

Hannele Aho

VERTAISTUKEA JA MAMMAKAVEREITA

**Kyselytutkimus Ylivieskan seurakunnan vauvakerhon
äideille**

Opinnäytetyö

CENTRIA AMMATTIKORKEAKOULU

Sosiaalialan koulutusohjelma

Huhtikuu 2014

TIIVISTELMÄ OPINNÄYTETYÖSTÄ

Yksikkö Ylivieskan yksikkö	Aika Huhtikuu 2014	Tekijä/tekijät Hannele Aho
Koulutusohjelma Sosiaalialan koulutusohjelma		
Työn nimi VERTAISTUKEA JA MAMMAKAVEREITA. Kyselytutkimus Ylivieskan seurakunnan vauvakerhon äideille.		
Työn ohjaaja Marja Savolainen		Sivumäärä 49 + 2
Työelämäohjaaja Taina Rissanen, lastenohjaaja		
<p>Opinnäytetyöni tavoitteena oli selvittää, miten vauvakerhon toiminta ja vertaistuki olivat tukeneet toimintaan osallistuneita ensisynnyttäneitä äitejä. Samalla halusin saada kehittämissuhteita kerhoon. Opinnäytetyön tein tutkimuksena Ylivieskan seurakunnalle, jonka järjestämää toimintaa vauvakerho on.</p> <p>Opinnäytetyöni oli laadullinen kyselytutkimus ja tutkimusstrategiana käytin tapaustutkimusta, jolla tarkoitetaan yksityiskohtaista ja intensiivistä tietoa pienestä joukosta toisiinsa suhteessa olevia tapauksia. Kyselytutkimus toteutettiin toukokuussa 2013 ja siihen vastasi kaikkiaan kahdeksantoista äitiä, jotka olivat osallistuneet vauvakerhon toimintaan syksyn 2012 ja/tai kevään 2013 aikana. Kerho kokoontui kerran viikossa keskiviikkoisin.</p> <p>Tutkimustuloksissa selvisi, että äidit kokivat vauvakerhon kokoontumiset ja vertaistuen tärkeiksi. Vertaistukea oli saatu sekä toisilta äideiltä että kerhon ohjaajilta. Äidit kertoivat voineensa jakaa omia kokemuksiaan vauvan kasvuun ja kehitykseen liittyen ja vauvakerhoon osallistuminen koettiin helpoksi, sillä äitien mielestä ilmapiiri kerhossa oli hyvä ja kaikki tunsivat itsensä hyväksytyksi ja samanarvoisiksi. Tutkimuksessa selvisi, että vauvakerhoon osallistuminen oli auttanut äitejä jaksamaan arjessa paremmin ja siten se oli tukenut äitien hyvinvointia.</p> <p>Tärkeimpänä kehittämissideana äidit toivoivat kerhon kokoontumisten lisäämistä kahteen kertaan viikossa sekä sitä, että kerhoa ei peruttaisi milloinkaan. Myös tiedottamisen tehostamista toivottiin, kerhon peruuntuessa.</p>		

Asiasanat kirkon varhaiskasvatus, vanhemmuus, varhainen vuorovaikutus, vertaistuki, vertaisryhmä, äidiksi tuleminen

ABSTRACT

Unit Ylivieska	Date April 2014	Author/s Hannele Aho
Degree programme Degree programme of Social Services		
Name of thesis Peer supporting and mum friends. Survey to mothers taking part in the baby club of the Ylivieska parish.		
Instructor Marja Savolainen		Pages 49 + 2
Supervisor Taina Rissanen, children's instructor		
<p>The aim of this thesis was to find out, how baby club activities and peer support had supported mothers who had got their first baby and who participated in the baby club. In addition, the purpose was to get some development ideas for the baby club. The thesis was commissioned by the Ylivieska church, which organizes the baby club.</p> <p>The thesis was A qualitative survey and the strategy of the research that was used was case study, which refers to detailed and intensive information about A little group who are in relation to each other. The survey was conducted in May 2013 and the respondents were 18 mothers who had participated in the club from the autumn 2012 to the spring 2013. The Club met once a week on Wednesdays.</p> <p>The research results revealed that the baby club meetings and peer support were important for the mothers. Mothers received peer support from other mothers and the instructor. Mothers told that they were able to share their experiences concerning the growt of the baby and they felt that taking part in the club meetings was easy because the atmosphere was good and everybody could feel themselves accepted and equal. The results of the study revealed that participating in the baby club had helped mothers to cope with everyday life better.</p> <p>The most important development idea was to increase the number of the club meetings to two times per week. They also hoped that the club would not be cancelled and if it was, they hoped that informing about the cancellation would be better.</p>		

Key words

becoming a mother, early childhood education of church, early interaction, parenthood, peer group, peer support

**TIIVISTELMÄ
ABSTRACT**

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	1
2 TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT	3
2.1 Aiheen valinta ja tutkimuksen aikataulu	3
2.2 Tutkimuksen tavoitteet ja tutkimustehtävä	4
2.3 Aikaisemmat tutkimukset	4
3 PERHEEN MUODOSTUMINEN	6
3.1 Perhetyyppejä	6
3.2 Vanhemmuus	9
3.3 Äidiksi tuleminen ja synnytyksen jälkeinen masennus	11
3.4 Isän rooli	13
3.5 Varhainen vuorovaikutus	14
4 VANHEMMUUDEN TUKEMINEN	18
4.1 Yhteiskunnan tuki vauvaperheille	18
4.2 Vertaistuki ja vertaisryhmä	19
4.3 Vertaistuki osana äidin sosiaalista verkostoa	20
4.4 Kirkon varhaiskasvatus	23
5 TUTKIMUSMENETELMÄT	26
5.1 Tutkimusotteen päättäminen	26
5.2 Aineiston kerääminen ja menetelmät	27
5.3 Tutkimuksen luotettavuus ja pätevyys	28
6 TUTKIMUSTULOKSET	29
6.1 Vastaajat ja vauvakerhoon osallistuminen	29
6.2 Vauvakerhon merkitys siihen osallistuneille äideille	31
6.3 Vauvakerhoon osallistumisen merkitys äitien arjessa jaksamiseen ja äitiyteen	32
6.4 Vauvakerhon kehittäminen	37
7 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	39
7.1 Yhteenveto tuloksista ja pohdinta	39
7.2 Opinnäytetyön prosessin pohdinta	42
LÄHTEET	44
LIITTEET	

1 JOHDANTO

Työskennellessäni virkaa tekevänä nuorisotyönohjaajana seurakunnassa sekä opiskellessani työn ohella sosionomi (AMK) tutkintoa, olen huomannut kuinka vertaistuesta ja vertaisryhmän merkityksestä puhutaan yhä enemmän. Aikuiset kaipaavat seuraa toisista aikuisista ja varsinkin monet pienten lasten äidit kokevat hankalana verkostoitumisen toisten pienten lasten vanhempien kanssa, vaikka eletään sosiaalisen median kulta-aikaa. Avioerot ja lisääntynyt masentuneisuus ja pahoinvointi kertovat osaltaan siitä, että ihmiset eivät aina osaa toimia elämän haasteissa. Seurakunnan työntekijänä olen huolestunut aikuisista ja nuorista-aikuisista (alle 29-vuotiaista), jotka painivat näiden asioiden kanssa päivittäin. Vaikka sosiaalisessa mediassa on helppo keskustella elämään liittyvistä asioista anonyymisti, ei mikään kuitenkaan korvaa aitoa kohtaamista kasvoista kasvoihin ja rinnalla kulkemista, joka on yksi seurakunnan tärkeimmistä tehtävistä.

Pohtiessani opinnäytetyön aihetta sain mahdollisuuden toteuttaa Ylivieskan seurakuntaan opinnäytetyön vauvakerhon toiminnasta, jota seurakunnan lapsityö toteuttaa. Toiminta on aloitettu vuonna 2011 syyskuussa ja mielenkiintoni tehdä kysely vauvakerhon äideille heräsi välittömästi, kuullessani toiminnasta ja siitä, miten se oli otettu äitien keskuudessa vastaan. Ensisynnyttäneille äideille tarkoitettu vertaisryhmätoiminta oli juuri sitä mitä itse olin ajatellut, kuullessani monien ystäväni pohtivan asiaa, heidän saadessaan ensimmäisen vauvan. He olivat kertoneet minulle, että ensimmäisen vauvan syntymän jälkeen tarvitsisi vertaistukea, jolla voisi helpottaa omaa arkea. Erityisesti yksinhuoltajille tällainen toiminta olisi hyvin tärkeää.

Halusin tutkimuksen avulla selvittää, miten ensimmäisen lapsen saaneet äidit kokevat vauvakerhon toiminnan. Ovatko he saaneet apua vauva-arkeensa ja omaan jaksamiseensa kerhosta, ja miten se on vaikuttanut heidän äitiyteensä ja äidiksi kasvamiseen? Kyselyllä halusin lisäksi kerätä kehittämisideoita ja palautetta kerhosta. Tutkimus tuo esiin sen, että vertaisryhmätoiminta on todella tärkeää toimintaa, jota ehdottomasti kannattaa toteuttaa. Äitien vastauksista nousi selvästi esiin, että kerhoon osallistumalla he ovat voineet jakaa toistensa kanssa arvokasta tietoa ja hyviksi koettuja arkisia toimintoja. Monet äideistä olivat toiminnan kautta saaneet uusia ystäviä ja kavereita, ja siten vauvakerhon sosiaalistava vaikutus on merkittävä. Yleisimpänä kehittämisideana äidit toivoivat enemmän yhteisiä hetkiä erilaisten yhteisten toimintojen ja keskustelujen kautta, jolloin näissä hetkissä lastenohjaajien rooli ja ammattitaito korostuvat. Myös kerhotoiminnan viikoittaisten kokoontumiskertojen lisäämistä toivottiin ja äidit pitivät tärkeänä, että viikoittaisia kokoontumisia ei peruttaisi päällekkäisyyksien vuoksi. Se, että kohtaa toisia samassa elämäntilanteessa olevia, on voimauttavaa ja auttaa äitejä arjessa jaksamisessa. Toiminta voi myös tukea parisuhteita tai toimia ennaltaehkäisevänä perhetyön muotona. Sellaista tämän kaltainen toiminta parhaimmillaan on.

2 TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT

2.1 Aiheen valinta ja tutkimuksen aikataulu

Tutkimukseni aiheen sain Ylivieskan seurakunnasta, jossa tällä hetkellä olen virkaa tekevänä nuorisotyönohjaajana. Kuulin siellä työskenteleviltä lastenohjaajilta, että he järjestävät vertaisryhmätoimintaa ensisynnyttäneille äideille. Mielenkiintoni aihetta kohtaan heräsi ja aloin miettimään, miten ensisynnyttäneet äidit mahtavat kokea vertaistuen merkityksen ja vauvakerhotoiminnan. Onko kerhotoiminnasta jotain apua vauvan kasvatuksessa tai vaikuttaako se äitien arkeen ja jaksamiseen? Kysyessäni mahdollisuutta tehdä opinnäytetyö aiheesta, lastenohjaajat antoivat tukensa asialle. Koska toimintaa toteutettiin vasta toisen vuoden ajan, tuli tutkimuksen ideaksi myös kerätä vauvakerhotoiminnasta palautetta ohjaajille.

Tutkimusluvat anoin 8.5.2013, ja vauvakerhon kysely päätettiin toteuttaa samassa kuussa, koska sillä hetkellä kerhossa olevat äidit olivat jo hieman tulleet tutuksi toisiensa kanssa ja heillä oli jo kerhotoiminnasta kokemusta. Tutkimusluvan saatuani kokosin kyselylomakkeen ja kävin kertomassa etukäteen vauvakerhossa infoa tulevasta tutkimuksesta. Alun perin tarkoituksena oli toteuttaa sekä ryhmähaastattelu että kyselytutkimus lomakkeella, mutta koska haastattelu oli vapaaehtoinen, ei kukaan äideistä antanut suostumustaan haastatteluun. Siksi päädyin vain tekemään kyselyn, joka toteutettiin 22.5.2013 vauvakerhon kokoontumiskerralla. Kesällä 2013 tutustuin teoriaan ja tein tutkimussuunnitelman, joka oli jäänyt alussa tekemättä sen vuoksi, että kyselyn tekemiselle tuli kiire. Lisäksi etsin ja tutustuin aikaisempiin samantapaisiin tutkimuksiin. Lokakuussa 2013 esittelin tutkimussuunnitelman ja joulukuussa 2013 aloitin teorian kirjoittamisen ja aineiston analyysin.

2.2 Tutkimuksen tavoitteet ja tutkimustehtävä

Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää äitien kokemuksia vauvakerhosta. Tutkimuksessa halusin kartoittaa, millainen merkitys ensisynnyttäneille äideille on vertaisryhmän kokoontumisista. Ovatko he kokeneet saaneensa hoidollista tai kasvatuksellista apua vauvan kanssa toimimisessa ja ovatko kerhokokoontumiset vaikuttaneet äitien arkeen. Tavoitteena oli myös saada palautetta, jotta ohjaajat voivat kehittää toimintaa tulevaisuudessa.

Tutkimustehtäväksi muodostuivat seuraavat kysymykset:

- Millainen merkitys vauvakerholla on siihen osallistuneille äideille?
- Miten vauvakerhoon osallistuminen on vaikuttanut äitien arjessa jaksamiseen ja äitiyteen?
- Miten vauvakerhon toimintaa voisi kehittää?

