnat ovat vaikuttaneet asetetun tavoitteen saavuttamiseksi (Kyrö 2004, 142–144). Sarajärven ja Tuomen (2018) mukaan luotettavuutta voi arvioida esimerkiksi lähteiden, vertaisarvioinnin ja tutkimusaiheen valinnan kautta. He toteavat, että työ tulisi pystyä toistamaan kirjoittajan antamilla tiedoilla, ja että tieteellisen tiedon tulee olla julkista, avointa sekä puolueetonta. (Sarajärvi & Tuomi 2018, luku 6.2–6.3.)

Opinnäytetyön aihe valikoitui opinnäytetyön laatijoiden mielenkiinnon mukaan. Aihetta lähdettiin rajaamaan siten, että se olisi realistinen toteuttaa opinnäytetyöprosessin laajuuden puitteissa. Toimeksiantona oli tuottaa perhehoitotyön

opintojaksolle oppimismateriaalia vanhemmuudesta ja parisuhteesta, jonka opinnäytetyön laatijat rajasivat vahvistaviin ja heikentäviin tekijöihin sekä hoitotyön ammattilaisen näkökulmaan. Avainsanoiksi valikoitui keskeisiä käsitteitä, jotka liittyvät vanhemmuuteen ja parisuhteeseen. Tiedonhaussa haluttiin korostaa lähteiden luotettavuutta rajaamalla hakukriteerejä ja valittuja lähteitä.

Sähköisestä diaesityksestä ja pohdintatehtävästä saadun palautteen määrä jäi verrattain vähäiseksi, mikä vähentää opinnäytetyön luotettavuutta. Se olisi lisännyt sekä arvioinnin luotettavuutta että antanut enemmän näkökulmia diaesityksen ja pohdintatehtävän tarkasteluun. Pidempi vastausaika, vastaamiseen muistuttaminen ja kehottaminen olisivat voineet kasvattaa vastaajamäärää. Opintojakso oli vasta alkanut, eikä kaikki opiskelijat välttämättä olleet vielä kerenneet perehtymään sähköiseen diaesitykseen tai pohdintatehtävään.

7.3 Ammatillinen kasvu

Opinnäytetyön tekemisen aikana hyödynnettiin henkilökohtaisia opinnäytetyöpäiväkirjoja, jotka auttoivat jäsentämään ajatuksia sekä selkeyttämään kahden tekijän työnjakoa. Myös erilaiset listaukset lähteistä ja tiedonhausta edistivät opinnäytetyön suunnitelman laatimista. Kirjoittamisen työpajat helpottivat kirjoittamisprosessin aloittamista ja lähdemerkintöjen tekemistä. Tiedonhaun pajasta sai opinnäytetyön lähdemateriaalin etsimiseen ja tietokantojen käyttöön hyviä neuvoja, jotka edistivät tiedonhakua.

Opinnäytetyön tekeminen on syventänyt osaamista perhehoitotyön osa-alueella ja se antaa itselle valmistumisen jälkeen valmiuksia tukea vanhemmuuteen siirtymisessä ja parisuhteen vaalimisessa. Opinnäytetyö antaa valmiuksia näyttöön perustuvan tiedon löytämisessä ja hyödyntämisessä, mikä lisää ammatillisen ohjauksen laadun ja yleisen tietotaidon kehittymistä.

Opinnäytetyö on kehittänyt opinnäytetyön tekijöitä tulevinä sairaanhoitajina muun muassa opettamalla pitkäaikaisen prosessin tekemistä tiiminä. Tiimityötaidot sekä vuorovaikutustaidot ovat kehittyneet läpi opinnäytetyön tekemisen.

Tulevina sairaanhoitajina opinnäytetyön tekijät ovat saaneet tietoa vanhemmuuteen ja parisuhteeseen vaikuttavista tekijöistä. Tulevaisuudessa opinnäytetyön tekijät voivat hyödyntää näitä tekijöitä, kun hän selvittää perheen tai pariskunnan tuen tarpeita.

7.4 Opinnäytetyöprosessin tarkastelu

Opinnäytetyöprosessi alkoi syyskuussa 2021 aiheen valinnalla ja aihe suunnitelman tekemisellä. Aihe suunnitelman jälkeen laadittiin opinnäytetyön suunnitelma, joka sisälsi tiedonhaun (liite 1 & liite 2) ja teoriaperustan kirjoittamisen. Prosessin alussa laadittiin myös aikataulu ja pohdittiin mahdollisia kustannuksia, joita opinnäytetyöstä voisi syntyä. Havaittiin, että opinnäytetyön tekemiseen ei vaadita rahoitusta eikä rahoittajaa.

Opinnäytetyön suunnitelman valmistuttua alettiin tuotosta laatimaan. Tuotosta aloitettiin tekemään marraskuussa 2021. Tuotoksena syntyi sähköinen diaesitys ja siihen liittyvä pohdintatehtävä. Tuotos lähetettiin toimeksiantajalle tammikuun alussa. Sairaanhoitajaopiskelijat aloittivat opintojakson tammikuun toisella viikolla. Webropol-kyselyyn heillä oli mahdollisuus vastata kolmen viikon ajan, tammikuun 2022 loppu puolelle saakka.

Kun opinnäytetyöstä oli saatu palautetta sairaanhoitajaopiskelijoilta, viimeisteltiin kirjallinen opinnäytetyön raportti saadun palautteen myötä. Opinnäytetyötä oli tarkoitus alusta alkaen esittää helmikuun 2022 seminaarissa. Opinnäytetyö pysyi sille asetetussa aikataulussa.

7.5 Jatkokehityshaasteet

Lähdemateriaalia aiheeseen löytyi hyvin sekä suomeksi että englanniksi. Hoitotyön näkökulmasta materiaalia oli hankalampaa löytää parisuhteen ja vanhemmuuden tukemiseen. Tässä nähdään, että tulevaisuudessa aihetta tulee tarkastella sairaanhoitajan näkökulmasta ja luoda erilaisia oppaita. Hoitotyön

ammattilaisen auttamismenetelmien materiaaleissa kävi ilmi, että hoitotyön ammattilaisilla on puutteelliset tiedot ohjata vanhempia tai pariskuntia jatko-ohjauksen piiriin liittyen parisuhteen tukemisen asioihin. Parisuhteen tukemisesta on vain vähän näyttöön perustuvaa tietoa hoitotyön ammattilaisille. Materiaalia löytyi enimmäkseen psykologian näkökannasta eikä niinkään hoitotyön käyttötarpeeseen.

