

MALLI VERTAISTUELLISELLE RYHMÄLLE  
YKSINHUOLTAJIEN  
OSALLISUUDEN LISÄÄMISEKSI

Jonna Harell ja Minna Lammi  
Opinnäytetyö, kevät 2017  
Diakonia-ammattikorkeakoulu  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Sosionomi (AMK) +  
diakonian virkakelpoisuus

## TIIVISTELMÄ

Harell, Jonna & Lammi, Minna. Malli vertaistuelliselle ryhmälle yksinhuoltajien osallisuuden lisäämiseksi. Diak, Pori, kevät 2017, 42 s., 5 liitettä.

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Sosiaalialan koulutusohjelma, sosionomi (AMK) + diakonian virkakelpoisuus.

Opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää malli vertaistuelliselle ryhmätoiminnalle, jonka kohderyhmänä olivat yhden vanhemman perheet. Ryhmätoiminnan tavoitteina olivat syrjäytymisen ehkäisy, voimaantuminen sekä osallisuuden lisääminen. Tarkoituksena oli edistää perheiden sisäistä vuorovaikutusta sekä osallistaa saman alueen yhden vanhemman perheet toimimaan yhdessä.

Työssä käytettiin laajasti lähteitä kirjallisuudesta, aiemmista opinnäytetöistä ja aiheeseen liittyvistä tutkimuksista. Lisäksi haastateltiin kohderyhmään kuuluvia vanhempia sekä Yhden vanhemman perheiden liiton aluekoordinaattoria.

Opinnäytetyön tekeminen aloitettiin keväällä 2016 suunnittelemalla ryhmämuotoista toimintaa Pohjois-Porin alueen yhden vanhemman perheille. Tarkoituksena oli toteuttaa ryhmän järjestäminen yhteistyökumppaneiden ja alueella olevien toimijoiden kanssa hyödyntäen heidän asiakaskontaktejaan. Toteutus ei onnistunut, sillä osallistujia ei ilmoittautumisista huolimatta saapunut paikalle. Sen jälkeen päätettiin hyödyntää tehtyä suunnitelmaa ja kehittää siitä malli ryhmämuotoiselle toiminnalle, joka on toteutettavissa myöhemmin. Lähde mukaan!-hankkeen kanssa toteutettiin pikkujouluhenkinen ilta yhden vanhemman perheille Porin Pihlavan alueella. Illan aikana keräsimme tietoa tarpeesta ja halukkuudesta vertaistoiminnalle Porissa.

Opinnäytetyötä tehtäessä Porissa ei ollut tarjolla yhden vanhemman perheille kohdennettua toimintaa, joten opinnäytetyönä kehitetty ryhmätoiminnan malli on ajankohtainen ja sitä olisi tarpeellista tutkia ja kehittää lisää.

Ryhmätoiminnan malli on suunniteltu niin, että se on sovellettavissa muillekin kohderyhmille.

Asiasanat: vertaistuki, yksinhuoltaja, osallisuus, voimaantuminen, syrjäytyminen

## ABSTRACT

Harell, Jonna & Lammi, Minna. Approach to promote single parents implication through peer support. 42 p., 5 appendices. Language: Finnish. Pori, Spring 2017. Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Social Services, Option in Diaconal Social Work / Option in Social Services and Education. Degree: Bachelor of Social Services.

The purpose of this functional thesis was to create a model of peer support with the target group of single-parent families. . The aims for this project were empowerment, the prevention of social exclusion and increase social participation. Moreover, to further the internal interaction of families and to encourage the collaboration of single parent families living in the same area.

The sources used in our thesis were extensive: we referenced literature as well as previously published theses and studies related to the subject. In addition parents in the target group and the area coordinator of the single-parent family union Yhden vanhemman perheiden liitto were interviewed.

Our thesis work began in the spring of 2016 with the planning of group-based activities for single-parent families within the Northern Pori area. Our intention was to organize the group programme ourselves by collaborating with a number of affiliate partners and areal operatives, thus utilizing their contacts. The execution was unsuccessful due to the participants being absent despite their enrolment. It was therefore decided to utilize our plan to develop a model for group-based activity that could be executed later. In cooperation with the Lähde mukaan! –project we also organized a Christmas themed evening for single-parent families located in the Pori Pihlava area. During the event we collected data about the demand and willingness for peer activity in Pori.

During the time we produced our thesis work, there were no single-parent family oriented activities in the Pori area. Therefore the model we developed for group activities was a current matter, and would be necessary to be further studied and evolved.

Assembling a group would require the kind of long-term work we had no sufficient resources for within the limits of our thesis. The model for group activities was designed in such a way that it can be applied to other target groups as well.

Key words: implication, peer support, single parent, empowerment, exclusion

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO .....	5
2 YKSIHUOLTAJANA SUOMESSA .....	7
2.1 Yksihuoltajuus .....	7
2.2 Syrjäytymisen ehkäiseminen .....	9
2.3 Yksihuoltajaperheiden syrjäytymisen ehkäiseminen .....	11
3 VERTAISTUKI YKSIHUOLTAJIEN RYHMÄSSÄ .....	14
3.1 Osallisuus.....	16
3.2 Voimaantuminen .....	18
4 RYHMÄMUOTOISEN TOIMINNAN SUUNNITTELU, TOTEUTUS JA ARVIOINTI .....	19
4.1 Ryhmämuotoisen toiminnan suunnittelu.....	21
4.2 Toiminnan toteutus .....	22
4.3 Toiminnan arviointi .....	24
5 YHTEENVETO.....	26
6 POHDINTA .....	28
LÄHTEET.....	32
LIITTEET .....	35

## 1 JOHDANTO

Opinnäytetyöprosessimme lähti liikkeelle keväällä 2016 siitä, että pyrimme löytämään meitä molempia kiinnostavan aiheen, joka löytyikin varsin nopeasti. Mielestämme toiminnallinen opinnäytetyö oli ajatuksena mielenkiintoisinta toteuttaa, ja työstämme tulikin kehittämispainotteinen. Kohderyhmäksi valikoitui-  
vat yksinhuoltajat lapsineen, joille oli tarkoituksena järjestää ryhmämuotoista toimintaa syksyn 2016 aikana. Järjestimme ensin viiden kerran ryhmän, mutta emme saaneet osallistujia. Päätimme sitten järjestää yhteistyössä Lähde mukaan -hankkeen kanssa yhden vanhemman perheille suunnatun pikkujouluhenkisen illan, jossa pyrimme kartoittamaan osallistujilta tarvetta heille suunnatulle ryhmämuotoiselle toiminnalle Porissa. Mukana prosessissa oli Yhden vanhemman perheiden liitosta koordinaattori Teija Hallbäck-Vainikka.

Opinnäytetyömme tavoitteena on luoda toimintamalli, jonka avulla voidaan edistää yksinhuoltajien ja heidän lastensa osallisuutta vertaistuen avulla. Tarkoituksena on syrjäytymisen ehkäiseminen sekä voimaantumisen edistäminen.

Kehittämispainotteisen opinnäytetyön tavoite on käytännön työn ohjeistaminen, toiminnan järjeistäminen sekä uuden palvelun suunnittelu, mallintaminen ja toteutus. Kehittelyyn eli produktioon kuuluu suunnittelun lisäksi palvelun kokeilu, arviointi sekä markkinointi. Produktion tuotos voi olla toiminnallinen kokonaisuus, joka on mallinnettu ja näin ollen myös siirrettävissä eri toimintaympäristöihin. (Diakonia-ammattikorkeakoulu, 33-34.) Me teimme produktion juuri näin: suunnittelimme, markkinoimme, toteutimme ja sitten arvioimme. Näiden jälkeen päädyimme luomaan varsinaisen toimintamallin uuteen palveluun.

Opinnäytetyömme tarkoituksena on kehittää toimintamalli, jonka avulla osallistetaan yhden vanhemman perheitä ja ehkäistään heidän syrjäytymistään toiminnan kautta. Toiminta on ryhmämuotoista, voimaannuttavaa yhdessä tekemistä. Vertaistuen merkitys on suuri. Tavoitteena on auttaa pidemmällä aikavälillä myös vanhemman ja lapsen vuorovaikutuksen edistämistä. Yhdessä vietetty aika on terveellistä perheelle sekä tasapainottaa arkea työn, koulun ja muun

kiireen ohella. Yhteinen toiminta on myös merkittävänä tekijänä vanhemman ja lapsen välisen suhteen vahvistumisessa, luottamuksen ja turvallisen kasvatuksen kehityksessä. (Kabat Zinn 2011, 200.)

Työmme tavoitteena on myös, että saisimme mahdollisimman monta yksinhuoltajaperhettä osallistumaan ryhmään sekä että, toiminnasta tulisi jatkuvaa ja vanhemmat saisivat luotua uusia suhteita muihin vanhempiin, eritoten samassa elämäntilanteessa oleviin yksinhuoltajavanhempiin.

Kehittämämme toiminnan tavoitteena on toimia työkaluna tietyn alueen asukkaiden ryhmähengen ja yhteisöllisyyden kehittämiseksi sekä luoda uusia kontakteja alueen ihmisten välille. Lapsille toiminnassa on tärkeää oman vanhemman suhteen vahvistamisen lisäksi muiden oman ikäisten kanssa leikkiminen ja touhuaminen sekä erilaisten aktiviteettien kokeminen.

Keskeiset käsitteet työssämme ovat yksinhuoltajuuden lisäksi osallisuus, voimaantuminen, vertaistuki ja syrjäytyminen.

## 2 YKSINHUOLTAJANA SUOMESSA

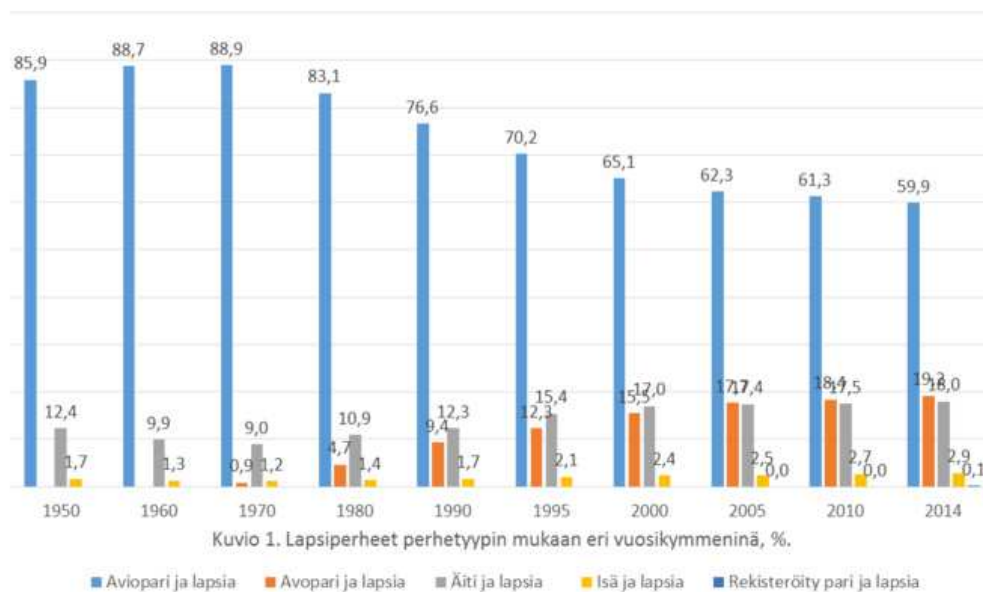
Perheisiin kuuluu Suomessa 74 % koko väestöstä. 1960-1970 luvuilla perheväestön osuus oli suurimmillaan. Silloin perheisiin kuului 87 % väestöstä. Vuoden 2015 aikana perheisiin kuuluvan väestön määrä pieneni 3 500 henkilöllä, kun taas koko maan väestömäärä lisääntyi 15 600 henkilöllä. Vuoden 2015 lopussa perheväestön osuus lisääntyi 1 700 perheellä edellisestä vuodesta, ollen kokonaisuudessaan 1 475 000 perhettä. (Tilastokeskus 2016.)

