

Iida Harmaala ja Marika Krohns

SISKOT-VERTAISRYHMÄ OHJAAJIEN KOKEMANA

"...juuristohan siel on olemassa, mut me tuodaan siihen sitä, tukevoitetaan sitä pohjaa. Annetaan mahdollisuus mennä eteenpäin, et siipiä niinkun annetaan..."

SISKOT-VERTAISRYHMÄ OHJAAJIEN KOKEMANA

"...juuristohan siel on olemassa, mut me tuodaan siihen sitä, tukevoitetaan sitä pohjaa. Annetaan mahdollisuus mennä eteenpäin, et siipiä niinkun annetaan..."

Iida Harmaala ja Marika Krohns
Opinnäytetyö
Syksy 2015
Sosiaalialan tutkinto-ohjelma
Oulun ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu
Sosiaali-alan tutkinto-ohjelma

Tekijät: Harmaala Iida & Krohns Marika

Opinnäytetyön nimi: Siskot- vertaisryhmä ohjaajien kokemana "...juuristohan siel on olemassa, mut me tuodaan siihen sitä, tukevoitetaan sitä pohjaa. Annetaan mahdollisuus mennä eteenpäin, et siipiä niinkun annetaan..."

Työn ohjaajat: Pietilä Pirkko & Kokko Seija

Työn valmistumislukukausi ja -vuosi: Syksy 2015

Sivumäärä: 47+11

Tutkimuksemme kuvailee Oulun kaupungin alle 22-vuotiaille ensisynnyttäjä-äideille suunnatun Siskot- vertaisryhmän ohjaajien kokemuksia Siskot- vertaisryhmästä, vertaistuen merkityksestä ryhmään osallistuville äideille ja Siskot- vertaisryhmän ohjaamisesta. Opinnäytetyömme on laadullinen tutkimus ja tutkimustehtävämme on selvittää, millaisia kokemuksia Siskot- vertaisryhmän ohjaajilla on Siskot- vertaisryhmästä. Opinnäytetyömme avulla voidaan kehittää Oulun kaupungin Siskot- vertaisryhmän toiminnan toteutusta huomioiden ohjaajien kokemukset.

Teoreettisessa viitekehyksessä olemme käsitelleet vertaistukea nuorten äitien vanhemmuuden tukena sekä vertaisryhmien ohjaamista. Lisäksi käsitelimme nuorten äitien vertaisryhmiä ja Siskot- vertaisryhmää. Tarkastelimme ohjaamista nuorten äitien vertaisryhmien ohjaamisen näkökulmasta. Toteutimme tutkimuksen yhteistyössä Oulun kaupungin terveystalveluiden kanssa. Keräsimme aineiston teemahaastattelulla. Haastattelut toteutimme yksilöhaastatteluin ja tutkimuksemme haastateltavat ovat Oulun eri alueiden Siskot- vertaisryhmän ohjaajia. Analysoimme aineiston teemoittelemalla.

Tutkimustuloksista ilmeni, että äidit saavat Siskot- vertaisryhmästä sekä informatiivista että emotionaalista tukea muilta äideiltä ja ohjaajilta. Luottamus ja ryhmään sitoutuminen nousivat tärkeiksi asioiksi ryhmän toiminnan kannalta. Ohjaajat kuvasivat ohjaajilta vaadittavia tietoja ja taitoja nuorten äitien vertaisryhmän ohjaamisessa. Ohjaajat kokivat, että tärkeimpiä asioita vertaisryhmän ohjaamisessa ovat muun muassa tasavertaisuuden huomioiminen, tilannetaju ja avoimuus.

Vertaisilta saatu tuki osoittautui tutkimuksessamme erittäin merkitykselliseksi samassa elämäntilanteessa oleville äideille. Ohjaajan roolina on olla vertaisryhmän kasassa pitäjä ja ryhmäkerran vetäjä, joka huomioi kaikki äidit tasavertaisesti. Käytäntöjen kehittäminen ja ryhmän ohjaamiseen käytettävän ajan lisääminen nousivat opinnäytetyömme pohjalta keskeisimmiksi kehitystarpeiksi. Konkretiaa ja äideistä lähtevää toimintaa tulisi lisätä. Opinnäytetyömme tuloksia hyödyntäen Siskot- vertaisryhmän koulutuksen järjestämistä kaikille ohjaajille voitaisiin kehittää.

Avainsanat: vertaistuki, vertaisryhmät, ohjaus, teemahaastattelut, teemoittelu, Siskot- vertaisryhmä

ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences
Degree Programme in Social Service

Authors: Harmaala Iida & Krohns Marika

Title of thesis: Siskot peer group experienced by its leaders

Supervisors: Pietilä Pirkko & Kokko Seija

Term and year when the thesis was submitted: Autumn 2015 Number of pages: 47+11

The objective of the study is to describe the group leaders' experiences, meaning of the peer support for the mothers, the Siskot peer group leading and improvement ideas about the Siskot peer group, which is a group for mothers under 22 years living in the city of Oulu. With the help of this thesis, the working of the Siskot peer group can be improved by taking into account the experiences of the group leaders.

The study is a qualitative study. The group leading is examined from the perspective of leading peer groups of young mothers. The study was carried out in collaboration with the health services of Oulu. The method used in this study is theme interview and the analysis technique is theme identification. The interviews were carried out one by one. The interviewees are leaders of the Siskot peer group. The group leaders were asked about their experiences about the significance of peer support and about leading the Siskot peer group.

The study showed that peer support is a great help for young mothers in a similar situation. The mothers in the Siskot peer group get both informative and emotional support from other mothers and the group leaders. Trust and commitment in the Siskot peer group were important for the working of the group. The leaders also described the knowledge and skills that were needed when leading a peer group for young mothers. The leaders saw that the most important things in leading a peer group were equality, tactfulness and openness.

In the study the peer support turned out to be very meaningful to the mothers in a similar life situation. Based on this thesis, the main needs of development were the development of procedures and the number of working hours. In addition, the training of the Siskot peer group leaders could be improved.

Keywords: peer support, peer group, group leading, theme interview, theme identification, Siskot peer group

SISÄLLYS

| | | |
|-----|--|----|
| 1 | JOHDANTO | 6 |
| 2 | VERTAISTUKI NUORTEN ÄITIEN VANHEMMUUDEN TUKENA..... | 8 |
| 2.1 | Vanhempien vertaisryhmätoiminta | 9 |
| 2.2 | Nuorten äitien vertaisryhmä..... | 10 |
| 2.3 | Siskot- vertaisryhmätoiminta | 11 |
| 3 | NUORTEN ÄITIEN RYHMIEN OHJAAMINEN..... | 14 |
| 3.1 | Vertaisryhmien ohjaaminen | 15 |
| 3.2 | Nuorten äitien vertaisryhmien ohjaaminen | 16 |
| 4 | TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN..... | 19 |
| 4.1 | Tutkimuksen tarkoitus, tavoitteet ja tutkimustehtävät | 19 |
| 4.2 | Tutkimuksen metodologiset lähtökohdat | 20 |
| 4.3 | Aineiston keruu ja tutkimukseen osallistuneet henkilöt..... | 20 |
| 4.4 | Aineiston analyysi..... | 22 |
| 4.5 | Tutkimuksen luotettavuus..... | 24 |
| 4.6 | Tutkimuksen eettisyys | 25 |
| 5 | TUTKIMUKSEN TULOKSET | 28 |
| 5.1 | Vertaistuen merkitys Siskot- vertaisryhmässä | 28 |
| 5.2 | Ohjaajien kokemukset Siskot- vertaisryhmän ohjaamisesta..... | 30 |
| 6 | JOHTOPÄÄTÖKSET | 35 |
| 7 | POHDINTA | 39 |
| | LÄHTEET..... | 42 |
| | LIITTEET | 48 |

1 JOHDANTO

Ensisynnyttäjien keski-ikä Suomessa oli vuonna 2012 28,4 vuotta. Alle 20-vuotiaiden osuus kaikista synnyttäjistä on vähentynyt kahteen prosenttiin vuonna 2012, mikä on matalin sitten vuoden 1987. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014a, viitattu 6.10.2014.) Kehityspsykologiassa perheen perustaminen, lasten kasvattaminen sekä vanhemmuus liitetään vasta aikuisuuteen 20- 40 ikävuosien vaiheille. Vanhemmuus ja äitiys vaativatkin kehityspsykologian näkökulmasta riittävää henkistä kypsyyttä ja henkisiä voimavaroja. Yhteiskunta ja kulttuuri määrittävät ehtoja äitiydelle, ja ne saattavat olla ristiriidassa naisen subjektiivisten äitiyden kokemusten ja äitinä olemisen kanssa. (Hirvonen 2000, 37, viitattu 6.11.2014.)

Kuvailemme tutkimuksessamme Siskot- vertaisryhmän ohjaajien kokemuksia Siskot- vertaisryhmästä ja sen kehittämistarpeista. Teemme tutkimuksemme yhteistyössä Oulun kaupungin terveyspalveluiden kanssa. Tutkimuksemme tarkoituksena on kuvailla vertaisryhmäohjaajien kokemuksia Oulun kaupungin Siskot- vertaisryhmästä, sen ohjaamisesta ja vertaisryhmän merkityksellisyydestä ryhmään osallistuville äideille. Opinnäytetyömme on ajankohtainen, koska aihetta ei ole tutkittu aiemmin ja aihe oli Oulun kaupungin tilaus Oulun ammattikorkeakoululle.

Siskot-vertaisryhmä on tarkoitettu oululaisille alle 22-vuotiaille ensimmäistä lasta odottaville äideille ja heidän kumppaneilleen (Oulun kaupunki 2014, viitattu 24.9.2014). Siskot- vertaisryhmä toimii osana Oulun kaupungin terveyspalveluja. Toiminnan tavoitteena on tukea nuoruuteen ja äitiyteen liittyvissä kehityshaasteissa sekä vanhemmuuteen valmistautumisessa. (Strand 2008, 6.) Terveyden ja hyvinvoinnin laitos Lapsiperheiden hyvinvointi 2014 –tutkimuksessa ilmenee, että perheitä kuormittavat työelämän muutokset ja riittämätön vanhemmuuden tuki. (Lammi-Taskula & Karvonen 2014, viitattu 3.11.2015.) Siskot- vertaisryhmä on ennaltaehkäisevä, nuorille vanhemmille tarjottava palvelu. Perhepolitiikan kannalta olisikin olennaista, että mahdollinen tuen tarve havaittaisiin varhaisessa vaiheessa ja voitaisiin tukea perheiden elämänhallintaa, voimavarojen käyttöönottoa sekä arjessa selviytymisen vahvistamista (Reijonen 2015, viitattu 3.11.2015). Uusi sosiaalihuoltolaki pyrkiikin tarjoamaan perheille enemmän tällaisia matalan kynnyksen palveluita ennaltaehkäisevästi (Sosiaalihuoltolaki 1301/2014).

Nuorten äitien vertaisryhmä on ryhmä, jonka jäsenet tarvitsevat erityistä tukea vanhemmuuteen ja arjen hallintaan. Vertaisryhmältä saatava tuki voi olla tärkeää vanhemmuuteen kasvamisessa ja

uudessa elämänvaiheessa. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2009, 10.) Vertaisryhmään kuuluu statukseltaan tai iältään samankaltaisia ihmisiä, joilla on samanlainen kiinnostuksen kohde tai jotka ovat samanlaisessa elämäntilanteessa. Vertaisten voidaan nähdä haluavan tukea toisten kehittymistä jakamalla omia kokemuksiaan muiden hyväksi. (Kalalahti 2010, viitattu 4.11.2015.) Ryhmän ohjaajalta vaaditaan tietoa ja taitoa toimia tällaisen ryhmän kanssa. Ohjaamisen tavoitteena on, että vanhemmat kokevat saavansa sosiaalista, emotionaalista ja psyykkistä tukea ja apua uuteen elämänvaiheeseensa sekä vanhemmuuteen. Erilaisten vertaisverkostojen lisääntyminen on keskusteluissa nostettu esiin tärkeinä matalan kynnyksen palveluina, joissa vertaiset voivat antaa apua ja tukea toisilleen. Yhteisellä ponnistuksella on nähty voitavan saavuttaa enemmän. (Kalalahti 2010, viitattu 4.11.2015.)

2 VERTAISTUKI NUORTEN ÄITIEN VANHEMMUUDEN TUKENA

Vertaistuelle on olemassa painotuksiltaan erilaisia määritelmiä, mutta näitä kaikkia yhdistää vertaistuen liittäminen johonkin elämäntilanteeseen tai ongelmaan, vastavuoroisuus auttamisessa ja tuessa. Vertaistuki perustuu osapuolten omiin kokemuksiin. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (2014) määritelmän mukaan vertaistuki on elämässään samankaltaisten prosessien läpikäyneiden ihmisten toistensa tukemista ja vastavuoroisten kokemusten vaihtoa toisia kunnioittavassa ilmapiirissä. Toinen määritelmä korostaa voimaantumista ja muutosprosessia, jonka avulla ihminen tunnistaa omat voimavaransa ja vahvuutensa ja oppii ottamaan vastuuta omasta elämästään. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014b, viitattu 24.9.2014.)

Mielenterveystalon (2014) määritelmässä korostetaan vertaistuen omaehtoista ja vastavuoroista kokemusten vaihtoa. Keskinäinen ymmärrys lisääntyy yhteisten kokemusten jakamisen kautta. Vertaistuen avulla voi ymmärtää paremmin menneisyyttä ja se antaa myös toivoa tulevaan kohtamiseen. (Mielenterveystalo 2014.) Lastenneuvolaoppaan (2004) mukaan vertaistuki on sosiaalista tukea, johon sisältyy emotionaalista, tiedollista ja arviointia sisältävää tukea sekä käytännöllistä tukea. Monien kotimaisten ja ulkomaisten tutkimusten mukaan vertaistuesta on kiistatonta hyötyä monille perheille. (Lastenneuvolaopas 2004, viitattu 24.9.2014.)

Merkittävää vertaistuessa on, että omaan tilanteeseen saa uutta perspektiiviä prosessin eri vaiheissa olevilta vertaisilta. Vertaissuhde ei ole asiakkuussuhde, vaan vastavuoroinen ja tasa-arvoinen suhde. Vertaistuki tarjoaa monenlaista tietoa ja käytännön vinkkejä arjessa selviytymiseen. Yksilöiden ja ihmisryhmien voimaantuminen on parhain mahdollinen vertaistukiprosessin lopputulos. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014c, viitattu 24.9.2014.)

Vertaistuen lähikäsitteenä pidetään sosiaalista tukea. Marja-Terttu Tarkan väitöskirjassa (1996) sosiaalinen tuki määritellään Kahnin (1979) mukaan ihmisten väliseksi tarkoitukselliseksi vuorovaikutussuhteeksi. Siihen kuuluu yksi tai useampi tuen elementeistä. Ensimmäisenä emotionaalinen tuki, jolla ymmärretään esimerkiksi pitämistä, kunnioitusta ja turvallisuuden luomista. Toinen elementti on yksilön päätöksen teon tukeminen, kuten vahvistaminen ja palautteenanto. Viimeisenä elementtinä on konkreettinen apu, kuten esineiden tai rahan antaminen tai ajan käyttäminen toisen

hyväksi. Sosiaalisella tuella on merkittävä vaikutus yksilön mukautuessa erilaisissa elämän muutosvaiheissa, kuten odottamattomassa tilanteessa tai stressaavassa kokemuksessa. (Tarkka 1996, 12, 14.)

Vertaistuen muotoja ja toteuttamistapoja on monia, ei ole yhtä ainoata oikeata tapaa järjestää vertaistukea. Vertaistuki voi olla kansalaislähtöistä, omaehtoista toimintaa tai järjestöjen ja yhteisöjen sekä kolmannen sektorin järjestämää toimintaa. Vertaistukea voidaan toteuttaa kahdenkeskisenä tukena, esimerkiksi vertaistukihenkilötoimintana ja vertaistukiryhminä, jolloin ohjaajana toimii vertainen ryhmäläinen tai koulutettu ammattilainen. Nykyään yleinen vertaistuen toteuttamistapa on verkossa tapahtuva kahdenkeskinen tai ryhmämuotoinen tuki, kuten keskustelupalstat. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014c, viitattu 24.9.2014.)

2.1 Vanhempien vertaisryhmätoiminta

Vertaisryhmätoiminta perustuu kokemukselliseen asiantuntijuuteen ja siinä korostuu arjen arvoisuus. Vertaisryhmissä tärkeitä arvoja ovat luottamuksellisuus, tasa-arvoisuus ja toisen ihmisen kunnioittaminen. Keskeistä on yhdenvertaisten kokemusten jakaminen ja ryhmään kuuluminen. (Omaiset mielenterveystyön tukena Etelä-Pohjanmaan ry, viitattu 17.9.2014.) Tärkeää ryhmässä on tunne siitä, ettei ole yksin ongelmiensa kanssa. Ryhmässä voi saada apua ja uusia näkökulmia omaan elämäntilanteeseensa, tukea vertaisilta, yhteisiä kokemuksia toiminnasta ja vertaisryhmän jäsenet voivat esittää omia ajatuksiaan, kommentoida toisiaan ja kehittää uusia ratkaisuja kaikkien ryhmäläisten osaamisten ja tietämysten varassa. (Kivelä & Lempinen 2009, 30.) Ryhmässä tärkeää on vastavuoroisuus, kun saa apua muilta, sitä myös antaa muille. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2014c, viitattu 24.11.2014.) Ryhmätoiminnassa keskeistä on toiminta ja siitä oppiminen, mutta myös ryhmässä oleminen ja ryhmätoiminnan prosesseista oppiminen. Yksittäiselle ryhmänjäsenelle ryhmä on merkittävä oppimisympäristö. Tarkoituksena on rikastuttaa ryhmän yhteistä kokemushistoriaa yksittäisten ryhmäläisten kokemuksilla. (Kivelä & Lempinen 2009, 28,30.)

