



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

Parisuhteen ja vanhemmuuden tukeminen

Khalil, Isabel & Kujansuu, Eerika

2014 Porvoo



Laurea-ammattikorkeakoulu
Porvoo

Parisuhteen ja vanhemmuuden tukeminen

Khalil Isabel & Kujansuu Eerika
Hoitotyön koulutusohjelma
Terveystyö
Opinnäytetyö
Marraskuu, 2014

Isabel Khalil & Eerika Kujansuu

Parisuhteen ja vanhemmuuden tukeminen

Vuosi 2014

Sivumäärä 38

Opinnäytetyön aiheena on parisuhteen ja vanhemmuuden tukeminen. Yhteistyössä opinnäytetyö toteutettiin Mannerheimin Lastensuojeluliiton kanssa, jonka Yhdessä vanhempana -hankkeen tapahtumasta keräsimme palautetta kyselylomakkeella. Tarkoituksena oli selvittää millaista tukea vanhemmat tulivat hakemaan parisuhteeseen ja vanhemmuuteen parisuhdeiltoista sekä miten hyödyllisiksi vanhemmat arvioivat parisuhdeilloissa käytettyä perheroolien toimintamallia.

Aineisto kerättiin kyselylomakkeella, joka luotiin viitekehyksen pohjalta. Kyselylomake koostui monivalintakysymyksistä, väittämistä ja avoimista kysymyksistä. Kyselylomakkeen aiheet rakentuivat parisuhdeillojen teemoista minä minuna, puolisona ja vanhempana. Kyselyyn vastasi 12 iltaan osallistunutta vanhempaa.

Lauttasaaren parisuhdeilloista osallistuneet vanhemmat hakivat tukea erityisesti parisuhteeseen arjen kuormittavuuden keskellä. Vanhemmuus koettiin vallitsevana roolina tämän hetkessä elämässä, ja sen varjoon jäi itsenä sekä puolisona oleminen ja parisuhde. Parisuhdeilloissa käytetty perheroolien ympyrät toimintamallia pidettiin hyvänä keinona miettiä omaa roolia tämän hetkessä elämäntilanteessa. Sen avulla pystyi hahmottamaan itselle, kuinka suurena roolissa kokee olevan naisena tai miehenä, äitinä tai isänä ja kuinka paljon antaa roolia puolisona olemiselle.

Huolimatta siitä, että otos opinnäytetyössä oli melko pieni, saatiin vastauksia pienten lasten vanhempien tuen tarpeista ja mielipiteistä perheroolien ympyröiden toimintamallin hyödyllisyydestä. Laajemman otoksen perusteella voitaisiin myös kehittää neuvoloihin ennaltaehkäiseviä esitteitä parisuhteen ja elämän arvojen muuttumisen mahdollisuudesta vanhemmuuden alkaessa. Tällä mahdollistettaisiin ennaltaehkäisevä ote parisuhteen tukemiseen vanhemmuuden myötä, jolloin aihetta ei tarvitsisi huomioida enää niin paljon korjaavassa vaiheessa.

Isabel Khalil & Eerika Kujansuu

Support in relationship and parenting

Year	2014	Pages	38
------	------	-------	----

The topic of the thesis is supporting relationships and parenting. This thesis was executed together with Mannerheimin Lastensuojeluliitto. We took part in the Yhdessä vanhempana - project event and gathered a feedback questionnaire about the event. The purpose was to find out what kind of support the parents came to get for their relationships and parenting from couples' evenings, as well as how useful the parents rated the operating model of family roles used in the couples' evenings.

The data was collected with a questionnaire based on a framework. The questionnaire consisted of multiple-choice questions, statements and open questions. The topics of the questionnaire were based on the themes of the evening. The questionnaire was answered by 12 parents participating in the evening.

The parents who took part in the Lauttasaari couples' evening sought support specifically for how to maintain their relationship under the stress of everyday life. Parenting was perceived to have a dominant role over being an individual and a spouse. At the couples' evening, an operating model based on circles of family values was perceived as a good way to assess individual roles in current life situations. It helped the parents evaluate to what degree they perceive themselves to be women or men, mothers or fathers, wives or husbands/people (or individuals), parents and spouses.

Despite the fact that the sample of the study was relatively small, we received answers regarding the needs of parents of young children as well as their opinions on the operating model based on circles of family values. A wider sample could help in the production of brochures for child health clinics regarding possible changes to relationships and life values at the onset of parenthood. This would allow a preventive approach to supporting the relationship in the early stages of parenthood, and it would reduce the need for reconstructive work later on.

Keywords, relationship, parenting, support

Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	Parisuhde ja vanhemmuus lapsiperheissä	7
2.1	Parisuhde, parisuhdetyytyväisyys ja parisuhteen hoitaminen.....	7
2.2	Vanhemmuuden tukeminen ja tuen tarve.....	9
2.3	Vertaistuki parisuhteen ja vanhemmuuden vahvistajana	11
3	MML:n vertaisryhmätoiminta vanhempien tukena	12
3.1	Mannerheimin Lastensuojeluliiton taustaa.....	12
3.2	Yhdessä vanhempana -hanke	12
3.2.1	Yhdessä vanhempana -hankkeen toteutus Lauttasaarella.....	13
3.2.2	Perheroolien ympyrät	14
4	Opinnäytetyön tarkoitus ja tutkimuskysymykset.....	16
5	Opinnäytetyön empiirinen toteutus.....	16
5.1	Toimintaympäristön kuvaaminen	16
5.2	Aineiston keruu ja analyysi	16
6	Tulokset	17
6.1	Vastaajien taustatiedot	17
6.2	Vanhempien tuen tarve	19
6.3	Vanhempien saama hyöty perheroolien ympyröistä	21
7	Pohdinta	22
7.1	Tulosten tarkastelu	22
7.2	Opinnäytetyön luotettavuus	25
7.3	Opinnäytetyön eettiset kysymykset	26
	Lähteet	28
	Liitteet	31

1 Johdanto

Opinnäytetyön aiheena on parisuhteen ja vanhemmuuden tukeminen lapsiperheiden arjessa. Yhteistyössä Mannerheimin Lastensuojeluliiton kanssa tarkoituksena on selvittää, millaista tukea vanhemmat hakevat Lauttasaarella järjestettävästä parisuhdeillasta parisuhteeseen ja vanhemmuuteen, sekä miten hyödylliseksi he arvioivat parisuhdeillassa perheroolien ympärät toimintamallin käytön.

Koko perheelle suuren muutoksen elämään tuo lapsen syntymä, joka luo monenlaisia paineita perhe- elämään. Tämä edellyttää myös tietynlaista sopeutumista uuteen elämäntilanteeseen, joka ei aina ole yksinkertaista. Pienten lasten vanhemmat ovat lujilla, jolloin olisi tärkeää tietää minkälainen tuki ja keinot olisivat tilannetta helpottavia (Mesiäislehto-Soukka 2005, 152). Tämän vuoksi opinnäytetyön kohderyhmänä ovat vapaaehtoisesti tuen piiriin hakeutuneet vanhemmat, jotka toivovat tukea parisuhteeseen ja vanhemmuuteen.

Mitä tyytyväisempiä sekä naiset että miehet ovat parisuhteeseensa, sitä paremmaksi he kokevat vanhempana suhteensa lapseen ja sitä vähemmän vanhemmuus koetaan rajoittavana tekijänä elämässä. Molempien puolisoitten osallistuminen vanhemmuuteen mahdollistaa hyviä yhteisiä hetkiä myös parisuhteeseen. Vanhemmuuden jakaminen on tärkeää parisuhteen, yksilöiden oman hyvinvoinnin sekä lasten kannalta. (Malinen 2012, 58.) Parisuhteessa ilmetessä ristiriitoja, useimmat ihmiset kaipaavat mahdollisuutta puhua näistä ongelmista. Ensisijainen henkilö ongelmia jaettaessa on oma puoliso. Monet kuitenkin hakevat tukea ja neuvoja muiltakin ihmisiltä. Toisen ihmisen erilainen ja vähemmän tunteellinen näkökulma asioihin voi tuottaa uutta näkökulmaa, jota itse ei ole tullut ajatelleeksi. (Kontula 2013, 118- 119.)

Perherakenteet ja -suhteet ovat muuttuneet viimeisten vuosikymmenien aikana. Tämä näkyy muun muassa uusperheiden yleistyneisyydestä lisääntyneiden avioerojen myötä (Paajanen 2007, 75.) Perhe on määritelty perinteisesti äidin, isän ja lasten muodostamaksi kokonaisuudeksi, jolloin puhutaan ydinperheestä. Uusperheessä sen sijaan voi olla molempien puolisoitten lapsia tai adoptoituja lapsia. Perheenjäsenet ovat toisistaan riippuvaisia toteuttaessaan toimintoja rooliensa kautta. Tärkeää onkin, että asianomaiset itse määrittävät perheensä ja siihen kuuluvat jäsenet. (Åstedt- Kurki ym. 2008, 11-13.) Perheiden moninaisuus tuokin nyky-aikana entistä enemmän haasteita oman roolin löytymiseen perheessä, jolloin perhesuhteiden ja perheroolien pohtiminen sekä siihen tukeminen ovat ajankohtainen ja tärkeä aihe.

Tässä opinnäytetyössä selvitetään minkälaista tukea Mannerheimin Lastensuojeluliiton järjestämään parisuhdeiltaan osallistuneet vanhemmat mielestään saavat parisuhteeseen ja vanhemmuuteen sekä kartoitetaan kokevatko vanhemmat parisuhdeillassa käytetyt perheroolien ympärät toimintamallin hyödyllisiksi.

2 Parisuhde ja vanhemmuus lapsiperheissä

2.1 Parisuhde, parisuhdetyytyväisyys ja parisuhteen hoitaminen

Parisuhde ja parisuhdetyytyväisyys ovat osa suomalaisten onnen ja tyytyväisyyden perustekijöitä. Perhe, ihmissuhteet, kohtalainen toimeentulo, terveys ja luonnosta nauttiminen luovat pohjan onnellisuudelle (Kontula 2009, 7-9). Väestöliiton (2009, 46) tekemän perhebarometrin mukaan, vähintään melko onnelliseksi parisuhteensa koki noin 50 % vastaajista. Hyvin onnellisissa parisuhteissa elää 30 % naisista ja miehistä. Suorastaan onnettomiksi parisuhteensa koki vastaajista 2 % miehistä ja vain 0,5 % naisista. Onnettomuus voi kuitenkin verhoutua niin sanotun onnellisuusmuurin taakse, jolloin omaa onnettomuutta on välillä vaikea myöntää itselle. Ihmissuhteet, erityisesti perhe-elämä, terveys ja perus toimeentulo valikoituivat onnen tärkeimmiksi osatekijöiksi (Kiljunen & Torvi 2005, 58-62).

Miesten ja naisten onnellisuusarvioiden mukaan avioliittojen ja avoliittojen onnellisuudessa ei näytä olevan Suomessa paljoakaan eroa. Parisuhteen kesto useasti viittaa siihen, kuinka onnelliseksi suhde koetaan. Yhteisten vuosien tai iän karttuminen ei paljoakaan laske parisuhdeonnea. Parisuhde muuttuu nuoren parin vaiheesta arkisemmaksi, mutta onnen ja tyytyväisyyden kriteerit muutetaan sen hetkisen elämän tarjoamiin mahdollisuuksiin. (Kontula 2009, 49, 34-36.) Myös Isoahon & Perkon (2004, 54) tutkimuksessa pitkäkestoisuuden parisuhteessa katsotaan ennakoivan pysyvyyttä. Tämä luo turvallisuutta suhteeseen ja vanhemmuuteen. Tärkeänä osana parisuhdetta on työ, joka parisuhteen eteen tulee tehdä, sekä kyky osata tehdä kompromisseja.