Tilastokeskus luokittelee perheet sen mukaan ovatko puoliset naimisissa, avoliitossa vai rekisteröidyssä parisuhteessa keskenään ja onko perheessä lapsia. Oma luokkana on lisäksi yhden vanhemman perheet. Yleisin perhetyyppi Suomessa on lapseton aviopari, joita oli 36 % kaikista perheistä vuonna 2015. Äiti ja lapsia -perheitä on 10 % kun taas isä ja lapsia -perheitä on vain kaksi sadasta. Näiden perheiden suhteellinen osuus ei ole juurikaan muuttunut viime vuosina. Yhden vanhemman perheissä äitien ja isien siviilisäädyyssä on eroavaisuuksia; isistä yli puolet on eronneita, äideistä 43 %. Naimattomia äideistä on noin kolmannes kun taas isistä noin viidennes. (Tilastokeskus 2016, LIITE 3.)

### 2.1 Yksinhuoltajuus

Yksinhuoltaja oli ennen lähinnä ihmistä leimaava termi, mutta nykyään käsite on jo niin yleinen, että se on jo melko neutraali ilmaisu. Yksinhuoltaja pitää sisälleen syystä tai toisesta yksin jääneen vanhemman, äidin tai isän. Syitä voivat olla esimerkiksi aviottomuus lapsen syntyessä, leskeys tai avioero. Yleisin syy tulla yksinhuoltajaksi on avio- tai avoliiton päättyminen. Terminä yksinhuoltajuus on hieman hankala, sillä useimmiten oletetaan, että yksinhuoltajaperheessä lapsi tai lapset asuvat virallisesti yhden vanhemman kanssa, joka toimii kasvattajana ja elättäjänä. Todellisuudessa nykyään yksinhuoltajuus voi olla paljon monimuotoisempaa, sillä usein lapsilla on myös toinen vanhempi, jonka luona esimerkiksi vietetään viikonloput, tai toinenkin vanhempi osallistuu elatusmaksujen avulla kuluihin. (Forssèn, Haataja, Hakovirta 2009, 11.)

Yksinhuoltajaperheiden osuus lapsiperheistä on kaksinkertaistunut 1970-luvulta nykypäivään tultaessa (KUVIO 1.). 2000-luvulla yksinhuoltajaperheiden osuudet ovat pysytelleet suunnilleen samalla tasolla. Vuonna 2014 lapsiperheistä lähes 120 000 eli 20,8 prosenttia oli yksinhuoltajaperheitä. Yleensä yksinhuoltajana toimi äiti: vuonna 2014 yksinhuoltajaäitejä oli 103 115 eli 18 prosenttia kaikista lapsiperheistä. Yksinhuoltajaisien osuus oli 16 430 eli 2,9 prosenttia. On muistettava, että suurimmassa osassa yksinhuoltajaperheistä myös etävanhempi osallistuu lapsen hoitoon ja lapsi tosiasiallisesti asuu ainakin osan aikaa myös etävanhemman luona. (Väestöliitto 2017.)



Lähde: Tilastokeskus



KAAVIO 1. Lapsiperheet perhetyyppin mukaan eri vuosikymmeninä, % (Väestöliitto 2017).

Vanhaa ja stereotyyppistä ajattelua on, että kun vanhemmat eroavat, päävastuu lapsesta on äidillä. Tätä vanhanaikaista ajatusta on kuitenkin pyritty muuttamaan 1900-luvun puolivälistä alkaen. 1963 julkaistussa Lastensuojelun Keskusliiton oppaassa tuodaan esille lapsen edun ja hyvinvoinnin huomioiminen. Esille tuodaan myös isän rooli lapsen kasvatuksessa. Lapsen kehittymiselle on tärkeää saada esimerkkejä sekä isän että äidin puolelta. 1970-luvulla valmistui "lakipaketti", jossa tuotiin esille lasten oikeudellisen yhdenvertaisuuden toteuttaminen. Lakiin tuli myös pykälä, jossa pyrittiin tasa-arvoisesti tuomaan samat



oikeuden äidille ja isälle, lapsen sukunimeä ja “päähuoltajaa” valitessa. Samalla turvattiin myös lapsen elatus, eli määrättiin elatusvelvolliselle vanhemmalle elatustuki. (Rantalaiho 2009, 33–36.) Vasta vuonna 2007 tuli voimaan päätös yhtenäisistä elatusavuista. Siihen asti ei ollut olemassa yhtenäistä ohjetta elatusavun määräämiselle. Yhtenäisten elatusapujen asiaa on ajanut Yhden vanhemman perheiden liitto perustamisestaan lähtien, eli vuodesta 1975. (Hallbäck-Vainikka 2016.)

## 2.2 Syrjäytymisen ehkäiseminen

Nykyään lähes kaikessa pyritään lisäämään ennaltaehkäisyä ja parantamaan keinoja välttää suuremmalta pahalta. Syrjäytymisen ennaltaehkäisystä tekee haastavaa se, että jokaisen ihmisen omat valinnat ja käyttäytyminen, koko aikaisempi elämä, vaikuttavat siihen, miten henkilön tulevaisuus ja ympäristö muokkautuvat. Syrjäytyminen on monivaiheinen prosessi, joka usein johtuu pidempiaikaisista sosiaalisista ongelmista. Ihmiselle on tärkeää, että hän pystyy hallitsemaan elämänsä. On olemassa ulkoista sekä sisäistä elämänhallintaa. Ulkoinen elämänhallinta kattaa elämän perusasiat, kuten työpaikan ja perheen muiden nähtävissä olevat asiat. Sisäinen elämänhallinta taas on ihmisen omaa kokemusta ulkoisista asioista, esimerkiksi tunne yksinäisyydestä tai tunne, että on vääränlaisessa työssä. Syrjäytymiseltä voidaan välttyä pyrkimällä sekä ulkoisen että sisäisen elämän hallintaan, ja pyrkimällä välttämään elämänhallintaa järkyttäviä asioita kuten työttömyyttä tai muuttoa, tai ainakin lisäämään sietokykyä käsitellä negatiivisia asioita. (Ihalainen & Kettunen 2013, 99–100.)

Yhden vanhemman perheissä on vaikeampi yhdistää lastenhoito ja työssäkäynti kuin kahden huoltajan perheissä. Akatemiaturkija Teppo Krögerin mukaan jopa puolet yksinhuoltajista voidaan luokitella “hoivaköyhiksi” eli julkiset hoivapalvelut eivät kata työ- tai opiskeluaikaa. Lähes kaikki yksinhuoltajat, jotka tekevät epä säännöllistä työaika, joutuvat turvautumaan epävirallisiin verkostoihin voidakseen ylipäättään käydä töissä. Osalle tilanne on muodostunut hoivakriisiksi ja palkattomat vapaat ovat arkipäivää. (Yhden vanhemman perheiden liitto ry. 2016.)

Syrjäytymisellä tarkoitetaan yhteiskunnan ja yksilön välisten siteiden heikkene- mistä (Raunio 2006, 9). Syrjäytyminen voi johtua elämäntilanteiden äkillisestä muutoksesta tai pidempiaikaisesta vähitellen kehittyneestä huono- osaisuudesta. Syrjäytymisen riskitekijöitä voivat olla esimerkiksi työttömyys, köyhyys, mielenterveysongelmat, alkoholisoituminen tai yksinäisyys. Edellä mainitut tekijät vaikuttavat ihmisen elämäntilanteen hallintaan ja osallistumiseen yhteiskunnan muuttuviin malleihin. (Sosiaali- ja terveysministeriö i.a.) Sosiaali- työssä tärkeänä työkenttänä nähdään syrjäytymistä aiheuttavien olosuhteiden poistaminen. Suomessa on sosiaalialan työntekijöille niin kutsuttu etiikkaopas, jossa syrjäytymisen ehkäiseminen ja osallisuuden edistäminen mainitaan sosi- aalialan eettisinä periaatteina tehdä työtä. Oppaassa korostetaan sosiaalialan työntekijän tehtävää edesauttaa jokaisen ihmisen oikeutta olla yhteiskunnan jäsen ja edistää yksilön kykyjä ja mahdollisuuksia elämään ilman huono- osaisuuden kokemusta. (Raunio 2006, 16–17.) Opinnäytetyössämme keski- tymme yksinhuoltajavanhempien syrjäytymisen ehkäisemiseen heille suunnatun toiminnan kautta. Suunnittelemamme toimintamalli keskittyy muutamaan Rau- nion (2006, 139–140) teoksessa mainittuun elämän osa-alueeseen, jotka ovat tärkeitä syrjäytymisen estämiseksi: sosiaalinen tuki ja perheellisyys, luottamuk- selliset ihmissuhteet sekä harrastustoiminta.

Ihmisiä myös syrjäytetään, kun heidän mielipiteitään ja näkökantojaan ei kuulla tai heidän kansalaisuuttaan ja osallisuuttaan kyseenalaistetaan (Laine, Hyväri & Vuokila-Oikkonen 2010, 11). Syrjäytymiseen liittyy huono-osaisuuden kasautu- minen eikä siinä ole kyse vain köyhyydestä vaan laajemmin vaikeuksista elin- oloissa, esimerkiksi terveydessä, taloudellisissa resursseissa, asuinoloissa, so- siaalisissa suhteissa, vapaa-ajan aktiviteeteissa, poliittisissa resursseissa, työ- oloissa sekä elämän ja omaisuuden turvassa (Raunio 2000, 222–229).