Hyvän diaesityksen koostamisesta löytyy niukasti tutkittua tieteellistä tietoa. Jotta opinnäytetyö olisi luotettava, tulisi näistäkin olla tutkittua tietoa. Toiminnallisesta opinnäytetyöstä löytyy vain yksi opasteos, joka on vanha, eikä sitä ole suunniteltu esimerkiksi hoitotyön opintojen kannalta. Olisi hyvä, että jatkossa tulisi lisää materiaaleja, jotka tukevat alakohtaisia opinnäytetöitä.

Opinnäytetyön suunnitelmaan kerättyä materiaalia perheistä, vanhemmuudesta, parisuhteesta sekä opinnäytetyön tekemisestä voisi hyödyntää toisiin opinnäytetöihin tai oppimateriaalin koostamiseksi. Opinnäytetyötä voi hyödyntää monenlaiseen tarkoitukseen kuten edellä on todettu. Opinnäytetyön toiminnallista osuutta voi hyödyntää oppimismateriaalina opiskelijoille tai kertausmateriaalina ammattilaisille. Materiaalia voitaisiin käyttää esimerkiksi neuvoloissa ja vastaanotoilla. Opinnäytetyön kirjallista materiaalia pystyisi myös jakamaan perhettä suunnitteleville, odottaville äideille sekä heidän puolisoilleen tai tuoreille vanhemmille. Näin vanhemmat voisivat omassa rauhassa käydä vanhemmuuteen ja parisuhteeseen liittyviä asioita läpi, ja silloin kiinnittäisivät asiaan ehkä enemmän huomiota. Saavutettavuutensa vuoksi se on mahdollista kuunnella tai lukea, joten tuotos olisi saatavilla näkö- ja kuulovammaisille henkilöille.

Jatkossa tulisi tutkia enemmän, millaisia auttamiskeinoja vanhemmat ja pariskunnat tarvitsevat terveydenhuollon ammattilaisilta. Hakulinen-Viitanen, Laatikaisen ja Poutiaisen (2014) mukaan vanhempien ja siten koko perheen haasteet selviävät usein, jos lapsella on jokin tuentarve (Hakulinen-Viitanen, Laatikainen & Poutiainen 2014). Tässä korostuu myös se ajatus, että neuvolatoiminnassa tulee herkästi puuttua perheen ongelmiin sekä ongelman ilmetessä että ennaltaehkäisevästi. Kuitenkin opinnäytetyötä tehdessä ilmeni, ettei ole tutkittu, miten tällaista ennakoitavaa työtä voitaisiin neuvoloissa tehdä ja kuinka löytää

ne vanhemmat ja perheet, jotka tarvitsevat tukea vanhemmuuteensa ja parisuh-
teeseensa.

Lähteet

- Adoptiolaki 22/2012. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajan-tasa/2012/20120022?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=Adoptiolaki#L2P8>. 10.11.2021.
- Aho, A. & Kunnari, L. 2018. Äitien saama tuki lapsenkuoleman jälkeisessä raskaudessa ja elämässä uuden lapsen kanssa. *Tutkiva Hoitotyö* 16(1), 12–19.
- Aho, A., Kaunonen, M. & Sjöblom, S. 2015. Myönteiset muutokset parisuhteessa lapsen kuoleman jälkeen. *Hoitotiede* 27(2), 117–131.
- Aho, A., Kaunonen, M., Laitinen, M. & Salonen, A. 2013. Äitien neuvolan terveydenhoitajalta saama sosiaalinen tuki lapsivuodeaikana. *Hoitotiede* 25(3), 171–182.
- Aho, A., Salonen, A., Tarkka, M-T., Vuorenmaa, M. & Åstedt-Kurki, P. 2011. Puolivuotiaiden lasten isien neuvolan terveydenhoitajalta saamat ohjeet ja tuki. *Hoitotiede* 23(4), 285–295.
- Airaksinen, T. & Vilkkä, H. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Aluehallintovirasto. 2021. Mitä palveluja ja sisältöjä laki koskee?. <https://www.saavutettavuusvaatimukset.fi/digipalvelulain-vaatimukset/mita-palveluja-ja-sisaltoja-laki-koskee/>. 14.9.2021.
- Baldwin, S., Bick, D., Malone, M. & Sandall, J. 2018. Mental health and wellbeing during the transition to fatherhood: a systematic review of first time fathers' experiences. *JBI database of systematic reviews and implementation reports* 16(11), 2118- 2191. <https://doi.org/10.11124/JBISRIR-2017-003773>. 28.9.2021.
- Bennet, C., Buchan, J., Fenwick, A., Gilmer, C., Leourneau, N., Shanker, S. & Smith-Chant, B. 2016. Parent education interventions designed to support the transition to parenthood: A realist review. *International Journal of Nursing studies* 59, 118-133. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2016.03.015> 28.9.2021.
- Broberg, M. 2010. Uusperheen voimavarat ja lasten hyvinvointi. <https://www.vaestoliitto.fi/verkkojulkaisut/uusperheen-voimavarat-ja-lasten-hyvinvointi/>. 15.9.2021.
- Bröer, C., Karasaki, M. & Veltkamp, G. 2020. Family health competence: Attachment, detachment and health practices in the early years of parenthood. *Social Science & Medicine* 266, 113–351. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113351>. 28.9.2021.
- Cordova, J., Hines, D., Ippolito Morril, M. & Mahmood, S. 2010. Pathways Between Marriage and Parenting for Wives and Husbands: The Role of Coparenting. *Family process*, 49(1), 59–73. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2010.01308.x>. 3.10.2021.
- Doss, B., Giesbrecht, G., Le, Y., MacKinnon, A., Madsen, J. & Tomfohr-Madsen, L. 2020. Improved Child Mental Health Following Brief Relationship Enhancement and Co-Parenting Interventions During the Transition to Parenthood. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17 (3), 766-. <https://doi.org/10.3390/ijerph17030766>. 3.10.2021.

- Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Haapakorva, A., Hakulinen-Viitanen, T. & Pelkonen, M. 2005. Äitiys- ja lastenneuvolatyö Suomessa. Sosiaali- ja terveysministeriö. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/72406/Selv200522.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. 29.9.2021.
- Haaranen, A., Häggman-Laitila, A., Pietilä, A-M. & Tammekas, T. 2018a. Perheen voimavarat ja tuen tarpeet lastenneuvolassa puolitoistavuotiaan lapsen laajoissa terveystarkastuksissa. Tutkiva hoitotyö 16(2), 29–35.
- Haaranen, A., Häggman-Laitila, A., Pietilä, A-M. & Tammekas, T. 2018b. Terveystarkastajan ja lääkärin kirjaukset puolitoistavuotiaan lapsen ja hänen perheensä laajoista terveystarkastuksista: asiakirja-analyysi. Tutkiva hoitotyö 16(3), 18–26.
- Haasio, A. & Piukkula, J. 2001. Oppiminen verkossa. Helsinki: BTJ Kirjastopalvelu Oy.
- Hakulinen-Viitanen, T., Laatikainen, T. & Poutiainen, H. 2014. Associations between family characteristics and public health nurses' concerns at children's health examinations. Scandinavian Journal of Caring Sciences 28 (2), 225–234. <https://doi.org/10.1111/scs.12035>. 28.9.2021.
- Hakulinen, T. & Mäkinen, A. 2016. Vanhempien osallisuus lastenneuvolan laajassa terveystarkastuksessa. Tutkiva Hoitotyö 14(4), 21–28.
- Halme, N., Kaunonen, M., Perälä, M.-L., Vuorenmaa, M. & Åstedt-Kurki. 2016. Perceived influence, decision-making and access to information in family services as factors of parental empowerment: a cross-sectional study of parents with young children. Scandinavian Journal of Caring Sciences 30 (2), 290-302. <https://doi.org/10.1111/scs.12243>. 28.9.2021.
- Heiskanen, L., Markova, K., Salmi, A. & Vaaranen, H. 2017. Läheinen parisuhde. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Huttunen, J. 2020. Mistä Terveys syntyy?. Lääkärikirja Duodecim. <https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/shk/article/dlk00928/search/parisuhde>. 13.9.2021.
- Hätönen, H. & Mykrä, T. 2008. Opas opetusmenetelmistä. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Joronen, K., Lehtonen, M., Valtatie, H. & Åstedt-Kurki, P. 2016. Poikien perheeseen liittyvät huolet ja ilonaiheet keskusteluissa Väestöliiton Poikien Puhelimessa. Hoitotiede 28(3), 217–228.
- Kalland, M. & Salo, S. 2020. Vanhemmuuden tukeminen vauva- ja lapsiperheissä. Duodecim. <https://www-terveysportti-fi.tietopalvelu.karelia.fi/xmedia/duo/duo15527.pdf>. 22.9.2021.
- Karelia-ammattikorkeakoulu. 2020. Opetussuunnitelmat Sairaanhoidaja (AMK), päivä. <https://opinto-opas.karelia.fi/fi/47/fi/122/STHnk21/plan/253/year/2020>. 24.2.2022.
- Karelia-ammattikorkeakoulu. 2022. Uuden opiskelijan opas. <https://karelia.fi/uuden-opiskelijan-opas/>. 24.2.2022.
- Kaunonen, M., Oommen, H., Rantanen, A., Salonen, A. & Tarkka, M.-T. 2011. Social support provided to Finnish mothers and fathers by nursing professionals in the postnatal ward. Midwifery 27 (5), 754–761. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2010.06.017>. 28.9.2021.

- Kela. 2021. Lapsiperheet. <https://www.kela.fi/lapsiperheet>. 1.11.2021.
- Keränen, V. & Penttinen, J. 2007. Verkko-oppimateriaalin tuottajan opas. Jyväskylä: WSOYpro: Docendo.
- Kontula, O. 2013. Yhdessä vai erikseen? Tutkimus suomalaisten parisuhteiden vahvuuksista, ristiriidoista ja eron syistä. Väestöliitto. <https://www.vaestoliitto.fi/uploads/2020/11/c9037b3b-perhebarometri-2013.pdf>. 13.9.2021.
- Kumpula, S. & Malinen, V. 2007. Integratiivisesta paripsykoterapiasta. Teoksessa Alkio, P. & Malinen, V. (toim.). Psykoterapia ja parisuhteen ikuinen arvoitus. Helsinki: Väestöliitto, 52–63.
- Kumpula, S. 2007. Intiimiys ja seksuaalisuus parisuhteessa. Teoksessa Alkio, P. & Malinen, V. (toim.). Psykoterapia ja parisuhteen ikuinen arvoitus. Helsinki: Väestöliitto, 82–90.
- Kyrö, P. 2004. Tutkimusprosessi valintojen polkuna. Hämeenlinna: Tampereen yliopisto.
- Lahdensuo, K. 2020a. Tietoa potilaalle: Ristiriitojen ratkaisu parisuhteessa. Lääkärikirja Duodecim. <https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/ltk/article/dlk01090/>. 14.9.2021.
- Lahdensuo, K. 2020b. Positiivinen vuorovaikutus parisuhteessa. Lääkärikirja Duodecim. <https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/ltk/article/dlk01089/search/parisuhde>. 14.9.2021.
- Laki digitaalisten palvelujen tarjoamisesta 306/2019. <https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2019/20190306#L5P16>. 14.9.2021.
- Laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta 361/1983. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1983/19830361#L2P6>. 19.10.2021.
- Lammi, O. 2009. Vaikuta visuaalisesti!. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Lindfors, A., Repo, J., Ristmäki, H-L., Tuutijärvi, L., Voutilainen A. & Lapsettomien yhdistys Simpukka ry. 2016. Tahattomasti lapsettomat. Teoksessa monimuotoiset perheet verkosto (toim.). Monimuotoiset perheet nyky-yhteiskunnassa, 34–38. https://monimuotoisetperheet.fi/wp-content/uploads/2015/08/opettajan_opas_v6.pdf. 1.10.2021.
- Malinen, V. & Kumpula, S. 2005. Terve ja toimiva parisuhde – vanhemmuuden kivijalka. Teoksessa Syrjälä, J. (toim.). Vahva vanhemmuus – paras tuki nuoren kasvuun. Helsinki: VL-M Markkinointi, 43–49.
- McHugh, TA., Noller, P. & Terry, DJ. 1991. Role dissatisfaction and the decline in marital quality across the transition to parenthood. Australian Journal of Psychology 43(3), 129–132. <https://doi.org/10.1080/00049539108260136>. 23.9.2021.
- Mielenterveystalo.fi. 2021. Lapsi ja ero. https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-opaat/itsehoito/eron_omahoito/Pages/osio3.aspx. 1.11.2021.
- Nokelainen, L. & Sointu, L. 2003. Oppimista ja opiskelua ohjaavat materiaalit. Teoksessa Matikainen, J. (toim.). Oppimisen ohjaus verkossa. Helsinki: Palmenia-kustannus, 69–87.
- Opetushallitus. 2021. E-oppimateriaalin laatukriteerit. <https://www.oph.fi/fi/julkaisut/e-oppimateriaalin-laatukriteerit>. 6.10.2021.
- Rauste-von Wright, M. Soini, T. & von Wright, J. 2003. Oppiminen ja koulutus. Helsinki: WSOY.
- Sarajärvi, A. & Tuomi, J. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. Helsinki: Tammi. Ellibs Library. 14.9.2021.

- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2004. Lastenneuvola lapsiperheiden tukena – Opas työntekijöille. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74223/Opp200414.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. 6.10.2021.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2008. Isien ja isyyden tukeminen äitiys- ja lastenneuvoloissa. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/72376/Selv200824.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. 29.9.2021.
- Suomen virallinen tilasto. 2021a. Perheet 2020. Tilastokeskus. http://www.stat.fi/til/perh/2020/perh_2020_2021-05-28_tie_001_fi.html. 7.10.2021
- Suomen virallinen tilasto. 2021b. Syntyneet. Tilastokeskus. http://www.stat.fi/til/synt/2020/synt_2020_2021-04-23_tie_001_fi.html. 12.10.2021.
- Suomen virallinen tilasto. 2021c. Siviilisäädyn muutokset 2020. Tilastokeskus. https://www.stat.fi/til/ssaaty/2020/ssaaty_2020_2021-06-18_tie_001_fi.html. 18.10.2021.
- Suomen virallinen tilasto. 2021d. 121e -- Siviilisäädyn muutokset, 1990–2020. https://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin_vrm_ssaaty/statfin_ssaaty_pxt_121e.px/table/table-ViewLayout1/. 1.11.2021.
- Suomen virallinen tilasto. 2021e. Tutkimus- ja kehittämistoiminta. Tilastokeskus. <https://www.tilastokeskus.fi/til/tkker/kas.html>. 15.12.2021.
- Suutari, P. 2016. Adoptioperheet. Teoksessa monimuotoiset perheet verkosto (toim.). Monimuotoiset perheet nyky-yhteiskunnassa, 18–21. https://monimuotoisetperheet.fi/wp-content/uploads/2015/08/opettajan_opas_v6.pdf. 1.10.2021.
- Taanila, A., Kokkonen, J. & Järvelin, M.-R. 2021. Lapsen vaikean sairauden tai vammaisuuden vaikutus perheen toimintamalleihin. <https://www.laakarilehti.fi/tieteessa/alkuperaistutkimukset/lapsen-vaikean-sairauden-tai-vammaisuuden-vaikutus-perheen-toimintamalleihin/>. 16.11.2021
- Tuhkasaari, P. 2007. Parisuhteen ja psykoterapian prosessista. Teoksessa Alkio, P. & Malinen, V. (toim.). Psykoterapia ja parisuhteen ikuinen arvoitus. Helsinki: Väestöliitto, 32–51.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf. 6.10.2021.
- Väestöliitto. 2022. Tietoa parisuhteesta. <https://www.vaestoliitto.fi/parisuhteet/tietoa-parisuhteesta/>. 24.2.2022.
- Äitiyslaki 253/2018. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20180253>. 7.10.2021.

Tietokanta	Hakusanat ja rajaukset	Osumat	Valitut
Hoitotyön suosittukset	vanhemmuus	0	0
	parisuhde	0	0
	Avoliitto	0	0
	Heikentävä tekijä	1	0
	Vahvistava tekijä	1	0
	Lapsiperhearki	0	0
	Voimavarat	0	0
	Perhehoitotyö	0	0
	Tukeminen	3	0
	Ohjaus	3	0
	Perhe	2	0
	Käypä Hoito suosittukset	vanhemmuus parisuhde	3
Avoliitto		4	0
Heikentävä tekijä		0	0
Vahvistava tekijä		10	0
Lapsiperhearki		1	0
Voimavarat		0	0
Perhehoitotyö		11	0
Tukeminen		0	0
Ohjaus		32	0
Perhe		50	0
		23	0
Terveysportti Hoitotyö		parisuhde	9
	vanhemmuus	2	0
	Avoliitto	1	0
	Heikentävä tekijä	2	0
	Vahvistava tekijä	0	0
	Lapsiperhearki	0	0
	Voimavarat	0	0
	Perhehoitotyö	23	0
	Tukeminen	1	0
	Ohjaus	118	0
	Perhe	492	0
		39	0
Medic	Parisuhde OR vanhemmuus AND lapsi.	134	1
	Avoliit* AND tuk*.	3	0
	Parisuh* AND tuk* rajaus: koko tekstit.	16	2
	Perhehoitotyö.	0	0
	Lapsiper* AND tukeminen.	4	1
	Parisuh* AND vanhem*.	9	0
	Perhe AND vanhemmuus.	43	0
Cochrane	Parenting	315	0
	Parenting AND relationship	25	0

	Relationship	257	1
	Marriage AND parenting	173	3
	Couple relationship	9	0
	Parenthood	5	0
	Families with children AND guidance	12	0
	Family AND parent* AND support	66	0
	Family AND relation* AND guidance	10	0
Cinahl (Medline)	Marriage AND family 1999-2021 (academic journal) subjects:	1016	0
Cinahl (Cinahl with full text, academic search elite)	Marriage, families, parenting, counseling, parenthood Academic Journal, limit to full text, 2019-2021, peer review Subjects: thesaurus term	117	0
	Family nursing AND parenthood or parents or parenting AND support. Limit to full text, 2016-2021, peer review	33	1
	Family relationships AND roles AND parenting	318	0
PubMed	Parenting and relationship 5 years rajuus: infant: birth-23 months.	2347	2
	Marriage, families, parenting, counseling, parenthood.	28	2
	Parenthood, couple, reinforcing family AND support AND	26	1

	parenthood Families with chil- dren AND re- sources	96	3
--	--	----	---

	Hakusana/ vuo- siväli	Löytynyt	valittu
Väestöliitto	perhe	132	2
Hoitotiede	2015–2021	29	3
Tutkiva hoitotyö	2013–2021	31	5