2.3 Aikaisemmat tutkimukset

Aikaisempia samantyyppisiä tutkimuksia löytyi yllättäen aika monta, joista osa on toiminnallisia. Hiironen ja Koivisto (2008), ovat tutkineet vastaavanlaista ryhmää tutkimuksessaan ”Ekavauva ryhmän merkitys äideille Jyväskylän seudun perhe - hankkeessa.” Tutkimuksessa on selvitetty ensimmäisen lapsen saaneiden perheiden vertaisryhmän, Ekavauva -ryhmän, merkitystä siihen osallistuneille äideille. Toimintaa organisoivat Jyväskylän kaupunkiseurakunta ja neuvola sekä Jyväskylän seudun Perhe II – hanke, jolle opinnäytetyö oli tehty. Tästä tutkimuksesta sain paljon ideoita siihen, minkälaisia kysymyksiä opinnäytetyössä oli käytetty ja

minkälaisia asioita oli saatu selvitettyä niiden kysymysten avulla.

Fjäderin ja Oksan (2010) tutkimuksessa ”Perhetalo naapuri äitiyden tukena, kokemuksia äiti-vauvaryhmän vaikutuksesta äitiyteen” on selvitetty, miten äiti-vauvaryhmän toiminta ja vertaistuki ovat tukeneet ryhmän äitejä. Samalla on kysytty kehittämisehdotuksia ryhmän toiminnalle. Tämän tutkimuksen myötä kiinnostuin selvittämään äitiyttä: miten tutkimukseni kohteena olevat äidit kokevat äitiyden? Lisäksi tämän tutkimuksen myötä halusin kartoittaa, miten vauvakerhon äidit ovat kokeneet vertaisryhmätoiminnan vaikuttaneen heidän äitiytensä?

Kaukolinna & Malinen (2011) ovat tehneet opinnäytetyön ”Toukkapiiri, äiti-vauvapiiri Mäntsälän seurakuntaan” Opinnäytetyö on mielenkiintoinen, koska tutkimuksen tavoitteena oli perustaa äiti-vauvaryhmä Mäntsälän seurakuntaan. Ryhmän avulla äidit voisivat tutustua toisiinsa ja saada vertaistukea. Tästä tutkimuksesta sain idean varhaisesta vuorovaikutuksesta ja sen teorian käyttämisestä omassa opinnäytetyössäni. Lisäksi tämän tutkimuksen myötä päätin myös selvittää teorian tietoon seurakunnan varhaiskasvatuksen lähtökohtia.

Neljäntenä opinnäytetyönä tutustuin Leppäsen & Ruusujoen ””Tää on tämmönen kotiäidin arjen pelastus” Äiti-vauvaryhmä äitien jaksamista tukemassa” tutkimukseen vuodelta 2010. Tämän opinnäytetyön tavoitteena on ollut perustaa äiti-vauvaryhmä yhteistyössä Nakkilan neuvolan kanssa, jotta samassa elämäntilanteessa olevat äidit voisivat tutustua toisiinsa ja saisivat vertaistukea. Päämääränä oli myös, että äidit jatkaisivat omaehtoisia kokoontumisia myöhemmin tutkimuksen päätyttyä. Tutkimus tuki ajatuksiani siitä, mitä voisin tutkia omassa opinnäytetyössäni.

3 PERHEEN MUODOSTUMINEN

3.1 Perhetyyppejä

Suomalaiset perhetyypit ovat muuttuneet vuosien saatossa merkittävästi. Kun vielä 1950-luvulla puhuttiin vain ydinperheistä, joihin kuuluivat äiti, isä ja lapset, on tänä päivänä yhä useampi perhe tyypiltään erilainen. Suomen tilastokeskuksessa perhe määritellään siten, että kaikki, jotka asuvat samassa asunnossa, ovat perhe. Lisäksi vielä perheet jaotellaan avio- ja avopareihin, lapsettomiin ja lasten kanssa asuviin, rekisteröityneisiin mies- ja naispareihin sekä yhden vanhemman perheisiin. Perhetyötä tekevissä palveluyksiköissä useimmiten perheen määritelmään kuuluu lapsi ja hänen viralliset huoltajat. Erilaisia perhetyyppejä ovat ydinperheet, yksinhuoltajaperheet, uusperheet, adoptioperheet, sateenkaariperheet, monikulttuuriset perheet ja sijaisperheet. (Tilastokeskus 2014; Vilén, Hansen, Janhunen, Kytöpuu, Salo, Seppänen, Seppänen & Tapio 2010, 10.)

Ydinperheellä tarkoitetaan perhettä, jossa on enimmillään kaksi peräkkäistä sukupolvea, avio- tai avoliitossa asuvat henkilöt ja heidän tai toisen puolison naimattomat lapset. Ydinperheen asema heikkeni 1960 – luvulta lähtien, koska yhteiskunnan taloudellinen tilanne muuttui ja perheiden elämäntavat muuttuivat teollistumisen ja kaupungistumisen myötä. Siihen asti perheissä oli vaikuttanut perinteinen maatalousyhteiskunnan suurperhe, johon kuuluivat myös isovanhemmat ja vanhempien naimattomia sisaruksia. (Lastensuojelun keskusliitto 2014; Vilén ym. 2010, 13.)

Yksinhuoltajaperheet muodostuvat tavallisesti lapsesta ja äidistä. Noin viidesosa

suomalaisista perheistä on yksinhuoltajaäitien perheitä. Tämä selittyy sillä, että avioerojen määrä on Suomessa kasvanut, ja lapsen hankkiminen yksin adoption kautta tai keinoalkuisesti on kasvanut. Yksinhuoltajaäitejä on ollut 1500 –luvulta lähtien yli viisinkertainen määrä yksinhuoltajaisiin verrattuna. Siksi yksinhuoltajaisä onkin harvinaisuus Suomessa. (Vilén ym. 2010, 13; Väestöliitto 2014 a.)

Uusperheellä tarkoitetaan perhettä, jossa molemmilla tai toisella avio- tai avopuolisolla on lapsi tai lapsia aikaisemmasta liitostaan ja lapsi on alle 18-vuotias. Uusperhe on kahden eronneen tai leskeksi jääneen uusi liitto, jossa on lapsia aikaisemmista liitoista, mutta kuitenkin niin, että pariskunnalla voi myös olla yhteisiä lapsia. Määritelmä koskee sekä avo- että avioliittoja. Uusperhemuoto voi olla erityisen haasteellinen lapselle perheen erilaisten ihmissuhteiden vuoksi. Lapsen pitää tulla toimeen toisten lasten kanssa ja ns. uuden vanhemman kanssa. Erityisesti silloin voi olla hankaluuksia, jos toinen biologinen vanhempi on läheinen mutta ei kuulu lapsen tämän hetken ydinperheeseen. (Hayman 1997, 25; Mannerheimin lastensuojeluliitto 2014 a; Vilén ym. 2010, 14; Väestöliitto 2014 b.)

Adoptioperheestä puhutaan silloin, kun lapsen biologiset vanhemmat ovat suostuneet antamaan lapsensa joidenkin toisten huollettavaksi eli adoptoitavaksi. Tällöin biologisten vanhempien lailliset oikeudet ja velvollisuudet katkeavat lapseen, ja myös lapsen lailliset oikeudet uusiin vanhempiin alkaa. Adoptio onkin pysyvä, eikä sitä voida purkaa. Adoption tarkoituksena on edistää lapsen etua, ja sitä valvotaan säännöllisesti sosiaalitoimen toimesta. Adoptioprosessi on yleensä pitkä, monimutkainen ja kallis, ja siitä on säädetty erikseen laki lapseksiottamisesta. Laki muun muassa määrittelee, että lapseksiottajan, yksinäisen henkilön tai avioparin tulee olla vähintään 25-vuotiaita ja lapseksiottaminen vahvistetaan tuomioistuimen päätöksellä, jonka jälkeen ottolapsi on virallisesti ja laillisesti uusien vanhempiensa

lapsi, eikä biologisten vanhempinsa lapsi. Adoptio edellyttää aina adoptioeuvontaa, joka jatkuu vielä adoption jälkeenkin tukitoimena perheelle. Suomessa on adoptioperheille perustettu oma valtakunnallinen yhdistys, jonka kautta adoptioperheet voivat pitää yhteyttä toisiinsa ja saada vertaistukea mm. adoptioprosessiin ja adoptiovanhemmuuteen. (Adoptioperheet.ry. 2014; Pelastakaa Lapset ry. 2014; Vilèn ym. 2010, 15–16.)

Sateenkaariperheeksi kutsutaan puolestaan sellaista perhettä, jossa molemmat vanhemmista tai toinen edustaa jotakin muuta seksuaalista suuntautuneisuutta kuin heteroseksuaalisuutta, kuten homo-, lesbo-, bi- tai transseksuaalisuutta. Perhe voi olla myös yksinhuoltajaperhe tai siihen voi kuulua useampia vanhempia. Sateenkaariperheiden kirjo on myös monen muotoinen, kuten perheiden yleensä. (Jämsä ja Kuosmanen 2007, 13; Sateenkaariperheet ry. 2014; Seta ry. 2014; Vilèn ym. 2010, 16–18.)

Monikulttuurisella perheellä tarkoitetaan perhettä, jossa toinen tai molemmat vanhemmat ovat maahanmuuttajia tai perheitä, jossa toinen vanhemmista on suomalainen ja toinen ulkomaalaistaustainen. Monikulttuuriset perheet eivät kuitenkaan ole kaikki samanlaisia, vaan mm. perheen alkuperämaa, maahanmuuton syy, koulutustausta ja uskonto erottavat ne toisistaan. (Vilèn ym. 2010, 19.)

Sijaisperheessä perhe tarjoaa lapselle kodin silloin, kun lapsen biologiset vanhemmat tai adoptiovanhemmat eivät voi tarjota lapselle turvallista kotia. Mitä nuorempi lapsi on, sitä tärkeämpää sijaisperhe lapselle on. Sijaisperhejärjestely johtuu aina lastensuojelullisista syistä. Vaikka lapsi sijoitetaan sijaisperheeseen, hänen biologisten- / adoptiovanhempien oikeudet kuitenkin säilyvät lähestulkoon normaalina. Sijaisperheen tuki jakautuu, riippuen lastensuojelullisista tarpeista, joko

pitkäaikaiseen tai lyhytaikaiseen tukeen. Lyhytaikainen on ns. tukiperhetoimintaa, jolloin lapsi sijoitetaan perheeseen esimerkiksi kriisitilanteessa tai lapset käyvät viettämässä perheessä aikaa ennalta sovittuina ajanjaksoina. Pitkäaikaisessa perhehoidossa perhe tarjoaa lapselle kodin aina niin pitkäksi aikaa kun hän sitä voi tarvita, jopa täysi-ikäisyyteen saakka. Suomessa sijaisperheitä tarvitaan valitettavasti koko ajan lisää. (Perhehoitoliitto 2014; Vilèn ym. 2010, 20–22.)

3.2 Vanhemmuus

Vanhemmuudella tarkoitetaan elinikäistä sitoutumista lapseen. Se ei koskaan lakkaa, sillä lapselle vanhemmat ovat pysyvästi ja aina tärkeitä. Vanhemmuus onkin samanaikaisesti kolmea tärkeää asiaa: mahdollisuus, lahja ja tehtävä. Aito välittäminen ja rakastaminen ovat vanhemmuuden tärkeimpiä asioita sillä jo aivan pienikin lapsi aistii sen, jos hänestä ei olla kiinnostuneita aidosti. Vanhemmuus tuo mukanaan aikuiselle velvollisuuksia mutta myös vastuuta lapsesta ja lapsen kasvatuksesta. (Airola & Tarsalainen 2003, 29; Tapio, Seppänen, Hyppönen, Janhunen, Prusila, Salo, Toivanen ja Vilén 2010, 126–131.)

Lapsella on myös oikeus vanhempiansa. Lapsen vanhempia ovat biologiselta kannalta katsottuna hänet synnyttänyt nainen ja siittänyt mies ja lapsen synnyttänyt nainen ja hänen aviopuolisonsa ovat automaattisesti lapsen vanhempia ja huoltajia. Juridisesti lapsen vanhemmat ovat kuitenkin ne, joille se on lain mukaan määritelty tai määrätty oikeudessa, kun taas sosiaaliselta kannalta katsottuna lapsen vanhempia ovat ne, jotka huolehtivat lapsen jokapäiväisestä arjesta ja ovat arjessa läsnä. Psykologisen ajattelun mukaan lapsen vanhempia ovat taas he, joihin lapsi tuntee saavansa läheisimmän tunnesiteen ja jotka lapsi tuntee vanhemmikseen.

(Järvinen, Lankinen, Taajamo, Veistilä ja Virolainen 2007, 13.)

Cacciatoren mukaan vanhemmuus ja kasvatus ovat yhtä tärkeitä asioita. Jokainen on vanhempana juuri sen ikäinen kuin hänen vanhin lapsensa. Lapset ovat myös erilaisia, ja siksi jokaisen lapsen kohdalla vaaditaan erilaista vanhemmuutta. Hän korostaa sitä, että kasvatus ja vanhemmuus ovat ihan tavallisia asioita, joita arjessa kohdataan, kuten rajojen asettamista lapselle, ruuasta ja nukkumisesta huolehtimista, arvojen opettamista, harrastuksiin viemistä, rakkautta ja huolenpitoa. Vanhemmuus ei ole mikään erikoinen tieteenala mutta sitä voi opiskella kokoajan ja siinä voi kehittyä. Tärkeintä on kuitenkin olla läsnä lapselle, että hän voi tuntea sen, että hänestä välitetään aidosti. (Cacciatore 2014.)