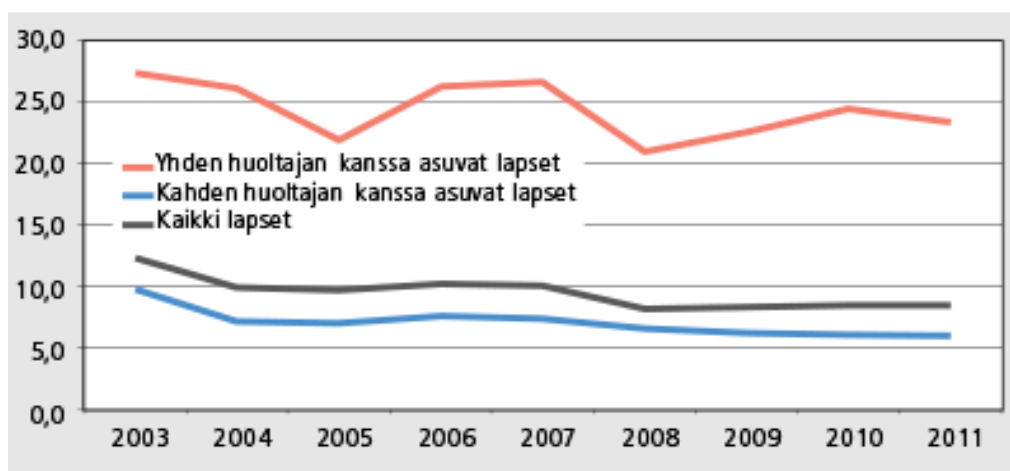
Myös seurakunnissa tehdään työtä syrjäytymisen ehkäisemiseksi, varsinkin diakoniatyössä. Vuonna 2016 Kirkon keskusrahaston talousarviossa varattiin 84 000 euroa jaettavaksi kirkon syrjäytymisen ehkäisyhankkeisiin käytettäväksi. Kyseistä määrärahaa voi käyttää seurakunnan syrjäytymistä ehkäisevän työn kehittämiseen ja uusien toimintamallien luomiseen. (Sakasti i.a.a.) Yksi näistä

hankkeista on LapsiArkki, johon haetaan nyt pilottiseurakuntaa kokeilemaan vuosina 2017-2018 uutta toimintamallia. LapsiArkki-hanke keskittyy yksinhuoltajavanhempien arjen tukemiseen sekä perheen syrjäytymisen ehkäisemiseen. Seurakunnat ovat tärkeänä tekijänä yhden vanhemman perheiden osallisuuden lisäämisessä sekä vertaistuen tarjoamisessa. (Sakasti 2017.)

### 2.3 Yksinhuoltajaperheiden syrjäytymisen ehkäiseminen

Päivi Alasalmi nostaa teoksessaan *Loistava yksinhuoltajuus* (2011) esille yhteiskunnan muutokset ja niiden vaikutukset perherakenteisiin. Nykyään on aiempaa tavallista, että nuoret muuttavat opiskeluiden ja töiden perässä eri kaupunkeihin asumaan, jolloin sukulaiset, esimerkiksi isovanhemmat, jäävät usein kauemmas. Tästä johtuen ei ole enää niin kuin ennen, että oli koko perhe tai peräti kyläyhteisö ympärillä jakamassa vastuuta jälkeläisten hoidosta ja kasvatamisesta. Tämän seurauksena syntyy tilanteita, että vain yksi ihminen on vastuussa ihmisen hoidosta, tuesta ja kasvatuksesta. (Alasalmi 2011, 165–166.) Yksinhuoltajavanhempi jää melko yksin lapsen kanssa, mikäli tukiverkkoa ei ole lähellä helposti tavoitettavissa.

Edellä mainitun lisäksi syrjäytymisriskiä yhden vanhemman perheissä lisää vähävaramaisuus. Alasalmi mainitsee sarkastisesti teoksessaan (2011, 197), että halutessaan yksinhuoltajaksi tulee omistaa laskin, jolla voi tarkkailla saldoaan jatkuvasti. Tilastoissa on nähtävillä, että yksinhuoltajien talouksista katsotaan pienituloisiksi noin 30 %, kun taas perheissä, joissa on kaksi vanhempaa, pienituloisia ovat noin 10 %. Tämä näkyy myös yksinhuoltajaperheissä, sillä sosiaalipolitiikassa ei ole huomioitu perheitä, joissa puuttuvat toisen vanhemmat tulot, esimerkiksi miniäitiyspäivärahan määrässä. (Krok 2009, 96.) Edellä mainitut perheet, joiden tulo koostuu minimiäitiyspäivärahasta ja kunnan maksamasta minimielatusmaksusta, ovatkin melko huonossa taloudellisessa asemassa. Hyvä tilanne yksinhuoltajaperheessä on silloin, jos perheen elättäjä käy palkkatyössä ja lisäksi myös toinen vanhempi osallistuu rahallisesti elatukseen. Tällöinkin tulot jäävät melko pieniksi suhteutettuna lasten kanssa käytettyyn aikaan. (Krok 2009, 118.)



KAAVIO 2. Huoltajien lukumäärän mukaan vaikeuksien toimeen tulevissa perheissä asuvien lasten osuus vuosina 2003–2011, %. Tilastokeskus 2014.

Vaikkakin harvat yksinhuoltajaperheet kokevat olevansa köyhiä, se näkyy silti arjessa. Vähävaraisuus näkyy elämänalueilla monessa eri asiassa. Valinnanvapaus ja elämänpiiri herkästi pienenevät olosuhteiden pakosta. Vähävaraisilla yhden vanhemman perheillä ei välttämättä ole varaa valita millä alueella he asuvat tai minkä asumismuodon he valitsevat. Lisäksi se vaikuttaa esimerkiksi harrastusmahdollisuuksiin tai muihin vapaa-aikana tehtäviin asioihin. Matkustaminen ystävien tai sukulaisten luo voi olla rajoitettu vähäisten tulojen vuoksi. (Krok 2009, 118.)

Krok käsittelee väitöskirjassaan Hyviä äitejä ja arjen pärjääjiä (2009) yksinhuoltajaperheisiin liittyviä arjen haasteita. Vähävaraisuus on Suomessa lisääntynyt lapsiperheiden keskuudessa 1990- ja 2000-luvuilla johtuen esimerkiksi ansiotulojen epätasa-arvoisesta jakautumisesta sekä perheille suunnattujen etujen leikkaamisesta. Näin ollen yhden vanhemman perheiden vanhemmilla on riski joutua pitkäaikaisiksi toimeentulotuen asiakkaiksi, mikäli ei ole mahdollisuutta työelämään. Tämä aiheuttaa myös lapsiköyhyyttä. Tässä yhteydessä on paljon puhuttu huono-osaisuuden periytymisestä. Lapsuuden ajan köyhyydellä on tutkittu olevan yhteys aikuisiän köyhyyteen. Syrjäytymisriski on tavallista suurempi. Perheen vähävaraisuudella on vaikutus myös lapsen mahdollisuuksiin harrastaa ja osallistua, jolloin on entistä tärkeämpää keskittyä hyvään vanhemmuuteen. (Krok 2009, 131.) Työelämästä ulkopuolelle jääneitä tulee kuitenkin tukea

sosiaalisia verkostoja vahvistamalla sekä pyrkiä muistamaan arjen rutiinit. Nykyään keskitytään paljon työelämästä syrjäytymiseen ja sen vaikutuksista muuhun elämään, mutta on tärkeää muistaa myös sosiaalinen ympäristö ja siitä syntyvät syrjäytymisen uhat. (Raunio 2006, 94.)

Seurakunnan diakoniatyöntekijällä on mahdollisuus avustaa vähävaraisia Kirkon diakoniarahaston varoilla. Se on kirkon yhteinen avustusrahasto, jonka tehtävä on avustaa yllättäviin taloudellisiin vaikeuksiin tai hätätilanteisiin joutuneita perheitä ja yksityishenkilöitä osana diakoniatyötä. Tarjotun avustuksen tavoitteena on toimia auttaen yksilö tai perhe vaikean tilanteen yli, minkä jälkeen tulee selvittää eteenpäin joko itsenäisesti tai yhteiskunnan avun turvin, kuten toimeentulotuen avulla, oman seurakunnan työntekijöiden tukemana. Kirkon diakoniarahaston avustusrahat koostuvat kerätyistä kolehdeista, yhteisvastuukeräyksen tuoton osuudesta sekä lahjoituksista. (Sakasti i.a.b.)

### 3 VERTAISTUKI YKSINHUOLTAJIEN RYHMÄSSÄ

Ryhmä määritellään usein tietyksi ihmisjoukoksi, joka on koossa ryhmätoiminnan toteuttamista varten tai on jo valmiiksi koossa jostakin muusta syystä, mutta osallistuu ryhmätoimintaan. Ryhmä on sosiaalipsykologiassa määritelty niin, että se toimii vuorovaikutteisesti sekä on tietoinen omista rajoistaan ja tarkoituksesta. Ryhmä pyrkii yhteisiin tavoitteisiin suuntautuen jokaisen ryhmäläisen henkilökohtaisten tavoitteiden kautta. Ryhmän toiminta on yleensä ohjattua. Ryhmätoimintaa on Suomessa järjestetty pitkään eri järjestöjen ja muiden toimijoiden toimesta, ja se on usein vapaa-ajan harrastustoimintaa. Osallistuminen ryhmätoimintaan edistää yksilön sosiaalista vuorovaikutusta sekä edistää vertaisten kohtaamista ehkäisten syrjäytymistä. Toimintaa suunnitellessa tulee huomioida ryhmän jäsenten hyötyminen ryhmästä, eli ryhmäläisten tulee olla motivoituneita, jotta ryhmän tavoitteet ja tarkoitus tulevat toteutetuksi. (Kivelä & Lempinen 2009, 28–30.)

Vertaistuki on yhteisten kokemusten jakamista. Se on olennainen osa ihmisten jokapäiväistä elämää ja kanssakäymistä. Keskeisiä vertaistuen areenoita ovat esimerkiksi perheet ja naapurustot. Hyvä esimerkki menneisyydestä on naisten ompeluseurat, jossa naiset käsitöiden lomassa kertoivat kokemuksistaan ja kammelluksistaan. Vertaistoiminnassa korostuu siis arjen arvostus. Ryhmässä saatu elämys, käytännön vinkki tai vahva tunnekokemus ovat tavallisen oloisia, mutta merkittäviä juuri tavallisen ihmisen jokapäiväisessä elämässä. Vertaistoiminnalla on suuri merkitys erityisesti silloin, kun elämäntilanne poikkeaa merkittävästi lähiympäristön elämäntilanteesta tai elämän muutostilanteissa, esimerkiksi vaikean sairauden kohdatessa. Vertaisryhmästä rakentuu ihmisen lähelle yhteisö, jonka kanssa voi vaihtaa elämäkokemuksia ja se antaa myös mahdollisuuden kasvuun sekä arjen kannalta uuden ja hyödyllisen oppimiseen. (Kuuskoski 2003, 30–31.)