Sairaanhoitajaopiskelijat
Elina Nokkala & Vilma Tenhunen



Vanhemmuuden ja parisuhteen tukeminen

Joulukuu 2021

Diaesitys on tehty
opinnäytetyönä

Johdanto

Diaesityksen tavoite:

Saat tietoa vanhemmuuden ja parisuhteen vahvistavista ja heikentävistä tekijöistä.

Tiedät, kuinka voit ammattilaisena tukea vanhemmuutta ja parisuhdetta.

Sisällysluettelo

- Vanhemmuus
- Vanhemmuuteen vaikuttavat tekijät
- Ammattilaisen näkökulmia vanhemmuuteen
- Parisuhte
- Parisuhteeseen vaikuttavat tekijät
- Ammattilaisen näkökulmia parisuhteeseen
- Yhteenveto
- Lähdeluettelo



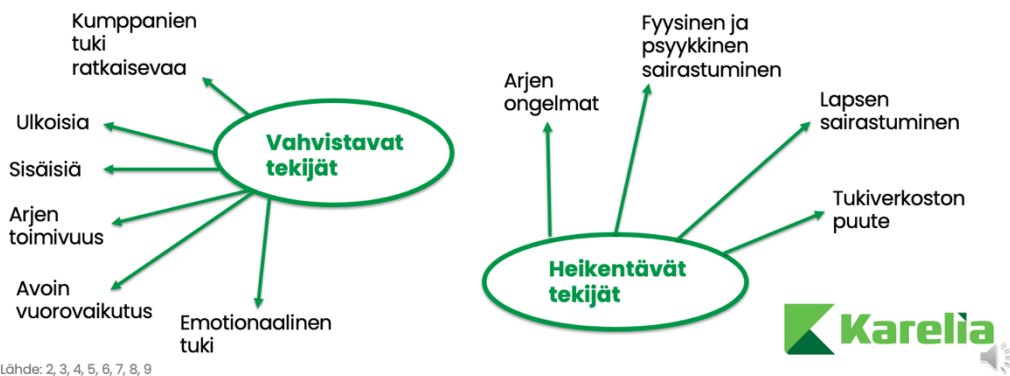


- Huoltajalla tarkoitetaan lapsen synnyttänyttä äitiä tai avioliitossa olevan pariskunnan isää ja äitiä eli lapsen vanhempia. Vanhemmuuden voi tunnustaa ennen lapsen syntymää joko isyys- tai äitiyslain perusteella.
- Vanhempien eli lasten huoltajien tulee turvata lapselle edellytykset kasvulle, kehitykselle ja turvallisuudelle.



Vanhemmuuteen vaikuttavat tekijät

5



Ammattilaisen näkökulmia vanhemmuuteen

- Neuvolatoiminta
- Näyttöön perustuvat käytänteet
- Yksilöllisyys
- Moniammatillisuus
- Mittarit
- Isien rohkaisu
- Millainen on hyvä hoitaja?



Lähde: 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18



- Vuonna 2020 Suomessa solmittiin 22 082 avioliittoa ja noin 13 500 erosi
- Parisuhde rakentuu jokaisen koetun ihmissuhteen pohjalta.
- Seksuaalinen näkökulma



Lähde: 19, 20, 21, 22

Parisuhteeseen vaikuttavat tekijät



Ammattilaisen näkökulmia parisuhteeseen

- Harva puhuu parisuhteen ongelmakohdista ammattilaisen kanssa
- Palveluohjaus ollut puutteellista
- Parisuhdetta voi tukea kannustamalla vuorovaikutuksen kehittämisessä rakentavaksi



Lähde: 23, 24, 32, 17, 14

Yhteenveto

- Terveydenhuollon ammattilainen kohtaa perheitä työssään
- Perheiden tuen tarpeet ovat yksilöllisiä
- Vanhemmat toivovat ammattilaisen kuuntelevan
- Moniammatillisuuden merkitys korostuu
- Palveluohjaus on usein tarpeen



Lähdeluettelo

- 1) Laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta 361/1983. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1983/19830361#L2P6>. 19.10.2021.
- 2) Sosiaali- ja terveysministeriö. 2004. Lastenneuvola lapsiperheiden tukena – Opas työntekijöille. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74223/Opp200414.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. 6.10.2021.
- 3) Haaranen, A., Hägäman-Laitila, A., Pietilä, A.-M. & Tammekas, T. 2018a. Perheen voimavarat ja tuen tarpeet lastenneuvoloissa puoli- ja vuorokautia lapsen laajoissa terveystarkastuksissa. Tutkiva hoitotyö 16(2), 29–35.
- 4) Heiskanen, L. Markova, K. Salmi, A. & Vaaranen, H. 2017. Läheinen parisuhde. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- 5) Broberg, M. 2010. Uusperheen voimavarat ja lasten hyvinvointi. <https://www.vaestoliitto.fi/verkkojulkaisut/uusperheen-voimavarat-ja-lasten-hyvinvointi/>. 15.9.2021.
- 6) Brøer, C. Karasaki, M. & Veltkamp, G. 2020. Family health competence: Attachment, detachment and health practices in the early years of parenthood. *Social Science & Medicine* 266, 113–351. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113351>. 28.9.2021.
- 7) Aho, A. & Kunnari, L. 2018. Äitien saama tuki lapsenkuoleman jälkeisessä raskaudessa ja elämässä uuden lapsen kanssa. Tutkiva Hoitotyö 16(1), 12–19.
- 8) Taanila, A. Kokkonen, J. & Järvelin, M.-R. 2021. Lapsen vaikean sairauden tai vammaisuuden vaikutus perheen toimintamalleihin. <https://www.laakarilehti.fi/tieteessa/alkuperäistutkimukset/lapsen-vaikean-sairauden-tai-vammaisuuden-vaikutus-perheen-toimintamalleihin/>. 16.11.2021
- 9) Joronen, K. Lehtonen, M. Valtatie, H. & Åstedt-Kurki, P. 2016. Poikien perheeseen liittyvät huolet ja ilonaiheet keskusteluissa Väestöliiton Poikien Puhelimesta. *Hoitotiede* 28(3), 217–228.
- 10) Haapakorva, A. Hakulinen-Viitanen, T. & Pelkonen, M. 2005. Äitiys- ja lastenneuvolat Suomessa. *Sosiaali- ja terveysministeriö*. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/72406/Selv200522.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. 29.9.2021.