Tommy Hellsten painottaa kirjassaan Vanhemmuus – vastuullista vallankäyttöä, että vanhemmuudessa on kuitenkin aina miehen ja naisen erilaisuus vahvasti läsnä. Vanhemmuuden tapahtumassa maskuliinisuudella ja feminiinisyydellä on oma paikkansa sillä lapsi tarvitsee molempia. Äidin suhde lapseen on jotain sellaista, jota ei voi olla kenelläkään muulla. Alussa lapsi ja äiti elävät symbioosissa ja vähän myöhemmin lapsi peilaa itseään äitiin. Tämä yhteys, joka vastasyntyneellä on, on jotakin niin erottamatonta, että sitä ei voi korvata mikään muu. Äitiys ei kuitenkaan voi olla mahdollista, ilman että sitä tuetaan ja tässä tukemisessa on tehtävä isällä. Se, miten äiti näyttää lapselleen tunteensa ja sen, miten hän hoivaa lastaan ja näyttää lapselleen, että hän on huolehtimisen arvoinen, muodostavat lapsen identiteetin. Myöhemmin tämä identiteetti kehittyy itsetunnoksi, ja ihminen oppii rakastamaan itseään sellaisena kuin on, koska häntä on lapsena rakastettu. (Hellsten 1999, 241–277.)

3.3 Äidiksi tuleminen ja synnytyksen jälkeinen masennus

Vauvan syntyminen perheeseen muuttaa aina koko perheen tilannetta. Olipa lapsia jo ennestään tai ei. Jos kyseessä on ensimmäinen lapsi, muuttaa se parisuhdetta merkittävästi, sillä pariskunta ei voi enää elää vain toisilleen. Ainakin ensimmäisen vuoden aikana vanhemmat joutuvat hyväksymään sen, että he ovat lähinnä lapsen huoltojoukkueena ja yrittävät mukautua vauvan tarpeisiin ja olla hänelle saatavilla. Siksi lapsen vanhempien välit saattavat juuri tällöin kiristyä: molemmat ovat väsyneitä. Ei ehditä levätä, eikä toiselle ole aikaa. (Malmi 2008a, 102.)

Cacciatoren & Janhusen mukaan kirjassa, Äidin kielletyt tunteet, 11 myyttiä täydellisistä äideistä, Sarah Hrdy on tutkinut äitiyttä. Hän on tullut siihen tulokseen, että äitiys on erilaisten valintojen tekemistä lapsen hoivaamisen ja oman ylläpidon välillä. Lapsi haluaa äidiltään hoivaa ja huomiota niin paljon kuin äiti on sitä valmis antamaan. He myös toteavat teoksessaan äideiltään saamien kirjoitusten perusteella, että äitiys on luonteenpiirre; toiset äidit ovat sitä mieltä, että toiset ovat sopivampia äitejä, kuin toiset. Myös osa oli sitä mieltä, että äidit ovat stressaantuneita ja työkeitä. Toinen äitien kirjoituksista esiin tullut käsitys oli, että äidin persoonallisuus muuttuu synnyttämisen jälkeen itsestään. (Cacciatore & Janhunen 2008, 17–18.)

Kun äiti synnyttää, sen sanotaan olevan hänen elämänsä suurin hetki. Synnytyksen jälkeen on tärkeää, että äiti saa tukea muun muassa oman ruumiinkuvansa ymmärtämiseen. Vartalo muuttuu synnytyksen jälkeen ja on tuskin koskaan enää ennallaan. Meillä Suomessa äidit monesti jäävät synnytyksen jälkeen vauvan kanssa yksin kotiin, mikä on varmasti yksi monista syistä, että äidit kärsivät synnytyksen jälkeisestä masennuksesta. Masennus voi olla hoitamattomana vakava asia ja äiti

voi kärsiä siitä useiden vuosien ajan. Äidin lisäksi masennuksen oireet vaikuttavat aina myös lapseen. (Airola & Tarsalainen 2003, 18–21.)

Synnytyksen jälkeen äidillä on tunneherkkyyssvaihe noin kolmesta viiteen päivää, jolloin äiti voi olla itkuinen, hänellä voi olla mielialanvaihteluja tai ärtyisyyttä. Hänellä voi myös olla nukkumisvaikeuksia tai ruokahaluttomuutta. Tätä tunneherkkyyttä kokee noin 80 prosenttia äideistä ja herkkyyystila voi jatkua synnytyksen jälkeisenä masennuksena 10–20 prosentilla äideistä. Jos äidillä on aikaisemmin ollut masennusta, saattaa tunneherkkyyssvaihe tällöin altistaa masennukselle myöhemmin. Äidin elämänhistoria ja elämäntilanne voi vaikuttaa merkittävästi siihen, minkä tasoisenä masennus ilmenee: lievänä, keskivaikeana, vaikeana tai jopa psykoottistasoisena. Hoitamattomana masennus saattaa kestää jopa yli puoli vuotta ja johtaa kroonistumiseen. Hoidettuna masennuksesta voi parantua, mutta on mahdollista, että masennus paranee myös itsestään. Jos herkkyyystila ei mene kahden viikon aikana ohi, äidin kannattaisi kääntyä lääkärin puoleen. Masennuksen oireita ovat elämänhalun puute, saamattomuus, seksuaalinen haluttomuus, itkuisuus ja väsymys, jota ei nukkumiseenkaan helpota. Myös ärtyisyys, vihamielisyys, paniikinomaiset tunteet tai pelokkuus voivat kertoa masennuksesta. Yksi selkeimmistä erottuvista masennuksen oireista on, että äiti ei ole kiinnostunut lapsestaan. Tämä voi johtaa siihen, että myöhemmin lapsikin sairastuu masennukseen ja vetäytyy äidistä, mistä johtuen hänelle voi tulla myöhemmin sopeutumis- tai käyttäytymisongelmia. Onkin tärkeää, että lapsella on mahdollisuus tiiviiseen vuorovaikutussuhteeseen muiden terveiden aikuisten kanssa, joista tärkein on isä. Isän tai muiden läheisten ihmisten tuki äidille ja lapselle on tästä syystä merkittävää heti lapsen syntymän jälkeen. (Cacciatore 2008, 57–58; Huttunen 2012; Sarkkinen 2003, 290.)

3.4 Isän rooli

Vauvan syntyessä perheeseen koko perheen elämä muuttuu. Äidin aika kuluu pienen vauvan kanssa ja uuden elämän opettelussa. Tällöin isästä saattaa tuntua, että hän jää ulkopuoliseksi vauvan elämästä. Äiti tekee paljon erilaisia suunnitelmia vauvan suhteen ja hänestä saattaa tuntua, että isän toimintatavat poikkeavat niistä liian paljon, mikä saattaa aiheuttaa konflikteja kotona. Varsinkin, jos isä on päivät töissä, hän voi tuntea itsensä epävarmaksi vauvan kanssa kahden kesken. Isä ei ole oppinut, mitä vauva haluaa ja on vailla, kun hän itkee tietyllä tavalla. Tällöin isä saattaa pyytää herkästi äidiltä apua, jonka äiti voi puolestaan tulkita niin, että isä ei halua olla vauvan kanssa. Isä on kuitenkin vain tässä tilanteessa epävarma, mikä voi johtua siitä, että isä ei ole saanut vaimoltaan / kumppaniltaan tarpeeksi tukea vauvan hoidossa. (Malmi 2008a, 111–112.)

Isä voi kadottaa identiteettinsä ja tuntea itsensä turhaksi ja ulkopuoliseksi perheessään, jos hänen panostaan pidetään itsestään selvänä, eikä hänen tehtävänsä arvosteta. Järjellään hän tietää, että näin ei ole, mutta tunnetasolla tilanne voi olla hankalampi. On tärkeää, että äiti antaa isälle mahdollisuuden löytää omat toimintatapansa lapsen kanssa, sillä lapsi oppii myös siihen, että isä toimii eritavalla, kuin äiti. Isän ja äidin leikkimistyylit eroavatkin toisistaan paljon. Äiti on hellävaraisempi, juttelee lapselle ja näyttää esineitä, kun taas isän leikki on vähemmän verbaalisempi mutta fyysisempi. Ei ole tarkoitus, että isä tekee asiat juuri niin kuin äiti, vaan hän tekee asiat omalla tavallaan. (Hellsten 1999, 263–267; Malmi 2008a, 111–112; Sinkkonen 2003, 263.)

3.5 Varhainen vuorovaikutus

Varhainen vuorovaikutus alkaa jo silloin, kun vauva on vielä kohdussa. Äiti ja isä solmivat lapsen vuorovaikutussuhteen sen perusteella, millaisia mielikuvia eli representaatioita heillä on vanhemmuudesta, tulevasta vauvasta, omista vanhemmistaan ja heille tärkeistä ihmisistä. Äidin suhde sikiöön muodostuu ruumiillisen dialogin kautta, mutta myös isän suhde sikiöön voi muodostua ruumiillisella dialogilla, kun hän koskettelee äidin vatsaa ja ottaa esimerkiksi vauvan potkuja vastaan. (Siltala 2003, 19.)

Vauvan syntyessä hän alkaa etsiä tuttua ja turvallista äitiä ja pyrkii symbioosiin äidin kanssa. Jo muutaman päivän vanhana vauva tunnistaa oman äitinsä maidon toisten äitien maidosta, äidin äänensävyyn, liikkeet, rytmit, äidin tuoksun, joista hänellä on jo kokemus kohdussa ollessaan. Pian äitikin oppii tuntemaan lapsensa tarpeet, ja sen, minkälainen itku tarkoittaa mitäkin. Nämä kahdenkeskiset tuokiot normaalissa arjessa ovat kaikista varhaisimpia vastavuoroisuuden hetkiä vanhemman ja vauvan kanssa, joita toimiva vuorovaikutus edellyttää. Jos äidin ja vauvan välillä ei tässä kriittisessä alkuvaiheessa synny emotionaalista yhteyttä, esimerkiksi sen vuoksi, että äiti kokee olevansa masentunut, eikä jaksaa kiinnostua vauvasta, vaikuttaa se vauvan itsetunnon ja turvallisuuden tunteen kehitykseen. (Siltala 2003, 26–35; Silvén 2010, 54–56.)

Äidin mielenmaisemaa voisi pitää vauvan ensimmäisenä tunneympäristönä. Äiti antaa oman kehonsa vauvan käyttöön heti lapsen syntymän jälkeen. Äiti oppii tuntemaan vauvan tunteet ja vuorovaikutuksen kautta hän myös oppii vastaamaan vauvan viesteihin ei-sanallisella tasolla. Vauvan ensimmäiset paniikkiahdistukset liittyvät unohdetuksi tai hylätyksi tulemisen pelkoihin. Ne äidit, jotka kykenevät

poistamaan näitä ahdistuksia vauvalta, antavat ikään kuin äidin maidossa sellaista tietoa vauvalle, että vauva ymmärtää äidin pystyvän hallitsemaan tunteitaan ja ahdistustaan. Puolestaan ne vauvat, joiden äidit eivät pysty hallitsemaan tunteitaan ja mieli järkkyy, viestittävät vauvalle olevansa epävarmoja, ristiriitaisen sekavia tai jopa vaarallisia. Tämä aiheuttaa sitä, että vauva voi vaipua epätoivoon ja vetäytyä. Tällä tavalla vauva voi imeä varhaisen vuorovaikutuksen avulla itseensä joko äidin tunteiden kestokykyä tai ahdistusta, mikä on perusta sille, miten lapsi kykenee kestämään tunteitaan ja tunnistamaan niitä. (Schulman 2003, 76–77.)

Vauvan vuorovaikutuskyvyt ovat läsnä jo heti syntymästä asti ja se, miten vanhemmat pitävät kontaktia yllä, vaikuttaa myös vauvan ja vanhempien suhteeseen. Lapsella on tarve sekä läheisyyteen että erillisyyteen. Vanhempien tehtävä on muun lapsen hoitoon liittyvien asioiden lisäksi toimia kontaktiin vetäjinä, elävöittäjinä ja piristäjinä vauvalle. Joskus vauva ns. luisuu pois vuorovaikutuksesta ja tällöin vauvan kontaktiin vetäminen on yhtä tärkeää, kuin sellaisen vauvan rauhoittaminen, joka on levoton. (Schulman 2003, 77–78.)

Lapsella on synnynnäinen tarve liittyä hoivaajaansa, siihen, joka on lähimpänä saatavilla oleva aikuinen. Vauva kiinnittyy aina johonkin aikuiseen, olipa se sitten laiminlyövä, etäinen tai jopa vihamielinen. Ensimmäiset kiinnittymisen elementit vauvan ja äidin välillä ovat sensorisia aistimuksia, kuten tuoksuja, ihokontakteja ja kuulohavaintoja. Myöhemmin tulevat jokeltelu ja hymyily, ryömiminen, konttaaminen ja käveleminen. Tätä kiinnittymistä, jota Sinkkonen käyttää, voidaan kutsua myös kiintymyssuhteeksi. Äidin ja vauvan varhainen kiintymyssuhde on myös perusta myöhemmille muille ihmissuhteille. (Sinkkonen 2003, 93–94; Kivijärvi 2003, 253.)

