
LANKARYHMÄ

Tukea äitiyteen käsityöryhmän keinoin



Ammattikorkeakoulun opinnäytetyö

Ohjaustoiminnan koulutusohjelma

Lahdensivu, syksy 2014

Hilma Hanhilampi



LAHDENSIVU
Ohjaustoiminnan koulutusohjelma

Tekijä	Hilma Hanhilampi	Vuosi 2014
Työn nimi	Lankaryhmä – Tukea äitiyteen käsityöryhmän keinoin	

TIIVISTELMÄ

Opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää Mannerheimin lastensuojeluliiton Hämeenlinnan yhdistys ry:lle uusi vertaistuen toimintamuoto, jossa äidit pääsevät jakamaan mieltä painavia ajatuksia sekä samalla tekemään omia käsitöitään. Idea opinnäytetyön toteuttamiseen lähti opinnäytetyön tekijän syventävästä harjoittelusta yhdistyksessä sekä omista kokemuksista pienen lapsen vanhempana. Käsitöiden tekeminen tuotti valtavasti voimia.

Opinnäytetyön keskeinen teoria pohjautui käsityön merkityksiin äitien arjessa ja uudessa elämäntilanteessa. Teoriassa tarkasteltiin äitien voimavarojen tukemista niin yleisesti kuin käsityön keinoin. Keskeisiä käsitteitä olivat myös vertaisryhmä ja vapaaehtoistoiminta. Tutkimusmenetelminä käytettiin havainnointia sekä haastattelua. Haastattelu toteutettiin suullisesti ryhmähaastatteluna vertaisryhmän kevään viimeisellä kokoontumiskerralla.

Ryhmään osallistuneiden äitien sekä työelämäyhteyden palautteen perusteella tämäntyyppinen vertaisryhmämalli koettiin tärkeäksi. Se toi yhdistykseen uudenlaisen toimintamuodon. Toiminta haluttiin pitää kaikille avoimena ja vapaan keskustelun merkitys korostui palautteissa. Sekä yhdistyksen että ohjaajien mielestä käsityöpainotteista vertaisryhmän toimintaa oli tarpeen jatkaa.

Avainsanat vertaistuki, äitiys, käsityö, vapaaehtoistoiminta

Sivut 23 s.

HÄMEENLINNA
Degree Programme in Crafts and Recreation

Author	Hilma Hanhilampi	Year 2014
Subject of Bachelor's thesis	"Yarn group" – Supporting motherhood by means of a handicrafts group	

ABSTRACT

This thesis objective was to offer a new support group activity to the Mannerheim League for Child Welfare (MLL). The support group was intended for mothers, who want to share their thoughts of motherhood or other issues and do handicrafts at the same time. The idea for the thesis emerged during a practical placement in the organisation. Personal experiences of being a mother of a small child and being empowered by doing handicrafts also had an impact.

The theoretical background explores the meaning of handicrafts in the everyday life of a new mother. Supporting mothers' resources both in general and by means of handicrafts are also discussed. Peer group and voluntary activity were the key concepts from the perspective of MLL. Research methods were observation and interview. The interview was accomplished as a group interview during the last group session in the spring.

Feedback from the mothers who took part in the group activities and from MLL indicate that this kind of peer support group was important. It provided MLL with a new operating model which they wish to continue in the fall. MLL wanted to keep the group open for everyone. Based on the feedback, free discussion was very important for the mothers. Counselors of the group were ready to continue the activity in the fall as well.

Keywords peer support, motherhood, handicrafts, volunteering

Pages 23 p.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	1
2	OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT.....	3
2.1	Työelämäyhteys	3
2.2	Omat kokemukset äitiydestä ja käsitöistä	3
3	OPINNÄYTETYÖN TAVOITTEET JA TUTKIMUSMENETELMÄT	5
3.1	Tavoitteet ja tutkimuskysymykset.....	5
3.2	Havainnointi ja haastattelu tutkimusmenetelminä	6
3.3	Aineiston keruun toteuttaminen ja analysointi.....	7
4	KESKEISET KÄSITTEET	7
4.1	Vertaistuki ja vapaaehtoistoiminta	8
4.2	Äitiys	9
4.3	Kulttuuri- ja taidelähtöiset menetelmät	11
5	KÄSITYÖ ÄITIEN VOIMAVARANA.....	12
5.1	Käsityön merkitykset.....	12
5.2	Äitien voimavarojen tukeminen	14
6	ÄITIEN LANKARYHMÄN TOTEUTTAMINEN	15
6.1	Lankaryhmän tavoitteet.....	15
6.2	Ensimmäinen kokoontuminen.....	16
6.3	Toinen kokoontuminen	16
6.4	Kolmas kokoontuminen	17
7	KOKEMUKSIA JA AJATUKSIA LANKARYHMÄSTÄ	17
7.1	Ryhmään osallistuneiden äitien kokemukset ja palaute.....	18
7.2	Työelämäyhteyden palaute.....	18
7.3	Yhteenvedo ja johtopäätökset	19
8	POHDINTA JA ARVIOINTI.....	21
8.1	Pohdintaa Lankaryhmästä ja vertaistuesta	21
8.2	Arviointia tuloksista	22
8.3	Opinnäytetyöprosessin arviointi.....	23
	LÄHTEET	24

1 JOHDANTO

Äitien hyvinvointi heijastuu koko perheeseen ja lapsen hyvinvointiin. Siksi on tärkeää, että äidillä on mahdollisuus omaan aikaan. Äitiys on naiselle yksi rooli muiden joukossa ja onkin tärkeää muistaa, millainen ihminen oli ennen lapsen syntymää ja mitkä asiat olivat silloin tärkeitä. Tämä opinnäytetyö yhdistää käsitöiden tekemisen ja äitiyden.

Opinnäytetyön tavoitteena on kehittää Mannerheimin lastensuojeluliiton Hämeenlinnan yhdistys ry:lle uusi vertaistuen toimintamuoto, jonka sisällössä pääpaino on kulttuurisilla menetelmillä, tarkemmin sanottuna käsityössä.

Opinnäytetyö on toiminnallinen, ja siinä toteutuu laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimusote. Kyseisessä tutkimussuuntauksessa on tarkoitus tutkia kohdetta ja sen laatua, ominaisuuksia ja merkityksiä kokonaisvaltaisesti (Jyväskylän yliopisto 2014). Opinnäytetyön tutkimusmenetelmät ovat osallistuva havainnointi ja teemahaastattelu. Ohjaaja osallistuu ryhmän toimintaan, ja näin on mahdollista saada välitöntä palautetta ja tietoa ryhmästä ja sen tarpeellisuudesta suoraan asiakkailta. Toisena tutkimusmenetelmänä on teemahaastattelu, joka toteutetaan vertaisryhmän kolmannella eli viimeisellä kokoontumiskerralla.

Käsitöitä arvostetaan nykyään enemmän ja yhä useampi aloittaa käsityöharrastuksen. Käsitöiden tekeminen on noussut tietynlaiseksi trendiksi. Käsitöiden tekeminen ei ole vain tuotteiden valmiiksi saattamista vaan nykyään keskitytään enemmän käsityöprosessiin. Käsillä tekeminen auttaa aivoja kehittymään, muistamaan ja oppimaan paremmin. Lisäksi etenkin nuorten keskuudessa eettisyyden arvostaminen ja yksilöllisyys on nousussa. (Kotilainen & Thúren 2013.)

Äitiys on muodostunut suorittamiseksi. Äideillä on nykyään saatavana internetistä paljon tietoa äitiydestä ja erilaisista tavoista hoitaa lapsia, kun ennen kaikki oppi saatiin neuvoloista ja omilta äideiltä tai sukulaisilta. Internetin tarjoama liikatarjonta saattaa ahdistaa ja äidit hakevat hyväksyntää teoilleen ja ajatuksilleen myös kasvotusten toisilta, samassa elämäntilanteessa olevilta ihmisiltä.

Olen puolitoistavuotiaan poikalapsen vanhempi ja jäätyäni kotiin hoitamaan pientä ihmisen alkua reiluksi vuodeksi huomasin, kuinka tärkeää oman ajan ottaminen ja vaaliminen on. Itselleni käsityöt ovat olleet tärkeä osa elämää jo pitkän ajan, mutta pientä vauvaa hoitaessa unohdin käsityöt hetkeksi kokonaan. Yhtenä päivänä, kun vauva oli nukahtanut päiväunilleen, kaivoin esiin keskeneräiset villahaalarit. Neuloin muutaman kerroksen, ja olo tuntui heti kevyemmältä. Huomasin käsitöiden merkityksen omassa elämäntilanteessani ja ajattelin, etten voi olla ajatusteni ja kokemuksieni kanssa yksin.

Tässä opinnäytetyöraportissa on tarkoitus tutkia, millainen käsityökerho sopii pienten lasten äideille ja millaista tukea he saavat tämäntyyppisestä

vertaistukiryhmämuodosta. Äidit valikoituivat työn kohderyhmäksi, koska vertaistukiryhmässä ei käynyt ollenkaan isiä. Ryhmää markkinoitiin kaikille avoimena, mutta isät eivät innostuneet mukaan. Näin ollen olisi ollut harhaanjohtavaa puhua vanhemmista, koska tutkimuskohteenani ovat vain äidit. Opinnäytetyössä avaan äitiyden käsitteen lisäksi vertaistuen merkitystä sekä vapaaehtoistoimintaa. Lisäksi pohdin käsityön merkitystä pienten lasten äitien voimavarana.

Opinnäytetyössä kerron ensin työn lähtökohdista, avaan tutkimusmenetelmiä sekä käsitteitä ja pohdin nimenomaan käsityötä äitien voimavarana. Tämän jälkeen kerron Lankaryhmän toteuttamisesta, ryhmän tavoitteista sekä kolmesta kokoontumiskerrasta. Kokoan yhteen ryhmässä käyneiden äitien sekä työelämäyhteyden palautteen ja ajatukset Lankaryhmän onnistumisesta ja jatkosuunnitelmista. Lopuksi pohdin ja arvioin koko opinnäytetyöprosessin onnistumista.

Idea opinnäytetyöhön tuli opintoihin kuuluvan syventävän työharjoittelun sekä oman elämäntilanteeni aikana. Olin tutustunut oman poikani kanssa yhdistyksen toimintaan ja käynyt taapero- ja perhekahvilassa. Syventävän harjoittelun myötä pääsin tutustumaan yhdistyksen monipuoliseen toimintaan myös vertaistukiryhmien kautta. Samaan aikaan toinen henkilö oli ollut yhteydessä MLL:n Hämeenlinnan yhdistys ry:n hallituksen puheenjohtajaan ajatuksenaan järjestää vanhemmille sopiva käsityökerho. Hän oli äitiyslomallaan miettinyt käsityöryhmän perustamista, koska Hämeenlinnassa tällaista toimintaa ei ollut aikaisemmin tarjottu nimenomaan pienten lasten vanhemmille. Hänen ideansa oli lähellä omaa opinnäytetyön ideaani, joten tapaamisemme jälkeen suunnittelimme ja toteutimme kolme käsityökerhokertaa yhdessä.

2 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT

Tässä luvussa käsitellään opinnäytetyön lähtökohtia. Työelämäyhteys on tärkeässä osassa opinnäytetyön onnistumisen suhteen. Lisäksi omat kokemukset ovat vahvassa osassa, koska ilman omia kokemuksia pienen lapsen käsitöitä harrastavana äitinä tätä aihetta ei olisi syntynytäkään.

2.1 Työelämäyhteys

Opinnäytetyön työelämäyhteys löytyi syventävän harjoittelun kautta. Olin Mannerheimin lastensuojeluliiton Hämeenlinnan yhdistys ry:ssä alkuvuodesta 2014 noin kymmenen viikkoa. Mannerheimin lastensuojeluliitto, MLL, on valtakunnallinen kansalaisjärjestö joka on avoin kaikille. Sen päätehtävä on edistää lasten, lapsiperheiden ja nuorten hyvinvointia. MLL on poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton ja sillä on 558 paikallisyhdistystä. Paikallisyhdistyksiä tukee 10 piirijärjestöä. Liiton keskustoimisto pitää yhteyttä ministeriöihin, viranomaisiin ja järjestöihin. Piirit ja paikallisyhdistykset puolestaan pitävät yhteyksiä paikallisiin tahoihin. (MLL 2014.)