Lähdeluettelo

- 11) Bennet, C. Buchan, J. Fenwick, A. Gilmer, C. Leourneau, N. Shanker, S. & Smith-Chant, B. 2016. Parent education interventions designed to support the transition to parenthood: A realist review. *International Journal of Nursing Studies* 59, 118–133. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2016.03.015>. 28.9.2021
- 12) Haaranen, A., Hägäman-Laitila, A., Pietilä, A.-M. & Tammekas, T. 2018b. Terveydenhoitajan ja lääkärin kirjaukset puoli- ja vuorokautia lapsen ja hänen perheensä laajoista terveystarkastuksista: asiakirja-analyysi. Tutkiva hoitotyö 16(3), 18–26.
- 13) Hakulinen-Viitanen, T. Laatikainen, T. & Poutiainen, H. 2014. Associations between family characteristics and public health nurses' concerns at children's health examinations. *Scandinavian Journal of Caring Sciences* 28 (2), 225–234. <https://doi.org/10.1111/scs.12035>. 28.9.2021.
- 14) Kaunonen, M. Oommen, H. Rantanen, A. Salonen, A. & Tarkka, M.-T. 2011. Social support provided to Finnish mothers and fathers by nursing professionals in the postnatal ward. *Midwifery* 27 (5), 754–761. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2010.06.017>. 28.9.2021.
- 15) Aho, A. Kaunonen, M. Laitinen, M. & Salonen, A. 2013. Äitien neuvolan terveydenhoitajalta saama sosiaalinen tuki lapsivuodeaikana. *Hoitotiede* 25(3), 171–182.
- 16) Aho, A. Salonen, A. Tarkka, M.-T. Vuorenmaa, M. & Åstedt-Kurki, P. 2011. Puoli- ja vuorokautiaiden lasten isien neuvolan terveydenhoitajalta saamat ohjeet ja tuki. *Hoitotiede* 23(4), 285–295.
- 17) Baldwin, S. Bick, D. Malone, M. & Sandall, J. 2018. Mental health and wellbeing during the transition to fatherhood: a systematic review of first time fathers' experiences. *JBHI database of systematic reviews and implementation reports* 16(11), 2118–2191. <https://doi.org/10.1124/JBHSRIR-2017-003773>. 28.9.2021.
- 18) Sosiaali- ja terveysministeriö. 2008. Isien ja isyden tukeminen äitiys- ja lastenneuvoloissa. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/72376/Selv200824.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. 29.9.2021.



Lähdeluettelo

- 19) Suomen virallinen tilasto. 2021c. Siviilisäädyn muutokset 2020. Tilastokeskus. https://www.stat.fi/tii/ssaaty/2020/ssaaty_2020_2021-06-18_tie_001.fi.html. 18.10.2021.
- 20) Suomen virallinen tilasto. 2021d. 121e -- Siviilisäädyn muutokset, 1990–2020. https://pxnet2.stat.fi/PxWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin_vrm_ssaaty/statfin_ssaaty_pxt_121e.px/table/tableViewLayout1/. 1.11.2021.
- 21) Tuhkasaari, P. 2007. Parisuhteen ja psykoterapian prosessista. Teoksessa Alkio, P. & Malinen, V. (toim.). Psykoterapia ja parisuhteen ikuinen arvoitus. Helsinki: Väestöliitto, 32–51.
- 22) Kumpula, S. 2007. Intimiyys ja seksuaalisuus parisuhteessa. Teoksessa Alkio, P. & Malinen, V. (toim.). Psykoterapia ja parisuhteen ikuinen arvoitus. Helsinki: Väestöliitto, 82–90.
- 23) Kontula, O. 2013. Yhdessä vai erikseen? Tutkimus suomalaisten parisuhteiden vahvuuksista, ristiriidoista ja eron syistä. Väestöliitto. <https://www.vaestoliitto.fi/uploads/2020/11/c9037b3b-perhebarometri-2013.pdf>. 13.9.2021.
- 24) Lahdensuo, K. 2020a. Tietoa potilaalle: Ristiriitojen ratkaisu parisuhteessa. Lääkärikirja Duodecim. <https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/ltk/article/dlk01090/>. 14.9.2021.
- 25) Kumpula, S. & Malinen, V. 2007. Integratiivisesta paripsykoterapiasta. Teoksessa Alkio, P. & Malinen, V. (toim.). Psykoterapia ja parisuhteen ikuinen arvoitus. Helsinki: Väestöliitto, 52–63.
- 26) Cordova, J. Hines, D. Ippolito Morril, M. & Mahmood, S. 2010. Pathways Between Marriage and Parenting for Wives and Husbands: The Role of Coparenting. Family Process, 49(1), 59–73. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2010.01308.x>. 3.10.2021.



”

Lähdeluettelo

- 27) McHugh, T.A., Noller, P. & Terry, D.J. 1991. Role dissatisfaction and the decline in marital quality across the transition to parenthood. Australian Journal of Psychology 43(3), 129–132. <https://doi.org/10.1080/00049539108260136>. 23.9.2021.
- 28) Aho, A., Kaunonen, M. & Sjöblom, S. 2015. Myönteiset muutokset parisuhteessa lapsen kuoleman jälkeen. Hoitotiede 27(2), 117–131.
- 29) Huttunen, J. 2020. Mistä Terveys syntyy?. Lääkärikirja Duodecim. <https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/shk/article/dlk00928/search/parisuhde>. 13.9.2021.
- 30) Lahdensuo, K. 2020b. Positiivinen vuorovaikutus parisuhteessa. Lääkärikirja Duodecim. <https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/ltk/article/dlk01089/search/parisuhde>. 14.9.2021.
- 31) Doss, B., Giesbrecht, G. Le, Y., MacKinnon, A., Madsen, J. & Tomfohr-Madsen, L. 2020. Improved Child Mental Health Following Brief Relationship Enhancement and Co-Parenting Interventions During the Transition to Parenthood. International Journal of Environmental Research and Public Health 17(3), 766-. <https://doi.org/10.3390/ijerph17030766>. 3.10.2021.
- 32) Hakulinen, T., Mäkinen, A. 2016. Vanhempien osallisuus lastenneuvolan laajassa terveystarkastuksessa. Tutkiva Hoitotyö 14(4), 21–28.