Jotta kiintymyssuhde voisi muodostua vauvan ja äidin välille, tarvitaan siihen äidin sensitiivisyyttä. Sensitiivinen äiti tunnistaa vauvan merkkejä ja viestejä ja osaa vastata niihin mahdollisimman oikein ja nopeasti. Kivijärvi on tutkimuksessaan selvittänyt, mitkä seitsemän ominaisuutta kuvaavat äidin sensitiivisyyttä eniten. Ensimmäisenä on äidin tyytyväisyys ja nautinto, jotka ilmenevät äidin hymynä ja positiivisina ilmauksina lapselleen. Toisena on positiivinen suhtautuminen lapsen positiiviseen ja iän mukaiseen käyttäytymiseen. Kolmantena suhtautuminen lapsen negatiiviseen ja välinpitämättömään käyttäytymiseen siten, että vaikka lapsi ei innostuisikaan jostakin äidin antamasta virikkeestä, äiti ei siitä loukkaannu, vaan sensitiivinen äiti osaa olla kykenevä erillisyyteen. Neljäntenä ominaisuutena sensitiiviselle äidille on, että hän osaa asettaa rajat vuorovaikutustilanteissa sekä itselleen että vauvalleen. Äiti ei tällöin vaadi vauvalta jotain sellaista, mihin hänen kehityksensä ei ole vielä valmis. (Kivijärvi 2003, 253–254.)

Sensitiivisen äidin viides ominaisuus on, että hän kykenee ottamaan huomioon lapsensa tarpeet tarvittavan nopeasti ja asianmukaisesti, huomioimalla samalla lapsen iän ja kehitystason. Kuudentena ominaisuutena on äidin sitoutuneisuus vuorovaikutukseen lapsensa kanssa. Vaikka äiti puuhailisi viereisessä huoneessa, on vauvalla kuitenkin koko ajan turvallinen olo. Hän aistii, että äiti on aidosti kiinnostunut hänestä ja saavutettavissa, vaikka onkin toisessa huoneessa. Näin vauvan ja äidin yhteys säilyy koko ajan. Viimeisenä, seitsemäntenä ominaisuutena, Kivijärvi mainitsee peilaamisen. Äiti heijastaa itsestään lapsen tuntemuksia ja käyttäytymistä toistamalla, katsomalla ja vahvistamalla tunnetta ja käyttäytymistä tai hyväksymällä, rohkaisemalla ja kiittämällä lapsen tunnetiloja. Tällöin äiti on virittynyt ja hän on emotionaalisesti saatavilla lapselle ja hänen tunnetiloilleen. (Kivijärvi 2003, 253–254.)

Voi todeta, että kaikkea lapsen ja vanhemman yhdessä tekemistä, kokemista ja olemista ensimmäisinä vuosina kutsutaan varhaiseksi vuorovaikutukseksi. Vanhempien ja lapsen suhde on erityisen tärkeää, sillä sen mukaan lapselle kehittyy perusturvallisuuden tunne ja kokemus, joka näkyy lapsen myöhäisimmissä ihmissuhteissa ja on alkulähteenä hyvälle itsetunnolle, minäkuvalle ja empatiakyvyn kehittymiselle. Tavallinen lapsiperheen arki, jossa lapsen perustarpeista huolehditaan (uni, puhtaus, ulkoilu) ja osoitetaan rakkautta ja hyväksyntää, ovat yksinkertainen edellytys lapsen hyvälle kasvulle ja kehitykselle. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2014 b.)

4 VANHEMMUUDEN TUKEMINEN

4.1 Yhteiskunnan tuki vauvaperheille

Suomen neuvolajärjestelmä on yksi ainutlaatuisimmista koko maailmassa. Palvelua käyttää kohderyhmästä 97–99 prosenttia, ja sen tavoitteena on edistää lapsiperheiden terveyttä ja hyvinvointia. Suomessa imeväisyyskuolleisuus on maailman pienimpiä, ja kansainvälisessä vertailussa lastemme terveys on hyvä. Alle yksivuotiaat käyvät suositusten mukaan neuvolassa kahdeksan kertaa vuodessa, 1-2 -vuotiaat neljä kertaa, ja sitä vanhemmat kerran vuodessa aina siihen saakka, kunnes täyttävät kuusi vuotta. Äitiysneuvolasta vanhemmat saavat tietoa mm. äidin ja lapsen ravintoon, raskauden etenemiseen, lapsen kasvuun ja kehitykseen sekä imetykseen liittyvissä kysymyksissä. Myös raskauteen liittyvissä erilaisissa tunne-elämän myllerryksissä on mahdollisuus saada apua äitiysneuvolasta. (Lastensuojelun keskusliitto 2014; Malmi 2008b, 122; Oulasmaa, Raimovaara, Salmi & Karne 2008, 86.)

Suomessa on mahdollista saada äitiysavustusta. Sen saa jokainen Suomessa asuva nainen, jonka raskaus on kestänyt vähintään 154 päivää ja joka on käynyt terveystarkastuksessa ensimmäisen neljän raskauskuukauden aikana. Äitiysavustuksen voi valita joko äitiyspakkauksena tai rahana. Se on verotonta tuloa ja sitä haetaan Kansaneläkelaitokselta (Kela). Äitiysavustuksen summa on rahana 140 euroa. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2013; Kansaneläkelaitos 2012.)

Lapsilisää maksetaan jokaisesta Suomessa asuvasta lapsesta. Sitä voi saada siihen saakka kunnes lapsi täyttää 17 vuotta. Myös lapsilisä on verotonta tuloa ja sitä

maksetaan sille vanhemmalle, jonka luona lapsi asuu. Poikkeuksellisesti lapsilisää voidaan myös maksaa muulle huoltajalle tai lapselle itselleen hänen täyttäessään 15 vuotta, jos hän on laitos- tai perhehoidossa, kunnalle tai perhehoitajalle. Lapsilisä määräytyy lapsiluvun mukaan. Yksilapsisessa perheessä se on 104,19 euroa kuukaudessa. (Kansaneläkelaitos 2014; Sosiaali- ja terveysministeriö 2013.)

Alle kouluikäisellä lapsella on Suomessa oikeus päivähoitoon sen jälkeen, kun vanhempainrahakausi päättyy. Se on lakisääteistä, ja kunnilla on näin ollen velvollisuus järjestää päivähoitoa. Vanhemmat hakevat päivähoitopaikkaa omasta kunnastaan neljä kuukautta ennen hoidon tarvetta. Hoito voi olla kokopäiväistä (enintään 10 tuntia vuorokaudessa) tai osapäiväistä (enintään 5 tuntia vuorokaudessa). Kunnallista päivähoitoa järjestetään päiväkotihoidona, perhepäivähoitona tai ryhmäperhepäivähoitona. Lisäksi yksityiset palveluntarjoajat järjestävät päivähoitoa, myös kunnilla, seurakunnilla ja järjestöillä on tarjottavana leikkipuisto- ja kerhotoimintaa ja muita avoimia varhaiskasvatuspalveluja. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2013.)

4.2 Vertaistuki ja vertaisryhmä

Vertaistuki on vuorovaikutuksellista, keskustelevaa ja toisia kunnioittavaa samankaltaisissa elämäntilanteissa olevien ihmisten kokemusten ja tiedon vaihtoa.

Se voi olla myös voimaannuttavaa tai toimia muutosprosessina ihmisen elämässä. Vertaistuen ansioista ihminen voi löytää omat voimavaransa ja vahvuutensa ja sitä kautta saada oman elämänsä hallintaan. Suurin merkitys vertaistuella on ihmisen kokemus, että hän ei ole omassa elämäntilanteessaan yksin. Vertaistukea

toteutetaan monilla eri tavoilla, kuten vertaistukihenkilön tuella, jolloin se on kahden henkilön välistä; vertaisryhmän tuella, jota ohjaa ryhmäläisistä joku, koulutettu vapaaehtoinen tai ammattilainen; verkossa tapahtuva vertaistuki, joka voi olla kahdenkeskistä tai ryhmämuotoista. Vertaistukea voivat organisoida erilaiset järjestöt ja yhteisöt, ammattilaistahot tai kolmannen sektorin toimija mutta se voi myös olla kansalaislähtöistä, omaehtoista toimintaa. (Huuskonen 2010.)

Vertaisryhmällä tarkoitetaan ryhmää, jossa kokoontuu samantyyppisistä elämäntilanteista tulevia henkilöitä. Tässä ryhmässä ihmiset voivat jakaa kokemuksiaan, mielipiteitään, tuntemuksiaan ja ratkaisujaan. Yleensä ryhmään osallistuvat saavat toisilta ryhmään kuuluilta ihmisiltä ja ryhmän ohjaajilta apua ja tukea ja erilaisia ratkaisuja omiin mieltä askarruttaviin asioihin. Vertaisryhmän toiminta pohjautuu yleensä kokemustietoon, vastavuoroisuuteen sekä autettavien toimimiseen toisten auttajina. Onnistuessaan ryhmät saattavat tukea jäsenensä muutosta, voimaannuttaa ja tarjota käytännöllistä tukea. Pääasiallinen toimintamuoto vertaisryhmässä on keskustelu, mutta siitä ei kuitenkaan käytetä nimitystä terapia. Vertaisryhmätoiminta on kasvussa, sillä se on kustannustehokasta, toimivaksi havaittua ja yleensä avuntarvitsijoiden itsensä valitsemaa vapaaehtoista toimintaa. Ohjaajana ryhmälle toimii yleensä joku järjestävän organisaation työntekijä, kuten tutkimuksessani seurakunta tai saman elämäntilanteen kokenut henkilö. (Järvinen ym. 2007, 166; Alitolppa-Niitamo ja Sirkiä 2007, 10; Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014.)

4.3 Vertaistuki osana äidin sosiaalista verkostoa

Erilaiset sosiaaliset verkostot ovat jokaiselle ihmiselle tärkeitä. Perhe muodostaa yhdessä yhden sosiaalisen verkoston, ja se on lapselle ensimmäinen ja tärkein

verkosto. Lisäksi jokaisella perheenjäsenellä on oma verkostonsa perheen ulkopuolella, jota voidaan kutsua sosiaalisten suhteiden systeemiksi, sillä se auttaa ihmisiä toimimaan erilaisissa tilanteissa. Näiden systeemien kautta yksilö saa henkistä tukea, aineellista apua ja palveluita, tietoa sekä uusia ihmissuhteita. Mitä parempi, vahvempi ja tukea antavampi sosiaalinen verkosto on, sitä paremmaksi ihminen kokee oman hyvinvointinsa, mikä puolestaan vaikuttaa yksilön stressinsietokykyyn ja sitä myöten terveyteen. (Järvinen ym. 2007, 112-113.)

2000 -luvulla äidiksi tuleminen ei ole enää samanlaista kuin ennen. Ennen vanhaan perheet olivat tiiviimpiä ja äidillä oli tukenaan omat vanhemmat sekä usein myös isovanhemmat. Lisäksi perheeseen kuului miehen vanhemmat. Tukiverkosto oli huomattavan paljon laajempi kuin tänä päivänä. Nykyään perheet muuttavat pieniltä paikkakunnilta isoihin kaupunkeihin ja äidiksi tuleminen saattaa olla vaikeaa. Äiti saattaa tuntea itsensä epävarmaksi, eivätkä sosiaaliset verkostot ole samalla tavalla käytettävissä kuin aiemmin. Vanhemmaksi tuleminen saattaa olla myös ongelmallista. Tutkimukset kertovat, että pienten lasten äidit elävät yksinäisintä aikaa koko naisen elämässään. Siksi äidin olisi hyvä muistaa, että hän ei ole ongelmiensa kanssa yksin. Äideille onkin tarjolla monenlaisia vertaistukiryhmiä.

Paikkakunnan neuvolasta saa yleensä jo varhaisessa vaiheessa tietoa siitä, minkälaiseen vertaistukeen äidillä on mahdollisuus lapsen syntymän jälkeen. Vertaistukiryhmät on tarkoitettu äideille, jotka haluavat keskustella ja jakaa äitinä ja naisena olemista, keskustella vauvan hoitoon, kasvuun ja kehitykseen liittyvistä asioista ja saada tukea arkeen ja omaan jaksamiseen. Neuvolan kautta järjestetään tänä päivänä paljon erilaisia äitiryhmiä, joiden aloituksessa neuvolan työntekijät toimivat rohkaisijana, mutta myöhemmin ryhmä kokoontuu omatoimisesti. Tällaisia "mammaryhmiä" tarjotaan yleensä ensisynnyttäneille äideille. Lisäksi julkisista

toimijoista vertaisryhmätoimintaa järjestävät seurakunnat eri paikkakunnilla sekä järjestöt kuten Mannerheimin lastensuojeluliitto (MLL). (Malmi 2008b, 118–127; Mannerheimin lastensuojeluliitto 2014 c; Lastensuojelun käsikirja 2013.)

Äideille on tarjolla yleensä äiti-lapsiryhmiä ja vauvakerhoja ensisynnyttäneille. Lisäksi seurakunnat esimerkiksi tarjoavat perhekerhoja, kuntien sosiaalipalvelut perhetyön järjestämää vertaistukitoimintaa ennaltaehkäisevänä perhetyönä tai MLL perhekahviloita, ensimmäisen lapsen saaneiden ryhmiä, uhmaikäisen lapsen perheiden ryhmiä ym. Näiden erilaisten sosiaalisten tukien järjestelmien kautta äiti voi saavuttaa paremmat mahdollisuudet olla jaksava ja sensitiivinen, mikä myös aina hyödyttää lasta. Tukea saava äiti jaksaa keskittyä paremmin vaikeina aikoina vauvan tarpeisiin. (Järvinen ym. 2007, 113, 166–169; Kivijärvi 2003, 258; Malmi 2008b, 118–127; Mannerheimin lastensuojeluliitto 2014 c; Lastensuojelun käsikirja 2013.)

Sosiaalinen media kasvattaa koko ajan suosiotaan vertaistuen antajana ja myös äideille on perustettu Internetiin monta keskustelupalstaa, jossa he voivat keskenään jakaa kokemuksiaan äitiydestä ja äitinä olemisesta. Keskustelupalstojen suosion ollessa kokoajan kasvussa, on ammattihenkilöstön otettava huomioon tämä tilanne ja ryhdyttävä toimimaan sosiaalisessa mediassa.