Mannerheimin lastensuojeluliiton Hämeenlinnan yhdistys ry on toiminut vuodesta 1920. Sen tehtävänä on MLL:n arvojen mukaisesti turvata hämeenlinalaisten lasten, nuorten ja lapsiperheiden hyvinvointi. Yhdistyksen tärkeimpiä toimintamuotoja ovat perhekahvilat ja vertaistukiryhmät joissa yhdistys pääsee tukemaan vanhempia kasvattamisessa ja lapsiperheen arjen haasteissa. Lisäksi vanhemmat pääsevät jakamaan ajatuksia toisten, samassa elämäntilanteessa olevien ihmisten kanssa ja näin saavat vertaistukea. Hämeenlinnan yhdistys ry tarjoaa lapsiperheille myös liikuntaryhmiä ja kerhoja eri-ikäisille lapsille. Lisäksi yhdistys järjestää erilaisia tapahtumia kuten lastentarvikkeiden kirpputori ja vaunuralli. (MLL Hämeenlinnan yhdistys ry 2014.)

Hämeenlinnan yhdistys ry:ssä toimii monenlaisia vertaistukiryhmiä. Uusin vertaistukiryhmä on ÄIMÄ-ryhmä, jossa kokoontuvat synnytyksen jälkeisen masennuksen kokeneet äidit. Lisäksi yhdistyksen tiloissa kokoontuu odottavien äitien kahvila, imetysryhmä, adoptioperhekahvila ja monikkokahvila perhe- ja taaperokahvilan lisäksi.

Toimintaan tutustuessani huomasin, että yhdistyksellä on vertaistukiryhmiä paljon, mutta niissä käytetään kulttuurisia menetelmiä todella niukasti. Pohtiessani opinnäytetyön aihetta, samaan aikaan toinen henkilö, Linnea Leivo oli ottanut yhdistyksen puheenjohtajaan yhteyttä ajatuksenaan toteuttaa käsityökerhon tyyppistä toimintaa. Yhdistimme ideamme sekä voimamme ja päätimme toteuttaa käsityökerhon, joka oli tarkoitettu erityisesti pienten lasten vanhemmille.

2.2 Omat kokemukset äitiydestä ja käsitöistä

Tulin äidiksi melko nuorena, 22-vuotiaana. Kävin neuvolan järjestämässä synnytysvalmennuksessa, mutta en ottanut muuten etukäteen selvää ras-

kaudesta, synnytyksestä, äitiydestä tai lapsen kasvattamisesta. Luotin siihen, että elämä opettaa ja pystyn löytämään oman tapani olla lapsen kanssa, kun saan siihen mahdollisuuden.

Synnytys oli mielenkiintoinen kokemus. Viimeistään tuolloin tajusin, että jokainen äiti ja lapsi ovat erilaisia eikä oikeaa tai väärää tapaa toimia ole olemassakaan. Vasta kotiuduttuani tajusin, mitä lapsivuodeaika tarkoittaa. Otin rauhassa selvää, millainen ihminen lapseni on ja miten minulle on luonnollisinta toimia hänen kanssaan.

Pian lapsen syntymän jälkeen vaistosin ympäristöstä nousevat paineet, odotukset ja vaatimukset. Esimerkiksi imettäminen oli joillekin ehdotonta, hyvän äitiyden mittaamisen väline. Toisille oli tärkeää, että pukisin lapseni sukupuolirooleihin sopivilla väreillä. Ulkopuolisille nämä asiat saattavat kuulostaa vähäpätöisiltä, mutta uudessa elämäntilanteessa olevalle haavoittuvalle äidille nämä pienet asiat voivat muodostua elämää suuremmiksi ongelmiksi. Minulla oli onneksi läheisiä, joille pystyin kertomaan kaikki mieltä painavat asiat ja sain tukea tarvittaessa. Minun ei ole tarvinnut lukea kasvatusoppaita, vaan olen voinut rauhassa puntaroida, mikä on mielestäni ollut oikea tapa olla ja elää lapsen kanssa.

Kaikkeen kuitenkin tottuu ja elämä opettaa. Huomasin, kuinka haavoittuvainen olin uudessa elämäntilanteessa ja kuinka paljon sain selitellä muille valintojani. Uudet asiat vaativat opettelua ja siksi tunsin tärkeäksi, että teen juuri niin kuin itseltäni hyvästä tuntuu. Näin minulla oli itsevarma olo, vaikka ympärilläni oltaisiin oltu äitiydestäni mitä mieltä tahansa. Oli kuitenkin vaikeaa perustella toisille valintojani, koska olin itse tehnyt ne tunteeni mukaan, eikä tunteita ole helppo perustella.

Tunsin, että äitiys muuttaa rooliani yhteiskunnassa. En ollut enää pelkkä opiskelija tai tyttöystävä, vaan myös äiti. Toisten, itseni mukaan lukien, oli välillä hankala hahmottaa sitä, että olen edelleen sama ihminen vaikka minulla on uusi rooli, äiti. Minulla oli samat intohimot ja ajatukset, vaikka ne univelkaisessa päässäni hieman välillä sotkeutuivat. Ystäviäni oli ehkä hankala hahmottaa sitä, mitä on tapahtunut, koska se tuntui olevat itsellenikin vaikeaa. Kaipasin samassa elämäntilanteessa olevien ihmisten tukea, mutten osannut etsiä heitä mistään. En tuntenut kuuluvani mihinkään tiettyyn ryhmään. En enää ollut lapseton opiskelija vaan kotiäiti. Kotiäiti, joka edelleen rakasti käsitöitä ja askartelua.

Jo odotusaikana huomasin käsitöiden merkityksen omassa elämässäni kasvavan suuresti. Raskausaikana tein paljon käsitöitä ja se oli itselleni ajanvietettä. Jälkikäteen, kun olen muistellut silloin kesällä tekemiäni käsitöitä, olen huomannut valmistautuneeni vauvan tuloon käsieni ja käsitöiden kautta. Päivät tietenkin olivat viimeisillä odotusajoilla pitkiä ja ajanvietettä oli pakko keksiä, mutta juuri käsitöiden tekeminen varmasti jäseni ajatuksia ja niiden kautta pystyin henkisesti valmistautumaan vauvan tuloon ja täysin uuteen elämäntilanteeseen.

Vauvan syntymän jälkeen kului pari viikkoa, etten edes ajatellutkaan käsitöitä, koska aika kului harjoitellessa vauvaperheen arkisia asioita. Olen

kirjoittanut blogiini siitä hetkestä, kun ensimmäisen kerran äitinä tartuin käsityöhön:

Mä neuloin! Ensin lattialla sitterin vieressä ja välillä tönäisin jäbälle vauhtia. Kitinä voimistui silloin tällöin uhkaavasti ja ajattelin, että tämä päivä tullaan muistamaan päivänä, jolloin melkein neuloin. Raskausajalla aloittamani neule tuntui aluksi jopa liian haastavalta, mallikerta tuntui lähes mahdottomalta toteuttaa. Mutta kun jäbä oli rauhoittunut, nukahtanut ja minä saanut ohjeesta taas kiinni, saatoin jopa istahtaa sohvalle vähäksi aikaa neulomaan. Oi, kuinka ihanalta se tuntui. Yhtä ihanalta tuntui kuunnella sateen ropinaa ikkunoita vasten, nyt on tullut syksy. (Hanhilampi 2012.)

Tästä pienestä hetkestä, josta kerron blogimerkinnässä, tuli itselleni hyvä ja aikaansaava olo. Minä tosiaan olen edelleen se sama ihminen, vaikka olen saanut uuden roolin äitinä. Elämä mullistui, mutta käsitöiden tekeminen säilyi ja niiden tekemisestä olen saanut valtavasti voimaa. Lisäksi pienen lapsen vanhempana, kotiäitinä ja opiskelijana raha on ollut aika tiukalla. Itse tekeminen on ollut keino säästää menoissa. Olen siis tehnyt käsitöitä pääosin oman hyvinvointini vuoksi, mutta taloudellinen hyöty on ollut myös tärkeässä osassa.

3 OPINNÄYTETYÖN TAVOITTEET JA TUTKIMUSMENETELMÄT

Tässä luvussa kerrotaan opinnäytetyön keskeiset tavoitteet ja tutkimuskysymykset, jotka ovat auttaneet hahmottamaan opinnäytetyön rajat. Tutkimusmenetelminä opinnäytetyössä käytettiin havainnointia ja haastattelua, erityisesti teemahaastattelua. Lisäksi tässä luvussa käydään läpi aineiston keruun toteuttaminen.

3.1 Tavoitteet ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön tavoitteena on luoda Mannerheimin lastensuojeluliiton Hämeenlinnan yhdistys ry:lle uusi vertaistuen toimintamuoto, jossa käsityön avulla kootaan vanhempia yhteen sekä annetaan heille mahdollisuus puhua itselle tärkeistä asioista toisten, samassa elämäntilanteessa olevien äitien kanssa. Opinnäytetyössä tutkin, millaisia merkityksiä käsitöiden tekemiseen liittyy ja miten yhdessä ja yksin tekeminen voivat antaa tukea äitiyteen. Lisäksi tutkin, millainen käsityökerhon tulisi olla, jotta se kiinnostaisi äitejä ja mitä he tällaisesta käsityökerhosta hakevat.

Opinnäytetyön toiminnallinen osuus koostui kolmesta käsityökerhon koontumisesta, jotka järjestettiin maaliskuu-, huhti- sekä toukokuussa. Tämän jälkeen tavoitteena oli jatkaa käsityökerhoa kesätauon jälkeen syksyllä, jos Mannerheimin lastensuojeluliitto koee uuden vertaistukiryhmän tarpeelliseksi. Päätös jatkosta perustui suurilta osin siihen, millaista tietoa opinnäytetyön tutkimus tuottaa.

3.2 Havainnointi ja haastattelu tutkimusmenetelminä

Opinnäytetyön toisena tutkimusmenetelmänä on havainnointi. Asiakkailta ei vaadita etukäteen ilmoittautumista, joten kuka tahansa voi osallistua niin monta kertaa käsityökerhoon kuin haluaa. Näin ollen havainnointi oli hyvä tutkimusmenetelmä, koska kerhon tilanteet elivät osallistujien mukaan. Havainnoimalla ryhmää saa parhaiten selville ryhmässä vallitsevan ilmapiirin sekä mitä käsitöitä äidit tekevät ja miten tekeminen etenee.

Opinnäytetyössä käytettiin vapaata havainnointia. Vapaassa havainnoinnissa tutkija havainnoi ympäristöään ja tutkittavaa kohdetta ja kirjaa kaikki huomionsa ylös. Aineiston keruu on hidasta, koska havainnoinnin dokumentointi vaatii aikaa. Ympäristössä tapahtuvia tilanteita on vaikeaa, lähes mahdotonta yleistää, jos havainnointiaika on ollut liian lyhyt. Kun tutkija on saanut koottua aineiston, hän voi ratkaista mitkä asiat ovat tutkimustehtävän kannalta tärkeitä ja mitkä voidaan jättää kokonaan huomiomatta havainnoinnin dokumentoinnissa. Näin tutkijan on mahdollisuus koota riittävä ja tiivis havainnointidokumentti. (Routio 2007.)

Opinnäytetyössä käytettyä havainnointia voi luonnehtia myös osallistuvaksi havainnoinniksi, koska tutkija itse oli ohjaajana ja osallistujana ryhmässä. Osallistuvassa havainnoinnissa on tärkeää se, että tutkija on osa yhteisöä mutta havainnointi ei muuta liikaa tutkittavan asian luonnollista tilaa (Routio 2007).