Rakkauden ja suhteen jatkuvuuden osoittaminen puolisolle lisää parisuhdetyytyväisyyttä. Fyysinen läheisyys, kuten seksi, halaukset ja suudelmat koetaan parisuhteessa tärkeäksi. Etenkin miehet kokevat fyysiset rakkauden osoitukset tärkeinä (Auvinen & Punkka 2008, 30, 34). Leikki-ikäisten lasten isät kokevat usein tyytymättömyyttä seksuaalisuuteen ja tunnepitoiseen kommunikaatioon. Parisuhteessa varsinkin isät kokevat hellyyden ja seksuaalisen läheisyyden riittämättömäksi. Tällaisissa tilanteissa asian puheeksi ottaminen tuntuu myös hankalalta. Seksuaalisen läheisyyden vähäisyys voi olla parisuhteissa jopa uhka suhteen jatkumiselle. (Halme 2009, 94, 96.)

Vapaa-ajan puute lapsiperheissä koetaan parisuhdetyytyväisyyden kannalta negatiivisena. Yhteisen ajan tai tekemisen puute aiheuttaa lapsiperheissä tyytymättömyyttä ja voi aiheuttaa konflikteja vanhempien välille. Varsinkin synnytyksen jälkeen naiset ovat sitoutuneet lapseen tiiviisti ja antavat kaiken ajan ja huomion lapselle. Vanhemmat tarvitsevat myös omaa aikaa

pitääkseen parisuhdetyytyväisyyttä yllä. Lapsen synnyttyä naiset kokevat tärkeänä saada aikaa huolehtiakseen ulkonäöstään ja fyysisestä kunnostaan ja miehet taas haluavat harrastaa ja menestyä taloudellisesti sekä työelämässä. Avoimuuden puolisoitten kesken oletetaan olevan toimivan parisuhteen perusta, mutta se ei aina toimi myönteisellä tavalla parisuhteen kannalta. Avoimuuden on todettu heikentävän parisuhdetyytyväisyyttä, mikäli se esiintyy suorasukaisena ja negatiivisena ilmaisuna. Pääasiassa avoimuus yhdistyy parisuhteessa yhteisen tulevaisuuden suunnitteluun ja positiiviseen ilmaisuun, näin ollen se edesauttaa parisuhdetyytyväisyyttä monilla parisuhteen osa-alueilla. (Auvinen ym. 2008, 44- 45.)

Parisuhteen hoitamisella pyritään siihen, että molemmat parisuhteessa voivat hyvin. Keinot suhteen hoitamiseen ovat yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen. Oma persoonallisuus, aikaisemmat kokemukset, sekä suhteen sisäiset ja ulkoiset tekijät vaikuttavat parisuhdetyytyväisyyteen. Parisuhdetyytyväisyydellä on vahva yhteys yksilön, parisuhteen ja perheen hyvinvointiin. (Auvinen, 2008, 10.) Parisuhdetyytyväisyys on suorassa yhteydessä vanhemmuuteen. Se vaikuttaa lapsen ja vanhemman vuorovaikutukseen niin positiivisesti kuin negatiivisesti. Vanhempien lapselle antaman tuen, ympäristön ja elämäntapojen on todettu vaikuttavan aikuisiän elämänhallintaan ja terveyteen (Thompson 2014, 28-29).

Kotitöiden jakaminen aiheuttaa tutkitusti edelleen konflikteja parisuhteessa, sillä nykypäivänäkin miesten ja naisten työt ovat erikseen. Naisten työmäärä on yleisesti perheissä suurempi kuin miesten, koska naiset hoitavat kotia, lapsia ja käyvät töissä, kun taas miesten tehtäväksi jää työssä käyminen ja lasten kanssa oleminen. Vanhempien työnjako käytännöt korostuvat varsinkin lapsen ensimmäisten elinvuosien aikana. Parisuhteen kannalta olisi tärkeää pyrkiä tasaiseen työnjakoon. Tyytyväisyys parisuhteeseen on sitä parempi mitä vähemmän suhteessa on stressiä. Stressillä on taipumus kasaantua onnettomiin suhteisiin. (Lammi-Taskula ym. 2009, 53-55.)

Työn ja perheen yhteensovittaminen on iso haaste lapsiperheen arjessa. Kokopäivätyössä käyvillä vanhemmilla jää liian vähän aikaa perheelle. Äidit kokevat viettävänsä liian vähän aikaa lapsen kanssa, kun taas isät kokevat puolison kanssa vietettävän ajan usein jäävän vähäiseksi. Hyvä taloudellinen tilanne ei tuo onnea, mutta helpottaa arjesta selviytymistä. Yhä useampi perhe kuuluu pienituloisiin ja osalle arki on jatkuvaa selviytymistä. Huonossa taloudellisessa tilanteessa olevilla perheillä voimavarat kuluvat taloudellisten asioiden hoitamiseen ja näin ollen energiaa ei jää samalla tavalla perheelle. Yleisesti työ kuitenkin koetaan hyvänä vastapainona perhe arjelle ja sen koetaan tukevan parisuhdetta. (Lammi-Taskula ym. 2009, 38-39, 42.)

Tärkeimmiksi hetkiksi parisuhteen arjessa nousevat teot, keskustelut, läsnäolo, myönteisyys, fyysinen läheisyys, tuki ja ristiriitojen hallinta. Naiset nostavat esille miehiä enemmän olen-

naiseksi arjen hetkiksi tehtävien jakamisen ja palvelukset sekä kuulumisten vaihdon ja keskustelun perheasioista. Lapset mainitaan kuuluvaksi usein myös hyviin parisuhdehetkiin. Tärkeäksi koetaan vanhemmuuden jakaminen sekä yksilölle itselle, parisuhteelle sekä lapsille. (Malinen 2011, 48-49.) Puolison kehuminen on jokapäiväisen elämän ja arjen parasta terapiaa ja parisuhdeonnen valttikortti. Pysyvämpi onni syntyy hyvästä elämästä. Sen löytäminen ja rakentaminen on helpompaa hyvässä parisuhteessa kuin yksin. (Kontula 2013, 240-242.)

2.2 Vanhemmuuden tukeminen ja tuen tarve

Vanhemmuus merkitsee suhdetta, joka muodostetaan lapseen tämän syntymän jälkeen. Lapsesta otetaan vastuu, toimitaan ja eletään käytännössä hänen kanssaan. Muutos ainoastaan itsestään huolehtivasta aikuisesta äidiksi tai isäksi on prosessi, joka ei aina suju saman tien ongelmitta. (Hermansson 2007, 49.) Tapaa toimia vanhempana ohjaavat omat kasvukokemukset, tiedollinen ja emotionaalinen pätevyys kasvattajana, puolisoiden keskinäiset suhteesta saatu tuki sekä lapsen persoonallisuus. (Nurmi ym. 2006, 64.)

Vanhemmuus on haasteellinen tehtävä, joka onnistuakseen vaatii paneutumista, vanhemmuuden tehtävän arvostamista sekä tukea kumppanilta ja lähipiiriltä. Vanhemmuus sisältää monia haasteita, mutta niihin tuskin kukaan voi täysin valmistautua. Lapsen syntymä muuttaa elämää, asettaa jaksamisen koetukselle ja heittää parin uusiin vanhemmuuden rooleihin. Vanhemmuus herättää myös osin alitajuisia ja osin tietoisia tunnemielikuvia omasta lapsuudesta ja kehitysvuosien kokemuksista suhteessa omiin vanhempiin. Monesti omia vanhemmuuteen liittyviä täysin normaaleja epävarmuuden tunteita, joita lapsen eri kehitysvaiheet vanhemmissa herättävät, ei uskalleta jakaa edes oman kumppanin kanssa. (Syrjälä 2012, 14.)

Isoahon & Perkon tutkimuksessa (2004) vanhemmuuden perustana nähtiin ennen kaikkea toimiva parisuhde. Vanhemmuus nähdään puolisojen välisenä yhteisenä projektina, johon molemmat osallistuvat yhtä paljon. Tällöin vanhemmuuteen liittyvän vastuun katsottiin jakautuvan tasapuolisesti kummallekin vanhemmalle. Vanhemmat näkevät lapselle hyvän toteutuvan, kun vanhemmat asettavat lapsen etusijalle ja sopeutuvan lapsen tarpeisiin. Vanhempien sukupuolta määrittelemättä, huomataan, että äitiä pidetään lapsen ensisijaisena hoivaajana. Vanhemmuus nähdään sellaisena, johon on mahdollista kasvaa ja jota voi harjoitella. Vanhemmat näkevät mahdollisuuden elämän muokkaamiseen olevan yksilöllä itsellään. Heillä on myös näkemys, että yksilöt voivat muokata parisuhdetta, vanhemmuutta sekä elämäänsä halutunlaiseksi.

Jaettuun vanhemmuuteen kuuluu tasapuolinen sitoutuminen ja osallistuminen lapsen hoitoon ja kodin töihin sekä äidiltä että isältä. Parhaassa tapauksessa molemmat vanhemmista alusta alkaen sitoutuvat vanhemmuuteen yhtä voimakkaasti. Jaettu vanhemmuus toteutuu esimer-

kiksi silloin, kun molemmat vanhemmat ovat valmiita keskustelemaan ja neuvottelemaan perheeseen liittyvistä asioista yhdessä. Tästä hyötyvät sekä vanhemmat, että koko perhe. Jaetun vanhemmuuden ansiosta esimerkiksi isä voi toteuttaa itseään uudella tavalla ja äiti saa enemmän aikaa itsensä huolehtimiseen. (STM 2004, 84.)

Vanhempien näkemykset omasta jaksamisestaan vanhempana arjen velvollisuuksien keskellä ovat tutkitusti myönteisiä. Vain 4 % vastaajista koki pärjäävänsä erittäin huonosti tai melko huonosti. Vanhempien huolet liittyvät enimmäkseen lapseen tai vanhemmuuteen. Vanhempana toimimiseen liittyvät huolet sisältävät huolia perheen tilanteesta ja lapselle tarjottavaan kehitysympäristöön. Keskeisimmät huolen aiheet liittyivät lapsen fyysiseen terveyteen, psykososiaaliseen kehitykseen ja terveyteen, sosiaalisiin suhteisiin ja tunne-elämään. Vanhempana toimimiseen liittyviä huolia ovat oma jaksaminen esimerkiksi uupumus, työn ja perhe-elämän yhteensovittaminen. Erityisesti vanhemmuudessa herättää huolta yhteisen ajan riittävyys lapsen kanssa, vanhemmuuden taidot ja maltin menetys ristiriitatilanteissa. (Perälä ym. 2011, 37-38.) Vanhempana on tärkeää tiedostaa omat voimavarat. Tällöin tuen avulla mahdollistetaan voimavarojen vahvistaminen. Tuen tarve riippuu siitä, miten paljon voimavaroja antavien määrä on suhteessa kuormittaviin tekijöihin hyvinvointia edistävästi. Olennaista on myös vanhempien kyky vastaanottaa tukea. (Thl 2013b, Viljamaa 2003, 18.)

Perheiden pienituloisuus on lisääntynyt viimeisten vuosikymmenten aikana, vaikkakin yleinen varallisuus on lisääntynyt. Tämä tarkoittaa sitä, että suurempi väestönosa lapsiperheistä on yliedustettuna alimmassa ja aliedustettuna ylimmässä tuloviidenneksessä. Heikko tulotaso kasaantuu muutenkin haavoittuvassa asemassa oleviin ryhmiin, etenkin yksinhuoltajiin ja perheisiin, joissa on monta lasta. Alle kolmevuotiaiden lasten perheissä pienituloisuus on kasvanut nopeasti ja etenkin pienten lasten vanhempien pienituloisuus on kasvanut. Taloudellinen toimeentulo on keskeinen hyvinvoinnin osatekijä ja siinä koetut ongelmat ovat paljolti yhteydessä moniin muihin ongelmiin. Toimeentulon kokemista riittäväksi voidaan pitää myös yleisenä hyvinvoinnin mittarina. (Kaikkonen 2012, 48.)