Suomen Evankelisluterilainen kirkko on kouluttanut työntekijöitään muutaman vuoden ajan sosiaalisen median osaajiksi. Kirkolta löytyy nykyään erilaisia keskustelukanavia Internetistä, joiden kautta ihmiset voivat olla yhteydessä työntekijöihin, esimerkiksi Helistin.fi on äitien keskustelupalsta. Muita keskustelupalstoja ja vertaistukitoimintaa verkossa ovat muun muassa vauva.fi; kaksplus.fi; perhekerho.net ja mll.fi/vanhempainnetti.

4.4 Kirkon varhaiskasvatus

Kirkon varhaiskasvatuksen perusta on Raamatun kaste- ja lähetyskäskyssä ja lastenevankeliumissa. (Raamattu 1992.)

Matt.28:18-20: "Minulle on annettu kaikki valta taivaassa ja maan päällä. Menkää siis ja tehkää kaikki kansat minun opetuslapsikseni: Kastakaa heitä Isän ja Pojan ja Pyhän Hengen nimeen ja opettakaa heitä noudattamaan kaikkea, mitä minä olen käsenyt teidän noudattaa. Ja katso, minä olen teidän kanssanne kaikki päivät maailman loppuun asti."

Mark.10:13-16: "Sallikaa lasten tulla minun luokseni, älkää estäkö heitä. Heidän kaltaistensa on Jumalan valtakunta. Totisesti: joka ei ota Jumalan valtakuntaa vastaan niin kuin lapsi, hän ei sinne pääse. Hän otti lapset syliinsä, pani kätensä heidän päälleen ja siunasi heitä."

Kirkon varhaiskasvatus käsittää kokonaisuudessaan monia eri sisältöjä ja toimintamuotoja. Kristillinen kotikasvatus on perinteinen muoto, minkä ansiosta lapsi voi kasvaa turvallisessa ja arvoja kunnioittavassa ilmapiirissä kotona. Kristilliseen kotikasvatukseen kuuluvat kristillisten arvojen ylläpitäminen, iltarukous, aamurukous, ruokarukous, kirkkovuoden juhlien vietto, kirkolliset toimitukset, kristillinen tapakulttuuri ja elämään liittyvien keskustelujen käyminen

perheen kesken. Kristillisen kasvatuksen myötä lapsi oppii pohtimaan mikä on oikein ja väärin ja antamaan ja hyväksymään anteeksipyyntöä. (Kirkon varhaiskasvatuksen kehittämisasiakirja 2008, 14.)

Kirkon varhaiskasvatuksessa pidetään tärkeänä perheiden kanssa tehtävää yhteistyötä. Toiminnan lähtökohtana on kasvatuskumppanuus perheiden kanssa. Sekä työntekijät, että lapsen vanhemmat ovat tasavertaisia mutta he kuitenkin tuntevat lapsen eri puolelta. Vanhemmilla on sydämen tieto lapsesta, kun työntekijällä on se tieto, mitä hän havainnoi ja keskustelee lapsen ja hänen vanhempiansa kanssa. On kuitenkin lapsen kasvun kannalta erittäin tärkeää, että hänen ympärillään on keskenään toimeentulevia ja luotettavia aikuisia. (Kirkon varhaiskasvatuksen kehittämissasiakirja 2008, 14.)

Seurakunnan varhaiskasvatuksen työntekijät pitävät aktiivisesti yhteyttä kunnan varhaiskasvatuksen toimijoihin. Seurakunnat osallistuvat kuntien varhaiskasvatussuunnitelmien tekemiseen ja tukevat uskontokasvatusta yksittäisissä päiväkodeissa kunkin oman varhaiskasvatussuunnitelman mukaan. Päivähoitolain (36/1976) mukaan päivähoidon tulee tukea lapsen uskonnollista kasvatusta, kuitenkin niin, että kunnioitetaan vanhempien tai holhoojan vakaumusta. (Kirkon varhaiskasvatuksen kehittämissasiakirja 2008, 16.)

Näiden lisäksi kirkon varhaiskasvatusta toteutetaan erilaisina työmuotoina, kuten perhekerhoissa, päiväkerhoissa, pyhäkouluissa, leiri- ja kesätoimintana, koululaisten aamu- ja iltapäivätoimintana, jumalanpalvelusten, musiikin, taiteen ja ilmaisun sekä ympäristökasvatuksen kautta. (Kirkon varhaiskasvatuksen kehittämissasiakirja 2008, 15–17.)

Seurakunta haluaa lähestyä lapsia ja perheitä aina siitä näkökulmasta ja niistä aiheista käsin, mitkä ovat kulloinkin heidän elämäntilanteissaan tärkeitä. Siksi kirkon varhaiskasvatuksen rooli suomalaisessa yhteiskunnassa on merkittävä sillä vuonna

2012 seurakuntien päiväkerhot tavoittivat 3-5 vuotiaista lapsista 25,6 prosenttia ja päiväkerhoja pidettiin yhteensä yli 50000 kertaa ja niiden kävijämäärä oli lähes 1,2 miljoonaa. (Kirkon tilastollinen vuosikirja 2012, 81; Kirkon varhaiskasvatuksen kehittämissasiakirja 2008.)

5 TUTKIMUSMENETELMÄT

5.1 Tutkimusotteen päättäminen

Tutkimukseni tarkoituksena oli selvittää äitien kokemuksia vauvakerhosta. Millainen merkitys ensisynnyttäneille äideille on vertaisryhmän kokoontumisista, ja ovatko äidit kokeneet saaneensa hoidollista tai kasvatuksellista apua vauvan kanssa toimimisessa? Ovatko kerhokokoontumiset vaikuttaneet äitien arjessa jaksamiseen? Tavoitteena oli myös saada kerhon ohjaajille kehittämisideoita tulevaisuutta varten.

Tutkimuksessani käytin laadullista eli kvalitatiivista tutkimusotetta. Tutkimusstrategiana on tapaustutkimus, joka on yksityiskohtaista ja intensiivistä tietoa pienestä joukosta toisiinsa suhteessa olevia tapauksia. Laadulliseen tutkimukseen liittyy aineiston kokoaminen luonnollisissa, todellisissa tilanteissa, ja siinä suositaan ihmistä tiedon keruun instrumenttina. Tutkimuksen kohdejoukko on valittu tarkoituksenmukaisesti ja kutakin tapausta käsitellään ainutlaatuisena ja sen mukaan tulkitaan aineistoa. Vaikka tutkimukseni toteutettiin kyselylomakkeella, kerättiin ilmiöitä selittävät vastaukset avoimilla kysymyksillä millä haluttiin saada tutkittavien ”oma ääni” mahdollisimman hyvin kuuluviin. Se on myös yksi laadullisen tutkimuksen menetelmistä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 130-134, 160.)

5.2 Aineiston kerääminen ja menetelmät

Tutkimuksen kohteena olivat Ylivieskan seurakunnan vauvakerhon äidit. Osallistujat rajautuivat sen mukaan, ketkä olivat tutkimuksen toteuttamispäivänä 22.5.2013 kerhossa. Vastaaminen tapahtui luonnollisissa olosuhteissa kerhon tiimellyksessä. Vauvat leikkivät lattialla ja äidit istuivat lasten ympärillä lattialla ja vastailivat kysymyksiin. Välillä äitien keskittyminen saattoi herpaantua, kun vauva itki ja äidit hoitivat vauvojaan. Osa hoiti tilanteen siten, että ensin toinen äiti "valvoi" lapsia, sitten toinen, ja äidit tekivät kyselyt vuorotellen. Tilannetta hallitsi myös melu, joka saattoi vaikuttaa äitien vastauksiin.

Ennakkotietona kerhossa oleville äideille tiedotettiin keskiviikkona 8.5.2013 tulevasta ryhmähaastattelusta ja kyselystä suullisesti ja kirjallisesti. (Liite 1) Ryhmähaastatteluun pyydettiin ilmoittautumaan kirjallisesti kerhokerran aikana. Valitettavasti äideistä kukaan ei halunnut osallistua ryhmähaastatteluun, joten päädyin vain toteuttamaan kyselyn.

Kyselytutkimuksella halusin kartoittaa onko vauvakerhoon (vertaisryhmään) osallistuminen tukenut heidän äitiyttään, arjessa jaksamistaan ja hyvinvointiaan tai antanut vastauksia lapsen kasvuun ja kehitykseen liittyvissä kysymyksissä. Lisäksi kyselyn avulla halusin selvittää onko kerhotoiminnassa jotain kehitettävää ja mitä se voisi olla. Kyselylomake sisälsi yhteensä kuusitoista kysymystä. Kysymyksistä neljä olivat valintakysymyksiä, kyllä/ei, yhdessä kysymyksessä annettiin yleisarvosana kerhotoiminnalle, ja loput yksitoista olivat avoimia kysymyksiä. (Liite 2)

5.3 Tutkimuksen luotettavuus ja pätevyys

Tutkimustuloksia arvioitaessa voidaan käyttää erilaisia mittaus- tai tutkimustapoja. Tutkimuksessa tulisi selvittää tutkimuksen reliabelius ja validius. Reliaabeliuksella tarkoitetaan tutkimuksen mittaustulosten toistettavuutta, esimerkiksi jos kaksi tutkijaa päätyy samaan tutkimustulokseen, voidaan tutkimusta pitää reliabelina. Validius tarkoittaa sitä, että mittari tai tutkimusmenetelmä mittaa juuri sitä tietoa mitä on tarkoituskin mitata, esimerkiksi kyselylomakkeelle saadut vastaukset eivät kerro sitä mitä niillä on haluttu selvittää, vaan vastaajat ovat ymmärtäneet kysymyksen väärin. (Hirsjärvi ym. 2007, 226–228.)

Vauvakerhon osallistujalistoilla oli tutkimusta tehtäessä yhteensä 35 äiti/vauvaparia. Tutkimuspäivänä kerhoon tuli paikalle 18 äitiä, joista kaikki vastasivat kyselyyn. Tutkimustuloksia voidaan pitää melko pätevinä, sillä yli puolet mahdollisista vastaajista osallistui kyselyn toteuttamiseen. Koska kysymykset olivat avoimia ja niihin sai suurimpaan osaan vastata vapaamuotoisesti, voi olettaa, että ne kuvaavat hyvin äitien mielipiteitä, ajatuksia ja tunteita. Kuitenkaan joissain kysymyksissä kaikki eivät olleet vastanneet ollenkaan, ja sen vuoksi jokaisen vastauksen kohdalla ei voida puhua validiudesta. Tämä asettaa myös saadut vastaukset näiden kysymysten kohdalla tilanteeseen, jossa täytyy miettiä, olivatko äidit ymmärtäneet kysymyksen oikein. Näitä kysymyksiä olivat kysymykset numero kahdeksan ja yksitoista.

6 TUTKIMUSTULOKSET

6.1 Vastaajat ja vauvakerhoon osallistuminen

Tutkimus toteutettiin yhteistyössä Ylivieskan seurakunnan lapsityön kanssa. Kyselyyn vastanneet äidit osallistuivat syksyn 2012 ja kevään 2013 aikana vauvakerhon toimintaan. Vauvakerho on vertaisryhmätoimintaa äideille, jotka ovat juuri synnyttäneet ensimmäisen lapsensa. Kerhon toimintaperiaatteisiin kuuluu, että äiti käy vauvan kanssa kerhossa, kunnes vauva täyttää yhden vuoden. Sen jälkeen äiti voi tulla halutessaan seurakunnan perhekerhoon, jossa on enemmän vanhempia lapsia äitien, isien ja isovanhempien kanssa. Vastaajien joukko tässä kyselyssä on kahdeksantoista äitiä ja vastausprosentiksi muodostui sen kerhokerran kokoontujien mukaan sata.

Kerhotoiminnalla on selkeä kirkkovuoteen ja juhlapyhiin liittyvä toimintasuunnitelma, muun muassa joulu, pääsiäinen, mikkelinpäivä, pyhäinpäivä, itsenäisyyspäivä, isänpäivä ja äitienpäivä olivat teemoja, joita kerhossa käsiteltiin toimintakautena 2012–2013. Kristillisten juhlapyhien sisällyttäminen vauvakerhon toimintaan kertoo siitä, että seurakunta on toiminnan järjestäjänä. Vauvakerhon kokoontumisilla on myös selkeä ohjelma, jonka mukaan joka kerta edetään. Syksyn 2012 ja kevään 2013 aikana vauvakerhon vastuullisena ohjaajana oli yksi lastenohjaajista. Toimintaa mainostettiin perhevalmennuksessa, neuvolan ilmoitustaululla ja seurakunnan kotisivulla internetissä. Vauvakerho on kaikille äideille avoin ja toimintaan voivat osallistua kaikki halukkaat omien mahdollisuuksiensa mukaan. Kerho kokoontuu keskiviikkoisin klo 12–14 Ylivieskan seurakunnan tiloissa. (Rissanen 2013.)

Vauvakerhon ohjelma:

12.00 kerho alkaa vapaata keskustelua

12.30 kahvit

13.00 hartaus

13.15 laululeikit

14.00 kerho loppuu

Tutkimuksessa ilmeni, että äidit olivat saaneet informaatiota vauvakerhon toiminnasta suurimmaksi osaksi neuvolasta sekä tuttaviltaan. Muutama äiti oli saanut tiedon seurakunnan nettisivuilta ja kaksi äitiä oli huomannut ilmoituksen lehdestä. Vastauksessa valittiin kaikki ne vaihtoehdot, mistä tietoa oli saatu.