Haastattelu on hyvä tutkimusmenetelmä, kun tutkija haluaa kysyä laadulla mitattavia asioita, hankalasti sanoin esitettäviä psyykkisiä tuntemuksia tai kokemustietoa. Haastattelussa tutkijan on mahdollista esittää avoimiin kysymyksiin jatkokysymyksiä tai tarkentaa kysymyksiä uudelleen. Vastaminen ja vastausten ymmärtäminen on helppoa, koska tutkija ja haastattelun kohteena oleva henkilö voivat keskustella aiheesta ja saada uusia näkökulmia aiheeseen. Tutkija voi arvioida myös vastausten totuudenmukaisuutta havainnoimalla oheisviestintää eli ilmeitä, eleitä ja käyttäytymistä. Haastattelu onkin näin ollen luotettavampi ja syvällisempi tutkimusmenetelmä kuin kysely, silloin kun on kyse kokemusten ja merkitysten selvittämisestä. (Routio 2007).

Ryhmähaastatteluun osallistuu yleensä ihmisryhmä, jonka osapuolet tuntevat entuudestaan toisensa. Se tuo esiin ryhmässä vallallaan olevat asenteet ja tavat toimia, mutta se voi myös estää arkaluontoisten asioiden käsittelemisen ja yksilöiden omien, eriävien mielipiteiden esiintuloa. (Routio 2007.)

Haastattelu toteutettiin teemahaastatteluna, eli suuntaa-antavat kysymykset oli mietitty etukäteen, mutta niiden esittämistapa saattoi vaihdella haastattelun aikana. Ohjaajan rooli teemahaastattelua suorittaessa on ohjata keskustelua ja näin saada vastaukset ennalta määriteltyihin kysymyksiin. (Kajaanin ammattikorkeakoulu 2014.) Kysymykset on tärkeää asetella niin, etteivät ne johdattele haastateltavan mielipiteitä ja vastauksia liikaa. Kuitenkin haastattelijan on hyvä muistaa kysymykset ja ohjata keskustelua oikeaan suuntaan, jotta tutkimuksesta saadaan kattava ja hyödyllinen.

3.3 Aineiston keruun toteuttaminen ja analysointi

Opinnäytetyössä kerättiin aineisto havainnoimalla ryhmää ja kolmannella kerralla tapahtuvan ryhmähaastattelun avulla. Havainnointi ja ryhmähaastattelu olivat sopivat keinot saada aineistoa ryhmän toiminnasta. Uusi ryhmä pystyi toimimaan mahdollisimman luonnollisesti havainnoinnista huolimatta ja ryhmähaastattelu mahdollisti keskustelun jatkumisen itse haastatteluosuuden jälkeen.

Alun perin opinnäytetyössä oli tarkoitus käyttää kyselyä yhtenä tutkimusmenetelmänä. Valmiit vastausvaihtoehdot omaavalla kyselyllä olisi saanut helposti kirjallista palautetta ryhmästä ja sen tärkeydestä. Samalla se olisi kuitenkin rajannut vastauksia liikaa. Avoimet kysymykset olisivat poistaneet rajausta osittain, mutta samalla toisten vastauksista nousseet uudet ideat ja ajatukset olisivat jääneet huomiotta. Kysely olisi toteutettu kirjallisena ryhmän viimeisellä kokoontumiskerralla, joten käsityöt olisi pitänyt keskeyttää kyselyyn vastaamisen ajaksi. Ryhmän yhtenä tarkoituksena oli kuitenkin puhua arkipäivän asioista käsitöitä tehdessä joten haastattelu tuntui luontevalta tavalta kerätä aineistoa ryhmään osallistuneilta.

Haastattelu toteutettiin viimeisellä äitiryhmän kokoontumiskerralla. Haastattelu toteutettiin teema- ja ryhmähaastatteluna. Haastattelu pyrittiin suorittamaan mahdollisimman keskustelunomaisesti, jotta vastaukset olisivat luontevia. Yksilöhaastattelutilanteessa haastattelu muuttuu helposti kuulusteluksi ja haastateltava saattaa kokea tilanteen epämukavaksi.

Haastattelukysymyksissä oli selkeästi esillä aiheet, joihin haluttiin vastaus. Tämän opinnäytetyön haastattelussa pyrittiin siihen, että saadaan tietoa siitä, miksi äidit ovat tulleet käsityökerhoon. Mitä he odottavat ryhmältä ja ovatko odotukset täyttyneet? Mitä he muuttaisivat ryhmän tapaamisissa, esim. kaivataanko tuote-esittelijöitä tai teemailtoja? Mitä he ovat saaneet ryhmästä, onko ryhmä tuonut heille voimaa?

Haastattelun jälkeen kävin läpi osallistujien vastauksia ja kirjoitin ne opinnäytetyöhöni, jotta samat ajatukset siirtyisivät mahdollisimman muuttumattomina tutkimuksen tuloksiin. Lisäksi kirjoitin muistiin tunnelman haastattelutilanteesta, jotta pystyin käsittelemään haastattelua sekä ryhmän toimintaa kokonaisuutena.

Pyrin avaamaan opinnäytetyön käsitteet mahdollisimman laajasti pitäen kuitenkin mielessä työhön asettamani rajat. Lankaryhmän toiminnasta pyrin myös kirjoittamaan mahdollisimman selkeästi ja monipuolisesti, kuitenkin turvaten äitien yksityisyyden.

4 KESKEISET KÄSITTEET

Tämän opinnäytetyön käsitteitä ovat vertaistuki, vapaaehtoistoiminta, äitiys sekä kulttuuri- ja taidelähtöiset menetelmät, joista kerron lisää seuraavissa alaluvuissa. Toimeksiantajan näkökulmasta vertaistuen ja vapaaehtoistoiminnan käsitteet ovat tärkeitä, koska yhdistyksen toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen ja vertaistukiryhmät ovat yksi näkyvä osa yhdistyksen

toimintaa. Käsite on myös yksi merkittävä käsite, ja käsityön merkityksestä pienten lasten äideille kerron pääluvussa 5.

4.1 Vertaistuki ja vapaaehtoistoiminta

Vertaistuki on toimintamuoto, jossa samassa elämäntilanteessa olevat ihmiset pääsevät kohtaamaan toisiaan. Vertaistukiryhmissä on mahdollisuus kertoa oma kokemuksensa ja kuulla toisten tarinoita. Ryhmän jäsenillä on jokin yhdistävä tekijä. Heille on tapahtunut jokin positiivinen tai negatiivinen muutos elämässään ja he hakevat puhumalla apua ja tukea uuteen elämäntilanteeseen. (Kinnunen 2006, 35-36.) Vapaaehtoistoiminta on yksilöiden välistä yhteistä toimintaa, jonka tarkoitus on tuottaa mielihyvää toimijoille. Vertaistuki sekä vapaaehtoistoiminta ovat kaikille vapaaehtoisista eikä siitä makseta palkkaa. Osallistujilla pitää olla mahdollisuus osallistua tai olla osallistumatta niin usein kuin he haluavat ryhmän toimintaan.

Vertaistuessa on tarkoitus jakaa kokemuksiaan toisille. Ryhmissä ei ole erillisiä ohjaajia, jotka ohjaavat liikaa keskustelua vaan tarkoituksena on olla samalla viivalla. Ryhmä ei kuitenkaan synny ilman vetäjää, joka järjestää tilan ja suunnittelee aikataulun. Ryhmän vetäjän eli ohjaajan on kuitenkin muistettava roolinsa ryhmän ollessa koolla ja olla yksi ryhmäläinen, eikä ainoastaan ryhmän yläpuolella oleva ”johtaja”. Vertaistuen tarkoituksena on se, että osallistujat saavat tukea toisten, samassa elämäntilanteessa olevien ihmisten kokemuksista ja tunteista. Tarkoituksena ei siis ole se, että ammattilainen jakaa tietoa ja antaa ratkaisut vertaistukiryhmäläisten ongelmiin. (Kinnunen 2006, 36-37.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (2014) määrittelee vertaistuen ryhmäksi, joka kokoontuu säännöllisin väliajoin vaihtamaan ajatuksia ja kokemuksia ihmisten kanssa, jotka ovat kokeneet samankaltaisia prosesseja. Keskeisintä vertaistuessa on kokemus siitä, ettei ole yksin elämäntilanteensa tai ongelmiansa kanssa. Se on vastavuoroista kokemustenvaihtoa, missä jokainen tulee kuulluksi ja hyväksytyksi sellaisena kuin on. Vertaistukeen ei kuulu ammattiapua. Toiminta voi perustua keskusteluihin tai vaikka yhteisiin harrastuksiin. Pääasia on, että ryhmässä jokainen tuntee olonsa tärkeäksi.

Vertaistukiryhmiä perustetaan koko ajan enemmän. Sosiaalinen tuki on ihmiselle tärkeää ja se on yksi tutkituimmista terveyttä ylläpitävistä tekijöistä. Sillä tarkoitetaan niitä voimia, joita yksilö saa käyttöönsä ollessaan tekemisissä toisten ihmisten kanssa (Kinnunen 2006, 37). Ennen ihminen pystyi saamaan helposti tukea esimerkiksi lähisukulaisiltaan. Nykyään ihmiset muuttavat työn perässä useita kertoja, eikä sukulaisia välttämättä asu uudella paikkakunnalla yhtään. Ihmisen pitää luoda uusia suhteita ja niiden luomiseen tarvitaan järjestettyjä tilanteita, jotta vuorovaikutuksen toisiin ihmisiin voisi aloittaa helposti.

Vapaaehtoistyö kuten myös vertaistuki keskittyy ennalta ehkäisevään toimintaan. Vapaaehtoistyöntekijät eivät ole terapeutteja, joten jo olemassa oleviin ongelmiin on käytettävä ammattilaisten tarjoamia tukitoimia. Toiminnan tulee olla yhteistä tekemistä, missä jokainen osallistuja on vas-

tuussa itsestään sekä toisista ihmisistä. Osallistujilla on myös tärkeä osa vapaaehtoistyön onnistumisen näkökulmasta. Jos osallistujia ei ole, taloudellisten- sekä työntekijäresurssien osoittaminen on turhaa. Vapaaehtoistoiminnan päätehtävänä on siis edistää ihmisten välistä vuorovaikutusta sekä auttaa vaikuttamaan yhteiskunnan palvelujen kehittämistä kansalaisten tarpeita vastaaviksi. (Lehtinen 1997, 19.)

1980-luvulla vapaaehtoistoiminta ymmärrettiin julkisten palvelujen täydentäjäksi, millä ei ole merkitystä ihmiselle itselleen. 1990-luvusta eteenpäin omaehtoinen vapaaehtoistoiminta on kuitenkin lisääntynyt, koska on huomattu, että ihmisillä on motivaatiovaikeuksia, jos he eivät itse pääse vaikuttamaan toimintaan ja sen sisältöön. Omaehtoinen toiminta on lisääntynyt. (Lehtinen 1997, 17–18.)

Lehtinen (1997, 20) on luetellut vapaaehtoistoiminnan kolme periaatetta. Ensimmäisenä on se, että kaikki osallistujat toimivat täysin vapaaehtoisesti. Toinen periaate on palkattomuus. Yleensä toiminnasta aiheutuneista kuluista maksetaan korvaus, mutta harvemmin vapaaehtoiset käyttävät tätä mahdollisuutta. Kolmas periaate on se, että toimijat toimivat taitojensa ja kykyjensä mukaan, tavallisen ihmisen ehdoin ja taidoin.

Vapaaehtoistoiminnan perusedellytyksenä Lehtinen (1997, 20–21) pitää sitä, että toiminta ei korvaa ammattityöntekijöiden työtä vaan tukee sitä parhaalla mahdollisella tavalla. Vapaaehtoistoiminta tarvitsee toimiakseen myös ammattilaisen tukea ja ymmärrystä toimintaa kohtaan. Toiminta ei ole ikinä kulutonta, vaikka osallistujille se voikin olla ilmaista. Ammattilaista tarvitaan hoitamaan esimerkiksi tiedotukseen liittyviä asioita. Vapaaehtoisista pitää myös pitää huolta ja ohjata tarpeen vaatiessa.

