

OPINNÄYTETYÖ

Kuvataulut synnytykseen valmistautumiseen, synnytykseen ja jälkitapaamiseen

Noora Peni

Tulkki AMK,
Tulkkaus ja kielellinen saavutettavuus
(240 op)

12/2022

TIIVISTELMÄ

Humanistinen ammattikorkeakoulu
Tulkkaus ja kielellinen saavutettavuus

Tekijä: Noora Peni

Opinnäytetyön nimi: Kuvataulut synnytykseen valmistautumiseen, synnytykseen ja jälkitapaamiseen

Sivumäärä: 35 ja 4 liitesivua

Työn ohjaaja(t): Sirpa Lyytinen

Työn tilaaja(t): Sini Niemi/ Tampereen Doulapiiiri

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tehdä kuvataulut synnytykseen valmistautumiseen, synnytykseen ja jälkitapaamiseen. Opinnäytetyön tuloksena syntyi neljä kuvataulua, kaksi-puoleinen kuvataulu synnytykseen valmistautumiseen, yksi alatiesynnytykseen ja yksi sektioon/keisarileikkaukseen. Näitä kuvatauluja on tarkoitus käyttää myös jälkitapaamisessa.

Toteutin opinnäytetyön toiminnallisena opinnäytetyönä. Opinnäytetyön teoreettisessa osuudessa perehdytään erilaisiin kommunikointikeinoihin, erityisesti kuvakommunikointiin, sekä synnytykseen ja osallisuuteen. Opinnäytetyössä käsitellään myös doulan osuutta synnytykseen valmistautumisessa ja synnytyksessä. Opinnäytetyön tuloksena syntyi konkreettinen kuvallinen tuotos, kuvataulut.

Opinnäytetyön toimeksiantajana on Tampereen Doulapiiiri, joka toimii yhteistyössä lapsiperheiden yhteistoimintaa edistävän yhdistyksen, Tampereen Napapiirin kanssa.

Asiasanat: synnytys, kommunikointi, osallisuus, doula

ABSTRACT

Humak University of Applied Sciences
Interpreting and linguistic accessibility

Author: Noora Peni

Title: Picture boards for preparation for childbirth, for childbirth and postpartum

Number of Pages: 35 and 4 attachment pages

Supervisor(s): Sirpa Lyytinen

Commissioned by: Sini Niemi/ Tampere Doula district

The purpose of this thesis was to make Picture boards for preparation for childbirth, for childbirth and postpartum. As a result of the thesis, four picture boards were created, a double-sided picture board for preparing for childbirth, one for childbirth and one for cesarean section. These picture boards are also intended for use after childbirth.

I implemented the thesis as a functional thesis. In the theoretical part of the thesis, we learn about different means of communication, especially image communication, as well as childbirth and participation. The thesis also deals with the role of the doula in preparing for and giving birth. The result of the thesis was tangible visual output, picture boards.

The client of the thesis is Tampere Doula district, which works in cooperation with Tampere's Napapiiri, an association that promotes the cooperation of families with children.

Keywords: childbirth, communication, participation, doula

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO.....	6
2	OPINNÄYTETYÖN TAUSTAA	8
3	KOMMUNIKOINTI, VISUALISOINTI JA VUOROVAIKUTUS.....	10
	3.1 Visualisointi.....	11
	3.2 Puhetta tukeva, täydentävä ja korvaava kommunikointi eli AAC.....	11
	3.3 Erilaiset kommunikointikeinot	12
	3.4 Kuvakommunikointi	13
	3.5 Kuvakommunikoinnin eri muotoja.....	14
4	SYNNYTYS.....	17
	4.1 Synnytyksen vaiheet	17
	4.2 Doula – synnyttäjän tukihenkilö	18
5	OSALLISUUS JA SEN EDISTÄMINEN	21
6	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN.....	23
	6.1 Opinnäytetyöprosessin kuvaus	23
	6.2 Havaintoja opinnäytetyöprosessin aikana.....	25
7	TUOTOKSEN TOTEUTUS	27
	7.1 Produktin tuottamisen kuvaus.....	27
	7.2 Arviointi ja palaute	29
8	POHDINTA.....	30
	8.1 Pohdintaa opinnäytetyöstä	30
	8.2 Työn eettisyys ja luotettavuus.....	31
	LÄHTEET	33

LIITTEET.....36

1 JOHDANTO

On hyvä, että raskausaika on pitkä. Silloin äidillä ja isällä on aikaa luoda suhde tulevaan lapseen ja aikaa tottua ajatukseen raskaudesta, synnytyksestä ja tulevasta lapsesta. Raskauden jatkuessa synnytys on väistämättä edessä (Rouhe, Saisto, Toivanen & Tokola 2013). Synnytys on herkkä, intiimi, tärkeä ja ainutlaatuinen kokemus niin synnyttäjälle, kuin mahdollisesti mukana olevalle tukihenkilöllekin.

Maahanmuuttaneiden määrä Suomessa on kasvanut huomattavasti etenkin 2000-luvulla ja ulkomaalaistaustaisen väestön määrä on kasvanut nopeasti. Vuonna 1990 ulkomaalaistaustaisten osuus väestöstä oli vajaa prosentti, kun taas vuonna 2020 osuus oli lähes kahdeksan prosenttia. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2021.) Mitä jos synnyttäjällä ei ole yhteistä kieltä synnytyksessä mukana olevien henkilöiden kanssa, tai jos puheen tuottamisen tai ymmärtämisen kanssa on haasteita?

Kommunikointi on vastavuoroista toimintaa. Molemmat osapuolet toimivat lähettäjinä ja vastaanottajina yhtä aikaa ja vuorotellen (Huuhtanen 2011a, 12). Kommunikointiin liittyy paljon muutakin, kuten esimerkiksi ilmeet, eleet, kehon asennot, sekä katsekontakti. Edellä mainitut ovat niin sanottuja sanattomia, eli non-verbaalisia viestintäkeinoja. Kommunikoinnissa voi olla ristiriitaisia viestejä: kehonkieli voi piilottaa jotain sellaista, mitä sanoilla yritetään peittää. (Huuhtanen 2011a, 12.) Erityisesti synnytyksessä non-verbaalisilla viesteillä on suuri merkitys. Lempeät ja rohkaisevat eleet, sekä katse ovat suuressa roolissa, kun puhutaan niin tukihenkilön kuin doulankin tuesta synnyttäjälle.

Puhetta korvaavaa kommunikointia, englanniksi Alternative communication, käytetään silloin, kun ihminen ei käytä puhetta kommunikoinnissaan. Puhetta tukevaa kommunikointia, englanniksi Augmentative communication, käytetään silloin kun viesti ei tule ymmärretyksi puheen epäselvyyden tai puutteellisuuden vuoksi. Myös esimerkiksi vieraskieliset kuuluvat ryhmään, jotka käyttävät puhetta tukevaa kommunikointia. (Huuhtanen 2011a, 15.)

Käsittelen tässä opinnäytetyössä myös osallisuutta käsitteenä, sekä sen edistämistä. Osallisuus merkitsee mukanaoloa, vaikuttamista sekä huolenpitoa ja yhteisesti rakennetusta hyvinvoinnista osalliseksi pääsemistä (Sosiaali- ja terveysministeriö 2022). Osallisuus on johonkin kuumista ja osallisuuden puute ulkopuolisuutta (Nivala 2021). Kuinka tuottaa esimerkiksi vieraskieliselle synnyttäjälle sellainen olo, että hän pystyy itse vaikuttamaan omiin asioihinsa?

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa kuvallinen tuotos Tampereen Doulapiiirin doulille avuksi erilaisiin synnytystilanteisiin, joissa ei esimerkiksi ole yhteistä kieltä synnyttäjän kanssa. Kuvallisen tuotoksen teossa on otettu huomioon tilaajan tarpeet ja toiveet. Konkreettisen tuotoksen, eli kuvataulujen on tarkoitus olla kommunikoinnin ja puheen tukena synnytykseen valmistautumisessa, itse synnytyksessä ja jälkitapaamisessa. Kuvataulut on tarkoitus jakaa kaikille Doulapiiirin doulille, jotta jokaisella on kuvataulut mukanaan tarpeen vaatiessa.

Opinnäytetyön tilaajana toimii Tampereen Doulapiiiri, josta kerron seuraavassa luvussa hieman lisää. Opinnäytetyön tavoitteena on ottaa selvää synnytyksestä ja kuvakommunikoinnista, sekä tuottaa konkreettinen kuvallinen tuotos pohjautuen edellä mainittuun teorian tietoon. Tässä opinnäytetyössä perehdytään synnytykseen, doulan työhön, kommunikointiin ja visualisointiin, sekä kuvakommunikointiin. Opinnäytetyössä esitellään konkreettinen kuvallinen tuotos, joka on liitteenä opinnäytetyön lopussa.

2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTAA

Ajatuksenani oli, että haluaisin tehdä toiminnallisen opinnäytetyön. Kun sain tietää Tampereen Doulapiiirin tilanteen synnytykseen ja kuvakommunikointiin liittyvän opinnäytetyön, tartuin ideaan. Aiheen valintaan vaikutti kiinnostus sekä kuvakommunikointia, että synnytystä kohtaan. Ennen nykyistä koulutustani hain kättilökouluun, mikä myös vaikutti päätökseeni tehdä opinnäytetyö liittyen synnytykseen.

Työn tilaaja, eli Tampereen Doulapiiiri on joukko vapaaehtoisia doulakoulutuksen saaneita naisia, jotka ovat käytettävissä tukihenkilöiksi synnytykseen. Doulapiiiri tehnyt yhteistyötä Tampereen Napapiirin kanssa vuodesta 2002. Tampereen Napapiiri ry on vuonna 2000 perustettu yhdistys, joka edistää pirkanmaalaisten perheiden yhteistoimintaa sekä lapsiperheiden ja lasta odottavien perheiden hyvinvointia. Tampereen Napapiiri järjestää neuvolatyötä täydentävien kurssien ja luentojen lisäksi myös muun muassa vertaistuki- ja virkistystoimintaa sekä kulttuuri- ja liikuntaharrastuksia. Joka toinen kuukausi Doulapiiiri järjestää Doula-iltoja, joihin voi tulla kuulemaan doulatoiminnasta, sekä tutustumaan alueen douliin. (Tampereen Napapiiri 2022.)