Kokoontumispäivää kysyttäessä kaikki vastaajat olivat sitä mieltä, että keskiviikko on hyvä päivä kokoontua eikä hajontaa näin ollen tullut. Sen sijaan kokoontumisajan sopivuuden suhteen tuli pientä hajontaa. Kaksi äideistä toivoi kerhon alkavan jo klo 11.00 ja yksi äideistä aikaisintaan klo 13.30. Tämä osaltaan kuvastaa sitä, kuinka perheillä on erilaiset päivärytmit. Suurin osa vastaajista (15) olivat kuitenkin sitä mieltä, että kokoontumisaika klo 12.00–14.00 on sopiva.

Kysyttäessä, onko ryhmän koko äitien mielestä sopiva, tuli vastaukseksi kahdeksastatoista ainoastaan yhdessä kielteinen vaihtoehto, jossa toivottiin ryhmän jakamista kahteen pienryhmään. Äidit eivät siis kokeneet suurimmaksi osaksi kerhoryhmän kokoa liian suureksi.

6.2 Vauvakerhon merkitys siihen osallistuneille äideille

Vauvakerhon äideillä oli monenlaisia odotuksia kerhosta ennen toiminnan alkua. Keskeisimmiksi odotuksiksi nousivat selkeimmin mahdollisuus tutustua uusiin ihmisiin ja toisiin äiteihin sekä samassa elämäntilanteessa oleviin, saada uusia kavereita ja juttuseuraa ja odotettiin yhdessäoloa. Myös ajanvietettä ja ohjelmaa omaan arkeen oli odotettu etukäteen. Kokemusten vaihtaminen toisten äitien kanssa ja juttuseuraa vauvoista ja niiden kasvusta ja kehityksestä olivat odotettuja. Kolmella vastanneista ei ollut odotuksia ollenkaan. Kerhotoiminnan kehittämisen kannalta yksi äiti oli odottanut enemmän ohjattua toimintaa ja yhdessä vastauksessa ilmeni, että olisi toivonut, että hän olisi päässyt porukkaan mukaan helpommin.

Tapaisi muita äitejä ja saisi ohjelmaa arkeen.

Uusia tuttuja, mukavaa ajanvietettä sekä itselle että lapselle.

Toivoin tutustumista muihin samanikäisten äiteihin. Paikallisia tuttuja ei ollut toiselta paikkakunnalta muuttaneena.

Ei hirveästi odotuksia. Lähinnä se, että tapaa muita samassa tilanteessa olevia.

Pelkäsin olevan uskonnollinen mutta positiivinen yllätys kun ei ollutkaan liika uskonnollinen.

Odotuksien toteutumista kysyttäessä tuli kahdessa vastauksessa esiin, että ne eivät olleet toteutuneet. Äidit toivoivat, että ohjaajat avaisivat keskusteluja ja että uusi

kerhon jäsen esiteltäisiin muille, jotta tutustuminen olisi helpompaa. Muissa vastauksissa odotukset olivat toteutuneet ja niistä ilmeni selvästi, että äidit olivat saaneet vertaistukea ja seuraa arkeensa ja uusia tuttuja ja kavereita. Joku kertoi saaneensa ihan uusia ystäviäkin kerhotoiminnan ansiosta. Myös vastauksissa tuli esiin se, että vauvat ovat tottuneet toisiin vauvoihin ja vauva pitää kerhotoiminnasta.

Ei. Enemmän keskustelun avaamista ohjaajilta.

Ei. Uudelle kerhonjäsenelle olisi kiva esittely – pääsisi ryhmään sisään paremmin.

Kyllä. Tunnen uusia ihmisiä ja vauva tykkää touhuta täällä.

Kyllä. Tutustunut uusiin ihmisiin, saanut vertaistukea.

Kyllä. Samassa elämäntilanteessa olevia äitejä, seuraa, vertaistukea, sosiaalista kanssakäymistä, uusia ystäviäkin.

Kyllä. Vertaistukea ja monta uutta mammakaveria olen saanut.

Kyllä. Olen tutustunut muihin äiteihin, vauva tottunut muihin vauvoihin, vaihtelua päiviin.

6.3 Vauvakerhoon osallistumisen merkitys äitien arjessa jaksamiseen ja äitiyteen

Tutkimuksessa ilmeni, että vauvan hoitoon ja kehitykseen liittyvissä asioissa lähes kaikki äidit kokivat saaneensa paljon vertaistukea ja voineensa vaihtaa kokemuksia

kaikista asioista. Yksi äiti kuitenkin koki, että oma lapsi oli paljon pienempi kuin muiden eikä siksi ollut saanut juurikaan tukea vauvan hoitoon ja kehitykseen liittyvissä asioissa. Eräessä vastauksessa myös ilmeni positiivisena asiana, että kaikkien toimintatavat ovat hyväksytyjä, eikä ketään tuomita. Vastauksissa tuli myös esiin, että ohjaajilta ja kerhon muilta äideiltä saatu vertaistuki oli varsinkin alussa tärkeää, kun vauva oli pieni. Tärkeänä pidettiin myös sitä, että kaikissa mieltä askarruttavissa asioissa vauvan hoitoon ja kehitykseen liittyen on voinut kysyä neuvoa ja ihan kaikkiin kysymyksiin on saanut vastauksia.

Keskusteluja miten muut ovat edenneet hoidossa ja kehityksessä, vertaistukea ja kuullut että muillakin on samoja asioita mietitty ja käyty läpi.

Kokemusten vaihtoa ja jos joku asia on mietityttänyt niin voinut kysyä neuvoa.

Vertaistukea ohjaajilta ja muilta äideiltä varsinkin alussa kun vauva oli tosi pieni se oli erittäin tärkeää.

On ollut mukava kuulla muiden samanlaisista kokemuksista, tullut tavallaan varmuutta omaankin äitiyteen.

Ihan kaikkiin kysymyksiin saa vastauksia, mikä mieltä askarruttaa. Vaikka vaatetuksesta, päiväunista, miehen roolista kotona jne.

Kysyttäessä miten ryhmä on vaikuttanut omaan äitiyteen, koettiin, että on saanut varmuutta sekä hyviä neuvoja ihan tavallisiin arkisiin asioihin, kuten ruokailuun, pukeutumiseen, neuvolakäynteihin ja päivärytmeihin liittyvissä asioissa. Myös

äitiyttä on vertailtu keskenään ja tapoja toimia mutta kenenkään äitiyttä ei ole tuomittu. Eräässä vastauksessa ilmeni, että on voinut huomata, ettei olekaan ainoa ongelmiseen, joten vertaistuen merkitys ja kokemusten vaihtamisen mahdollisuus korostui näissäkin vastauksissa. Myös yhdessä vastauksessa koettiin, että äitiyttä ei ole niin käsitelty kerhossa ja kerhotoiminta koettiin enemmän vauvan harrastuksena. Kysymys myös osoittautui hankalaksi sillä jopa kuusi oli jättänyt vastaamatta äitiyttä koskevaan kysymykseen (kysymys nro 8.). Ehkä äitiys käsitteenä ei avautunut kaikille.

Samanlaisia kokemuksia, ei olekaan ainut ongelmiseen.

Huomannut, että muutkin kokevat arjen välillä raskaaksi, vaikka se antoisaa onkin.

Vertailla, vaunukavereita, kahviseuraa.

Minkäänlaista äitiyttä ei oo tuomittu.

Pukeutumiseen, neuvolakäynteihin ja päivärytmeihin liittyvissä asioissa.

Vauvakerhon toiminta koettiin kaikissa vastauksissa positiiviseksi. Äidit kokivat, että kerhoon osallistuminen on viikon kohokohta ja sitä odotetaan joka viikko. Vertaistuki tuli näissäkin vastauksissa esille ja myös se, että voi kerran viikossa puhua ja kertoa omista mieltä painavista asioista toisille, jotka ovat samassa elämän tilanteessa, koettiin tärkeäksi. Kerhon myös koettiin katkaisevan viikon sopivasti ja sen jälkeen koettiin loppuviikon kuluvan mukavammin. Myös osa äideistä piti hyvänä, että vauvakerhon vuoksi tulee ainakin kerran viikossa lähdettyä pois kotoa ja voi nähdä

muita. Joku oli myös todennut, että lapsikin viihtyy paremmin kuin, että oltaisiin kokoajan kotona, mikä myös varmasti vaikuttaa äitien jaksamiseen ja hyvinvointiin.

Keskiviikko on odotettu päivä ja siitä on saatu energiaa loppuviikkoon.

Mukavaa säännöllistä menoa arjen keskellä.

Hyvällä tavalla aina odotetaan että millon päästään kerhoon. Viikon koho kohta.

Saa sitä vertaistukea ja voi purnata muille äideille, jotka hyvin ymmärtävät.

Ollut mukava piristys viikkoon.

Omaan hyvinvointiin kerhon vaikutuksia äidit olivat kuvailleet myös positiivisesti. He kertoivat, että mieli on ollut pirteämpi ja itse on myös ollut paremmalla tuulella ja kerhotoiminta on auttanut jaksamisessa. Kerhoon lähteminen koettiin myös hyvänä asiana siksi, että sen seurauksena tulee lähdettyä ulkoilemaan pidemmälle lenkille kerran viikossa ja pois kotoa edes kerran viikossa. Kokemukset olivatkin yhtä vastausta lukuun ottamatta positiivisia.

Auttaa jaksamaan ja auttaa omassa "mielenterveyden hallinnassa".

On saanut tuulettaa omaa päätään ja ajatuksiaan.

Olen paremmalla tuulella.

Jaksanut paremmin kun nähnyt muitakin äitejä.

Jaksaa paremmin, oikein odotan kerhopäivää.

.. on ollut hyvä, että on joku "harrastus" niin on ollut syy lähteä kotoa ulos edes joskus.

Kysyttäessä äitien saamasta vertaistuesta toisilta äideiltä (kysymys 11), oli suurin osa jättänyt kysymykseen vastaamatta. Ainoastaan kahdeksan äitiä oli vastannut saaneensa vertaistukea toisilta äideiltä, jotka olivat kokemusten vaihtoa, lapsen kehitykseen liittyviä asioita, ystävyyttä, ymmärrystä ja huumoria. Myös lähes kaikki äidit kertoivat olevansa yhteydessä toisiinsa kerhon ulkopuolella. Näihin tapaamisiin sisältyi mm. vaunulenkkeilyä, kahvittelua, syömistä yhdessä, kyläilyä, ostoksilla käymistä, Facebook -viestittelyä ja muuten vain mukavaa yhdessäoloa. Kolme äitiä kertoi olevansa myös neuvolan äitipiirin kautta yhteydessä toisiin vauvakerhon äiteihin. Vastaajista neljä kertoi, ettei ole yhteydessä vauvakerhon ulkopuolella toisiin äiteihin.

Ihan vaan keskustelu tavis arjesta.

Kaikenlaisiin arkeen liittyviin asioihin neuvoa ja juttuseuraa. Merkitys on suuri, kun kerhoa ei jollain viikolla ole ollut, on viikko tuntunut pitkältä.

Lapsen kehitykseen liittyvää.

... on vaihdettu kokemuksia.

Toistaiseksi vertaistuki on ollut vähäistä, kun on käyty kerhossa niin vähän aikaa.

6.4 Vauvakerhon kehittäminen

Viimeisissä kysymyksissä keräsin äideiltä palautetta kerhosta. Mikä on ollut parasta vauvakerhossa ja mitä he haluaisivat kehittää toiminnassa? Lisäksi pyydettiin antamaan yleisarvosana välillä 1-10 kerhon toiminnasta. Loppuun vielä lisättiin mahdollisuus vapaaseen sanaan.

Kerhon toiminnassa koettiin olevan parasta se, että kokoontumiset ovat vapaamuotoisia ja ilmapiiri on hyvä. Kerhoon saa tulla ja mennä omaan tahtiin sopivimmalla tavalla. Toisiin äiteihin tutustuminen ja uusien kavereiden saaminen koettiin myös parhaimmiksi asioiksi. Myös avoimuus kerhossa, rupattelu äitien kesken ja yhteiset keskustelut koettiin positiiviseksi. Muutamassa vastauksessa tuli myös esiin, että äitien mielestä on parasta se, että vauvat tapaavat toisiaan ja touhuavat yhdessä. Eräs äiti koki, että oma vauva on rohkeampi kerhon ansiosta, eikä ujostelee tai pelkää meteliä. Myös kerhon ohjaaja koettiin muutamassa vastauksessa parhaana asiana samoin ruokatauko ja kerhotilat.

Ohjaaja, ilmapiiri, vapaa jutustelu.

Se, että vauvat tapaavat toisiaan.

Muiden tapaaminen.

Seura, vertaistuki, uudet kaverit.

...ei ole liikaa ohjelmaa vaan voi seurustella muiden aikuisten kanssa.

Vastauksissa toivottiin, että kerho voisi kokoontua kaksi kertaa viikossa. Myös kerhon peruuntumista joinakin viikkoina pidettiin huonona asiana, ja toivottiin, että kerholle löytyisi paikka joka viikko, eikä sitä peruttaisi. Kerhon peruuntuessa toivottiin myös parempaa tiedottamista ja yksi idea oli perustaa esimerkiksi sähköpostilista, jolla voisi tavoittaa kaikki äidit. Kehittämiseksi tuli myös, että kerhokerralla olisi enemmän yhteistä; yhteisiä leikkejä, musiikkia, askarteluja ja yhteisiä keskustelujen aiheita. Yhdessä vastauksessa toivottiin pienryhmiin ja eri tiloihin jakautumista, jotta olisi helpompi jutella äitien kanssa. Myös osallistuvien äitien ja vauvojen nimien kertaamista toivottiin. Kyselyyn vastanneista kahdeksan ei kuitenkaan ollut vastannut tähän kysymykseen. Yleisarvosanaksi äidit antoivat kerhosta 8,6.