Perheille on tarjolla hyvin monimuotoisesti vertaisryhmätoimintoja. Vertaisryhmätoimintaa voidaan järjestää esimerkiksi vanhempainryhmätoimintana, avoimena päiväkotitoimintana ja perhekerhoina. Apua kasvatukseen voi saada vanhempien vertaisryhmästä. Tällaisen ryhmätoiminnan tarkoituksena on vahvistaa vanhempien omia voimavaroja sekä arjessa selviytymistä. Ryhmätoiminta

voi olla avointa tai suljettua. Ryhmätoiminta tukee yhteisöllisyyttä, auttaa ihmisiä luomaan verkostoja arjen tueksi sekä lähtemään kotoa vertaistuen piiriin. Suljetussa ryhmässä luottamuksellisen ilmapiirin luominen on mahdollista ja siellä voi käydä läpi vaikeitakin kokemuksia ja tilanteita turvallisesti samanlaisia asioita kokeneiden ihmisten ja ammattilaisten ohjauksessa. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014c, viitattu 3.11.2015.)

Vertaisryhmätoiminta voi olla korjaavaa tai ennaltaehkäisevää toimintaa. Suomessa perheiden vertaisryhmätoimintaa on ollut 1990-luvulta alkaen ja sen toiminnasta vastaavat pääasiassa kuntien ja kaupunkien sosiaalityö ja päivähoito. Myös järjestöt tarjoavat monipuolisesti perheille tarkoitettuja vertaistukiryhmiä. Sosiaalisen tuen saannin merkitys on korostunut vanhemmuutta tukevana tekijänä, koska monien perheiden sosiaaliset tukiverkostot ovat nykypäivänä heikot. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014c, viitattu 24.9.2014.)

2.2 Nuorten äitien vertaisryhmä

Ensimmäinen raskaus ja synnytys ovat naisen elämässä sekä kehityskriisi että käännekohta, jonka jälkeen alkaa uusi elämänvaihe: äitinä oleminen ja vanhempana toimiminen. Nainen valmistautuu tähän muutokseen tekemisen ja ajattelemisen tasolla. Raskauden ja äitiyden tuomat muutokset saavat aikaan kehitysprosessin, johon liittyy sekä kielteisiä että myönteisiä tunteita suhteessa lapseen ja omaan muuttuvaan identiteettiin. (Hirvonen 2000, 44.)

Tanja Tervasen (2014) Nuoret vanhemmat lastensuojelussa- hankkeessa ilmeni monia nuoren äitiyden tuomia haasteita. Äitiys haastoi identiteetin rakentumista, joka on muutenkin nuorella kehitysvaiheessa. Nuoret saattoivat kokea ulkopuolisuuden tunteita omien ikätoveriensa kanssa eikä samastuminen heihin ollut enää mahdollista erilaisten elämäntilanteiden vuoksi. Oman nuoruusiän ja vastuullisen vanhemmuuden välillä syntyi ristiriitaisia tunteita, kuten hämmennystä, väsymystä, äitiyden tunteen osittaista puuttumista ja vuorovaikutuksen pulmia. (Tervanen 2014, 8.)

Nuoren äidin voi olla vaikeaa mukautua raskauden ja synnytyksen vaatimiin rasituksiin sekä tulevaan vanhemmuuteen. Nuori voi olla vasta siirtymässä aikuisempaan elämänvaiheeseen ja oma itsenäistyminen saattaa olla vielä kesken. Nuorten raskauteen ja tulevaan vanhemmuuteen liittyvät

ongelmat ja tarpeet ovat toisenlaisia kuin vanhempien. (Hirvonen 2000, 44.) Eriksonin (1982) määritelmän mukaan nuoruusikä sijoittuu 12-22 vuoden ikään, joka on identiteetin rakentamisen aikaa. Nuorena ihminen on herkkä ympäristönsä arvostelulle, ihanteille ja normeille. (Tervanen 2014, 8.)

Nuoret äidit ovat halukkaampia käyttämään asiantuntijan neuvoja, mutta yhteiskunnan viralliset muodot eivät kuitenkaan korvaa epävirallisia sosiaalisia verkostoja (Tarkka 1996, 21). Bronfenbrennerin (1979) mukaan vanhemmuuden kannalta tärkein vuorovaikutuksellinen taso muodostuu perheen epävirallisista ja virallisista verkostoista. Nämä verkostot voivat toimia perheen kannalta turvaa antavina ja suojaavina. Jotta vanhempi voi hyvin, tärkeää on saada tukea esimerkiksi ystäviltä, sukulaisilta ja muilta vanhemmilta. (Armanto & Koistinen 2007, 347.)

Nuorten äitien vertaisryhmästä voi olla merkittävä tuki ja apu elämänmuutostilanteessa ja vanhemmuuteen kasvaessa. Nuorella äidillä on meneillään vaativa psyykinen työ itsenäistymisessä ja muissa kehityshaasteissa samanaikaisesti raskauden etenemisen ja äitiyden tuomien muutosten kanssa. Lisäksi ensimmäinen raskaus ja lapsen syntymä ovat suuria käännekohtia elämässä. Nuoruusiässä voi olla matalampi kynnyks kiinnittyä ryhmiin kuin muihin tukimuotoihin. Samassa tilanteissa olevien nuorten merkitys korostuu, koska nuori on vaarassa jäädä toveriryhmänsä ulkopuolelle raskauden myötä. Nämä vertaissuhteet ovat tärkeitä myös itsenäistymisessä ja identiteetin rakentamisessa. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2009, 10-11.)

2.3 Siskot- vertaisryhmätoiminta

Oulun kaupungin Siskot- toiminta oli alun perin Mannerheimin lastensuojeluliiton Pohjois-Pohjanmaan piirin projekti, joka käynnistettiin lokakuussa 2003. Hanke oli Raha-automaattiyhdistyksen rahoittama. (Karppinen 2006, viitattu 4.11.2015.) Vuodesta 2006 lähtien toiminta on vakiintunut osaksi Oulun kaupungin terveystalvija. Siskot- vertaisryhmätoiminnan päätavoitteena on tukea nuoruuteen ja äitiyteen liittyvissä kehityshaasteissa nuoria ensisynnyttäjiä. Haasteita ovat muun muassa suunnittelematon raskaus, raskauteen ja synnytykseen liittyvät pelot, mielialaan liittyvät asiat tai läheisten vähäinen tuki. Siskot- vertaisryhmässä tuetaan ensisynnyttäjiä turvaamaan hyvä alku lapsen elämälle. Ryhmässä tuetaan elämänhallintaa arkielämän taitojen ja vastuun ottamisen kautta. (Oulun kaupunki 2015, viitattu 6.11.2015.) Yksi tärkeä tavoite on luottamuksellisen ja turvallisen ilmapiirin luominen, jonka ehtona on toisiin samassa elämäntilanteessa oleviin tutustumi-

nen. Äitiyteen ja vanhemmuuteen valmistautuminen on ryhmän keskeinen teema. Tähän liittyy vahvasti varhaisen vuorovaikutuksen taitojen syventyminen ja turvallisen kiintymyssuhteen luominen äidin ja lapsen välille. Lisäksi tavoitteena on positiivisten voimavarojen löytäminen sekä äitien itseluottamuksen ja itsetuntemuksen lisääntyminen. (Strand 2008, 13.)

Ryhmät käynnistyvät äitien ollessa 28. -31. raskausviikolla ja vauvat syntyvät arviolta 9.-11. ryhmäkerran aikoihin. Vertaisryhmä kokoontuu 24 kertaa ja kokoontumisen kesto on aina noin kaksi tuntia. Siskot-toiminnan pääpaino on vertaisryhmätoiminnassa, mutta sen lisäksi tukea tarjotaan myös kotikäynteinä sekä tukihenkilötoimintana. Siskot-ryhmätoiminnasta tiedotetaan äitiysneuvolan terveydenhoitajan vastaanotolla. Terveydenhoitaja kertoo alle 21-vuotiaalle, erityistuen tarpeessa olevalle ensisynnyttäjälle Siskot-toiminnasta jo äidin ensikäynnillä neuvolassa. Jos äiti kiinnostuu toiminnasta, ohjaajat haastattelevat äidin ja tekevät sen perusteella valinnan ryhmään pääsystä. Valintaan vaikuttaa esimerkiksi se, että hyötykö äiti toiminnasta ja onko tuki riittävää. Suljettuun ryhmään valitaan 5-7 äitiä. (Strand 2008, 13.)

Siskot-vertaisryhmän jokaisella kokoontumiskerralla on oma teema. Teemojen sisällöt liittyvät esimerkiksi raskausaikaan ja vanhemmuuteen valmistautumiseen, vauvaperheen arkeen, vauvan hoitoon, parisuhteeseen ja vanhemmuuteen, tunteiden käsittelyyn ja tulevaisuuden suunnitelmiin. Teemojen käsittelyn ajankohtaa voidaan vaihdella huomioiden kulloisenkin ryhmän tarpeet ja toiveet. Ryhmäkerta voidaan toteuttaa myös pyytämällä asiantuntija vierailulle tai ryhmä voi vieraila asiantuntijan luona. Toisinaan äidit saavat myös kotitehtäviä, jotka puretaan teemakerroilla. Toiminnan on tärkeää olla pitkäkestoinen jatkumo, joten suositeltavaa olisi, että kokoontumiskertoja olisi vähintään kymmenen kertaa ennen mahdollista pitempää taukoa. Tauon aikana on varmistettava, että kukin äiti saa tarvittaessa henkilökohtaista tukea. (Strand 2008, 13, 14.)

Vertaisryhmätoiminnan lisäksi Siskot-toimintamalliin kuuluu jokaisen äidin luo tehtävät kotikäynnit, joita on vähintään kolme. Kotikäyntejä voidaan tehdä myös kunkin ryhmäläisen henkilökohtaisen tarpeen mukaan. Ryhmän toiminnan päättymisen jälkeen kotikäynnin yhteydessä ohjaaja ja äiti keskustelevat lähitulevaisuuteen liittyvistä asioista ja päättävät mahdollisista jatkotuen tarpeista. Kotikäynnin yhteydessä äideiltä pyydetään palaute toiminnasta lomakkeen avulla. Alkuhaastattelun lisäksi käynnit tehdään vauvan synnyttyä ja ryhmän toiminnan päättyessä, jolloin tehdään loppuhaastattelu. Tapaamisiin osallistuu myös lapsen isä tai joku muu äidille läheinen henkilö. (Strand 2008, 8-9.)

Siskot-ryhmän äideillä on mahdollisuus saada raskauden loppuvaiheesta vauvan ensimmäisten kuukausien ajaksi tukihenkilö. Tukihenkilöt ovat Oulun ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan opiskelijoita, jotka valitaan haastattelujen perusteella tukihenkilötoimintaan. Tukihenkilöt tapaavat äitejä henkilökohtaisesti ja tapaamisiin on varattu 80 tuntia. Ohjaajat voivat tarvittaessa ohjata äitejä jo ryhmän aikana muun tuen piiriin. Tukimuotoja tarjoaa esimerkiksi Ensikoti, ehkäisevä mielenterveystyö, Oulun kriisikeskus ja Oulun kaupungin perhetyö. Vuonna 2008 uutena toimintana alkoi myös isäryhmätoiminta, jonka tavoitteena on tukea isiä vanhemmuuteen. Isäryhmän ohjaajana toimii neuvolan miesperhetyöntekijä. Teemallisia ryhmätapaamisia on vähintään kolme. Ryhmän lisäksi tai vaihtoehtona sille ovat henkilökohtaiset tapaamiset perhetyöntekijän kanssa. (Strand 2008, 6-9.)

Siskot-ryhmiä ohjaavat terveydenhoitaja-perhetyöntekijä työpari. Ohjaajilla tulee olla halu työskennellä nuorten ensisynnyttäjien kanssa ja heillä olisi hyvä olla kokemusta nuorten ja äitien kanssa toimimisesta, tietoa raskaudesta, synnytyksestä, vauvan ja äidin vuorovaikutuksesta sekä vauvoista. Hyvät vuorovaikutustaidot ja ryhmädynamiikan tunteminen ovat edellytys ryhmän ohjaamiselle. (Strand 2008, 14.)

3 NUORTEN ÄITIEN RYHMIEN OHJAAMINEN

Ohjaajuuden peruselementtejä eli asioita, joista ohjaajuus rakentuu, ovat muun muassa itsetuntemus, yksilöiden- ja ryhmien ohjaamisen taidot, taito kohdata erilaisia ihmisiä, suunnittelukyky, vuorovaikutustaidot sekä kyky arvioida omaa toimintaa. Ohjaaja kasvaa ja kehittyä omassa ohjaajuudessaan kokemusten karttuessa, jossa keskeistä onkin halu oppia uutta ja kehittyä ohjaajana. (Kalliola, Kurki, Salmi & Tamminen-Westerbacka 2010, 8.)

Ohjaamista määrittää ympäristö, jossa ohjaus tapahtuu sekä kohderyhmät, joiden parissa toimitaan. Yksittäisten tuokioiden lisäksi ohjaaminen on ihmisten kohtaamista, keskustelua, kuuntelua, vuorovaikutusta, läsnäoloa sekä kasvatuksellista tukea. (Kalliola ym. 2010. 9.)

Ohjaustoiminnan keskeinen osa on tavoitteellisuus, kaikella ohjaamisella tulee olla tavoite. Toiminnalla pitää siis olla syy, miksi sitä tehdään. Ohjaajan on tärkeää pitää mielessä myös kasvatukselliset tavoitteet. Toiminnan tavoitteet voidaan jakaa pää- ja välitavoitteisiin. Päätaavoite on tavoite, johon koko ryhmä pyrkii ja välitavoitteet ovat jokaiselle ohjauskerralle erikseen mietittyjä pienempiä tavoitteita, jotka pyrkivät kohti päätavoitetta. (Kalliola ym. 2010. 79, 80.)

Ryhmätoiminnan lähtökohtana on ryhmän jäsenten tietoisuus ryhmän tavoitteesta. Ryhmillä on usein asiataavoite sekä tunnetavoite. Asiatavoite on ryhmän suoritettava tehtävä, jonka mukainen toiminta riippuu ryhmän sisäisestä tilasta ja kiinteydestä. Tunnetavoitteena on saavuttaa ryhmän kiinteyttä. Ohjaajan tulee pitää mielessä, mitkä ovat kyseisen ryhmän tavoitteet ja johdatella ryhmää näiden suuntaisesti. Ohjaajan tehtävä vaihtelee ryhmän eri vaiheissa ja jokainen ryhmä etenee ryhmäprosessissaan yksilöllisesti. (Lehtonen & Salovaara 2009, 76, 79.)

Ennen ryhmän aloittamista, ohjaajan on hyvä selkeyttää ajatuksia tulevasta ryhmästä. Vertaisryhmä toimii samojen ryhmädynamiikan periaatteiden mukaisesti kuin muutkin ryhmät ja vertaisryhmän ohjaajalla on oltava tietoa ryhmän toimintaan liittyvistä ilmiöistä ja tekijöistä. Ryhmän sisällä tapahtuu paljon muutakin kuin tavoitteiden mukaista toimintaa ja jäsenten välillä vaikuttavat monenlaiset tunteet, teot ja voimat. Jokaisessa ryhmässä on ainutlaatuinen ryhmädynamiikka. (Lehtonen & Salovaara 2009, 76,79.)

Ohjaajan on tärkeää kiinnittää erityistä huomiota ryhmän ilmapiirin luomiseen. Kiinteässä ryhmässä me-henki suojelee yhteisöä ja toimii koossapitävänä voimana. Luottamus ryhmän sisällä on tärkeää, sillä mitä parempi luottamus ryhmässä vallitsee, sitä paremmin ylläpidetään ryhmän arvoja. Ryhmässä syntyvä turvallisuus taas antaa tukea vaikeissa tilanteissa. (Lehtonen & Salovaara 2009, 77.)

Ryhmän ohjaajan taidot voidaan jakaa reaktio-, vuorovaikutus- ja toimintataitoihin. Reaktiotaitoja tarvitaan yksilöiden ja ryhmän tarpeiden ja toiminnan ymmärtämisessä. Näitä taitoja ovat esimerkiksi aktiivinen kuuntelu, toistaminen ja tiedon jakaminen. Vuorovaikutustaitoja ovat muun muassa tasapuolisuus, tukeminen sekä yksimielisyyden ja työyhteyden rakentaminen. Näiden avulla ohjaajat tukevat ryhmäläistä vuorovaikutukseen. Toimintataitoja ovat esimerkiksi kysyminen, vahvuuksien esiin nostaminen, mallin antaminen ja tavoitteiden asettaminen sekä sitoutuminen niihin. (Vilén, Leppämäki ja Ekström 2002, 280-281.)

3.1 Vertaisryhmien ohjaaminen

Vertaistukiryhmän ohjaajan on muistettava, että vertaistuki ja ammattilaisen antama tuki ovat eri asioita. Ohjaajan tehtävänä on luoda ryhmälle turvalliset puitteet, rohkaista kokemusten jakamiseen ja antaa kokemusten vaihdolle tilaa. Vertaistuki taas perustuu osallistujien keskenään jakamiin kokemuksiin, ajatuksiin sekä tunteisiin. (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2014d, viitattu 9.4.2015.)

Vertaisryhmän ohjaaja ei voi olla ryhmän auktoriteetti, sillä silloin ihmisille ei synny rentoa, tasaverstaista ja turvallista ilmapiiriä. Vertaisohjaaja on parhaimmillaan kanssakulkija, joka huolehtii ryhmän toimivuudesta, ryhmän jäsenten kokemusten yhteen liittämistä, niin käytännön kuin ryhmän prosessien ja jäsenten henkilökohtaisten muutosprosessienkin tasolla. Vertaisryhmän ohjaajan on oltava sinut itsenä kanssa. Toiseksi suurta hyötyä on siitä, että vetäjällä on ymmärrystä ryhmädynamiikasta eli ryhmän eri vaiheista, muutosprosessien luonteesta ja toiminnallisten ryhmämenetelmien osaamista. Osaaminen auttaa myös vertaisryhmän vetäjää jaksamaan paremmin. Ryhmänvetäjän on hyvä pohtia ja käsitellä itse ja myös ryhmän kanssa muutosta, muutosprosessin luonetta ja joskus mutkikkaitakin polkuja. Muutokseen liittyy myös ihmiseen itseensä liittyviä uskomuk-

sia ja asenteita, joita ryhmässä voidaan saada esille ja työstää yhdessä niistä toimivampia. Muutoksen ymmärtäminen ja siihen liittyvistä mielikuvista puhuminen auttaa edistämään sitä haluttuun suuntaan. (Heiskanen & Hiisijärvi 2015, viitattu 15.4.2015.)