SelkoSeks on Terapiaperhonen Oy:n ylläpitämä palvelu, joka tarjoaa selkokuvia ja koulutuspalveluita seksuaalisuuden teemoihin liittyen (SelkoSeks 2022). SelkoSeks-selkokuvapankissa on kuvia monenlaisista eri aihealueista, jotka koskevat lähinnä seksuaalisuutta ja ihmiskehoa. Näitä aihealueita ovat muun muassa: anatomia ja sukupuoli, suhteet ja ihmiset, seksi, raskaus ja tunteet. (SelkoSeks 2022.) Tilaajan tarve lähti siitä, että heillä ei ollut varaa ostaa SelkoSeks-selkokuvapankin kuvia käyttöönsä. Siksi tavoitteena on koota kuvataulut ilmaisista, kaikille saatavilla olevista kuvista.

Toiminnallisen opinnäytetyön tulisi olla työelämälähtöinen ja käytännönläheinen sekä osoittaa riittävällä tasolla alan tietojen ja taitojen hallintaa. (Vilka & Airaksinen 2003, 10.) Opinnäytetyöni on työelämälähtöinen ja toteutetaan tilaajan aidosta tarpeesta. Terveydenhuollon ammattihenkilön tärkein työkalu monikulttuurisessa kohtaamisessa on ammatillinen tieto, ymmärrykyky, sensitiivisyys sekä vuorovaikutustaito potilasta kunnioittaen ja potilaan arvomaailman tasolla (Valtakunnallinen terveydenhuollon eettinen neuvottelukunta 2004).

Todennäköisin käyttäjäryhmä kuvatauluille tulee olemaan vieraskieliset synnyttäjät, joiden kanssa doulalla ei välttämättä ole yhteistä kieltä. Monikulttuurisuus ja vieraskielisyys yleistyy koko ajan ja myös sellaisiin ryhmiin kuuluvien asiakkaiden tulee saada hyvää ja laadukasta

palvelua. Maahanmuuttajien tarpeet terveydenhuollon asiakkaina ovat usein erilaiset kuin niin sanotun valtaväestön. Eri kulttuureilla on osin erilaisia käsityksiä terveydestä ja sairaudesta, yksilöstä ja yhteisöstä, elämästä ja kuolemasta, ja perinteet ja uskomukset saattavat aiheuttaa molemmin puolin väärinymmärryksiä ja epäluuloa (Valtakunnallinen terveydenhuollon eettinen neuvottelukunta 2004).

3 KOMMUNIKOINTI, VISUALISOINTI JA VUOROVAIKUTUS

Kommunikointi on vastavuoroista toimintaa (Huuhtanen 2011a, 12). Kommunikointiin liittyy paljon muutakin, kuten esimerkiksi ilmeet, eleet, kehon asennot, sekä katsekontakti. Edellä mainitut ovat niin sanottuja sanattomia, eli non-verbaalisia viestintäkeinoja. (Huuhtanen 2011a, 12.) Kommunikoinnin sisältö, muoto ja tarkoitus ovat kiinteässä yhteydessä toisiinsa ja niitä kaikkia tarvitaan vuorovaikutuksessa. (Huuhtanen 2011a, 19.) Kun keskustelukumppanit kommunikoivat eri tavoin, taitavampi kommunikoija voi omalla toiminnallaan saada aikaan onnistunut vuorovaikutustilanteen (Papunet 2022a). Synnyttäjän ja tukihenkilön välinen kommunikointi on samalla herkkää ja jämää, sekä siinä edetään synnyttäjän ehdoilla. Kommunikointikumppanina on tärkeää olla kärsivällinen ja läsnä kommunikointitilanteessa.

Granlund ja Olsson (1994) jakavat vuorovaikutuksen tavoitteet kolmeen ryhmään: ohjaava vuorovaikutus, yhteyttä luova vuorovaikutus ja suuntaava vuorovaikutus. Ohjaavalla vuorovaikutuksella tarkoitetaan kommunikointitapaa, jossa pyritään pääsemään päämäärään toisen henkilön avulla. Se on usein yksioikoisempaa ja vähemmän sosiaalista kuin muut kommunikointitavat. Yhteyttä luovaa vuorovaikutusta on esimerkiksi se, kun lapsi hymyilee vanhemmalle, sanoo tämän nimen tai kiipeää syliin. Lapsi on aktiivinen ja pyrkii kontaktiin toisen henkilön kanssa. Suuntaava vuorovaikutus on rakentavin yhteisen työskentelyn tapa. Päämäärä ei ole esillä yhtä voimakkaasti kuin ohjaavassa vuorovaikutuksessa. Kun viestin lähettäjä on saanut vastaanottajan huomion kohdistumaan itseensä, vuorovaikutuksen molemmat osapuolet suuntaavat huomionsa tiettyyn jaettuun kohteeseen yhdessä. Suuntaavaan vuorovaikutukseen kuuluu myös kiinnostuksen ylläpitäminen, joka edellyttää toisen reaktioiden jatkuvaa seuraamista. (Huuhtanen 2011a, 18–19.)

Synnytyksessä synnyttäjä on koko ajan vuorovaikutuksessa synnytyksessä mukana oleviin henkilöihin. Vuorovaikutuksen tulee olla synnytyksen kaltaisessa herkässä tilanteessa helppoa, sujuvaa ja mutkatonta. Synnytyksessä on tärkeää, että vuorovaikutuskumppani on kiinnostunut synnyttäjistä, ja että vuorovaikutuskumppanilla on aikaa keskittyä synnyttäjään, sekä seurata hänen reaktioitaan.

3.1 Visualisointi

Hodgdonin (2006) mukaan visualisointi on näkyväksi tekemistä. Visualisoinnin välineitä ovat muun muassa PCS-kuvat, valokuvat, piirrookset, tekstit, viittomat, eleet ja esineet. Visualisointi muokkaa ympäristöä ymmärrettävämmäksi, lisää osallistumista ja osallisuuden tunnetta, sekä opettaa taitoja ja erityisvaikeuksia kompensoivia strategioita. (Hepola & Vaaraniemi 2012, 10.)

Hodgdonin (2006) ja Fahertyn (2006) mukaan visualisoinnilla tuetaan tiedon vastaanottamista. Kuvat auttavat suuntaamaan tarkkaavaisuutensa viestiin, sekä ymmärtämään ja tulkitsemaan tietoa. Kuvien kautta on helpompi hahmottaa ympäristöään ja sosiaalisia tilanteita. Visualisointi helpottaa viestin hyväksymistä ja sitä voidaan käyttää ilmaisun tukena monin eri tavoin. Esimerkiksi kuvien avulla voidaan antaa käsitteitä ilmaisuun. (Hepola & Vaaraniemi 2012, 10.)

Visuaaliset menetelmät tukevat muun muassa kommunikointia (puheen vastaanottamista ja ilmaisua), toiminnanohjausta sekä sosiaalisten tilanteiden hahmottamista. Visuaaliset menetelmät tukevat myös tarkkaavaisuuden säätelyä, sekä tunneilmaisun ja käyttäytymisen säätelyä. Kerolan ja Sipilän (2007) mukaan visualisoinnin merkitystä ei ole syytä aliarvioida, vaikka kyseessä olisi hyvin verbaalinen tai älykäs henkilö. (Hepola & Vaaraniemi 2012, 12.)

Boshkov (2008) sanoo, että kuulonvarainen tarkkaavaisuuden ylläpito on visuaalista tarkkaavaisuuden ylläpitoa haasteellisempaa, sekä herkempi häiriötekijöille. Eysenck ja Keane (2005) taas ovat sitä mieltä, että auditiivinen viesti on ohimenevä ja vaatii nopeaa prosessointia. Hodgdon (2006) kertoo, että auditiivinen viesti on visuaalista viestiä vaikeampi muistaa. Kun visuaaliset menetelmät otetaan kommunikoinnin tueksi, siitä tulee monikanavaista ja siten helpommin ymmärrettävää. (Hepola & Vaaraniemi 2012, 13.)

3.2 Puhetta tukeva, täydentävä ja korvaava kommunikointi eli AAC

Puhetta tukeva ja korvaava kommunikointi on yhteisnimitys kaikille erilaisille kommunikointikeinoille, joita on tarjolla, jos henkilö ei pysty ilmaisemaan itseään puheen avulla riittävän hyvin (Trygg 2010, 27). Puhetta tukevasta ja korvaavasta kommunikoinnista käytetään lyhennettä AAC, joka tulee englannin kielen sanoista Augmentative and Alternative Communication. (Papunet 2022a.)

Puhetta tukevalla, täydentävällä ja korvaavalla kommunikoinnilla (AAC) tarkoitetaan viestintää, jossa käytetään esimerkiksi tukiviittomia, kuvia tai blisskieltä. Kuvilla ja bliss-symboleilla tapahtuvassa viestinnässä tarvitaan apuvälineitä. Apuväline voi olla kommunikointikansio,

kommunikointitaulu, puhelaite tai kommunikointiohjelma. Esimerkiksi kuvilla ja tukiviittomilla voidaan helpottaa puhuttujen viestien ymmärtämistä. (Papunet 2022a.)

Oikeus vuorovaikutukseen ja kommunikaatioon kuuluu jokaiselle. Toimiva kommunikaatio edistää puhevammaisen henkilön mahdollisuuksia osallistua, välittää tietoa sekä olla kanssakäymisessä toisten ihmisten kanssa (Kehitysvammaisten tukiliitto 2017). Koskaan ei ole liian myöhäistä opetella kommunikoimaan.

3.3 Erilaiset kommunikointikeinot

Ihmiselle tyypillisin kommunikoinnin muoto on puhuminen (Huuhtanen 2011a, 15). Puheilmaisuuksia voi erinäisten syitten takia olla puutteellista tai puuttua kokonaan, joko väliaikaisesti tai pysyvästi. Tällaisissa tilanteissa pyritään löytämään mahdollisuus viestien välittämiseen puheita tukevan ja korvaavan kommunikoinnin avulla. (Huuhtanen 2011a, 15.)

Puhetta tukeva ja korvaava kommunikointi voidaan jakaa kahteen eri ryhmään: avusteinen- ja ei-avusteinen kommunikointi. Avusteiseen kommunikointiin kuuluvat sellaiset kommunikoinnin muodot, joissa kielellinen ilmaus on käyttäjästä fyysisesti erillään. Tähän ryhmään kuuluvat muun muassa graafiset kommunikointikeinot ja niiden kanssa käytettävät apuvälineet, sekä kuvat ja bliss-kieli. Ei-avusteisessa kommunikoinnissa henkilö tuottaa itse kielelliset ilmaukset. Tähän ryhmään kuuluvat esimerkiksi puhe ja sen oheisviestintä, sekä luonnolliset eleet ja tukiviittomat. (Huuhtanen 2011a, 15-16.) Avusteisia kommunikointikeinoja voivat olla kuvataulut, valintakortit tai erilaiset AAC-sovellukset. Ei-avusteiseen kommunikointiin kuuluu myös kehonkieli ja viittomakieli. (AssistiveWare 2022.)