Vertaistuen merkitystä on tutkinut muun muassa Mari Mynttinen pro gradu tutkielmassaan 2013. Tuloksissa käy ilmi pienten lasten äitien myönteiset kokemukset henkisestä, emotionaalisesta tuesta sekä konkreettisesta käytännön

tuesta, jota vertaistuki ryhmässä antoi. Henkinen, emotionaalinen tuki sisälsi kommunikaation laatuun ja toimivuuteen liittyviä ominaisuuksia sekä syvällisyyteen, hoitavuuteen ja voimaannuttavuuteen liittyviä piirteitä. Konkreettiseen käytännön tukeen kuului toiminnallinen apu, sosiaalinen, tiedollinen, vuorovaikutuksellinen apu sekä arvostava ja asiantunteva henkilökunta ja toimiva ympäristö. Tutkielman keskeisempien tulosten mukaan vertaistuen suurin merkitys on psyykkisen terveyden edistämisessä. Hyvänä koettu psyykinen terveys mahdollistaa myönteiset vaikutukset elämänlaatuun, itsetuntemukseen ja ihmissuhteisiin. (Mynttinen 2013, 25, 45.)

Vertaistoiminnan arvopohjana on tasa-arvoisuus, avoimuus ja toisen ihmisen kunnioittaminen. Vertaisryhmän jäsenet ovat valmiita yhteistyöhön, ottamaan vastaan ja antamaan omasta kokemuksestaan. Ideana on yhdenvertainen kokemusten jakaminen keskinäisessä kanssakäymisessä. Toiminta on vapaaehtoista, vastavuoroista ja aina siihen osallistuvien näköistä. Ryhmät ovatkin hyvin erilaisia toimintansa, tapojensa, tavoitteiden, kokoonpanojen ja toiminnan keston suhteen. (Kuuskoski 2003, 31.)

Laura Kujala ja Marika Loukimo loivat opinnäytetyönään 2015 uuden vertaistuellisen ryhmäohjausmallin, jonka he toteuttivat Huolen mieltämön perheiden palveluihin, joka on yksityinen sosiaalipalveluita tarjoava osuuskunta. Ryhmätoiminnasta kerätyn palautteen mukaan ryhmän voimavarana pidettiin sitä, että ryhmäläiset olivat hyvin erilaisia ja kaikilla oli hyvin erilaiset elämäntilanteet. Ryhmästä hyvän teki luottamuksellisuus ja positiivisuus sekä siitä saatu vertaistuki. Ryhmäläiset kokivat tulleen kuulluksi ja he arvostivat avoimia keskusteluita. Ryhmäläiset myös kokivat saaneensa paljon sen myötä, kun jokainen ryhmän jäsen luottamuksellisesti avautui aroistakin asioista. Ryhmähengestä saatu palaute oli hyvää ja ryhmässä arvostettiin toisen kunnioitusta ja tasavertaisuutta, vaikka lähtökohdat kaikilla olivatkin hyvin erilaisia. (Kujala & Loukimo 2015, 48.)

Vertaistoiminnasta ei voi puhua ilman tasavertaisuuden ja osallisuuden kokemusta. Jokaisella on elämäkokemuksia ja oikeus omaan elämäänsä ja toisaalta jokainen on oman elämänsä paras asiantuntija. Puhutaan kokemuksellisesta

asiantuntijuudesta. Toiminta perustuu kokemuksen ja kokemustiedon hyödyntämiseen ja jakamiseen, joko ryhmissä tai kahden kesken. (Kuuskoski 2003, 31–32.)

Vertaistuen vahvuuksia ovat tasa-arvoisuus, tilanneherkkyys, myötäeläminen ja ymmärtäminen. Siinä ei asetuta tiukkoihin ammattirooleihin, vaan jokainen on tasavertainen oman arkensa ja elämänsä asiantuntija. Jokaisella on mahdollisuus auttaa toista ja itseään, riippumatta koulutuksellisesta tai ammatillisesta osaamisesta. Vuorovaikutuksen kautta ihminen voi peilata omia valintojaan, pieniä ja suuria. Vertaistuki lisää ihmisten kykyä tehdä tietoisia ja harkittuja valintoja elämässään. (Kuuskoski 2003, 34–35.)

### 3.1 Osallisuus

Osallisuus käsitetään yleensä tunteeksi, joka syntyy ihmisen ollessa osallisena yhteisössä esimerkiksi opiskelun, työn, harrastus- tai järjestötoiminnan kautta. Osallisuus ilmenee yhteisön muiden jäsenten arvostuksena, tasavertaisuutena ja luottamuksena, sekä vaikutusmahdollisuutena kyseisessä yhteisössä. Yksilön osallisuus yhteiskunnassa tarkoittaa yksilön mahdollisuutta terveyteen, koulutukseen, työhön, toimeentuloon, asuntoon sekä sosiaalisiin suhteisiin. Osallisuus jokaisen yksilön kohdalla vaihtelee jokaisen elämänkulun ja -tilanteiden mukaisesti. Syrjäytymistä vastaan osallisuuden kokeminen sekä yksilön sosiaaliset verkostot. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2016, b.) Osallisuuden toteutumista on tarkasteltu usealta näkökulmalta. Yhteisön ja yhteiskunnan osalta yksilön osallisuus koostuu kolmesta asiasta: riittävä toimeentulo ja hyvinvointi, yhteisöön kuuluminen sekä toimijuus. Tasapaino näiden asioiden välillä luo yksilön hyvinvointia. Vajaus jossakin näissä asioissa tarkoittaa yksilön osallisuuden vähentymistä ja syrjäytymisriskin lisääntymistä. Sosiaalisiin oloihin vaikuttaminen ja heikommassa asemassa olevien osallisuuden vahvistaminen ovat siis osallisuuden edistämistä, jolloin myös edistetään terveydellistä tasa-arvoa. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2016, a.)



Kuntalain mukaan asukkailla ja palvelujen käyttäjillä tulee olla edellytykset osallistua ja vaikuttaa kunnan toimintaan. Palvelujen käyttäjiä edustavia elimiä kunnallisessa demokratiassa edustavat erilaiset neuvostot tai neuvottelukunnat. Esimerkiksi aikuissosiaalityön piirissä on toimintamuotoja, joissa palveluja käyttävät asiakkaat ovat itse mukana luomassa uusia toimintamuotoja ja toteuttamassa toimintaa. Osallistuminen omaa palvelua koskeviin asioihin voi myös olla esimerkiksi sosiaalityöntekijän käyttämä tietoinen, asiakkaan elämänhallintaa tukeva työmuoto tai koulun tietoinen kasvatustavoite. (Kananoja, Niiranen & Jokiranta 2008, 196–197.)

Koska kunnallinen sosiaalipolitiikka toteutuu paikallisella tasolla, seutukunnissa ja alueilla, tarjoaa se hyvät edellytykset vuorovaikutukseen paikallistason toimijoiden kanssa ja lähellä olevan osallistumisen areenan. Paikallisyhteisöt, asukkaiden osallisuus ja erilaiset ihmisten väliset yhteistoimintamuodot synnyttävät sosiaalista voimaa. Demokraattinen osallistuminen kehittää kansalaisten aktiivisuutta sekä parantaa heidän poliittisen tietonsa ja harkintansa tasoa. (Kananoja ym. 2008, 201.)

Opinnäytetyössämme rakentuvan toimintamallin merkitys osallisuuden edistämässä tulee esille kehittämämme ryhmätoimintamallin tavoitteissa, jotka tähtäävät Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (2016, b) sivuillaan listaamiin keinoihin osallisuuden edistämiseksi. Näitä ovat muun muassa:

- *Vahvistetaan omia voimavaroja*
- *Tuetaan lasten ja nuorten sosiaalisia, vuorovaikutus- ja vaikuttamistaitoja koulussa ja lähiympäristössä, kuten harrastustoiminnassa*
- *Ohjataan ja tuetaan perheitä varhaisessa vaiheessa ratkaisemaan elämäntilanteiden haasteita omista lähtökohdista käsin ja tuetaan vertaistyyötä*
- *Mahdollistetaan kaikille osallistuminen vapaa-ajantoimintaan, kuten kulttuuri- ja liikuntaharrastuksiin (Terveiden ja hyvinvoinninlaitos 2016, b.)*

Osallistumisen lisäksi puhutaan osallisuuden kokemuksesta, kuulumisen, liittymisen ja yhteisöllisyyden tunteesta. Osallisuus on osa osallistumisen prosessia. Se on myös tunne, kokemuksellinen tila, joka tuottaa osallistumista ja on sen

edellytys. Osallisuus voi olla tavoite esimerkiksi itseä koskevan palvelun suunnittelussa, jolloin se tuottaa kuntalain edellyttämää asiakasnäkökulmaa. Osallisuus on myös keino, jonka avulla luodaan ja edistetään kansalaisten ja asiakkaiden elämänhallintaa, sitoutumista ja vastuullisuutta. (Kananoja ym. 2008, 203.)

### 3.2 Voimaantuminen

Voimaantuminen on ihmisestä lähtevä henkilökohtainen ja sisäinen prosessi. Voimaantumiseen vaikuttavat merkittävästi ympäristön olosuhteet, joiden tulee olla henkilölle sellaisia, joista tulee turvallisuuden ja arvostuksen tunne ja ilmapiiiri on luottamuksellinen. Voimaantumisen tarkoituksena on henkilön löytää omat voimavaransa, joiden avulla saavuttaa päämäärät ja oma hyvinvointi. (Siitonen 1999.)

Empowerment on Robert Adamsin mukaan keino muutoksen aikaansaamiseksi ja tietyn päämäärän saavuttamiseksi. Yksilöiden, ryhmien ja yhteisöjen on empowermentin avulla mahdollisuus vaikuttaa elinolosuhteisiinsa, saavuttaa haluamiaan asioita ja kohentaa elämänsä laatua. Voimaantuminen ei ole synonyymi vallan ottamiselle, eikä se lähde individualistisista arvoista vaan sosiaalisen oikeudenmukaisuuden, yhteistoiminnallisuuden ja harmonisuuden arvojen painottamisesta. Empowerment pyrkii sisäisen energian vahvistamiseen. Sosiaalityössä se tarkoittaa yksilöiden ja ryhmien muuttumista siten, että ne voivat kontrolloida olosuhteitaan ja saavuttaa itse asettamia tavoitteita ja siten työskennellä itsensä auttamiseksi ja oman elämänsä laadun parantamiseksi. (Adams 2003, 5,8,197.)