Vanhemmat arvioivat Perälän ym. (2011, 40) tutkimuksessa muun muassa kuinka helppoa heidän olisi puhua lapseen tai perheeseen liittyvistä huolista lähipiirinsä kanssa. Oma puoliso, omat tai puolison vanhemmat ja ystävät olivat niitä, joiden kanssa vanhempien oli erittäin tai melko helppo puhua lapseen liittyvistä asioista. Tilastollisesti äitien oli huomattavasti helpompaa keskustella lapseen tai perheeseen liittyvistä huolista lähipiirissä verrattuna isiin. Arvioidessa mitä tukea tarjoavia palveluita vanhempien on helpoin lähestyä, koetaan huolista puhuminen helpoimmaksi vertaisryhmätöinnässä (Perälä ym. 2011, 40- 42). Vanhemmista lähes puolet oli saanut tukea arjessa jaksamiseen, henkistä tukea, tukea lapsen hoitoon ja kasvatukseen sekä positiivista ja myönteistä palautetta vanhempana olemiseen. Myönteinen palaute vanhemmuudesta, tukee parisuhteeseen ja arjessa jaksamiseen sekä ohjaus hakea ta-

loudellista tukea tarvittaessa, ovat aiheita, joihin ei tarpeesta huolimatta saada tukea ja apua. (Perälä ym. 2011, 42.)

Huoli omasta vanhemmuudesta, etenkin sen määrästä ja laadusta, voidaan nähdä myös positiivisena asiana. Tällöin vanhempi on valmis arvioimaan tapansa toimia vanhempana sekä muuttamaan tapojaan parempaan suuntaan. Jatkuvan huolen alla oleminen kuitenkin kuluttaa ja vie voimavaroja. Huolien taustalla voi olla joskus asioita, joihin vanhempi itsekään ei voi vaikuttaa. Mitä yleisemmin huoli omasta vanhemmuudesta koetaan, sitä tärkeämmäksi nousee lapsiperheiden tukipalvelut, joissa on mahdollisuus saada tukea vanhemmuuteen. (Lammi-Taskula & Salmi, 2008, 39.) Tukipalveluiden vastaanottaminen kuitenkin koetaan vieläkin helposti leimaavana. Osallistuminen tukipalveluiden piiriin, saatetaan ajatella antavan kuvan ongelmaperheestä, vaikka esimerkiksi neuvoloissa pyritään muuttamaan mielikuvia perhepalveluihin osallistumisesta yhä enemmän matalakynnyksisemmäksi. (Juurakko 2010, 69.)

2.3 Vertaistuki parisuhteen ja vanhemmuuden vahvistajana

Vertaistuki on vastavuoroista kokemusten vaihtoa, jolloin samankaltaisessa elämäntilanteessa olevat ihmiset jakavat kokemuksiaan ja tietoaan toisia kunnioittavassa ilmapiirissä. Olennaisena vertaistuessa on tilanne, jossa samankaltaisia prosesseja elämässään läpikäyneet ihmiset tukevat toinen toisiaan. Vertaistuki voidaan ajatella myös voimaantumisenä ja muutosprosessina, jonka avulla ihminen voi löytää ja tunnistaa omat voimavaransa ja vahvuutensa sekä ottaa vastuun omasta elämästään. Vertaistukea voidaan toteuttaa monella tavalla, esimerkiksi vertaistukiryhmillä, kahdenkeskeisellä tuella, järjestöjen ja yhteisöjen organisoimaa toimintana, josta taustayhteisö vastaa esimerkiksi tarjoamalla toiminnalle tilat sekä ohjaajille koulutusta ja tukea. On myös mahdollista järjestää kolmannen sektorin ja ammattilaistahon yhdesessä järjestämää toimintaa. Vertaistukea voidaan toteuttaa erilaisissa ympäristöissä, esimerkiksi ohjatuissa keskusteluryhmissä, avoimissa kohtaamispaikoissa, toiminnallisissa ryhmissä, kahdenkeskisissä tapaamisissa. Vertaistuella ei ole yhtä ainoata oikeata toteuttamistapaa. (ThI 2014, .)

Vuoren (2012) tutkimuksessa erityisesti äideillä on hyviä kokemuksia vertaistuesta. Vertaistuki on tuki-järjestelmien kautta tai itse löydettyä. Perheen ja oman hyvinvoinnin tukena äidit mainitsevat myös naapurit, päiväkodin, koulun, tai opiskelun, kirjaston seurakunnat tai harrastuspiirit. Tutkimusten mukaan on hyödyllistä kehittää ja lisätä vertaistukea mahdollistavaa ryhmäneuvontaa, esimerkiksi elintapamuutosten ja vanhemmuuden tukemisen kohdalla. Vertaistuen toteuttaminen ryhmätoiminnalla antaa mahdollisuuden jakaa kokemuksia muiden kanssa ja mahdollistaa vertaistuen sekä uusien sosiaalisten verkostojen muodostamisen. Ryhmätoiminnan järjestäminen sopii hyvin muun muassa moniammatillisille verkostoille, kuten lasten, nuorten ja lapsiperheiden parissa toimiville palveluverkostoille (STM 2008b, 51-52).

3 MML:n vertaisryhmätoiminta vanhempien tukena

3.1 Mannerheimin Lastensuojeluliiton taustaa

Mannerheimin Lastensuojeluliitto on saanut alkunsa vuonna 1917, kun Sophie Mannerheim perusti yhdistyksen auttamaan äitejä ja heidän lapsiaan. Sophie Mannerheim perusti vuonna 1918 äitien turvakodin ja samana vuonna perustettiin myös työryhmä pohtimaan lastensuojeluongelmia. Työryhmään kuului myös henkilö nimeltä Erik Mandelin, joka julkaisi vuonna 1919 ennaltaehkäisevään työhön painottuvan lastensuojeluohjelman. Ohjelmaan sisältyi neuvolaverkoston luominen ja erilaisten laitosten perustaminen. Ohjelma esiteltiin Kenraali Mannerheimille, joka suostui yhdistyksen keulakuvaksi, kun mukaan toimintaan oli saatu vielä dosentti Arvo Ylppö. Mannerheimin lastensuojeluliitto perustettiin virallisesti 4.10.1920 ja järjestön nimeksi tuli alun perin Kenraali Mannerheimin lastensuojeluliitto, josta nimi myöhemmin lyheni Mannerheimin lastensuojeluliitoksi. (MLL Historia 2014.)

Mannerheimin lastensuojeluliitto on valtakunnallinen kansalaisjärjestö, joka edistää lasten, nuorten ja perheiden hyvinvointia. Mannerheimin lastensuojeluliitto on kaikille avoin ja siihen kuuluu yli 91000 jäsentä, 10 piirijärjestöä ja 558 paikallisyhdistystä ympäri suomea (MLL 2014). Mannerheimin lastensuojeluliiton Uudenmaan alueella toimii Uudenmaan piirin aluejärjestö, johon myös Helsinki kuuluu. Uudenmaan piirin jäsenenä on 98 paikallisyhdistystä ja jäseniä yli 23 000. Piirin tarkoituksena on edistää toiminta-alueensa lasten, nuorten ja perheiden hyvinvointia ja kehitystä. (MLL Uudenmaan piiri 2014.)

Tänäkin päivänä Mannerheimin lastensuojeluliiton tavoitteena on edistää lasten asioita. Mannerheimin Lastensuojeluliitto pyrkii vaikuttamaan asioihin lapsen näkökulmasta. Vaikuttaminen kohdistuu lasten ja lapsiperheiden hyvinvointiin ja sillä on tarkoitus lisätä lapsuuden arvostamista ja näkyvyyttä yhteiskunnassa. (MLL vaikuttaminen 2014.) Mannerheimin Lastensuojeluliiton palveluihin kuuluu lapsi- ja perhetoimintaa. MLL tekee nuorisotyötä ja yhteistyötä koulujen kanssa, järjestää lastenhoitoa sekä tukihenkilötoimintaa, MLL pitää yllä auttavaa puhelin- ja nettipalvelua sekä järjestää keräyksiä ja kampanjoita lasten ja nuorten hyväksi. (MLL Toiminta ja projektit 2014.) Mannerheimin lastensuojeluliiton tarjoamat palvelut kuuluvat osana valtakunnallista hyvinvointiverkostoa (MLL kunnan kumppanina 2014).

3.2 Yhdessä vanhempana -hanke

Yhdessä Vanhempana -hankkeen tavoitteena on luoda lapsiperheiden vanhempien parisuhdetta tukeva malli, jota Mannerheimin Lastensuojeluliiton piirit ja paikallisyhdistykset voivat toteuttaa. Mallin tarkoituksena on tarjota vanhemmille helposti saatavilla olevaa tukea pari-

suhteen hoitamiseen. Hankkeen ideana on kytkeä parisuhdetoiminta osaksi Mannerheimin Lastensuojeluliiton toimintaa käyttämällä hyödyksi MLL:n organisaatorakennetta, olemassa olevaa osaamista ja jo olemassa olevia toimintoja. Hankkeelle on tehty kolmivuotinen suunnitelma vuosille 2013- 2015, jonka aikana tavoitteena on kehittää vanhempien parisuhdetta vahvistavia toimintamuotoja. Hankkeen toteuttaminen on aloitettu Uudenmaan piirin pilottila-alueilla, joita ovat Lauttasaari, Porvoossa Uuden Porvoon alue, Leppävaara ja Vihti. Hankkeen tarkoituksena on levittää ja juurruttaa toimintaa jo pilotoinnin aikana ympäri Suomea. (MLL Uudenmaan piiri 2013, 2,7,9.)

Vanhempien kokemukset kertovat, että ennaltaehkäisevää parisuhdetoimintaa ja apua parisuhde ongelmiin on tarjolla liian vähän. Jo pelkästään Yhdessä vanhempana hankkeen pilotointiin mukaan haki yli 25 yhdistystä, joista aluksi valikoitui mukaan aikaisemmin mainitut neljä. Tähän asti ennaltaehkäisevää parisuhdetoimintaa on ollut tarjolla lähinnä seurakunnilla tai kunnilla, joiden tarjoama apu on riittämätöntä. Seurakuntien palveluita ei tavoita kaikki, sillä osa voi vierastaa uskonnollisen yhteisön järjestämää toimintaa ja resurssien vuoksi kunnat eivät pysty tarjoamaan apua heti tarvittaessa. Porvoon seurakunnan ja MLL:n Uudenmaanpiirin paikallisyhdistyksen tavoitteena on selvittää, madaltaako yhteistyö kynnystä osallistua parisuhdetoimintaan. Osana Mannerheimin Lastensuojeluliiton tapahtumia on jo vuosia ollut parisuhde asioista keskusteleminen ja vertaistuen antaminen. Tätä hanketta ennen MLL:ta on puuttunut ennaltaehkäisevä vertaistoiminnanmalli, jonka avulla voidaan tukea lapsiperheiden vanhempien parisuhdetta. On tärkeää, että Mannerheimin Lastensuojeluliitolla on myös vanhempien parisuhdetta tukevaa ennaltaehkäisevää toimintaa ja se myös sopii luontevaksi osaksi ennaltaehkäisevään lapsiperhe toimintaan. Mannerheimin Lastensuojeluliitto on maanlaajuinen organisaatio ja tavoittaa helposti lapsiperheet ja näin ollen toimii matalan kynnnyksen palveluna myös lapsien vanhemmille. (MLL Uudenmaan piiri 2013, 3-5, 9.)