Vertaisryhmän ohjaajan rooli on vaativa, koska siihen liittyy samanlaista problematiikkaa kuin esimerkiksi työelämästä tutun sisäisen muutosagentin rooliin. Tämä tarkoittaa sitä, että vertaisohjaaja saattaa helposti kohdata epäluuloja, kateutta, kitkerää kritiikkiä ja vähättelyä. Hän voi vastavuoroisesti myös kokea todellista auttamisen iloa ja iloa siitä, kun näkee jonkun ryhmän jäsenen tai koko ryhmän edistyvän ja saavan apua. Vertaisohjaaja on tasavertainen ryhmänsä jäsenten kanssa, vaikka hänellä onkin ryhmän toiminnan kannalta erityinen asema ryhmässä. Ryhmän ilmapiiriin muotoutuminen on jokaisen ryhmäläisen vastuulla, mutta on myös pitkälti ohjaajasta kiinni, millaiseksi ilmapiiri muodostuu. Vertaisohjaajan tulee antaa tilaa ja vastuuta ryhmänsä jäsenille kantaen kuitenkin itse kokonaisvastuun ryhmän toiminnasta sekä siitä, että kaikki osallistujat saavat äänensä kuuluville. (Heiskanen & Hiisijärvi 2015, viitattu 21.4.2015.)

Vertaisohjaajan toiminnan lähtökohtana on tietoa siitä, että jokainen ihminen on oman elämänsä asiantuntija. Ohjaaja ei ole ryhmäläisten asioiden ja ongelmien analysoija, terapeutti tai kaikkietävä neuvoja. Ohjaaja on auttaja, jonka tehtävänä on auttaa muita auttamaan itse itseään löytäen turvallisia ja itselle sopivia menetelmiä. (Heiskanen & Hiisijärvi 2015, viitattu 21.4.2015.)

Ryhmän yhteistyön sujumista ja edistymistä voidaan arvioida. Vertaisohjaajan on hyödyllistä seurata ja arvioida ryhmän toimintaa ja käytettyjä menetelmiä yhdessä ryhmän kanssa, mikäli hän haluaa auttaa ryhmää pysymään kehittyvänä ja jäseniään auttavana. Kun vertaisohjaaja pyytää ryhmänjäseniä kiinnittämään huomiota ryhmän toimintaa ja kunkin omaan oloon sekä oivalluksiin, pystyy hän auttamaan jäseniä omakohtaisten hyötyjen saamisessa vertaisryhmätoiminnasta. (Heiskanen & Hiisijärvi 2015, viitattu 21.4.2015.)

3.2 Nuorten äitien vertaisryhmien ohjaaminen

Nuorten äitien ryhmä on eräänlaista erityistä tukea tarvitsevien ryhmä, sillä nuorilla äideillä voi olla äitiyden tuomien haasteiden lisäksi myös nuoruuteen liittyviä haasteita. Nuorten vertaisryhmissä ja ohjaustilanteissa on erityisen tärkeää, että jäsenillä on mahdollisuus kokea turvallisuudentunnetta

ja luottamusta. Jokaisesta on löydettävä vahvuuksia, jotka tukevat itsetuntoa ja myönteistä käsitystä itsestä, koska monilla nuorilla identiteetti voi olla vasta kehitysvaiheessa. (Kalliola ym. 2010, 130.) Äitien kannalta on tärkeää, ettei sopivuutta ja valmiutta äitiyteen sidota mihinkään tiettyihin ikävuosiin vaan sen sijaan painotetaan yksilön omaa kokemusta sekä kehityksen yksilöllisyyttä. Tietyn iän sijasta, äitiyden katsotaan vaativan erilaisia taitoja ja kykyjä, joita ohjauksessa tulisikin korostaa. (Niemelä 2013, 174–175.)

Nuoren kehityksen yksilöllisyys, ennustamattomuus ja nuoren raskaus kehitystehtävineen vaativat ohjaajalta ammatillista osaamista. Tämä perustuu nuoren kehityksen tuntemiseen sekä taitoon olla vuorovaikutuksessa nuoren kanssa. Ohjaajan on huomioitava, että nuori tarvitsee toisenlaisia interventioita kuin vanhempi asiakas. Lähtökohtana tulisi olla nuoren asiakkaan omat käsitykset ja tunnistetut voimavarat sekä nuoren oman sosiaalisen tukiverkoston tuntemus ja sen mukaan ottaminen sen sijaan, että keskityttäisiin ongelmiin luovaan tai niitä hakevaan lähestymistapaan. (Hirvonen 2000, 45.)

Nuorten äitien ryhmien ohjaamisessa pyrkimyksenä on, että odottavat vanhemmat kokevat saavansa sosiaalista, emotionaalista ja psyykkistä tukea ja apua uuteen elämäntilanteeseen. Tämä on erityisen tärkeää ensimmäistä lastaan odottaville vanhemmille, jotta he kokisivat raskauden, synnytyksen, vauvan hoidon ja perhe-elämän miellyttäväksi kokemukseksi ja loisivat hyvän kasvun ja kehityksen ympäristön lapselle. Ohjaamistyössä korostuu ihmisten välinen vuorovaikutus. Vuorovaikutus edellyttää oikeaa ammatillista suhtautumista, jotta asiakkaan yksilöllisiin ongelmiin tai tarpeisiin voidaan vastata ja tällä tavoin edistää nuoren äidin persoonallista kasvua ja kehitystä. (Hirvonen 2000, 39, 44.)

Ohjaamisessa on tärkeää tukea nuoren omia valintoja ja kasvua nuoreksi äidiksi. Ohjaamisen tulisi siis olla minuutta tukevaa ja sen tulisi antaa mahdollisuus nuoren persoonalliselle kasvulle. Tanja Tervasen (2014) hankkeessa ilmeni keinottomuutta, turhautumista ja riittämättömyyttä työntekijöissä. Hankkeessa havaittiin, että nuoret eivät mielellään puhuneet hankalista asioista. Niistä puhuminen loi kuitenkin pohjaa luottamukselle. (Tervanen 2014, 8- 9.)

Nuorten äitien vertaisryhmätoiminta aiheuttaa ryhmässä ja ryhmäläisissä erilaisia vaikutuksia, joita voidaan tehdä näkyviksi ja arvioida. Vertaisryhmätoiminnassa voidaan arvioida neljää eri osakäsitettä, jotka ovat reaktio, oppiminen, muutos ja hyöty. Reaktiolla tarkoitetaan välittömiä vaikutuksia,

joita ryhmätoiminta on aiheuttanut ryhmän jäsenissä, esimerkiksi kokemukset ja elämykset. Oppiminen käsitetään tässä yhteydessä uuden tiedon oppimisena tai vanhan tiedon muokkaamisena. Muutoksella tarkoitetaan opitun kokeilun käyttöönottamisen vaikutusta omaan elämään, arjen hallintaan, käytäntöihin ja ympäristöihin. Vertaisryhmästä saatu hyöty on niitä etuja tai haittojen vähennyksiä, joita on aiheutunut muutoksesta. (Vilén ym. 2002, 47.)

4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

4.1 Tutkimuksen tarkoitus, tavoitteet ja tutkimustehtävät

Tutkimuksemme tarkoituksena on kuvailla vertaisryhmäohjaajien kokemuksia Oulun kaupungin Siskot- vertaisryhmästä, sen ohjaamisesta ja vertaistuen merkityksellisyydestä ryhmään osallistuville äideille. Valitsimme tutkimustehtävän, koska Oulun kaupungilla oli tarve saada tietoa ohjaajien kokemuksista Siskot- vertaisryhmästä ja sen merkityksellisyydestä äideille sekä kokemusten perusteella mahdollisesti kehittää ryhmän toimintaa. Tavoitteenamme on, että tutkimuksen tuottamaa tietoa voidaan hyödyntää Siskot- vertaisryhmätoiminnan kehittämässä. Aiheesta ei ole tehty aikaisempia tutkimuksia. Tavoitteenamme on tuottaa Oulun kaupungille kuvailevaa tietoa Siskot- vertaisryhmästä.

Tutkimuksemme tutkimustehtävä on:

1. Millaisia kokemuksia Siskot- vertaisryhmän ohjaajilla on Siskot- vertaisryhmästä?
 - 1.1 Millainen merkitys vertaistuellalla on äideille ohjaajien kokemana?
 - 1.2 Millaisia kokemuksia ohjaajilla on vertaisryhmän ohjaamisesta?

Oppimistavoitteenamme on tutkimuksen avulla kehittää omaa sosionomin ammattitaitoamme. Tavoitteidemme taustalla ovat sosionomin (AMK) kompetenssit. Haluamme oppia tutkimuksellista kehittämisosaamista ja sisäistää reflektiivisen, tutkivan ja kehittävän työtteen sekä vahvistaa käytäntöpainotteista tutkimuksellista osaamistamme. Jokaisessa tutkimusprosessin vaiheessa pyrimme refleктоimaan toimintaamme eettisesti. Oppimistavoitteenamme on teoreettisen tiedon kartuttaminen asiakkaiden tukemisesta, ohjaamisesta sekä heidän osallisuutensa vahvistamisesta asiakasprosessin eri vaiheissa. Meitä kiinnostavat erityisesti ohjaajien kokemukset nuorten äitien vertaisryhmästä ja sen ohjaamisesta. Tutkimmekin näitä aiheita ohjaajien näkökulmasta vahvistaaksemme sosionomin ammattitaitoamme ja asiakastyön osaamistamme.

4.2 Tutkimuksen metodologiset lähtökohdat

Tutkimusmenetelmäksemme sopii laadullinen tutkimus, koska tutkimme kokemukseen perustuvaa tietoa. Tässä tutkimuksessa mielenkiinnon kohteena ovat yksittäisten henkilöiden henkilökohtaiset ja ainutlaatuiset kokemukset. Laadullisen tutkimuksen lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen. Tutkimuksessamme tavoittelemme ohjaajien näkökulmaa ja olemme kiinnostuneita heidän kokemuksistaan. Yksi kokemuksen luonteenomainen piirre on henkilökohtaisuus. Kokemus on yksilöllinen ja ainutlaatuinen sekä aikaan ja paikkaan sidottu. (Latomaa & Suorsa 2011, 184.)

Käytimme aineiston hankinnassa laadullisena metodina yksilöteemahaastattelua ja kohdejoukkomme oli tarkoituksenmukaisesti Siskot-ryhmän ohjaajista valittu joukko. Arvot muovaavat sitä, miten pyrimme ymmärtämään tutkittavia ilmiöitämme, joten tutkija ei voi sulkea arvolähtökohtiaan pois (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 164, 161). Tutkimme ilmiötä ohjaajien näkökulmasta, joiden kokemuksissa korostuu ammattilaisen ääni. Avoin haastattelumme mahdollisti sen, että ohjaajat kertoivat asioista, jotka kokivat tärkeiksi. Toteutimme tutkimuksemme vapaehtoisuuden periaatteella, mistä voimme päätellä, että haastateltavat olivat halukkaita kertomaan kokemuksistaan ja kehittämään työtään. Laadulliselle tutkimukselle on ominaista, että tutkija luottaa omiin havaintoihinsa ja keskusteluihin tutkittavien kanssa. Luotamme niihin asioihin, joita ohjaajat toivat esille, emmekä kyseenalaista heidän kokemuksiansa todenperäisyyttä. Käsittelimme aineistoa kunnioittaen haastateltavien kertomaa, emmekä antaneet omien käsitystemme tai oletustemme vaikuttaa niiden tulkitsemiseen. Käsittelimme aineistoa niin kuin haastateltavat ovat asian ilmaisseet. Meitä oli kaksi tutkijaa, mikä lisäsi tulosten luotettavaa käsittelyä. Keskustelimme tuloksista yhdessä, joten saimme kahden ihmisen tulkinnan asioihin.

4.3 Aineiston keruu ja tutkimukseen osallistuneet henkilöt

Otimme yhteyttä Oulun kaupungin Siskot-ryhmän yhdyshenkilöön syksyllä 2014 ja kävimme tapaamassa yhteistyökumppaneitamme, mukana oli myös muutama ryhmänohjaaja. Saimme ohjaajien yhteystiedot ja lähetimme heille kaikille sähköpostia, jossa kerroimme opinnäytetyömme tavoitteista ja tarkoituksesta ja kysyimme heiltä halukkuutta osallistua tutkimukseemme. Haastateltavat ilmoittivat syksyn 2014 ja kevään 2015 aikana halunsa osallistua tutkimukseemme. Haastateltavina olivat neljä Siskot-vertaisryhmän ohjaajaa. Ilmoitimme heille hyvissä ajoin haastattelun ajankohdan, paikan ja tutkimuksemme aiheen, jotta he pystyivät pohtimaan etukäteen niihin liittyviä asioita.

Valitsimme tutkimusmenetelmäksemme puolistrukturoidun teemahaastattelun. Puolistrukturoidussa teemahaastattelussa kysymykset ja aihepiirit, eli teema-alueet, ovat kaikille samat, mutta haastateltavat voivat vastata omin sanoin. Vastauksia ei siis ole sidottu vastausvaihtoehtoihin. Kysymykset ovat määrätty ennalta, mutta haastattelija voi vaihdella niiden sanamuotoa. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 47.) Teemahaastattelu sopi laadulliseen tutkimukseemme, jossa haastateltavien kokemukset tulivat kattavasti esille. Lisäksi haastattelun avulla pystyimme esittämään heille lisäkysymyksiä ja pyytämään tarkennusta esille tulleisiin asioihin. Tällä tavalla saimme mahdollisimman laajan ja monipuolisen kuvan tutkittavasta aiheesta.

Haastattelussa korostetaan, että ihminen nähdään tutkimustilanteessa subjektina ja hän on merkityksiä luova ja aktiivinen osapuoli. Toisaalta, haastattelusta sopiminen, haastateltavien etsiminen ja itse haastattelun toteutus vievät aikaa. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 35.) Haastattelu on tyypillinen laadullisen tutkimuksen tiedonkeruumenetelmä, sillä siinä ollaan suoraan kielellisessä vuorovaikutuksessa tutkittavien kanssa ja heidän näkökulmansa ja "äänensä" pääsevät kuuluviin. (Hirsjärvi ym. 2009, 164, 204.) Haastattelu on menetelmänä joustava ja sen avulla saadaan kuvaavia esimerkkejä. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 36.) Haastattelemalla saimme vertaisryhmän ohjaajilta ainutlaatuista kokemuksellista tietoa.

Tietoperustaa hyväksi käyttäen valitsimme tutkimuksen teemoiksi vertaistuen merkityksen ja vertaisryhmän ohjaamisen, koska ne varmistivat vastauksen saamisen tutkimustehtäviimme. Vertaistuki on merkittävä käsite tutkiessamme Siskot- vertaisryhmiä, koska sen toiminta perustuu samassa elämäntilanteessa olevien nuorten äitien toisiltaan saamaan tukeen. Toiseksi teemaksi valikoitui vertaisryhmän ohjaaminen, koska sitä tutkimalla voimme tuottaa kuvailevaa tietoa ohjaukseen liittyvistä kehittämistarpeista. Teemojen avulla saamme kuvailevaa tietoa nykyisestä ryhmän toteutustavasta ja vertaisryhmän merkityksestä äideille.

Toteutimme haastattelut elokuussa 2015 tutkimuslupapäätöksen saatuaamme (liite 5.) Toteutimme haastattelut rauhallisessa paikassa, jotta melu tai muut häiriötekijät eivät vaikuttaisi niihin. Haastatelimme jokaista haastateltavaa yksitellen ja nauhoitimme haastattelut nauhurilla. Osallistuimme molemmat kaikkiin haastatteluihin ja vaihtelimme työnjakoamme. Toinen avasi keskustelun ja kertoi haastattelun kulusta ja käytännön asioista, kuten vaitiolovelvollisuudesta ja haastattelun toteutuksesta. Toinen huolehti nauhoituksesta ja mahdollisista muistiinpanoista. Aluksi kysyimme hei-

dän taustoistaan Siskot- vertaisryhmän ohjaajina, esimerkiksi kuinka kauan he ovat ohjanneet ryhmiä. Tämän jälkeen pyysimme heitä kertomaan, millainen näkemys heillä on vertaistukiryhmän merkityksestä äideille. Etenimme haastattelurungon (liite 1) mukaan ja pyysimme ensiksi kertomaan ohjaajia avoimesti teemoista. Mikäli halusimme tarkennusta ja syvempää tietoa, esitimme tarkempia kysymyksiä. Haastattelujen ilmapiiri oli rento ja ohjaajat kertoivat avoimesti kokemuksistaan. Haastattelut kestivät kahdestakymmenestä minuutista tuntiin.

4.4 Aineiston analyysi

Laadullisen aineiston analyysissä on monia tapoja. Analyysi alkaa usein jo haastattelutilanteessa. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 135, 136.) Tärkeää oli, että osasimme haastattelun aikana tarttua oikeisiin asioihin ja esittää tarvittaessa tarkentavia kysymyksiä. Tämä oli merkittävää, jotta saimme mahdollisimman kattavan aineiston vertaisryhmänohjaajien kokemuksista. Esimerkiksi ohjaajat mainitsivat työparityöskentelyn, joten pyysimme heitä kertomaan siitä enemmän.

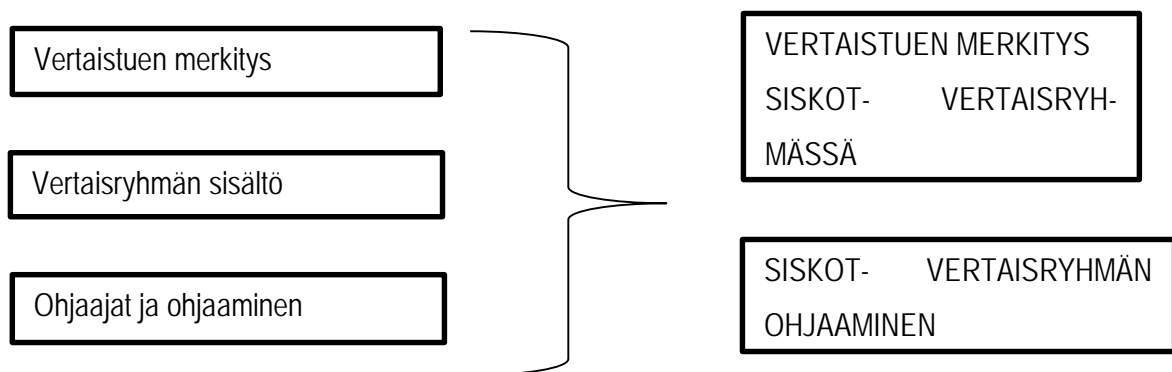
Haastattelujen jälkeen litteroimme haastateltavien puheen sanasanaisesti jättäen tauot ja naurahdukset merkitsemättä. Purimme aineiston tietokoneelle Microsoft Word- tiedostoksi. Saimme litteroitua aineistoa 21 sivua.