Mannerheimin lastensuojeluliiton Hämeenlinnan yhdistys ry:ssä vapaaehtoistoiminta on tärkeässä osassa. Vertaistukiryhmät ja erilaiset tapahtumat toteutetaan pääsääntöisesti vapaaehtoisten voimin. Yhdistyksessä toimii hallitus, joka mahdollistaa tällaisen toiminnan järjestämisen. Vapaaehtoisilla on yleensä taustalla omat kokemukset ja mielenkiinnon kohteet sekä halu kehittää yhdistyksen toimintaa Hämeenlinnan lapsiperheille sopivaksi. Vertaistukiryhmiä on useita ja niissä vanhemmat pääsevät pohtimaan erilaisia asioita ryhmän aiheesta riippuen, esimerkiksi imettämisestä tai adoptiosta.

4.2 Äitiys

Äitiys on monelle iso asia, jonka jokainen tulkitsee eri tavalla. Käsitys äitiydestä on muuttunut vuosikymmenten saatossa. Ennen äitien paikka oli kotona ja he hoitivat lapsien lisäksi kotityöt samalla kun perheen isä oli töissä ja toi rahan kotiin. Tänä päivänä äitien rooli on monimuotoisempi kuin aiemmin. Äidit eivät ole vain äitejä, vaan heillä on halu kehittää itseään ja elää myös omaa elämäänsä. Työ kodin ulkopuolella on äideillekin tärkeää ja isät jäävät entistä useammin kotiin hoitamaan lapsia.

Ensisynnyttäjien ikä on kasvanut reilusti. Nykyään ensisynnyttäneiden keski-ikä hipoo 30 vuotta. Yhä useampi haluaa hankkia lapsia sitten, kun

omassa elämässään on saavuttanut tietyt asiat. Halutaan suorittaa ensin opinnot loppuun, saada vakituinen työ ja omistaa asunto. Lisäksi on halu nauttia elämästä kunnolla ja vasta sitten saada lapsia. Oletetaan, että maailma pitäisi saada valmiiksi, ennen kuin on lasten aika ja ehkä siksi ensisynnyttäjien ikä nousee koko ajan. (Vapaaehtoisesti Lapsettomat ry 2011.)

Äitiyteen yhdistetään kulttuurissamme erilaisia odotuksia ja arvoja. Nämä arvot voivat olla ristiriidassa sen kanssa, miten nainen itse kokee äitiytensä, koska äitiys on myös hyvin henkilökohtainen asia. Ympäristön luomat paineet voivat aiheuttaa äidissä epävarmuutta ja riittämättömyyden tunnetta, vaikka hänessä ei olisi äitinä mitään vikaa. Äidit saattavat käyttää median antamaa kuvaa hyvän äitiyden mittaamiseen. Nämä käsitykset vaihtelevat kuten muoti-ilmiöt ja saattavat olla ristiriidassa ammattilaisten määritelmien kanssa. (Berg 2008.)

Käsitteenä äitiys voi myös tarkoittaa naisen biologista ominaisuutta tulla raskaaksi ja saada lapsia. Kaikilla naisilla on sosiaalinen mahdollisuus äitiyteen ja uskotaan, että jokaisessa naisessa on äidillisiä ominaisuuksia, kuten hoitamisen tarve. Toisilla vietti on tosin voimakkaampaa kuin toisilla. (Berg 2008.) Kuitenkaan kaikki eivät halua lapsia tai eivät saa lapsia vaikka haluaisivat. Vapaaehtoisesti lapsettomat ry:n (2011) nettisivujen mukaan lapsettomia, yli 40-vuotiaita naisia on 21 prosenttia.

Bergin (2009) mukaan äitiys ei ole vain henkilökohtaista vaan rakentuu suhteessa kulttuuriin odotuksiin, jotka määrittävät, millainen on hyvä äiti. Silti hyvälle äitiydelle ei nyky-yhteiskunnassa ole selviä kriteerejä. Yhteiskunnassa vallitsevat kulttuuriset odotukset ja arvot saattavat olla hyvinkin ristiriidassa jopa keskenään. Esimerkiksi kotiäitiyttä pidetään parhaana mahdollisena hoitomuotona pienelle, alle kolmevuotiaalle lapselle, kun taas yhteiskunnan muutokset ja työelämän vaihtelevuus painostavat äidit yhä aikaisemmin työelämään. Samaan aikaan kun kotiäitejä ei arvosteta ja he kokevat olevansa yhteiskunnan ulkopuolella ansiotyössä käyvät äidit saattavat tuntea olonsa oman edun tavoittelijoiksi pelkästään yhteiskunnan asettamien odotusten takia. Nämä ristiriidassa olevat odotukset tuntuvat osalle äideistä liialliselta suorittamiselta ja siksi yhä useampi sairastuu uupumukseen ja masennukseen. Äitien henkisen hyvinvoinnin kannalta onkin tärkeää tuoda ilmi myös äitiyden vaikeita hetkiä, kuten väsymystä, kyllästymistä lasten hoitoon ja negatiivisia tunteita omaa lasta kohtaan. Nämä ajatukset ovat täysin normaaleja, mutta yhteiskunnan odotukset ja median antama kuva hyvästä äitiydestä estävät äitejä tuntemasta niitä hyväksytyiksi tunteiksi. (Berg 2009.)

Järvisen, Lankisen, Taajamon, Veistilän ja Virolaisen (2012) mukaan äidit hakevat hyväksyntää teoilleen usein ammattilaisilta. Sosiaali-, terveys- ja opetusalan ammattilaiset joutuvat usein määrittelemään hyvän äitiyden mitan äideille, jotka ovat epävarmoja lapsen kasvun ja kehityksen tilasta. Nämä ammattilaiset kertovat äideille yhteiskunnassa hyväksytyyn äitiyden normit ja arvot ja edustavat näin ollen äideille yhteiskunnan mielipidettä. Ammattilaisten antamat määrittelyt, jotka perustuvat teoreettiseen osaamiseen, käytännön tuomaan tietotaitoon sekä heidän omaan subjektiiviseen

käsitykseen riittävästä äitiydestä vahvistavat käsitystä kulttuurisesti hyväksytystä äitiydestä. (Sorsa 2013.)

Median rooli hyvän äitiyden määrittelijänä on vahva. Nämäkin käsitykset ovat ristiriidassa keskenään. Esimerkiksi mediassa on esillä superäitejä, jotka suorittavat äitiyttä kuin ammattia sekä ovat hyvin aikaansaavia. Toinen ääripää on rento äitiys, missä äidit pitävät kiinni omasta ajastaan ja kapinoivat superäitiyttä vastaan. Berg (2009) pohtii artikkelissaan rinnakkain median luomaa mielikuvaa sekä ammattilaisten mielipidettä äitiydestä. Keskustelujen erilaisuus herättää paljon kysymyksiä, kuten missä on rennon äitiyden ja lapsen laiminlyömisestä raja tai miten erottaa superäitiys ylihuolehtivasta äitiydestä. (Berg 2009.)

Äidiksi kasvetaan jo raskauden aikana. Naisen kasvu äidiksi tapahtuu niin emotionaalisesti, fyysisesti sekä biologisesti. Sen sijaan mies kokee muutokset isäksi kasvamisessa emotionaalisen ja sosiaalisen prosessin kautta. Raskaus on kuitenkin molemmille vanhemmille aikaa kasvaa vanhemmuuteen henkisesti. Synnytys on myös tärkeä kasvun paikka, missä viimeistään molemmille, äidille sekä isälle konkretisoituu vauvan olemassaolo. Siksi onkin tärkeää, että synnytyskertomus käydään läpi vanhempien kanssa, jotta he saavat käsitellä asiaa rauhassa ammattihenkilön kanssa. Näin suuresta, joskus jopa traumaattisesta kokemuksesta on mahdollisuus päästä eteenpäin ja keskittyä lapsen hoitamiseen sekä vanhemmaksi kasvamiseen. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 83.)

Äidiksi kasvamiseen vaikuttavat aikaisemmat kokemukset, oma lapsuus, mielikuvat äitiydestä ja vanhemmuudesta sekä yhteiskunnalliset odotukset. Lisäksi äidiksi kasvamiseen vaikuttavat perheen taloudellinen tilanne, omat urasuunnitelmat sekä lapsen mahdolliset erityispiirteet, kuten vammainen. Prosessi on perheen sisäinen. Se alkaa heti raskauden alkuvaiheista ja kestää läpi elämän. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 83.)

4.3 Kulttuuri- ja taidelähtöiset menetelmät

Kulttuuri- ja taidelähtöiset menetelmät on monimuotoinen käsite. Ennen kuin lähdetään avaamaan menetelmiä, on syytä kertoa, mitä tarkoitetaan kulttuurilla.

Kulttuuri on koko ajan ympärillämme. Sitä on vaikeaa pukea sanoiksi, se muotoutuu koko ajan ja se on monitahoista. Kulttuurin käsite viittaa siihen, mitä ihminen tekee ja on tehnyt maailmankaikkeuden aikana. Kulttuuriin yhdistetään usein käsitteet luovuus ja taide. Taide on ihmisen tapa ilmaista itseään luovuuden avulla. Näin voi päätellä, että ilman taidetta ei ole luovuutta, jotka yhdessä muodostavat kulttuurin. Kulttuurin ja luovuuden käsitteet liittyvät toisiinsa vahvasti, eikä niitä ole syytä erottaa toisistaan. (Liikanen 2010, 36.)

Kulttuuri- ja taidelähtöiset menetelmät, kuten musiikki, käsityö, teatteri, valokuvaus, taide ja tanssi, ovat tulleet osaksi esimerkiksi terveydenhoitoa ja lasten varhaiskasvatusta. Ihminen käsitetään nykyään kokonaisuutena, kehon ja mielen symbioosina. Kulttuuri- ja taidelähtöiset menetelmät lait-

tavat mielen liikkeelle ja ovat apuna kommunikoinnissa niin ryhmän välisissä suhteissa kuin ohjaaja-ohjattava-suhteessa. Kulttuuri- ja taidelähtöisten menetelmien käytön tarve lisääntyy koko ajan yhteiskuntamme muutoksissa elämän eri osa-alueilla. Taidelähtöiset menetelmät ovat varteenotettava tapa tavoittaa ihmiset, tuoda heidät yhteen ja löytää uusia voimavaroja. Kontaktin saaminen helpottuu näiden menetelmien myötä ja samalla eri ihmisryhmät saavat tukea ja neuvontaa eri elämäntilanteisiin. (Liikanen 2010, 40.)

5 KÄSITYÖ ÄITIEN VOIMAVARANA

Tässä opinnäytetyössä keskeinen teoreettinen tarkastelu perustuu käsityön merkityksiin ja siihen, miten käsityöt voivat olla voimavarana äitiydessä. Tässä luvussa avaan käsityön merkityksiä yleisesti. Lisäksi tarkastelen äitien voimavarojen tukemista niin käsitöiden kuin muiden taidelähtöisten toimintamuotojen avulla.

5.1 Käsityön merkitykset

Käsityöllä on tekijälleen erilaisia merkityksiä. Yksilön tavoitteena käsityölle voi olla hyöty, viihdemerkitys tai se voi toimia erilaisten haastavien tilanteiden käsittelykeinona (Pöllänen 2005, 75). Tekijä voi ajatella käsitöiden tekemisen olevan taloudellisesti hyödyllistä. Esimerkiksi perheiden rahatilanne voi olla erittäin tiukka ja säästökeinoja on mietittävä tarkasti. Lasten vaatteiden tekeminen itse ja vanhojen vaatteiden korjaaminen ja muokkaaminen säästää niin rahaa kuin luonnonvaroja ja siksi yksilön on hyvä ajatella käsityön hyötyä.