Puhetta korvaavien kommunikointijärjestelmien pääluokkia ovat manuaaliset, graafiset ja kosketeltavat merkit (von Tetzchner & Martinsen 2017, 20). Manuaalisiin ja graafisiin merkkeihin kuuluvat esimerkiksi viittomat, bliss-symbolit, PCS-kuvat ja piktogrammit. Kosketeltavien merkkien ryhmään kuuluvat vaikkapa muovista tai puusta tehdyt tunnusteltavat merkit. (von Tetzchner & Martinsen 2017, 20-21.)

EI-AVUSTEINEN	AVUSTEINEN
<ul style="list-style-type: none"> - Puhe ja sen oheisviestintä - Toiminta- ja kehonviestit - Luonnolliset eleet - Tukiviittomat 	<ul style="list-style-type: none"> - Esineet - Kuvat, symbolijärjestelmät - Bliss-kieli - Kirjaimet, sanat, lauseet

(Taulukko1: Huuhtanen 2011a, 16.)

3.4 Kuvakommunikointi

Useimmilla ihmisillä on paljon kuvia ympärillään. Jos kuvia pitäisi käyttää ”sanoina”, heidän saattaa olla vaikeaa erottaa, mitä kuvia käytetään tavalliseen tapaan katsottavina, muisteltavina, keskusteltavina, koristeina tai kuvituksena ja mitä yksilöllisen sanavaraston osana. Siksi on hyvä käyttää sellaisia kuvia, jotka eroavat selkeästi muista ja määrittellä ne juuri kyseisen ihmisen sanastoksi. Kommunikointitaulua tai kuvataulua koottaessa käytetään usein tutusta ympäristöstä ja tutuista esineistä otettuja valokuvia. Ongelmana on se, että kommunikointitaulun käyttäjä saattaa käyttää esimerkiksi äidin ja isän kuvia puhuttaessa yleisesti esimerkiksi naisista ja miehistä. (von Tetzchner & Martinsen 2017, 36-37.)

Esimerkiksi ajan jäsentämistä, tilojen ja paikkojen hahmottamista, sekä esineiden käyttötarkoitusta voidaan selventää lisäämällä selkeitä kuvallisia merkkejä ympäristöön. Nämä ovat erityisen hyödyllisiä silloin, kun kommunikointiongelmaan liittyy ymmärtämisen vaikeus. Esimerkiksi henkilöillä, joilla on kehitysvamma, autismi tai afasia, voi olla ymmärtämisen vaikeutta. (Huuhtanen 2011b, 55.)

Kuvakommunikoinnissa ei ole kyse välttämättä erityisestä kommunikointimenetelmästä. Osoittaminen on yksi ihmisen luonnollisista tavoista kommunikoida, joko kuvien avulla tai suoraan kyseistä kohdetta näyttäen. Kuvia käytetään usein tehokkaasti ilmaisemaan viestejä ja niillä myös nimikoidaan ympäristön tiloja ja esineitä. Erilaisia ymmärrettäviä kuvia on nykyään helposti saatavilla ja muokattavissa. Kuvina voi käyttää esimerkiksi sanomalehdestä leikattuja kuvia, omia valokuvia, netistä tulostettuja kuvia tai itse piirrettyjä kuvia. Voidaan käyttää myös kaupallisesti valmistettuja, itse tehtyjä kuvasarjoja tai tähän tarkoitukseen laadittuja kuvapaketteja. Papunetissä on kuvapankki, josta voi ilmaiseksi käydä valitsemassa ja tulostamassa monenlaisia kuvia. (Huuhtanen 2011c, 58-59; Aivoliitto 2022.)

3.5 Kuvakommunikoinnin eri muotoja

PCS-kuvat

Kansainvälisesti kuvakommunikaatiossa käytetään paljon PCS-kuvamateriaalia. PCS-lyhenne tulee sanoista Picture Communication Symbols. Myös Suomessa se on todennäköisesti yleisimmin käytetty kuvapankki. Kuvat ovat yksinkertaisia piirroksuvia, joita on saatavilla sekä värillisinä, että mustavalkoisina ja ne ovat helposti muokattavissa tietokoneella. PCS-kuvakommunikointitaulujen tekemiseen käytetään usein Boardmaker-nimistä tietokoneohjelmaa, jota päivittää ja jonka oikeudet omistaa yhdysvaltalainen yritys Mayer-Johnson. (Huuhtanen 2011c, 61.) Boardmaker on erityisopetusala, joka tukee koulutusta, viestintää, saavutettavuutta, sekä sosiaalisia ja emotionaalisia tarpeita. (Boardmaker 2022.) Käyttääkseen Boardmakeria, tarvitsee lisenssin, joka on maksullinen. Boardmakerilla tehtyjä kuvatauluja ei voi käyttää, jos esimerkiksi päiväkodilla tai vaikkapa työpaikalla ei ole Boardmaker-lisenssiä.



Kuva: Papunet 2022b.

Piktogrammit

Piktogrammit (The Pictogram Ideogram Communication) on kehitelty Kanadassa ja julkaistu vuonna 1980. Niiden kehittäjä Subhas Maharaj toimi puheterapeuttina kehitysvammaisten ihmisten laitoksessa. Piktogrammit ovat mustavalkoisia ja helposti ymmärrettäviä yleistajuisia ja selkeitä kuvia. Siksi niiden käyttö on mahdollista hyvin monille ihmisille, esimerkiksi henkilöille, jotka kuuluvat kielivähemmistöön tai joilla on kehitysvamma tai afasia. (Huuhtanen 2011c, 59-60.) Nykyään on tuhansia piktogrammeja, jotka on yleisesti hyväksytyjä ja jotka tunnistamme ensisilmäyksellä. (Haldemann 2014.)



Kuva: Papunet 2022b.

Kuvapankit

Tietokoneiden yleistyessä erilaiset kuvapankit ovat lisääntyneet. Erilaisia kuvamateriaaleja sisältäviä ohjelmia on sisällytetty useisiin tietokoneohjelmiin, ja kuvapankkeja saa myös cd-levyinä alan liikkeistä. Internetissä on tarjolla monenlaisia kuvia, joista osa on maksullisia ja osa ilmaisia. Kun etsii ja käyttää toisten ottamia tai tekemiä kuvia, kannattaa aina tarkistaa, mitkä ovat kuvien tekijänoikeudet. (Huuhtanen 2011c, 62.)

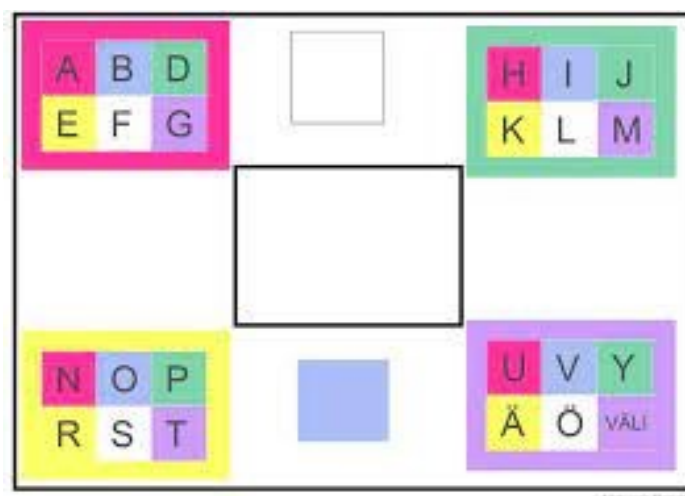
Sana- ja kirjaintaulut

Sana- ja kirjaintaulujen käyttäminen edellyttää luku- ja kirjoitustaitoa. Kirjoituksen kommunikointikäytön sujuvuutta, kuten nopeutta, voi lisätä teknisillä välineillä, joita ovat esimerkiksi tietokoneet ja elektroniset taulut. Kirjoitus voidaan myös muuttaa puheeksi. (Huuhtanen 2011c, 62.) Alla olevissa kuvissa näkyy aakkostaulu ja katsekehikko.

AAKKOSTAULU

A	B	C	D	E	F	G	H
I	J	K	L	M	N	O	P
Q	R	S	T	U	V	X	Y
Z	Å	Ä	Ö	.	?	!	
1	2	3	4	5	6	7	8
9	0	2x	SANAVALI	LOPPU	KÄÄNNÄ	JATKA	
			<input type="text"/>	→	↔	

Kuva: Papunet 2022d.



Kuva: Papunet 2022e.

4 SYNNYTYS

4.1 Synnytyksen vaiheet

Synnytys voi alkaa supistuksilla tai lapsiveden menolla. Normaali synnytys sujuu itsestään, eikä sen kulkuun varsinaisesti tarvitse puuttua (Tiitinen 2022). Jotta mahdolliset synnytyksen aikaiset häiriöt voidaan todeta ajoissa, sekä sikiön että äidin vointia seurataan tarkasti. Kätilön tehtävänä on seurata synnytyksen etenemistä ja olla äidin ja vastasyntyneen tukena. Suomessa synnytykset hoidetaan pääsääntöisesti sairaaloissa. (Tiitinen 2022.) Synnytys jaetaan tavallisesti kolmeen vaiheeseen: avautumisvaiheeseen, ponnistusvaiheeseen ja jälkeisvaiheeseen (Rouhe ym. 2013, 45).

Synnytyksen avautumisvaihe voidaan jakaa kahteen eri osaan, jotka ovat latenssivaihe ja aktiivinen avautumisvaihe. Latenssivaiheessa kohdunkaula häviää ja se voi ensisynnyttäjällä kestää jopa 8–12 tuntia. Latenssivaihe voi olla väsyttävä, varsinkin, jos se ajoittuu yöksi. Tässä vaiheessa synnyttäjää seurataan ja oloa voi helpottaa ei-lääkkeellisin menetelmin. Ei-lääkkeellisiä kivunlievitysmenetelmiä voivat olla esimerkiksi lämpötyyny, akupunktio, kylpy tai hieronta. Myös kipulääkettä voidaan käyttää helpottamaan supistuksista koituvaa kipua. (Rouhe ym. 2013, 45–47.)

