

Tutkimuksellinen opinnäytetyö

Turun AMK / Sosiaali-alan koulutusohjelma

Lastensuojelun suuntautuminen

2017

Saara Sandelin

# PERHERYHMÄ LAPSIPERHEEN TUKENA

– Äitien kokemuksia Perhetupa -ryhmästä  
Raumalla

Saara Sandelin

## PERHERYHMÄ LAPSIPERHEEN TUKENA

### - Äitien kokemuksia Perhetupa -ryhmästä Raumalla

Opinnäytetyö on laadullinen tutkimus ja se on toteutettu yhteistyössä Rauman kaupungin perhepalveluiden kanssa. Opinnäytetyön tarkoituksena on tutkia Perhetupa -ryhmän merkitystä lapsiperheen ja vanhemmuuden tukemisessa ryhmään osallistuneiden äitien näkökulmasta. Perhetupa -ryhmä on ammatillisesti ohjattua ja tavoitteellista toimintaa, joka on suunnattu pikkulapsiperheen äideille ja heidän lapsilleen. Perhetupa -ryhmän tavoitteet nousevat lapsiperheiden tarpeista ja arjen tukemiseen liittyvistä asioista.

Opinnäytetyön tutkimuskysymykset ovat: 1) Minkälaisia kokemuksia äideillä on Perhetupa -ryhmästä, 2) Miten Perhetupa -ryhmää voitaisiin tulevaisuudessa kehittää. Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys rakentuu lapsiperheiden varhaisen tukemisen ja hyvinvoinnin sekä sosiaalipedagogisen ryhmätoiminnan ympärille.

Opinnäytetyön aineistonkeruumenetelmänä käytettiin teemahaastattelua ja tutkimuksen aineisto koostui viidestä Perhetupa -ryhmään osallistuneen äidin haastattelusta. Haastatteluaineisto käsiteltiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä. Sisällönanalyysistä nousi esiin seuraavia teemoja: Vertaistuki, Vanhemmuuden tukeminen, Perheryhmän toiminta ja Toiminnan kehittäminen. Tutkimuksen tulosten esittämisen rinnalla on käytetty apuna taulukointia.

Tutkimuksen mukaan perheet ovat kokeneet saaneensa uusia, monipuolisia ja mielekkäitä kokemuksia Perhetupa -ryhmässä. Ryhmän tarjoama varhainen tuki on näyttäytynyt perheiden keskinäisenä vertaistukena sekä ohjaajilta saatuna ammatillisena tukena. Äitien kokemusten mukaan ryhmästä saatu tuki on tukenut heidän vanhemmuuttaan tuomalla arkeen mukavaa ja tavanomaisesta poikkeavaa toimintaa, vahvistamalla äitien omia voimavaroja sekä lisäämällä lapsen kanssa vietettyä aikaa. Äitien kokemusten pohjalta Perhetupa -ryhmän toimintaa voidaan kehittää siten, että se vastaa aiempaa enemmän lapsiperheiden arjen haasteisiin.

#### ASIASANAT:

Varhainen tuki, lapsiperhe, vanhemmuus, vertaistuki, sosiaalipedagoginen ryhmätoiminta

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Degree programme in Social Services | Bachelor of Social Services

2017 | 55+5

Saara Sandelin

# FAMILYGROUP AS SUPPORT FOR A FAMILY WITH CHILDREN

- Mothers' experiences from the Perhetupa Group in Rauma

This thesis is a qualitative research and it has been carried out in cooperation with Rauma family services. The purpose is to study the Perhetupa group's importance in supporting families and parenting, from the perspective of the mothers who participate in the group. The Perhetupa, is a professionally guided and activity targeted group, that is aimed at mothers with young children. The objectives of the group arise from the needs of the families and in day-to-day support matters.

The research questions for this thesis are: 1) What experiences do the mothers have from the Perhetupa group? 2) How could the Perhetupa group be improved in the future? The theoretical framework of the thesis is based around early support, the wellbeing of families and social pedagogical group activities.

A theme interview was used as the data collection method for the thesis. The research material consisted of five interviews of mothers who attended the Perhetupa group. Interview material was processed using material-based content analysis. The following themes emerged from the content analysis; Peer Support, Supporting Parenthood, Family group activity and Development of the group. A table has been used alongside the presentation of the results.

According to the research, the families feel that they have experienced new, diverse and meaningful activities in the Perhetupa group. The early support provided by the group has shown itself through peer support within the families and professional guidance from the counsellors. According to mother's experiences the guidance from the group has supported their parenting by bringing fun and diverse activities into their week. Strengthening their own resources and increasing the quality of time spent with their children. Based on mothers' experiences, the Perhetupa Group's activities can be further developed to be more responsive to the everyday challenges of families

KEYWORDS:

Early support, family, parenting, peer support, social pedagogical group activities

# SISÄLTÖ

<b>1 JOHDANTO</b>	<b>6</b>
<b>2 ENNALTAEHKÄISEVÄ LASTENSUOJELU OSANA LAPSIPERHEILLE TARJOTTAVIA PERUSPALVELUJA</b>	<b>8</b>
<b>3 PERHERYHMÄ LAPSIPERHEEN VARHAISENA TUKENA</b>	<b>10</b>
3.1 Varhainen tuki	10
3.2 Vanhemmuuden tukeminen	11
3.3 Lapsen kasvun ja kehityksen tukeminen	13
3.4 Perheen hyvinvointi ja voimavarat arjessa	14
3.5 Vertaistuki	15
<b>4 ARKILÄHTÖINEN SOSIAALIPEDAGOGIIKKA PERHETUPA -RYHMÄN TOIMINNAN TAUSTALLA</b>	<b>18</b>
4.1 Ryhmätoiminnan sosiaalipedagoginen viitekehys	18
4.2 Sosiaalipedagoginen ohjaustyö	19
4.3 Perhetupa -ryhmän toiminnan kuvaus	20
<b>5 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN</b>	<b>23</b>
5.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tehtävät	23
5.2 Tutkimusmenetelmä	23
5.3 Aineistonhankintamenetelmä	24
5.4 Teemahaastattelujen toteuttaminen	26
5.5 Aineiston analyysi	27
<b>6 TUTKIMUKSEN TULOKSET</b>	<b>30</b>
6.1 Vertaistuki	30
6.2 Vanhemmuuden tukeminen	33
6.3 Perheryhmätoiminnan sisältö	35
6.4 Toiminnan kehittäminen	37
6.5 Tulosten yhteenveto	39
<b>7 JOHTOPÄÄTÖKSET</b>	<b>41</b>
7.1 Tulosten tarkastelu	41
7.2 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus	47

7.3 Tutkimustulosten hyödynnettävyys ja kehittämissuhteet	48
---	----

<b>LÄHTEET</b>	<b>51</b>
----------------	-----------

## **LIITTEET**

Liite 1. Perhetuvan päivärytmi	
Liite 2. Pedagoginen suunnitelma kevät 2017	
Liite 3. Saatekirje	
Liite 4. Teemahaastattelurunko	
Liite 5. Aineiston luokittelutaulukko	

## **KUVIOT**

Kuvio 1. Esimerkki aineiston redusoinnista eli pelkistämisestä	28
Kuvio 2. Esimerkki aineiston klusteroinnista eli ryhmittelystä	28
Kuvio 3. Esimerkki aineiston luokittelusta	29
Kuvio 4. Äitien kokemus Perhetupa -ryhmän tarjoamasta vertaistuesta	30
Kuvio 5. Äitien kokemus Perhetupa -ryhmän tarjoamasta tuesta vanhemmuuteen	33
Kuvio 6. Äitien kokemus Perhetupa -ryhmän sisällöstä	35
Kuvio 7. Äitien ehdotuksen toiminnan kehittämisen suhteen	38

## **TAULUKOT**

Taulukko 1. Perhetuvan pedagoginen suunnitelma, syksy 2016	21
--	----

# 1 JOHDANTO

Suomessa on ollut lapsiperheitä tilastokeskuksen (2017) tietojen mukaan vuonna 2016 570 000. Yhteiskunta tukee lapsiperheitä perhepoliittisin keinoin parantaakseen lapsiperheiden asemaa, tasataakseen sosioekonomisia eroja ja tukeakseen lapsiperheiden vanhempia kasvatustehtävässä. Perhepolitiikan tavoitteena on ollut luoda lapsille turvallinen kasvuympäristö sekä tukea vanhempia lasten kasvatuksessa sekä perheen perustamisessa luomalla ja tarjoamalla aineellisia sekä henkisiä mahdollisuuksia. Perhepolitiikka pyrkii toimiensa avulla korostamaan yhteiskunnan yhteistä vastuuta lapsista ja heidän hyvinvoinnistaan. Yhteiskunnan tarjoamat tukitoimet voidaan jakaa lapsiperheille tarjottaviin palveluihin, taloudelliseen tukeen ja perhevapaisiin. (STM 2013 & Ojanen, Ritmala, Siven, Vihunen & Vilen 2009, 34.)

Yhteiskunnan muutokset ovat viime vuosikymmenten aikana heijastuneet myös lasten ja perheiden hyvinvointiin, ja tarpeet perheiden kanssa tehtävälle työlle ovat kasvaneet. Lapsiperheiden ongelmat ovat monimuotoistuneet, mutta samalla myös kärjistyneet. Sen vuoksi yhteiskunta onkin yhä enemmän keskittänyt palveluitaan ennaltaehkäisevään työhön lapsiperheiden parissa. Lasten ja lapsiperheiden parissa tehtävää työtä on pyritty uudistamaan ja kehittämään erilaisten muutosten ja kehittämisohjelmien avulla. Näistä ajankotaisin on lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelma (LAPE), jonka tavoitteena on uudistaa palveluja, jotta ne vastaisivat nykyistä paremmin lasten, nuorten ja perheiden tarpeisiin (STM 2017). Lisäksi uuden sosiaalihuoltolain (1301/2014) sekä lastensuojelulain (417/2007) tavoitteena on ollut vahvistaa peruspalvelujen merkitystä ja vähentää siten korjaavien palveluiden tarvetta, mutta samalla vahvistaa lasten ja perheiden osallisuutta palveluissa. Myös tuen hakemisen kynnyistä on pyritty madaltamaan järjestämällä sosiaalipalveluja peruspalveluiden yhteydessä (sosiaalihuoltolaki 1301/2014). Yhtenä hyvänä esimerkkinä tästä ovat kuntiin viime vuosina syntyneet perhekeskukset.

Yksi lapsiperheiden parissa tehtävän ennaltaehkäisevän työn menetelmänä toimii alle kouluikäisille lapsille ja heidän vanhemmilleen suunnattu ryhmätoiminta. Ammatillisesti ohjatun ja tavoitteellisen ryhmätoiminnan avulla on mahdollisuus tukea esimerkiksi lapsiperheitä ja vanhemmuutta varhaisessa vaiheessa. Ryhmätoiminnan keskeisimpiä tutkimuotoja on osallistujien välinen vertaistuki sekä ryhmän ohjaajalta saatu ammatillinen tuki. Erityisesti erilaisissa lasten ja perheiden siirtymävaiheissa vertaistuki ja matalan

kynnyksen palvelut on nähty tehokkaana tapana tukea lapsia ja perheitä (Paavola, Honkavaara, Muuronen, Mäkinen, Tolonen & Varsa 2010, 23). Järjestämällä matalan kynnyksen palveluita voidaan tavoittaa sellaisia asiakkaita ja perheitä, jotka eivät välttämättä hakeudu niin sanotusti normaalin palvelujärjestelmän piirissä toimivien palvelujen piiriin kuten esimerkiksi kaikille avoimeen perheryhmään.