Yhdessä vanhempana -hankkeen järjestämissä tapahtumissa on tarkoitus lähestyä myönteisesti ja kannustavasti parisuhteeseen liittyviä asioita. Huomiota kiinnitetään vahvuuksiin, ratkaisujen etsimiseen, onnistumisiin ja tulevaisuuteen. Toiminnassa korostetaan vanhempien omia voimavaroja ja myönteisen palautteen antamista, vanhemmat voivat tuoda myös esille omia toiveita ja odotuksia parisuhteesta. Parisuhdetoimintaan panostamalla edistetään perheen lasten hyvinvointia. Hyvä parisuhde vahvistaa vanhemmuutta ja vanhemmuus syventää parisuhdetta, mikäli molempia osa-alueita vaalitaan. Yhdessä vanhempana -hankkeen toiminnoissa annetaan vanhemmille työkaluja parisuhteen vahvistamiseksi sekä kehitetään vuorovaikutus taitoja. (MLL Uudenmaan piiri 2013, 6-7.)

3.2.1 Yhdessä vanhempana -hankkeen toteutus Lauttasaassa

Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piiri on lähtenyt kehittämään parisuhde toiminnan polkua, jotta jo MLL:n toiminnassa mukana olevilla vanhemmilla ja myös uusilla osallistujilla olisi mahdollisuus osallistua matalankynnyksen parisuhdetta vahvistavaan toimintaan. Toimintaa järjestetään aluksi pilottialueilla Lauttasaassa, Porvoossa, Leppävaarassa ja Vihdissä. (MLL Uudenmaanpiiri 2013, 7-8.)

Keskeisimpinä teemoina Lauttasaaren parisuhdeilloissa ovat olleet roolit perheessä. Teemoina parisuhdeilloissa on ollut myös perheen arvot ja voimavarat sekä vuorovaikutus. Parisuhdeillat sisältävät havainnollisia harjoituksia parityöskentelynä sekä illoissa pohditaan ja keskustellaan ryhmässä. Opinnäytetyömme aihe keskittyy Lauttasaassa 6.11.2014 järjestettävän parisuhdeillan teemaan minä minuna, puolisona ja vanhempana. Illassa käsitellään parisuhdetta ja vanhemmuutta Perheroolien ympyröiden avulla. Ympyröiden tarkoituksena on havainnoida osallistujalle tämän omat kokemukset vanhempana, puolisona ja miehenä tai naisena. Lauttasaaren parisuhdeilta sisältää keskustelua parisuhteesta ja sen hoitamisesta. Perheroolien ympyrät aiheita alustaa harjoitus, joka tehdään MLL:n kehittämällä Vertaansa vailla -korteilla. Korttien idea on saada keskustelua aikaiseksi puolisoitten välillä. Molemmat puolisoista valitsevat kolme korttia ajatellen puolisoa, millainen hän on miehenä/naisena, puolisona ja vanhempana. Puolisot kertovat itselle valittujen korttien avulla muille miten puolison valitsema kortti kuvailee häntä itseään.

Illassa tuodaan esille omasta hyvinvoinnista huolehtimisen merkitys parisuhteeseen ja vanhemmuuteen sekä puhutaan siitä miten parisuhteeseen panostaminen koituu vanhemmuuden hyväksi ja vanhemmuuteen panostaminen lujittaa parisuhdetta. Illassa pohditaan myös vanhempien oman ajan merkitystä sekä vanhempien yhteisen, kahdenkeskisen ajan tärkeyttä parisuhteessa (Koponen 2014).

Tapahtumissa on aina paikalla lastenhoitajat, jotta vanhemmat voivat ottaa lapset mukaan. Tämä madaltaa kynnystä osallistua tapahtumiin ja antaa vanhemmille mahdollisuuden keskittyä iltaan. Vanhemmat saavat tietoa Mannerheimin lastensuojeluliiton toiminnasta neuvoloitten, perhevalmennuksen ja päiväkotien kautta. Tietenkin tietoa parisuhde toiminnasta saa myös MLL:n muun toiminnan kautta. Hankkeen päätyttyä parisuhdetoiminta kuuluu osana Mannerheimin lastensuojeluliiton ennaltaehkäisevää lapsi- ja perhetoimintaa (MLL Uudenmaanpiiri 2013, 7-8, 10).

3.2.2 Perheroolien ympyrät

Perheroolien ympyrät on perheterapeutti Tejo de Bruijn kehittämä graafinen menetelmä, jonka avulla voidaan hahmottaa lapsiperheiden vanhempien keskeisiä rooleja minuna, puolisona ja vanhempana. Menetelmä on alun perin kehitetty koulutukselliseen tarkoitukseen päi-

väkodin vanhempaintilaisuuteen, mutta on osoittautunut toimivaksi ja käyttökelpoiseksi työvälineeksi myös kliinisessä työssä. Itse piirrettyjen rooliyhdistelmien tarkoituksena on saada aikaan keskustelua siitä, kuinka vanhemmat näkevät omat roolinsa perheessä. Tavoitteena on löytää erilaisten roolien välille tasapaino, joka tukee perheen omia tilanteita ja tarpeita. Menetelmän tarkoitus on auttaa vanhempia hahmottamaan oman ja puolison roolit ja niiden yhdistelmät, sekä parantaa roolien välistä vuorovaikutusta. Perheroolien ympyrät on ensisijaisesti tarkoitettu perheen aikuisille, mutta joissakin tapauksessa myös perheen yli 10 -vuotiaat lapset voivat tehdä harjoitteen. (De Bruijn 2012, 2, 6.)

Perheroolien ympyrät koostuvat kolmesta roolista; minä minuna, puolisona ja vanhempana. Menetelmän idea on kuvata monimutkaiset asiat hyvin yksinkertaisesti, piirtämällä pääroolit erikokoisilla ympyröillä, joilla jokaisella roolilla on oma värikoodinsa. Ympyrän koko viittaa siihen, kuinka paljon aikaa ja energiaa henkilö käyttää rooliin. Minä minuna, on miehen tai naisen rooli, jolla tarkoitetaan käyttäytymistä, joka liittyy perheen ulkopuolella oleviin suhteisiin ja tilanteisiin, esimerkiksi ystäviin, työhön ja harrastuksiin. Tämä rooli kuvataan sinisellä ympyrällä. Puolison rooliin kuuluu kaikki mitä parisuhde pitää sisällään, kuten yhdessä-olo ja yhdessä tekeminen, myötä- ja vastoinkäymisten jakaminen sekä seksuaalisuus. Tämän rooli kuvataan punaisella ympyrällä. Vanhemman rooli pitää sisällään kaiken, mikä liittyy vanhemmuuteen ja perheen lapsiin, kuten huolehtiminen, hoitaminen, yhdessä-olo ja yhdessä tekeminen, kasvatusta sekä roolimallina oleminen. Vanhemmuuden rooli kuvataan vihreän ympyrän avulla. Lapset ja niiden lukumäärä kuvataan mustina pienempinä ympyröinä. Ympyrän koon ja värin lisäksi ympyröitä voi piirtää erillisinä tai päällekkäisinä riippuen siitä, kuinka yhtenäisenä roolit koetaan. Ympyröiden sijainnilla osoitetaan suhteiden läheisyyttä. Vanhemmat piirtävät nykytilanteesta omat näkemyksensä samalle paperille, miehet vasemmalle ja naiset oikealle. Tämä on standardoitu malli, se helpottaa kuvien vertailua ja luotettavuutta. Samalla menetelmällä voidaan kuvata myös mennyttä ja tulevaa. Nykytilanteen kuvaaminen on parisuhteen osapuolille valaisevaa, varsinkin kun kuvioita vertaillaan keskenään. Vertailemalla pyritään saamaan keskustelua aikaiseksi puolisoitten välillä. Parisuhdeiltojen lisäksi menetelmää voidaan käyttää perhevalmennuksessa, perhekuntoutuksessa sekä psyko- tai perheterapeuttisissa puitteissa. (De Bruijn 2012, 3-5.)

Parisuhteessa pienten lasten vanhemmat helposti jämähtävät tiettyihin rooleihin, joita ei helposti kyseenalaisteta. Vanhemmat, erityisesti äidit kokevat ryhmätapaamiset ja tapaamisista saaman kimmokkeen hyödyllisenä parisuhteen sekä perheen hyvinvointia edistävänä asiana. Vanhempien ryhmässä käymät keskustelut herättävät ajattelemaan asioita uudesta näkökulmasta, se useasti saa myös jatkamaan keskusteluja kotona. Keskustelujen pohtiminen kotona on saanut vanhempia näkemään asioita uudesta näkökulmasta sekä muuttamaan vanhoja rooleja ja käyttäytymismalleja käytännössä. Keskustelujen ja ajatusprosessien käynnistyminen saa ihmiset tunnustamaan ongelmien olemassaolon ja näin ollen saa aikaan muutok-

sen käyttäytymisessä, vaikka se voi tuntua aluksi epämiellyttävältä. Erityisesti äidit kokevat muutoksen perhe-elämässä ja parisuhteessa näkyvän isien käytöksessä ja asenteen muuttumisenä. Äidit kokevat isien huomioivan heitä ja lapsiaan aikaisempaa enemmän, sekä viettävän enemmän aikaa perheen parissa parisuhdeilla tehdyn harjoitteen jälkeen (Vesterlin 2007, 40, 42).

4 Opinnäytetyön tarkoitus ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön tarkoituksena on kerätä tietoa MLL:n Yhdessä vanhempana hankkeen parisuhdetta ja vanhemmuutta tukevan teemaillan osallistujien kokemuksista ja odotuksista omasta parisuhteestaan ja vanhemmuudestaan. Toteutamme opinnäytetyönämme palautekyselyn Lauttasaaressa järjestettävässä parisuhdeillalla, jossa aiheena on minä minuna, puolisona ja vanhempana. Kyselyllä on tarkoitus selvittää, minkälaista tukea vanhemmat ovat tulleet hakeemaan parisuhdeillasta. Tarkoituksena on kartoittaa erityisesti onko pienten lasten vanhemmilla erityisiä ja yhteneviä syitä osallistua iltaan. Parisuhdeillalla käytetyn perheroolien ympyrät mallin hyödyllisyydestä on myös tarkoitus ottaa selvää. Tiedon hankkimiseksi loimme kyselylomakkeen, jonka saimme tietoa siitä, mihin vanhemmat erityisesti toivoisivat tukea ja kokivatko he tukemisen keinot hyödyllisinä. Tietojen hankkimiseen luotu kyselylomake on tarkoitus jättää Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piiriin käyttöön, mikäli heille on jatkossa sille tarvetta.

Tutkimuskysymykset:

1. Minkälaisiin asioihin vanhemmat hakevat tukea parisuhdeillasta?
2. Miten hyödyllisiksi vanhemmat arvioivat parisuhdeillalla käytettyä perheroolien ympyrät -toimintamallia?

5 Opinnäytetyön empiirinen toteutus

5.1 Toimintaympäristön kuvaaminen

Opinnäytetyö sijoittuu Mannerheimin lastensuojeluliiton Yhdessä vanhempana -hankkeen Lauttasaaressa järjestettävään parisuhdeiltaan, jossa MLL järjestää yhdessä paikallisjärjestön kanssa ennaltaehkäisevää parisuhdetoimintaa. Parisuhdeillalla osallistujia oli 12, sekä yksi vetäjä. Yhdessä vanhempana -hankkeen tarkoituksena on saada ennaltaehkäisevä parisuhdetoiminta osaksi Mannerheimin lastensuojeluliiton toimintaa ympäri Suomen (MLL 2013).