Avautumisvaihe on synnytyksen ensimmäinen vaihe, joka alkaa säännöllisistä ja kivuliaista supistuksista ja kestää siihen asti, kunnes kohdunsuu on täysin auki. (Satasairaala.fi.) Synnytyksen kesto lasketaan aktiivisen avautumisvaiheen alusta. Alussa supistukset tulevat harvemmin, noin 5–7 minuutin välein, mutta avautumisvaiheen lopussa välit lyhenevät ja supistusten kesto pitenee puolesta minuutista lähes minuuttiin. (Odottavan äidin käsikirja 2020a.) Avautumisvaihe voi kestää useita tunteja, ensisynnyttäjällä seitsemästä yhdeksään tuntiin ja uudelleensynnyttäjillä vähemmän. (Tiitinen 2022). Avautumisvaiheessa seurataan synnyttäjän ja sikiön vointia. Sisätutkimuksen avulla kätilö saa tietoa muun muassa kohdunsuun avautumisesta ja vauvan asemasta synnytyskanavassa. Kätilö tarkkailee samalla lapsiveden määrää, väriä ja hajua. Tässä vaiheessa synnytystä saatetaan edistää luonnonmukaisesti puhkaisemalla sikiökalvot, jos ne eivät ole puhjenneet itsestään. (Rouhe ym. 2013, 47–48.)

Synnytyksen toinen vaihe, ponnistusvaihe voidaan jakaa kahteen osaan: siirtymävaiheeseen ja aktiiviseen ponnistusvaiheeseen. Siirtymävaiheessa kohdunsuu voi olla lähes- tai kokonaan

avautunut. Siirtymävaiheessa sikiön pää ei ole vielä tarpeeksi laskeutunut. Tässä vaiheessa supistukset ovat pitkiä ja kivuliaita, sekä ponnistuksentarve alkaa tuntua voimakkaana. Siirtymävaihe voi olla vaikein vaihe synnytyksessä, mutta vauvan pään laskeutumista tulee odottaa rauhassa. (Rouhe ym. 2013, 50–52.) Ponnistusvaiheessa synnyttäjällä tulee ponnistustarve sikiön painaessa peräsuolta ja välilihaa. Lapsi syntyy äidin ponnistaessa supistusten aikana. Kätilö tukee ponnistuksen aikana välilihaa, jotta välttyttäisiin repeämiltä. Ponnistusvaihe kestää lyhimmillään muutamasta minuutista pisimmillään pariin tuntiin. Synnytystä voidaan tarvittaessa nopeuttaa imukupin avulla. Erilaisia synnytysasentoja on monenlaisia ja synnyttäjä pystyy yleensä itse arvioimaan parhaimman ponnistamisasennon. (Tiitinen 2022.) Suurin osa suomalaisista synnyttäjistä synnyttää puoli-istuvassa asennossa tukihenkilön tukiessa niskan tai hartoiden takaa niin, että synnyttäjän selkä kaartuu puolikuun muotoiseksi (Odottavan äidin käsikirja 2020b). Henkisen tuen tarve ponnistusvaiheessa kasvaa, jolloin kätilön ja tukihenkilön kannustaminen, rohkaiseminen ja läsnäolo ovat erittäin tarpeellisia (Rouhe ym. 2013, 53).

Synnytys ei ole vielä ohi, kun lapsi on syntynyt, vaan äidin on synnyttävä vielä istukka ja sikiökalvot. Synnyttäjälle annetaan kohtua supistavaa lääkettä, oksitosiinia, suoneen tai lihakseen. Kohtu alkaa supistella uudelleen, joka ennakoi istukan irtoamista. Istukka irtoaa supistusten avulla tavallisesti noin 5–10 minuutin kuluessa. Kätilö tutkii istukan ja sikiökalvot varmistuakseen siitä, että ne ovat tulleet ehjinä ja täydellisinä pois kohdusta. Jos istukan osia on jäänyt kohtuun, tehdään kaavinta, etteivät ne aiheuta myöhemmin verenvuotoa. (Odottavan äidin käsikirja 2020c).

Synnytyksen jälkeen äidin ja vauvan vointia seurataan parin tunnin ajan synnytysosastolla. Seurannan aikana vastasyntynyt lapsi punnitaan, puetaan ja hänelle annetaan K-vitamiinia verenvuotojen ehkäisemiseksi. Mikäli äiti ja lapsi voivat hyvin, heidät siirretään parin tunnin päästä synnytyksestä lapsivuodeosastolle, kunhan äiti on ensin syönyt, sekä käynyt suihkussa ja vessassa. (Rouhe ym. 2013, 59.)

4.2 Doula – synnyttäjän tukihenkilö

Synnytystukihenkilönä voi olla synnyttäjän kumppani, oma äiti, hyvä ystävä ja/tai doula (Siivola 2019). Alun perin sana doula on kreikkaa ja tarkoittaa palvelijatarta, mutta nykysuomeksi käännettynä sillä tarkoitetaan synnyttäjän naispuolista tukihenkilöä, jonka voi pyytää tueksi synnytykseen valmistautumiseen, sekä itse synnytykseen. Doulan läsnäolo synnytyksessä ei

estä puolison tai muun tukihenkilön olemista paikalla. Doulat ymmärtävät synnytyksen merkityksen ja ainutlaatuisuuden naisen elämässä. (Tampereen Napapiiri, Doulapiiiri 2022.)

Ennen synnytystä doula ja synnyttäjät (sekä mahdollinen tukihenkilö) tapaavat muutaman kerran, jolloin puhutaan synnytyksestä ja synnytykseen valmistautumisesta. Doulaa on joissakin tapauksissa mahdollista pyytää kanssakulkijaksi jo raskauden ajalle, jolloin tapaamisia on enemmän ja niiden yhteydessä puhutaan muustakin kuin synnytyksestä. Doula auttaa synnyttäjää valmistautumaan synnytykseen, sekä käy synnyttäjän kanssa läpi mahdollisia huolia ja pelkoja. Doula kertoo synnyttäjälle erilaisista synnytysasennoista, kivunlievityskeinoista sekä kivunhallinnasta synnytyksen aikana ja voi auttaa synnyttäjää tekemään synnytystoivelistan. Doula kertoo paikallisen sairaalan tavasta hoitaa synnytyksiä, sekä mistä saa lisää tietoa synnytykseen liittyvistä asioista. Lasketun ajan lähestyessä doula on tavoitettavissa puhelimitse ympäri vuorokauden. (Tampereen Napapiiri, Doulapiiiri 2022.)

Synnytyksen aikana doula on läsnä ja käytettävissä niin kauan, kun synnyttäjät haluaa, doula ei jätä synnyttäjää yksin. Doula auttaa synnyttäjää selviytymään supistuksista muun muassa hieromalla ja painelemalla. Doula rohkaisee synnyttäjää ja muistuttaa käytössä olevista kivunhallintakeinoista. Doula voi toimia lisäkätenä, jos tarvitsee hakea esimerkiksi evästä, peittoa tai lämpöpussia, sekä tukee synnyttäjää tämän valinnoissa ja rohkaisee synnyttämään omalla tavallaan. (Tampereen Napapiiri, Doulapiiiri 2022.)

Synnytyksen jälkeen doula ja synnyttäjät tapaavat vielä kerran. Tapaamisessa jutellaan kuulumisista, sekä käydään synnytystä läpi. Synnyttäjät antaa tapaamisessa myös palautetta doulalle. Doula on synnyttäjän tukena synnytyksessä, eikä suorita lääketieteellisiä tutkimuksia tai toimenpiteitä. Doula ei myöskään päätä synnyttäjän puolesta, eikä vie toisen tukihenkilön paikkaa synnytyksessä, vaan tukee ja rohkaisee toista tukihenkilöä olemaan enemmän mukana. (Tampereen Napapiiri, Doulapiiiri 2022.)

Tutkimukset osoittavat, että doulan läsnäolo lisää normaalin alatiesynnytyksen todennäköisyyttä, lyhentää synnytyksen kestoa, vähentää lääkkeellistä kivunlievitystä, imukuppi- tai pih-tiavustuksia ja keisarileikkauksia sekä parantaa synnytyskokemusta. (Ensi- ja turvakotien liitto ry, 2013.) Doulan tehtäviin kuuluu auttaa perhettä saamaan turvallinen ja mahdollisimman hyvä kokemus synnytyksestä, olla läsnä synnytyksessä ja tarjota synnyttävälle perheelle heidän toiveidensa mukaista apua ja tukea synnytyksessä. (Ensi- ja turvakotien liitto ry, 2013.) Doulan tavoitteena on lisätä äidin hyvinvointia, luottamusta ja turvallisuudentunnetta. Turvallisuuden

tunnetta edistää se, että doula tutustuu äitiin ja luo luottamuksellisen suhteen jo ennen synnytystä. (Lehtonen, Duodecim 2019.)

5 OSALLISUUS JA SEN EDISTÄMINEN

Osallisuuden viitekehys on tienviitta, joka kertoo, mihin toimintaa, palveluita ja politiikkaa kannattaa suunnata, jotta erityisesti syrjittyjen, epäoikeudenmukaisuutta kokevien ja eriarvoisuudesta kärsivien ihmisten osallisuus erilaisista hyvinvoinnin lähteistä vahvistuu (Isola, Kaartinen, Leemann, Lääperi, Schneider, Valtari & Keto-Tokoi 2017).

Terveysten ja hyvinvoinnin laitoksen tutkimuspäällikkö Anna-Maria Isolan (2022a) mukaan osallisuutta tai osattomuutta voi kokea esimerkiksi taloudellisesta hyvinvoinnista, turvallisuudesta, kielestä ja kulttuurista, huolenpidosta, vaikuttamismahdollisuuksista ja vuorovaikutussuhteista, joissa kokea merkityksellisyyttä, luottamusta ja tarpeellisuutta. Nivala (2021) puolestaan kertoo, että osallisuus on tunnetta kuulumisesta johonkin ja tietoisuutta siitä, että voi osallistua ja tulla kuulluksi, nähdyksi ja hyväksytyksi omana itsenään. Osallisuutta kokeva ihminen voi vaikuttaa oman elämänsä kulkuun, sekä yhteisiin asioihin. (THL 2022a; Nivala 2021.)