Sosionomi (AMK) opinnäytetyöni tavoitteena on tutkia Rauman kaupungin Nortamon perhekeskuksen alaisen Perhetupa -ryhmän merkitystä lapsiperheiden ja vanhemmuuden tukemisessa. Tutkimuslupa tutkimuksen toteuttamiseen on saatu Rauman kaupungin sosiaali- ja terveystieteiden osastolta 12.4.2017. Opinnäytetyön tutkimustehtävät ovat: 1) Minkälaisia kokemuksia äideillä on Perhetupa -ryhmästä? 2) Miten toimintaa voitaisiin kehittää, jotta se vastaisi tulevaisuudessa paremmin perheiden tarpeisiin? Opinnäytetyön teoreettisessa viitekehyksessä etenen yhteiskunnallisesta näkökulmasta kohti yksilötason näkökulmaa. Viitekehys rakentuu ennaltaehkäisevän lastensuojelun määrittelystä, perheryhmästä varhaisen tuen muotona, ryhmätoiminnan sosiaalipedagogisesta kehyksestä ja Perhetupa -ryhmän toiminnan kuvauksesta. Tutkimustietona opinnäytetyön tietoperustassa on käytetty THL:n julkaisemia tutkimuksia lapsiperheiden hyvinvoinnissa (2014 & 2009), Ari Haarasen (2012) tekemää tutkimusta perheryhmien tarjoamasta tuesta pikkulapsiperheille sekä Helena Palojärven tutkimusta (2009) vertaistuen merkityksestä.

## **2 ENNALTAEHKÄISEVÄ LASTENSUOJELU OSANA LAPSIPERHEILLE TARJOTTAVIA PERUSPALVELUJA**

Lastensuojelulaki (2007/417) velvoittaa kuntia toteuttamaan ennaltaehkäisevää lastensuojelua siinä laajuudessa, kun siihen on kunnassa tarvetta. Ennaltaehkäisevän lastensuojelun tarkoituksena on tarjota tukea ja apua niille lapsille ja perheille, jotka eivät ole lapsi- ja perhekohtaisen lastensuojelun piirissä. Sen tavoitteena on edistää ja turvata lapsen kasvua ja kehitystä sekä ylläpitää lasten ja perheiden toimintakykyä, osallisuutta ja hyvinvointia (Lastensuojelulaki 2007/417, §3a). Ennaltaehkäisevän lastensuojelun keskeinen tehtävä on ehkäistä ja tunnistaa mahdolliset ongelmat ja puutteet sekä perheen pahoinvointi riittävän varhaisessa vaiheessa, ja siten ehkäistä lapsi- ja perhekohtaisen lastensuojelutarpeen syntyä (STM 2013, 20).

Ennaltaehkäisevä lastensuojelu rakentuu kaikista niistä peruspalveluista, joiden avulla annetaan tukea tai erityistä tukea lapsille ja perheille varhaisessa vaiheessa. Tällaisia lapsiperheille tarjottavia ennaltaehkäiseviä palveluja ovat muun muassa äitiys- ja lastenneuvolatoiminta, lasten suun terveydenhuolto, kasvatus- ja perheneuvonta, lasten mielenterveyspalvelut, lasten sairaanhoito ja kouluterveydenhuolto. (STM 2013 10, 35-36; THL 2015a.) Lisäksi koulutus- ja varhaiskasvatuspalvelut ovat osa ennaltaehkäisevän lastensuojelun palveluita. Varhaiskasvatuspalvelut pitävät sisällään päivähoidon sekä esiopetuksen. Lisäksi edellä mainittuja kunnan palveluja täydentävät seurakuntien, järjestöjen ja yksityisten järjestämät palvelut kuten avoimen varhaiskasvatuksen palvelut esimerkiksi leikkipuistoissa tai avoimissa päiväkodeissa. (STM 2013, 10 & 20.)

Kaikilla perheiden kanssa työskentelevillä on vastuu lapsen ja perheen hyvinvoinnista sekä vastuu tunnistaa tuen ja erityisen tuen tarve mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Perustana kaikelle perheiden kanssa tehtävälle työlle toimii lapsen edun huomiointi ja turvaaminen. Esimerkiksi toteutettaessa perheen vanhemmille sosiaali- ja terveyshuollon palveluita tulee lapsi ja hänen tuen tarpeensa myös huomioida. Lapsiperheiden parissa tehtävän työn tavoitteena on muun muassa edistää perheiden ja lasten hyvinvointia. Ammattilaisen vastuulla on huolehtia lapsen oikeuksien toteutumisesta lastensuojelulain (2007/417) mukaisesti. Lisäksi ammattilaisten on tarvittaessa toteutettava yhteistyötä muiden toimialojen kanssa sekä varmistaa tarvittaessa palvelujen portaaton toteutuminen perheiden siirtyessä toisen tuen piiriin. Peruspalvelut toimivat keskeisessä



osassa ennaltaehkäisevää lastensuojelua ja lisäksi ne ovat tärkeässä roolissa tunnistamassa tuen tarvetta mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. (Myllärniemi 2007, 10-11; THL 2015a.)

## 3 PERHERYHMÄ LAPSIPERHEEN VARHAISENA TUKENA

Perheryhmällä tarkoitetaan tässä opinnäytetyössä lapsiperheiden parissa tehtävää ennaltaehkäisevää lastensuojelutyötä, jota toteutetaan ryhmämuotoisesti. Perheryhmä on ammatillisesti ohjattua ja tavoitteellista toimintaa. Ryhmä koostuu tavanomaisesti alle kouluikäisistä lapsista ja heidän vanhemmistaan. Perheryhmän keskeisimpänä tukimuotona toimii osallistujien välinen vertaistuki ja ohjaajien ammatillinen tuki. Perheryhmän toiminta muovautuu usein osallistujiensa tarpeiden mukaan, mutta keskeiset perheryhmän tavoitteet liittyvät tavanomaisesti vanhemmuuden ja perheen hyvinvoinnin tukemiseen. Perheryhmän toiminnan kohteena voi olla esimerkiksi perheen toiminta ja rytmit arjessa, lapsen ja vanhemman välinen suhde ja vuorovaikutus, roolit perheessä tai vanhempien arjessa jaksaminen (Myllärniemi 2007,7-8).

Perheryhmässä on mahdollisuus tukea lapsiperheitä ja vanhemmuutta varhaisessa vaiheessa. Toiminnan avulla voidaan esimerkiksi ehkäistä perheen syrjäytymisriskiä ja tukea perheen osallisuutta eli mahdollisuutta vaikuttaa itseään koskeviin asioihin ja osallistua mukaan yhteiskunnalliseen toimintaan. Lisäksi perheryhmällä voidaan vahvistaa perheen voimavaroja sekä vanhempien ja kasvattajan roolia. Perheryhmässä voidaan myös ohjata ja kannustaa lasten hoidossa ja kasvatuksessa sekä tukea vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta sekä tarjota sosiaalisia suhteita ja sosiaalista tukea. (Järvinen ym. 2012, 73 & 112-114.) Hyvät sosiaaliset suhteet vahvistavat ja edistävät yksilön hyvinvointia. Vastavuoroisia sosiaalisia suhteita ja niiden ylläpitämistä pidetään yhteiskuntaan integroitumisen välineenä. (Törrönen, Borodkina & Samoylova 2013, 10.)

### 3.1 Varhainen tuki

Varhainen tuki on työkäytännönä hyvin monimuotoinen ja laaja-alainen. Varhaisen tuen käsitettä voidaan lähestyä muun muassa toiminnallisesta ja yhteiskunnallisesta näkökulmasta. Yleisesti voidaan kuitenkin todeta varhaisen tuen toteutuvan silloin, kun vahvistetaan lapsen hyvinvointia ja hyvää kasvua suojaavia tekijöitä sekä pyritään tunnistamaan riskitekijöitä ja puuttumaan hyvinvointia uhkaaviin tekijöihin. Riskien tunnistaminen on tärkeää lapsen kasvun ja kehityksen kannalta, koska niiden avulla lapsen hyvinvointia voidaan arvioida. Lapsen hyvinvointia uhkaavia riskitekijöitä voivat olla esimerkiksi tur-

vattomuus sekä vanhempien rajoittuneet resurssit huolehtia lapsestaan. Varhaisen tuen työssä kiinnitetään huomiota erityisesti lapsen ensimmäisten ikävuosien tukemiseen, sillä niiden on todettu toimivan merkittävässä roolissa tarkasteltaessa lapsen hyvinvointia suojaavien ja riskitekijöiden kannalta. (Myllärniemi 2007, 12-14.)

Varhaista tukea toteutetaan vahvistamalla lapsen hyvinvointia suojaavia tekijöitä, tuemalla perhettä ja vanhempia sekä tukemalla perheen sosiaalisia verkostoja, vahvistamalla perheen voimavaroja ja tarjoamalla keskinäisen vertaistuen mahdollisuuksia. Varhaisen toiminnan yhtenä työmuotona ovat erilaiset matalankynnyksen palvelut, kuten perheryhmät ja perhekahvilat sekä muu vertaistukeen perustuva toiminta. Varhaisen tuen toiminnan tavoitteena on tuen ja resurssien järjestämisen avulla ehkäistä, tunnistaa ja löytää lapsiperheiden ongelmia mahdollisimman varhaisessa vaiheessa, ja siten mahdollistaa lapsen hyvinvointi. Varhaisen tuen toteuttamisessa on olennaista, että toiminta muovautuu ja rakentuu asiakkaiden eli lapsiperheiden tarpeiden mukaan niin, että samalla tunne oman elämän osallisuudesta säilyy. Lisäksi varhaisen tuen työlle on tunnusomaista monitoimijainen työskentely, asiakaslähtöisyys ja kyky kohdata asiakas. (Myllärniemi 2007, 11-16.)

### 3.2 Vanhemmuuden tukeminen

Vanhemmuus on koko ihmisen eliniän kestävä tehtävä, jonka voidaan todeta alkavan jo ennen lapsen syntymää. Vanhemmuus rakentuu erilaisista vanhemmuuden rooleista, suhteen muodostamisesta lapseen, vastuun ottamisesta sekä toiminnasta ja arjesta lapsen kanssa. Vaikka vanhemmuus voi näyttäytyä arjessa pieninä tekoina, todellisuudessa se synnyttää suurta vastuuta uudesta sukupolvesta. Vanhemmuuden tärkeimpiä tehtäviä on huolehtia ja vastata lapsen tarpeista kokonaisvaltaisesti, olla vuorovaikutuksessa lapsen kanssa, tukea ja kasvattaa, rakentaa kiintymyssuhdetta sekä kannustaa ja rakastaa ehdoitta. (Hermanson 2007, 49; Rönkkö & Rytönen 2010, 124-125.) Ymmärrys omasta vanhemmuudesta tarvitsee omaa, mutta myös yhteistä aikaa toisen vanhemman kanssa. Toimiva parisuhde ja rakkaus lasta sekä toista vanhempaa kohtaan vahvistavat samalla vanhemmuutta, mutta antavat myös voimavaroja ja kärsivällisyyttä vanhempana toimimisessa monenlaisissa tilanteissa. (Rönkkö & Rytönen 2010, 124-125.)

Vanhemmuudessa ei voi koskaan sanoa olevansa täysin valmis, sillä vanhemmuus kehittyy ja muuttuu muotoaan lapsen kasvaessa (MLL 2017a). Esimerkiksi vastasyntynyt vauva vaatii vanhemmuudelta erilaisia toimintatapoja, kuin teini-ikäisen kynnyksellä oleva

nuori. Omilla vanhemmilla ja heidän toimintatavoillaan, lapsuuden kokemuksilla ja kasvu-ympäristöllä on kuitenkin suuri merkitys omaan vanhemmuuteen ja vanhemmaksi kasvuun. Ne luovat vanhemmuuden mallin, ja toimivat siten seuraavan sukupolven vanhemmuuden pohjana. Lapsuuden kokemukset ja muistikuvat auttavat löytämään keinoja oman lapsen kohtaamiseen, tarpeiden tunnistamiseen ja niihin vastaamiseen. (Järvinen ym. 2012, 126-127; Juusola, 2011 14-16.) Vanhemmuuden voidaan sanoa kasvavan lapsen kanssa arkea eläen, yhteisistä kokemuksista ja yhdessä vanhemmuutta puolison kanssa jakaen (Rönkkö & Rytönen 2010, 124).