Aineiston analyysi, tulkinta ja johtopäätösten teko on tutkimuksen tärkeä vaihe. Analyysivaiheessa tutkijalle selviää, millaisia vastauksia hän saa tutkimusongelmaansa. (Hirsjärvi ym. 2009, 221.) Analyysin tehtävänä on tiivistää, järjestää ja jäsentää aineisto siten, ettei mitään olennaista jää pois. (Eskola & Suoranta 1998, 175). Tutkitustehtävämme ohjasi aineiston pelkistämistä. Pelkistämisen tapahtuu siten, että aukikirjoitetusta aineistosta etsitään tutkimustehtävän kysymyksillä niitä kuvaavia ilmaisuja (Tuomi & Sarajärvi 2013, 109). Litteroinnin jälkeen tarkastelimme aineistoa kokonaisuutena ja tutkimme haastateltavien sanomiset. Poimimme sieltä heidän kokemuksiaan, jotka liittyivät tutkimustehtäviimme ja jätimme epäolennaiset asiat pois, kuten kokemukset, jotka eivät olleet ohjaajien omia.

Analysoimme aineiston teemoittelemalla. Teemoittelu on laadullisen tutkimuksen perusmenetelmä, jossa tutkimusaineistosta pyritään hahmottamaan keskeisiä aihepiirejä eli teemoja. Näin on mahdollista seurata tiettyjen teemojen ilmenemistä aineistossa. (Eskola & Suoranta 1998, 177-178.)

Päädyimme teemoitteluun, koska se soveltuu hyvin teemahaastattelun aineiston analysointiin. (Eskola & Suoranta 1998, 176). Teemoittelussa aineisto ryhmitellään ja pyritään nostamaan esiin tutkimustehtävää valaisevista teemoista mielenkiintoisia sitaatteja tulkittavaksi. (Aaltola & Valli 2010, 192-193). Teemat löytyivät, kun kävimme aineistoa läpi alleviivaamalla samaan asiaan liittyviä asioita samoilla väreillä.

Teemahaastattelun määritellyt lähtökohtateemat voivat toimia runkona teemoittelussa, mutta analyysivaiheessa voi ilmetä myös muita mielenkiintoisia teemoja. (Hirsjärvi & Hurme 2004, 173.) Aineistostamme löytyi haastattelurungon teemojen lisäksi yksi uusi teema, joka oli vertaisryhmän sisältö. Yhdistimme haastateltavien kokemukset samoista asioista tiettyjen teemojen alle. Teemoja muodostui siis kolme kappaletta: vertaistuen merkitys, vertaisryhmän sisältö sekä ohjaajat ja ohjaaminen. Vertaistuen merkitys- teema sisälsi ohjaajien kokemuksia siitä, mitä vertaistuki merkitsee ja mitä se antaa äideille ryhmässä. Ohjaajat puhuivat paljon vertaisryhmän sisällöstä, jolla tarkoitamme käytännön järjestelyjä ja tiedollisia asioita, joita ryhmässä käydään läpi. Ohjaajat ja ohjaaminen- teemaan sisältyi ohjaajien kokemuksia asioista, joita heidän on otettava huomioon ryhmän ohjauksessa sekä kokemuksia ohjaajan roolista ryhmässä. Sisällytimme vertaisryhmän sisältö- teeman vertaistuen merkitys- teemaan ja ohjaajat ja ohjaaminen- teemaan, koska tässä oli molempiin teemoihin liittyviä asioita (kuvio 1). Näin muodostui kaksi pääteemaa, jotka ovat vertaistuen merkitys Siskot- vertaisryhmässä ja ohjaajien kokemukset Siskot- vertaisryhmän ohjaamisesta.



KUVIO 1. Teemojen jäsenitys

4.5 Tutkimuksen luotettavuus

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arviointiin ei ole olemassa yksiselitteisiä ohjeita, mutta luotettavuuden kriteereinä voidaan pitää uskottavuutta, vahvistettavuutta, reflektiivisyyttä ja siirrettävyyttä (Tuomi & Sarajärvi 2013, 138). Olemme tarkastelleet tutkimuksemme luotettavuutta näiden kriteerien kautta.

Uskottavuudella tarkoitetaan osallistuneiden riittävää kuvausta ja arviota kerätyn aineiston totuudenmukaisuudesta. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 138-139.) Meidän tutkimuksemme lisäsimme uskottavuutta olemalla vuoden verran tekemisissä tutkittavan ilmiön kanssa ja perehtymällä tutkittavaan ilmiöön monipuolisten lähteiden avulla sekä perustelemalla valintojamme. Tutkimuksen luotettavuutta lisäsi se, että tutkimukseemme osallistui kaksi tutkijaa ja hyödynsimme näin piirteitä tutkijatriangulaatiosta. Tutkijatriangulaatio tarkoittaa, että tutkimukseen osallistuu useampia tutkijoita aineistonkerääjinä ja tulosten analysoijina ja tulkitsoijina (Hirsjärvi ym. 2009, 233). Etenkin haastattelu- ja tulosten analysointivaiheessa kahden tutkijan näkökulma ja yhteistyö oli eduksi ja mielestämme se toi monipuolisuutta tulosten analysointiin. Analysoimme aineiston yhdessä lisätäksemme tutkimuksen luotettavuutta, jottei mitään tärkeää jäisi huomaamatta, eivätkä henkilökohtaiset mielipiteemme vaikuttaisi aineiston analysointiin. Näin tulokset vastasivat haastateltavien kokemuksia asioista. Tutkimuksemme luotettavuutta lisäsi se, että annoimme kaikille Siskot-vertaisryhmän ohjaajille yhtäläiset mahdollisuudet osallistua tutkimukseemme. Kerromme myös haastatteluihin käytetyn ajan, mahdolliset häiriötekijät, virhetulkinnat haastattelussa ja oman itsearviointimme tilanteesta. Nämä seikat kohentavat laadullisen tutkimuksen luotettavuutta. (Hirsjärvi ym. 2009, 232.) Varasimme haastatteluun tarpeeksi aikaa ja poistimme kaikki mahdolliset häiriötekijät.

Vahvistettavuudella tarkoitetaan sitä, että ratkaisut esitetään niin seikkaperäisesti, että lukija pystyy seuraamaan tutkijan päättelyä ja arvioimaan sitä. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 138-139.) Tuotimme mielestämme selkeää ja ymmärrettävää tekstiä koko tutkimuksemme ajan. Selitimme tarkasti tutkimuksen toteuttamisen eri vaiheista ja haastattelututkimuksen aineistonkeruun olosuhteista ja paikoista raportissamme.

Siirrettävyydellä laadullisessa tutkimuksessa tarkoitetaan tulosten siirrettävyyttä tutkimuskontekstin ulkopuoliseen vastaavaan kontekstiin. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 138-139). Meidän tutkimuksemme koostui neljän vertaisryhmän ohjaajan kertomista kokemuksista ja näin ollen tutkimuksemme ei voida yleistää kattamaan kaikkien vertaisryhmänohjaajien kokemuksia.

Refleksiivisyydellä tarkoitetaan sitä, että tutkijan on oltava tietoinen omista lähtökohdistaan tutkijana, arvioitava, kuinka hän tutkijana vaikuttaa aineistoonsa ja tutkimusprosessiinsa. (Kylmä, Vehviläinen-Julkunen ja Lähdevirta 7/2003, viitattu 21.4.2015.) Me olimme tietoisia siitä, että meidän läsnäolomme ja olemuksemme vaikuttivat haastateltaviin. Meidän sanomisemme ja kommenttimme välittivät tutkittaville tietynlaista viestiä. Meillä ei ole kokemusta nuorten äitien kanssa työskentelystä, joten mielipiteemme perustuivat koulusta oppimaamme teoriatietoon. Tutkijoina vaikutimme tutkimuksen aineistoon tulkitessamme haastatteluista saamaamme aineistoa. Kiinnitimme näihin asioihin huomiota ja onnistuimme mielestämme hyvin olemaan neutraaleja, emmekä antaneet omien mielipiteidemme johdattaa haastatteluja tai vaikuttaa tuloksiin. Tutkimuksen jokaisessa vaiheessa käsitelimme asioita puolueettomasti. Puolueettomuutta voidaan pohtia siinä, pyrkiikö tutkija ymmärtämään ja kuulemaan tiedonantajia itsenään vai suodattuuko tiedonantajan kertomus tutkijan oman kehyksen läpi. Esimerkiksi tutkijan kuulemaan voi vaikuttaa tutkijan sukupuoli, ikä, kansalaisuus tai uskonto. Väistämättä tutkija tarkastelee asioita oman kehyksensä läpi, koska hän on luonut oman tutkimusasetelman ja tulkitsee sitä. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 136.) Tutkimuksen eri vaiheissa tiedostimme tämän sekä pohdimme ja keskustelimme yhdessä aiheesta. Tutkijana meillä ei ollut tarvetta suosia tai vähätellä tietyntyyppisiä vastauksia.

4.6 Tutkimuksen eettisyys

Toteutimme tutkimuksemme hyvien tieteellisten käytäntöjen vaatimalla tavalla, jotta tutkimuksemme olisi eettisesti hyväksyttävä. Tutkimusetiikan näkökulmasta hyvän tieteellisen käytännön lähtökohtia ovat rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus tutkimustyössä, tulosten tallentamisessa ja esittämisessä sekä tutkimusten ja niiden tulosten arvioinnissa. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012-2014, viitattu 1.12.2014.) Tutkimuksessamme olimme huolellisia esimerkiksi haastatteluvaiheessa nauhoittamalla haastattelut kahdelle eri nauhurille varmistaaksemme niiden tallentumisen. Teimme myös varmuuskopiot tutkimuksestamme useaan eri tallennusvälineeseen välttääksemme työmme katoamisen. Haastatteluissa varmistimme, että haastateltavat ymmärsivät kysymykset oikein, ja tarkensimme tarvittaessa. Olimme tarkkoina siitä, että analysointivaiheessa emme muuta aineiston asiasisältöä analysoidessamme sitä.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta on laatinut ihmistieteisiin luettavaa tutkimusta koskevat eettiset periaatteet kolmeen osa-alueeseen, joita ovat tutkittavan itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen,

vahingoittamisen välttäminen sekä yksityisyys ja tietosuojat. Yksityisyyden suoja on määritelty myös Suomen perustuslaissa. Tutkimusaineistojen keruun, käsittelyn sekä tulosten julkaisemisen kannalta tärkein yksityisyyden suojan osa-alue on tietosuojat. Yksityisyyden suoja koskevat tutkimuseettiset periaatteet jaetaan tutkimusaineiston suojaamiseen ja luottamuksellisuuteen, tutkimusaineiston säilyttämiseen tai hävittämiseen ja tutkimusjulkaisuihin. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012-2014, viitattu 1.12.2014.) Aineiston käsittelyssä ja julkaisussa huolehdimme, että tutkimukseen osallistuvien henkilöiden yksityisyyden suoja on turvattu. Kerroimme haastateltaville, että heidän henkilöllisyytensä ei tule esille missään tutkimuksemme vaiheessa. Oulussa Siskot-ryhmän ohjaajia on vähän, joten tutkimusjoukkomme on helposti tunnistettava. Tämän vuoksi meidän oli oltava erittäin tarkkoja heidän henkilöllisyyden suojasta. Tutkimuksessamme tutkimme työntekijöiden omaan työhön liittyviä asioita, jotka voivat olla arkaluontoisia. Korostimme, että tiedot ovat luottamuksellisia ja meillä on vaitiolovelvollisuus, jotta haastateltavat voivat mahdollisimman avoimesti kertoa kokemuksistaan ja päättää itse, mistä asioista he haluavat meille kertoa.

Tutkimuksen aiheuttamat mahdolliset vahingot voivat koskea aineiston keruuvaihetta, aineiston säilyttämistä ja tutkimusjulkaisusta aiheutuvia seurauksia. Vahingoittamisen välttämällä tarkoitetaan henkisten haittojen sekä taloudellisten ja sosiaalisten haittojen välttämistä. Toimimme koko tutkimuksemme ajan niin, ettei tutkimuksesta koidu haittaa haastateltaville. Esimerkiksi henkilösuojusta huolehtiminen varmisti haitallisten seurauksien syntymisen. Tutkimuksessa sovelletaan teollisen tutkimuksen kriteerien mukaisia ja eettisesti kestäviä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä. Tutkimuseetiikkaan kuuluu, että tutkimusluvut on hankittu ja jossain tapauksissa eettinen ennakoarviointi on tehty. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012-2014, viitattu 1.12.2014.) Hankimme tutkimusluvan hyvissä ajoin ennen haastatteluja ja pohdimme tutkimussuunnitelmasamme, kuinka toimia eettisesti oikein haastatteluvaiheessa.

Toteutimme tutkimuksemme vapaaehtoisuuden periaatteella. Tutkittavat päättivät itse tutkimukseen osallistumisesta. Ihmisarvon kunnioittaminen on lähtökohtana tutkimukselle. Ihmisten itsemääräämisoikeutta pyritään kunnioittamaan esimerkiksi ihmisten mahdollisuutena päättää tutkimukseen osallistumisesta. (Hirsjärvi ym. 2009, 23-25.) Lisäksi osallistujilla tulee olla riittävästi tietoa tutkimuksen toteuttamisesta. Tiedotimme tutkittavien aiheesta ja toteuttamisesta. Ennen tutkimuksen aloittamisesta selvitimme tutkittaville tutkimuksen tavoitteet. Havainnointiin, haastatteluihin tai kyselyihin perustuvissa tutkimuksissa tutkittaville tulee kuvata tutkimuksen aihe ja kertoa, mitä tutkimukseen osallistuminen konkreettisesti tarkoittaa ja kauanko siihen menee aikaa. Tutkimuksessa on huolehdittava siitä, että vapaaehtoisuuden periaate toteutuu myös tutkimuksen

sisältyissä vuorovaikutustilanteissa. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012-2014, viitattu 1.12.2014.)

5 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tutkimuksemme tutkimustehtävänä on kuvailla millaisia kokemuksia ohjaajilla on Siskot- vertaistukiryhmästä ja sen ohjaamisesta. Tutkimustuloksemme saimme aineiston analysointivaiheessa teemoittelun avulla. Tutkimuksen teemat syntyivät aineistoa läpikäydessä ja tulkitessa haastateltavien sanomisia. Yhdistimme analysointivaiheessa pienemmät alateemat isoimmiksi pääteemoiksi. Tutkimuksen teemat liittyvät vertaistukeen ja Siskot- vertaistukiryhmän ohjaamiseen. Tutkimuksemme pääteemat ovat vertaistuen merkitys Siskot- vertaisryhmästä ja ohjaajien kokemukset Siskot- vertaisryhmän ohjaamisesta. Tutkimustulokset esittelemme näiden teemojen kautta. Esitämme tulokset sisällyttäen niihin aineistosta nousseet Siskot- vertaisryhmän kehittämissideat.

5.1 Vertaistuen merkitys Siskot- vertaisryhmässä

Vertaistuki ja äitien samaistuminen samassa tilanteessa oleviin nuoriin äiteihin on tärkein asia Siskot- vertaisryhmässä. Ryhmän vertaistuki luo yhteisöllisyyttä ryhmäläisten välillä, mutta se vaatii luottamuksellista ja kunnioittavaa ilmapiiriä ryhmässä. Vertaisryhmään sitoutuminen ja turvallisen ilmapiirin syntyminen sopivan tiiviissä ryhmässä mahdollistaa kaikkien äitien kokemusten ja mielihäilyiden kuulemisen, koska ryhmässä käsitellään hyvin henkilökohtaisiakin asioita.

”Sitten kun keskustellaan kaikkia asioita läpi niin sieltä nousee, että mulla on ollu samallalailla, esimerkiksi raskausajan oireista tai miten lähipiiri on suhtautunu raskauteen ja parisuhdeasioita käydään läpi nii siihenki tulee sitte vertaistukea...”

Äidit saavat ryhmässä vertaistuen lisäksi myös paljon tiedollista tukea muun muassa vanhemmuuteen ja vauvanhoitoon liittyen, mutta vertaisilta saadut kokemukset ovat suurin apu ja tuki samassa tilanteessa oleville äideille. Ohjaajat olivat sitä mieltä, että jos ei ole itse kokenut samanlaista tilannetta, niin ei voi täysin samaistua toisen tunteeseen. Samassa tilanteessa olevista äideistä voi parhaimmillaan syntyä sydänystäviä ja elämänikäiset kannattelijat toistensa rinnalle kulkemaan. Nuorten äitien lähipiirissä ei ole välttämättä samassa tilanteessa olevia tai ystäviä, joiden kanssa keskustella uuteen elämäntilanteeseen liittyvistä asioista. On tärkeää, että on jokin tietty paikka, johon äidit lähtevät tiettyyn aikaan. Tällöin arkipäiviinkin tulee sisältöä.

"On ihmisiä, joiden kans puhua, asioita joita esimerkiksi odottava äiti purkaa tuntojaan tai kertoo omista tunteistaan millä tuntuu odottaa lasta. Just se, että jos ei oo just sillä hetkellä kettää. Et se on niinku mahtava, että ne saattaa sitte kokoontua ja joistaki tulee sitte hyviä kavereita."