Osallinen ihminen voi sekä tuottaa, että nauttia yhteisestä hyvästä. Se, että uskoo omiin mahdollisuuksiinsa, on vaikutusmahdollisuuksien ja resurssien ohella oleellinen asia. Isolan (2022a) mukaan osallisuuden kokemuksella ja hyvinvoinnilla on yhteyksiä: esimerkiksi psyykkisesti kuormittunut ihminen ei välttämättä koe vahvaa osallisuutta. Psyykkinen kuormittuneisuus voi pitkään jatkuessaan johtaa mielenterveysongelmiin. Tätä voi ehkäistä muun muassa toimeentulon, ympäristön ja vuorovaikutussuhteiden helpolla ennakoinnilla. Osallisuus toteutuu, kun ihmisen omat tekemiset ja oleminen on osa isompaa kokonaisuutta. Osallisuuden kokemus myös lisää omiin mahdollisuuksiin uskomista ja hyvinvointia ja päinvastoin hyvinvointi ja usko omiin mahdollisuuksiin lisää osallisuuden kokemusta. Voidaan ajatella, että itsensä osalliseksi kokeva ihminen tekee omaa hyvinvointiaan palvelevia valintoja. Osallisuus myös poistaa syrjäyttäviä käytäntöjä, sekä auttaa rakentamaan hyviä väestösuhteita ja turvallista arkea. Osallisuuden toteutuminen luo edellytyksen hyvälle elämälle. (THL 2022a.)

Jotta osallisuus voi toteutua, täytyy olla mahdollisuus olla osana yhteisöä ja mukana yhteisön toiminnassa. Osallisuus kehittyy vuorovaikutuksessa ihmisen osallistuessa yhteisön elämään itselleen sopivilla tavoilla. Omien kokemusten jakaminen ja ajatusten vaihtaminen muiden yhteisön jäsenten kanssa vahvistaa suhteita ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. On myös tärkeää, että ihmisellä on mahdollisuus kertoa mielipiteensä sekä vaikuttaa yhteisiin ja omiin asioihin yhteisön jäsenenä. Osallisuus on kuulumisen lisäksi myös vaikuttavaa osallistumista. (Nivala 2021.)

Osallisuuden edistäminen on tärkeää, mutta kuinka osallisuutta voidaan edistää? Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (2022b) mukaan osallisuutta voidaan edistää esimerkiksi tukemalla osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksia. Osallisuutta voidaan siis edistää muun muassa tarjoamalla kansalaisille erilaisia vaikuttamisen mahdollisuuksia, lisäämällä tiedon saantia, varmistamalla turvallinen elinympäristö, sekä mahdollistamalla vapaa-ajan toimintaan osallistuminen kaikille. Seuraava askel osallisuuden edistämiseksi on tarjota riittävää ja oikeanlaista tukea muun muassa arjesta selviytymiseen, toimeentuloon ja asumiseen. Viimeisenä, osallisuutta voidaan edistää tukemalla työelämään pääsyssä ja työssä pysymisessä lisäämällä koulutuksia, luomalla monimuotoisia työmarkkinoita ja lisäämällä taloudellista hyvinvointia. (THL 2022b.)

Kuinka lisätä ja edistää osallisuutta synnytyksessä? Synnyttäjällä tulee olla kokemus turvallisesta ympäristöstä ja siitä, että häntä kuunnellaan ja hänet, sekä hänen tarpeensa ja toiveensa otetaan huomioon. Synnyttäjällä on oikeus vaikuttaa siihen missä synnyttää ja miten synnyttää. Synnyttäjällä on myös oikeus päättää, kenet ottaa tukihenkilöksi mukaan synnytykseen, vai haluaako ketään mukaan. Osallisuutta edistää myös se, että synnyttäjä kokee saavansa apua silloin kun sitä tarvitsee. Myönteinen palaute omasta tekemisestä edistää myös osallisuuden kokemusta.

6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN

Jo ennen kuin tiesin opinnäytetyöni aihetta, tiesin haluavani tehdä toiminnallisen opinnäytetyön. Käytännönläheisyys ja konkreettinen tekeminen on aina ollut oppimismenetelmistä itselleni luontaisimmat, joten sen perusteella toiminnallinen opinnäytetyö sopi minulle erittäin hyvin. Halusin oman opinnäytetyöni avulla tarjota tilaajalle jotain konkreettista, joka liittyy jollain tavalla omaan alaani, tässä tapauksessa konkreettinen tuotos on kuvataulut. Kun aihe ja tilaaja tuli vastaan, halusin tarttua tähän opinnäytetyöaiheeseen.

Tärkeänä erona toiminnallisen ja tutkimuksellisen opinnäytetyön välillä voidaan pitää sitä, että toiminnallisessa opinnäytetyössä opiskelija tekee tuotoksen, kun tutkimuksellisen opinnäytetyön tuloksena syntyy uutta tietoa yleensä tutkimusraportin muodossa. (Salonen 2013, 5–6.)

Toiminnallinen opinnäytetyö voi olla alasta riippuen esimerkiksi ammatilliseen käytäntöön suunnattu ohje, ohjeistus tai opastus, kuten perehdyttämisopas, ympäristöohjelma tai turvallisuusohjeistus. Ammattikorkeakoulun toiminnallisessa opinnäytetyössä yhdistyvät käytännön toteutus ja sen raportointi tutkimusviestinnän keinoin. (Vilka & Airaksinen 2003.)

6.1 Opinnäytetyöprosessin kuvaus

Opinnäytetyöprosessini on ollut pitkä ja monimutkainen, mutta vaikka aloituksesta lopetukseen on mennyt yli vuosi, kirjoitus- ja tuottamisprosessi oli lopulta suhteellisen nopea. Alla oleva taulukko kuvaa opinnäytetyöprosessini etenemisen kuukausitasolla alusta loppuun. Taulukossa (taulukko 2) näkyy tärkeimmät vaiheet koko prosessin aikana, eli se kuvastaa mitä tein ja milloin.

Käytännössä prosessi on kestänyt kevästä 2021 joulukuuhun 2022, eli yhteensä noin puoli-toista vuotta. Alkuperäisen suunnitelmani mukaan opinnäytetyön piti valmistua jo 2022 keväällä, mutta lopulta aloittaminen venyi muiden opintojen takia ja lopulliseksi tavoitteeksi saada opinnäytetyö valmiiksi muodostui vuoden 2022 joulukuu.

Koko opinnäytetyöprosessiin kuului monta eri vaihetta. Näitä vaihteita prosessin aluksi oli muun muassa aiheeseen perehtyminen, luotettavan tiedon ja hyvien tietolähteiden kerääminen sekä opinnäytetyösopimuksen kirjoittaminen yhdessä tilaajan kanssa. Prosessin edetessä mukaan tuli teoriapohjan kirjoittaminen ja kuvataulujen suunnittelu. Koko prosessi huipentui kuvataulujen työstämiseen ja pohdintaan.

MIL- LOIN?	MITÄ TEIN?
KEVÄT 2021	Opinnäytetyöprosessin aloitus
5/2021	Sain tietää Tampereen Doulapiiirin tilanteen opinnäytetyön aiheella ”Opinnäytetyösynnytykseen eli kuvataulut synnytykseen valmistautumiseen, itse synnytykseen ja jälkitapaamiseen”.
5/2021	Otin yhteyttä opinnäytetyön tilaajaan ja kerroin olevani halukas tekemään heidän tilaaman opinnäytetyön, sekä kysyin, onko heillä työlle vielä tarvetta. Arvioin opinnäytetyön valmistuvan keväällä 2023.
7/2021	Olin uudelleen yhteydessä opinnäytetyön tilaajaan. Keskusteltiin mahdollisuudesta aloittaa opinnäytetyön tekeminen syksyllä 2021, jolloin opinnäytetyön arvioitu valmistumisaika aikaistuisi yhdellä vuodella.
KEVÄT 2022	Opinnäytetyöprosessi eteni opinnäytetyösuunnitelman verran. Opinnäytetyö ei siis valmistunut alkuperäisen suunnitelman mukaisesti keväällä 2022.
5/2022	Olin taas yhteydessä tilaajaan. Sovimme alustavasti palaverin alkukesälle, joka siirtyi lopulta syksyyn.
SYKSY 2022	Opinnäytetyösopimuksen allekirjoitus
9/2022	Aloitin tietoperustan keräämisen, sekä kirjoitusprosessin. Etsin opinnäytetyöni aiheisiin liittyviä aineistoja ja keräsin niistä tietoa, sekä tein muistiinpanoja.
10/2022	Pidimme palaverin tilaajan kanssa. Kartoitin tilaajan tarpeita ja toiveita liittyen opinnäytetyöprosessin konkreettiseen tuotokseen, eli kuvatauluihin.

10/2022	Kävin läpi aineistoja, kirjoitin muistiinpanoja, keräsin tietoa ja kirjoitin yhtenäistä tekstiä. Palautin väliseminaarityön.
11/2022	Osallistuin väliseminaariin.
11/2022	Kirjoitin opinnäytetyöhön lisää tietoperustaa ja aloitin kuvataulujen konkreettisen tuotoksen.
11/2022	Tein kuvataulut ja lähetin ne tilaajalle.
11/2022	Kirjoitin lisää tietoperustaa ja työstin kuvatauluja. Palautin päättöseminaarityön.
11/2022	Osallistuin päättöseminariin.
11/2022	Muokkasin kuvatauluja tilaajan palautteen mukaan, sekä lähetin muokatut kuvataulut tilaajalle. Viimeistelin opinnäytetyön kirjallisen osuuden.
12/2022	Palautin opinnäytetyön.

Taulukko 2. Opinnäytetyöprosessin eteneminen.

6.2 Havaintoja opinnäytetyöprosessin aikana

Koko opinnäytetyöprosessissa vaikeinta on ollut aloittaminen. Kun prosessin on saanut alulle, kirjoittaminen on ollut helpompaa ja sujuvampaa. Olen kokenut itselleni helpoimmaksi tavaksi kirjoittaa ensin paljon tekstiä ja muokata se jälkikäteen. Kirjoitushetkellä tekstin lopullinen muokkaaminen tuntui työläältä ja kokonaisuuden jäsentäminen vaikealta. Tällä taktiikalla tyhjän paperiin sai aika nopeasti tekstiä, kun tiesi, ettei kaikki teksti välttämättä jää lopulliseen työhön.

Toinen iso ongelma itselleni koko prosessissa on ollut oman toiminnan aikatauluttaminen sekä tavoitteellinen työstäminen. Toisaalta aktiivisessa kirjoitus- ja työstämisvaiheessa tiedostin sen, että selkeällä rytmillä saa parhaiten aikaiseksi. Siksi tein itselleni selkeän aikataulun ja pyrin toimimaan sen mukaisesti. Totesin myös, että välillä oli hyvä pitää hetki taukoa kirjoittamisesta, koska omalle tekstillä tulee nopeasti sokeaksi. Pienet tauot työstämisestä auttoivat kirjoittamisprosessissa.