Yleensä jokainen vanhempi tuntee jossain elämänsä vaiheessa riittämättömyyden ja epävarmuuden tunnetta vanhempana. Erityisesti erilaiset arkielämän muutostilanteet, kuten lapsen syntymä tuovat arkeen uusia ja erilaisia haasteita, jolloin voidaan haluta saada tukea omaan vanhemmuuteen. (Pupita-Mattila 2011, 56 & 59.) Erityisesti ensimmäisen lapsen syntymään ja vanhemmuuteen liittyvien asioiden vaativuus sekä uusi vastuu voi yllättää tuoreet vanhemmat. Lapsi muuttaa merkittävästi aikuisen elämänrytmiä vaikuttaen kokonaisvaltaisesti aikuisen elämään. Lapsen syntymän myötä avautuva uusi elämäntilanne voi aiheuttaa epävarmuutta ja pelkoja erityisesti silloin, jos vanhemmilla ei ole aiempaa kokemusta lasten hoidosta tai oma vanhemmuuden malli on ollut puutteellinen. Lapsen syntymän myötä myös parisuhde näyttäytyy uudessa valossa, sillä lapsen tarpeet nousevat ensisijaisiksi, eikä parisuhteelle jää enää samalla tavalla aikaa, kuten aiemmin. Lisäksi uusi rooli äitinä ja isänä saattaa hämmentää, sillä puolison roolin lisäksi on toimittava samanaikaisesti myös vanhemmuuden roolissa. (Tapio ym. 2010, 126-127.)

Kasvatuskulttuurin muutokset, lapsiperheiden taloudellinen tilanne ja arjen kiireisyys heijastuvat arkeen ja luovat haasteita aiempaa enemmän vanhemmuuteen. Vanhemmuuteen liittyy myös monenlaisia riskitekijöitä, jotka samalla voivat vaikuttaa myös lasten hyvinvointiin. Tällöin vanhemmuuden tukeminen on erityisessä asemassa, jotta voidaan turvata lasten hyvinvointi. Esimerkiksi vanhemman psyykinen sairaus, alkoholi -ja päihderiippuvuus, puutteelliset taidot lasten huolenpidossa ja kasvatuksessa sekä peruselintiloihin liittyvät puutteet ovat tällaisia vanhemmuuden riskitekijöitä. (Järvinen ym. 2012, 127; Rönkä, Malinen & Lämsä 2009, 16-17.)

Vanhemmuutta tuetaan yhteiskunnan taholta monipuolisesti. Yhteiskunta tarjoaa lapsiperheille erilaisia palveluita sekä taloudellista ja sosiaalista tukea. Vanhemmat voivat tarvita konkreettista tukea perheen arkielämään esimerkiksi lastenhoidon tai kodinhoidon muodossa. Toisaalta vanhemmat voivat myös tarvita tiedollista tukea lasten hoitoon

ja kasvatukseen liittyviin asioihin tai sosiaalista tukea esimerkiksi vertaistuen tai keskustelun muodossa. Perheryhmässä vanhemmuutta voidaan tukea esimerkiksi tarjoamalla ammatillista tukea ja vertaistukea. Perheryhmään osallistumisen kautta vanhempi voi haluta saada omaan elämäntilanteeseensa soveltuvaa tietoa, sosiaalisia suhteita, tukea ja varmuutta vanhempana olemiseen tai vaihtelua arjen rutiineihin. (Järvinen ym. 2012, 127-128 & 213-214.)

### 3.3 Lapsen kasvun ja kehityksen tukeminen

Lapsen kolme ensimmäistä ikävuotta ovat merkittävässä asemassa lapsen myönteisen kehityksen näkökulmasta, sillä varhaislapsuuden kokemukset muodostavat pohjan lapsen myöhemmälle kehitykselle. Näiden ikävuosien aikana luodaan perusta lapsen perustuvallisuudelle, sosiaalisille suhteille ja tunne-elämälle. Lapsen kehitys on kokonaisvaltaista ja sisältää ikäkausittain erilaisia kehitysvaiheita -ja tehtäviä. Kolmen ensimmäisen ikävuoden merkittävimmän kehitysvaiheen perustan luo läheinen vuorovaikutussuhde sekä kiintymyssuhde lapselle tunnetasolla tärkeisiin ihmisiin esimerkiksi vanhempiin. Vanhemman tulee rakentaa turvallista kiintymys- ja vuorovaikutussuhdetta sekä lapsen perusluottamusta heti lapsen syntymästä lähtien vastaamalla vauvan kaikkiin tarpeisiin. Jotta vanhempi pystyy vastamaan oikealla tavalla vauvan tarpeisiin, vanhemman tulee kyetä havaitsemaan, ymmärtämään ja ennakoimaan lapsen mielen tiloja, kuten esimerkiksi mieltymyksiä. (Keltikangas-Järvinen 2012, 21-23; Puura & Mäntymää 2014, 36, 63.)

Lapsen kehitys on kokonaisvaltaista, sillä emotionaalinen, kognitiivinen ja sosiaalinen kehitys ovat sidoksissa toisiinsa. Tämä tarkoittaa sitä, että ilman esimerkiksi emotionaalisten tarpeiden tyydytystä, lapsen kognitiivinen kehitys vaarantuu. Ensimmäisten vuosien kehityksen ja turvallisen kiintymyssuhteen muodostumisen edellytyksenä on varhaisen vuorovaikutuksen riittävän hyvä laatu. Varhainen vuorovaikutus kehittyy vanhemman ja lapsen välillä arkisten asioiden kautta, kuten esimerkiksi hoivan, huolenpidon ja leikin kautta. Aikuisen ja lapsen välinen vuorovaikutus ja leikki ovat tärkeässä osassa lapsen huolenpidossa ja kasvatuksessa, sillä ne luovat turvallisuutta, edistävät lapsen sosiaalisia taitoja, tukevat motoristista kehitystä, tuottavat vuorovaikutusta ja kehittävät leikkiä. Lisäksi varhaisella vuorovaikutuksella on todettu olevan positiivisia vaikutuksia tunne-elämään ja puheen kehitykseen. (Juusola 2011, 17-21.)

Varhaisten hoivakokemusten kautta lapsen minuus kehittyy ja rakentuu, lapsi oppii luottamaan ympäristöönsä, ja sitä kautta lapsi kokee vanhemman hyväksyvän hänen tarpeensa ja tunteensa. Vähitellen lapsi oppii tunnistamaan omia tarpeitaan ja tunteitaan, mikä vaikuttaa merkittävästi emotionaalisen itsesäätelyn sekä myönteisen itsetunnon rakentumisen kannalta. (Hermanson 2007, 85; Keltikangas-Järvinen 2012, 22-24.) Tukeamalla lapsen ja vanhemman välistä kiintymys- ja vuorovaikutussuhdetta voidaan samalla tukea lapsen kehitystä. Huonot hoivakokemukset ja turvallisten vuorovaikutussuhteiden puuttuminen voivat aiheuttaa turvattoman kiintymyssuhteen ja siten vakavia häiriöitä lapsen myöhempään kehitykseen. Lapsen välinpitämätön hoito, lapsen tarpeisiin vastaamatta jättäminen tai lapsen kokemat toistuvat hylätyksi tulemisen kokemukset varhaisessa vaiheessa on havaittu olevan yhteydessä muun muassa masennukseen ja myöhempien vuosien itsetuntovaurioihin. (Rönkkö & Rytönen 2010, 86 & 129.)

Lapsen ja vanhemman välisen myönteisen vuorovaikutuksen kannalta, vanhemman on tärkeää pyrkiä näkemään lapsen tunteet käyttäytymisen takana ja siten tulkitä vuorovaikutustilanteita oikein. Lapsen tarpeiden tasolle asettuminen sekä lapsen ajatusten ja tunteiden pohtiminen lisää vanhemman ymmärrystä erilaisista vuorovaikutustilanteista. Vanhempi oppii tunnistamaan esimerkiksi lapsen itkuisuuden taustalla vaikuttavan mahdollisesti väsymyksen. Puhutaan vanhemman mentalisaatiokyvystä. Se näyttäytyy vanhemman taitona asettua lapsen asemaan erilaisissa arkipäivän tilanteissa, taitona havaita lapsen tarpeita ja vastata niihin. Vanhemman kyky vastata lapsen tarpeisiin synnyttää lapsen kokemusta psyykkisestä turvallisuudesta. (Tapio ym. 2010, 127-128; Kalland 2014, 26-27.)

### 3.4 Perheen hyvinvointi ja voimavarat arjessa

Pikkulapsiperheen arki on useimmiten hyvin hektistä ja vaativaa. Työn, lastenhoidon ja perhe-elämän yhdistäminen tuo arkeen omat haasteensa ja vanhemmat joutuvat tasapainoilemaan kodin ja palkkatöiden välillä. Päivittäinen arki koostuu pitkälti aikataulujen sovittamisesta, päivittäin toistuvista tilanteista ja rutiineista, mutta myös ennalta odottamattomista ja yllättävistä tilanteista. Pienen lapsen vanhempana omat tarpeet voivat jäädä toissijaiseksi asiaksi perhe-elämän keskellä. Vanhemman on kuitenkin tärkeää pitää huolta myös itsestään ja omasta jaksamisestaan, koska vanhemman hyvinvointi vaikuttaa myös lasten ja sitä kautta koko perheen hyvinvointiin. Tukeamalla vanhempien jak-

samista ja vahvistamalla voimavaroja voidaan vaikuttaa myös lasten terveyteen ja hyvinvointiin sekä sitä kautta mahdollistaa lapselle tasapainoinen kasvu ja kehitys. Vanhemman hyvinvoinnin voidaankin todeta olevan hyvän vanhemmuuden edellytyksenä, sillä hyvinvointi suojaa monilta vanhemmuutta heikentäviltä tekijöiltä. (Järvinen ym. 2012, 127; Rönkä, Malinen & Lämsä 2009, 16-17; Kyrönlampi-Kylmänen 2010, 48.)

Vanhemman on tärkeää kuunnella itseään ja omia tuntemuksiaan, jotta hän jaksaa perheen arjessa. Vanhemman oma-aika esimerkiksi harrastuksen tai ystävien parissa voi vaikuttaa merkittävästi jaksamiseen tuoden voimavaroja arkeen. (MLL 2017b.) Perhelämän haastavuudesta huolimatta, perheen on tutkittu suojaavan kuitenkin monelta hyvinvoinnin vajeelta sekä terveyden uhalta. Yleisesti lapsiperheiden vanhemmat kokevat itsensä terveemmiksi, kuin lapsettomat henkilöt. (Kaikkonen ym. 2014, 163-164.) Perheen hyvinvointia tutkittaessa korostui erityisesti sujuva ja turvallinen arki, elämänhallinnan tunne, toimiva vanhempien parisuhde sekä koko perheen terveys. Lisäksi yhteinen ja erillinen mielekäs tekeminen sekä sosiaaliset tukiverkostot ja niiden kautta saatava tuki koettiin tärkeänä tekijänä perheen hyvinvoinnille. Taloudelliset ongelmat, työttömyys ja mielenterveyden ongelmat lisäsivät huonoa vointia. (Kaikkonen ym. 2014, 150-151; Ojanen 2011, 15-16.)

Vanhempien ja lasten kokonaisvaltainen hyvinvointi, niin psyykkisesti, sosiaalisesti, kuin fyysisestikin koetaan usein koko perheen voimavarana. Voimavaroja arkeen tuovat myös perheen ja lasten kanssa yhdessä vietetty aika. Erityisen tärkeänä pidetään perheen sisäistä toimijuutta, jolloin molemmat vanhemmat ja koko perhe tavoittelevat samaa päämäärää. Perheen yhteisen tavoitteen ja päämäärän koettiin vaikuttavan koko perheen ilmapiiriin, mutta myös pari-suhteeseen positiivisesti. Lapset ja yleisesti vanhemmuus koettiin tärkeänä ja voimavaroja tuovana tekijänä, joka auttoi kannustamaan eteenpäin ja loi uskoa tulevaisuuteen vaikeissakin tilanteissa. (Kaikkonen ym. 2014 152-154.)

### 3.5 Vertaistuki

Viime vuosikymmenten aikana ihmisen subjektiivista omaa elämänsä asiantuntijoina on alettu korostaa yhä enemmän. Samalla ihmisten identiteettikysymykset ovat nostaneet päätään ja ihmisten tarve saada sosiaalista tukea eli kiintymystä, kuuntelua, arvostusta ja luottamusta toisilta ihmisiltä on kasvanut aineellisen tuen sijasta. Vertaistuen mahdollistaman tuen kautta ihminen voi saada sosiaalista tukea tilanteeseensa. Vertaistuella

tarkoitetaan tukea, jota saadaan samankaltaisessa elämäntilanteessa olevilta ihmisiltä. Vertaistuki on vastavuoroista ja omaehtoista kokemusten vaihtoa, jossa korostuu osallistujien tasa-arvoisuus. Yhteiset kokemukset ja niiden jakaminen lisäävät keskinäistä ymmärrystä niin itsestä, kuin toisista ihmisistäkin. Samalla yhteisöllisyyden ja oman pysyvyyden merkitys korostuu. (THL 2017, Laimio & Karnell 2010,11-12.)