Luottamus ja kunnioitus ovat kaikkein tärkeimpiä ryhmän toimimisen kannalta, koska ryhmässä käydään läpi esimerkiksi taustoihin, omaan elämäntilanteeseen, omaan itseen tai terveydentilaan liittyen. Nämä voivat olla hyvin haavoittavia aiheita nuorelle naiselle. Luottamus on toteutunut hyvin ryhmäläisten välillä. On tärkeää, että myös ohjaajat antavat itsestään jotain ryhmäläisille, jotta luottamus syntyy myös ohjaajien ja ryhmän äitien välille. Mahdollisimman avoin ja tiivis ryhmä mahdollistaa sen, että kaikki ryhmäläiset uskaltavat sanoa mitä haluavat ja saavat sitä tukea, mitä he ovat lähteneet ryhmästä hakemaan. Ohjaajien mielestä myös mahdollisimman homogeeninen ryhmä tukee ryhmän avointa ilmapiiriä. Alussa äitien ryhmäytyminen on merkittävää, mikä mahdollistaa myös luottamuksellisuuden syntymisen. Ryhmä muotoutuu ryhmäläisten näköiseksi, joten jokainen Siskot- vertaisryhmä on erilainen ja ainutlaatuinen.

"Minusta kaikkein tärkein on se, että kun luottamus ja turvallisuus on syntynyt niin pystyy vaikka mihin, että tulee niitä spontaanisia juttuja ja voi tulla sellasia tunnekuorman purkujakin..."

Joidenkin äitien välille on syntynyt jopa niin läheinen suhde, että he ovat tavanneet myös ryhmän ulkopuolella. Siskot- vertaisryhmän loppuessa osa äideistä on tavannut vapaa-ajalla, perustaneet Facebook- ryhmän sekä oman ryhmän ja järjestäneet ryhmälle tilan, jotta yhteydenpito jatkuisi. Ohjaajien mielestä on hienoa, että yhteydenpito ei ole ohjaajien tai ulkopuolisten järjestämää, vaan äidit haluavat pitää yhteyttä myös itse. Toisaalta ohjaajien kokemuksien mukaan ryhmäläiset toivoivat, että Siskot- vertaisryhmä voisi jatkua pidempään. Myös ohjaajat olivat sitä mieltä, että jatkumolle olisi tarvetta ja sopiva aika ryhmän jatkumiselle olisi 1-1,5 vuotta, koska ensimmäinen vauvuosi on merkityksellistä aikaa.

"Nehä on pääsääntöisesti tosi hyvin sitoutuneita siihen ryhmään. Nii seki kertoo paljo, nii se on niille varmasti tärkeä ja mitä meki kerättii palautetta tästä meidän ryhmästä nii kaikki ois toivonu että se ryhmä ois jatkunu sitte pitempääki..."

Sitoutuminen on yksi keskeisin asia Siskot- vertaisryhmässä. Äidit ovat olleet todella sitoutuneita ja tämä kertoo siitä, että ryhmä on äideille tärkeä ja ryhmäläiset ovat kiinnostuneita toisistaan. Alussa järjestettävät kotikäynnit ovat hyvä asia, koska silloin äidit haastatellaan ja se sitouttaa äitejä

toimintaan. Kynnys ensimmäiseen ryhmäkertaan myös madaltuu äitien nähdessä ryhmän ohjaajat etukäteen. Haasteellista on saada nuoret sitoutumaan alkuhaastattelussa. Ohjaajat pohtivat, kuinka saada nuorelle kerrottua, että Siskot- vertaisryhmä olisi hänelle ”huippujuttu”, mutta kuitenkin pakottamatta.

Neljän-kuuden jäsenen ryhmä on ollut sopiva koko, koska tämän kokoisessa ryhmässä kaikki äidit saavat sanoa omat mielipiteensä ja ajatuksensa. Kahdeksan tai kymmenen hengen ryhmä on jo liian iso, koska joukossa voi olla ujompiakin ihmisiä, jotka eivät uskalla tuoda ajatuksiaan esille isossa ryhmässä. Ohjaajat kokivat tärkeänä tuttuuden ja turvallisuuden tunteen, mikä on syntynyt Siskot- vertaisryhmässä. Ryhmässä käydään paljon äitien omia asioita läpi ja haastateltavien mielestä olisi kannattelevaa, että äideillä olisi jokin oma paikka ryhmän päätyttyä.

5.2 Ohjaajien kokemukset Siskot- vertaisryhmän ohjaamisesta

Ohjaajan rooli on tärkeä Siskot- vertaisryhmän kasassa pitäjänä ja ryhmäkerran vetäjänä. Toisaalta ohjaajat kertoivat, että on oltava äitien kanssa samalla tasolla, tasavertaisena ryhmän jäsenenä. Ohjaamisessa tärkeää on jokaisen äidin kokonaisvaltainen ja tasavertainen kohtaaminen. Työparien välinen työnjako ja aiempi ryhmänohjauskokemus helpottavat Siskot- vertaisryhmän ohjausta ja sisällön suunnittelua. Konkretiaa ja äideistä lähtöisin olevaa toimintaa tulisi lisätä ryhmässä.

”Minulle henkilökohtaisesti se on tärkeä, että on osa ryhmää ja minun työparini, joka on ollut minun kanssa, on sovittu, että me ollaan osa ryhmää ettei me erotuta niin sieltä että me ollaan täällä ja äidit on niinku täällä. Et me ollaan niinku samanlaisia ryhmänjäseniä.”

Äitien kanssa ”samalla tasolla” oleminen ja itsenä toissijaiseksi tekeminen ovat tärkeitä asioita Siskot- vertaisryhmää ohjatessa. Ohjaajat jäivät vähän sivummalle antaen äitien keskustella keskenään, mutta puuttuvat tarvittaessa keskusteluun ja vievät keskustelun takaisin aiheeseen. Ohjaajat pitävät ryhmän ja keskustelun ”kasassa”. On tärkeää, että ohjaajatkin antavat jotakin itsestään ja kertovat esimerkkejä arkikielellä ammattikielen sijaan, jotta nuoret hahmottavat mistä on kyse. Ryhmän äidit voivat saada myös ohjaajilta vertaistukea, jos heillä on kokemusta vanhemmuudesta. Toisaalta ohjaajien on oltava auktoriteetteja, ja muistettava velvollisuutensa, kuten lastensuojeluilmoituksen tekeminen tarvittaessa. Kaikkein tärkeintä on olla oma itsensä, eikä esittää mitään muuta. Ohjaajan rentous, lämpö ja mukaansatempaavuus ovat ohjaajien tärkeitä ominaisuuksia.

Ohjaajan oman persoonan käyttö ohjaustilanteissa auttaa äitejä avautumaan asioistaan. Ohjaamiseen ja illan teeman toteuttamiseen tarvitaan luovuutta ja johdonmukaisuutta.

Ohjaajan on huomioitava ryhmässä erilaiset persoonat ja monenlaiset taustat. Ohjaajan on huomioitava myös hiljaisemmat äidit, antaa heille tilaa olla hiljaa ja kuunnella, mutta toisaalta tuoda heidänkin ääni kuuluviin. Ohjaajat kertoivat, että nuorella äidillä voi olla kokoajan "prosessi" käynnissä. Käsiteltävä asia voi olla häntä kiinnostava, mutta hänellä ei ole tarvetta osallistua siihen puheellaan. Ammattimainen ohjaus on tärkeää ja ohjaajien on muistettava hyvät käytöstavat, kunnioitus sekä hyvän esimerkin näyttäminen äideille. Ohjaajalla ei saa olla ennakkoluuloja nuoria vanhempia kohtaan, muuten hän ei voi olla aito nuorten äitien kanssa toimiessaan. Ohjatessa Siskot- vertaisryhmää ryhmän tavoitteellisuus on pidettävä mielessä ja toimittava tavoitteiden suuntaan.

"...Se tasavertaisuus on ihan äärettömän tärkeä, että ne saa sen luottamuksen että vaikka tuo on vanhempi ihminen niin ne uskaltaa puhua ja sanoo mitä ne aattelee. Että omasta mielestä säävutettiin hyvin semmone tasavertaisuus."

Ohjaajat pitivät myös tärkeänä, että jokainen ryhmäläinen otetaan ihmisenä vastaan ja kaikkia huomioidaan tasavertaisesti. Ryhmän kemia ja yhteisöllisyys ovat tärkeitä ryhmän toimivuuden kannalta. Ryhmäläiset kulkevat ikään kuin "yhteistä polkua", jossa me-henki korostuu. Ryhmän aloittaessa ohjaajalla on tärkeä rooli yhteisöllisyyden muodostumisessa. Ryhmän toimimisen kannalta on oleellista, että ryhmä sopii tietyt säännöt, esimerkiksi on oltava vastuuntuntoinen ja ilmoitettava mikäli ei pääse jollakin kerralla osallistumaan ryhmätapaamiseen. On tehtävä myös selväksi, että asiat käsitellään siinä hetkessä eikä niistä puhuta muualla. Tärkeää on myös antaa tapaamispäivämäärät äideille etukäteen, jotta äidit näkevät konkreettisesti mille päiville tapaamiset on sovittu.

"Kun ovesta tulee sisään, niin kaikki huomioiaan. Siellä saa niinkun meidän siskot olla hiljaa... mutta hänellä ei ole tarvetta siihen osallistua omalla puheellaan, sieltä näkee että siellä tulee jotakin tapahtumaan. Ja sehän jatkuu aina niinkun se työstäminen itse kullakin omalla tavallaan."

Luottamuksen luominen ei ole haastavaa, kun ryhmän jäsenet ja ohjaajat oppivat tuntemaan toisiinsa. Ohjaajalla on oltava taito antaa tilaa ja aikaa sekä mahdollisuuden kuunnella. Tärkeää on, että ketään ei pakoteta, vaan jokainen saa osallistua keskusteluun, jos haluaa. Nuorilla äideillä voi olla joitakin kipeitä asioita, joita he eivät halua ottaa esille ryhmässä. On tärkeää olla realistinen eikä

pelottelulle ole tilaa ryhmässä. Avoimuus itseä ja ryhmää, mutta myös toista ohjaajaa kohtaan, koettiin tärkeäksi.

Ohjaajana oleminen koettiin palkitsevana. Ohjaajien mukaan on ilo huomata nuorten kasvua vanhemmuuteen ja sitä, kuinka he nauttivat vauvastaan. On erittäin palkitsevaa huomata, että vaikka nuoret jännittävätkin puhua monista nuoren äidin elämään liittyvistä asioista, he kuitenkin uskaltavat avautumaan. Ohjauksen avulla nuoret voivat kehittää vuorovaikutustaan vauvan kanssa. Siskot –vertaisryhmän ohjaaminen ei tunnu aina työltä, se ei tunnu ”pakkopullalta” vaan on erittäin antoisaa.

”Ohjaajana on erittäin palkitsevaa olla. Erittäin kiitollisena saa olla siinä, että saa olla tuota elämässä mukana, kulkemassa rinnalla, erittäin tärkeässä muutosvaiheessa joka tuo kaikille ihmisille tullessaan paljon kysymyksiä, paljon uutta tuntematonta.”

Ohjaajalle on paljon hyötyä siitä, että hänellä on kokemusta perheiden kanssa työskentelystä. Olisi myös hyvä, että uudelle ryhmäohjaajalle tulisi työpariksi sellainen työntekijä, jolla on jo aiempaa kokemusta Siskot –vertaisryhmien ohjaamisesta. Kokemuksen kautta on helpompi lähestyä, lukea ja tulkita äitejä. On tärkeää, että ohjaajaparin välille syntyy yhteinen ”punainen lanka”. Tällä tarkoitetaan sitä, että ohjaajien välillä on selkeä työnjako ja he tukevat ja täydentävät toisiaan. Sanaton viestintä on myös tärkeää. Tilanteissa, joissa toinen työpari ei löydä sanoja tai ei ole tietoa jostain asiasta, niin silloin toisen ohjaajan tuki ja apu on tärkeää ja hän voi jatkaa siitä. Työparityöskentelyn vahvuus on se, että toinen ohjaajista voi samalla havainnoida esimerkiksi lapsen ja äidin välistä vuorovaikutusta. Moniammatillinen työparityöskentely on erittäin hyvä työväline, koska tällöin asiat tulevat huomioiduksi molempien työntekijöiden, terveydenhoitajan ja perhetyöntekijän, näkökulmasta. Ryhmäkerran teemat käydään yhdessä läpi, mutta toisella ohjaajista on vetovastuu. Työmotivaatiosta huolehtiminen on tärkeää, mutta ohjaajat eivät kertoneet tarkemmin miten he huolehtivat siitä.

”...tavoite on niinku luoda pohjaa siihen nuorten äitien, isien perheseen, et se juuristohan siel on olemassa, mut me tuodaan siihen sitä, tukevoitetaan sitä pohjaa. Annetaan mahdollisuus mennä eteenpäin, et siipiä niinkun annetaan. Se on niinku se kaikkein tärkein.”

Siskot -vertaisryhmä ei ole pelkästään vertaisryhmä, vaan se on myös ohjausryhmä eli ohjaajien antama tieto ja taito tulevat ryhmässä näkyväksi. Äidin kokonaisvaltainen ohjaaminen on tärkeää.

Vauvan syntyminen tuo paljon uusia ja erilaisia haasteita, joissa äidit tarvitsevat ohjausta ja tukea. Ohjaajat ovat tärkeässä roolissa antaessaan vanhemmille apua ja ohjausta varhaisessa vaiheessa, sillä lapsen ensimmäiset elinkuukaudet ovat niin merkitykselliset. Kokonaisvaltaisuus tarkoittaa äidin lisäksi myös isän huomioimista puhetasolla. Merkittävää on, että puhutaan kokonaisuudesta, koko perheestä. Tässä vertaistuen lisäksi ammattimainen ohjaus koettiin hyödylliseksi äideille. Jos ohjaajalla on itsellään omakohtaista kokemusta nuorena äidistä olosta, on hänen helppo samaistua äitien elämäntilanteeseen. Näin on helpompi asettua äitien asemaan ja toimia sillä tavalla kuin olisi toivonut itseään kohdeltavan samassa tilanteessa.

"Jos aiotaan pysyä siinä hahmotetussa todellisuudessa ja tarkotusperässä, niin kaikki se, niin kyllä se tavoite täytyy muistaa ja sitä kohti mennä."

Ohjaajat ovat kokeneet hyvänä sen, että jokaiselle ryhmäkerralle on tarkka teema. Valmiiksi suunnitellun rungon koetaan helpottavan ohjaajaa huomattavasti. Toisissa ryhmissä teemat käsitellään perusteellisemmin kuin toisissa ja eri ohjaajat painottavat teemojen tärkeyttä enemmän. Ryhmien välillä on tällaisia laadullisia eroja.

Ohjaajat pyrkivät saamaan keskustelua aikaan äitien keskuudessa tai sitten ohjaajat neuvovat käytännön asioissa, esimerkiksi vauvahieronnassa, ruuanlaitossa ja naiseuteen liittyvissä teemoissa. Ryhmässä ohjataan elämänhallintaan, kuten valintoihin, perheelle edullisiin vaihtoehtoihin ja ekologisuuteen. Ryhmäkerran sisältöä luodaan tarpeiden ja äitien toiveiden mukaan. Ryhmäkerralla käydään läpi niitä asioita, joita äideillä on mielenpäällä tai asioita, joita äidit haluavat jakaa, eikä orjallisesti noudateta jotakin tietynlaista kaavaa. Äideistä lähtevää toimintaa tulisikin painottaa enimmäkseen. Tiedollisia asioita jaetaan "siinä sivussa" ja yleensä äidit ovatkin kiinnostuneita niistä. Hyvästä ravitsemuksesta ja terveellisistä elämäntavoista puhuminen ryhmässä on tärkeää. Ohjaajan on myös hyvä tietää millaisessa elämäntilanteessa äidit elävät, esimerkiksi taloudellisten asioiden suhteen, sillä näitä asioita käydään ryhmässä läpi. Lisäksi äitejä voidaan ohjata muiden palveluiden piiriin, kuten pelkopoliklinikalle, Esikko-ryhmään ja Tyttöjen talolle.

Kehitysideaksi nousi, että ryhmäkertojen suunnitteluun tulisi olla enemmän aikaa. Olisi tärkeää, että ennen ryhmäkerran vetämistä olisi rauhassa aikaa "nollata" muut työpäivän asiat pois mielestä. Ilman ohjaajien aiempaa kokemusta ryhmien vetämisestä olisi teemojen läpikäyminen haastavaa nykyisellä aikataululla. Ajanpuute kuormittaa myös ohjaajien työkavereita lisäten heidän työtaakkaansa ja etenkin terveydenhoitajilla koettiin olevan suuri työmäärä ja vaikeus saada ryhmänohjaus

sopimaan aikatauluihin. Ryhmäkerran jälkeen tarvittaisiin myös enemmän aikaa ohjaajien väliseen yhteiseen havainnoista keskustelemiseen. Kolme tuntia olisi sopiva aika yhdelle ryhmäkerralle, jolloin ryhmäkertojen jälkeen jäisi aikaa ryhmäkerran purkuun ja äitien ja ohjaajien välisille kahdenkeskisille keskusteluille. Toisaalta helpottavaksi koettiin, että työparin kanssa pystyy jakamaan työtehtäviä. Olisi hyvä, jos vain tietyt työntekijät ohjaisivat ryhmiä, sillä omasta työstä irrottautuminen koettiin hyvin haasteelliseksi. Ohjaajat kaipasivat Siskot -koulutuksen uudelleen järjestämistä, sillä siitä saisi ryhmän vetämiseen ja aiheiden läpikäymiseen lisää tietoa sekä käytännön vinkkejä ryhmäkertojen toteutukseen.

Kehitysideaksi nousi myös, että ryhmän sisältöön voisi lisätä enemmän konkretiaa, ettei kaikkia asioita käytäisi läpi vain keskustelun tasolla. Esimerkiksi vauvanukke voisi olla ryhmässä jokaisella kerralla mukana ja sen avulla voitaisiin harjoitella vauvan käsittelyä. Ohjaajat kertoivat, että äidit ovat kokeneet välipalan tärkeänä, mutta he toivoisivat, että äidit voisivat osallistua sen valmistukseen ja kattamiseen yhdessä ohjaajien kanssa. Yhdellä ryhmäkerralla on käyty Marttaliitossa valmistamassa vauvasoseita, mutta ohjaajien mielestä jokaisella kerralla voitaisiin valmistaa jotakin yhdessä. Vauvaruokien valmistuskerta on koettu erittäin hyväksi ja se halutaan ehdottomasti säilyttää. Ohjaajat kiinnittävät huomiota iltapalan terveellisyyteen. Ruokat voisivat tulla jostakin valmiina, ja näin aikaa jäisi enemmän äitien kanssa keskusteluun.