Lähdeluettelo

Kuva 1: <https://pixabay.com/fi/photos/perhe-sosiaalista-et%c3%a4isytt%c3%a4-4937226/>

Kuva 2: <https://pixabay.com/fi/photos/ihmiset-mies-aikuinen-k%c3%a4det-lapsi-3120717/>

Kuva 3: <https://pixabay.com/fi/photos/syd%c3%a4n-rakkaus-aurionlasku-muoto-3147976/>

Kuva 4: <https://pixabay.com/fi/photos/perhe-rakkaus-ulkona-nainen-mies-3602245/>



Dia 1

Karelia ammattikorkeakoulu

Dia 2

Tekijöinä sairaanhoitajaopiskelijat Elina Nokkala ja Vilma Tenhunen.

Tämän diaesityksen aiheena on vanhemmuuden ja parisuhteen tukeminen.

Diaesitys on tehty osana opinnäytetyötä.

Dia 3

Johdanto. Diaesityksen tavoite: saat tietoa vanhemmuuden ja parisuhteen vahvistavista ja heikentävistä tekijöistä sekä kuinka voit ammattilaisena tukea vanhemmuutta ja parisuhdetta.

Sisällysluettelo: perheet, vanhemmuus, vanhemmuuteen vaikuttavat tekijät, ammattilaisen näkökulmia vanhemmuuteen, parisuhde, parisuhteeseen vaikuttavat tekijät, ammattilaisen näkökulmia parisuhteeseen, yhteenveto, lähdeluettelo.

Dia 4

Vanhemmuus. Huoltajalla tarkoitetaan lapsen synnyttänyttä äitiä tai avioliitossa olevan pariskunnan isää ja äitiä eli lapsen vanhempia. Vanhemmuuden voi tunnustaa ennen lapsen syntymää joko isyys- tai äitiyslain perusteella. Vanhemmat ovat lähtökohtaisesti lapsen huoltajia vanhemmuuden tunnustamisen jälkeen. Vanhempien tehtävänä on yhdessä sopia lapseen liittyvistä asioista, kuten lapsen

huollosta. Vanhempien eli lasten huoltajien tulee turvata lapselle edellytykset kasvulle, kehitykselle ja turvallisuudelle.

Dia 5

Vanhemmuuteen vaikuttavat tekijät. Vahvistavat tekijät. Vahvistavat tekijät voivat olla sisäisiä tai ulkoisia. Sisäiset vahvistavat tekijät tulevat vanhemmista itsestään, ja näitä ovat esimerkiksi vanhempien positiivinen kuva itsestään, hyvä fyysinen toimintakyky sekä selviytyminen arjen keskellä. Ulkoisia vahvistavia tekijöitä on esimerkiksi sukulaisten tarjoama apu ja tuki.

Tukea antava ja ymmärtäväinen parisuhde edistää lapsen ja vanhempien hyvinvointia. Avoin vuorovaikutus, emotionaalinen tuki ja konkreettiset avut, esimerkiksi kodin ja asioiden hoidossa ovat tärkeitä.

Perheet, joissa vanhemmilla on riittävästi omaa aikaa, voivat pääsääntöisesti hyvin.

Heikentävät tekijät. Heikentäviä tekijöitä on vanhemman fyysinen ja psyykinen sairastuminen sekä uupumus. Myös lapsen sairastuminen kuormittaa koko perhettä, ja voi aiheuttaa tunne-elämän epätasapainoa. Ongelmat arjen pyörittämisessä, taloudessa, parisuhteessa, turvallisuudessa ja tukiverkossa heikentävät vanhemmuutta. Vanhemmat ovat voineet kokea painostusta yhteiskunnan normeista, siitä, millainen vanhemmuuden pitäisi olla.

Perhekeskeisyydellä ja vanhempien selviytymiskeinoilla on vaikutusta siihen, miten kauan kriisitilanne kestää. Vanhempien väliset riidat vaikuttivat myös lapsiin, ja näin koko perheeseen. Vanhempien sanaharkat voivat pelottaa ja aiheuttaa huolta perheen eroamisesta sekä lapselle että vanhemmille.

Dia 6

Ammattilaisen näkökulmia vanhemmuuteen. Lastenneuvolassa odottavat ja synnyttäneet äidit käyvät raskauteen ja lapsen saamiseen liittyvissä asioissa. Terveystenhoitajat pitävät vanhemmille ryhmätoimintaa esimerkiksi perhevalmennuksen ja pienten lasten perheille suunnattujen ryhmien muodossa.

Näyttöön perustuvat käytänteet ja yksilöllisyys antavat suuntaviivoja tuen ja ohjauksen antamiselle. Yhteiset ohjeistukset eivät päde jokaiselle tulevalle vanhemmalle. Vanhemmat tarvitsevat helposti saatavilla olevaa tietoa ja tukea yksilöllisten tuen tarpeiden mukaan. Terveystenhoitajilta vaaditaan kehittämistyön taitoja, jotta nykyisiä suosituksia voidaan parantaa asiakkaiden tarpeita vastaaviksi.

Perhehoitotyössä sosiaaliohjaus, fysioterapia sekä erilaiset järjestö- ja vertaistukitoiminnot ovat tärkeitä yhteistyökumppaneita. Yhteistyötä tapahtuu myös erikoissairaanhoidon ja perusterveydenhuollon välillä ja neuvolan työntekijät ovat yhteydessä tarvittaessa synnytysosaston sekä lasten- ja äitiyspoliklinikan kanssa.