Vertaistukea voidaan toteuttaa esimerkiksi kahdenkeskisenä tukena, verkossa tai ryhmämuotoisena toimintana, jolloin ohjaajana voi toimia ammattilainen tai samankaltaisessa elämäntilanteessa oleva toinen vertainen. Vertaistukea voidaan toteuttaa esimerkiksi toiminnallisissa ryhmissä, ohjatuissa keskusteluryhmissä tai avoimissa kohtaamispaikoissa. (THL 2017.) Yhä enemmän erityisesti lapsiperheille tarjottavien kunnallisten sosiaali- ja terveyspalveluiden yhteyteen on rakennettu erilaisia vanhempien väliseen vertaistukeen perustuvia ryhmiä, joissa ohjaajana toimii koulutettu sosiaali -ja terveysalan ammattilainen. Tällaisissa vertaistukiryhmissä osallistujia yhdistävä tekijä voi olla esimerkiksi alle kouluikäiset lapset, erityislapset tai lapsen huostaanotto. Tällaisen ryhmätoiminnan kautta vanhemmat saavat mahdollisuuden vertaistukeen, mutta samalla vanhempi voi tukea toisia samankaltaisessa elämäntilanteessa olevia ihmisiä. (Lipponen ym. 2010, 199.)

Samankaltainen elämäntilanne ja yhteiset kokemukset antavat ihmiselle mahdollisuuden tulla kuulluksi ja ymmärretyksi toisen vertaisen seurassa. Vertaistuki tarjoaa sosiaalisen tuen lisäksi mahdollisuuden oppia toiselta samankaltaisessa elämäntilanteessa olevalta tietojen ja kokemusten vaihdon myötä. Vertaisryhmän tarjoama vastavuoroinen kokemusten jakaminen ja yhteenkuuluvuuden tunne voi myös synnyttää sellaista luottamusta ja turvallisuuden tunnetta, jolloin ihminen uskaltaa tuoda esiin sellaisiakin tunteita ja asioita, joita hän ei voi tuoda esiin esimerkiksi omien ystävien tai perheen parissa. (Laimio & Karnell 2010, 9-12.)

Vertaistukeen perustuvien perheryhmien avulla voidaan tukea esimerkiksi vanhemmuutta ja lapsiperheiden hyvinvointia. Vanhemmat saavat perheryhmässä vertaistukea muuttuvissa elämäntilanteissa ja apua vanhemmuuteen liittyvissä asioissa kokemusten ja tietojen jakamisen kautta. Lisäksi perheet saavat mahdollisuuden tavata muita samankaltaisessa elämäntilanteessa olevia. (Haaranen 2012, 24-26, 46.) Samassa elämäntilanteessa olevien ihmisten tapaamisen merkitystä ei voida kuitenkaan pitää merkittävänä vain vanhempien ja aikuisten ihmisten näkökulmasta. Vertaiset ja ryhmät ovat lapsen kasvun ja hyvinvoinnin tukemisen kannalta merkittävässä asemassa. Vertaisryh-



mässä lapsi muun muassa rakentaa kaverisuhteita ja saa myönteisiä vuorovaikutuskemuksia, harjoittelee erilaisia sosiaalisia taitoja sekä kehittyy kielellisesti. Lisäksi vertaissuhteet ovat merkittävässä asemassa tukemassa lapsen omaa persoonallisuutta ja siten tärkeässä osassa myös identiteetin ja minäkuvan muodostumisessa. (Neitola 2013, 103-105.)

## 4 ARKILÄHTÖINEN SOSIAALIPEDAGOGIIKKA PERHETUPA -RYHMÄN TOIMINNAN TAUSTALLA

### 4.1 Ryhmätoiminnan sosiaalipedagoginen viitekehys

Sosiaalipedagogiikan käsite on moniulotteinen ja laaja-alainen, mutta tavallisesti se nähdään tieteenä, oppialana, ammatillisena toimintana, ajattelun tapana tai näiden kokonaisuutena, ja sillä on sekä yksilöllinen että yhteiskunnallinen tehtävä. Sosiaalipedagogiikan käsitteessä yhdistyvät teoria ja käytäntö sekä ajattelu ja toiminta. Sosiaalipedagogiikka nähdään sosiaalisena kasvatuksena, joka auttaa yksilöä kasvamaan yhteiskuntaan ja elämään toisten ihmisten kanssa. Sosiaalipedagogiikka pyrkii pedagogisin keinoin tukemaan yksilön sosiaalista kasvua ja kehitystä, tukemaan yksilön subjektiutta sekä ehkäisemään syrjäytymistä ja muuta huono-osaisuutta. (Kurki 2007, 30-31; Hämäläinen 1999, 11,24 & 32.) Ongelmien syntymekanismien selittämisen lisäksi sosiaalipedagogiikka pyrkii etsimään ratkaisuja ongelmille sekä ehkäisemään niitä esimerkiksi tarjoamalla varhaista tukea ammatillisena toimintana kuten esimerkiksi perheille tarjottavana ryhmätoimintana (Eskelinen, Heikkilä & Visavuori 2005,87).

Sosiaalipedagogisen toiminnan lähtökohtana on tarjota sellaista sosiaalista kasvatusta, joka auttaa yksilöä yhteiselämään toisten ihmisten kanssa ja kasvamaan yhteiskuntaan (Kurki 2007, 30-31). Toisena sosiaalipedagogiikan lähtökohtana on tarjota mahdollisuus vähäosaisille ja syrjäytymisvaarassa oleville ihmisille osallistua, toteuttaa ja kehittää itseään, tehdä mielekkäitä asioita, kohdata toisia ihmisiä, ja siten tuottaa kokonaisvaltaista hyvinvointia (Hämäläinen 1999, 72). Sosiaalipedagogiikan tavoitteena on tukea ihmisen arkipäivää siten, että hän itse herää vähitellen kehittämään omaa ja yhteisönsä elämää yhä täydemmäksi arkipäivän elämäksi (Kurki 2007, 31). Sosiaalipedagogisessa toiminnassa korostuvat erityisesti dialogisuus ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa, yhteisön käyttö kasvatuksessa, itseapuun ohjaaminen ja kokonaisvaltainen tukeminen ihmisenä kasvamisessa sekä osallisuuden ja osallistumisen edistäminen. Sosiaalipedagogiselle toiminnalle keskeistä on auttaa ihmisiä näkemään ja oivaltamaan niitä mahdollisuuksia, joiden avulla hän pystyy hallitsemaan ja vaikuttamaan omaa elämäänsä ja niihin yhteiskunnallisiin oloihin, joissa hän elää. (Hämäläinen 1999, 59-60.) Se voi näyttäytyä ryhmätoiminnassa esimerkiksi toiminnan yhteisenä suunnitteluna ja toteuttamisena.

Toimintaa, jossa yhdistyvät niin kulttuurinen, sosiaalinen, kuin kasvatuksellinenkin näkökulma kutsutaan ihmisen arkipäivän ympäristössä tapahtuvaksi sosiaaliseksi oppimiseksi eli sosiokulttuuriseksi innostamiseksi (Kurki 2007, 76). Se on sosiaalipedagogisen toiminnan työväline, jonka avulla yksilöä voidaan tukea kasvatuksellisin keinoin siten, että ihminen herää tietoisuuteen omasta tilastaan ja ryhtyy toimimaan oman elämänsä laatunsa parantamiseksi (Kurki 2006, 150&158). Sosiokulttuurisessa innostamisessa toiminnan työmuodot perustuvat useimmiten elämyksellisyyteen ja toiminnallisuuteen. Eriyisesti suositetaan luovaan toimintaan perustuvia työmuotoja, kuten esimerkiksi tanssia, musiikkia, kuvataiteita ja seikkailua. (Hämäläinen 1999,67.) Yleisesti voidaan sanoa sosiokulttuurisen toiminnan tehtävänä olevan kommunikaation vapauttaminen, oppimisen tukeminen, arkipäivän asioiden hallinta sekä kehittää yhteisöjä ja vastata yhteiskunnan tarpeisiin. Toiminnan perustavoitteena on jatkuva kasvatusta ja koulutus sekä sellaisen osallistumisen lisääminen, jossa ihmiset ovat todellisia toimijoita sekä arkielämänsä ja kulttuurinsa tuottajia. (Kurki 2007, 12-14.)

#### 4.2 Sosiaalipedagoginen ohjaustyö

Sosiaalipedagogisesta viitekehyksestä tapahtuva ryhmänohjaus on ammatillista toimintaa, jota toteutetaan yhteiskunnallisesta näkökulmasta. Ohjaustyön tavoitteena on luoda tiloja ja mahdollisuuksia yksilön kasvuun ja valtaistumiselle oman elämänsä aktiivisena toimijana. Ryhmän ohjaajalla eli innostajalla on ryhmässä lukuisia tehtäviä ja vastuualueita. Ohjaaja toimii ryhmän käynnistäjänä, tukijana ja suunnan näyttäjänä. Lisäksi ohjaaja tekee päätöksiä, tarjoaa puitteet ryhmän toiminnalle ja rakentaa ryhmäkulttuuria eli ryhmän sisällä toimivia arvoja, tapoja ja toimivia toimintatapoja. Myönteisen, turvallisen, kannustavan ja osallistavan ilmapiirin luominen ja ylläpitäminen ovat ohjaajan vastuulla. Ohjaustyö koostuu sellaisista käytännöistä, jotka saavat aikaan aloitteellisuutta, osallistumista sekä toiminnan ja sen merkityksen pohdinnan vuorovaikutusta. (Kurki 2007, 23-26.)

Ohjaajan tehtävänä on kannustaa yhteisölliseen toimintaan saattamalla ihmisiä yhteen ja yhdistämällä heidän arkipäivän maailmoja sekä johdattamalla dialogiin. Lisäksi ohjaajan tehtävänä on rohkaista, kannustaa, motivoida ja herkistää ryhmäläisiä osallistumaan erilaiseen toimintaan ja saada ihmiset liikkeelle. Ohjaajan oma innostunut ja myönteinen asenne on avainasemassa innostaessa ryhmäläisiä. Ohjaajan ohjaustyön taustalla vai-

kuttaa ohjaajan oma ihmiskäsitys arvojen ja toimintaperiaatteiden muodossa, ja ne vaikuttavat siten myös ryhmäkulttuurin rakentamiseen, koko ryhmän toimintaan sekä tapaan, jolla ohjaaja kohtaa ohjattavat. Ohjaajan tulee nähdä ryhmänsä jokainen jäsen ainutlaatuisena, arvokkaana ja kehittyvänä yksilönä sekä ymmärtää ihmisen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin merkitys. (Hämäläinen & Kurki 1998, 19; Kurki 2006, 150-153.)

#### 4.3 Perhetupa -ryhmän toiminnan kuvaus

Perhetupa -ryhmän toiminta on ammatillisesti ohjattua pedagogista ja tavoitteellista toimintaa. Toimintaa ohjaa kaksi perhetyöntekijää ja toiminnan lähtökohtana on tarjota ennaltaehkäisevää ja varhaisen tuen kautta perheille mahdollisuus osallistua, toteuttaa ja kehittää itseään, tehdä mielekkäitä asioita, kohdata toisia ihmisiä ja siten tuottaa kokonaisvaltaista hyvinvointia. Perhetupa -ryhmä koostuu äideistä ja heidän lapsistaan ja ryhmään otetaan tavallisesti mukaan enintään kuusi lapsiperhettä, jotka ovat valmiita sitoutumaan toimintaan. Vanhemmat ovat vastuussa lapsestaan toiminnan aikana ja toiminta on maksutonta perheille. Perheet ohjautuvat toimintaan muun muassa lastenneuvolan terveydenhoitajan lähetteen kautta. Toimintaa toteutetaan lähellä perheitä ja heidän arkipäiväänsä. Toiminnan pitkäaikaiset tavoitteet nousevatkin lapsiperheiden kokemista haasteista ja tuen tarpeista arjessa. Toiminnan pitkän aikavälin tavoitteena on tukea pikkulapsiperheitä omien voimavarojen ja taitojen kehittämisessä, kannustaa jaksamaan arjessa ja lasten kasvatuksessa sekä luoda perheille sosiaalisia verkostoja sekä tapamaan muita samanlaisessa elämäntilanteessa olevia. (Rauman kaupunki 2017.)