"...että tuota sen konkretian lisääminen ja sit se että myös mikä heiltä nousee, niin se asia otetaan esille. Ei niinkään, että seurataan teemapuistonmerkeissä, vaan myös otetaan jos sieltä tulee heiltä lähtösin olevaa."

Kokemusten mukaan yhteistyö kumppaneiden ja ryhmässä vieraillevien eri alan asiantuntijoiden kanssa toimii moitteettomasti ja Melleniustalon tilat ovat olleet hyvät. He toivovatkin, että ryhmät ovat tulleet jäädäkseen.

6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Siskot- vertaisryhmästä ei ole tehty aiempia tutkimuksia, mutta äitien vertaisryhmistä on tutkimuksellisia tuloksia. Kanadalaisessa tutkimuksessa (Harrison, Neufeld & Kushner 1995) haluttiin selvittää, miten naiset valitsivat epäviralliset tuenlähteet etsiessään tukea elämäntilanteisiin tapahtuvissa muutoksissa. Tutkimuksessa todettiin, että yksi tärkeimpiä tuen antajia olivat ihmiset, jotka elävät samanlaisessa elämäntilanteessa ja joilla on samanlaisia kokemuksia kuin heillä. (Kytöharju 2003, 14, viitattu 3.11.2015.) Tutkimuksessamme ilmeni, että yhdistävät kokemukset takaavat sen, että Siskot- vertaisryhmän äidit voivat samaistua toisten äitien tunteisiin ja kokea tulevansa ymmärretyksi. Ryhmäläisiltä saatu empatia on usein eritasoista kuin ammattilaisilta saatu (Versova 2011, viitattu 28.10.2015).

Tutkimustuloksistamme voimme tehdä johtopäätöksen, että ohjaajien kokemuksen mukaan äidit saavat Siskot- vertaisryhmästä sekä informatiivista että sosiaalista tukea ohjaajilta ja muilta ryhmän äideiltä. Informatiivinen tuki tarkoittaa vertaisilta saamia käytännön vinkkejä sekä ohjaajilta saatua faktatietoa vanhemmuuteen ja tulevaan lapsiarkeen liittyen (Markus 2009, viitattu 3.11.2015). Sosiaalinen tuki voidaan jakaa emotionaaliseen tukeen, yksilön päätöksen teon tukemiseen ja konkreettiseen apuun. Turvallisuuden tunne ja jokaisen kunnioitus ovat esimerkkejä äitien saamasta emotionaalisesta tuesta Siskot- vertaisryhmässä. Yksilöiden päätökset saavat tukea niin ohjaajilta kuin muilta äideiltä ja auttavat mahdollisten ongelmien ratkaisuisissa. (Tarkka 1996, 12.) Esimerkiksi lastenhoitoon ja elämänhallintaan äidit saavat konkreettista tukea. Vertaisryhmä on hedelmällisimmillään iloista antamista ja saamista kaikille jäsenilleen, myös vetäjälle. (Heiskanen & Hiisjärvi 2015, viitattu 28.10.2015). Tutkimustulostemme mukaan Siskot- vertaisryhmä antaa myös ohjaajille paljon ja ryhmän ohjaaminen on heille mielekästä.

Siskot- vertaisryhmässä merkittävää on, että kun äidit jakavat kokemuksiaan ryhmässä, saavat he äänensä kuuluviin ja oppivat toisten kokemuksista. Tällainen toiminta voi vahvistaa äitien voimaantumisen kokemusta, joka sisältää pyrkimyksen opetella itsensä ja asioiden hallintaa sekä saada käyttöön sillä hetkellä tarpeellisia aineellisia ja henkisiä resursseja. Voimaantuminen on aina yksilöllinen prosessi, mutta se muodostuu vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa. Voimaantumisessa keskeistä on oman kokemuksen kertominen ja äänen kuuluville saaminen yhteisössä. (Voi-

maantumo 2015, viitattu 16.11.2015.) Vertaisryhmässä äitien itsetunto paranee ja vuorovaikutustaidot voivat kehittyä. Vertaisryhmässä opitut taidot ja tiedot toisaalta ennaltaehkäisevät ja auttavat arjen hallinnan haasteiden käsittelyssä.

Turvallisen ilmapiirin saavuttaminen on ryhmän toiminnan ja osallistujien hyvinvoinnin perusta. Ilmapiiriin saavuttaminen on haaste ohjaajalle sekä ryhmän jäsenille. Jonkinlainen yhdistävä asia, tutkimuksessamme nuorena vanhemmaksi tulo, edistää jo itsessään turvallisen ilmapiirin syntymistä. Sen saavuttamiseksi tarvitaan rentoa ilmapiiriä, kaikkien mielipiteiden huomioimista, jokaisen lämmintä vastaanottamista, huumorinkäyttöä ja kiireetöntä tunnelmaa. Ryhmän ohjaajien rooli, oma heittäytyminen ja persoonan esiintuominen ovat asioita jotka mahdollistavat turvallisen ilmapiirin. (Heiskanen, Hiisijärvi & Blomberg 2015, viitattu 29.10.2015.) Nämä turvallisen ilmapiirin syntymisen elementit tulivat esille myös meidän tutkimustuloksissamme. Turvallinen ilmapiiri on tae ryhmäytymiselle ja Siskot- vertaisryhmän tarkoituksen saavuttamiselle, minkä luomisessa ryhmän ohjaajalla on merkittävä rooli.

Vertaisryhmä on tasavertaisten ihmisten ryhmä ja se tarvitsee vetäjän, joka ottaa vastuun porukan luotsaamisesta ja ryhmäprosessin tukemisesta kohti tavoitetta. Vastavuoroisesti ohjaaja pystyy jakamaan ajatuksiaan ja uskomaan vastuuta muille. (Heiskanen & Hiisijärvi 2015, viitattu 28.10.2015.) Ohjaajat kokivat ohjaajan rooliin kuuluvan kaikkien äitien tasavertaisen kohtaamisen ja heidän kanssaan samalla tasolla olemisen. Nuorten äitien vertaisryhmän ohjauksen erityisyys onkin se, että ohjaajan on oltava vertainen, mutta toisaalta auktoriteetti ja ohjaajanroolin omaava. Koko ryhmän ohjauksen lisäksi ohjaajan työhön kuuluu myös yksilötyöskentely. Siskot- vertaisryhmässä tehdäänkin kotikäyntejä äitien luokse ja tällä tavalla huomioidaan jokaisen äidin tarpeet ja elämäntilanne yksilöllisesti. Ryhmädynamiikan muodostuttua ryhmän jäsenet, ohjaajat mukaan lukien, pystyvät olemaan kaikki samalla tasolla. Tuloksista voimme päätellä, että ohjaajan rooliin kuuluu olla ryhmän vetäjänä ja huolehtia, että kaikki olennaiset päivän teemaan liittyvät asiat tulevat käsitellyiksi. Vertaisryhmässä on aluksi hyvä olla ulkopuolinen vetäjä, joka on perehtynyt ryhmädynamiikkaan. Näin vertaisryhmä saadaan napakasti käyntiin.

Ohjaajat korostivat, että vaikka jokaisella ryhmäkerralla on tietty käsiteltävä teema, niin ryhmäkertojen sisältö muotoutuu äitien toiveiden mukaan. Äideistä lähtöisin olevaa toimintaa tulisikin lisätä Siskot- vertaisryhmässä, koska tällainen äitien kuuleminen palvelee äitien tarpeita parhaalla mahdollisella tavalla ja lisää äitien osallisuutta toiminnassa. Äitien osallisuus ryhmän toiminnassa taas vahvistaa heidän oman elämän asiantuntijuutta. Ohjaajien tulisikin painottaa osallistavia työtapoja

ja tasa-arvoista dialogia. (Kaste 2013, viitattu 16.11.2015.) Asiakaslähtöinen toiminta vahvistaa asiakkaan omia voimavaroja sekä elämänhallintaa ja voimaantumista. Asiakkaan toiveiden kuuleminen lisää asiakkaan ja ohjaajan välistä avoimuutta ja luottamusta. (Keronen 2013, viitattu 3.11.2015.) Osallisuuden ja asiakaskeskeisyyden edistämisestä on säädetty myös uudessa Sosiaalihuoltolaissa (1301/2014 1§).

Haastatteluissa myös ryhmän koko herätti ajatuksia. Tutkimustuloksistamme päätellen sopiva ryhmäkoko olisi 4-6 äitiä, mikä mahdollistaa tiiviin ja luottamuksellisen ilmapiirin syntymisen. Sopiva ryhmän koko on edellytys ryhmän onnistumiselle, koska liian suuressa ryhmässä voi syntyä sosiaalista painetta. Tämä latistaa luovuutta ja heikentää vapaata kommunikointia. (Suomen virtuaaliammattikorkeakoulu 2006, viitattu 6.11.2015.) Vertaisuus ei pääse oikeuksiinsa liian suuressa ryhmässä. Kaikkien äitien ääni ei välttämättä pääse kuuluviin tai aremmat äidit eivät uskalla kertoa kokemuksistaan, mikäli ryhmä on liian suuri. Sitoutuminen on ryhmän kannalta keskeistä, koska se määrittää pääsevätkö äidit kokemusten vaihdossa sille tasolle, että siitä on heille hyötyä. Säännöllisesti ryhmään tuleminen ja omien voimavarojen mukaan osallistuminen keskusteluun ja toimintaan mahdollistavat vertaisryhmästä saadun edun.

Tutkimustuloksista ilmeni, että ryhmäkertoihin tulisi sisältyä enemmän konkretiaa ja havainnollistavia esimerkkejä, kuten vauvan käsittelyä nukan avulla. Konkreettinen tekeminen on oppimisen tärkeä keino. Kun kokeillaan, harjoitellaan, osallistutaan ja tutustumaan, niin eletään sitä todellisuutta, johon oppimisen tavoite kohdistuu. Konkreettisuuden tehokkuus perustuukin oppijan omiin kokemuksiin ja tekemisestään oppimiseen sekä siitä saatuun välittömään palautteeseen. (Vuorinen 2001, 180-181.)

Tutkimustuloksista ilmeni, että välipala voisi tulla jostakin valmiina tai se voitaisiin tehdä yhdessä äitien kanssa. Tämä Siskot- vertaisryhmän kehittämisidea voisi olla yksi ratkaisu haastatteluissa ilmenneisiin aikatauluhaasteisiin, koska tutkimustuloksistamme suurimmaksi kehitystarpeeksi nousi ajanpuute ryhmän suunnittelussa ja ryhmäkertojen läpikäynnissä. Tulevaisuutta ajatellen ryhmän kestoa voisi pidentää ainakin vuodella, koska lapsen ensimmäiset kasvun vuodet ovat hyvin merkityksellisiä ja mahdollisesti myös haasteita tuovia vuosia. Tuloksista ilmeni, että jatkossa kaikille Siskot- vertaisryhmän ohjaajille voitaisiin järjestää ohjaajakoulutus. Tämä kenties vähentäisi haastatteluissa ilmenneitä ryhmien välisiä laatueroja. Ohjaajien kiinnostus jatkaa Siskot- vertaisryhmässä oli suuri, mikäli Siskot- vertaisryhmän ohjaamiseen olisi enemmän aikaa muun päivätyön ohella.

Siskot- vertaisryhmästä on valmistumassa toinen tutkimus, jossa tutkitaan äitien kokemuksia. On hyvä, että aihetta tutkitaan sekä äitien että ohjaajien näkökulmasta. Nämä kaksi tutkimusta antavat Oulun kaupungille käsityksen vertaisryhmän toimivuudesta ja sen kehittämistarpeista. Näitä tutkimustuloksia voisi hyödyntää esimerkiksi Siskot- vertaisryhmän ohjaajille suunnatussa koulutuksessa, mikäli sitä tullaan vielä järjestämään. Tutkimusprosessimme aikana yhdeksi jatkotutkimusideaksi nousi Siskot- vertaisryhmän isille suunnatun vertaisryhmän tutkiminen. Isien kokemukset ovat myös merkityksellisiä, koska tärkeää on huomioida perhe kokonaisvaltaisesti. Mielenkiintoista olisi kuulla, mitä vertaistuki merkitsee Siskot- vertaisryhmän isille.

7 POHDINTA

Valitsimme tämän aiheen opinnäytetyöllemme, koska olemme molemmat kiinnostuneita perheyöstä. Erityisesti nuorten äitien vertaisryhmät vaikuttivat mielenkiintoiselta näkökulmalta. Opinnäytetyömme aihe valikoitui Oulun kaupungin tilauksista Oulun ammattikorkeakoululle. Valitsimme ohjaajien näkökulman äitien sijaan, koska halusimme saada nimenomaan työntekijän näkökulman vertaisryhmään. Ajattelimme, että ohjauskokemuksista voisimme saada hyödyllistä tietoa oman ammatillisuutemme syventämiseen. Siskot- vertaisryhmästä ei ole tehty aikaisempia tutkimuksia, joten uuden tiedon tuottaminen työelämään kiinnosti meitä. Mielestämme saimmekin ohjaajilta kattavasti kokemuksia, joita voidaan jatkossa hyödyntää Siskot- vertaisryhmän kehittämisessä.

Tutkimuksen tekeminen oli mielenkiintoinen ja opettavainen prosessi. Kummallakaan tutkijoista ei ollut aiempaa kokemusta tieteellisen tutkimuksen tekemisestä, joten molemmilla oli paljon opittavaa muun muassa laadullisen tutkimuksen käytänteistä. Opimme rajaamaan aihetta kirjoittaessamme tietoperustaa ja myös lähdekriittisyytemme kasvoi. Opimme tietolähteiden kokonaisuuden jäsentämisestä ja mielestämme onnistuimme muodostamaan kattavan tietoperustan. Tietoperustan laatiminen tuntui aluksi haastavalta, koska meillä ei ollut kokemusta tämän tyyppisestä laajan aineiston jäsentelystä. Siskot- vertaisryhmästä on olemassa vain yksi kirja, joten Siskot- vertaisryhmän käsittely tietoperustassamme perustui lähes kokonaan tämän yhden teoksen varaan. Yleisesti vertaisryhmien ohjaamisesta löytyi kattavasti tietoa, mutta nimenomaan nuorten äitien vertaisryhmistä oli verrattain vähän lähteitä.

Opimme, kuinka tärkeää tutkimussuunnitelman laatiminen oli. Tutkimuksen suunnittelun aikana opimme, kuinka tärkeää luotettavuuteen ja eettisyyteen liittyvien kysymysten huomioiminen on tutkimuksen kaikissa vaiheissa. Tutkimusprosessi hahmottui ja selkiytyi, kun tutkimuksen eteneminen mietittiin tarkasti ja tarkoitukset ja tavoitteet kirjattiin ylös. Haastattelurunko oli helpompi laatia tutkimussuunnitelman pohjalta. Haastattelurungon suunnittelu ja haastattelujen toteutus olivat meille molemmille uusia kokemuksia. Haastattelut itsessään olivat hyvin mielenkiintoisia ja niiden analysointi oli tutkimusprosessin antoisinta aikaa.

Tutkimustulosten analysointivaiheessa haasteeksi, mutta myös mielestämme opettavaiseksi kokemukseksi koimme tulosten kirjoittamisen niin, ettei asiasältö muutu ja ajatus säilyy samana. Tutkimustulosten johtopäätösten kirjoittaminen haastoi meidät pohtimaan tutkimuksemme antia.

Tutkimuksemme tekemiseen liittyi joitakin haasteita. Aluksi saimme vain kaksi ohjaajaa osallistumaan haastatteluihin, mutta tutkimuslupaa hakiessa ilmeni, että Oulun kaupunki vaati neljä haastateltavaa tutkimukseemme. Haastateltavien hankkiminen viivästytti jonkin verran tutkimusluvan saamista ja siten haastattelumme viivästyivät suunnitellusta aikataulusta. Koko tutkimusprosessin aikana haasteenamme oli yhdistää muut kouluasiat ja tutkimuksemme tekeminen. Suurimpana haasteena tutkimusprosessimme aikana on ollut tutkimusongelman mielessä pitäminen analysointivaiheessa ja se, että tutkimustuloksemme vastaavat tutkimusongelmiimme.

Koimme parityöskentelyn erittäin hyväksi asiaksi tutkimuksen aikana. Toki se sisälsi joitakin haasteita, muun muassa aikataulujen sovittamisen kannalta. Kahden tutkijan ansiosta tutkimusprosessi ja sen tuloksia pystyi käymään läpi monesta eri näkökulmasta. Tutkimuksen luotettavuutta lisäsi se, että meitä oli kaksi tutkijaa tulkitsemassa tuloksia. Huomasimme, että ymmärsimme ja tulkitimme joitakin asioita eri tavalla, mutta yhteisen keskustelun ja selvittelyn avulla löysimme asioihin saman tulkinnan. Tutkimusprosessin aikana kävimme monia mielenkiintoisia ja uusia näkökulmia avaavia keskusteluja keskenämme. Parityöskentelystä oli paljon apua ja tukea, kun oli kaveri, kenen kanssa pystyi vaihtamaan ajatuksia prosessista. Yhteistyömme sujui hyvin ja työnjakomme oli selvä koko tutkimusprosessin ajan.

Haastatteluihimme osallistuneet Siskot –vertaisryhmän ohjaajat olivat eri sosiaali- ja terveysalan ammattien edustajia. Koimme tämän hyödyllisenä moniammatillisen yhteistyön oppimisen kannalta. Ohjaajien käytännön kokemuksia oli mielenkiintoista kuulla ja saada monia näkökulmia aiheeseen. Koimme, että teemahaastattelu oli laadulliseen tutkimukseemme oikea menetelmä. Teemahaastattelu mahdollisti meille tarkentavien lisäkysymysten esittämisen, jonka koimme ensiarvoisen tärkeäksi kattavan tutkimusaineiston saamiseksi. Teemarunko toimi pohjana haastattelua ohjaaville kysymyksille, mutta annoimme ohjaajille mahdollisuuden tuoda julki omia kokemuksia ja ajatuksia tutkimuskysymykseemme liittyen. Joidenkin kanssa keskustelut kestivät pidempään kuin toisten. Olimme erittäin tyytyväisiä kattavaan tutkimusaineistoomme.