5.2 Aineiston keruu ja analyysi

Tutkimus on kvantitatiivinen eli määrällinen tutkimus, jolla selvitettiin Mannerheimin Lastensuojeluliiton Yhdessä vanhempana -hankkeen Lauttasaaressa järjestettävän parisuhdeillan tyytyväisyyttä. Kysely suoritettiin kyselylomakkeella, joka luotiin perustuen tutkimuksen viitekehukseen. Opinnäytetyön aineisto kerättiin 6.11.2014 Lauttasaaren seurakunnan Kirkkokahvilan tiloissa järjestetyssä parisuhdeillassa, iltaan osallistuneilta vanhemmilta.

Kvantitatiivisessa tutkimuksessa käytettiin kokonaisotantaa. Kokonaisotantaa käytetään pienissä tutkimusaineistoissa, kun $n < 100$. Kokonaisotannassa tutkimukseen mukaan otetaan koko perusjoukko, siksi se ei ole varsinainen otantamenetelmä. Kvantitatiivinen tutkimusmenetelmä antaa yleisen kuvan muuttujien välisistä suhteista ja eroista vastaten kysymyksiin kuinka paljon tai miten usein. Muuttuja josta halutaan tietoa, on henkilöä koskeva asia, toiminta tai ominaisuus. Kvantitatiivinen tutkimusmuoto pyrkii tulosten kuvailuun numeraalisesti. Mitattavat asiat muodostetaan teoriasta ja teorit ovat niitä, joista tutkimus alkaa. Määrällisen tutkimuksen mittareita ovat kysely-, haastattelu- ja havainnointilomake. Tutkimukseen valittiin kyselylomake, jonka avulla haluttiin selvittää hankkeen toiminnan vaikuttavuutta. Kyselyn aineistonkeruu on standardoitu, mikä tarkoittaa, että kaikilta vastaajilta kysytään samat asiat ja kysymykset on jäsennelty samalla tavalla. Kysely sopii aineiston keräämiseen tutkittavien ollessa hajallaan ja kun kysytään henkilökohtaisia asioita (Vilkka 2007, 14, 25-26, 28, 52). Kyselylomake laadittiin niin, että kysymykset ovat Likert-asteikoittain. Asteikko on 4-portainen ja vaihtoehdot muodostavat laskevan skaalan. Laskeva skaala tarkoittaa, että vastausvaihtoehdot alkavat vastauksesta täysin samaa mieltä ja suuntautuu siitä vaihtoehtoon täysin eri mieltä. Vastaaja valitsee vaihtoehdoista itselle sopivimman (Hirsjärvi ym. 2009, 199-200). Tulokset esitellään taulukoissa frekvensseinä. Avoimia kysymyksiä on lisätty elävöittämään tekstiä.

Palautekysely toteutettiin paikan päällä Lauttasaaressa. Kyselylomake jaettiin 6.11.2014 järjestetyn parisuhdeillan päätteeksi osallistujille ja osallistujat vastasivat kyselyyn paikan päällä. Parisuhdeiltaan osallistuneet täyttivät kyselylomakkeen illan lopulla. Vastaamiseen annoimme aikaa 15 minuuttia. Kyselyyn vastaaminen oli vapaaehtoista. Kysely toteutettiin lokakuussa 2014. Parisuhdeiltaan osallistui 12 henkilöä, sekä yksi ohjaaja. Kyselyyn vastasi 12 henkilöä ($n=12$).

6 Tulokset

6.1 Vastaajien taustatiedot

Mannerheimin Lastensuojeluliiton Lauttasaaren parisuhdeiltaan osallistui kaksitoista vanhempaa, jotka kaikki palauttivat kyselylomakkeen täytettynä. Kaikki osallistujat vastasivat tausta-

tietokysymyksiin sekä teemoihin liittyviin väittämiin. Avoimiin kysymyksiin jätettiin helpommin vastaamatta.

Vastaajien sukupuoli jakautui tasaisesti, miehiä ja naisia osallistui tapahtumaan saman verran. Vastaajien ikäjakauma on 36-50 vuotta. Koulutukseltaan vastaajat ovat suorittaneet joko ammattikorkeakoulututkinnon tai ylemmän korkeakoulun. Vastaajat asuvat ydinperheessä puolison ja lasten kanssa. Vastanneiden lasten lukumäärä on yhdestä kolmeen ja lapset ovat iältään alle kouluikäisiä tai alakouluikäisiä. Parisuhteet ovat kestäneet reilusta kahdesta vuodesta yhdeksääntoista vuoteen.

Taulukko 1. Vastaajien taustatiedot

Taustamuuttuja	(n)	(f)
Sukupuoli	12	
Nainen		6
Mies		6
Ikä	12	
36-39		5
40-43		4
44-47		2
48-51		1
Koulutus	12	
Ammattikoulututkinto		0
Ammattikorkeakoulututkinto		5
Ylempi korkeakoulututkinto		7
Opiskelija		0
Ei ammatillista koulutusta		0
Asumistilanne	12	
Asun yksin		0
Asun puolisoni kanssa		3
Asun ydin perheessä		9
Asun uusperheessä		0
Asun lapsen/lasteni kanssa		0
Lasten lukumäärä	12	
1		3
2		3
3		6
Lasten ikä	12	
Alle kouluikäinen (0-6 -vuotias)		12
Ala- asteikäinen (7- 12 -vuotias)		3
Yläasteikäinen (13- 15 -vuotias)		0
Lukioikäinen (16- 18 -vuotias)		0
Parisuhteen kesto (v)	12	
2-6		2
7-11		3
12-16		5
17-21		2

6.2 Vanhempien tuen tarve

Taulukko 2. Oma hyvinvointi ja voimavarat

Väittämät	Täysin samaa mieltä (f)	Osittain samaa mieltä (f)	Osittain eri mieltä (f)	Täysin eri mieltä (f)
Minulle on tärkeää huolehtia omasta hyvinvoinnista	10	2	0	0
Minulla on mahdollisuus panostaa omaan hyvinvointiini	2	4	5	1
Minulla on voimavaroja tehdä päivittäiset kotiaskareet	1	10	1	0
Minulla on aikaa toteuttaa asioita, joista saan energiaa ja voimavaroja	0	3	9	0
Pystyn keskustelemaan avoimesti perheemme asioista puolisoni kanssa	5	3	4	0
Puolisoni mahdollistaa minulle omaa aikaa	3	6	3	0

Lähes kaikille vastaajille on tärkeää oman hyvinvoinnin ylläpitäminen, mutta siihen ei ole kuitenkaan aikaa panostaa. Vaikka puolison koetaan mahdollistavan omaa aikaa kohtuullisesti vanhemmat kokevat, että heillä on melko huonosti aikaa toteuttaa asioita, joista kokevat saavan energiaa ja voimavaroja. Äidin rooli koetaan niin vallitsevana, että muut roolit jäävät vähemmälle huomiolle.

"Äidin rooli on valitettavasti verottanut aikaa ja mahdollisuuksia hoitaa parisuhdetta. Myös oma hyvinvointi ja kunnosta huolehtiminen jäänyt taka-alalle"

Useimmat vanhemmat kokevat, että heidän voimavaransa ovat vähentyneet. Päivittäiset kotiaskareet jaksetaan tehdä, mutta lähes jokaiselle vastaajalle se ei ole täysin itsestään selvää. Alle puolet pystyvät keskustelemaan avoimesti perheen asioista.

Taulukko 3. Vanhempien kokemus parisuhteesta

Väittämät	Täysin samaa mieltä (f)	Osittain samaa mieltä (f)	Osittain eri mieltä (f)	Täysin eri mieltä (f)
Olen tyytyväinen parisuhteeseeni	3	2	5	2
Annan aikaa parisuhteen hoitamiselle	0	5	6	1
Teemme yhdessä meille tärkeitä asioita	1	4	6	1
Parisuhteessamme on riittävästi fyysistä läheisyyttä	0	3	4	5
Pystymme keskustelemaan vaikeistakin asioista	6	1	3	2
Jaamme kotityöt tasavertaisesti	3	7	2	0

Vastausten perusteella vanhemmat toivovat tukea erityisesti parisuhteen ylläpitoon lapsiperheen arjen keskellä. Avoimien kysymysten vastauksista käy selkeästi ilmi, että parisuhde ja sen hoitaminen koetaan toissijaiseksi asiaksi lapsiperheissä, joissa on alle 13-vuotiaita lapsia.

”Ehkä vähän liian pitkään on ollut parisuhde taka-alalla”

”Olen keskittänyt ajatukseni ja resurssini lapsiin ja heidän hyvinvointiin. Puoliso ei ole ollut suurena prioriteettina. Tämä on ehdottomasti ollut virhe.”

”Lapset ovat etäännyttäneet meitä kovasti.”

”Ollaan molemmat panostettu aika vähän parisuhteeseen”

Parisuhteeseen ollaan melko tyytymättömiä. Yli puolet vastaajista ei katso antavansa parisuhteen hoitamiselle tarpeeksi aikaa, vaan kokee sen jäävän helposti taka-alalle. Myös yhdessä tärkeäksi katsottuja asioita tehdään melko vähäisesti. Fyysistä läheisyyttä ei kukaan vastaajista katsonut olevan riittävästi. Parisuhteen vaikeidenkin asioiden keskustelemisesta vastaukset jakautuivat kutakuinkin puoliksi. Kotitöiden jakamista ei koeta suurena ongelmana parisuhteessa. Kaikki toivat esille, että parisuhteessa on ongelmia.

Taulukko 4. Kokemus vanhempana toimimisesta

Väittämät	Täysin samaa mieltä (f)	Osittain samaa mieltä (f)	Osittain eri mieltä (f)	Täysin eri mieltä (f)
Olemme tasavertaisia vanhempina	1	8	3	0
Otamme tasapuolisesti vastuuta vanhempina	4	7	1	0
Meillä on yhtenevät periaatteet lasten kasvatuksessa	7	3	2	0
Vanhemmuus on odotusteni mukaista	5	3	4	0
Minulla on riittävästi aikaa olla lasteni kanssa	5	4	3	0
Saan tarvittaessa tukea vanhemmuuteen lähipiiriltäni	4	1	5	2
Minun on helppo ottaa vastaan tukea vanhemmuuteen lähipiiriltäni tai muilta sitä tarjoavilta tahoilta	5	6	1	0

”Ollaan tasavertaisia ja hyviä vanhemmuudessa molemmat”

Vanhemmat kokevat jonkin verran epätasa-arvoisuutta vanhemmuudessa. Vastauksista käy ilmi, että varsinkaan naiset eivät koe vanhemmuudenrooleja aina tasavertaisina. Avoimista kysymyksistä päätellen, äidit ovat hyvin ylpeitä äitiyden roolistaan.

”Äitiys on ollut minulle tosi iso juttu. Olen hyvä siinä ja ylpeä siitä.”

”Isän rooli on murroksessa. Osittain siksi, että myös äidin roolin pitäisi muuttua, jotta isällä olisi aikaa olla ”uuden” roolin mukainen isä.”

Lasten kasvatuksesta vastaajat ovat yhtä mieltä. Miehet kokevat lasten kanssa vietetyn ajan liian vähäiseksi. Tuen vastaanottaminen koetaan helpoksi, mikäli tukea on saatavilla. Miesten on vaikeampi ottaa vastaan ulkopuolista tukea. Vastaukset kertovat, että vanhemmat eivät juurikaan hae vanhemmuuden tukemiseen neuvoja parisuhdeillasta, vaan ongelman koetaan olevan parisuhteen hoitamisessa.