Suunnittelun tärkeyttä en voi tarpeeksi korostaa. Tehdessäni kuvatauluja huomasin, että hyvä teoretieto pohjalla auttoi sekä kuvataulujen suunnittelussa, että myös niiden tuottamisessa. Kun teoriapohja on kunnossa, konkreettinen työstäminen on helpompaa ja kevyempää. Tuottamisvaiheeseen ei myöskään mene niin kauan aikaa, kun ei tarvitse välissä etsiä lisää tietoa.

7 TUOTOKSEN TOTEUTUS

Kirjallisen tuotoksen, eli kuvataulujen, toteutuksen aloitin konkreettisesti vasta silloin, kun suurin osa tietoperustasta oli kirjoitettu. Luonnollisesti esimerkiksi synnytykseen liittyvän tietoperustan tuli olla hyvällä mallilla, sillä kuvataulut liittyvät olennaisesti synnytykseen ja sen eri vaiheisiin. Olin suunnitellut kuvallista tuotosta jo hyvän aikaa ennen sen konkreettisen osuuden aloittamista.

Toteutin kuvallisen tuotoksen Papunetin kuvatyökalulla. Papunetin kuvatyökalu on ilmainen kuvapankki- ja työkaluohjelma, jolla voi tehdä omiin tarpeisiin sopivia kuvallisia materiaaleja (Papunet 2022c). Papunetin kuvatyökalussa käytettävissä on vajaa 40 000 kuvaa, sekä erilaisia ruudukkopohjia, joihin kuvat on helppo siirtää. Kuvatyökaluun voi tuoda kuvia myös omia kuvia. Kuvien käyttö kaupallisiin tarkoituksiin on kiellettyä. Kuvatyökalun kuvia saa muokata, kunhan kuvan alkuperäisen tekijän ja lähteen lisäksi mainitsee kuvan olevan muokattu versio alkuperäisestä kuvasta. (Papunet 2022c.)

Valitsin tehdä kuvataulut Papunetin kuvatyökalulla, sillä se on kaikille ilmainen ja kuvat ovat kaikkien saatavilla. Tiedostin, että Papunetin lisäksi on olemassa muitakin mahdollisia ohjelmia kuvataulujen tekemiseen. Kuvataulujen käytettävyyden näkökulmasta kuitenkin esimerkiksi Boardmakerin käyttö ei olisi onnistunut, sillä Doulapiirollä ei ole Boardmaker -lisenssiä. Prosessin loppuvaiheilla ajateltuna Papunetin kuvatyökalu tuntuu edelleen hyvältä ratkaisulta. Kaikkien kuvataulujen kuvien lähde on Papunet, lukuun ottamatta itse piirtämäni kuvaa.

7.1 Produktin tuottamisen kuvaus

Aloitin kuvataulujen kokoamisen niin, että etsin Papunetin kuvapankista lähes kaikki kuvat, jotka jollain tavalla liittyivät raskauteen ja synnytykseen. Mietin myös, mitä erilaisia kuvia esimerkiksi synnytykseen valmistautumisessa voi käyttää, mitkä eivät kuitenkaan suoranaisesti liity raskausaikaan tai itse synnytykseen. Valitsin kuvia myös liittyen synnytyksen jälkeiseen aikaan. Opinnäytetyön päätavoitteena oli tuottaa sellaiset kuvataulut, joita voidaan käyttää synnytykseen valmistautumisessa, synnytyksessä ja jälkitapaamisessa. Synnytykseen valmistautumiseen tuli kaksipuoleinen kuvataulu. Kuvatauluja synnytykseen tuli kaksi erilaista, toinen alatiesynnytykseen ja toinen sektioon/keisarileikkaukseen. Jälkitapaamiseen ei tehty erillistä kuvataulua, vaan valmistautumisen ja synnytyksen kuvatauluja on tarkoitus käyttää jälkitapaamisessakin.

Kuvakommunikoinnin keinoja on monia ja kuvataulu on vain yksi niistä. Missään vaiheessa projektia ei tullut keskustelua siitä, olisiko kuvataulujen tilalta voinut tehdä esimerkiksi kuva-viuhkan tai irtokuvia. Kuvataulujen tekeminen tuntui heti aluksi järkevimmältä vaihtoehdolta. Opinnäytetyötilauksen valmiissa otsikossa puhuttiin myös kuvatauluista, minkä takia niiden tekeminen oli luontevinta.

Aivan aluksi tilaaja kertoi, mitä oli ajatellut kuvatauluista. Sain esittää kysymyksiä ja olinkin etukäteen miettinyt kuvataulujen mahdollista sisältöä. Olin miettinyt myös sitä, tuleeko kuvatauluissa olla niin sanottua perussanastoa, kuten minä, sinä, haluta, kyllä ja ei. Perussanastoa ei kuvatauluihin tarvinnut laittaa, eli ne sisältävät pääosin raskauteen, synnytykseen ja synnytyksen jälkeiseen aikaan liittyviä kuvia. Ainoita perussanastoon luokiteltavia kuvia kuvatauluissa olivat kysymysmerkit, sekä kyllä- ja ei -kuvat.

Ennen kuin olin tutustunut Papunetin kuvapankissa tarjolla oleviin kuviin, pidin hyvin todennäköisenä sitä, että joudun itse piirtämään osan kuvista. Olimme myös tilaajan kanssa keskustelleet mahdollisuudesta päästä itse piirtämään, jos sopivia kuvia ei löydy valmiina. Yllätykseni ilmaisessa kuvapankissa oli suuri valikoima aiheeseeni liittyviä kuvia ja lopullisissa kuvatauluissa oli vain yksi itse piirtämäni kuva.

Kun olin saanut kaikki haluamani kuvat kasaan, aloitin kuvataulujen kokoamisen yksi kerrallaan. Tuntui loogiselta aloittaa kuvataulusta synnytykseen valmistautumiseen. Yksi mietinnän aihe oli yhden sivun kuvien koko ja määrä. Tulimme tilaajan kanssa siihen lopputulokseen, että kuvien ei tarvitse olla erityisen isoja, vaan samalle sivulle voi laittaa monta kuvaa. Yritin sijoitella kuvat tauluihin niin, että ne mukailisivat suunnilleen synnytyksen kulkua. Alatiesynnytys-kuvataulussa esimerkiksi kivunlievitykseen liittyvät kuvat ovat peräkkäin ja lähellä toisiaan, mikä helpottaa kuvataulun käyttötilanteessa sekä synnyttäjää, että doulaa. Kysymys -kuva on selkeästi ylärivillä tai kulmassa, jolloin sen löytää helposti.

Meitä ihmisiä on monen pituisia, värisiä ja kokoisia. Papunetin kuvissa toistui yksi ongelma, mitä ajattelin lähinnä kulttuurisensitiivisestä näkökulmasta. Ongelma ei sinänsä vaikuta käytettävyyteen, mutta sen ratkaiseminen voisi olla hyvä kehitysidea. Suurimmassa osassa kuvapankin raskauteen ja synnytykseen liittyvissä kuvissa esiintyi vaaleaihoinen ja normaalivartaloinen nainen. Jos kuvissa esiintyi muita henkilöitä, kuten esimerkiksi kätilö, tukihenkilö tai vastasyntynyt, olivat hekin vaaleaihaisia. Tähän en kuitenkaan kiinnittänyt sen enempää huomiota, sillä tilaajalla ei ollut toiveita tämän suhteen ja ajattelin, että kuvien selkeys ja ymmärrettävyys on

pääasiassa. Jos olisi ollut enemmän aikaa, olisin saattanut muokata kuvia niin, että ne olisivat neutraalimpia.

Saamani palautteen pohjalta muokkasin muutamaa kuvataulun kuvaa. Yksi oli sairaalavaatteet -kuva, jonka väriä muutin yhtäläisemmäksi muiden kuvien vaatetuksen värin kanssa. Lisäsin kuvaan myös kysymysmerkin, sillä suurin osa synnyttämään tulevista haluaa olla omissa vaatteissa, sairaalavaatteita ei ole siis pakko vaihtaa. Toinen oli sattuuko -kuva, jossa alun perin oli selkeästi mieshenkilö. Muokkasin henkilön näyttämään naiselta, jolloin se on loogisempi, onhan kyse synnyttäjistä. Kätilö -kuvaan lisäsin nuolen osoittamaan kätilöä. Kuvassa kätilöllä on vauva sylissään ja nuolen avulla pyrittiin korostamaan, kumpi kuvasta on kyseessä. Rintaerite -kuvan eritetippojen väriä vaihdoin keltaisempaan, jotta tipat eivät näytä liikaa maidolta.

7.2 Arviointi ja palaute

Toiminnallisen opinnäytetyön tuloksena syntyvän konkreettisen tuotoksen arvioinnissa on hyvä pohtia tuotoksen ideaa, sisältöä ja toimivuutta kohderyhmän näkökulmasta. Keskeisessä roolissa on myös tavoitteiden saavuttaminen. (Vilka & Airaksinen 2003, 161.) Usein produktia käyttävältä kohderyhmältä olisi hyvä pyytää palautetta, esimerkiksi kommentteja onnistumisesta, tuotoksen käytettävyydestä ja sen toimivuudesta. (Vilka & Airaksinen 2003, 157.)

Lähetin valmiit kuvataulut tilaajalle juuri sitä varten, että saisin niistä kommentteja ja palautetta suoraan käyttäjäryhmältä, eli tässä tapauksessa doulilta. Halusin tietää, vastaako tekemäni kuvataulut heidän tarpeisiinsa, sisältävätkö ne oleellisia asioita ja tarvitseeko niihin ehkä vielä lisätä jotain. Palaute oli hyvää ja sain kehitys- ja muokausehdotuksia. Muokkasin kuvatauluja saamani palautteen pohjalta ja lähetin lopulliset versiot muokkauksen jälkeen tilaajalle. Koen, että erityisesti doulilta saamani palaute oli eriarvoisen tärkeää, sillä he tietävät millainen sanasto on tärkeää.

Tehdessäni kuvallista tuotosta hyödynsin sekä laajaa teoriapohjaa niin synnytyksestä kuin kuvakommunikoinnistakin, että tilaajan toiveita ja tarpeita. Sain toteutuksen tuottamiseen kuitenkin aika vapaat kädet ja erityisesti siksi mieltä lämmittää se, että kuvatauluihin oltiin tyytyväisiä pieniä muokausehdotuksia lukuun ottamatta. Muokausehdotukset olivat tärkeitä, sillä niiden avulla doulat saavat juuri sellaiset kuvataulut, mitkä kokevat hyödyllisiksi. Mielenkiintoista olisi nähdä SelkoSeks-selkokuvapankin kuvia liittyen synnytykseen ja raskauteen ja vertailla niitä ilmaisiin kaikille saatavilla oleviin kuviin ja tuotettuihin kuvatauluihin.