Koemme, että pääsimme tavoitteisiimme tutkimusprosessimme aikana. Opimme paljon tiedollisia asioita tutkimuksemme aiheesta. Opimme asiakastyön prosessista vertaisryhmässä. Sosiaalialan työssä merkittävää on asiakkaan osallistaminen. Siskot-vertaisryhmässä ohjaajien toiminta ja rooli mahdollistaa äitien osallistamisen ryhmän täysivaltaisena jäsenenä olemiseen. Saimme tietoa, mitä kaikkea vertaisryhmän ohjaamisessa on otettava huomioon ohjaajan näkökulmasta ja millä

tavalla on huomioitava nimenomaan nuoret äidit ryhmän jäseninä. Vertaistuen merkitys ryhmässä opetti myös meille, kuinka tärkeää on samassa elämäntilanteessa olevilta saatu tuki. Tutkimus toi meille paljon uutta tietoa vertaisryhmän käytännön asioista, kuten ryhmän koosta ja kestosta.

Yhteistyömme Oulun kaupungin terveystalouden kanssa sujui alusta asti moitteettomasti. Tapasimme yhteistyökumppaneitamme tarvittaessa ja saimme heiltä tarvittavat tiedot tutkimuksen kannalta. Olimme heihin yhteydessä myös sähköpostin välityksellä. Hienointa tutkimusprosessissa oli, kun saimme tuottaa yhteistyökumppanillemme kehittävää tietoa, jolle oli tilausta.

Koko tutkimusprosessi auttoi meitä oivaltamaan nuorten äitien elämäntilannetta ja tarvetta tällaiselle vertaisryhmälle. He tarvitsevat tässä elämänvaiheessa paljon uusia taitoja ja tietoja. Nuorena lapsen saaminen ei välttämättä ole niin pelottavaa, kun tunteet voi jakaa yhdessä samassa elämäntilanteessa olevien kanssa. Tutkimuksemme on vahvistanut käsitystämme siitä, että ihmiselle on hyvin merkityksellistä kuulua johonkin yhteisöön. Etenkin se korostuu tällaisessa uudessa ja mahdollisesti haastavassa elämäntilanteessa. Yhteisöllisyys on voimavara ja ryhmässä voi syntyä elinikäisiä ystäviä. Lisääntynyt ymmärrys asiakkaiden tarpeista auttaa meitä sosiaalialan ammattilaisina kohtaamaan nuoria perheitä kokonaisvaltaisesti. Olemme myös tietoisempia heille tarjolla olevista palveluista.

LÄHTEET

- Aaltola, J. & Valli, R. 2010. Ikkunoita tutkimusmetodeihin. Juva: PS-kustannus.
- Armanto, A. & Koistinen, P. 2007. Neuvolatyön käsikirja. Hämeenlinna: Tammi
- Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Vastapaino
- Heiskanen T. & Hiisijärvi S. 2015. Elä! Elämän Punaista Lankaa etsimässä. Vertaisryhmä ja sen ohjaaminen. Viitattu 21.4.2015.
<http://www.ela.fi/akatemia/ryhmienohjaaminen.php>
- Heiskanen, T. Hiisijärvi, S. & Blomberg, K. 2015. Elä! Työkalupakki vertaisryhmien ohjaajille. Viitattu 29.10.2015.
<http://www.ela.fi/akatemia/tyokalupakki.php>
- Hirsjärvi, S. & Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2008. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus
- Hirvonen, E. 2000. Raskaus nuoren valintana. Etnografia alle 18-vuotiaiden nuorten raskaudesta, tulevasta vanhemmuudesta ja elämäntilanteesta sekä äitiysneuvola-käynneistä. Tampereen yliopisto. Tampere. Viitattu 6.11.2014
<https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/67048/951-44-4950-9.pdf?sequence=1>
- Jantunen, E. 2010. Vertaistuki masentuneiden osallisuuden vahvistajana. Teoksessa Laine, T. Hyväri, S. & Vuokila- Oikkonen, P. (toim.) Syrjäytymistä vastaan sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tammi

Kalalahti, J. 2010. Kohti vertaisuutta. Viitattu 4.11.2015.

<https://avoimestitutkien.wordpress.com/2010/09/03/kohti-vertaisuutta/>

Kalliola, T. & Kurki, A. & Salmi, M. & Tamminen-Westerbacka, T. 2010. Matkalla ohjaajuuteen. Helsinki: Kirjapaja

Karppinen, K. 2006. Äiti saa nojata siskon olkapäähän. Kaleva. 2.2.2006. Viitattu 4.11.2015

<http://www.kaleva.fi/uutiset/oulu/aiti-saa-nojata-siskon-olkapaahan/63900/>

Kaste 2013. Ikälain pilotointi- hanke. Viitattu 16.11.2015.

http://www.google.fi/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=4&ved=0CDcQFjADahUKEwiLgL-X_ZTJAhWnm3IKHXb3D6k&url=http%3A%2F%2Fsote.kai-nuu.fi%2Fshowattachment.asp%3FID%3D4345%26va-likko_id%3D2415&usg=AFQjCNHN1dX1cO-Die3l8bplBvKr8nvekfQ&bvm=bv.107467506,d.bGQ

Keronen, M. 2013. Asiakaslähtöisyys- olennainen tekijä sosiaalihuollossa. Tesso. Viitattu 3.11.2015.

<http://tesso.fi/artikkeli/asiakaslahtoisuus-olennainen-tekija-sosiaalihuollossa.>

Kivelä, V. & Lempinen, J. Arki hallintaan 2009. Nuorten ryhmätoiminnan ohjaaminen. Turenki: Kirjapaino Jaarli oy

Kylmä J. Vehviläinen-Julkunen, K. & Lähdevirta, J. 2003. Duodecim 7/2003. Laadullinen terveystutkimus- mitä, miten ja miksi? Viitattu 21.4.2015

http://duodecimlehti.fi/web/guest/arkisto?p_p_id=Article_WAR_DL6_Articleportlet&viewType=viewArticle&tunnus=duo93495&_dlehtihaku_view_article_WAR_dlehtihaku_p_auth=

Kytöharju, H. 2003. Äitien jaksaminen ja vertaistuki Vauva- lehden keskustelupalstalla Internetissä. Viitattu 3.11.2015.

<https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/92280/gradu00401.pdf?sequence=1>

Lammi-Taskula, J. & Karvonen, S. 2014. Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Terveysten ja hyvinvoinninlaitos. Viitattu 3.11.2015
<https://www.thl.fi/fi/-/lapsiperheiden-hyvinvointi-2014-lasten-oikeudet-toteutuvat-suomessa-vain-osittain>

Lastenneuvolaopas 2004. Terveysportti. Viitattu 24.9.2014
<http://www.terveysportti.fi/dtk/Ino/koti>.

Latomaa, T. & Suorsa, T. 2012. Kokemuksen tutkimus 3 – Teoria, käytäntö, tutkija. Tampere: Juvenes Print.

Lehtonen, M. & Salovaara, R. 2009. Kouluttajan opas. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Helsinki. Viitattu 24.9.2014.
<http://mlfbin.directo.fi/@Bin/3fbe76d0d2c802c0320dc29b58f62d73/1412065070/application/pdf/11918092/Kouluttajan%20opas%20lowres%2012.1.09.pdf>

Mannerheimin lastensuojeluliitto 2009. Siskojen kirja – nuori matkalla äitiyteen. MLL Pohjois-Pohjanmaan piiri ry:n Siskot-projekti.

Markus, E. 2009. Vertaisuus voimavarana: vertaistuen tarve ja sen vanhemmuutta tukeva merkitys murrosikäisten nuorten äideille. Pro gradu. Viitattu 3.11.2015.
<https://lauda.ulapland.fi/handle/10024/61388>

Mielenterveystalo. Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiri. Viitattu 24.9.2014
<https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/oppaat/psykoosi/Pages/vertaistuki.aspx>.

Niemelä, A. 2013. Nuorena äidiksi- vauhdilla aikuisuuteen teoksessa Polkuja ja poikkeamia- Aikuisuutta etsimässä. Toim. Aapola, Sinikka & Ketokivi, Kaisa 2013. Helsinki: Unigrafia

Omaiset mielenterveystyön tukena Etelä-Pohjanmaan ry. Viitattu 17.9.2014.
<http://www.omaisetep.fi/index.php/ryhmatoiminta>.

Oulun kaupunki 2014. Ryhmätoiminta. Viitattu 24.9.2014.

<http://www.ouka.fi/oulu/terveyspalvelut/ryhmatoiminta>

Oulun kaupunki 2015. Melleniustalo. Viitattu 6.11.2015.

<http://www.ouka.fi/oulu/sosiaali-ja-perhepalvelut/melleniustalo>

Reijonen, M. 2015. Lastensuojelun käsikirja. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. Viitattu 3.11.2015

<https://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/avohuolto/lastensuojelun-avohuollon-tukitoimet/perhetyo>

Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry 2013. Sosiaalialan ammattieettiset ohjeet. Arki, arvot, elämä, etiikka. Ammattieettinen lautakunta. Helsinki. Viitattu 24.4.2015.

http://www.talentia.fi/files/558/Etiikkaopas_2013_net.pdf

Sosiaalihuoltolaki 30.12.2014/1301

Strand, E-M. 2008. Siskojen käsikirja Mannerheimin lastensuojeluliiton Pohjois-Pohjanmaan piiri ry. Oulu.

Tarkka, M-T. 1996. Äitiys ja sosiaalinen tuki. Ensisynnyttäjien selviytyminen äitiyden varhaisvaiheessa. Tampere: Tampereen yliopisto.

Tervanen, T. 2014. Nuoret vanhemmat lastensuojelussa- hanke. Nuorten ystävien ja Jyväskylän kaupungin kumppanuushanke 2013-2014. Jyväskylä. Viitattu 6.10.2014.

http://www.google.fi/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CB4QFjAA&url=http%3A%2F%2Fwww.nuortenystavat.fi%2Ffile.php%3Ffid%3D4395&ei=gUIyVK-zSNYK_ywPQI4HoDg&usg=AFQjCNGAsLLEmse_P7lwH4y0a80jW1KAoQ&bvm=bv.76802529,d.bGQ

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014a. Viitattu 6.10.2014

<http://www.thl.fi/fi/tilastot/tilastot-aiheittain/seksuaali-ja-lisaantymisterveys/synnyttajat-synnytykset-ja-vastasyntyneet/perinataalitalasto-synnyttajat-synnytykset-ja-vastasyntyneet>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014b. Vammaispalvelujen käsikirja. Vertaistuki. Viitattu 24.9.2014. <http://www.thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/itsenaisen-elaman-tuki/vertaistuki>.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014c. Viitattu 17.9.2014 & 3.11.2015

<http://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/avohuolto/lastensuojelun-avohuollon-tukitoimet/vertaisryhmatoiminta>.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014d. Vammaispalvelujen käsikirja. Vertaistuki. Viitattu 9.4.2015. <http://www.thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/itsenaisen-elaman-tuki/vertaistuki>.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2013. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Vantaa: Tammi

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012-2014. Helsinki. Viitattu 1.12.2014.

<http://www.tenk.fi/fi/eettinen-ennakkoarviointi-ihmistieteiss%C3%A4/periaatteet#1>

Versova 2011. Vertaistuen ja vapaaehtoistyön kumppanuushanke. Viitattu 28.10.2015.

<http://www.kssotu.fi/versova/pages/vertaisryhmae-toiminta/vertaisryhmaellae-on-vaikutusta.php>

Vilén, M. Leppämäki, P. & Ekström, L. 2002. Vuorovaikutuksellinen tukeminen. Helsinki: Wsoy.

Virtuaaliammattikorkeakoulu 2006. Viitattu 6.11.2015.

http://www2.amk.fi/mater/viestinta_ja_media/ryhmatyotaidot/teoriaa_ryhmaestae_12164.html

Voimaantumo 2015. Viitattu 16.11.2015.

<http://voimaantumo.fi/index.php?page=voimaantuminen>

Vuorinen, I. 2001. Tuhat tapaa opettaa: Menetelmäopas opettajille, kouluttajille ja ryhmän ohjaajille. Tampere: Resurssi

LIITTEET

LIITE 1 TEEMAHAASTATTELURUNKO

LIITE 2 TUTKIMUSLUPAHAKEMUS

LIITE 3 OPINNÄYTETYÖN YHTEISTYÖSOPIMUS

LIITE 4 KIRJALLINEN SUOSTUMUS TUTKIMUKSEEN OSALLISTUMISESTA

LIITE 5 TUTKIMUSLUPAPÄÄTÖS

LIITE 1 TEEMAHAASTATTELURUNKO

Vertaistukiryhmä

Kertoisitko vertaistuen merkityksestä Siskot- vertaistukiryhmässä

- Millaista vertaistukea äidit ovat saaneet?
- Kertoisitko ryhmän merkityksestä äideille
- Kertoisitko ryhmän kehittämistarpeista

Vertaistukiryhmän ohjaaminen

Kertoisitko kokemuksistasi vertaistukiryhmän ohjaajana

- Kertoisitko, mitkä asiat ovat toimineet hyvin
- Mitä jatkossa tekisitte toisin?
- Mitä asioita on otettava huomioon ohjatessa vertaistukiryhmää?
- Kertoisitko ohjaajan roolista vertaistukiryhmässä

LIITE 2 OULUN KAUPUNGIN TUTKIMUSLUPAHAKEMUS

OULU

Tutkimuslupahakemus

1 (1)

| | | |
|---|--|--------------------------------|
| Hakijan henkilötiedot | | |
| Sukunimi <i>Krohns</i> | Etunimet <i>Marika Hannele</i> | Henkilötunnus [REDACTED] |
| Kotiosoite [REDACTED] | Postinumero [REDACTED] | Postitoimipaikka [REDACTED] |
| Sähköpostiosoite [REDACTED] | Puhelin [REDACTED] | |
| Tiedot tutkimuksesta | | |
| Tutkinto, johon tutkimus sisältyy <i>Sosiaalialan koulutusohjelma</i> | | |
| Tutkimuksen kohderyhmä (määritellään onko kyseessä varhaiskasvatus, perusopetus, lukio jne) <i>perhetyö</i> | | |
| Tutkimuksen aikataulu <i>valmistuu joulukuuhun 2015 mennessä</i> | | |
| Laitos / yliopisto, johon tutkimus tehdään <i>Oulun kaupunki</i> | | |
| Lyhyt kuvaus tutkimuksesta (max 50 sanaa, tutkimussuunnitelmassa tarkemmin) <i>Tutkimuksemme tarkoituksena on kuvailla vertaisryhmäohjaajien kokemuksia Oulun kaupungin Siskot-vertaisryhmästä, sen ohjaamisesta ja ryhmän merkityksellisyydestä ryhmään osallistuville äideille. Tavoitteenamme on, että tutkimuksessamme tuottamaa tietoa voidaan hyödyntää Siskot-vertaisryhmätoiminnan kehittämisessä.</i> | | |
| Tutkimuksen ohjaajan tiedot | | |
| Sukunimi <i>Kokko</i> | Etunimi <i>Seija</i> | Nimike <i>lehtori</i> |
| Sähköpostiosoite [REDACTED] | Puhelin [REDACTED] | |
| Tutkimukseen liittyvät eettiset kysymykset ja tutkimustuloksista tiedottaminen | | |
| Miten tutkimuksessa otetaan huomioon tutkimukseen liittyvät eettiset kysymykset? <i>Toteutamme tutkimuksen vapaaehtoisuuden periaatteella, huomioimme vaitiolovelvollisuuden ja korostamme, että saamamme tiedot ovat luottamuksellisia. Huolehdimme, että tutkimukseen osallistujat saavat riittävästi tietoa tutkimuksen toteutuksesta.</i> | | |
| Miten / milloin tutkimustuloksista toimitetaan tiedote sivistys- ja kulttuuripalveluihin? <i>Viimeistään joulukuussa 2015</i> | | |
| Allekirjoitus | | |
| Paikka ja aika <i>Oulu 19.5.2015</i> | Allekirjoitus ja nimen selvennys  <i>Marika Krohns</i> | |
| Liitteet | | |
| Tiedote tutkittavaan yksikköön/kutsukirje tutkittaville Tutkimussuunnitelma (myös vapaamuotoinen) | | |
| Palautus | | |
| Jos tutkimus kohdistuu yhteen yksikköön (päiväkoti, peruskoulu, lukio), tutkimuslupa liitteineen toimitetaan allekirjoitettuna sähköisesti yksikön johtajalle (päiväkodin johtaja, rehtori jne.). Sähköpostit yleensä muotoa etunimi.sukunimi@ouka.fi Muita tutkimuksia koskevat tutkimusluvut liitteineen toimitetaan allekirjoitettuna osoitteeseen siku.tutkimusluvut@ouka.fi Tutkimuslupapäätös toimitetaan hakijalle sähköpostitse. | | |

Tutkimuslupa-anomus/-päätös

| | |
|--|--|
| Yksikkö, josta lupaa haetaan | Oulun kaupungin hyvinvointipalvelut/terveyspalvelut |
| Tutkimuksen toimeksiantaja | Oulun kaupunki |
| Tutkimuksen nimi | Siskot – vertaistukiryhmä ohjaajien kokemana |
| Tutkimuksen tarkoitus | Kuvailla vertaisryhmäohjaajien kokemuksia Oulun kaupungin Siskot- vertaisryhmästä, sen ohjaamisesta ja ryhmän merkityksellisyydestä ryhmään osallistuville äideille. |
| Tutkimuksen kohderyhmät tai aineisto | Siskot- ryhmien ohjaajat |
| Aineiston keruumenetelmä ja keruujankohda | Teemahaastattelu, Touko-/kesäkuu 2015. |
| Tutkimusaineiston kuvaus ja tietotyypit | Laadullinen tutkimus, kokemuksellinen tieto |
| Tutkimuksen tavoitteet | Tavoitteenamme on, että tutkimuksessamme tuottamaa tietoa voidaan hyödyntää Siskot- vertaisryhmätoiminnan kehittämisessä. Tavoitteenamme on myös vahvistaa käytäntöpainotteista tutkimuksellista osaamistamme sekä oppia asiakastyön osaamisesta asiakasprosessin eri vaiheissa ja oppia tukemaan ja ohjaamaan tavoitteellisesti asiakkaita sekä vahvistamaan heidän osallisuuttaan. |
| Tutkimusrekisterin hävittäminen ja arkistointi | Tutkimusaineistoa säilytetään asianmukaisesti määräaikaan asti. Hävitämme saadun aineiston tutkimuksemme valmistuessa. |
| Tutkimustyöstä Oulun kaupungille aiheutuvat kustannukset | - |
| Tutkimuksen tekijä(t), osoite ja puh.nro | Marika Krohns, [redacted] [redacted] lida Harmaala, [redacted] [redacted] |
| Tutkimuksen suunnitelma hyväksytty | |