6.3 Vanhempien saama hyöty perheroolien ympyröistä

Taulukko 5. Illan teemat ja toteutus

Väittämät	Täysin samaa mieltä (f)	Osittain samaa mieltä (f)	Osittain eri mieltä (f)	Täysin eri mieltä (f)
Sain illasta käytännönvinkkejä arkeen	2	6	4	0
Perheroolien ympyrät -toimintamalli oli hyvä ja havainnollistava tapa pohtia illan teemoja	4	7	1	0
Luottamus itseäni kohtaan minuna, puolisona ja vanhempana vahvistui	2	5	4	0
Sain innostusta illassa käsiteltyjen aiheiden pohtimiseen jatkossakin	3	7	2	0
Ryhmässä oli helppo käsitellä illan sisältöä	5	7	0	0
Illassa käsiteltiin minulle tärkeitä asioita	5	7	0	0

Parisuhdeilta koettiin hyväksi ja varsinkin miehet kokevat saaneen joitain vinkkejä arkeen. Lähes kaikki vastaajat kokivat Perheroolien ympyrät - toimintamallin havainnollistavaksi tavaksi käsitellä illan teemoja ja aiheet koettiin tärkeiksi. Miehillä luottamus itseensä, puolisona ja vanhempana vahvistui illan myötä.

”Kolme pääroolia ei tarvitse olla samankokoisia”

”Äidin roolini on ollut todella suuri muiden roolien kustannuksella. Olen kuitenkin todella onnellinen jokaisesta päivästä äitinä”

Perheroolien ympyrät toimintamalli herätti vanhemmissa ajatuksia siitä, mihin rooleihin he panostavat eniten ja minkä kokoisena rooli minuna, puolisona sekä vanhempana koetaan tällä hetkellä. Monen vastaajan vallitsevana roolina koettiin vanhemmuus. Toimintamallin kautta pystyttiin hahmottamaan ja ymmärtämään, että kaikkien roolien ei tarvitse olla saman kokoisia. Perheroolien ympyrät toimintamalli on keino havainnollistaa itselle, miten roolit muuttuvat elämäntilanteiden muuttuessa ja mihin itse haluaa tässä elämänvaiheessa panostaa.

”Rooleja on hyvä miettiä. Muut painivat samojen ongelmien kanssa.”

Vastauksista käy ilmi, että kaikki vastaajat ovat samassa elämäntilanteessa, jossa vanhemmuuden rooli on selkeästi vallitsevin. Ryhmässä vanhempien oli helppo ja luonnollinen tapa

käsitellä illan sisältöä. Aikaa vapaalle keskustelulle olisi toivottu enemmän, mutta muuten ilta sisältöineen koettiin hyväksi.

”Ihana juoda kahvia ja olla aikuisten seurassa kun lapset on hyvässä hoidossa.”

”1,5 tuntia on melko lyhyt aika, joten olisi hyvä jos tilaisuus alkaisi mahd. nopeasti. Vetäjällä (Kari) on mukavan helposti lähestyttävä tyyli esittää asiat. Vapaalle keskustelulle voisi olla enemmän aikaa.”

”Kiitos hyvästä tilaisuudesta”

Vastausten perusteella vanhemmat kokivat saavan vinkkejä itsensä, parisuhteen ja vanhemmuuden hoitoon.

”Enemmän energiaa itseni ja puolisoon.”

”Tilanteita on, kun ne hyödyntää!”

”Listan yksinkertaisia asioita, joita voin käyttää parisuhteen parantamiseksi”

7 Pohdinta

7.1 Tulosten tarkastelu

Ensimmäisessä tutkimuskysymyksessä etsittiin vastausta siihen, millaista tukea vanhemmat hakivat itselle parisuhdeillasta. Tukea haettiin erityisesti parisuhteen panostamiseen arjen kiireiden keskellä. Moni vanhemmista koki vanhemmuuden myötä jättäneensä itsensä ja parisuhteensa toissijaiseksi vanhemmuuden ja lasten tarpeiden kustannuksella. Tulosten perusteella vanhemmuuteen oltiin kohtalaisen tyytyväisiä, mutta parisuhde ja puolisona oleminen jäivät arjessa liiaksi huomioimatta. Pienten lasten vanhemmat kokevatkin hyvin palkitsevana hetket, jolloin aikaa yhdessä oloon löytyy (Malinen 2012, 53). Opinnäytetyön teoreettisessa viitekehyksessä on käsitelty samoja epäkohtia ja tukemisen tarpeita pienten lasten vanhempien arjessa, joita vanhemmat toivat vastauksissaan esille.

Oman hyvinvoinnin tärkeyttä ja ylläpitämistä arvostettiin paljon, mutta siihen ei pystytty panostamaan halutulla tavalla. Suurin osa vanhemmista koki saavansa liian vähän aikaa asioihin, joista saisi voimavaroja ja energiaa. Esille tuloksista nousi sekin, että välttämättä ei ollut voimavaroja toteuttaa energiaa antavia asioita, vaikka aikaa välillä löytyisi. Puolison panosta ja kykyä suoda toiselle omaa aikaa, saatiin toteutettua melko kehnosti. Jaettu vanhemmuus

on suuressa osassa parisuhteessa ja perheen arjessa yksilöiden oman hyvinvoinnin toteutumisen kannalta. Kun puoliso ottaa tasavertaisesti vastuuta lapsista ja lasten kanssa vietetystä ajasta, hän samalla mahdollistaa toiselle aikaa esimerkiksi hänelle tärkeiden harrastuksen parissa (Malinen 2011, 57).

Illan teemoista, minä minuna, puolisona ja vanhempana, omaan itseen ja parisuhteeseen oli verrattain muihin teemoihin eniten tyytymättömiä ja tähän haluttiin tukea. Parisuhteen toimivuudessa ja tyytyväisyydessä ei ollut miesten ja naisten välillä huomattavaa eroa. Hyväksi koetun parisuhteen katsotaan tuovan onnistumisen kokemuksia vanhemmuuteen kasvamisessa, ja siten onnellisen parisuhteen nähdään parantavan vanhemmuuden asetelmia (Isoaho & Perko 2004, 23). Tuloksissa nousi esille vastaajien kohtalaisen hyvä tunne vanhempana onnistumisessa. Tällöin kohderyhmämme oli parisuhteen tilasta huolimatta kokenut vanhemmuuden positiivisena asiana ja kohtuullisen onnistuneena. Tuloksista voisi päätellä, että heidän parisuhteensa on aluksi toiminutkin hyvänä pohjana vanhemmuudelle, mutta vanhemmuuden tavoitteiden toteutuessa, parisuhde on kuitenkin unohdettu liiaksi, kun vanhemmuuden onnistumiseen panostettu huomattavasti voimavaroja.

Huomioitavaa tuloksia tarkastellessa oli myös iltaan osallistuneiden ikä sekä koulutus. Keski-ikä tapahtumassa oli yllättävän korkea, sillä nuorin osallistuja oli iältään 36 - vuotta. Tulosten perusteella kohderyhmänä oli vanhempia, joilla oli jo vanhemmuudesta kokemusta. Lapsia vanhemmilla oli yhdestä kolmeen ja lasten iät olivat alle kouluikäisiä tai ala-asteikäisiä. Osallistujien koulutus oli melko korkeatasoista, sillä kohderyhmästä osa oli joko ammattikorkeakoulututkinnon tai ylemmän korkeakoulun suorittaneita. Koulutus auttaa kommunikoimaan ja ratkomaan ongelmia elämän eri aloilla (Kontula 2013, 52). Tulosten perusteella voisi päätellä paremmin koulutautuneiden olevan kiinnostuneempia ja valveutuneempia hakemaan saatavilla olevaa tukea parisuhteeseen ja vanhemmuuteen.

Vastaajista huomattavasti suurin osa kertoi asuvansa ydinperheessä. Vaikka uusperheiden määrä onkin viime vuosina lisääntynyt, se ei näkynyt iltaan osallistuneiden kohderyhmässä. Perheroolien hahmottaminen uusperheiden lisääntyessä saattaa tuoda omia hankaluuksia perheenrakenteisiin esimerkiksi äitipuolena ja isäpuolena olemiseen, jolloin tuen tarve tältä osin kasvaisi. Tässä kohderyhmässä uusperheiden lisääntyminen tai tuen tarve roolin hakemiseen tältä osin ei näkynyt.

Vanhemmuus tuo tullessaan paljon uusia elämäntilanteita ja arvoja. Vastauksissa ilmeni, että lasten myötä kiireisessä elämässä niin sanottu helpoin ja todennäköisempi vaihtoehto on jättää puolisoiden kahden kesken vietetty aika ja parisuhde taka-alalle. Tuloksista päätellen vanhemmuuden keskellä tukea haetaan parisuhteeseen vasta korjaavassa vaiheessa. Tärkeää olisikin tukea ja valmistaa tulevia vanhempia jo neuvolassa muuttuvaan elämäntilanteeseen

vanhemmuuden myötä. Olisi hyvä tuoda avoimesti esille, kuinka tärkeää on tiedostaa jo raskaus-vaiheessa muuttuvat arvot vanhemmuuden alkaessa. Parisuhteeseen vaikuttavaan muutokseen olisi hyvä ottaa ennaltaehkäisevä ote, jolloin elämän arvojen muuttuessa tiedossa olisi jo keinoja, joilla hoitaa helposti kärsivää parisuhdetta. Erityisesti äitiys- ja lastenneuvolaan olisi järkevää siirtää aiheita ennaltaehkäisyn tulemistä ajatellen, sillä neuvola kunnallisena palveluna tavoittaa Suomessa lähes kaikki lapsiperheet. Erityisesti neuvolassa ja muissa perhepalveluissa kannattaisi myös korostaa yhteisen ajan merkitystä lapsen kehitykselle ja kannustaa vanhempia järjestämään yhteistä aikaa koko perheelle ja myös parisuhteelle. (Kaikkonen ym. 2012, 50.)

Opinnäytetyön toinen tutkimuskysymys otti selvää kokivatko vanhemmat perheroolien ympyrät - toimintamallin hyödyllisenä keinona käsitellä illan teemoja. Vastausten perusteella vanhemmat pitivät pääsääntöisesti perheroolien ympyröiden - toimintamallia hyödyllisenä ja hahmottava tapana käsitellä roolien merkitystä. Tapahtumassa pariskunnittain läpi käyty ja piirretty perheroolien - toimintamalli herätti keskustelua toivotulla tavalla. Vanhemmat saivat valita piirsivätkö ympyrät samaan aikaan erikseen vai yhdessä yksi kerrallaan. Moni valitsi tavan, jolloin molemmat piirsivät samanaikaisesti, jolloin pystyivät vertaamaan toistensa mahdollisesti eriäviä näkemyksiä perheenrooleista, ja mihin rooliin näkevät itsensä eniten tässä elämän vaiheessa. Työ nähtiin arjessa tekijänä, joka oli rajoittavana ja hieman etäännyttävänä tekijänä perheen suhteissa ja rooleissa.

Lauttasaaren parisuhdeilta oli tunnelmaltaan avoin ja keskusteleva, mutta ohjaajana toimivalla Kari Kuposella oli asiasisällön etenemisen vetovastuu. Perheille onkin hyvä tarjota sekä ammattiapua että vertaistukea. Pienryhmäkeskustelut mahdollistavat samassa elämäntilanteessa olevien kokemusten vaihdon toisilleen. Onnistunut perheen varhainen tukeminen vaahtii osakseen vertaisryhmätukea, joka on kuitenkin ohjattua, jolloin aiheet etenevät perehtyneen ihmisen avulla (Vesterlin 2007, 50). Iltaan osallistuttiin pääosin pariskunnittain, jolloin keskustelua käytiin teemoista ja toimintamalleista yhdessä kumppanin kanssa. Palautteista nousi esille, että iltaa pidettiin hyvänä kokonaisuutena sekä sen aiheet tärkeinä kohderyhmälle. Lisää tapahtumaan toivottiinkin vapaata keskustelua muiden vanhempien kanssa. Vanhemmat kokevat vertaistuen olevan tärkeää, etenkin kun ryhmän jäsenet painivat kaikki samojen asioiden ja ongelmien äärellä. Tämä tukee vertaistuen olevan oleellinen tuen muoto myös parisuhteessa ja vanhemmuudessa.