Ilmari Rostilan mukaan empowerment ilmenee sosiaalityössä asiakkaan toimintavoiman kasvuna. Se on asiakaslähtöinen prosessi, jonka tulisi kaikissa vaiheissa perustua asiakkaan kanssa yhdessä tekemiseen. Voimavarakeskeisyys on asiakassuhteen muodostumiselle hyvä lähtökohta ja siihen kuuluvat muun muassa asiakkaan kuuleminen, asiakkaan tavoitteista lähteminen sekä asiakkaan vahvistumista tukevien puitteiden luominen. (Rostila 2001, 39–40.)

#### 4 RYHMÄMUOTOISEN TOIMINNAN SUUNNITTELU, TOTEUTUS JA ARVIOINTI

Opinnäytetyömme alkuvaiheessa aloimme suunnittelemaan ryhmämuotoista toimintaa yhden vanhemman perheille (LIITE 1). Tarkoituksenamme oli testata käytännössä suunnittelemamme toimintamalli Pohjois-Porin alueella. Toteuttamamme ryhmään ilmoittautui 3 yksinhuoltajaa lapsineen, mutta yhteenkään kokoontumiseen ei saapunut osallistujia. Olimme paikalla kolmena tiistaina, kun ryhmän oli tarkoitus kokoontua mutta turhaan. Tuntui, että suunnittelumme ja työemme oli mennyt hukkaan. Ajatuksena se, että työstämme olisi joskus jotain hyötyä jollekin, teimme toimintamallin, jota joku voisi hyödyntää ryhmän toteutuksessa myöhemmin; esimerkiksi Lähde mukaan- hanke oli kyseistä mallista kiinnostunut. Tiedostimme sen, että kyseinen toiminta vaatii pitkäjänteistä työtä, jota meillä ei näillä resursseilla ollut mahdollisuutta toteuttaa.

Päätimme järjestää vielä yhden illan tavoitteena kerätä materiaalia toimintamallin luomiseen haastatteleamalla osallistujia. Iltaan kutsuttiin yksinhuoltajavanhempia lapsineen. Se toteutettiin Porin Pihlavan asukastuvalla. Illan aikana tavoitteenamme oli kartoittaa kiinnostusta ja tarvetta ryhmämuotoiselle toiminnalle Pihlavan alueella. Yhteistyökumppaneina illan toteutuksessa olivat Lähde mukaan- hanke, Yhden vanhemman perheiden liitto, Pihlavan asukastupa, Porin Diakonia-ammattikorkeakoulu ja Oriflame. Tiedotimme ja markkinoimme iltaa jakamalla esitteitä (LIITE 2) Pihlavan alueella kauppoihin, kouluihin, apteekkiin, päiväkotiin, neuvolaan ja monille muille alueen toimijoille sekä lähettämällä sähköpostitse esitteitä Porin kaupungin sosiaalitoimistoon ja Yhden vanhemman perheiden liiton koordinaattorille Teija Hallbäck-Vainikalle, joka laittoi esitteen liiton nettisivuille.

Teemana oli pikkujoulut, sillä ilta toteutettiin 24.11.2016. Lähde mukaan hankkeen kautta saimme pikkujouluun sopivaa tarjottavaa. Oriflamelta saimme edustajan esittelemään tuotteita, jotka olivat käyttömukavuudeltaan sopivia kiireisille yksinhuoltajavanhemmille. Hankkeen kautta saimme kaksi vapaaehtoista saapumaan paikalle ajatuksena, että he leikkivät lasten kanssa, jotta vanhemmat

saavat keskittyä hetkeksi rentoutumaan. Kyseiseen pikkujoulu-iltaan paikalle saapui kaksi yksinhuoltajaäitiä lapsineen, jotka eivät kuitenkaan olleet Pihlavan alueelta.

Illan aikana juttelimme äitien kanssa Porin tarjonnasta yksinhuoltajavanhemmille. Molemmat olivat sitä mieltä, että Porista ei tällä hetkellä löydy mitään yhteistä vertaistuellista toimintaa yhden vanhemman perheille. Kysyimme heiltä myös mitä he toivoisivat tarjolla olevan. Hyödynnämme opinnäytetyönämme kehittämässämme toimintamallissa myös heidän esittämiään kehittämistarpeita Porin yksinhuoltajavanhemmille suunnattuun toimintaan. Kyseinen ilta oli onnistunut, vaikkakaan osallistujia ei ollut kuin 2 äitiä ja 2 lasta.

Terveysten ja hyvinvoinnin laitoksen tekemän Lapsiperhekyselyn 2012, jossa selvitettiin lapsiperheiden kokemusta palvelujen saatavuudesta ja tuen riittäväydestä, mukaan arkea ja yhteisöllisyyttä tukevaan toimintaan oli osallistunut suuri osa perheistä. Etenkin pienten, alle kouluikäisten lasten perheet käyttivät paljon lasten kerhotoimintaa, leikkikenttiä ja -puistoja sekä osallistuivat perheitä koostaviin perhekahviloihin, -kerhoihin tai muihin vastaaviin lähellä perhettä sijaitseviin, kaikille avoimiin toimintoihin. Vanhemmat olivat myös tyytyväisiä näiden palvelujen saatavuuteen. Tämä on tärkeää, koska juuri näissä paikoissa vanhemmilla on mahdollisuus tutustua paikkakunnalla muihin, samassa elämäntilanteessa oleviin vanhempiin ja lapsilla on mahdollisuus saada ikäistään seuraa. Palvelut sijaitsevat myös usein lähellä perheen kotia ja ovat maksuttomia. Palvelujen saatavuus ei kuitenkaan vielä kerro, onko palvelu myös erilaisten palveluja tarvitsevien ihmisten kannalta hyvin toimiva ja siten saavutettavissa. Palvelujen saavutettavuus on yhdenvertaisuuden edistämistä. Saavutettavuuteen liittyy myös se, että palvelut vastaavat hyvin asiakkaiden tarpeisiin ja niitä tarjotaan silloin, kun niitä tarvitaan. (Perälä, Halme & Kanste 2014, 228–230.)

#### 4.1 Ryhmämuotoisen toiminnan suunnittelu

Ryhmän suunnittelu lähtee ensin siitä, kun mietitään mitä tehdään ja milloin. Toiminnan tavoitteet on hyvä tietää heti suunnittelun alussa, koska se vaikuttaa ryhmän suunnitteluprosessiin. Toimintamalliimme pohjautuen ryhmän tavoitteena on osallistaa yksinhuoltajavanhempia ja heidän lapsiaan sekä tarjota vertais-tuellaista toimintaa ehkäisten syrjäytymistä. Sen jälkeen on hyvä pyrkiä tavoittamaan yhteistyökumppaneita ryhmätoiminnan toteutukseen, sillä eri tahojen yhteistyön kautta ryhmätoiminnasta saadaan monipuolisempaa ja mielekkäämpää.

Ajatuksenamme on, että toimintamallimme mukaisessa toiminnassa olisi hyvä olla mukana ainakin seurakunta sekä mahdollisesti myös Yhden vanhemman perheiden liitto. Lisäksi yhteistyötä voi tehdä eri koulujen kanssa, kuten me olimme alustavasti sopineet Winnovan kauneudenhoitopuolen opiskelijoiden kanssa hemmottelua äideille ja kasvomaalausta lapsille. Lisäksi yhteistyötä voi pyytää Martoista, vinkkejä edulliseen ja helppoon ruuanlaittoon. Tällä hetkellä Porissa toimii myös hanke Lähde mukaan!, jolla voi olla kiinnostusta lähteä toteuttamaan alueellista ryhmämuotoista toimintaa syrjäytymisen ehkäisemiseksi.

Lähde mukaan on Karhuseudun ja Diakonia-ammattikorkeakoulun yhteinen hanke, joka toteutetaan Porissa. Hankkeen slogan on ”työtä, hyvinvointia ja yhteisöllisyyttä Porin seudulle”, eli siis tavoitteena on tavoittaa työttömiä sekä lisätä yhteisöllisyyttä ja osallisuutta Porin lähiöalueilla; Sampola, Impola, Väinölä, Pormestarinluoto sekä Pihlava. Tarkoituksena on edistää alueiden yhteenkuuluvuutta sekä lisätä eri alueen toimijoiden yhteistyötä keskenään sekä asukkaiden kanssa. Ajatuksena on edistää lähiöasukkaiden vaikutusmahdollisuuksia kaupungin päätöksenteossa liittyen oman alueen kehittämiseen. Yhtenä tavoitteista on myös työllisyysmahdollisuuksien lisääminen sekä palveluohjauksen parantaminen. (Leader Karhuseutu 2016.)

Hanke on aloitettu tekemällä ensin paikalliset kehittämissuunnitelmat, jotka pyrkivät löytämään paikallisesti räätälöityjä keinoja alueen asukkaiden hyvinvoinnin

lisäämiseksi. Suunnitelmien pääajatuksena on erityisesti osallisuuden lisääminen, työllisyyden parantaminen sekä syrjäytymisen ehkäisy. Rahoitus hankkeeseen on saatu Porin kaupungin lisäksi Euroopan sosiaalirahastosta toimintalinja 5:stä, jonka tavoitteena sosiaalisen osallisuuden lisääminen sekä köyhyyden vähentäminen. (Leader Karhuseutu 2016.)

Hankkeen tavoitteet kohtaavat osittain opinnäytetyömme tavoitteiden kanssa, joten hanke oli innokkaasti lähdössä mukaan järjestämään tapahtumaa kanssamme Pihlavaan.

Ryhmän kokoontumisen kannalta on tärkeää löytää keskeinen paikka, johon kaikkien ryhmäläisten on helppo löytää ja tulla. Lähiöissä on paljon niin sanottuja matalan kynnyksen tiloja, tuttuja paikkoja, joissa ihmiset käyvät päivittäin. Esimerkiksi seurakuntien, koulujen tai nuorisotalojen tiloista voi löytyä sopiva paikka ryhmän kokoontumiselle. Itse hyödynsimme yhteistyökumppaneitamme ja saimme käyttöömmme Pormestarinluodossa seurakuntakodin ryhmän kokoontumiseen sekä Pihlavassa asukastuvan yhden vanhemman perheille suunnatun illan pitämiseen. Tarjoilujen ja muiden pienten kustannusten osalta kannattaa hyödyntää yhteistyökumppaneita ja paikallisia toimijoita. Lisäksi rahoitusta varten voi pohtia, onko paikkakunnalla käynnissä hanketta, johon toiminnan voisi yhdistää. Me saimme rahoitusta niin seurakunnalta kuin Lähde mukaan! -hankkeelta.

Toiminta on sovellettavissa käytettäväksi missä vain lähiössä ja myös eri asiakasryhmien kanssa toimiessa. Ryhmätapaamisten aiheet on vapaasti muokattavissa juuri kulloisellekin kohderyhmälle sopivaksi.