Mittareilla voi arvioida esimerkiksi alkoholin käyttöä, mielialaa, lapsen ja vanhemman vuorovaikutusta, parisuhdeväkivallan tunnistamista ja perheen voimavaroja.

Isien rohkaisu. Isän tulee saada tietoa, kuinka olla osallisena raskaus- ja vauva-aikana äidin kanssa sekä rohkaisua lapsen ja isän välisen vuorovaikutuksen kehittymiseen. Neuvoloissa pyritään kannustamaan isiä osallistumaan vastaanotoille. Terveystenhoitajat ovat kokeneet, että isien on vaikeampi keskustella avoimesti tunne-elämästään muuttuvassa elämäntilanteessa. Jotkut isät saattavat ajatella, että neuvolakäynnit kuuluvat vain lapsen äidille.

Millainen on hyvä hoitaja? Vanhemmat toivovat hoitotyön ammattilaisen kuuntelevan vanhempien kokemuksia ja tunteita sekä tukevan löytämään omia vanhemmuuden keinoja ja näkökulmia. Ammattilaisen toivotaan antavan tietoa taloudellisista asioista, synnytyksen jälkeisestä seksuaalisuudesta ja yhteystiedoista, joista saa tarvittaessa apua kyseisiin asioihin. Ammattilaisen toivotaan olevan läsnä, aito ja myötätuntoinen. Terveystenhoitajien tulee tukea vanhempia arjen asioissa.

Dia 7

Parisuhde. Vuonna 2020 Suomessa solmittiin 22 082 avioliittoa, kun taas noin 13 500 erosi. Parisuhde koostuu useista tiedostetuista ja tiedostamattomista vuorovaikutuksen keinoista. Parisuhteen rakentumisen osa-alueet luovat pohjaa myös yhdessä kehitymiselle ja esimerkiksi perheen perustamiselle. Parisuhteeseen liittyy usein myös seksuaalinen näkökulma. Parisuhteen tärkeitä osa-alueita ovat luottamus ja vuorovaikutus kumppanien välillä. Kumpikin osa-alue voi olla tiedostettuja tai tiedostamattomia. Parisuhde rakentuu jokaisen koetun ihmissuhteen pohjalta.

Dia 8

Parisuhteeseen vaikuttavat tekijät. Parisuhdetta vahvistavat avoimuus, luottamus kumppaniin ja yhteinen arvomaailma. Avoin kaksisuuntainen keskustelu on tärkeää.

Kokemusten, tunteiden ja mielteiden jakaminen parisuhteessa on tärkeää vanhemmuuden kannalta. Parisuhteessa tulee pyrkiä tasa-arvoisuuteen ja toisen ymmärtämiseen.

Parisuhteen vaaliminen ei vaadi suuria toimenpiteitä, vaan pienetkin teot riittävät, kuten hellyydenosoitukset ja yhteisen ajan vaaliminen.

Hyvät ihmissuhteet parantavat terveyttä, vähentävät yksinäisyyttä ja huonoja elintapoja. Hyvä parisuhde voi kehittää vanhemmuutta yhteisillä toimintatavoilla.

Heikentäviä tekijöitä ovat erilaiset kommunikaatio-ongelmat, seksuaalisen kanssakäymisen muutokset tai ongelmat sekä arkielämään liittyvät ongelmat. Toisen arvostus ja kehuminen voi unohtua arjen keskellä.

Lapsiperhearjessa parisuhdetta kuormittavia tekijöitä voivat olla elämänrytmin muutokset sekä muutokset tunteiden ja rakkauden ilmaisussa.

Raskauden ja synnytyksen aikana äidin vartalossa tapahtuu muutoksia, jotka vaikuttavat seksuaaliseen kanssakäymiseen.

Konfliktitilanteita voi pitää oppimiskokemuksina, jotka tulevaisuudessa vähentävät riitojen syntymistä ja auttavat ymmärtämään toista paremmin.

Dia 9

Ammattilaisen näkökulmia parisuhteeseen. Harva puhuu parisuhteen ongelmakohdista yhdessä ammattilaisen kanssa. Usein yhteydenotoissa syy liittyy erotilanteisiin sekä siihen, että tahdotaan selvittää omia tai toisen motiiveja eroon. Muita mahdollisia syitä ammattiavun piiriin hakeutumiseen ovat erilaiset psyykkiset oireet.

Palveluohjaus on ollut puutteellista. Vanhemmat olisivat kaivanneet lisää tietoa ammattilaisten avunantokeinoista. Ohjaus parisuhdeasioista sekä tarvittavista avunpiireistä informointi on puutteellista. Isät toivoivat lisää neuvoja parisuhteen ylläpitämiseksi sekä uuden arjen kuormituksen vähentämiseen.

Terveystuon ammattilainen voi tukea parisuhdetta kannustamalla vuorovaikutuksen kehittämisessä rakentavaksi.

Dia 10

Yhteenveto. Terveystuon ammattilainen kohtaa perheitä työssään. Perheiden tuen tarpeet ovat yksilöllisiä. Vanhemmat toivovat ammattilaisen kuuntelevan.

Moniammatillisuuden merkitys korostuu perhehoitotyössä. Palveluohjaus on usein tarpeen parisuhteen ongelmakohdissa ja vanhemmuuden haasteissa.



Diaesityksen ja pohdintatehtävän palaute

1. Onko diasarjan ja pohdintatehtävän ohjeistus selkeä?

Valitse 1 vastausvaihtoehto.

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

2. Koetko, että diasarja ja pohdintatehtävä tukivat oppimistasi?

Valitse 1 vastausvaihtoehto.

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

3. Vastasiko diaesitys johdannossa esitettyyn tavoitteeseen?

Valitse 1 vastausvaihtoehto

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

4. Toteutuivatko seuraavat asiat?

Valitse 1 tai useampi vaihtoehto.

- Dioissa on riittävästi tekstiä
- Teksti ja äänitys tukivat toisiansa
- Diat olivat visuaalisia
- Diat tukivat oppimistasi
- Puhe oli selkeää ja kuuluvaa
- Diaesitys herätti ajatuksia
- Ei mikään edellä mainituista
- Jokin muu, mikä?

5. Onko sinulla kehitysideoita diaesitykseen, pohdintatehtävään tai ohjeistukseen?

Halutessasi jätä lyhyt sanallinen palaute.