Parisuhteen toimivuudessa ja tyytyväisyydessä ei ollut miesten ja naisten välillä huomattavaa eroa. Hyväksi koetun parisuhteen katsotaan tuovan onnistumisen kokemuksia vanhemmuuteen kasvamisessa, ja siten onnellisen parisuhteen nähdään parantavan vanhemmuuden asetelmia (Isoaho & Perko 2004, 23). Työ koettiin erityisesti isien kohdalla kuormittavaksi ja tekijänä, joka vei mahdollisuuksia viettää perheelle tärkeää yhteistä aikaa. Työ ja talous ovat kuitenkin

tärkeitä tekijöitä arjessa ja toimeentulossa. Työ häiritsee enemmän perhe-elämää kuin perhe-elämä työtä. Kiire siirtyy ansiotyöstä kotiin esimerkiksi ylityön muodossa, jolloin kotona koetaan aikapulaa perheen kanssa vietetyn ajan suhteen. Perhe on se, josta joustetaan. (Anttila 2005, 79.)

Pikkulapsiperheissä parisuhdetta hoidetaan esimerkiksi osallistamalla kotitöihin ja lastenhoitoon. Puolisoita tulisi tukea yhteisesti sopivien toimintatapojen ja vastuunjaon löytämisessä. Pitäisi muistaa tukea koko perheen yhteisen ajan ja tekemisen kautta vanhempia, ei vain parisuhteen hoitamista heidän keskenään, vaan ottaa se osaksi lasten kanssa elettyä arkea (Malinen 2011, 66-67). Lapsellekin on hyvin tärkeää vanhempien läsnäolo arjen eri tilanteissa (Heikkilä 2013, 56).

Neuvoloissa olisi tärkeää tuoda esille raskaan pikkulapsiperhevaiheen aikana keinoja, joilla parisuhteen hyvinvointia voidaan tukea (Malinen 2011, 67). Parisuhteeseen vaikuttavaan muutokseen olisi hyvä ottaa ennaltaehkäisevä ote, jolloin elämän arvojen muuttuessa tiedossa olisi jo keinoja, joilla hoitaa helposti kärsivää parisuhdetta. Erityisesti äitiys- ja lastenneuvolaan olisi järkevää siirtää aiheita ennaltaehkäisevyyden tulemistä ajatellen, sillä neuvola kunnallisena palveluna tavoittaa Suomessa lähes kaikki lapsiperheet. Erityisesti neuvolassa ja muissa perhepalveluissa kannattaisi myös korostaa yhteisen ajan merkitystä lapsen kehitykselle ja kannustaa vanhempia järjestämään yhteistä aikaa koko perheelle ja myös parisuhteelle (Kaikkonen ym. 2012, 50).

7.2 Opinnäytetyön luotettavuus

Opinnäytetyön tarkoituksena oli ottaa selvää, minkälaista tukea vanhemmat tulivat hakemaan Lauttasaaren parisuhdeillasta sekä kokivatko he perheroolien ympärät toimintamallin hyödylliseksi ja havainnollistavaksi tavaksi käsitellä illan teemoja.

Arvioitaessa opinnäytetyön luotettavuutta nousee esille kaksi käsitettä, reliabiliteetti ja validiteetti. Yksinkertaisesti selitettynä validiteetilla tarkoitetaan sitä, että mitataanko oikeaa asiaa. Reliabiliteetilla taas tarkoitetaan mittauksen tarkkuutta. Ensimmäiseksi tulee tarkastella tutkimuksen validiteettiä, koska jos mitataan väärää asiaa, tutkimuksen tarkkuutta ei voida määritellä. Tutkimuksen mittarin, validiteetin ollessa kunnossa, tulee huomio keskittää tutkimuksen reliabiliteettiin. Mitä vähemmän virheitä syntyy mittauksessa, sitä parempi ja luotettavampi on mittarin reliabiliteetti. (Vehkalahti 2008, 41.)

Tutkimusvirheitä välttääkseen tulee tutkimuksen luotettavuutta arvioida. (Vehkalahti 2008, 40.) Tutkimusaineiston käsittelyssä luottamuksellisuus on yhteydessä yksityisyyden käsitteeseen, tarkoittaen sitä, että ihmisten henkilökohtaisia asioita ja tietoja ei voi luovuttaa ulko-

puolisille. (Mäkinen 2006, 115.) Arvio tutkimuksesta tulee tehdä kokonaisvaltaisesti ja tutkimuksen osa- alueiden tulee olla suhteessa toisiinsa. (Vehkalahti 2008, 40-41.)

Haimme opinnäytetyöllemme tutkimuslupaa toimittamalla tutkimuslupahakemuksen, ja siinä liitteenä tutkimussuunnitelman sekä palautelomakkeen Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaanpiirin toiminnanjohtajalle Piia Metsähuoneelle ja saimme häneltä myönteisen päätöksen opinnäytetyölle. Opinnäytetyötä on suunniteltu ja toteutettu yhdessä MLL:n Uudenmaan piirin Kari Kuposen kanssa. Aineistonkeruu toteutettiin palautelomakkeella, johon vastasivat parisuhdeiltaan osallistuneet vanhemmat. Aineisto saatiin kasaan vanhempien vastauksista. Palautelomakkeen kysymykset koostuivat taustatiedoista, teemoista: minä minuna, parisuhde, vanhemmuus sekä illan teemat ja toteutus. Taustatiedoista saatiin selville vastaajan sukupuoli, koulutus sekä perhetilanne.

Parisuhdeillan alussa, esittelyjen ohessa, esittelimme osallistujille muun muassa opinnäytetyön aiheen ja sitä myöten syyn, miksi ja mihin kyselylomakkeen vastauksia käytetään. Jokainen iltaan osallistunut vastasi kyselyyn ja palautti kyselylomakkeen. Taustatietoihin ja väittämiin oli vastattu kaikissa kyselylomakkeissa, mutta avoimiin kysymyksiin vastaaminen oli monelta jäänyt tekemättä. Erityisesti miehet jättivät avointen kysymysten kohdat tyhjiksi.

Tässä opinnäytetyössä ei tavoiteltu suuria luotettavuuslukuja. Tarkoituksena oli saada pieni otos ja näkemys iltaan osallistuneiden motiiveista ja tuen tarpeista osallistua tapahtumaan. Aihetta voisi käsitellä syvällisemmin ja laajemmin, esimerkiksi keräämällä palautetta muistakin Mannerheimin Lastensuojeluliiton järjestämistä tapahtumista ja niissä käytettävistä toimintamalleista sekä niiden hyödyllisyydestä. Aihetta voisi jatkaa esimerkiksi tekemällä esitteitä kerätyn aineiston perusteella neuvoloihin, joissa otettaisiin ennaltaehkäisevästi esille elämän arvojen muuttuminen ja parisuhteen hoitamisen tärkeys vanhemmuuden koittaessa.

7.3 Opinnäytetyön eettiset kysymykset

Tutkimusta tehdessä tulee aina ottaa huomioon eettinen näkökulma. Etiikka tulisi nähdä moraalisesti oikeana näkökulmana ja sen tulisi olla osa arkista elämää. Tutkimusta tehdessä sekä analysoidessa on tärkeää lakien ja eettisten normien tuntemus, koska eettisten normien tuntemus auttaa konkreettisten päätösten tekemisessä koskien omaa tutkimustyötä.

Tutkimusetiikka koostuu eettisistä periaatteista, arvoista, normeista ja hyveistä. Näitä periaatteita tutkija noudattaa tutkimusta tehdessä. (Kuula 2006, 21, 23).

Parisuhde ja perheensisäiset asiat saattavat olla monelle hyvin sensitiivisiä aiheita. Siitä huolimatta kyselyyn osallistuneet vanhemmat olivat vastanneet rohkeasti tuntemuksistaan. Tästä

johtuen onkin tärkeää pitää analysoitaessa ja tuloksia esittäessä huolta, ettei pienestä kohde-ryhmästä voi päätellä osallistujien vastauksia.

Kyselylomakkeessa ilmi käyvistä vastauksista henkilöllisyys on salattu esittämällä tulokset sukupuolen ja taustan mukaan. Eettisesti kysely tulee toteuttaa niin, että vastaajien henkilöllisyys säilyy suojattuna niin sovittaessa (Mäkinen 2006, 115, 116). Palautelomakkeessa kysyttiin vastaajan sukupuoli, jotta saatiin tietoa miesten ja naisten näkemyksistä ja niiden mahdollisista eroista illan suhteen. Palautteet analysoitiin manuaalisesti, eikä tuloksista voida tunnistaa yksittäisen henkilön vastauksia. Palautelomakkeeseen vastaaville vanhemmille selvitetään miksi tietoa kerätään ja mihin sitä käytetään. Vastaajille luottamuksellisuuden takaaminen on kyselyn toteuttajan moraalinen velvollisuus, ja se on myös laissa määrätty (Mäkinen 2006, 116). Palautteen antaminen on vapaaehtoista. Vastaajalla tulee olla mahdollisuus kieltäytyä vastaamisesta, vaikka olisikin antanut suostumuksensa kyselyyn. (Mäkinen 2006, 95.)

Lähteet

- Anttila, M. 2005. Työn ja perheen yhteensovittamisen ongelma vanhemmuuden ja yritysorganisaation näkökulmasta. Pro gradu -tutkielma: Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos Jyväskylän yliopisto. Jyväskylä.
- Auvinen, M. Punkka P. 2008. Parisuhteen hoitaminen pikkulapsiperheiden vanhemmilla. Jyväskylän yliopisto: Pro Gradu- tutkielma
- De Bruijn, T. 2012. Perheroolien ympyrät. THL: Innokylä
- Halme, N. 2009. Isän ja leikki-ikäisen lapsen yhdessäolo. Tampereen yliopisto: Akateeminen väitöskirja. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki
- Heikkilä, J. 2013. Myönteinen vanhemmuus leikki-ikäisten lasten arjessa. Pro gradu-tutkielma Kasvatustieteiden laitos. Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino
- Hermansson, E. 2007. Lapsiperheen oma käsikirja- terveys syntymästä kouluikään. 1. painos. Duodecim. Helsinki: Gummerus Kirjapaino Oy
- Hirsjärvi, S. Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja Kirjoita. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino Oy
- Historia. 2014. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Viitattu 27.4.2014
<http://www.mll.fi/mll/historia/>
- Isoaho, L. & Perko, M. 2004. Vuorovaikutus äitiysneuvolassa. Vanhemmuuden ja parisuhteen rakentuminen keskustelussa. Psykologian pro- gradu -tutkielma. Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino
- Juurakko, S. 2010. Lapsiperheen sosiaalisen tuen kulttuurinen jäsentymisen- jäsenkategoria-analyttinen tutkimus hyvinvointineuvolan vastaanoton vuorovaikutuksesta. Pro gradu -tutkielma. Tampereen yliopisto. Sosiaalitutkimuksenlaitos.
- Kaikkonen, R. Mäki, P. Hakulinen- Viitanen, T. Markkula, J. Wikström, K. Ovaskainen, M-L. Virtanen, S. Laatikainen, T. 2012. Lasten ja lapsiperheiden terveys- ja hyvinvointi. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tampere: Juvens print Tampereen yliopistopaino Oy
- Kiljunen, P. & Torvi, K. 2005. Onnellisuuden vaikea yhtälö. EVAn kansallinen arvo- ja asennetutkimus. Yliopistopaino.
- Kontula, O. 2009. Perhebarometri. Parisuhdeonnen avaimet ja esteet. Katsauksia E 38/2009. Väestöliitontutkimuslaitos. Helsinki: Painosalama Oy
- Kontula, O. 2013. Perhebarometri. Yhdessä vai erikseen. Tutkimus suomalaisten parisuhteiden vahvuuksista, ristiriidoista ja erojen syistä. Katsauksia E 47/2013. Väestöliitontutkimuslaitos. Helsinki: Vammalan Kirjapaino Oy
- Koponen, K. 2014. Perheroolien ympyrät -ilta suunnitelma (julkaisematon lähde).
- Kuula, A. 2006. Tutkimusetiikka. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy
- Kylmä, J. & Juvakka, T. 2007. Laadullinen terveystutkimus. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Lammi-Taskula, J. Karvonen, S. Ahlström, S. 2009. Lapsiperheiden hyvinvointi. Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki: Yliopiston kirjapaino

Lauttasaarella Tapahtuu. 2014. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Uudenmaan piiri. Viitattu 16.10.2014 <http://uudenmaanpiiri.mll.fi/toiminta/yhdessa-vanhempaan-toiminta/lauttasaarella-tapahtuu/>

Malinen, K. 2011. Parisuhde pikkulapsiperheessä. Psykologien ja sosiaalialan tutkimus. Jyväskylän yliopisto. Jyväskylä.