#### 4.2 Toiminnan toteutus

Toiminnan toteutuksessa on hyvä olla kaksi ohjaajaa, jolloin mahdollistetaan toiminnan hajauttaminen erikseen vanhemmille tai lapsille suunnatuksi. Joillakin kokoontumiskerroista teemana on yhdessä tekeminen, jolloin edistetään myös perheen sisäistä vuorovaikutusta sekä osallistavaa ryhmässä toimimista. Ryh-

män runko on suunniteltu toteutettavaksi yhden vanhemman perheille soveltuvassa viikoittain kokoontuvassa ryhmässä. Jokaiselle ryhmäkerralle on suunniteltu eri teemojen mukaista osallistavaa toimintaa. Ryhmän jokaisella kokoustumiskerralla on tarkoitus viettää yhteinen kahvihetki, jonka aikana vapaata keskustelua ja kuulumistenvaihtoa. Lisäksi joillakin ryhmäkerroilla on mukana johonkin teemaan liittyen asiantuntijoita, jotka voivat kertoa aiheeseen liittyvää tietoa ja/tai järjestää siihen liittyvää erilaista ohjelmaa.

### 1. Tutustuminen

Tämän kerran tarkoituksena on tutustua muihin ryhmän osallistujiin. Aluksi ryhmän jäsenet askartelevat itselleen nimikyltin, johon käytettävissä on paljon erilaista materiaalia, kuten lehtiä ja tarroja. Lisäksi tutustumisessa voidaan hyödyntää esimerkiksi tunnekortteja tai nallekortteja lasten iästä riippuen. Lopuksi keskustellaan kahvin lomassa ryhmäläisten odotuksista tai toiveista seuraavia ryhmäkertoja ajatellen. Runkoa muokataan ryhmäläisten toiveiden mukaan.

### 2. Leivonta

Tämän kerran tarkoituksena on yhdessä leipoa jotain helppoa ja edullista, joka on myös helposti kotona toteutettavissa esimerkiksi sämpylöitä tai pullaa. Kerran tarkoituksena on vahvistaa ryhmän sisäistä vuorovaikutusta ja edistää jäsenten toimimista yhdessä ryhmänä.

### 3. Hemmottelu vanhemmille/Kasvomaalaus ja leikkiminen lapsille

Tähän ryhmäkertaan voi käyttää hyväksi yhteistyökumppaneita. Tähän käyvät esimerkiksi oppilaitokset, alan opiskelijat tai omat kontaktit liittyen kyseiseen aiheeseen, esimerkiksi Oriflamen tai Foreverin edustajat, jotka maksutta ovat halukkaita osallistumaan ohjelman järjestämiseen. Vanhemmille tarjotaan vinkkejä päivittäisten rutiinien, kuten meikkaus tai ihonhoito, toteuttamiseen helposti ja edullisesti. Tavoitteena on muistuttaa vanhempia huolehtimaan myös itsestään kiireen keskellä ja antamaan aikaa myös itselle. Lopuksi esimerkiksi lyhyt käsihoito tai muu hemmottelu. Lapsille on samanaikaisesti järjestetty muuta toimintaa.

Heidän on mahdollista saada kasvomaalausta sekä ohjattua leikkiä. Näin aikuiset saavat keskittyä rauhassa hemmotteluun.

#### 4. Hengellisyys

Tämän kokoontumisen tarkoituksena on huomioida myös hengelliset tarpeet yhden vanhemman perheissä. Ohjelma voidaan toteuttaa esimerkiksi alueen diakoniatyöntekijän kanssa yhteistyössä. Kokoontumisen alussa on hartaus, jonka toteutuksessa huomioidaan myös lapsi- osallistujat. Sen jälkeen on yleistä keskustelua diakoniatyöntekijän kanssa toivotuista aiheista. Lisäksi diakoniatyöntekijä (tai ryhmän ohjaaja) kertoo vanhemmille seurakunnissa tapahtuvasta taloudellisesta avustamisesta sekä muusta tuesta, jota yhden vanhemman perheiden on mahdollisuus saada seurakunnalta. Lapsilla on mahdollisuus myös ohjattuun leikkiin.

#### 5. Yhden vanhemman perheiden liitto

Yhden vanhemman perheiden liitosta pyydetään työntekijä kertomaan liiton toiminnasta, tuetuista lomista sekä yhden vanhemman perheille suunnatusta toiminnasta. Mahdollistetaan avoin keskustelu ja kysymykset aiheeseen liittyen. Lapsille voidaan tilanteen mukaan järjestää toimintaa esimerkiksi läheisessä puistossa tai hyödyntää alueen muita tiloja antaen erilaisia virikkeitä.

#### 6. Päätös

Ryhmän viimeisellä kerralla jäsenille tehdään arviointikysely, jonka tuloksien perusteella toimintaa voidaan kehittää tai mahdollisuuksien mukaan jatkaa. Viimeiselle kerralle ei suunnitella mitään erityistä toimintaa, vaan ohjelma on vapaamuotoista ja jäsenien toiveiden mukaista.

### 4.3 Toiminnan arviointi

Ryhmän jäsenille toteutetaan arviointikysely, jossa kysytään heidän mielipiteitään ryhmän toiminnasta. Kyselyyn vastaaminen tapahtuu nimettömästi. Vanhemmilta kysytään yleisesti ryhmän toimintaan liittyviä asioita ja kehittämisideoita. Vastaaminen tapahtuu rastittamalla sopivin vaihtoehto annetuista. (LIITE 4.)



Lapsille annetaan ikätasosta riippuen paperi, jossa on kaksi hymiötä, joista he valitsevat enemmän tunnettaan kuvaavan (LIITE 5).

Palautteiden perusteella arvioidaan ryhmätoiminnan toteutumista sekä mahdollista jatkumista. Tulevaisuudessa toimintaa voidaan kehittää arviointikyselyn perusteella.

## 5 YHTEENVETO

Ryhmän kokoon saaminen ja ryhmätoiminnan aloittaminen on monesta asiasta kiinni ja vaatii pitkäjänteistä työtä. Tärkeätä on miettiä ryhmän järjestämisen todellinen tarve. Markkinointi on hoidettava oikein ja sitä on tehtävä aktiivisesti, yksi mainos ei riitä. Ryhmätoiminnasta on hyvä tiedottaa niin kauan, että ryhmään on saatu osallistujia, mutta uuden ryhmän toiminta kannattaa aloittaa jo pienelläkin porukalla. Näin sana ryhmän toiminnasta leviää pikkuhiljaa ja ohjaaja saa kokemusta ryhmän ohjaamisesta, ja seuraavan kerran ryhmää järjestäessä osallistujien saaminen voi olla jo helpompaa. Ryhmän kokoontumisten aikana kokoonpano saattaa muuttua, ja sen kanssa kannattaa olla joustava. Osallistujien elämäntilanteet ja aikataulut saattavat muuttua, ja se on hyvä hyväksyä. Mikäli ryhmäkokoonpano on hyvin pieni jatkuvasti, kannattaa pohtia, onko järjestämisaika tai -paikka oikea. (Martin, Heiska, Syvälahti & Hoikkala 2012.)

Opinnäytetyömme puitteissa jouduimme kohtaamaan haasteita ryhmätoiminnan järjestämisessä, kun aktiivisesta markkinoinnista ja yhteistyökuvioista huolimatta emme saaneet yhtäkään osallistujaa järjestämäämme ryhmään ilmoittautumisista huolimatta. Huomasimme, että ryhmätoiminnan käyntiin saaminen vaatii ohjaajalta kärsivällisyyttä ja aikaa. Pohdimme, miksi kohderyhmämme yksinhuoltajat ovat vaikeasti tavoitettavia ja vielä vaikeammin osallistettavia. Tehtyjen haastattelujen perusteella huomasimme, että Porissa ei tällä hetkellä ole mitään yhden vanhemman perheille suunnattua toimintaa. Haastateltujen mukaan tarvetta sille kyllä olisi. Porissa on toiminut Mannerheimin lastensuojeluliiton Yh-olkkari-ryhmä, joka lopetti toimintansa vapaaehtoisen ryhmänvetäjän lopettaessa. Tällä hetkellä ei ole siis halukkaita järjestämään ryhmää yhden vanhemman perheille. Johtuuko edellä mainittu siitä, että ryhmän järjestäminen vaatii sekä ohjaajalta että osallistujilta pitkää pinnaa ja sitoutumista? Siihen emme saaneet vastausta.

Perheissä, joissa on vain yksi vanhempi, käytetään usein esteenä kaikelle vapaa-ajan toiminnalle kiirettä. Haastateltuamme Pihlavassa järjestetyssä iltata-

pahtumassa sinne saapuneita kahta yksinhuoltajaäitiä huomasimme, että yhden vanhemman perheissä keskitytään pääosin perusarjen toimimiseen. Näin heillä ei jää omien sanojensa mukaan aikaa, voimia tai mielenkiintoa enää etsiä mitään ylimääräistä aktiviteettia perheelle. Yhden vanhemman perheissä usein koetaan myös hankaluutena lähteä pois kotoa jonnekin, minne lapset mahdollisesti eivät saa tulla mukaan, sillä ongelmana on lapsenhoito sillä aikaa.

Johtopäätöksenä nostamme ajatuksen, että yhden vanhemman perheille suunnattua toimintaa olisi hyvin tärkeää Porissa jonkun järjestää. Toiminnan tulisi olla helposti saavutettavaa ja selkeästi markkinoitua. Tärkeätä on myös, että toiminnan suunnittelussa olisi huomioitu myös lapset, jolloin ongelmaa lastenhoitajasta ei tulisi. Yksinhuoltajavanhempien olisi tärkeää myös saada vertaistukea, jotta he huomaisivat, että eivät ole yksin arjen kiireen keskellä.

## 6 POHDINTA

Tässä luvussa pohdimme opinnäytetyömme toteutumista ja siihen vaikuttaneita tekijöitä. Työn suunnittelun aloitimme vuoden 2016 tammikuussa, joten olemme reilun vuoden ajan työskennelleet tiiviisti työn valmistumisen eteen. Prosessin aikana olemme kohdanneet erilaisia asioita ja ihmisiä, joten olemme oppineet uutta. Käsittelemmekin ammatillista kasvuamme tämän luvun loppupuolella. Pohdimme myös työmme eettisyyttä ja luotettavuutta sekä pyrimme tuomaan esille mahdollisuudet jatkotutkimuksiin työmme pohjalta.