Perhetupa -ryhmä pyrkii korostamaan toiminnassaan vuorovaikutusta sekä tukemaan yksilön omaa elämänhallintaa ja subjektiivutta. Sosiaalipedagogisen ajattelun mukaan ihminen nähdään keskeisenä toimijana omien tarpeidensa määrittelyssä ja toiminnan suunnittelussa (Kurki 2006, 153). Perhetuvan toimintaa ja sen sisältöä suunnitellaan perheiden tarpeiden ja toiveiden mukaan sekä toteutetaan yhdessä perheiden kanssa. Perheiden kiinnostuksen kohteisiin vastaamalla ja tarjoamalla mahdollisuuksia osallistua toiminnan toteutukseen ja suunnitteluun pystytään samalla motivoimaan perheitä osallistumaan mukaan toimintaan ja sen myötä mahdollistamaan osallisuuden kokemuksia. Samalla tuetaan perheiden aktiivista toimijuutta omassa elämänhallinnassaan ja pystytään vastaamaan perheiden tarpeisiin, joilla on yhteys heidän arkeensa ja jotka luovat mahdollisuuden kehittymiseen ja tukevat samalla ryhmän yhteisöllisyyden syntymistä.

Perhetupa -ryhmä aloittaa toimintansa vuosittain syksyllä ja päättää seuraavana keväänä. Syys -ja kevätkausi aloitetaan tutustumis -ja suunnittelutapaamisella. Ryhmä koontuu viikoittain torstai aamupäivisin klo: 9.30-12.30 Rauman Lajotuvalla. Ryhmä on suljettu ryhmä, joten ryhmän toimintaan ei ole mahdollista osallistua kesken toimintakauden. Suljetun ryhmän kautta pyritään mahdollistamaan turvallisen ja yhteisöllisen ilmapiiirin syntyminen ryhmän jäsenten kesken. Ryhmätapaamiset kulkevat lähes poikkeuksetta tietyn päivärytmin mukaan (Liite 1) ja samat asiat ryhmätapaamisissa toistuvat jokaisella tapaamiskerralla. Päivä aloitetaan viikoittain yhteisellä aamupalalla ja sen jälkeen on ohjattua toimintaa, joka alkaa vanhemman ja lapsen välisellä lyhyehköllä leikkihetkellä. Ohjatun toiminnan jälkeen ryhmätapaaminen jatkuu viikoittain yhteisellä ulkoiluhetkellä. Muiden ulkoillessa, osa äideistä jää valmistamaan yhdessä toisen ohjaajan avustuksella terveellistä ja helppoa kotiruokaa koko ryhmälle. Lounaan jälkeen perheillä on mahdollisuus viettää vapaata aikaa keskenään ryhmätiloissa. Ryhmätapaaminen päättyy yhteiseen tilojen siivoamiseen ja keskusteluun kuluneesta päivästä.

Toimintaa toteutetaan pedagogisen suunnitelman mukaan, joka on kuvattu seuraavaksi. Toiminnan pedagoginen suunnitelma kevätkaudelle 2017 löytyy raportin lopusta (Liite2). Perhetuvan toiminnassa yhdistyvät niin sosiaalinen, kasvatuksellinen, kuin kulttuurinenkin näkökulma yhdistettynä perheiden arkipäivään. Toiminnan läheinen suhde perheiden arkielämään mahdollistaa ongelmien ja haasteiden esiintuomisen todellisissa arjen tilanteissa. Jokaiselle ryhmätapaamiskerralle on asetettu teema ja lyhyen aikavälin tavoitteet. Ohjattu toiminta pitää sisällään esimerkiksi työelämän vierailijoita, äitien hemmotteluhetkiä, ohjattuja taide-, ja leikkihetkiä yhdessä lasten kanssa sekä vierailuja erilaisissa sosiaalisissa ympäristöissä, kuten kirpputorilla, leikkipuistoissa ja kirjastossa.

Taulukko 1. Perhetuvan pedagoginen suunnitelma, syksy 2016.

PVÄ	TEEMA	TAVOITE
3.11	<u>Ryhmän aloitus</u> Tietoa Perhetuvan syksyn toiminnasta: Päivärytmi, sisältö jne. Oman perheen esittely Tutustuminen toisiin perheisiin	Ryhmäytyminen Tutustuminen Turvallisen ja luotettavan ilmapiiriin luominen
10.11	<u>Toiminnan suunnittelu (Syksy 2016)</u> Sisällön suunnittelua perheiden toiveiden ja tarpeiden mukaan Ryhmän sääntöjen luominen	Yhteisöllisyyden kehittymisen yhteisen tekemisen kautta Mahdollisuus vaikuttaa toimintaan
17.11	<u>Tuleva isänpäivä</u> Lahjan valmistus lapsen isälle/pappalle: Lapsen käden/jalan painaminen tyynyliinaan	Lapsen ja vanhemman välisen yhteinen ja mukava toiminta kuvataiteen työmenetelmällä
24.11	<u>Vanhemmuus ja vuorovaikutus lapsen kanssa</u> Vierailija: neuvolapsykologi Sari Salo Äideillä mahdollisuus kysyä, vapaata keskustelua	Lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutuksen merkitys Vanhemmuuden vahvistaminen ja vanhemmuuden roolit
1.12	<u>Arjen taidot ja terveellinen kotiruoka</u> Äidit valmistavat ruoan yhteisesti, lapset ohjaajien kanssa ulkona	Vanhemmuuden tuoma vastuu tarjota lapselle terveellistä ruokaa Äitien yhteisöllisyyden tukeminen Mahdollisuus oppia toiselta vertaiselta
8.12	<u>Yhdessäolo ja leikki lapsen kanssa</u> Ohjattua leikkiä Jouluisia askartelua Yhteinen ulkoiluretki lähipuistoon	Tuoda erilaisia tiloja ja tapoja vanhemman ja lapsen väliseen leikkiin Kuvataiteen työmenetelmän käyttö Päivittäiseen ulkoiluun kannustaminen ja liikunnan merkitys osana lapsen hyvinvointia
15.12	<u>Joulun vietto ja syyskauden päätös</u> Laulu-leikkejä jouluisen livemusiikin tahdissa Piparien leivontaa Palaute syyskaudelta	Tarjota perheille mukavia ja uusia kokemuksia populaarikulttuurin parissa Perhetraditioiden luominen ja vahvistaminen Palautteen keruu syyskaudelta

## 5 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

### 5.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tehtävät

Opinnäytetyön tavoitteena on kuvata Rauman kaupungin järjestämään perheryhmätointaan Perhetupaan osallistuvien henkilöiden subjektiivisia eli henkilökohtaisia kokemuksia ryhmään osallistumisesta ja sen toiminnasta sekä Perhetupa -ryhmän tarjoamasta tuesta pikkulapsiperheiden ja vanhemmuuden tukemisessa. Lisäksi tavoitteena on tuottaa tietoa siitä, voidaanko tämän kaltaisella ryhmätoiminnalla vastata pikkulapsiperheiden tarpeisiin, ja miten toimintaa voitaisiin tulevaisuudessa kehittää, jotta se vastaisi paremmin perheiden toiveita ja tarpeita. Tavoitteena on myös opinnäytetyön kautta kehittyä itse pedagogisena ryhmän ohjaajana ja saada arvokasta tietoa ja taitoa lapsiperheiden parissa toimimisesta sosionomin työssä tulevaisuudessa.

Opinnäytetyön analysoidusta aineistosta saadun tiedon avulla pyritään arvioimaan sitä, minkälaisena äidit ovat kokeneet Perhetupa -ryhmään ja sen toimintaan osallistumisen ja ovatko kokemukset tukeneet heidän vanhemmuuttaan. Lisäksi aineiston tuottamaa tietoa voidaan hyödyntää kehittäessä toimintaa vastaamaan lapsiperheiden tarpeita entistä paremmin.

Tutkimustehtävät:

1. Minkälaisia kokemuksia äideillä on Perhetupa -ryhmään osallistumisesta?
2. Miten Perhetupa -ryhmää voitaisiin tulevaisuudessa kehittää?

### 5.2 Tutkimusmenetelmä

Opinnäytetyöni tutkimusmenetelmäksi valitsin kvalitatiivisen eli laadullisen tutkimusmenetelmän. Laadullinen tutkimus on tieteellisen tutkimuksen lähestymistapa, joka käsittelee merkityksiä ihmisen ja hänen elämänsä ymmärtämiseksi. Tyypillistä laadulliselle tutkimukselle on, että se pyrkii löytämään ja paljastamaan tosiasioita sekä tutkimaan ja ymmärtämään kohdettaan mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Lisäksi laadulliselle tutkimukselle on ominaista, että se pyrkii kuvaamaan todellista elämää, kohderyhmä on valittu tarkoituksenmukaisesti, tutkimuksen tiedonhankinta on kokonaisvaltaista, ja sen

keruu tapahtuu luonnollisissa tilanteissa. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 160-164, Vilkka 2015, 117-122.)

Valitsin tutkimusmenetelmäksi laadullisen tutkimuksen sen vuoksi, että tavoitteena oli tutkia Perhetupa -ryhmään osallistuneiden henkilöiden subjektiivisia kokemuksia ryhmään osallistumisesta ja sen toiminnasta. Merkitysten ja niiden suhteiden tutkiminen on mahdollista ainoastaan laadullisen tutkimusmenetelmän avulla. Tutkittaessa ihmisen ajatuksia, kokemuksia ja merkityssuhteita aineistoa ei voida mitata määrällisellä tutkimusmenetelmällä, sillä aineiston keruu ei voi olla numeerinen. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 118, Hirsjärvi ym. 2009, 136-137.)

### 5.3 Aineistonhankintamenetelmä

Laadullisessa tutkimuksessa yleisimmin käytettyjä aineistonhankintamenetelmiä ovat kysely, haastattelu, havainnointi ja dokumentteihin perustuvat lähestymistavat. Tutkittava ongelma, tutkimuksen tavoitteet ja tutkimusresurssit määrittelevät aineistonhankintamenetelmän valintaa. (Hirsjärvi ym. 2009, 192-193, Tuomi & Sarajärvi 2009, 71.) Tutkimuksen aineistonhankintamenetelmien tulee olla perusteltuja, sillä mitä tahansa aineistonkeruumenetelmää ei voida käyttää. Tyypillisesti laadullisen tutkimuksen aineisto koostuu ihmisten ajatuksista ja kokemuksista puheen muodossa. Tällöin tutkimusaineisto on syytä kerätä haastattelujen avulla. Laadullisen tutkimusmenetelmän haastattelun erilaisia muotoja ovat lomakehaastattelu, teemahaastattelu ja avoin haastattelu. Teemahaastattelun voidaan todeta olevan yleisin näistä haastattelun muodoista. (Vilkka 2015, 122-124; Hirsjärvi ym. 2009, 205.)

Valitsin aineistonhankintamenetelmäksi yksilöteemahaastattelun, koska halusin tutkijana saada monitahoisia vastauksia Perhetupa -ryhmän merkityksestä sen osallistujille ja tarjota samalla osallistujille mahdollisuuden vaikuttaa toiminnan kehittämiseen. Lisäksi tavoitteena oli synnyttää laajaa keskustelua aiheesta ja saada ryhmään osallistuvien subjektiiviset kokemukset kuuluviin. Teemahaastattelun valintaa puolsi myös se, etten tutkijana voinut tietää vastausten suuntaa etukäteen. Haastattelu ei edellytä haastateltavien yhteistä kokemusta, vaan sen pääoletuksena on, että yksilön kaikkia ajatuksia, kokemuksia, uskomuksia ja tunteita voidaan tutkia teemahaastattelun keinoin. Haastattelun avulla ihmiselle pystytään luomaan mahdollisuus ilmaista itseään koskevia asioita



sekä antamaan mahdollisuus vaikuttaa niihin. Teema-haastattelun synnyttämän aineiston pohjalta on mahdollista tehdä luotettavasti päätelmiä koskien tutkittavaa ilmiötä. (Hirsjärvi ym. 2009, 66, 74-75; Hirsjärvi & Hurme 2007, 48.)