Käsitöitä voi tehdä myös viihdetarkoituksessa. Se on yksi keino kuluttaa aikaa. Lisäksi yksilö voi tehdä käsitöitä terapeutisessa mielessä. Käsillä tekeminen auttaa jäsentämään ja selkeyttämään ajatuksia. Käsitöiden avulla ihminen voi päästä yli vaikeistakin ajoista ja palata niihin elämänmuutokseen uudelleen käsityön kautta (Vähälä 2003, 67.) Olen huomannut, että esimerkiksi läheisen kuolema voi laukaista sisäisen tarpeen neuloa mustat villasukat. Neuloessa on aikaa ajatella surua, ikävää sekä muistoja läheisestä ihmisestä. Kun villasukat ovat valmiit, ne lämmittävät jalkoja ja tekeminen konkretisoituu. Tulee hyvä olo, kun on saanut jotain aikaiseksi. Sukat saattavat joka kerta muistuttaa läheisestä ihmisestä tai omasta surutyöstä, kun sukat ovat käytössä.

Pöllänen (2005, 70) mukaan käsityö näyttää antavan huolehtijan ja hoivajan roolia tukevia voimavaroja arjen pyörittämisen keskelle. Äiti jaksaa hoitaa lapsensa paremmin, kun pääsee jäsentämään ajatuksiaan käsitöiden kautta. Käsityön tekeminen pitää myös mielialan korkealla ja arjen pyörittäminen tuntuu mielekkäämmältä. Tämän perusteella voidaan olettaa, että käsitöillä voi olla myös yksilön mielenterveyttä parantavia vaikutuksia. Käsitöiden tekeminen auttaa jäsentämään ajatuksia tai viemään ajatukset välillä muualle kuin oman elämän ongelmiin.

Käsitöitä ei enää tehdä pakon edestä. Ennen kansalaisilla ei ollut mahdollisuutta mennä kauppaan ja ostaa tarvittavia vaatteita, koska rahat olivat vähissä. Vaatteita tehtiin kauppoihin vähemmän ja ne olivat arvokkaita. Elettiin omavaraistaloudessa, eikä arkivaatteisiin haluttu ”tuhlata” vähäisiä rahoja vaan kaikki piti tehdä itse. Nykyään tilanne on toinen. Kaupasta saa kaiken tarvittavan ja vähän enemmänkin. Pölläsen (2005, 67) mukaan käsitöiden tekemisessä kyse on itselle vapaaehtoisesti asetetusta pakosta. Tekijällä on pakonomainen tarve päästä toteuttamaan itseään usein käsitöiden kautta vaikka varsinaista tarvetta tuotteelle ei olisikaan.

Kuten edellä on käynyt ilmi, käsitöiden tekemisellä on hyvin usein useampi funktio. Käsiyöläisellä, eli ammatikseen käsitöitä tekevällä ihmisellä funktio voi olla vain ja ainoastaan taloudellinen hyöty. Esimerkiksi äideillä taas pääpaino tekemisellä voi olla joko viihdetarkeutus, taloudellisuus tai mielenterveyden tasapainottaminen.

Omien käsitöiden jakaminen on muodostunut yhdeksi tärkeäksi osaksi käsityöprosessia. Internetin ihmeellisessä maailmassa omien käsitöiden kuvien jakaminen on helppoa ja nopeaa. Erilaiset Facebook-ryhmät, alati kasvava blogimaailma sekä erilaiset keskustelufoorumit ovat monen kotiäidin kanavia, joissa pystyy helposti jakamaan kuvia käsitöistään tai etsimään apua ja inspiaraatiota omiin töihin. Koska kotiäitien voi joskus olla haasteellista päästä lähtemään kotoa pois, internetin eri kanavat ovat täydellisiä keinoja pitää yllä sosiaalista vuorovaikutusta ihmisten kanssa. Lisäksi erilaisista ryhmistä voi löytää uusia kavereita ja saada vertaistukea täysin vierailta ihmisiltä. Toisaalta liiallinen internetin käyttö saattaa eristää liikaa muusta maailmasta ja korvata helppoudellaan ihmisten kohtaamisen oikeassa elämässä. Jokainen ihminen, myös kotiäiti, tarvitsee sosiaalista kanssakäymistä aidoissa arkipäivän tilanteissa, eikä mikään laite voi korvata toisen ihmisen läsnäoloa.

Käsityötä ei ole olemassa ilman konkreettista, valmista tuotetta. Vaikka maailma hukkuu tavaraan, on käsityöllä aina paikka ihmisten sydämissä. Käsityö ei ole vain tavaroiden tuottamista vaan käsityössä prosessi voi olla pääosassa ja siksi sen valmistaminen on välttämätöntä, vaikka tuote olisi korvattavissa teollisesti valmistetulla tuotteella. Heikkisen (2004) mukaan käsityöprosessiin kuuluu paljon korvaamattomia asioita, kuten tekemisen pakkoa, intohimoa, miellyttäväksi koettua tekemistä, valmiin työn tuottamaa iloa tai tekemisestä tulevaa mielihyvää (Aikasalo 2006, 53). Käsityöprosessista jää aina muistoja tuotteeseen. Valmiin tuotteen kautta pääsee uudelleen kokemaan ne muistot ja tunteet, joita käsityöprosessin aikana on käynyt läpi. Lisäksi tuotteesta löytyy merkkejä työskentelystä sekä kuva persoonallisesta itseilmaisusta. (Aikasalo 2006, 53.)

Perustuen tutkimuksiin käsitöiden merkityksistä, voi olettaa, että käsityöt voivat olla äideille väylä kohdata toisia ihmisiä ja pitää yllä omaa mielenterveyttä. Käsitöiden tekemisen avulla äidit voivat pitää yllä ihmissuhteita sekä luoda uusia kontakteja. Lisäksi tekeminen mahdollistaa ajan olla omien ajatusten kanssa ja se antaa voimia jaksaa arjen pyörittämistä.

5.2 Äitien voimavarojen tukeminen

Pöllänen (2005, 66–67) kuvaa yksilön psyykkistä hyvinvointia ja mielen tasapainoa elämäntilanteena. Hänen mukaansa elämäntilannetta pidetään tärkeänä, koska se liitetään erilaisten vastoinkäymisten ratkaisemiseen ja hyvällä elämäntilanteella yksilö pystyy kohtaamaan elämän ongelmat sairastumatta henkisesti tai fyysisesti. Elämäntilanteen rinnalla puhutaan usein myös stressin sietämisestä. Pieni stressi auttaa pitämään vireystason korkealla ja suorituskyky paranee. Kuitenkin liiallinen, kuormittava stressi sairastuttaa ihmisen joko psyykkisesti tai fyysisesti.

Elämäntilanteen keinona on löytää itselleen mieluista tekemistä. Näin elämälle muodostuu tarkoitus ja usko tulevaisuuteen säilyy. Yhtenä elämäntilanteen keinona voi käyttää käsitöitä ja niiden tekemistä. Tekijä pääsee parhaimmassa tapauksessa irrottautumaan arjen oravanpyörästä ja ajattelemaan itselle tärkeitä asioita. Esimerkiksi sukun neulominen rankan päivän päätteeksi auttaa rentoutumaan ja ehkäisee stressin muodostumista. Tekijä saa hetken hengähtää ja nukahtaa paremmin levolliseen uneen. (Pöllänen 2005, 66-67.)

Jokainen kotiäiti on huomannut sen, kuinka tärkeää oman ajan vaaliminen on. Kotiäidin työ on rankkaa työtä, jota ei jaksakaan ympäri vuorokauden ilman pieniä irtiottoja. Juusola (2009, 200-201) toteaa, ettei äiti ole koskaan ainoastaan äiti vaan myös persoona, nainen, tietyn alan ammattilainen tai opiskelija, erilaisten yhteisöjen jäsen, tytär ja ehkä myös puoliso. Velvollisuuksista irrottautuminen uusii voimavaroja sekä tekee hyvää identiteetille. Näin ollen kotona olevan vanhemman kannattaa järjestää joka päivä omaa aikaa, jolloin hän pystyy lataamaan akkuja ja jaksaa taas olla hoidettava vanhempi omaa lasta kohtaan. Kiintymys ja rakkaus omaa lasta kohtaan auttavat jaksamaan vaikeiden aikojen yli, mutta ilman omaa aikaa ja sen tuomaa akkujen latausta ei vanhempi jaksakaan tarjota lapselleen hänen ansaitsemaansa rakkautta. Näin myös lapsi huomaa sen, että vanhempi pitää huolen itsestään ja lapsi oppii terveen itsensä rakastamisen taidon. (Juusola 2009, 200-201.)

Äidin, kuten myös isän voimavarat vaikuttavat koko perheen hyvinvointiin. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen julkaisun (2004, 80-81) mukaan perheen sisäisinä voimavaroina voidaan pitää esimerkiksi vanhempien koulutusta, heidän tietoaan ja taitoaan sekä luottamuksellisia ihmissuhteita. Lisäksi hyvä itsetunto ja luottamus itseensä kasvattajana luovat turvallisen pohjan lapsen kasvuun ja kehitykselle. Tärkeää on myös se, että äidin ja isän välinen parisuhde toimii. Tärkeimmäksi ulkopuoliseksi voimavaraksi ovat nousseet sosiaaliset suhteet, esimerkiksi sukulaisten, ystävien sekä muiden samassa elämäntilanteessa olevien lapsiperheiden tuki ja läsnäolo.

Sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen on tärkeä osa äidin voimavarojen tukemisessa. Lisäksi on hyvä tarjota äidille mahdollisuus luoda uusia suhteita erilaisten tukiryhmien kautta. Esimerkiksi Mannerheimin lastensuojeluliitto tarjoaa erilaisia tukiryhmiä ja kahviloita, jotka ovat avoimia kaikille. Kahviloissa on helppo keskustella samassa elämäntilanteessa olevien ihmisten kanssa ja näin luoda uusia, kodin ulkopuolisia suhteita.

6 ÄITIEN LANKARYHMÄN TOTEUTTAMINEN

Tässä luvussa esittelen Lankaryhmän tavoitteita ja kerron kolmesta koontumiskerrasta, jotka toteutettiin kevään 2014 aikana. Jokainen kerta kesti 1,5 tuntia, ja ryhmään sai tulla silloin kun parhaiten osallistujille sopi. Kaksi ensimmäistä kokoontumiskertaa olivat Mannerheimin lastensuojeluliiton Hämeenlinnan yhdistys ry:n tiloissa Malliksella ja viimeinen kerta oli Hämeenlinnan Saalem-seurakunnan tiloissa Malliksen remontin vuoksi.

Ryhmän toimintaa mainostettiin ennen ryhmän ensimmäistä kokoontumiskertaa MLL:n tiloissa paperimainoksella seinässä ja suullisesti taaperoja ja perhekahvilan asiakkaille. Lisäksi mainos laitettiin yhdistyksen kotisivuille ja Facebookissa kerrottiin uuden ryhmän alkamisesta. Ensimmäisen kokoontumiskerran jälkeen Hämeen Sanomat haastatteli minua ja teki Lankaryhmästä jutun lehteensä. Paikallinen Hämeenlinnan Kaupunki-uutiset -lehti teki pienen ilmoituksen lehensä sivulle.

6.1 Lankaryhmän tavoitteet

Syventävän harjoittelun aikana pääsin tutustumaan yhteen imetyshyönteisryhmän kokoontumiskertaan ja sain hieman käsitystä siitä, millaista vertaistukiryhmätoiminta yhdistyksessä on. Osallistujia oli paljon, niin lapsia kuin aikuisiakin. Tila kävi vähän ahtaaksi ja lasten leikit ja aikuisten puheensorina häiritsivät hieman kättilön alustuskeskustelua. Yhdistyksen puheenjohtajan mukaan vertaistukiryhmät ovat paisuneet isoiksi ja ovat välillä melko rauhattomia. Näin ollen uudelle vertaistukiryhmälle olisi varmasti kysyntää ja se monipuolistaisi toimintaa.