OULU

| | |
|--------------------------------------|---------------------|
| Tutkimuksen arvioitu valmistumisaika | Joulukuu 2015 |
| Sitoumukset | Ei sitoumuksia |
| Liitteet | Tutkimussuunnitelma |

Päivämäärä ja hakijoiden allekirjoitukset

Paikka ja aika _____ Oulussa _____ 18/5/2015

Hakijan/hakijoiden allekirjoitukset

Mauri M

Jide Harmaala

Lupa opinnäytetyöhön/tutkimuslupa

- Myönnetty hakemuksen mukaisena
 Tutkimuksen tekijän on toimitettava valmiista tutkimuksesta tietoa Oulun kaupungin hyvinvointipalveluiden käyttöön

Myönnetty seuraavin korjauksin tai ehdoin:

Hakemus hylätty

Päiväys _____ / _____ 20____ § _____

Päätöksentekijän allekirjoitus _____

Päätöksestä tiedottaminen:

- Hakija/hakijat
 Palvelupäällikkö
 Palveluesimiehet
 Hallinnolliset apulaisylilääkärit
 Sovelluskoordinaattorit
 Kehittämis- ja laatuasiantuntija
 Suunnittelija

LIITE 3 OPINNÄYTETYÖN YHTEISTYÖSOPIMUS



OULUN AMMATTIKORKEAKOULU

OPINNÄYTETYÖN YHTEISTYÖSOPIMUS

| I Toimijat | | |
|----------------------------|--|--|
| Tekijä I (Opiskelija) | Etinimi [REDACTED] | Sukunimi [REDACTED] |
| | Osoite [REDACTED] | Sähköpostiosoite [REDACTED] |
| | Puhelinnumero [REDACTED] | Koulutusohjelma Sosiaali-alan koulutusohjelma |
| Tekijä II (Opiskelija) | Etinimi [REDACTED] | Sukunimi [REDACTED] |
| | Osoite [REDACTED] | Sähköpostiosoite [REDACTED] |
| | Puhelinnumero [REDACTED] | Koulutusohjelma Sosiaali-alan koulutusohjelma |
| Tekijä III (Opiskelija) | Etinimi | Sukunimi |
| | Osoite | Sähköpostiosoite |
| | Puhelinnumero | Koulutusohjelma |
| Tekijä IV (Opiskelija) | Etinimi | Sukunimi |
| | Osoite | Sähköpostiosoite |
| | Puhelinnumero | Koulutusohjelma |
| Toimeksi- antaja I | Organisaation nimi Oulun kaupunki | |
| | Työn ohjaaja/yhteyshenkilö [REDACTED] | Osoite |
| | Puhelin [REDACTED] | Sähköposti [REDACTED] |
| Toimeksi- antaja II | Organisaation nimi | |
| | Työn ohjaaja/yhteyshenkilö | Osoite |
| | Puhelin | Sähköposti |

| | | |
|--|--|------------|
| Toimeksiantaja III | Organisaation nimi | |
| | Työn ohjaaja/yhteyshenkilö | Osoite |
| | Puhelin | Sähköposti |
| Oulun ammattikorkeakoulu I | Yksikön nimi | |
| | Oulun Ammattikorkeakoulu Kontinkankaan yksikkö | |
| | Ohjaava opettaja | Osoite |
| | Seija Kokko | [REDACTED] |
| Puhelin | Sähköposti | |
| [REDACTED] | [REDACTED] | [REDACTED] |
| Oulun ammattikorkeakoulu II | Yksikön nimi | |
| | Ohjaava opettaja | Osoite |
| | Puhelin | Sähköposti |
| Oulun ammattikorkeakoulu III | Yksikön nimi | |
| | Ohjaava opettaja | Osoite |
| | Puhelin | Sähköposti |
| Opinnäytetyön ohjaus ja vastuu | Vastuu opinnäytetyön tekemisestä ja tuloksista on Tekijällä. Ammattikorkeakoulun vastuu rajoittuu opinnäytetyön tavanomaiseen ohjaukseen. Toimeksiantaja sitoutuu antamaan Tekijän käyttöön kaikki opinnäytetyön tekemisessä tarvittavat julkiset tiedot ja aineistot sekä ohjaamaan opinnäytetyötä toimeksiantajaorganisaation näkökulmasta. Jos opinnäytetyön tekeminen edellyttää salassa pidettävien tietojen tarkastelemista, laaditaan siitä tarvittaessa erillinen salassapitosopimus. | |
| Tulosten julkistaminen ja luottamuksellisuus | Opinnäytetyö on kokonaisuudessaan julkinen. Mikäli opinnäytetyö sisältää liikesalaisuuksia tai muita julkisuuslaisissa salassa pidettäväksi määrättyjä tietoja, on opinnäytetyön raportti laadittava niin, että tietojen luottamuksellisuus säilyy. Tarvittaessa salassa pidettävät tiedot on jätettävä työn tausta-aineistoon. Opinnäytetyö raportoidaan ammattikorkeakoulujen julkaisuarkisto Theseukseen (http://www.theseus.fi) tai Oulun ammattikorkeakoulun intraan. Opinnäytetyötoimijat päättävät raportointitavan opinnäytetyön valmistuttua. Tekijä, Toimeksiantaja ja Ohjaava opettaja sitoutuvat pitämään salassa kaikki opinnäytetyön tekemisessä ja sitä edeltävissä tai sen jälkeisissä neuvotteluissa esiin tulevat luottamukselliset tiedot ja asiakirjat sekä pidättäytymään käyttämästä hyväkseen toisen osapuolen ilmaisemia luottamuksellisia tietoja ilman erillistä lupaa. | |
| II Suunnitelma | | |
| Opinnäytetyö | Aihe/työnimi | |
| | Siskot-vertaistukiryhmä ohjaajien kokemana | |
| | Kehittämisen-/tutkimustehtävän tavoite ja tulos | |
| | Tavoitteenamme on tuottaa arvioivaa tietoa Oulun kaupungille Siskot-vertaistukiryhmästä | |

| | |
|--|--|
| Keskeiset menetelmät | |
| Teemahaastattelututkimus koskien Siskot-vertaistukiryhmien ohjaajia | |
| Toimeksiantaja maksaa opiskelijalle tai ammattikorkeakoululle työn tekemisestä | <input type="checkbox"/> Kyllä <input checked="" type="checkbox"/> Ei |
| Opinnäytetyölle on nimetty ohjaajaksi työelämän edustaja | <input type="checkbox"/> Kyllä <input checked="" type="checkbox"/> Ei |
| Toimeksiantaja hyödyntää opinnäytetyön tuloksia toiminnassaan | <input checked="" type="checkbox"/> Kyllä <input type="checkbox"/> Ei |
| Tarkempi selvitys opinnäytetyösuunnitelmassa _____,20_____ | |
| Allekirjoitus | Hyväksyn opinnäytetyön toteutuksen ja ohjauksen Toimijat ja Suunnitelma -kohdissa esitetyllä tavalla. |
| Päivämäärä 19.5.2015 | Ohjaavan opettajan I allekirjoitus Jouko Hakko SELMA KOKKO |
| Päivämäärä 19.5.2015 | Ohjaavan opettajan II allekirjoitus Pirkko Pietilä PIIRKKO PIETILÄ |
| Päivämäärä _____,20_____ | Ohjaavan opettajan III allekirjoitus |
| III Sopimusehdot | |
| Oikeudet tuloksiin ja muuhun opinnäytetyöhön liittyvään aineistoon, laitteisiin ja sovelluksiin | <p>Valitaan A, B, C tai D.</p> <p>A <input checked="" type="checkbox"/> Käyttöoikeuden luovutus (ei muunteluoikeutta) Tekijänoikeus opinnäytetyön tuloksiin kuuluu opinnäytetyön Tekijälle (Opiskelijalle).</p> <p>Tekijä myöntää Toimeksiantajalle rinnakkaisen käyttöoikeuden opinnäytetyöhön ja siihen liittyvään aineistoon. Toimeksiantaja saa valmistaa opinnäytetyöstä kopioita, esittää ja näyttää aineistoa ja levittää opinnäytetyöstä tehtyjä kappaleita. Toimeksiantajalla ei ole oikeutta muuttaa opinnäytetyötä ilman Tekijän lupaa. Muusta käytöstä on sovittava erikseen kirjallisesti.</p> <p>Toimeksiantaja ei voi siirtää tämän sopimuksen mukaista käyttöoikeutta kolmannelle osapuolelle. Käyttöoikeus on voimassa _____,20_____ saakka.</p> <p>Tekijä luovuttaa Oamkille rinnakkaisen käyttöoikeuden opinnäytetyöhön ja siihen liittyvään materiaaliin ilman erillistä korvausta. Käyttöoikeus sisältää oikeuden säilyttää opinnäytetyö ja siihen liittyvä materiaali sekä käyttää sitä opetus- ja tutkimustoiminnassa, kirjastopalveluissa, toimintansa esittelyssä ja markkinoinnissa ja muussa tavanomaisessa toiminnassaan.</p> <p>B <input type="checkbox"/> Käyttöoikeuden luovutus (sisältää muunteluoikeuden) Tekijänoikeus opinnäytetyön tuloksiin kuuluu opinnäytetyön Tekijälle (Opiskelijalle).</p> <p>Tekijä myöntää Toimeksiantajalle rinnakkaisen käyttöoikeuden opinnäytetyöhön ja siihen liittyvään aineistoon. Toimeksiantaja saa valmistaa opinnäytetyöstä kopioita, esittää ja näyttää aineistoa ja levittää opinnäytetyöstä tehtyjä kappaleita sekä tehdä siihen levittämisen ja yleisön saataville saattamisen kannalta tarpeelliset muutokset. Muusta käytöstä on sovittava erikseen kirjallisesti.</p> <p>Toimeksiantaja ei voi siirtää tämän sopimuksen mukaista käyttöoikeutta kolmannelle osapuolelle. Käyttöoikeus on voimassa _____,20_____ saakka.</p> <p>Tekijä luovuttaa Oamkille rinnakkaisen käyttöoikeuden opinnäytetyöhön ja siihen liittyvään materiaaliin ilman erillistä korvausta. Käyttöoikeus sisältää oikeuden säilyttää opinnäytetyö ja siihen liittyvä materiaali sekä käyttää sitä opetus- ja tutkimustoiminnassa, kirjastopalveluissa, toimintansa esittelyssä ja markkinoinnissa ja muussa tavanomaisessa toiminnassaan.</p> <p>C <input type="checkbox"/> Taloudelliset tekijänoikeudet luovutetaan kokonaan toimeksiantajalle Tekijä (Opiskelijalle) luovuttaa Toimeksiantajalle kaikki opinnäytetyöhön ja sen tuloksiin liittyvät taloudelliset tekijänoikeudet. Toimeksiantajalla on oikeus luovuttaa tämän sopimuksen mukaiset oikeudet edelleen kolmannelle osapuolelle Tekijää kuulematta ja tehdä levittämisen ja yleisön saataville saattamisen kannalta tarpeelliset muutokset.</p> <p>Oikeuksiensiihtoon sisältyy, mutta ei rajoitu, kaikki oikeudet muuntaa, välittää, esittää julkisesti ja levittää tallennetta, siirtää se toiselle medialle ja valmistaa kopioita (myös otteita) esittämistä, myyntiä, vuokraamista tai muuta levittämistä varten hyödyntämällä sähköistä, analogista- tai digitaaliteknologiaa, cd- ja dvd-formaatteja, multimediaa, printtimediaa, tietoverkkoja ja videovuokrausjärjestelmiä ja muita vastaavia teknologioita ratkaisuja jakelutavasta riippumatta.</p> <p>Tekijä vakuuttaa, että hänellä on oikeus luovuttaa kaikki edellä mainitut oikeudet, ja että kyseiset oikeudet eivät Tekijän parhaan tiedon mukaan loukkaa kolmannen osapuolteen oikeuksia.</p> <p>Toimeksiantaja luovuttaa Oamkille rinnakkaisen käyttöoikeuden opinnäytetyöhön ja siihen liittyvään materiaaliin ilman erillistä korvausta. Käyttöoikeus sisältää oikeuden säilyttää opinnäytetyö ja siihen liittyvä materiaali sekä käyttää sitä opetus- ja tutkimustoiminnassa, kirjastopalveluissa, toimintansa esittelyssä ja markkinoinnissa ja muussa tavanomaisessa toiminnassaan.</p> <p>D <input type="checkbox"/> Tekijänoikeuksista sovitaan erikseen Tekijä ja Toimeksiantaja ovat sopineet opinnäytetyön ja sen tulosten tekijänoikeuksista luovuttamisesta seuraavaa:</p> |

| | | |
|-----------------------------------|--|--|
| Korvaukset | Valitaan E, F tai G. E <input type="checkbox"/> Korvauksena tehdystä työstä ja/tai tekijänoikeuksien luovuttamisesta Toimeksiantaja maksaa Tekijälle _____ € korvauksen _____,20 _____ mennessä. F <input type="checkbox"/> Korvauksesta on sovittu erikseen. G <input checked="" type="checkbox"/> Tekijälle ei makseta korvauksia tehdystä työstä eikä tekijänoikeuksien luovuttamisesta. Työsuhde Mahdollisesta työsuhhteesta Toimeksiantaja ja Tekijä sopivat erikseen. Opinnäytetyötä tekevät opiskelijat ovat Oulun ammattikorkeakoulun tapaturmavakuutuksen piirissä, mikäli heillä ei ole työsuhdetta opinnäytetyön Toimeksiantajaan. | |
| Opinnäytetyön kustannukset | Opinnäytetyöstä mahdollisesti aiheutuvien kustannusten (aineistojen hankinta, raaka-aineet, matkat, työkorvaus jne.) korvaamisesta sopivat Toimeksiantaja ja Tekijä keskenään. Ammattikorkeakoulu ei vastaa yksittäisen opinnäytetyön kustannusten korvaamisesta. | |
| Allekirjoitukset | Olemme sopineet opinnäytetyön toteutuksesta ja ohjauksesta tässä sopimuksessa sovitulla tavalla. Opinnäytetyön arvioitu valmistumisaika on <u>4.12.2015</u> . | |
| | Päivämäärä <u>19.05.2015</u> | Tekijän I (Opiskelijan) allekirjoitus <i>Tide Hammale</i> |
| | Päivämäärä <u>19.05.2015</u> | Tekijän II (Opiskelijan) allekirjoitus <i>Mari M</i> |
| | Päivämäärä _____,20____ | Tekijän III (Opiskelijan) allekirjoitus |
| | Päivämäärä _____,20____ | Tekijän IV (Opiskelijan) allekirjoitus |
| | Päivämäärä _____,20____ | Toimeksiantajan I allekirjoitus |
| | Päivämäärä _____,20____ | Toimeksiantajan II allekirjoitus |
| | Päivämäärä _____,20____ | Toimeksiantajan III allekirjoitus |

Opiskelijapalvelut
Kotkantien kampus
Kotkantie 1, 90250 Oulu
010 272 1152

opiskelijapalvelut.kotkantie@oamk.fi

Opiskelijapalvelut
Teuvo Pakkalan kadun kampus
Teuvo Pakkalan katu 19, 90130 Oulu
010 272 1154

opiskelijapalvelut.liike@oamk.fi

Opiskelijapalvelut
Professorintien kampus
Kiviharjuntie 8, 90220 Oulu
010 272 1156

opiskelijapalvelut.sote@oamk.fi

LIITE 4 KIRJALLINEN SUOSTUMUS TUTKIMUKSEEN OSALLISTUMISESTA

Suostun osallistumaan Iida Harmaalan ja Marika Krohnsin opinnäytetyön haastatteluun koskien Siskot- vertaistukiryhmää.

Allekirjoitus ja nimenselvennys

Päivämäärä

LIITE 5 TUTKIMUSLUPAPÄÄTÖS



Oulun kaupunki
Terveysjohtaja
Liisa Kylmänen
Hyvinvointipalvelut
Terveyspalvelut

Tutkimuslupapäätös § 51/2015

06.07.2015 OUKA/2684/07.01.04.02/2015

Asia

**Lupa opinnäytetyöhön Oulun kaupungin
terveyspalveluissa: Marika Krohns ja Iida Harmaala**

Selostus asiasta


Hakijat: Marika Krohns ja Iida Harmaala
Opinnäytetyön nimi: Siskot-vertaistukiryhmä ohjaajien
kokemana
Oppilaitos: Oulun ammattikorkeakoulu
Opinnäytetyön ajankohta: arvioitu valmistumisaika
joulukuussa 2015
Oulun kaupungilta vaadittavat resurssit ja työpanos:
haastatteluihin käytetty työpanos
Liitteet: tutkimuslupahakemus ja -suunnitelma

Palvelupäällikkö Terttu Turunen puoltaa luvan myöntämistä
opinnäytetyön suorittamiseen.

Päätös perusteluineen

Myönnän Marika Krohnsille ja Iida Harmaalalle luvan
opinnäytetyön suorittamiseen hakemuksen mukaisesti.

Allekirjoitus


Liisa Kylmänen
Vs. terveysjohtaja
puh. [REDACTED]

Valmistelija ja puh. Terttu Turunen, puh. [REDACTED]

Ilmoitus otto-oikeutetulle viranomaiselle

Ei Kyllä
Otto-oikeusviranomainen:

Tiedoksiantaminen Marika Krohns, Iida Harmaala, Terttu Turunen, Hilikka
Turtinen