Aineistonhankintamenetelmää puolsi myös tutkimukseen osallistuvien haastateltavien pieni määrä, sillä teemahaastattelu on aikaa vievää ja se sopii aineistonhankintamenetelmäksi silloin, kun haastateltavia ei ole kymmeniä. Teemahaastattelun avulla koin saavani laajempia vastauksia, kuin esimerkiksi pelkän lomakekyselyn avulla ja minulla oli mahdollisuus kohdata haastateltavat suorassa vuorovaikutuksessa. Haastattelu mahdollisti saatavien tietojen syventämisen sekä vastausten selventämisen mahdollisuuden. Lisäksi aineistonhankintamenetelmään vaikutti se, että teema-haastattelu joustaa muuttuvien tilanteiden mukaan ja haastatteluaiheiden järjestystä voidaan säädellä varsinaisessa haastattelutilanteessa. (Hirsjärvi ym. 2009, 204 -206.)

Teemahaastattelun voidaan sanoa olevan tutkijan aloitteesta tapahtuva eräänlainen keskustelu, jossa pyritään vuorovaikutuksen kautta saamaan selville tutkittavan ajatuksia ja kokemuksia tutkimuksen aihepiireistä. Se rakentuu tietyistä ennalta määritellyistä teemoista ja aihepiireistä, joista tutkittava ja tutkija keskustelevat. (Valli & Aaltola 2015a, 27-29; Hirsjärvi & Hurme 2008, 47-48.) Teemahaastattelulle oleellisinta on se, että haastattelu etenee tiettyjen keskeisten teemojen ja aihepiirien varassa, jotka ovat kaikille haastateltaville samat. Se ei siis sisällä yksityiskohtaisia kysymyksiä. (Hirsjärvi & Hurme 2007, 48, 66-67.) Haastattelutilanteiden valmistelu edellyttää huolellista suunnittelua, ja haastattelijan roolien ja tehtävien omaksumista (Hirsjärvi ym. 2009, 205-206).

Teemahaastattelua rajaavat teemat ja aihepiirit rakensin tutkimuksen teoreettisen osuuden pääkäsitteistä ja tutkimusongelmasta (Liite 4). Teemoiksi siten muodostuvat; 1. Perheryhmän pedagoginen toiminta, 2. Perheryhmä lapsiperheen ja vanhemmuuden tukena, 3. Perheryhmätoiminnan kehittäminen. Haastatteluja varten laadin muutamia apukysymyksiä -ja sanoja pääteemojen alle siltä varalta, mikäli haastattelu ei etenisi tai tuotaisi tarpeeksi keskustelua pelkkien pääteemojen avulla. Uskoin apukysymyksien tuovan myös turvaa minulle haastattelijana jännittävässä haastattelutilanteessa. Tutkimuksen haastateltavat koostuivat viidestä Perhetupa -ryhmään osallistuneesta pikkulapsiperheen äideistä, jotka olivat iältään 20-30 -vuotiaita. Lasten ikäjakauma oli tutkimushetkellä 6kk-3.v. Perhetupa -ryhmään osallistui myös osan toimintakaudesta kuudes äiti lapsensa kanssa. Perheen muuttuneen elämäntilanteen vuoksi ryhmäkertoja ehti kertyä loppu-syksyn 2016 ja alkukevään 2017 aikana vain muutamia, joten jätiin kuudennen

äidin pois haastatteluista vähäisten ryhmäkertojen vuoksi. Valitsin tutkimukseen osallistujat sen perusteella, että heille olisi kertynyt mahdollisimman paljon tietoa ja kokemusta Perhetupa -ryhmästä, ja siten he olisivat luonnollisesti osallistuneet useaan ryhmätapaamiseen syksyn 2016 ja kevään 2017 aikana.

#### 5.4 Teemahaastattelujen toteuttaminen

Toimin Perhetupa -ryhmässä itse toisena ohjaajana ja kerroin tulevasta opinnäytetyöstäni ja siihen liittyvistä haastatteluista jo ensimmäisellä ryhmäkokoontumisella syksyllä 2016. Palasin asiaan uudelleen alkukeväästä 2017 jakaen jokaiselle äidille kirjallisena saatekirjeen (Liite 3), jossa vielä esittelin opinnäytetyötäni, sen tavoitteita sekä käytettävän tiedonhankintamenetelmän ja haastattelujen ajankohtaan liittyviä asioita. Kävin äitien kanssa tiedotteen läpi yhteisesti, jotta jokainen ymmärsi tiedotteessa esiintyvät asiat. Samalla heillä oli myös mahdollisuus kysyä lisätietoja koskien opinnäytetyötä ja sen toteuttamista. Toivoin avoimuuden helpottavan myös äitien päätöstä siitä, osallistuisivatko he opinnäytetyöhöni liittyvään haastatteluun ja siten vahvistavan äitien osallistumista. Tiedotteen annon ja haastattelujen toteuttamisen ajankohdan väliin jätin reilut kaksi viikkoa aikaa, sillä halusin antaa äitien rauhassa pohtia päätöstään osallistua haastatteluun. Haastatteluun osallistuivat kaikki 5 haastatteluihin kutsuttua äitiä, ja he antoivat suostumuksensa haastatteluun suullisena.

Valmistauduin haastatteluihin huolellisesti ja tein kaksi koehaastattelua kahdelle perheyhmän ulkopuoliselle pikkulapsiperheen äidille ennen varsinaisia haastatteluja. Koehaastatteluiden tarkoituksena oli omaksua oma roolini ja tehtävät haastattelijana, mutta nostaa myös haastatteluiden toimimattomat, epäselvät ja muutosta kaipaavat kohdat esiin. Kahden testihaastattelun jälkeen tein vielä joitakin pieniä muutoksia teemahaastattelun runkoon. Haastattelut toteutettiin kahden ryhmätapaamisen aikana Lajotuvan tiloissa. Tilat olivat samat, joissa Perhetupa -ryhmä kokoontui viikoittain. Haastatteluille oli varattu etukäteen rauhallinen erillinen huone, jossa äitien yksilöhaastattelut toteutettiin. Lasten hoito oli järjestetty äitien haastattelujen ajaksi toiseen huoneeseen, jotta äidit pystyivät keskittymään haastatteluun. Haastattelujen kesto vaihteli haastateltavasta riippuen 30-60 minuuttia.

Valitsin haastattelujen ajankohdan ja paikan sen mukaan, mikä mahdollistaisi äitien osallistumisen haastatteluun heidän halutessaan sekä antaisi turvallisen ja luonnollisen ym-

päristön varsinaiselle haastattelutilanteelle. Tallensin haastattelut erilliselle saneluko-  
neelle, jotta sain kaiken mahdollisen aineiston tallennettua juuri siinä muodossa, kuin  
haastateltava oli sen esiin tuonut sekä pystyin haastattelijana keskittymään ainoastaan  
haastattelutilanteeseen ja haastateltavan esiin tuomiin seikkoihin. Haastattelutilanteessa  
pyrin huomioimaan haastateltavan sanallisen vuorovaikutuksen lisäksi, myös sanatto-  
man vuorovaikutuksen eli haastateltavan eleet ja ilmeet sekä haastateltavan äänenpai-  
non. Nostin jo haastatteluvaiheessa esille huomioitani ja pyysin haastateltavaa tarkenta-  
maan tarvittaessa kertomiaan asioita.

### 5.5 Aineiston analyysi

Tutkimusaineiston analyysin ja tulkinnan voidaan todeta olevan tutkimuksen tärkeimpiä,  
mutta samalla myös vaativimpia vaiheita, sillä analyysivaihe antaa tutkijalle vastauksen  
asetettuihin tutkimustehtäviin. (Hirsjärvi ym. 2009, 221-222.) Aineiston analysointitapaa  
on hyvä miettiä jo aineistoa kerättäessä, sillä analysointi voi alkaa jo aineistonkeruu vai-  
heessa ja myös siten helpottaa tutkijan työtä varsinaisessa analysointivaiheessa. Kvali-  
tatiivisen aineiston analyysi on usein merkitysten tulkintaa, jolloin tutkija pyrkii löytämään  
aineistosta piirteitä, jotka eivät suoranaisesti ole tekstissä näkyvissä. (Hirsjärvi & Hurme  
2008 136-137.) Analyysin tehtävänä on tiivistää ja jäsentää aineisto siten, ettei mitään  
olennaista jää pois, vaan aineiston informatiivisuus kasvaa. Lisäksi aineiston analyysin  
avulla pyritään saamaan selkeyttä aineistoon, jotta tutkittavasta ilmiöstä voidaan tehdä  
selkeitä ja luotettavia johtopäätöksiä. (Alasuutari 2011, 108 & 197.)

Käsittelin tutkimusaineiston aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä. Se on yksi tapa lähes-  
tyä merkityssuhdetta eli sitä, mitä tutkittava asia merkitsee tietylle henkilölle. (Hirsjärvi  
ym. 2009, 163.) Aineistolähtöinen analyysi on nimensä mukaisesti aineistolähtöistä, jo-  
ten aiempia tietoja tai havaintoja ei tule käyttää analysointivaiheessa. Aineistolähtöinen  
analyysi koostuu kolmesta vaiheesta, joita ovat redusointi, klusterointi ja abstrahointi.  
Redusoinnissa eli aineiston pelkistämässä karsitaan tutkimuksen kannalta epäolennai-  
set asiat pois esimerkiksi tiivistämällä tai pilkkomalla litteroitu aineisto osiin. Tutkimus-  
tehtävä ohjaa aineiston pelkistämistä. Pelkistäminen tapahtuu nostamalla aineistosta  
esiin tutkimustehtävälle olennaisia ilmaisuja esimerkiksi kysymällä aineistolta tutkimus-  
tehtävän mukaisia kysymyksiä. Pelkistettyjen ilmaisujen tulee nousta alkuperäisestä ai-  
neistosta, joten ilmaisuja tulee kuvata mahdollisimman paljon samoilla termeillä, kuin ne  
esiintyvät aineistossa (Tuomi & Sarajärvi 2012, 95, 108–109.)

Alkuperäisilmaukset	Pelkistetty ilmaus
<i>"On ollut kyllä kiva, kun noi kaikki muutkin ryhmäläiset on äitejä"</i>	Ryhmän koostuminen äideistä
<i>"Noi toiset elää myös sitä samaa lapsiperheen arkea, mikä koostuu varmaan aika samanlaisista asioista."</i>	Arki pienten lasten kanssa

Kuvio 1. Esimerkki aineiston redusoinnista eli pelkistämisestä.

Laadullinen aineisto on usein tarkoituksenmukaista kirjoittaa sanasta sanaan puhtaaksi, joten aloitin aineiston analyysin purkamalla aineiston sanalliseen muotoon eli litteroimalla aineiston tietokoneelle. Litterointivaiheessa poistin tauot ja lyhyet äännähdykset, sillä en kokenut niillä olevan merkittävää hyötyä tutkimuksen tulosten kannalta. Tämän jälkeen luin aineiston kokonaisuudessaan kahteen otteeseen, jotta sain kokonaiskuvan aineistosta. Teemahaastattelu tiedonhankintamenetelmänä tuki analysointivaihetta, sillä haastattelu oli pitkälti ryhmittynyt jo haastattelutilanteessa valmiiksi teemojen mukaisesti. Keskusteluihin oli kuitenkin sekoittunut usean teeman mukaisia asioita, joten tarkistin ja siirtelin aineiston tekstejä teemahaastattelun mukaisiin teemoihin vielä uudelleen. Tämän jälkeen jaoin aineiston vielä teemahaastattelurungon apukysymysten mukaisesti. Teemat ja niiden apukysymykset on johdettu tutkimustehtävistä. Esitin aineistolle tutkimustehtävän mukaisia kysymyksiä, jotta löytäisin tutkimustehtävää kuvaavia ilmaisuja. Alleviivasin pelkistetyt ilmaisut ja listasin ne tietokoneella allekkain. Tämän jälkeen etsin samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia sekä yhdistin samankaltaisuudet nimeämällä ne luokkaa kuvaavalla käsitteellä. Näin syntyi alaluokka. (Hirsjärvi ym. 2009, 222-223.)