Oma tavoitteeni opinnäytetyölleni oli tuottaa Mannerheimin lastensuojeluliiton Hämeenlinnan yhdistys ry:lle uusi vertaistuen toimintamuoto ja päästä kokeilemaan uuden ryhmän toimintaa. Halusin selvittää, mitä tulee ottaa huomioon vertaistukiryhmän toiminnan aloittamisessa, sen suunnittelussa ja toteutuksessa.

Lisäksi halusin koota äitejä yhteen käsityöiden avulla. Oman rakkaan harrastuksen ja äitiyden yhdistäminen on tuntunut välillä haastavalta yksin ja omassa arjessa ja halusin tietää, onko muilla äideillä samansuuntaisia kokemuksia.

Halusin myös levittää tietoa koko yhdistyksen toiminnasta ulkopuolisille, uusille MLL:n asiakkaille. Yhdistyksen toiminta kasvaa kasvamisestaan ja he tekevät tärkeää työtä lapsien ja lapsiperheiden hyväksi. Oman kokemuksen perusteella neuvolassa mainostetaan toimintaa aktiivisesti sekä erilaisten tapahtumien järjestäminen luo yhdistykselle lisää näkyvyyttä. Ajattelin, että monipuolisen vertaistukiryhmän joukkoon mahtuisi yksi matalan kynnyksen käsityökerho, johon uusien asiakkaiden olisi helppo tulla tutustumaan toimintaan ja toisiinsa. Näin taas uudet asiakkaat pääsisivät tutustumaan muuhunkin toimintaan ja pääsisivät verkostoitumaan ja saamaan tukea vanhemmuuteen.

Tavoitteenani oli myös saada käsityökerho vakinaiseksi vertaistuen toimintamuodoksi, jota jatkaisimme myös syksyllä.

6.2 Ensimmäinen kokoontuminen

Lankaryhmän ensimmäinen kokoontuminen oli 3.3.2014. Varauduimme ohjaajaparini Linnean kanssa keittämällä pannullisen kahvia ja laittamalla keksejä tarjolle. Istuimme alas ja ryhdyimme neulomaan omia töitä eteenpäin. Mainoksissa oli käynyt ilmi, että jokainen voi tuoda oman käsityön ja jatkaa siitä, mihin on jäänyt. Ryhmään oli myös mahdollisuus tulla mukanaan pelkät materiaalit ja me olisimme ohjaajaparini Linnean kanssa auttaneet uuden käsityöprojektin aloituksessa. Mainoksessa ilmoitimme, että kahvia saa talon puolesta, mutta omat käsityöt tai pelkät materiaalit tulee ottaa mukaan. Käsitöiden tuli siis olla helposti kannettavissa mukana.

Paikalle saapui hyvissä ajoin yksi äiti lapsensa kanssa. Istuimme pöydän vieressä teekuppien sekä käsitöidemme kanssa ja ryhdyimme juttelemaan. Yllätyin, kuinka helposti juttu lähti luistamaan kuin omalla painollaan. Puhuimme niin uudesta äitiyspakkauksesta kuin lapsien ikäerosta. Löysimme yllättäviäkin meitä yhdistäviä asioita toisistamme ja aika kului kuin siivillä. Paikalle ei saapunut muita osallistujia. Tapaamisen lähetessä loppuaan äiti kiitteli meitä tällaisen käsityökerhon järjestämisestä ja lupasi tulla uudestaan.

6.3 Toinen kokoontuminen

Toinen kokoontuminen oli 2.4.2014. Lankaryhmää oli mainostettu paikallislehdissä ja odotimme monia osallistujia. Saimme olla jonkin aikaa ohjaajaparini kanssa kahdestaan paikalla, kunnes kaksi äitiä saapui käsitöineen joukkoomme. Molemmat kertoivat, että kyseiset käsityöt, neule sekä nyplätty liina, ovat olleet heillä pitkään kesken, eikä lapsiperheen arjessa ole tullut tilaisuutta tehdä heille tärkeitä projekteja eteenpäin. Heistä huokui innostusta, kun he kertoivat käsitöistään.

Tunnelma oli tiivis ja puheenaiheet kulkivat taas laidasta laitaan, keveistä aiheista hieman raskaampiin. Jokainen teki omaa työtään eteenpäin ja puheenaiheet tulivat kuin itsestään. Puhuimme tavallisista lapsiperheen arkisista asioista, koulutuksesta sekä käsitöistä. Voisin sanoa, ettei kukaan tuntenut oloaan ulkopuoliseksi vaikka taustamme ja elämäntilanteemme olivat erilaiset. Yhdistäviä tekijöitä löytyi yllättävän paljon, kuten ajatukset lapsien kasvattamisesta sekä lapsien luonteiden arvostamisesta ja uskaltaisin väittää, että puheenaiheita oli helpompi keksiä, kun käsillä oli jotakin tekemistä.

Saimme osallistujilta positiivista palautetta ryhmän perustamisesta. He sanoivat, että tulevat taatusti seuraavalla kerralla.

6.4 Kolmas kokoontuminen

Kolmannella kerralla, 8.5.2014 kokoonnuimme MLL:n väistösuojatiloissa Saalem-seurakunnan alakerrassa MLL:n oman tilan remontin vuoksi. Tila oli paljon isompi kuin aikaisempi Malliksen tila, joten tunnelma oli heti erilainen kun astuimme sisään tilaan.

Paikalle saapuivat hyvissä ajoin kaksi osallistujaa, jotka olivat olleet toisellakin kokoontumiskerralla mukana. Vähän myöhemmin joukkoon tuli mukaan yksi uusi osallistuja, joka ei ollut aikaisemmin käynyt kokoontumisissamme.

Osallistuja, joka oli siis jo toista kertaa mukana ryhmässä, sanoi, ettei hän ollut jatkanut työtä edellisen Lankaryhmän tapaamisen jälkeen, koska hänellä ei ollut ollut aikaa lapsiperheen vauhdikkaassa arjessa omalle käsitöprojektilleen. Hän oli jo odottanut, koska hän pääsisi jatkamaan nyp-läystyötään eteenpäin. Toinen osallistuja, joka oli myös toista kertaa paikalla, sanoi, että oli purkanut edellisen neuletyönsä, mitä oli huhtikuun kokoontumiskerralla tehnyt, koska ei ollut keksinyt sille käyttötarkoitusta. Hän ei ollut kuitenkaan siitä harmistunut vaan otti mukaansa uuden neuleen samalla idealla kuin edellisenkin, mutta uudella värillä. Hänelle oli siis tärkeää päästä tekemään ja luomaan käsillään jotakin, mutta valmis tuote ei ollut hänen pääasiallinen tarkoituksensa. Uusin osallistuja toi mukanaan vauvanpeiton, jota hän neuloi vähitellen eteenpäin tapaamisemme aikana.

Keskustelu lähti heti rullaamaan osallistujien astuessa sisään tilaan. Keskustelimme samoista aiheista, joista olimme keskustelleet edellisillään kerroilla. Pääpaino oli kuitenkin lapsissa, lapsiperheen arjessa jaksamisessa ja oman ajan tärkeydessä. Ohjaajana yritin osallistaa kaikki mukaan keskusteluun parhaani mukaan. Kaikki saivat käsitöitään eteenpäin ja jokainen lähti hyvillä mielin kotiin. Saimme osallistujilta positiivista palautetta, jota käsittelen lisää seuraavassa luvussa.

7 KOKEMUKSIA JA AJATUKSIA LANKARYHMÄSTÄ

Haastattelin asiakkaita viimeisellä kokoontumiskerralla, jolloin osallistujia oli kaikista eniten eli kolme henkilöä. Lisäksi haastatteluun osallistui ohjaajaparini Linnea, joka myös vastasi osallistujan näkökulmasta. Lankaryhmän kokoontumiskertojen jälkeen lähetin sähköpostia työelämäedustajalle, jolta pyysin palautetta käsityöryhmän tarpeellisuudesta yhdistyksen näkökulmasta. Lisäksi arvioin itse Lankaryhmän onnistumista omien tavoitteideni pohjalta.

Keräsin palautteen asiakkailta teema- ja ryhmähaastattelun muodossa. Olin ennen haastattelua miettinyt teemat kysymysten muodossa, joihin halusin vastaukset. Asiakkaat saivat haastattelun aikana tehdä käsitöitään ja juoda kahviaan, kun esitin kysymykset heille. Haastattelun teemat olivat: miksi he tulivat käsityökerhoon, mitä he ovat saaneet tapaamisistamme, haluavatko he tulla tapaamisiin vielä syksylläkin ja mitä jatkokehitysideoi-

ta heillä on ryhmän toimintaa kohtaan. Haastateltavat vastasivat keskustelun toistensa kanssa ja täydensivät toistensa ajatuksia.

7.1 Ryhmään osallistuneiden äitien kokemukset ja palaute

Asiakkaat hakivat Lankaryhmän tapaamisilta hetken rauhaa itselleen. He arvostivat sitä, että saavat tehdä käsitöitä rauhassa eteenpäin, eikä kukaan tule sotkemaan heidän työtään. Yksi osallistuja sanoi, että on mukavaa olla rauhassa hiljaisuudessa, vaikka täälläkin puhetta piisaa. Lisäksi osallistujia houkutti kahvitarjoilu sekä tilojen hyvä sijainti.

Keskustelussa nousi myös esille, että osallistujat kokivat saaneensa ryhmän kokoontumisista herätyksen: he olivat edelleen samoja ihmisiä kuin ennen äidiksi tuloa. Lapsien syntymän jälkeen yksi osallistuja oli huomannut miettineensä laitokselta kotiuduttuaan, että Hämeen sanomat ilmestyvät vieläkin. Osallistujat olivat huomanneet, että heidän on välillä haastavaa lähteä kotoa tekemään vain omia juttujaan. Lasten kanssa on helpompi lähteä ja tehdä heille mieluisia asioita. Yksi osallistujista sanoi, että kotona häntä tarvitaan koko ajan. Hänestä oli ihanaa päästä irti siitä tunteesta ja hälytysvalmiustilasta. Lankaryhmän kokoontumiset koettiin siis tärkeänä oman ajan ottamisen sekä rauhoittumisen paikkana.

Jokainen osallistuja oli valmis jatkamaan myöhemmin syksyllä Lankaryhmien tapaamisissa. Yksi äideistä sanoi, että hänen on saatava tämä työ valmiiksi ja hänellä ei ole muuta paikkaa tehdä tätä kuin ryhmän kokoon-tumiskerrat.

Osallistujat pitivät Lankaryhmän konseptia toimivana. Heidän mielestään 1,5 tunnin mittainen tapaamiskerta on hyvä, ei liian pitkä eikä toisaalta liian lyhyt. Ennakkoilmoittautumista ryhmässä ei ollut, eikä sitä kukaan jatkossa toivonut. Osallistujat kokivat hyvänä sen, että ryhmä perustuu vapaaehtoisuuteen ja siihen, että jokainen saa tehdä omaa työtään eteenpäin. He kokivat painostavana asiana sen, jos ryhmässä tehtäisiin jotain yhteistä käsityötä, koska heidän mielestään se loisi suorituspainetta. Lastenhoitomahdollisuus olisi plussaa, mutta samalla osallistujat miettivät, miksi kukaan haluaisi tuoda lapsiaan käsityökerhoon, jos ajatuksena on saada hetki omaa aikaa.

7.2 Työelämäyhteyden palaute

Pyysin palautetta Lankaryhmän toiminnasta työelämäyhteyden edustajalta, yhdistyksen puheenjohtaja sähköpostitse. Halusin tietää, mitä Lankaryhmä on antanut yhdistykselle, mitä mieltä hän on itse kyseisen ryhmän hyödyllisyydestä ja mitä kehitettävää hän näkee toiminnassa jatkossa.