8 POHDINTA

8.1 Pohdintaa opinnäytetyöstä

Kuvataulujen käyttö synnytykseen valmistautumisessa, itse synnytyksessä ja jälkitapaamisessa lisää esimerkiksi vieraskielisten synnyttäjien osallisuutta ja tukee heitä puheen ymmärtämisessä ja tiedon vastaanottamisessa. Osallisuus ilmenee esimerkiksi luottamuksena, yhdenvertaisuutena, arvostuksena ja mahdollisuutena vaikuttaa omassa yhteisössään (SOSTE Suomen sosiaali ja terveys ry 2018). Kuvataulut ovat yksinkertaisia ja selkeitä ja sen vuoksi niitä on helppo käyttää minkä tahansa asiakasryhmän kanssa. Kuvataulujen käyttäjällä ei tarvitse olla edes aikaisempaa kokemusta kuvien- tai kuvataulujen käytöstä.

Pidän hyvänä asiana sitä, että kuvataulut jaetaan kaikille doulille, jotta ne ovat tarpeen tullen koko ajan matkassa mukana. Yksi kehittämisedia olisi voinut olla pienen tietopaketin koostaminen doulille siitä, kuinka kuvatauluja tulisi käyttää oikeaoppisesti. Tärkeintä olisi, että jokainen doula sitoutuu kuvatauluja käyttämään, ettei ne jäisi laukun pohjalle unohduksiin. Tietopaketti olisi voinut olla esimerkiksi videon muodossa tai kirjallisena.

Kuvataulujen käyttö voi olla aluksi outoa sekä doulalle, että esimerkiksi vieraskieliselle asiakkaalle. Uskon kuitenkin, että kuvatauluista on vain hyötyä, sillä ne ovat hyvänä tukena, kun yhteistä kieltä ei välttämättä ole. Helpot ja yksinkertaiset kuvat auttavat ymmärtämään vaikeiden asioiden.

Osallisuuden lisääminen vieraskielisten asiakkaiden keskuudessa on erityisen tärkeää ja se vaatii hieman enemmän paneutumista ja keskittymistä myös vuorovaikutuskumppanilta. On tärkeää, että varsinkin doulan ja synnyttäjän, sekä mahdollisen toisen tukihenkilön vuorovaikutussuhde on turvallinen ja luottamuksellinen. Synnyttäjän tulee uskallaa sanoa mielipiteensä ääneen, sillä doula on synnytykseen valmistautumisessa ja synnytyksessä juuri häntä varten paikalla. Siksi suhdetta on hyvä alkaa rakentamaan jo raskausvaiheessa. Synnyttäjän omat mielipiteet tulee turvallisessa vuorovaikutussuhteessa esille ja niitä voidaan yhdessä doulan kanssa käydä läpi. Synnytyksessä tukihenkilön tarve ja merkitys korostuu, minkä takia olisi hyvä, jos tukihenkilö on synnyttäjälle ennestään tuttu. Voihan olla myös sellainen tilanne, jossa doula on ainoa tukihenkilö paikalla synnytyksen aikana.

Kuvat toimivat synnytykseen liittyvissä tilanteissa ymmärtämisen ja muistin tukena, sekä mahdollistaa tekemään erilaisia valintoja. Kuvien käyttö lisää osallisuutta ja osallistumisen kokemusta, sekä mahdollistaa vuorovaikutuksen, jos muita sitä mahdollistavia keinoja ei ole käytettävissä. Jos muita vuorovaikutuksen mahdollistavia keinoja on käytettävissä, kuvat toimivat sen tukena ja auttavat vuorovaikutuksen syntyemisessä. Kun kuvat ovat selkeitä, ne jäävät helposti mieleen.

Tuotoksen kuvatauluissa esiintyvät kuvat ovat suurimmaksi osaksi samankaltaisia, mikä helpottaa niiden ymmärtämistä ja tekee kuvatauluista yhtenäisen kokonaisuuden, vaikka kuvataulut ovatkin erillisiä toisistaan. Haasteena oli löytää täysin sellaisia kuvia, jotka olisivat mahdollisimman neutraaleja ja tukisivat erilaisia synnyttäjiä ja vartaloita. Olisin toivonut, että tarjolla olisi ollut enemmän eri ihon- ja hiusten värejä, sekä erilaisia vartalotyypppejä. Toivon kuitenkin, että tällaisessa kuvataulussa viestillä on suurempi merkitys kuin sillä, millainen vartalo kuvan synnyttäjällä on. Päädyin valitsemaan juuri nämä kuvat, sillä ne olivat yksinkertaisia ja sopivat toisiinsa.

Työn merkitys tilaajalle ja ammattialalle näkyy siten, että kuvataulujen muodossa lisätään tietoisuutta puhevamma-alasta ja kommunikaatio-ohjauksesta. Työ on tilaajalle merkittävä, sillä se on tuotettu kentältä tulevaan todelliseen tarpeeseen ja kuvataulut tulevat käyttöön kentällä. Opinnäytetyöni todistaa sen, että esimerkiksi kuvien käytöstä on hyötyä monenlaisissa ympäristöissä, eikä sen käyttö vaadi taustalle esimerkiksi puhevammaa.

8.2 Työn eettisyys ja luotettavuus

Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene ry (2020) on määritellyt ammattikorkeakoulujen opinnäytetöille eettiset suositukset. Eettisten suositusten mukaan opinnäytetyötä tekevän tulee hallita hyvä tieteellinen käytäntö, tieteellisen käytännön vastuut sekä ihmisiin kohdistuvan tutkimuksen yleiset periaatteet. Lisäksi täytyy hallita eettisen ennakoarvioinnin lähtökohdat, niiden tarpeellisuus ja ennakoarvointimenettely. (Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene ry.)

Työskentelyni on ollut koko opinnäytetyöprosessin ajan tarkkaa ja huolellista. Olen pyrkinyt mahdollisimman hyvään lopputulokseen, jotta kuvataulujen hyödynnettävyys ja käytettävyys synnytykseen liittyvissä tilanteissa olisi mahdollisimman hyvä. Yhteistyö sekä tilaajan, että

ohjaajan kanssa on ollut helppoa ja sujuvaa koko prosessin ajan. Opinnäytetyön tavoite täyttyi, eli tuloksena syntyi kuvatauluja liittyen synnytykseen ja tilaaja sai mitä tilasi.

Opinnäytetyötä ja kuvatauluja tehdessäni kiinnitin huomiota työn eettisyyteen ja luotettavuuteen. Opinnäytetyön tuloksena syntynyt kuvallinen tuotos tukee esimerkiksi vieraskielisiä synnyttäjiä, jotka hyötyvät kuvatauluista käytännössä. Kuvatauluista voi hyötyä vieraskielisten synnyttäjien lisäksi kuitenkin kuka tahansa. Työ on toteutettu ja sen eettisyyttä pohdittu ammattikorkeakoulujen eettisten suositusten pohjalta. Olen perehtynyt aiheeseen ja tehnyt vaaditut sopimukset tilaajan kanssa yhteistyössä. Tietoperustan luotettavuutta olen lisännyt käyttämällä mahdollisimman paljon ensisijaisia lähteitä, joita olen kerännyt kirjojen lisäksi luotettavista verkkosivuista ja videomateriaaleista. Kuvataulujen kuvat on valittu niiden aiheita kunnioittaen.

LÄHTEET





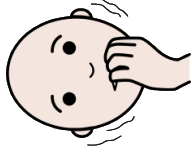
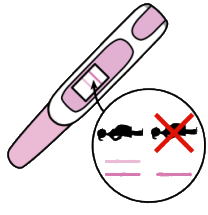


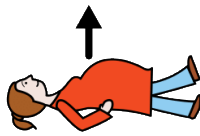

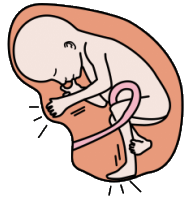


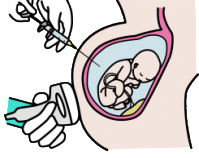


- Aivoliitto 2022. Kuvat arjen tukena. Viitattu 15.11.2022. <https://www.aivoliitto.fi/kommuni-kaatiokeskus/kehityksellinenkielihairio/vinkkeja-arkeen/kuvat/#ff410f7c>
- Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene ry. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. Viitattu 29.11.2022. <https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINNÄYTETÖIDEN%20EETTI-SET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?t=1578480382>
- AssistiveWare 2022. What is AAC? Viitattu 28.11.2022. <https://www.assistiveware.com/learn-aac/what-is-aac>
- Boardmaker 2022. What is Boardmaker? Viitattu 29.11.2022. <https://goboardmaker.com/pages/what-is-boardmaker>
- Ensi- ja turvakotien liitto ry 2013. Doula – vapaaehtoinen tukihenkilö synnytykseen. Viitattu 14.10.2022. <https://ensijaturvakotienliitto.fi/vauvaperhe/raskausaika/doula-vapaaehtoinen-tukihenkilo-synnytykseen/>
- Haldemann, Jerome 2014. A brief history of pictograms and ideograms. Saffron Interactive. Viitattu 29.11.2022. <https://saffroninteractive.com/a-brief-history-of-pictograms-and-ideograms/>
- Hepola, Sari & Vaaraniemi, Tiina 2012. Kuvat käyttöön. Visualisointi kommunikoinnin ja käyttäytymisen tukena. Helsinki: Puheterapeuttien Kustannus Oy.
- Huuhtanen, Kristina 2011a. Mitä kommunikointi on? Teoksessa Huuhtanen, Kristina (toim.) Puhetta tukevat ja korvaavat kommunikointimenetelmät Suomessa. Helsinki: Kehitysvammaliitto, 12-25.
- Huuhtanen, Kristina 2011b. Esineillä ja graafisilla merkeillä kommunikointi. Teoksessa Huuhtanen, Kristina (toim.) Puhetta tukevat ja korvaavat kommunikointimenetelmät Suomessa. Helsinki: Kehitysvammaliitto, 49-57.
- Huuhtanen, Kristina 2011c. Merkit ja merkkijärjestelmät. Teoksessa Huuhtanen, Kristina (toim.) Puhetta tukevat ja korvaavat kommunikointimenetelmät Suomessa. Helsinki: Kehitysvammaliitto, 58-63.
- Isola, Anna-Maria & Kaartinen, Heidi & Leemann, Lars & Lääperi, Rajja & Schneider, Taina & Valtari, Salla & Keto-Tokoi, Anna 2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. Verkkojulkaisu. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Työpäperi 33/2017. Viitattu 15.11.2022. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135356/URN_ISBN_978-952-302-917-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Kehitysvammaisten tukiliitto 2017. Tukea kommunikointiin. Viitattu 6.10.2022. <https://www.tukiliitto.fi/tuki-ja-neuvot/tukeakommunikointiin/>
- Työ- ja elinkeinoministeriö 2021. Lainsäädäntö ohjaa kotoutumisen edistämistä. Viitattu 29.11.2022. <https://kotoutuminen.fi/kotoutumisen-edistamisen-painopisteet>