Pelkistetty ilmaus	Alaluokka
Ryhmän koostuminen äideistä Arki pienten lasten kanssa	Samankaltainen elämäntilanne

Kuvio 2. Esimerkki aineiston klusteroinnista eli ryhmittelystä.

Aineiston klusteroinnissa eli ryhmittelyssä aineistosta etsitään samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia tai vain toista kuvaavia käsitteitä. Samaa asiaa tarkoittavat käsitteet yhdistetään luokaksi ja annetaan sille sen sisältöä kuvaava nimi. Tässä vaiheessa käsitteiden ryhmittelystä käytetään nimeä alaluokka. Seuraavaksi tutkija yhdistää alaluokat yläluokkiin ja yläluokat taas pääluokkiin. Abstrahoinnissa eli luokittelussa luodaan teoreettiset käsitteet ja erotetaan oleellinen tieto tutkimuksen kannalta. Abstrahointi jatkuu yhdistelemällä luokkia siihen asti, kuin se on aineiston sisällön kannalta mahdollista. Abstrahoinnissa tulee edetä alkuperäisistä ilmaisuista teoreettisiin käsitteisiin eli pääluokkien nimet voidaan nostaa tarvittaessa esiin tutkimuksen teoreettisesta viitekehyksestä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 110-111.)

Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Samankaltainen elämäntilanne Ymmärrys ja tuki toisilta omaan tilanteeseen Yhteiset keskustelunaiheet Käytännön apu ryhmätapaamisissa Aikuinen seura Kokemusten vaihto	Sosiaalinen tuki	Vertaistuki

Kuvio 3. Esimerkki aineiston abstrahoinnista eli luokittelusta

Alaluokkia ryhmittelemällä sain muodostettua yläluokat, jotka nimesin jälleen sisältöä kuvaavilla käsitteillä. Yläluokkia syntyi yhteensä 12 kappaletta. Yläluokista laadin aineiston pääluokat, jotka on johdettu jo olemassa olevista käsitteistä. Pääluokkia syntyi yhteensä 4 kappaletta. Kuviot (1, 2, 3) havainnollistavat luokkien muodostumista. Käsitteitä yhdistelemällä saadaan vastaus tutkimustehtävään. Käsitteitä yhdistellään niin kauan, kuin se on tutkijan mielestä tarpeellista. Aineistoa tulee lukea ja verrata kokonaisuutena useaan kertaan analyysin eri vaiheissa. Tulosten analysoinnin jälkeen tuloksia tulee tulkita ja selittää, eli tutkija pohtii analyysin tuloksia ja tekee niistä omia johtopäätöksiä. Johtopäätöksiä tehtäessä tutkija pyrkii ymmärtämään asioiden merkityksiä tutkittavien näkökulmasta kaikissa analyysin vaiheissa. (Hirsjärvi ym. 2009, 143 & 229; Tuomi & Sarajärvi 2009, 112-113.)

## 6 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tutkimuksen tulokset on johdettu Perhetupa -ryhmään osallistuvien äitien haastatteluiden pohjalta siten, että tulokset vastaavat asetettuun tutkimustehtävään eli siihen, millaisia kokemuksia äideillä on Perhetupa -ryhmään osallistumisesta ja miten ryhmää voidaan tulevaisuudessa kehittää. Tutkimuksen tulokset on jaettu neljään pääluokkaan, jotka on muodostettu yhdistämällä yläluokkia. Pääluokkien nimet on nostettu esiin teoreettisesta viitekehyksestä. Pääluokkia ovat; 1) Vertaistuki, 2) Vanhemmuuden tukeminen, 3) Perheryhmän toiminta, 4) Toiminnan kehittäminen. Tutkimustulosten esittämisessä on käytetty apuna yksinkertaista taulukointia, johon on sisällytetty yläluokat ja pääluokka. Yläluokat on muodostettu yhdistelemällä saman sisältöisiä alaluokkia. Aineiston luokittelutaulukko löytyy kokonaisuudessaan raportin lopussa olevista liitteistä (Liite 5). Tekstien välissä olevat kappaleet ovat haastateltavien autenttisia ääniä.

### 6.1 Vertaistuki

Vertaistuki muodostaa aineiston ensimmäisen ja suurimman pääluokan kattaen neljä eri yläluokkaa (Kuvio 4).

Lapsen kehityksen tukeminen Sosiaalinen tuki Toisiin äiteihin tutustuminen Yhteisöllisyys	<b>Vertaistuki</b>
--	--------------------

Kuvio 4. Äitien kokemus Perhetupa -ryhmän tarjoamasta vertaistuesta.

Yläluokka "Lapsen kehityksen tukeminen" kuvailee äitien kokemuksia perheryhmästä lapsen suotuisan kehityksen tukemisen näkökulmasta. Yläluokka muodostaa neljä alaluokkaa, joita ovat: lapsi tapaa muita lapsia ja aikuisia, lapsi viihtyy hyvin, lapsi saa uusia ja erilaisia kokemuksia ja lapsi saa kokemusta ryhmässä toimimisesta. Tulosten mukaan äidit kokivat perheryhmän tukevan lapsen kehitystä, sillä useilla perheillä ei ollut lähipiirissä muita lapsiperheitä. Äidit kokivat tärkeänä, että perheryhmän kautta lapsi sai mahdollisuuden tavata muita saman ikäisiä lapsia. Eräs äiti toi esiin sen, että tavallisesti oma

lapsi joutuu leikkimään kotona aina yksin, mutta perheryhmässä lapsella on mahdollisuus saada leikkiseuraa muista lapsista. Muiden aikuisten tapaaminen nähtiin erityisesti vauvojen näkökulmasta tärkeänä, jotta lapsi tottuisi pienestä alkaen erilaisiin ihmisiin. Äitien mukaan lasten viihtyminen ryhmässä ja uudet, erilaiset kokemukset olivat tärkeitä, sillä kotona oli usein vaikea keksiä lapselle mielekästä puuhaa, eikä päivän aikana välttämättä tullut lähdettyä lapsen kanssa yksin esimerkiksi ulkoilemaan. Ryhmätoiminnassa mukana oleminen nähtiin myös tärkeänä kokemuksena lapselle ryhmässä toimimisesta tulevaisuuden päivähoitoa silmällä pitäen.

"Täällä lapsi näkee muitakin lapsia. Meidän kaveripiirissä ei juurikaan noita pieniä ole niin on kyllä hyvä, että täältä niitä saman ikäisiä leikkikavereita sitten on aina löytynyt"

"Lapsi on kyllä saanut täältä kavereita, ja sitten myös kokemusta olla ryhmässä. Ja lapsen on hyvä myös nähdä se, että on myös muitakin ihmisiä, eikä vaan just se oma perhe."

"Kyllä mä näen, että se on tosi tärkeitä, että tulee nähtyä heti vauvasta lähtien erilaisia ihmisiä ja toisia lapsia, ettei sitten lapsi ala vierastamaan tai pelkäämään muita tai jotain sellaista."

"Lapsi viihtyy täällä. Se oikeasti viihtyy täällä. Sillä on kuitenkin leikkikavereita täällä. Ei hänellä kotona ole leikkikavereita. Hän leikkii vaan yksin kotona, niin täällä hän voi leikkiä muidenkin kanssa."

Yläluokka " Sosiaalinen tuki" muodostuu viidestä alaluokasta, joita ovat: ymmärrys ja tuki toisilta omaan tilanteeseen, samanlainen elämäntilanne, käytännön apu ryhmätapaamisissa, kokemusten vaihto ja aikuinen seura. Äidit ovat kokeneet saaneensa ryhmätoiminnan kautta monipuolisesti tukea toisilta äideiltä. Äidit kuvailivat toisten äitien ymmärtävän asioita, joihin lapsettomilta kavereilta ei ollut saanut tukea ja ymmärrystä. Äitien mukaan samankaltainen elämäntilanne mahdollisti sen, että yhteisiä keskustelunaiheita löytyi helposti ja kokemuksia lapsiperheen arjesta oli mahdollisuus vaihtaa toisen äidin kanssa. Äidit olivat saaneet myös käytännön apua lapsen hoitoon ryhmätapaamisten aikana toisilta äideiltä muun muassa tilanteissa, joissa äidillä oli mahdollisuus juoda kahvi loppuun rauhassa. Toisilta aikuisilta ihmisiltä saatava seura koettiin tärkeänä vastapainona lasten kanssa vietetyille ajalle. Äidit olivat myös tyytyväisiä tavatessaan muita aikuisia.

"Täällä on kyllä voinut sanoa että on vaikka ollut väsynyt. Toiset on kyllä sitten ymmärtänyt sen, kun sitten taas joku kaveri kenellä ei ehkä ole lapsia, niin ei se niinkun sitten taas oikein tajua, että miten paljon se väsymys voi vaikuttaa koko päivään."

”Mä olen kyllä saanut niin sanottua sosiaalista tukea. Sitten kun olen jutellut muiden äitien kanssa, niin ne ymmärtää sen, että millaista elämä pienten lasten kanssa on. Olen kyllä tykännyt, kun on voinut jakaa just niitä omia kokemuksia ja kuullut sitten muittenkin kokemuksia.”

”Me ollaan kyllä puhuttu kaikista asioista ihan laidasta laitaan. On puhuttu lapsista, kasvatuksesta ja niitten nukkumisista ja pesuista, mutta sitten ihan muistakin jutuista.”

Yläluokka ”Yhteisöllisyys” käsittää kolme alaluokkaa, joita ovat: omana itsenä oleminen, yhteiset keskustelunaiheet ja luottamuksellinen ilmapiiri. Tulosten mukaan äidit kokivat perheryhmän turvallisena ja avoimena ympäristönä, joka tarjosi mahdollisuuden luoda sosiaalisia suhteita ja ylläpitää niitä. Äidit toivat esiin turvallisen ja luottamuksellisen ilmapiirin ryhmässä, joka mahdollisti omana itsenä olemisen. Mikäli sanottavaa ei ollut, sai olla vain ihan hiljaa ilman, että tunsu itseään ulkopuoliseksi ryhmässä. Äitien mukaan ryhmätapaamisiin tuloa ei tarvinnut jännittää. Eräs äiti kertoi odottavansa usein kuulevansa toisten äitien kuulumiset viikon varrelta. Turvallinen, suvaitseva ja rento ilmapiiri koettiin myös tärkeänä osallistumiseen vaikuttavana tekijänä. Äitien mukaan omista asioistaan pystyi kertomaan vapaasti, eikä tarvinnut pelätä toisten äitien tuomitsevan tai kertovan asioista eteenpäin muille osapuolille. Eräs äiti kuvasikin perheryhmää, kuin toiseksi kodikseen, jonne on aina helppo ja mukava tulla. Mikäli sanottavaa ei ollut, sai olla vain ihan hiljaa, eikä kukaan tuominut, suvaitseva ilmapiiri. Eräs äiti nosti esiin myös sen, ettei ryhmässä syntynyt alaryhmiä, vaan kaikki olivat yhtä ryhmää.

”On ollut kyllä tosi rentoa. Aluksi oli tietysti vähän erilaista, kun kaikki oli uutta, eikä oikein tiennyt että mitä ja miten tosille vois puhua. Mutta kaikki on ollut kyllä tosi mukavia ja helppo puhua niille. Ei tarvitse jännittää yhtään. Ihanku tulis toiseen kotiin aina.”

”Ilmapiiri on ollut tosi hyvä, eikä ole syntynyt kenenkään kesken mitään sellaisia, et me ollaan nyt tässä vaan kahdestaan, et älkää te muut tulko tähän. Kaikki on ollut sitä yhtä ryhmää.”

Yläluokka ”Toisiin äiteihin tutustuminen” muodostuu neljästä yhdistetystä alaluokasta, joita ovat: sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen, toisten äitien tapaaminen, uusien tuttavuuksien saaminen ja yhteydenpito ryhmän ulkopuolella. Tulosten mukaan äidit kokivat muiden ihmisten tapaamisen olevan tärkeää. Useat äidit kokivat olevansa tavallisesti ujoja tutustumaan uusiin ihmisiin, mutta perheryhmän kautta he saivat uusia tuttavuuksia ja heitä tuli tavattua useaan otteeseen ryhmätapaamisten kautta. Lisäksi äidit kokivat, että muodostuneita kaverisuhteita oli mahdollisuus ylläpitää myös ryhmän loppumisen jälkeen. Osa äideistä oli tavannut myös toisensa ryhmän ulkopuolella muun muassa käymällä kahvilla tai toisen kotona. Uusista tuttavuuksista äidit olivat mielissään.