Lankaryhmä on ollut hyvä lisä yhdistyksen jo olemassa oleviin vertaisryhmiin. Hän pitää hyvänä sitä, että ryhmä ei ole teemaltaan ongelmakeskeinen kuten esimerkiksi Äidit irti synnytysmasennuksesta tai Imetysryhmä ja näin ollen ryhmä on tavoittanut jo kokeiluvaiheessa niitä äitejä, jotka eivät ole kokeneet omakseen jo olemassa olevia ryhmiä. Lankaryhmä

on antanut yhdistykselle aikuisten käsityökerhon, jossa tekemisen kautta saattaa olla helpompi ottaa puheeksi vaikeitakin asioita. Lisäksi yhdistys on saanut opinnäytetyön myötä uusia aktiivisia vapaaehtoisia mukaan toimintaan, minut ja ohjaajaparini Linnean. Yhdistyksen puheenjohtaja pitää ryhmää väylänä äitien itsensä ilmaisuun, jossa samalla voi puhua ja tehdä konkreettista käsityötä. Äidit saavat tätä kautta omaa aikaa itselleen ehkä jo unohtuneen harrastuksen kanssa.

Kun arki voi muuten olla kaoottista pienten lasten kanssa, jossa useat asiat jäävät kesken tai räpiköidään läpi tappavia rutiineja, käsitöitä tekemällä voi saada aikaan jotain konkreettista ja kaunista. Tai toisaalta oppia hyväksymään myös sitä, ettei kaiken tarvitse olla priimaa ja tasaisia silmukoita. Ja aina voi purkaa ja yrittää uudelleen. (Aitasalo, sähköpostiviesti 5.6.2014.)

Yhdistyksen puheenjohtaja pohti, kuinka ryhmä saadaan kehittymään, laajentumaan ja kantamaan sekä miten hyvä alku saadaan kestämään. Hän myös pohti, miten käsillä tekeminen sekä vanhemmuuden/äitiyden tukeminen voidaan punoa yhteen. Valmiita vastauksia pohdintoihin oli mahdollonta antaa, koska ryhmän toiminta oli vielä niin uutta. Vain aika näyttäisi, mitä mahdollisuuksia ryhmän toiminnassa on niin yhdistykselle kuin äideille. Hän näki ryhmässä mahdollisuuden uuden vertaistuen toimintamuodon kehittämiseen.

7.3 Yhteenveto ja johtopäätökset

Lankaryhmän osallistujilta tullut palaute oli positiivista. Ryhmän toimintaa markkinoitiin työelämäyhteyden ansiosta paljon lehdissä, joten olisi harmillista jättää Lankaryhmän kokoontumiset ainoastaan kolmeen kertaan. Osallistujien sekä työelämäyhteyden palautteen perusteella ryhmä tulee siis jatkumaan syksyllä 2014.

Lankaryhmä vahvisti opinnäytetyön teoriaosassa ilmi käyneet asiat käsityön merkityksistä. Pääosassa ei ollut ainoastaan tuotteiden valmiiksi saattaminen vaan itse prosessi (Aikasalo 2006, 53). Äidit hakivat ryhmästä omaa aikaa oman rakkaan harrastuksensa kanssa. He halusivat olla hetken ilman lapsia, ilman tunnetta siitä, että heitä tarvittaisiin tyydyttämään lapsen tai kumppanin tarpeita.

Keskeisessä roolissa ei ollut käsityöprojektin aikaansaaminen, vaan yhdessä oleminen ja puhuminen. Käsityöt vain olivat keino päästä hetkeksi pois kotoa ja olla ihmisten kanssa tekemisissä, kenellä on sama mielenkiinnonkohde. Kuten teoriaosassa kävi ilmi, käsityö ei ole vain tavaroiden tuottamista vaan itse prosessi voi olla pääosassa (Aikasalo 2006, 53). Lankaryhmän kolmen kokoontumiskerran aikana kukaan ei saanut valmiiksi aloitettua työtä ja yksi äiti aloitti aina uuden työn jokaisella kokoontumiskerralla. Tämä kertoo siitä, että valmiiksi saaminen ei ollut ryhmän tavoite myöskään osallistujien mielestä vaan pääpaino oli yhdessä olemisella, ajatusten vaihdolla sekä hetki rakkaan harrastuksen parissa.

Lankaryhmän tapaamisissa puheenaiheena oli myös käsitöiden taloudellisuus. Vaikka käsitöiden tekeminen saattaa säästää rahaa, harvemmin käsityötä tehdään enää vain säästösyistä. Varsinkin kotiäideille käsityöt ovat keino saada omaa aikaa ja pieni hengähdystauko arjen askareiden keskelle. Kotityöt eivät lopu tekemällä ja arjen kiireen lomassa on vaikeaa nauttia tehdyistä asioista, koska aina pitää aloittaa alusta. Pyykkiä tulee koko ajan lisää, tiskit eivät lopu koskaan ja imuroinnin tuoma puhtaus häviää muutamassa hetkessä. Kun lelut on saatu pitkästä ajasta lelukoriin ja äiti lähtee tekemään muita askareita, lapsi on jo levittänyt samat lelut ympäri kotia. Työn tekeminen ei lopu siis koskaan eikä äiti pääse kokemaan sitä tunnetta, että jokin asia olisi valmis. Käsityöt antavat äidille omaa aikaa ja mahdollisuuden saada jotakin valmiiksi. Käsitöiden vaikeustaso saattaa laskea lapsiperhearjen tiimellyksessä, mutta ilo, minkä tekemisestä saa, ei laske vaan jopa kasvaa.

Omista töistä puhuttiin Lankaryhmän kokoontumisissa jonkin verran. Toiset olivat tarkkoja pitsinnyplääjiä, toiset taas neuloivat suurilla puikoilla ja paksulla langalla torkkupeittoa. Äidit olivat kuitenkin kiinnostuneita toistensa töistä ja kehuja ja vinkkejä annettiin puoleen jos toiseen. Käsitöiden erilaisuus toi yllättävän paljon äitien persoonaa esille ja osallistujat sanoivatkin hymy huulilla, etteivät ikinä voisi tehdä samanlaista projektia kuin toinen. Silti osallistujia yhdisti intohimo käsillä tekemiseen, vaikka he olivat erilaisia ja tulivat erilaisista taustoista.

Opinnäytetyössä tutkin, millaisia merkityksiä käsitöiden tekemiseen liittyy ja miten yhdessä ja yksin tekeminen voivat antaa tukea vanhemmuuteen. Äitien Lankaryhmän toteutumisen perusteella voin sanoa, että käsityöt ovat tärkeä itseilmaisun muoto äideille, joilla on into käsillä tekemiseen. Käsityöhön liittyy paljon tunnelatausta, jossa itse tuotteella tai tekemisen prosessilla on suuri tunnearvo tekijälle. Käsitöiden tekeminen kaikessa rauhassa lataa äitien voimavaroja, jotta he jaksavat olla riittävän hyviä kasvattajia omille lapsilleen.

Käsityön merkitysten lisäksi tutkin, millainen käsityökerhon pitäisi olla, jotta se kiinnostaisi vanhempia ja mitä he tällaisesta käsityökerhosta hakevat. Osallistujien palautteen perusteella äidit hakivat ryhmästä omaa aikaa tehdä rakkaita töitään eteenpäin. Lisäksi he halusivat olla hetken aikuisten seurassa ja juoda kahvinsa tai teensä kaikessa rauhassa. Osallistujat eivät kaivanneet mitään ohjattua toimintaa eivätkä tuote-esittelyjä, vaan he pitivät tärkeänä rentoa ilmapiiriä ja yhdessäoloa. Keskustelu oli myös käsitöiden rinnalla pääosassa ja käsityöt koettiin keinona avata keskustelu tarvittaessa.

8 POHDINTA JA ARVIOINTI

Tässä luvussa pohdin Lankaryhmän toimintaa yleensä ja myös ohjaajan näkökulmasta sekä arvioin saamiani tuloksia. Lisäksi arvioin koko opinäytetyön prosessia.

8.1 Pohdintaa Lankaryhmästä ja vertaistuesta

Lankaryhmän tapaamiskerrat yllättivät itseni positiivisesti. Ennen ensimmäisen ryhmätapaamisen alkua en tiennyt mitä odottaa. Uusi asia vaatii aina hieman lämmittelyä, ennen kuin pyörät lähtevät pyörimään ja ajattelun, onko tämä liian uusi ja vieras toimintamuoto muihin vertaistukiryhmiin verrattuna.

Heti ensimmäisen Lankaryhmän kokoontumisen jälkeen tuntui siltä, että tämä on oikeasti tärkeä asia, jota lähdemme Linnean kanssa viemään eteenpäin. Vaikka ensimmäisellä kerralla paikalle saapui vain yksi osallistuja, jokaiselle meistä jäi hyvä tunne tapaamisesta. Toisella ja kolmannella kerralla tämä myönteinen tunne vain voimistui.

Ryhmään osallistui yhteensä neljä eri äitiä. Osallistujat sanoivat, että moni olisi ollut halukas osallistumaan Lankaryhmään ja oli jopa suunnitellut tulewansa, mutta he eivät silti tulleet paikalle. Ryhmä oli uusi ja vieras, joten kynnys lähteä kokeilemaan jotain uutta saattoi olla liian iso. Lisäksi äidin voi olla haasteellista lähteä illalla kotoa pois lastensa luota. Syynä voi olla raskas päivä, väsymys tai lastenhoitoon liittyvät ongelmat.

Ryhmän osallistujat olivat kaikki jollain tavalla olleet MLL:n Hämeenlinnan yhdistys ry:n toiminnassa mukana ennen Lankaryhmään osallistumista. Näin ollen epäonnistuin tavoitteessani tuoda uusia asiakkaita yhdistykselle. Epäilen, että neuvoloihin lähettämäni mainokset eivät tavoittaneet potentiaalisia osallistujia, koska en saanut mainoksesta mitään palautetta tai vastausta neuvoloilta, eikä yhteydenottoja tullut sähköpostiini. Hämeen Sanomissa ollut lehtijuttu varmasti auttoi huomion herättämisessä, mutta aikaisempien kokemusteni mukaan ihmisten liikkeelle saanti on välillä hiukan haasteellista. Ryhmän yhteys opinäytetyöhöni ehkä pelästytti osan, koska ryhmän mainoksessa oli maininta, että ryhmä on osa HAMK:n opinäytetyötä. En kuitenkaan tuonut sitä ryhmässä korostetusti esille muuten, kuin ennen ryhmähaastattelun aloitusta.

Haastatellessani osallistujia pystyin samaistumaan jokaiseen heidän kommenttiinsa. Palaute siitä, että osallistuja huomasi olevansa sama ihminen kuin ennen äitiyttään, vahvisti tämän opinäytetyön merkityksen myös itselleni. Koin saavani tapaamiskerroista voimaa ja jaksamista arkeen, kuten myös osallistujat palautteen perusteella saivat. Olin yksi heistä, yksi ryhmän jäsenistä enkä ainoastaan ohjaaja. Tämä oli yksi hiljaisista tavoitteista, johon pyrin tapaamiskerroilla.

Osallistujilta sekä työelämäyhteyden edustajalta saaman palautteen perusteella toiminta koettiin tarpeelliseksi ja yhdistyksen toimintaa täydentäväksi lisäksi. Yhdistyksen panostus ryhmän mainostamiseen oli kattavaa

ja näin ollen he toivoivat, että ryhmä jatkaa jälleen syksyllä. Tämä kertoo osaltaan myös siitä, että tämäntyyppiselle toiminnalle on kysyntää ja he ovat halukkaita jatkamaan tämän toimintamallin kanssa myöhemminkin.

Olemme ohjaajaparini Linnean kanssa sitoutuneet jatkamaan toimintaa jälleen syksyllä yhdistyksen toiveesta. Jatkoa ajatellen ryhmää tulisi mainostaa entistä enemmän yhdistyksen tapahtumissa suullisesti sekä mahdollisesti jakamalla pieniä mainoksia. Lisäksi yhdistyksen kotisivuille tulee tehdä uusi mainos toiminnan jatkumisesta sekä mainostaa sosiaalisessa mediassa, kun ryhmä taas aloittaa syksyllä toimintansa.