- Lehtonen, Liisa 2019. Doula – synnyttäjän tukihenkilö. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. Joulunumero 2019: Syntymä. Viitattu 14.10.2022. <https://www.duodecim-lehti.fi/duo15298>
- Nivala, Elina 2021. Osallisuuden moninaisuus. Kansalaisyhteiskunta. Tietopankki. Viitattu 15.11.2022. <https://kansalaisyhteiskunta.fi/tietopankki/osallisuuden-moninaisuus/>
- Odottavan äidin käsikirja 2020a. Synnytyksen ensimmäinen vaihe eli avautumisvaihe. Duodecim Terveyskirjasto. Viitattu 14.11.2022. <https://www.terveyskirjasto.fi/sisalto/odottavan-aidin-kasikirja/880596>
- Odottavan äidin käsikirja 2020b. Synnytyksen toinen vaihe eli ponnistusvaihe. Duodecim Terveyskirjasto. Viitattu 14.11.2022. <https://www.terveyskirjasto.fi/odk00069/synnytyksen-toinen-vaihe-eli-ponnistusvaihe>
- Odottavan äidin käsikirja 2020c. Synnytyksen kolmas vaihe eli jälkeisvaihe. Duodecim Terveyskirjasto. Viitattu 14.11.2022. <https://www.terveyskirjasto.fi/odk00070/synnytyksen-kolmas-vaihe-eli-jalkeisvaihe>
- Papunet 2022a. Tietoa puhevammaisuudesta. Puhetta tukeva, täydentävä ja korvaava kommunikointi eli AAC. Viitattu 15.10.2022. <https://papunet.net/tietoa/puhetta-tukeva-taydentava-ja-korvaava-kommunikointi-eli-aac>
- Papunet 2022b. Kaupalliset kuvapankit. Viitattu 25.10.2022. <https://papunet.net/tietoa/kaupalliset-kuvapankit>
- Papunet 2022c. Materiaalia kommunikoinnin tukemiseen. Kuvatyoäkalu. Viitattu 8.11.2022. <https://papunet.net/materiaalia/kuvatyoäkalu>
- Papunet. 2022d. Aakkostaulu. <https://papunet.net/sites/papunet.net/files/materiaalia/Kuvakommunikointi/kirjaintaulut.pdf>
- Papunet 2022e. Katsekehikko. https://papunet.net/sites/papunet.net/files/materiaalia/Kuvakommunikointi/katsekehikko_aakkoset_uusi_s.pdf
- Rouhe, Hanna & Saisto, Terhi & Toivanen, Riikka & Tokola, Maiju 2013. Kun synnytys peittää. Helsinki: Minerva Kustannus oy.
- Salonen, Kari 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Turun ammattikorkeakoulu. Turun ammattikorkeakoulun puheenvuoroja 72. Viitattu 24.10.2022. <https://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf>
- Satasairaala. Synnytyksen vaiheet. Viitattu 7.11.2022. <https://www.satasairaala.fi/synnytyksen-vaiheet>
- Siivola, Marjaana 2019. Synnytyksen lyhyt oppimäärä. Mitä jokaisen vanhemman tulisi tietää synnytyksestä. Helsinki: Book Garden Oy.
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2022. Osallisuuden edistäminen. Viitattu 15.11.2022. <https://stm.fi/osallisuuden-edistaminen>
- SOSTE Suomen sosiaali ja terveys ry 2018. Osallisuus on tunne siitä, että kuuluu johonkin. Viitattu 29.11.2022. <https://www.soste.fi/osallisuus-on-tunne-siita-etta-kuuluu-johonkin/>

- Tampereen Napapiiri 2022. Doulapiiiri. Viitattu 6.10.2022. <https://www.tampereennapapiiri.fi/doulapiiri/>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2022a. Mitä osallisuus on ja miten sitä edistetään? Youtube -video. Viitattu 15.11.2022. https://www.youtube.com/watch?v=_U9qYvLSLgE
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2022b. Osallisuus. Viitattu 15.11.2022. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus>
- Tiitinen, Aila 2022. Normaali synnytys. Lääkärikirja Duodecim. Viitattu 8.11.2022. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00160>
- Trygg, Boel Heister 2010. Graafinen kommunikointi. Esineet, kuvat ja symbolit puhetta tukevassa ja korvaavassa kommunikoinnissa. Pirkko Rautakoski (suom.) Helsinki: Kehitysvammaliitto.
- Valtakunnallinen terveydenhuollon eettinen neuvottelukunta (ETENE) 2004. Monikulttuurisuus Suomen terveydenhuollossa. Viitattu 15.11.2022. <https://etene.fi/documents/1429646/1559086/ETENE-julkaisu+11+Monikulttuurisuus+Suomen+terveydenhuollossa.pdf>
- Vilka, Hanna & Airaksinen, Tiina 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. 1.–2. painos. Jyväskylä: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- von Tetchner, Stephen & Martinsen, Harald 1999. Johdatus puhetta tukevaan ja korvaavaan kommunikointiin. Kaisa Launonen (suom.) Helsinki: Kehitysvammaliitto.

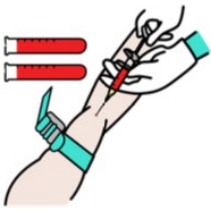





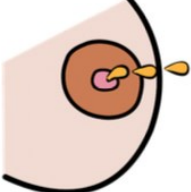
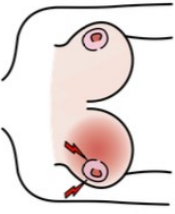
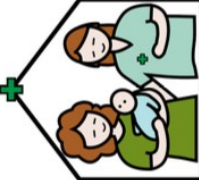
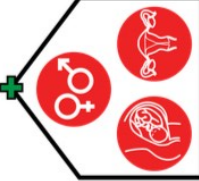

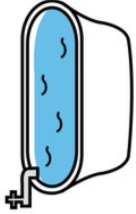




LIITTEET

Kuvataulu 1/2 synnytykseen valmistautuminen:





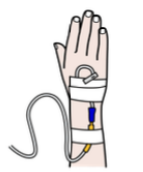








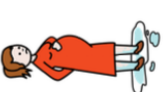


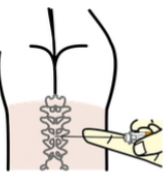
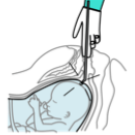
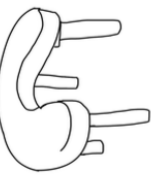
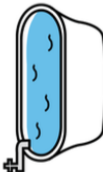

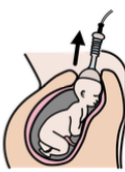

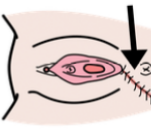

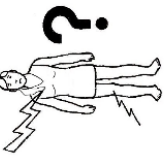



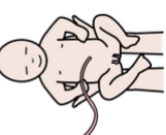
raskaus 	kysymys 	kyllä 	ei 
pelot/traumat 	raskaustesti 	ei alkoholia 	ei tupakkaa 
kävellä 	levätä 	sikiön liikkeitä 	supistukset 
sisätutkimus 	lapsivesitutkimus 	ultraäänitutkimus 	hemoglobiini 

kuvatyokalu.papunet.net



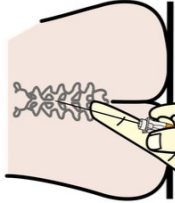


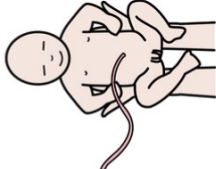



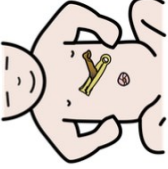
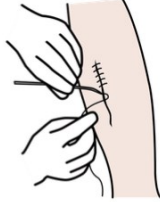
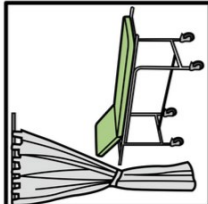





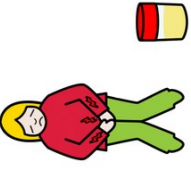

Kuvataulu 2/2 synnytykseen valmistautuminen:

<p>verinäyte</p> 	<p>virtsanäyte</p> 	<p>kätilö</p> 	<p>kysymys</p> 
<p>imettäminen</p> 	<p>rintakumi</p> 	<p>rintaerite</p> 	<p>rintatulehdus</p> 
<p>neuvola</p> 	<p>synnytyssairaala</p> 	<p>tutkimustuoli</p> 	<p>amme</p> 
<p>kävely kielletty</p> 	<p>vuodelepo</p> 	<p>lievittää kipua</p> 	<p>kipulääke</p> 

Kuvataulu alatiesynnytys:

alatiesynnytys 	sairaalaavaatteet 	potilasranneke 	sikiön sykekäyrä 	kanyyli 	kätilö 
sisätukkimus 	levätä 	lievittää kipua 	lievittää kipua 	hieronta 	lievittää kipua 
lievittää kipua 	lapsiveden meno 	supistukset 	ilokaasu 	epiduraalipuudutus 	lapsivesikalvon puhkaisu 
synnytysjakkara 	amme 	tutkimustuoli 	imukuppisynnytys 	imukuppi 	väliiahan leikkaus 
kysymys 	sattuuko 	synnyttää 	synnyttää 	napatynkä 	vastasyntynyt 

Kuvataulu sektio/keisarileikkaus:

sektio/ keisarileikkaus 	kirurgi 	epiduraalipuudutus 	leikkaus 	lapsivesikalvon puhkaisu 
vastasyntynyt 	näyttää vauva äidille 	kättilö 	punnita 	katkaista napanuora 
haavan ompelu 	sairaalaosasto 	imettää vauvaa 	kipulääke lihakseen 	kipulääke 
kysymys 	verenvuoto 	virtsatietulehdus 	kuume 	keisarileikkausarpi 