Opinnäytetyömme tavoitteena oli edistää yksinhuoltaperheiden osallisuutta vertaistuen avulla, ja näin ehkäistä syrjäytymistä. Alkuperäisessä suunnitelmassa oli ajatuksena järjestää ryhmä, joka palvelisi opinnäytetyömme tavoitteita. Toiminnan muoto muuttui opinnäytetyöprosessin aikana moneen kertaan ja koimme onnistumisia, pettymyksiä ja haasteita, mutta ajattelimme tavoitteiden silti toteutuneen. Loimme mallin, jonka pohjalta ryhmä voidaan jatkossa toteuttaa minkä kohderyhmän kanssa tahansa. Saimme tuotua tietoisuuteen Porin tämänhetkisen tilanteen yksinhuoltajaperheiden vertaistoiminnan näkökulmasta. Saimme vietyä tietoa eteenpäin Porin alueen toimijoille sekä Yhden vanhemman perheiden liitolle. Lisäksi Porissa toimiva hanke Lähde mukaan! on osoittanut kiinnostustaan myös yksinhuoltajaperheiden osallisuuden edistämiseen osallistumalla kanssamme yksinhuoltajaperheille suunnatun illan järjestämiseen talvella 2016. Uskomme edellä mainittujen olevan askel eteenpäin yhden vanhemman perheiden tilanteeseen vaikuttamiseen.

Yksinhuoltajuus saattaa vielä nykypäivänäkin olla leimaavaa ja näin ollen kynnyks voi olla korkea osallistua juuri yksinhuoltajille suunnattuun toimintaan. Myös erilaiset elämäntilanteet ja arjen kiireellisyys ovat varmasti osasyitä siihen, ettemme saaneet ryhmäämme osallistujia. Vertaisryhmien tarpeellisuus kuitenkin korostuu nykypäivänä ja varsinkin yhden vanhemman perheissä, joissa arkea pyörittää vain yksi vanhempi. Vanhemman hyvinvointi ja jaksaminen vaikuttavat suoraan koko perheen hyvinvointiin ja jaksamiseen. Luonnolliset tukiverkostot,

kuten sukulaiset, eivät välttämättä nykypäivänä ole lähettyvillä ja niin helposti käytettävissä kuin ennen.

Vertaistoiminta on toimiva tapa tukea yksinhuoltajien jaksamista ja aiheetta on aiemminkin tutkittu opinnäytetöissä, väitöskirjoissa ja tutkimuksissa. Yksinhuoltajaperheiden jaksamisen tukeminen on tärkeää, koska yksinhuoltajaperheissä on usein vähemmän taloudellisia, ajallisia ja jaksamisen resursseja kuin perheissä, joissa on kaksi aikuista. Yksinhuoltajuus ilmiönä kasvaa koko ajan, joten siihen tulisi yhteiskunnassamme kiinnittää enemmän huomiota. Me käytimme työssämme näkökulmana yksinhuoltajaperheitä, ja ehkä vielä selkeämmin aikuisen näkökulmaa kuin lapsen. Kuitenkin yksinhuoltajavanhempien jaksamisen tukemisella on suora vaikutus myös perheen lasten hyvinvointiin. Jatkossa voisi siis ajatella tehtävän vielä enemmän tutkimusta lasten näkökulmasta. Keskityttäisiin vertaistoiminnan vaikuttavuuteen perheiden syrjäytymisen ehkäisemisessä ja perheiden osallisuuden edistämiseksi lasten näkökulmasta. Myös kehittämämme mallin käytöstä olisi mielenkiintoista saada tutkimustietoa. Osallistujien kokemuksia voitaisiin tutkia.

Tilanteiden muuttuessa opinnäytetyöprosessin aikana, opimme toimimaan joustavasti ja sopeutumaan tilanteeseen. Suunnitelmat toiminnan toteutustavasta ja niiden jatkuva muuttuminen opetti meitä keksimään ratkaisuja uusiin ongelmiin ja kestämaan vastoinkäymisiä ja haasteita. Sosionomi tarvitsee työssään tilanteiden sietokykyä, ja siinä olemme kehittyneet prosessin aikana. Sosionomin on tärkeää osata toimia moniammatillisessa ympäristössä erilaisten yhteistyötahojen kanssa. On tärkeää osata luoda erilaisia yhteistyöverkostoja ympärilleen. Yhteistyön avulla voidaan asiakas ohjata ja saada myös oikean palvelun piiriin. Yhteistyö on myös työntekijälle voimaannuttavaa ja se laajentaa työntekijän ammatillista kasvua.

Työmme prosessiin kuului myös kahden eri tapahtuman (LIITE 1; LIITE 2) markkinointi. Opimme erilaisia tapoja markkinoida, mutta jouduimme pohtimaan keinoja kiinnittää ihmisten huomio. Pääsimme myös hieman tutustumaan han-

ketyöhön Lähde mukaan!- hankkeen ollessa yhteistyötahomme. Hanketyö oli meille uutta.

Tutkimus- ja kehittämistoiminnan eettisten ratkaisujen tavoitteena on ihmisten kunnioittaminen, tasa-arvoinen vuorovaikutus ja oikeudenmukaisuuden korostaminen. Työn tekijän ja ohjaajan suhtautuminen työhönsä, ongelmiin ja niihin henkilöihin, joiden kanssa ja joiden elämäntilanteesta tutkimusta ja kehittämistä tehdään, on osa tutkimus- ja kehittämisprosessin eettisyyttä. (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 11.) Opinnäytetyöprosessimme ajan huomioimme ryhmässä ja toiminnassa mukana olleiden osallistujien yksityisyyden ja tietosuojaan ja kysyimme lupaa esimerkiksi nimen julkaisuun opinnäytetyössämme. Osallistuminen perustui koko ajan vapaaehtoisuuteen. Jo ryhmän markkinointivaiheessa korostettiin tätä ja kunnioitettiin myös ryhmään osallistujien itsemääräämisoikeutta. Jos ryhmätoiminta olisi saatu toteutettua, olisimme saaneet lisää luotettavuutta opinnäytetyöllemme yksinhuoltajille ja lapsille tehdyllä palautekyselyllä, jolla myös prosessia ja toimintaa olisi voitu arvioida ja kehittää.

Opinnäytetyömme oli kaikkineen pitkä ja monivaiheinen prosessi, joka opetti meille kärsivällisyyttä ja kykyä tehdä töitä tavoitteen saavuttamiseksi. Ryhmätoiminnan järjestämisestä opimme, että se vaatii paljon työtä ja aikaa. Ryhmätoimintaa suunnitellessamme otimme huomioon ryhmätoimintaa ohjaavia seikkoja ja käytimme hyväksi koulutuksemme aikana saamaamme tietoa ja kokemusta ryhmien ohjaamisesta. Pienryhmien ohjaamisesta meillä on omakohtaista kokemusta, muun muassa vanhusten virike/muisteluryhmien vetämisestä. Ryhmätoiminnan aikana on tärkeää kuulla ja kuunnella osallistujien mielipiteitä, toiveita ja ehdotuksia ryhmän toiminnasta. Toiminnan pitäisikin olla mahdollisimman osallistujalähtöistä.

Toisesta meistä tulee myös diakoni, joten sekin kenttä on tullut tutuksi tehdessä yhteistyötä opinnäytetyön puitteissa seurakunnan kanssa. Kun teimme yhdessä opinnäytetyötä, tulevat sosionomi ja sosionomi-diakoni, huomasimme, että arjen työ näillä kahdella ammatilla ei loppujen lopuksi ole kovinkaan erilaista. Mo-

lemmat toimivat työssään asiakaslähtöisesti, omaa arvomaailmaansa kuunnel-  
len. Koemme, että saimme siitä lisää näkökulmia työhön.

Ammatillisuutemme kehittymistä on tapahtunut koko opinnäytetyöprosessin  
ajan. Emme luovuttaneet, vaikka ensimmäinen suunnitelmamme ei onnistunut.  
Reflektoimme koko prosessin ajan toimintaamme ja sen avulla kehitimme toi-  
mintaamme paremmaksi huomioiden uudet näkökulmat. Reflektointiin toi mie-  
lekkyyttä ja toimivuutta se, että saimme toisiltamme tukea, apua ja kannustusta.  
Pystyimme vertailemaan toistemme näkemyksiä myös kriittisesti.

## LÄHTEET

- Adams, Robert 2003. Social work and empowerment. British Association of Social Workers.
- Alasalmi, Päivi 2011. Loistava yksinhuoltajuus. Juva: Gummerus.
- Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä. Opas Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä varten. C, Katsauksia ja aineistoja 17. Saatavissa verkkojulkaisuna:  
<http://www.diak.fi/opiskelu/opinnaytetyo/Documents/Kohti%20tutkiva%20ammattikäytänöö.pdf>.
- Forssèn, Katja; Haataja, Anita & Hakovirta, Mia 2009. Yksinhuoltajien asema suomalaisessa hyvinvointivaltiossa. Teoksessa: Katja Forssèn, Anita Haataja & Mia Hakovirta (toim.) Yksinhuoltajuus Suomessa. Helsinki: Väestöliitto, 9–18.
- Hallbäck-Vainikka, Teija 2016. Yhden vanhemman perheiden liiton aluekoordinaattori Teija Hallbäck-Vainikan haastattelu 24.11.2016.
- Ihalainen, Jarmo & Kettunen, Terttu 2013. Turvaverkko vai trampoliini. Helsinki: WSOYpro OY.
- Kabat-Zinn, Myla & Jon 2011. Jokapäiväiset ilonaiheet – Vanhemmuus ja tietoinen läsnäolo. Helsinki: Basam Books.
- Kananoja, Aulikki; Niiranen, Vuokko & Jokiranta, Harri 2008. Kunnallinen sosiaalipolitiikka. Osallisuutta ja yhteistä vastuuta. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kivelä, Valteri & Lempinen, Juho 2009. Arki hallinnassa – Nuorten ryhmätoiminnan ohjaaminen. Turenki: KOTA – Lasten ja nuorten hyvinvointiry.
- Krok, Sui 2009. Hyviä äitejä ja arjen pärjääjiä – yksinhuoltaja marginaalissa. Väitöskirja. Tampere: Tampereen yliopisto, Sosiaalityön tutkimuksen laitos.
- Kujala, Laura & Loukimo, Marika 2015. Humitupa – vertaisryhmä vanhemmuuteen. Uuden ryhmäohjausmallin luominen Huolen Mieltämön perheiden palveluihin. Lahden ammattikorkeakoulu. Sosiaaliala. Opinnäytetyö. Viitattu 30.3.2017.