8.2 Arviointia tuloksista

Lankaryhmän toimintaa suunnitellessamme yhdessä Linnea Leivon kanssa halusimme tuoda Mannerheimin lastensuojeluliiton Hämeenlinnan yhdistys ry:lle uuden vertaistuen toimintamuodon. Omien mielenkiinnon kohteiden vuoksi opinnäytetyön tekeminen pienten lasten äitien parissa tuntui luonnolliselta.

Jo suunnitelmaraportissa painotin käsityöryhmän olevan pienten lasten vanhemmille tarkoitettu vertaistukiryhmä. Olisin halunnut ryhmästä monipuolisen kokonaisuuden, jossa eri taustoista tulevat vanhemmat, sekä äidit että isät pääsevät jakamaan ajatuksiaan. Käsityöt olisivat vain jään murtamiseen sekä itsensä toteuttamisen keinona. Kuitenkin ryhmään osallistui vain naisia, äitejä.

Tämä sai minut pohtimaan äitien ja isien, naisten ja miesten välisiä eroja tässäkin suhteessa. Naiset helposti jäävät kotiin ja miehet käyvät töissä. Onko siis miesten enää tarpeen päästä kotoa pois toteuttamaan itseään? He pääsevät lapsen syntymän jälkeen vaikka heti töihin jos haluavat, he näkevät työkavereitaan ja näin he pystyvät helposti ylläpitämään sosiaalisia suhteita myös lapsen syntymän jälkeen. Vaikka isäkuukauden käyttäjät ovat Terveysten ja hyvinvointilaitoksen (2014) mukaan viisinkertaistuneet vuodesta 2003 vuoteen 2012, silti vain 32 prosenttia isistä piti isäkuukauden vuonna 2012. Vanhempainvapaan käyttäjistä lähes kaikki ovat äitejä eivätkä isät käytä mahdollisuutta jakaa vanhempainvapaata äidin kanssa juuri ollenkaan. Nämä tilastotiedot osoittavat sen, että äidit ovat edelleen kotona ja isät käyvät töissä ja tienaaavat elannon perheelleen. Siksi tällaisten vertaistukiryhmien luominen on tärkeää, jotta äideille annetaan mahdollisuus pitää yllä heidän sosiaalisia suhteitaan ja päästä välillä kotoa pois omien harrastusten pariin.

Luulen myös, että isät eivät harrasta samantapaisia käsitöitä kuin äidit. Vallassa on edelleen sama ajatus, että naiset tekevät tekstiilikäsitöitä ja miehet puuhastelevat enemmän kovien materiaalien kanssa. Jo koulussa lokerointi tyttöjen ja poikien käsityöhön pitää yllä tätä mielikuvaa ja perinnettä eikä mielestäni miehet lähde harrastamaan pehmeistä materiaaleista tehtyjä käsitöitä niin helposti kuin naiset. Kovien materiaalien työstäminen vaatii erityiset välineet ja tilat, joten niitä on hankala ottaa mukaan kahvilatyypiseen toimintaan. Höyläpenkkiä oli mahdotonta saada

kokoontumistiloihimme, joten mukana kuljetettavat käsityöt olivat pääosin neuleita ja ehkä siksi osallistujat olivat vain äitejä.

8.3 Opinnäytetyöprosessin arviointi

Työskentely oli ajoittain haasteellista, varsinkin kirjoitusosuus. Toiminnan suunnittelu ja toteutus olivat miellyttäviä puuhia, ne kun hoituivat harjoittelun rinnalla. Kirjoittaminen oli ajoittain melko yksinäistä ja puuduttavaa, koska itse kirjoitusprosessiin oli hankala saada vertaistukea. Läheiset ihmiset auttoivat kuitenkin vaikeiden aikojen yli ja ohjaavan opettajan sekä opponijan kommentit ja kehitysideoit niin suunnitelmaseminaarissa kuin väliseminaarissa antoivat tuulta purjeisiin ja voimia kirjoittamiseen. En kuitenkaan väitä, että pienen lapsen opiskelevana äitinä opinnäytetyön kirjoitusosuus olisi ollut elämäni helpointa aikaa, mutta tarkalla, muttei liian tiukalla aikataululla sain kuin sainkin opinnäytetyön valmiiksi, vaikka alkuperäinen valmistumisajankohta venähti kevästä syksyyn.

Teoriasta ja käsitteistä tietoa löytyi enemmän kuin olisi ollut tarpeen. Esi merkiksi vanhemmuudesta löytyi paljon tietoa niin netistä kuin kirjallisuudesta eri kasvatustilanteiden muodossa. Niissä kuitenkin painotettiin lasten kasvatusta, eikä nimenomaan vanhemmuudesta löytynyt paljon tietoa. Mielestäni nämä asiat ovat niin henkilökohtaisia, että niistä on lähes mahdotonta kirjoittaa teoreettisesti, joten käsitteiden avaaminen ilman omia kokemuksia tai ennakkokäsityksiä oli haasteellista. Rajaaminen oli tärkeässä osassa, jottei opinnäytetyö muodostu liian isoksi kokonaisuudeksi.

Prosessi antoi minulle valtavasti eväitä tulevaan. Pääsin kokeilemaan uuden ryhmän perustamista turvallisuudessa työyhteisössä. Sain tukea tarvittaessa niin yhdistyksen hallitukselta, toisilta työntekijöiltä kuin ohjaajapariltani. Oli ilo huomata, kuinka paljon yhdistys oli valmis panostamaan toiminnan mainostamiseen ja kuinka tärkeänä he pitivät opinnäytetyötäni.

Tämän työn edetessä olen huomannut, kuinka tärkeitä ovat ryhmätyöskentelytaidot. Jokaisen työpanos on yhtä tärkeä ja omien vahvuuksien hyödyntäminen auttaa kehittämään palveluita asiakaslähtöisemmäksi kokonaisuudeksi. Tämä monipuolisuus kuvastaa mielestäni hyvin ohjaustoiminnan artonomin työtä ja moniammatillisen työyhteisön tärkeyttä.

Teorian yhdistäminen käytäntöön tuntui aluksi haasteelliselta, mutta opinnäytetyön edetessä huomasin, kuinka tärkeässä osassa sekä teoria että käytäntö olivat. Teoria tuki ryhmän osallistujien ajatuksia ja tuntui merkitykselliseltä ja tarpeelliselta opiskella käsitteitä sekä tutkimuksia aiheesta.

Opinnäytetyö oli itselleni antoisa kokemus kaikin puolin. Pystyin yhdistämään syventävän harjoittelun sekä opinnäytetyön isoksi kokonaisuudeksi, josta sain itse paljon eväitä tulevaisuuteen. Lisäksi pystyin tarjoamaan työelämäyhteydelle syventävän työharjoittelun sekä opinnäytetyön myötä uusia ideoita ja kehitysehdotuksia heidän toimintaansa.

LÄHTEET

- Aikasalo, P. 2006. Käsityöt osana naisen elämää. Teoksessa Kaukinen, L. & Collanus, M. (toim.) Tekstejä ja kangastuksia – Puheenvuoroja käsityöstä ja sen tulevaisuudesta. Tampere: Juvenes Print, 40–54.
- Aitasalo, M. 5.6.2014. Lankaryhmästä kirjallista palautetta opinnäytetyöhön. Vastaanottaja Hilma Hanhilampi. Sähköpostiviesti. Viitattu 6.6.2014.
- Berg, K. 2008. Äitiys kulttuurisina odotuksina. Väestöntutkimuslaitoksen julkaisusarja D 48/2008. Helsinki 2008.
- Berg, K. 2009. Kulttuuriset odotukset äitiyden rakentajina. Viitattu 17.9.2014.
http://www.sosiaalipoliittinenyhdistys.fi/janus/0209/2_2009_berg.pdf
- Hanhilampi, H. 2012. Blogikirjoitus: Ei mulla mitään valmista ole esiteltävänä. Viitattu 28.5.2014. <http://hilmukka.blogspot.fi/2012/08/ei-mulla-mitaan-valmista-ole.html>
- Juusola, M. 2009. Äidin voimakirja. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.
- Jyväskylän yliopisto. 2014. Menetelmäpolkuja humanisteille. Laadullinen tutkimus. Viitattu 5.9.2014.
<https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/laadullinen-tutkimus>
- Kajaanin ammattikorkeakoulu. 2014. Opinnäytetyöpakki – Haastattelu. Viitattu 9.10.2014.
<http://www.kamk.fi/opari/Opinnaytetyopakki/Teoreettinen-materiaali/Tukimateriaali/Aineiston-keruumenetelmat/Haastattelu>
- Kinnunen, T. 2006. Vertaistuki erityislapsen vanhempien voimavarana. Tampere: Juvenes Print Oy.
- Kotilainen, V. & Thüren, P. 2013. Yle uutiset: "Käsityön pitäisi olla ihmisoikeus". Viitattu 9.10.2014.
http://yle.fi/uutiset/kasityon_pitaisi_olla_ihmisoikeus/6852988
- Lehtinen, S-T. 1997. Vapaaehtoistoiminta, kasvava voimavara? – Näkökulmia ammattityöhön. Tampere: Mainosmakasiini.
- Liikanen, H-L. 2010. Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia – ehdotus toimintaohjelmaksi 2010-2014. Opetusministeriön julkaisuja 2010:1. Viitattu 12.9.2014. <http://www.minedu.fi/OPM/Julkaisut/2010/liitteet/OPM1.pdf>
- Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2014. Tietoa MLL:sta: MLL edistää lapsiperheiden hyvinvointia. Viitattu 30.4.2014. <http://www.mll.fi/mll/>
- Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2014. Hämeenlinnan yhdistys ry. Viitattu 30.4.2014. <http://hameenlinna.mll.fi/yhdistys/>

Pöllänen, S. 2005. Elämä ilman käsitöitä – mitä se on? Käsityö harrastajien psyykkisen hyvinvoinnin tukena. Teoksessa Kaukinen, L. & Collanus, M. (toim.) Tekstejä ja kangastuksia. Puheenvuoroja käsityöstä ja sen tulevaisuudesta. Tampere: Juvenes Print, 66–77.

Routio, P. 2007. Toteava havainnointi ja koe. Vapaa havainnointi. Viitattu 29.4.2014. <http://www2.uiah.fi/projects/metodi/062.htm#vaphav>

Routio, P. 2007. Kyselevät tutkimustavat. Teemahaastattelu. Viitattu 29.4.2014. <http://www2.uiah.fi/projects/metodi/064.htm>

Sorsa, E-L. 2013. Äitiyden mitta – Kokemuksia äitiyteen kohdistuvista odotuksista. Tampereen ammattikorkeakoulu. Sosiaali-alan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2004. Lastenneuvola lapsiperheiden tukena – Opas työntekijöille. Helsinki. Viitattu 16.9.2014. http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=D_LFE-3578.pdf&title=Lastenneuvola_lapsiperheiden_tukena_fi.pdf

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2014. Tilastotietoa perhevapaiden käytöstä. Äitiys-, isyys- ja vanhempainvapaan käyttö. Viitattu 4.6.2014. <http://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/hankkeet-ja-ohjelmat/perhevapaatutkimus/tilastotietoa-perhevapaiden-kaytosta>

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2014. Vammaispalvelujen käsikirja: Vertaistuki. Viitattu 9.10.2014. <http://www.thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/itsenaisen-elamantuki/vertaistuki>

Vapaaehtoisesti lapsettomat ry. 2011. Lapsettomuus lisääntyy Suomessa. YLE Uutiset, julkaistu 30.9.2011. Viitattu 26.5.2014. <http://vapaaehtoisestilapsettomat.fi/artikkeleita/lapsettomuus-lisaantyy-suomessa/>

Vähälä, E. 2003. Luovan käsityöprosessin yhteydet psyykkiseen hyvinvointiin. Nurmijärvi: Kirjakas Ky.