Voisi olla vaikka 2x viikossa.

Jotain "yhteistä" enempi, esim. esittelyt alussa, jokin yhteinen leikki ym.

Ehkä enemmän jotain yhteistä keskustelua, leikkiä.

Ois ihan pieniä ryhmiä, tai että kokoonnuttais vaikka eri tiloissa että tulisi paremmin juttua toisten äitien kanssa.

Vapaan sanan osuudessa kerhon ohjaajia kiiteltiin hyvästä ja tärkeästä toiminnasta ja toivottiin, että kerhon peruuntumisista tiedotettaisiin mahdollisimman "isoon ääneen" ja laitettaisiin verkkoon. Myös kesäksi toivottiin jonkinlaista toimintaa ja kannustettiin ohjaajia jatkamaan kerhoa, sillä toiminta koettiin tärkeäksi.

7 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

7.1 Yhteenveto tuloksista ja pohdinta

Tutkimukseni tavoitteena oli selvittää vauvakerhoon osallistuneilta äideiltä vauvakerhon vaikutuksia perheen vauva-arkeen ja äitien omaan jaksamiseen. Myös vaikutuksia äitiyteen, vauvan hoitoon ja kasvatukseen selvitettiin sekä pyydettiin kehittämisideoita ja palautetta kerhon ohjaajille.

Tulokset kertoivat hyvin selvästi sen, että äidit kokivat vauvakerhon kokoontumiset todella tärkeiksi. Ilmapiiri kerhossa oli ollut hyvä ja avoin. Vauvakerhoon osallistumisen myötä he olivat saaneet vertaistukea toisilta äideiltä ja ohjaajilta. He olivat myös voineet jakaa omia kokemuksiaan vauvan kasvuun ja kehitykseen liittyen, aivan kuten Huuskonen (2010) toteaa, että vertaistuki on samankaltaisissa elämäntilanteissa olevien ihmisten kokemusten ja tiedon vaihtoa. Myös toimivia, hyväksi koettuja tapoja oli jaettu liittyen normaaliin perhearkeen, kuten ruokailuun, pukeutumiseen ja neuvolassa käymiseen. Fjäder ja Oksa (2010) tulivat tutkimuksessaan samanlaisiin tuloksiin.

Äitien vastauksista nousi esiin selvästi, että ryhmän toimintaan osallistuminen oli auttanut äitejä jaksamaan arjessa paremmin ja heistä useat kokivat, että vauvakerho katkaisee arjen sopivasti ja loppuviikko sujuu mukavammin. Äidit tunsivat itsensä pirteämmiksi ja parempituulisiksi kerhokerran jälkeen. Voidaan sanoa, että vauvakerhon vaikutukset äitien mielialoihin olivat positiivisia, mikä vaikuttaa äitien arjessa jaksamiseen. Hirosen ja Koiviston (2008) opinnäytetyön tutkimustuloksissa oli myös hyvin paljon samankaltaisuutta näihin verrattuna.

Vertaisryhmälle tyypilliset tavoitteet (Alitolppa-Niitamo & Sirkiä 2007) toteutuivat hyvin vauvakerhossa, sillä se on tukenut ryhmään kuuluvia jäseniä elämänmuutoksessa, voimaannutti ja auttoi näkemään tulevaisuuden toiveikkaana. Myös Fjäder ja Oksa (2010) tulivat tutkimuksessaan siihen tulokseen, että äidit kokivat vertaistuen olevan tärkein voimavara äitiydessä. Äitien positiiviset kokemukset kerhosta osoittivat sen, että vertaisryhmälle tyypilliset toimintatavat kuten keskustelut toisten äitien ja ohjaajien kanssa olivat antaneet vastauksia kaikkiin mieltä askarruttaviin asioihin. Tämä kertoo mielestäni siitä, että kerhossa on luottamuksellinen ja turvallinen olla. Kaikkien omia toimintatapoja kunnioitetaan ja kaikki ovat samanarvoisia. Äidit kertoivat saaneensa paljon uusia kavereita ja ystäviä kerhotoiminnan kautta ja useat heistä olivat keskenään tekemisissä kerhon ulkopuolella. Täten äitien sosiaaliset verkostot olivat laajentuneet, mikä on toiminnan yhtenä tärkeimpänä tavoitteena. Näiden kokemusten myötä myös äitien odotukset kerhosta olivat täyttyneet.

Vastauksissa tuli yllättäen esiin, että äideistä muutama oli huomannut, että kerhotoiminta oli vaikuttanut heidän vauvoihinsa positiivisesti. Oli havaittu, että vauva ei ujostele niin paljon kuin ennemmin ja hän on rohkeampi ja ei pelästy esimerkiksi niin helposti isoja ääniä. Myös vauvojen kerrottiin leikkivän toistensa kanssa kerhossa ja vauva viihtyi paremmin kotona, kun ympäristö välillä vaihtui. Mielestäni tämä kertoo siitä, että vauvat alkavat jo ihan pienenä muodostaa omaa sosiaalista verkostoaan, ja heidän sosiaaliset taidot alkavat jo kehittyä. Varsinkin ensimmäisen vauvan kohdalla näkisin tärkeänä tällaiset vertaisryhmät. Jos vauva viettää aikaa vain vanhempiansa kanssa, eikä saa mitään ulkopuolisia "ärsykeitä" muilta lapsilta, hänen sosiaaliset taitonsa ei pääse kehittymään samalla tavalla kuin niillä, joilla on sisarusia.

Vauvakerhon markkinoinnissa oli kyselyn perusteella onnistuttu hyvin, sillä äidit olivat löytäneet kaikista mahdollisista kanavista tietoa ja ns. "puskaradion" kautta oli kuultu kerhosta. Toisaalta tiedottamiseen kerhon peruuntumisen yhteydessä pyydettiin kiinnittämään huomiota, jotta kaikki saisivat tiedon. Kerhopäivä ja aika tuntuivat sopivan lähes kaikille hyvin, ja kerhoryhmän koko oli myös valtaosan mielestä sopiva. Tosin pienempiä ryhmiä toivottiin, ja mielestäni sen toteuttaminen ei ole vaikeaa. Joskus ryhmää voisi jakaa pienempiin ryhmiin erikoistoiminnan/-tilanteen kohdalla, mikä voisi edesauttaa äitejä myös tutustumaan paremmin toisiinsa. Samalla otettaisiin paremmin huomioon hiljaisemmat äidit, koska kaikki eivät halua puhua ja keskustella isossa ryhmässä. Ohjaajien rooli korostuu mielestäni hiljaisten äitien kohdalla, että he eivät kokisi itseään ulkopuoliseksi ryhmästä. Yhteisen tekemisen ja ohjatun toiminnan kautta äideille välittyy ryhmään kuuluvuuden tunne, mitä mielestäni kannattaisi kerhoissa toteuttaa enemmän. Ohjattu toiminta myös huomioi kaikki äidit, eikä kukaan jää ulkopuolelle. Myös äidit olivat toivoneet enemmän yhteistä tekemistä.

Kaiken kaikkiaan vauvakerhosta tuli hyvää palautetta ja toiminnan jatkuvuutta toivottiin, sillä se koettiin hyvin tärkeäksi toimintamuodoksi. Tällä hetkellä vauvakerho toimii seurakunnan kerhotoimintana kolmatta vuotta ja uusien äitien kiinnostus kerhoa kohtaan on ollut suosittua. Tutkimustulokset toimitin vauvakerhon ohjaajille, joten heillä on nyt tiedossa se, miten äitien mielestä kerhotoimintaa voisi kehittää, ja mihin osa-alueisiin kannattaa kiinnittää huomiota.

Jatkotutkimusta ajatellen olisi mielenkiintoista tutkia tässä tutkimuksessa yllättäen esiin tullutta kerhon vaikutusta vauvoihin. Miten äidit näkevät vauvakerhon vaikutuksen omiin lapsiinsa? Myös mahdollinen jatkotutkimuksen aihe voisi olla äitiyden tutkiminen omana tutkimuksenaan, sillä nyt vastauksia äitiyttä koskevaan

kysymykseen en saanut kaikilta ja siksi aihe jäi kiinnostamaan. Lisäksi olisi mielenkiintoista tutkia äitien kokemuksia isien toiminnasta ensimmäisen vauvan syntymän jälkeen. Miten äidit kokevat isän roolin perheen arjessa tai teettää kysely isille heidän kokemuksistaan isänä olemiseen ensimmäisen lapsen synnyttyä.

7.2 Opinnäytetyön prosessin pohdinta

Opinnäytetyö oli prosessina mielenkiintoinen. Sen tekeminen tuntui etukäteen vaikeammalta kuin se oikeastaan oli. Vaikka minulla on takana jo yksi tutkinto ammattikorkeakoulusta ja opinnäytetyö, poikkesi tämä kuitenkin merkittävästi edellisestä jo pelkästään aiheen vuoksi, mutta myös siksi, että tämän opinnäytetyön toteutin yksin. Ehdottomasti koen kuitenkin sen olleen oikea ratkaisu, sillä työn ja opiskelun yhteensovittamisen vaikeus opintojen aikana on osoittanut minulle sen, että mitä enemmän voi työskennellä opiskelujen parissa yksin, niin sen helpompaa on aikatauluttaa työt ja tehtävät.

Opinnäytetyön tekeminen yksin antoi minulle henkilökohtaisesti paljon. Aiheet ja teorit, joita opinnäytetyössäni käsittelin, olivat mielenkiintoisia, ja niistä kaikista voisi tehdä oman tutkimuksen. Vertaisryhmän merkittävyys tuli itselle henkilökohtaisesti lähelle, ja vertaisryhmätoiminnan käyttäminen omassa tämänhetkisessä työssäni nuorisotyönohjaajana tulee olemaan yksi tärkeä toimintamuoto, jota haluaisin olla kehittämässä. Tulevana varhaiskasvattajana opinnäytetyöstäni esiin nousseet äitien ajatukset siitä, miten paljon he ovat saaneet kerhosta positiivista energiaa elämäänsä toisilta äideiltä, antaa paljon ajateltavaa suunniteltaessa toimintaa vanhemmille tai ohjatussa vanhempiä toiminnan pariin. Rikkoutuneiden perheiden vanhemmat ovat monesti niitä, joita ei huomata, kun ero

tulee. Vaikka lapset ovat tärkeimmässä asemassa, niin aivan yhtä tärkeitä mielestäni ovat lasten vanhemmat. Myös opinnäytetyön tekeminen antoi minulle tärkeää tietoa siitä, miten merkittävä vauvan ja äidin ensimmäinen yhteinen vuosi on heille molemmille ja miten tärkeää on tukea äitiyttä sekä varhaisen vuorovaikutuksen toteutumista.

Opinnäytetyön tekeminen kesti kokonaisuudessaan kymmenen kuukautta, johon tosin sisältyy neljän kuukauden tauko. Työn olisin varmasti voinut tehdä vielä nopeammassa tahdissa, mutta koska olen ollut päivätöissä koko tämän prosessin ajan, niin voimavarat eivät ole riittäneet nopeampaan aikatauluun. Oppimisprosessina opinnäytetyön tekeminen oli antoisa. Teoriaan valitut aiheet eivät olleet minulle ennestään mitenkään tuttuja, joten oppimista ja ammatillista kehittymistä tämän matkan aikana on tapahtunut paljon.

Jokaisessa työssä on kehitettävää, ja niin myös tässä opinnäytetyössä. Aikataulullisesti opinnäytetyön valmistuminen tässä vaiheessa ei olisi ollut vielä välttämätöntä, mutta kyselyn toteuttaminen jo melkein vuosi sitten asetti minulle oman takarajan työni tekemiselle. Tutkimuskysymykset olisivat voineet olla hieman täsmällisempiä tai niitä olisi pitänyt täsmentää siinä vaiheessa, kun kyselyä toteutettiin. Kysymyksistä olisi voinut kertoa äideille, mitä tietoa niillä halutaan saada. Toisaalta kyselytilanne oli myös äitien kannalta hankala, koska he vastasivat kerhon tiimellyksessä ja vauvat olivat läsnä koko ajan. Vastauksista olisi todennäköisesti tullut syvällisempiä, jos äidit olisivat voineet vastata omassa rauhassa niihin. Ensi kerralla kyselyn voisi toteuttaa esimerkiksi siten, että vauvoilla on hoitajat sillä aikaa, kun äidit vastaavat. Loppujen lopuksi opinnäytetyöstäni tuli mielestäni kattava kokonaisuus, joka tukee aikaisempia samankaltaisia tutkimuksia mutta jätti kuitenkin mahdollisuuksia monille jatkotutkimuksille.

LÄHTEET

Adoptioperheet ry. 2014. Www dokumentti. Saatavissa: <http://www.adoptioperheet.fi/et-ole-yksin>; <http://www.adoptioperheet.fi/me>.
Luettu: 13.3.2014.

Airola, M. & Tarsalainen, A. 2003. Perheessä on voimaa. Helsinki: LK-kirjat.

Alitolppa-Niitamo, A. & Sirkiä, J. 2007. Monikulttuuriset vertaisryhmat – ohjaajan opas. Ryhmämalli kouluikäisten lasten vanhemmille. Väestöliitto.

Cacciatore 2014. Www dokumentti. Saatavissa: <http://www.raisacacciatore.fi/145>.
Luettu 6.1.2014.

Cacciatore, R. 2008. Vaaran merkkejä. Teoksessa K. Janhunen & M. Oulasmaa (toim.). Äidin kielletyt tunteet. 54–61. Väestöliitto.