[https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/96279/Kujala\\_Laura.pdf?sequence=2](https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/96279/Kujala_Laura.pdf?sequence=2)

- Kuuskoski, Eeva 2003. Vertaistoiminta osana ihmisyyttä. Jyväskylä: PS-kustannus, 30–39.
- Laine, Terhi; Hyväri, Susanna & Vuokila-Oikkonen, Päivi (toim.) 2010. Syrjäytymistä vastaan sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tammi.
- Leader Karhuseutu 2016. Leader Karhuseutu kaupungissa. Viitattu 14.10.2016. [http://www.karhuseutu.fi/leader\\_karhuseutu/porin\\_lahiot/hankkeen\\_taukaa](http://www.karhuseutu.fi/leader_karhuseutu/porin_lahiot/hankkeen_taukaa)
- Martin, Minna; Heiska, Hanna; Syvälahti, Anne & Hoikkala, Marianna 2012. Satoa ryhmästä- opas hyvinvointiryhmän ohjaajalle. Helsinki: Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö. Verkkojulkaisuna: [http://www.yths.fi/filebank/1546-Satoa\\_ryhmasta.pdf](http://www.yths.fi/filebank/1546-Satoa_ryhmasta.pdf)
- Mynttinen, Mari 2013. Vertaistuen merkitys terveyden edistämässä pienten lasten äitien kuvaamana. Itä-Suomen yliopisto. Hoitotieteen laitos. Pro gradu -tutkielma. Viitattu 30.3.2017. [http://epublications.uef.fi/pub/urn\\_nbn\\_fi\\_uef-20131011/urn\\_nbn\\_fi\\_uef-20131011.pdf](http://epublications.uef.fi/pub/urn_nbn_fi_uef-20131011/urn_nbn_fi_uef-20131011.pdf)
- Perälä, Marja-Leena; Halme, Nina & Kanste, Outi 2014. Lapsiperheiden kokemus palvelujen saatavuudesta ja tuen riittävydestä. Teoksessa: Johanna Lammi-Taskula & Sakari Karvonen (toim.). Lapsiperheiden hyvinvointi 2014, 228–240. Verkkojulkaisuna: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-270-6>
- Rantalaiho, Minna 2009. Suomalainen yksinhuoltajuus ja yhteiskuntamuutos: aviottomasta äitiydestä jaettuun vanhemmuuteen. Teoksessa: Katja Forssen, Anita Haataja & Mia Hakovirta (toim.) Yksinhuoltajuus Suomessa. Helsinki: Väestöliitto, 19–45.
- Raunio, Kyösti 2000. Sosiaalityö murroksessa. Helsinki: Gaudeamus.
- Raunio, Kyösti 2006. Syrjäytyminen – Sosiaalityötä kiinnostavia näkökulmia. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry.
- Rostila, Ilmari 2001. Tavoitelähtöinen sosiaalityö: voimavarakeskeisen ongelmanratkaisun perusteet. Jyväskylä: Kopijyvä Oy. Verkkojulkaisuna: [https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/47920/SoPhi6\\_1\\_978-951-39-6498-6.pdf?sequence=3](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/47920/SoPhi6_1_978-951-39-6498-6.pdf?sequence=3)

- Sakasti 2017. LapsiArkki – apua yksinhuoltajaperheiden arkeen. Kirkkohallituksen julkaisu. Viitattu 26.3.2017.  
<http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/sp?open&cid=Content3AA09A>
- Sakasti i.a.a. Syrjäytymisen ehkäisy. Kirkkohallituksen julkaisu. Viitattu 26.3.2017.  
<http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/sp?open&cid=Content318232>
- Sakasti i.a.b. Kirkon diakoniarahasto (KDR). Kirkkohallituksen julkaisu. Viitattu 26.4.2017.  
<http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/sp?open&cid=Content357943>
- Siitonen, Juha 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Oulun yliopisto. Viitattu 29.2.2016.  
<http://herkules.oulu.fi/isbn951425340X/isbn951425340X.pdf>
- Sosiaali- ja terveysministeriö i.a.. Syrjäytymisen ja köyhyyden estäminen. Viitattu 26.3.2017. <http://stm.fi/syrjaytymisen-ja-koyhyiden-ehkaisy>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2016, a. Lapset ja perheet. Viitattu 26.3.2017.  
<https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/elamankulku/lapset-ja-perheet>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2016, b. Osallisuus. Viitattu 26.3.2017.  
<https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus>
- Tilastokeskus 2014. Suomessa toimeentulovaikeudet koettelevat erityisesti yksinhuoltajaperheitä. Viitattu 31.3.2017.  
[https://www.stat.fi/artikkelit/2014/art\\_2014-02-26\\_003.html?s=3](https://www.stat.fi/artikkelit/2014/art_2014-02-26_003.html?s=3)
- Tilastokeskus 2016. Vuosikatsaus 2015. Perheessä keskimäärin 2,8 henkilöä. Viitattu 8.2.2017.  
[http://www.stat.fi/til/perh/2015/02/perh\\_2015\\_02\\_2016-11-25\\_kat\\_001\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/perh/2015/02/perh_2015_02_2016-11-25_kat_001_fi.html)
- Väestöliitto 2017. Yksinhuoltajaperheet Suomessa. Viitattu 27.2.2017.  
[http://www.vaestoliitto.fi/tieto\\_ja\\_tutkimus/vaestontutkimuslaitos/tilastoja/perheet/yksinhuoltajaperheet\\_suomessa/](http://www.vaestoliitto.fi/tieto_ja_tutkimus/vaestontutkimuslaitos/tilastoja/perheet/yksinhuoltajaperheet_suomessa/)
- Yhden vanhemman perheiden liitto ry 2016, Yhden vanhemman perheet tilastoina. Viitattu 17.5.2016. <http://www.yvpl.fi/taustaa-ja-tilastoja/yhden-vanhemman-perheet-tilastoina/>

## LIITTEET

LIITE 1: Ryhmä yksinhuoltajille ja heidän lapsilleen

## RYHMÄ YKSINHUOLTAJILLE JA HEIDÄN LAPSILLEEN SYKSYLLÄ 2016, TERVETULOA!

Oletko kiinnostunut ja innostunut osallistumaan syksyllä 2016 (13.9. alkaen) yksinhuoltajille ja heidän lapsilleen järjestettävään ryhmään? Ryhmä kokoontuu kerran viikossa tiistaisin Pormestarinluodon seurakuntakodilla klo.18 (kesto n.1,5h). Toiminta on mukavaa yhdessä tekemistä esim. leivontaa, hemmottelua aikuisille, ohjattua leikkiä lapsille ym. Kokoonnumme 5 kertaa syksyn aikana.



Osallistuminen on maksutonta.

Jokaisella kerralla pientä tarjoilua.



Ilmoittautumiset toukokuun loppuun mennessä sähköpostitse [minna.lammi@student.diak.fi](mailto:minna.lammi@student.diak.fi) tai viestillä numeroon xxx-xxx xxxx. Mainitsethan lapsen/lasten iät ja mahdolliset allergiat ilmoittautuessasi.

Ryhmätoiminta on osa opinnäytetyötämme.

Terveisin, sosionomi-opiskelijat, Jonna Harell & Minna Lammi, Diak Pori

## LIITE 2: Ilta yhden vanhemman perheille

**TERVETULOA MUKAAN PIKKUJOULUIHIN!**

Oletko yksinhuoltaja ja kaipaat mukavaa yhdessäoloa vertaisten kanssa? Sinä ja lapsesi olette tervetulleita **Pihlavan asukastuvalle** **torstaina 24.11. klo 18-19.30** järjestettävään pikkujouluhenkiseen tapahtumaan.



Tapahtumassa on mukana Teija Hallbäck-Vainikka kertomassa yh-liiton toiminnasta sekä Diakin opiskelijoita keskustelukavereina, lisäksi aikuisille pientä hemmottelua meikkaus- ja ihonhoitovinkkien merkeissä sekä lapsille leikkimahdollisuus paikalle järjestettyjen lastenhoitajien kanssa. Kotiinviemiseksi jokaiselle pieni lahja, niin aikuisille kuin lapsillekin.

Lisäksi kaikille mehu- tai glögi- ja piparitarjoilu.

Toiminnan järjestää Lähde mukaan! Työtä, hyvinvointia ja yhteisöllisyyttä Porin seudulle -hanke. Tapahtuma on myös osa Porin Diakonia-ammattikorkeakoulun sosionomi- opiskelijoiden opinnäytetyötä, ja tavoitteena on myös kartoittaa mahdollista tarvetta jatkuvalle vertaisryhmälle yksinhuoltajavanhemmille Pihlavan alueella.

**LEADER**  
**Karhuseutu**

**Diak**

**PORI**

[www.rakennerahastot.fi](http://www.rakennerahastot.fi)

Kestävää kasvua ja työtä -ohjelma

Vipuvoimaa  
**EU:lta**  
2014–2020



## LIITE 3: Perheet tyypeittäin Suomessa 1950-2015 (Tilastokeskus 2016)

Vuosi	Yhteensä	Avio- pari, ei lapsia	Avio- pari ja lapsia	Avo- pari ja lapsia	Avo- pari, ei lapsia	Äiti ja lapsia	Isä ja lapsia	Rekisteröity mies- pari <sup>1)</sup>	Rekisteröity nais- pari <sup>1)</sup>
1950	930 572	176 650	593 763	..	..	137 803	22 356	..	..
1960	1 036 270	207 897	678 822	..	..	129 706	19 845	..	..
1970 <sup>2)</sup>	1 153 878	260 562	722 001	6 800	19 100	126 394	19 021	..	..
1980 <sup>3)</sup>	1 278 102	302 818	711 226	36 200	65 900	140 725	21 233	..	..
1990	1 365 341	364 452	640 062	65 896	123 471	147 297	24 161	..	..
2000	1 401 963	436 019	514 868	102 581	160 132	159 432	28 931	..	..
2010	1 455 073	513 889	446 433	117 254	195 967	149 651	30 278	706	895
2011	1 460 570	518 550	442 257	118 054	200 171	149 196	30 534	773	1 035
2012	1 465 733	523 221	439 194	118 136	203 334	149 143	30 714	829	1 162
2013	1 471 085	525 933	434 571	120 040	208 264	149 110	30 955	905	1 307

201 4	1 473 666	527 238	429 811	121 499	211 673	149 668	31 342	991	1 444
201 5	1 475 335	528 539	424 185	121 657	215 620	150 274	31 452	1 023	1 585

## LIITE 4: Kysely vanhemmille

Rastita mielestäsi kuvaavin vaihtoehto:

	1=Täysin eri mieltä	2=Jokseenkin eri mieltä	3=Jokseenkin samaa mieltä	4=Täysin samaa mieltä
Ryhmän ohjaus oli osaavaa.				
Ryhmätapaamisen tilat olivat käytännölliset.				
Ryhmä oli sopivan kokoinen.				
Ryhmäkertojen sisältö oli hyvin suunniteltu.				
Toiminta oli mielekästä.				
Ryhmän kokoontumisia oli riittävästi.				
Ryhmän kokoontumisväli oli sopiva.				
Ryhmä vastasi odotuksiani.				
Ryhmään osallistuminen on lisännyt hyvinvointiani.				

Sana on vapaa! Ruusut & risut sekä kehittämisideoita:

KIITOS PALAUTTEESTA!



## LIITE 5: Kysely lapsille

Millaista ryhmässä sinun mielestäsi oli? Ympyröi tunnettasi kuvaavin hymiö.



KIITOS!