Mannerheimin lastensuojeluliitto Uudenmaan piiri. 2013. Yhdessä vanhempana - Matalan kynnyksen vertaistukea parisuhteeseen ja vanhemmuuteen (2013-2015). Päivitetty 29.9.2013. Hanke suunnitelma Mannerheimin lastensuojeluliitto.

Mesiäislehto-Soukka, H. 2005. Perheenlisäys isien kokemana- fenomenologinen tutkimus. Acta Universitatis Ouluensis D 829. Oulu: Oulun yliopistopaino

MLL edistää lapsiperheiden hyvinvointia. 2014. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Viitattu 27.4.2014 <http://www.mll.fi/mll/>

MLL kunnan kumppanina. 2014. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Viitattu 12.5.2014 <http://www.mll.fi/kuntayhteistyö/>

Mäkinen, O. 2006. Tutkimusetiikan ABC. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy.

Nurmi, J-E. Ahonen, T. Lyytinen, H. Lyytinen, P. Pulkkinen, L. Ruoppila, I. 2006. Ihmisen psyko-loginen kehitys. 1. painos. WSOY Oppimateriaalit Oy. Helsinki.

Perälä, M-L. Salonen, A. Halme, N. Nykänen, S. 2011. Miten lasten ja perheiden palvelut vastaavat tarpeita? -vanhempien näkökulma. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Tampere: Juvens Print- Tampereen Yliopistopaino Oy

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2004. Lastenneuvola lapsiperheen tukena. Opas työntekijöille. Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita 2004:14. Helsinki.

Syrjälä, J. 2005. Vahva vanhemmuus- paras tuki nuoren kasvuun. Väestöliitto. Helsinki: Ewerko Painotuote Oy.

Thl. 2014. Vertaistuki. <http://www.thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/itsenaisen-elaman-tuki/vertaistuki>

Thomson, A. 2014. Romantic relationships in the context of parenting children with autism. Family sciences. University of Kentucky. Kentucky

Tietoa piiristä. 2014. Mannerheimin lastensuojeluliitto Uudenmaan piiri. Viitattu 16.9.2014 <http://uudenmaanpiiri.mll.fi/tietoa-piirista/>

Toiminta ja projektit. 2014. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Viitattu 12.5.2014 <http://www.mll.fi/mll/toiminta/>

Vaikuttaminen. 2014. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Viitattu 12.5.2014 <http://www.mll.fi/mll/vaikuttaminen/>

Vehkalahti, K. 2008. Kyselytutkimuksen mittarit ja menetelmät. Vammala: Vammalan kirjapaino Oy.

Viljamaa, M-L. 2003. Neuvola tänään ja huomenna. Vanhemmuuden tukeminen, perhekeskeisyys ja vertaistuki. Jyväskylän yliopisto. Jyväskylä.

Vilka, H. 2007. Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Vesterlin, H. 2007. Voimavaroja vanhemmuuteen ja parisuhteeseen - Lapsiperheiden vanhempien kokemuksia tukiryhmätoiminnasta. Tampereen Yliopisto: Pro Gradu -tutkielma

Åstedt- Kurki, P. Jussila, A-L. Koponen, L. Lehto, P. Majjala, H. Paavilainen, R. Potinkara, H. 2008. Kohti perheen hyvää hoitamista. 1. painos. Helsinki: WSOY

Liitteet

Liite 1 Tutkimuslupahakemus.....	32
Liite 2 Saatekirje	33
Liite 3 Kyselylomake	34

Liite 1 Tutkimuslupahakemus

TUTKIMUSLUPA-HAKEMUS

23.10.2014

Hyvä Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin toiminnanjohtaja,

Olemme terveydenhoitajaopiskelijoita Laurea- ammattikorkeakoulun Porvoon yksiköstä. Teemme 2014 syksyn aikana opinnäytetyön Mannerheimin Lastensuojeluliitolle. Mannerheimin Lastensuojeluliitto on käynnistänyt Yhdessä vanhempana -hankkeen Uudellamaalla, jonka tarkoituksena on tukea teemailtojen kautta vanhempien parisuhdetta sekä vanhemmuutta lapsiperheissä. Opinnäytetyömme tarkoituksena on kerätä tietoa MLL:n Yhdessä vanhempana -hankkeen, Lauttasaarella järjestettävän parisuhdeillan osallistujilta siitä, millaista tukea vanhemmat saivat parisuhteeseen parisuhdeilloista ja miten hyödylliseksi parisuhteelleen vanhemmat arvioivat parisuhdeilloissa käytettyjä toiminnan malleja. Tieto kerätään kyselylomakkeella paikanpäällä tilaisuuden lopussa.

Pyydämme kohteliaimmin lupaa toteuttaa kyseisen palautekysely parisuhdeiltaan osallistujille 6.11.2014. Kyselyyn osallistuminen on vapaaehtoista ja aineisto käsitellään anonymisti. Pyydämme vastausta tutkimuslupahakemukseen sähköpostitse 31.10.2014 mennessä. Opinnäytetyön raportti valmistuu syksyn 2014 aikana, ja se toimitetaan MLL:lle.

Opinnäytetyömme yhteyshenkilönä Mannerheimin lastensuojeluliiton Uudenmaan piirissä on Kari Koponen ja Laurea- ammattikorkeakoulusta yhteyshenkilö on ohjaava opettaja Lilja Palo, lilja.palo@laurea.fi, puh. 0408306152.

Ystävällisin terveisin,

terveydenhoitajaopiskelija

Eerika Kujansuu

eerika.kujansuu@laurea.fi

050-3201030

terveydenhoitajaopiskelija

Isabel Khalil

isabel.khalil@laurea.fi

045-3282622

Liite 2 Saatekirje

6.11.2014

Hyvä vastaaja,

opiskelemme Laurea- ammattikorkeakoulussa Porvoon yksikössä terveydenhoitajiksi. Teemme opinnäytetyötämme parisuhteen ja vanhemmuuden tukemisesta. Tähän liittyen keräämme palautetta Mannerheimin Lastensuojeluliiton Yhdessä vanhempana -hankkeen Lauttasaaren parisuhdeillasta. Vastaamalla palautelomakkeeseen autat meitä selvittämään, millaista tukea sait puolisona ja vanhempana tästä illasta.

Pyydämme sinua ystävällisesti vastaamaan palautelomakkeen kaikkiin kysymyksiin. Kysymykset liittyvät illan teemaan, Minä minuna, puolisona ja vanhempana. Kysymykset on jaettu viiteen eri osioon ja ne koostuvat monivalintakysymyksistä, väittämistä sekä avoimista kysymyksistä. Vastauksesi käsitellään nimettömänä eikä tuloksista voi tunnistaa vastaajaa.

terveydenhoitajaopiskelija
Eerika Kujansuu
eerika.kujansuu@laurea.fi
050-3201030

terveydenhoitajaopiskelija
Isabel Khalil
isabel.khalil@laurea.fi
045-3282622

Seuraavaksi esitetään väittämiä illan teemoihin liittyen. Valitse rastittamalla neljästä vaihtoehdosta yksi, joka on kohdallasi osuvin.

2. MINÄ MINUNA

1 = Täysin samaa mieltä 2= Osittain samaa mieltä 3= Osittain eri mieltä 4= Täysin eri mieltä

	1	2	3	4
1. Minulle on tärkeää huolehtia omasta hyvinvoinnista				
2. Minulla on mahdollisuus panostaa omaan hyvinvointiini				
3. Minulla on voimavaroja tehdä päivittäiset kotiaskareet				
4. Minulla on aikaa toteuttaa asioita, joista saan energiaa ja voimavaroja				
5. Pystyn keskustelemaan avoimesti perheemme asioista puolisoni kanssa				
6. Puolisoni mahdollistaa minulle omaa aikaa				

7. Mitä oivalsin tänä iltana itsestäni?

3. PARISUHDE

1 = Täysin samaa mieltä 2= Osittain samaa mieltä 3= Osittain eri mieltä 4= Täysin eri mieltä

	1	2	3	4
1. Olen tyytyväinen parisuhteeseeni				
2. Annan aikaa parisuhteen hoitamiselle				
3. Teemme yhdessä meille tärkeitä asioita				
4. Parisuhteessamme on riittävästi fyysistä läheisyyttä				
5. Pystymme keskustelemaan vaikeistakin asioista				
6. Jaamme kotityöt tasavertaisesti				

7. Olen ollut tämänhetkisessä parisuhteessani _____ vuotta

8. Mitä opin tänä iltana itsestäni parisuhteessa?

9. Mitä opin tänä iltana meistä parisuhteessa?

4. VANHEMMUUS

1 = Täysin samaa mieltä 2= Osittain samaa mieltä 3= Osittain eri mieltä 4= Täysin eri mieltä

	1	2	3	4
1. Olemme tasavertaisia vanhempina				
2. Otamme tasapuolisesti vastuuta vanhempina				
3. Meillä on yhtenevät periaatteet lasten kasvatuksessa				
4. Vanhemmuus on odotusteni mukaista				
5. Minulla on riittävästi aikaa olla lasteni kanssa				
6. Saan tarvittaessa tukea vanhemmuuteen lähipiiriltäni				
7. Minun on helppo ottaa vastaan tukea vanhemmuuteen lähipiiriltäni tai muilta sitä tarjoavilta tahoilta				

8. Mitä opin tänä iltana itsestäni vanhempana?

9. Mitä opin meistä puolisoni kanssa vanhempina?

5. ILLAN TEEMAT JA TOTEUTUS

1 = Täysin samaa mieltä 2= Osittain samaa mieltä 3= Osittain eri mieltä 4= Täysin eri mieltä

	1	2	3	4
1. Sain illasta käytännönvinkkejä arkeen				
2. Perheroolien ympyrät -toimintamalli oli hyvä ja havainnollistava tapa pohtia illan teemoja				
3. Luottamus itseäni kohtaan minuna, puolisona ja vanhempana vahvistui				
4. Sain innostusta illassa käsiteltyjen aiheiden pohtimiseen jatkossakin				
5. Ryhmässä oli helppo käsitellä illan sisältöä				
6. Illassa käsiteltiin minulle tärkeitä asioita				

7. Minkä käytännön vinkin sait omaan arkeesi?

8. Onko vielä muuta mitä haluaisit sanoa:



Kiitos vastauksistasi!