Cacciatore, R. & Janhunen, K. 2008. Täydelliset äidit – 11 myyttiä. Teoksessa K. Janhunen & M. Oulasmaa (toim.) Äidin kielletyt tunteet. 12–27. Väestöliitto.

Fjäder, T. & Oksa, T. 2010. Perhetalo Naapuri äitiyden tukena. Kokemuksia äiti-vauvaryhmän vaikutuksesta äitiyteen. Opinnäytetyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma.

Hayman, S. 1997. Suom. Tanner, K. 1999. Sinun minun meidän. Opas uusperheille. Miten elän sovussa uuden ja vanhan perheen aikuisten lasten ja sukulaisten kanssa. Jyväskylä: Gummerus Kustannus Oy.

Hellsten, T. 1999. Vanhemmuus – vastuullista vallankäyttöä. Helsinki: Kirjapaja Oy.

Hiironen, H-K. & Koivisto, S. 2008. Ekavauva-ryhmän merkitys äideille Jyväskylän seudun perhe –hankkeessa. Opinnäytetyö. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. 13. osin uudistettu painos. Helsinki: Tammi.

Huttunen M. 2012. Synnytyksen jälkeinen masennus. 2013 Kustannus Oy Duodecim. Www dokumentti. Saatavissa: http://www.terveyskirjasto.fi/kotisivut/tk.koti?p_artikkeli=dlk00505. Luettu 7.1.2014.

Huuskonen, P. 2010. Vertaistuki – ”en olekaan ainut”. Teoksessa vertaistoiminta kannattaa. Www dokumentti. Saatavissa: <http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/vammaispalvelujen-kasikirja/itsenaisen-elaman-tuki/vertaistuki/#viit1>. Luettu 5.2.2014.

Jämsä, J. & Kuosmanen, P. 2007. Sateenkaariperheet ovat monenlaisia lapsiperheitä. Teoksessa P. Kuosmanen & J. Jämsä (toim.) Suomalaiset sateenkaariperheet sosiaali- ja terveyspalveluissa ja koulussa. 13-20. Helsinki: Edita.

Järvinen, R., Lankinen, A., Taajamo, T., Veistilä, M. & Virolainen, A. 2007. Perheen parhaaksi. Perhetyön arkea. Helsinki: Edita.

Kansaneläkelaitos. 2012. Lapsilisän määrä. Www dokumentti. Saatavissa: http://www.kela.fi/lapsilisa_maara. Luettu 23.1.2014.

Kansaneläkelaitos. 2014.

a. Lapsilisä alle 17 –vuotiaalle. Www dokumentti. Saatavissa: <http://www.kela.fi/lapsilisa>. 23.1.2014.

b. Äitiysavustus ja äitiyspakkaus. Www dokumentti. Saatavissa: http://www.kela.fi/raskaus_aitiysavustus-ja-aitiyspakkaus. Luettu 23.1.2014.

Kaukolinna, M & Malinen, T. 2011. Toukkapiiri: Äiti-Vauvapiiri Mäntsälän seurakuntaan. Opinnäytetyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma.

Kirkon tilastollinen vuosikirja 2012. Helsinki: Kirkkohallitus.

Kirkon varhaiskasvatuksen kehittämissasiakirja 2008. 2. painos. Helsinki: Kirkon kasvatus ja nuorisotyö/Kirkkohallitus.

Kivijärvi, M. 2003. Äidin sensitiivisyys varhaisessa vuorovaikutuksessa. Teoksessa P. Niemelä, P. Siltala & T. Tamminen (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. 252–260. Helsinki: WSOY.

Lastensuojelun keskusliitto 2014. Lapsiperhe Suomessa. Www dokumentti. Saatavissa: <http://www.lastensuojelu.info/fi/lapsiperhe-suomessa.html>. Luettu 23.1.2014.

Lastensuojelun käsikirja 2013. Www dokumentti. Saatavissa: <https://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/lastensuojelunkasikirja/tyovalinet/tyomenetelmat/vauvakynkka/>. Luettu 23.1.2014.

Leppänen, A & Ruusujoki A-M. 2010. Tää on tämmönen kotiäidin pelastus. Äiti-vauvaryhmä äitien jaksamista tukemassa. Opinnäytetyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma.

Malmi, M. 2008.

a. Hoida parisuhdettasi. Teoksessa M. Malmi, S. Pulliainen & S. J.J. Sirkka (toim.) Uuden äidin selviytymisopas. 100–115. Helsinki/Jyväskylä: Minerva Kustannus Oy.

b. Älä jää yksin. Teoksessa M. Malmi, S. Pulliainen & S. J.J. Sirkka (toim.) Uuden äidin selviytymisopas. 116–135. Helsinki/Jyväskylä: Minerva Kustannus Oy.

Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2014.

a. Www dokumentti. Saatavissa:

http://www.mll.fi/vanhempainnetti/kipupisteita/perheen_kriisit_ja_muutokset/uusp_erheen_elamaa/. Luettu 11.3.2014.

b. Www dokumentti. Saatavissa:

http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemmuus_ja_kasvatus/lapsen_j_a_vanhemman_varhainen_vu. Luettu 20.1.2014.

c. Www dokumentti. Saatavissa: <http://www.mll.fi/perheille/vertaisryhmat/>. Luettu 23.1.2014.

Oulasmaa, M., Raimovaara, K., Salmi, I. & Karme, S. 2008. Hyvä paha neuvola. Teoksessa K. Janhunen & M. Oulasmaa (toim.). Äidin kielletyt tunteet. 86-100. Väestöliitto.

Pelastakaa Lapset ry. 2014. Www dokumentti. Saatavissa:

<http://www.pelastakaaalapset.fi/toiminta/lastensuojelutyo/adoptiot/adoptioneuvonta/>. Luettu 13.3.2014.

Perhehoitoliitto. 2014. Www dokumentti. Saatavissa:

<http://www.sijaisvanhemmaksi.fi/faktaa-sijaisvanhemmuudesta>. Luettu 13.3.2014.

Päivähoitolaki 36/1976

Raamattu (1992)

Sarkkinen, M. 2003. Masentunut äiti – tyydyttävän äitiydenkokemuksen ulkopuolella. Teoksessa P. Niemelä, P. Siltala & T. Tamminen (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. 283-305. Helsinki: WSOY.

Sateenkaariperheet ry. 2014. Www dokumentti. Saatavissa:

<http://www.sateenkaariperheet.fi/index.php?item=68>. Luettu 13.3.2014.

Schulman, M. 2003. Vauvahavainnointi. Teoksessa P. Niemelä, P. Siltala & T. Tamminen (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. 70–82. Helsinki: WSOY.

Seta ry. 2014. Www dokumentti. Saatavissa:
<http://seta.fi/?s=sateenkaariperhe&submit=Etsi>. Luettu 13.3.2014.

Siltala, Pirkko. 2003. Varhainen vuorovaikutus kokemuksen ja tutkimuksen valossa. Teoksessa P. Niemelä, P. Siltala & T. Tamminen (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. 16–43. Helsinki: WSOY.

Silvén, M. 2010. Varhainen vuorovaikutus, kognitio ja kielen kehitys: hermostoa kaikki tyynni. Teoksessa M. Silvén (toim.) Varhaiset ihmissuhteet. Polku lapsen suotuisaan kehitykseen. 45–63. Helsinki: Minerva Kustannus Oy.

Sinkkonen, J. 2003. Lapsen kiintymyssuhteen syntyminen ja sen häiriöt. Teoksessa P. Niemelä, P. Siltala & T. Tamminen (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. 92–106; 261–267. Helsinki: WSOY.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2013. Lapsiperheiden taloudelliset tuet. Www dokumentti. Saatavissa:
http://www.stm.fi/toimeentulo/tuet_ja_etuudet/lapset_ja_vanhemmuus. Luettu 23.1.2014.

Tapio, N., Seppänen, P., Hyppönen, T., Janhunen, T., Prusila, L., Salo, S., Toivanen, R & Vilén, M. 2010. Parisuhde ja vanhemmuus. Teoksessa M. Vilén, P. Seppänen, N. Tapio & R. Toivanen (toim.) Kohtaamisia lapsiperheissä. Menetelmiä perhetyöhön. 102–164. Helsinki: Kirjapaja.

Terveiden ja hyvinvoinninlaitos 2014. Vertaisryhmistä voi saada vastavuoroista tukea. Www dokumentti. Saatavissa:
http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/aiheet/tietopakettit/pelihaitat/rahapeliongelman_hoit_o_ja_tuki/apu/vertaisryhmat/vertaistuki. Luettu 23.1.2014.

Tilastokeskus 2014. Www dokumentti. Saatavissa:
<http://www.stat.fi/meta/kas/perhe.html>. Luettu 6.1.2014.

Vilén, M., Hansen, M., Janhunen, T, Kytöpuu, K., Salo, S., Seppänen, P. & Tapio, N. 2010. Perhe ja perhetyö. Teoksessa M. Vilén, P. Seppänen, N. Tapio & R. Toivanen (toim.) Kohtaamisia lapsiperheissä. Menetelmiä perhetyöhön. 10–56. Helsinki: Kirjapaja.

Väestöliitto 2014.

a. Www dokumentti. Saatavissa:

http://www.vaestoliitto.fi/tieto_ja_tutkimus/vaestontutkimuslaitos/tilastoja-ja-linkkeja/tilastotietoa/perheet/yksinhuoltajaperheet_suomessa/. Luettu 11.3.2014.

b. Www dokumentti. Saatavissa:

http://www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus/tietoa_vanhemmille/murrosikaisten-vanhemmat/tietoa/vanhemmuus_ja_koti2/vanhemmuus/vanhempien_ero/. Luettu 11.3.2014.

Hei äidit!

Ylivieskassa 6.5.2013

Olen sosionomi-opiskelija ja seurakunnan nuorisotyönohjaaja Ylivieskasta.

Olen tekemässä opinnäytetyötäni ja siihen liittyvää tutkimusta Ylivieskan seurakunnan vauvakerhosta ja sen merkityksestä teille, sillä teidän olette parhaita asiantuntijoita ryhmässä toimimisessa ja sen merkityksellisyydestä. Vastauksenne olisi myös tärkeää vauvakerhoa ohjaaville lastenohjaajille, jotta he voisivat kehittää toimintaa sen mukaan mikä on tarve.

Haastattelu toteutetaan ryhmähaastatteluna, joka nauhoitetaan ja haastattelukysymykset liittyvät vauvakerhon toimintaan ja sisältöihin ja mahdollisiin kehittämiskohtiin.

Haastatteluista ja vastauksista ei tule ilmenemään kenenkään henkilöllisyyttä ja vastaukset käsitellään muutenkin luottamuksellisesti ja haastattelut hävitetään niiden käsittelyn jälkeen.

Haastattelupäivä olisi keskiviikko 22.5. normaaliin vauvakerhon kokoontumisaikaan toimitalo Pietarissa lasten puolella.

Toivon, että saisin teistä haastatteluun 5-7 henkilöä, mutta tarvittaessa kaikki halukkaat saavat osallistua.

Haastattelun jälkeen toteutetaan vielä pienimuotoinen anonyymi kysely kaikille vauvakerhon äideille.

Toivon, että voisit olla auttamassa opinnäytetyötäni eteenpäin.

Ystävällisin terveisin:

Hannele Aho

Seurakunnan nuorisotyönohjaaja

Sosionomi -opiskelija, Centria ammattikorkeakoulu

Opinnäytetyökysely vauvakerhon äideille 22.5.2013

Tutkija: Hannele Aho, sosionomi (amk) opiskelija, nuorisotyönohjaaja. p. xxx-xxxxxxx

1. Mistä sait tiedon vauvakerhosta? (rastita kaikki vaihtoehdot, josta olet saanut tietoa)

Neuvolasta ___

Seurakunnan nettisivulta ___

Tuttavalta ___

Jostain muualta ___ mistä? _____

2. Onko keskiviikko kokoontumispäivänä mielestäsi oikea?

Kyllä ___

Ei ___ Mikä olisi parempi päivä? _____

3. Onko kokoontumisaika klo 12-14 mielestäsi sopiva?

Kyllä ___

Ei ___ Mikä kellonaika olisi parempi? _____

4. Onko ryhmän koko mielestäsi sopiva?

Kyllä ___

Ei ___ mikä olisi mielestäsi sopiva? _____

5. Millaisia odotuksia ja ajatuksia sinulla oli kerhosta ennen toimintaan osallistumista?

6. Ovatko odotuksesi toteutuneet?

Kyllä __ millätavalla?

Ei __

7. Millaista tukea olet saanut ryhmästä vauvan hoitoon ja kehitykseen liittyvissä asioissa?

8. Millaista tukea olet saanut ryhmästä äitiyteen liittyvissä asioissa?

9. Millätavalla vauvakerhoon osallistuminen on vaikuttanut muussa arjessa jaksamiseen?

10. Millätavalla ryhmä on vaikuttanut omaan hyvinvointiisi?

11. Millaista vertaistukea olet saanut vauvakerhon muilta äideiltä? Millainen merkitys sillä on ollut?

12. Oletteko tavanneet tai olleet muuten yhteyksissä äitien kanssa vauvakerhon ulkopuolella

Kyllä __ , minkälaista yhteydenpitoa? _____

Ei __

13. Mitkä asiat ovat olleet parasta vauvakerhon toiminnassa?

14. Mitä haluaisit kehittää toiminnassa?

15. Yleisasteikolla 1-10, mikä on yleisarviosi vauvakerhon toiminnasta?

(kokemuksista, sisällöistä, teemoista, kokoontumisajasta ym.)

1= huonoin, 10=paras _____

16. Haluaisitko sanoa vielä jotain muuta?

KIITOS VASTAUKSESTASI!!