## 6.2 Vanhemmuuden tukeminen

Vanhemmuuden tukeminen muodostaa tutkimuksen toisen pääluokan sisältäen kolme eri yläluokkaa (Kuvio 5). Yläluokat ovat: sisältöä ja toimintaa arkeen, lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutuksen lisääntyminen ja äitien voimavarojen lisääntyminen.

<p>Sisältöä ja toimintaa arkeen</p> <p>Lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutuksen lisääntyminen</p> <p>Äitien voimavarojen vahvistuminen</p>	<h3>Vanhemmuuden tukeminen</h3>
--	---------------------------------

Kuvio 5. Äitien kokemus Perhetupa -ryhmän tarjoamasta tuesta vanhemmuuteen.

Yläluokka ”sisältöä ja toimintaa arkeen” muodostuu neljästä alaluokasta, joita ovat: arjen rytmittyminen, mukava hetki arjessa, sisältöä tavalliseen arkeen ja tulee lähdettyä pois kotoa. Tulosten mukaan äidit kokivat perheryhmän tuoneen erilaista ja mukavaa tekemistä heidän arkeensa. Äitien mukaan säännölliset ryhmätapaamiset ovat tuoneet viikkoon rytmiä ja auttaneet ylläpitämään lapsen päivärytmiä. Perheryhmätoiminta on tuonut äitien mukaan arkeen mukavia hetkiä ja erilaista tavanomaisesta poikkeavaa sisältöä. Perheryhmätoiminnan katsottiin tarjoavan arkeen muutakin, kuin kotona olemista kaksin lapsen kanssa. Eräs äiti kertoi perheryhmän tapaamisen olevan jopa viikon kokokohta, jonka vuoksi hän oli siirtänyt muita tärkeitä menojaan. Äidit kuvailivat perheryhmän myös vaikuttaneen siihen, että innostuu taas käymään ihmisten ilmoilla, eikä jää päiväkausiksi kotiin.

”Tämä on tuonut sellaista rytmiäkin elämään. Me oltaisiin muuten vaan kaksin kotona lapsen kanssa. Usein silloin menee päivätkin ihan sekasin jos ei ole pitkään aikaan käynyt missään”

”Mulla kun on ollut niitä muitakin työasioita, niin olen sitten aina sanonut, että torstaisin on tämä ryhmä, että tästä ei haluta olla poissa. Kyllä tämä on ollut meille sellainen viikon kohokohta.”

Yläluokka ”Lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutuksen lisääntyminen” muodostuu kolmesta alaluokasta, joita ovat: lapsen kanssa vietetty aika lisääntynyt, monipuolinen leikki, yhteinen tekeminen ja toiminta lapsen kanssa. Tulosten mukaan äidit ovat kokeneet lapsen kanssa vietetyn ajan lisääntyneen perheryhmän myötä. Eräs äiti koki hy-

vänä, ettei ryhmätapaamisten aikana ole ollut mahdollisuutta käyttää tietokonetta tai puhelinta, kuten kotioloissa, vaan on keskityttävä lapsen kanssa oloon. Myös toiset äidit pitivät hyvänä sitä, että ryhmätapaamiset keskittyvät paljon oman lapsen kanssa puuhailuun ja erilaiseen leikkiin. Eräs äiti kertoi viettävänsä kotonakin lapsen kanssa enemmän aikaa lattialla nyt, kuin aiemmin, sillä ryhmätapaamisissa lasten kanssa ollaan niin paljon lattialla.

”Täällä mä en ole voinut räplätä puhelinta tai tietokonetta vaan, ku täällä ei ole sellaisia häiriötekijöitä siinä. Täällä se on vähän niinkun pakkokin leikkiä. Tämä ryhmä auttaa siinä, että mä vietän mun lapsen kanssa aikaa ja leikin enemmän ja myös muitten lasten.”

”Kyllä mä varmaan enemmän leikin lapsen kanssa, ja se pyytää mua enemmän leikkimään. Ku täällä ollaan tuolla lattianrajassa paljon yhdessä, niin sellaista on tullut sit enemmän, et jaksaa olla siellä lapsen tasolla. Lapsi oppii koko ajan enemmän pelejä ja pystyy touhuamaan vähän enemmän ja menee itsekin sitten vaan mukaan siihen leikkiin.”

Yläluokka ”Äitien voimavarojen vahvistuminen” muodostuu neljästä alaluokasta, joita ovat: oman ajan mahdollistuminen, oman jaksamisen lisääntyminen, lisääntynyt varmuus omassa toiminnassa. Tulosten mukaan perheryhmätoiminta on tukenut äitien omaa jaksamista. Äidit olivat kokeneet perheryhmän tarjoavan äideille myös pienen hetken omaa aikaa esimerkiksi ohjaajan hoitaessa lasta hetken. Äidit myös kokivat sen auttavan jaksamiseen, että ryhmässä oli useampi silmäpari lasten liikkeitä vahtimassa. Eräs äiti kertoi tunteneensa usein kotona väsymystä ja alakuloisuutta, mutta ryhmään saapuminen ja toisten ihmisten seura toi jaksamista päivään. Lisäksi äiti oli tyytyväinen itseensä, että oli jaksanut lähteä kotoa ihmisten pariin. Kaikki äidit olivat sitä mieltä, että lapsen kanssa vietetty aika ja lapsen ilo tuovat voimavaroja arkeen. Lisääntynyt varmuus omassa toiminnassa näkyi tulosten mukaan siinä, että äidit olivat osallistuneet perheryhmän innoittamana myös muihin lapsiperheille tarkoitettuihin toimintoihin ja tapahtumiin, kuten vauvauintiin, musiikkitoimintaan ja lasten seikkailutapahtumaan. Lisäksi tunne lapsen tarpeisiin vastaamisesta oikealla tavalla oli vahvistunut.

” No joo, kyllä tämä on silleen piristänyt mua, vaikka välillä on ollu kyllä vaikeaa lähteä kotoa, kun on ollut väsynyt, eikä aina jaksaisi olla näkemässä jotain muita. Vaikka toisaalta sitten kun on nähnyt, niin tulee hyvä olo siitä, et on nähnyt toisiakin ja kiva kun onkin tullut lähdettyä pois kotoa.”

”Täältä on kyllä saanut sellaista vinkkiä, et mihin lapsen kanssa vois osallistua. Me ollaan nyt käyty myös välillä siinä muskarissa.”

### 6.3 Perheryhmätoiminnan sisältö

Kolmas pääluokka ”Perheryhmätoiminnan sisältö” koostuu kolmesta pääluokasta (Kuvio 6.) Pääluokat ovat: toiminnan monipuolinen sisältö, toimivat käytännön järjestelyt ja ohjaajien ammatillinen työote.

Toiminnan monipuolinen sisältö Toimivat käytännön järjestelyt Ohjaajien ammatillinen työote	<b>Perheryhmätoiminnan sisältö</b>
---	--

Kuvio 6. Äitien kokemus Perhetupa -ryhmän sisällöstä.

Pääluokka ”Toiminnan monipuolinen sisältö” muodostuu alaluokista: yhteinen ulkoilu, pedagoginen toiminta, vierailijat, teemapäivät, ruoan valmistus ja toiminta lapsen kanssa. Tulosten mukaan äidit olivat tyytyväisiä perheryhmätoiminnan tarjoamaan sisältöön. Tulosten mukaan äidit pitivät toimintaa monipuolisena ja riittävänä. Erityisesti ulkoilu koettiin tärkeänä toimintana lasten kannalta. Moni äiti oli tyytyväinen siihen, että päivän ulkoilu tuli hoidettua perheryhmätapaamisen yhteydessä. Ulos lähteminen koettiin helpompana ryhmässä, kuin yksin kotona. Eräs äiti toi esille, ettei juurikaan ulkoile lapsensa kanssa, joten oli hyvä, että ulkoilu oli osa perheryhmän viikoittaista toimintaa. Ohjatun toiminnan ja vapaan toiminnan välinen suhde koettiin sopivana. Äidit olivat tyytyväisiä siihen, että jokainen ryhmätapaaminen piti sisällään niin ohjattua toimintaa, kuin mahdollisuuden vapaaseen ajanviettoonkin. Eri ammattikuntien vierailijat toivat äitien mukaan mukavaa vaihtelua ryhmätapaamisiin ja antoivat erilaista tietoa ja mahdollisuuden kysyä mieltä askarruttavista asioista. Teemapäivät, kuten joulun ja pääsiäisen huomiointi koettiin kivana lisänä toiminnassa. Yhteinen ruoan valmistus ja ruokailu koettiin tärkeänä osana päivää.

”No ei kyllä ole ollut mitään sellaista, mistä en olisi tykännyt tai jotain kamalaa. Se on kyllä ollut kiva, että välillä on niitä vierailijoita ja retket on ollut kivoja. Ihan hyvin on ollut kaikkia toimintoja ja huomioitu just ne erityispäivätkin.”

”Se oli itseasiassa tosi kiva, kun se mies tuli sen kitaran kanssa laulamaan niitä joululauluja. Lapsi tykkäsi kovasti ja oikein rummutti mukana.”

”Eikä mun kyllä tule ulkoiltuakaan tuon kanssa oikeastaan, niin on ollut hyvä, et täältä on sit aina menty ulos porukalla. Mun ei vaan tule yksin lähdettyä ulos.”

Pääluokka ”Toimivat käytännön järjestelyt” muodostuu alaluokista, joita ovat: sopiva ryhmäkoko, useita kokoontumisia, pysyvä ajankohta ja omien odotusten täyttyminen. Tulosten mukaan perheryhmän käytännön järjestelyt koettiin toimiviksi, ja ne lisäsivät mahdollisuutta osallistua ryhmätapaamisiin. Kuuden perheen ryhmän aloituskokoa pidettiin sopivana jokaisen äidin toimesta. Eräs äiti toi esiin sen, ettei olisi tuntenut oloaan hyväksi suuremmassa ryhmässä. Perheryhmän kestoa syksystä kevääseen ei koettu liian pitkäksi, vaan äitien mukaan pidemmällä aikavälillä oli helpompi tutustua toisiin äiteihin paremmin. Säännölliset tapaamiset päivän -ja kellonajan osalta auttoivat muistamaan saapumaan oikeaan aikaan aina paikalle. Eräs äiti kertoi aamuisten lähtöjen olevan heille vaikeita, mutta koki perheryhmän aikataulun sopivana lapsen päivärytmin ja muun muassa päiväunien kannalta. Kaksi äideistä toivoi perheryhmän alkavan aamuisin vasta myöhemmin lapsen aikataulun vuoksi. Äidit kokivat omien odotusten täytyneen perheryhmän osalta. Suurin osa äideistä oli lähtenyt mukaan toimintaan saadakseen itselle ja lapsilleen uusia tuttavuuksia ja mukavaa tekemistä arkeen. Eräs äiti kertoi, ettei uskaltanut odottaa toiminnalta etukäteen juuri mitään, mutta oli positiivisesti toiminnasta yllätynyt.

”Se aika ja päivä on kyllä ollut molemmat okei. On hyvä, että on aina tietty päivä ja aika, koska se on helpompi muistaakin. Jos se vaihtelisi se aika ja päivä, niin sitten olisi vaikeampi muistaa ja varmaan unohtaisin tulla.”

Tänne on kyllä ollut helppo tulla ja aina on nuo järjestelyt ollut toimivia. Tuo alkamisaika on kyllä mulle ollut pikkusen ongelma, kun en ole mikään aamuvirkku. Mutta sitten toisaalta tämän jälkeen lapsikin on ollut aina väsynyt ja sit on ollut hyvä laittaa se päiväunille heti kotona.”

Mä en kauheasti uskaltanut odottaa mitään. Tultiin ihan mielenkiinnosta katsomaan, että ihan sillä mielellä tultiin. Mutta on ollut kyllä positiivinen yllätys, et mitä täällä sit oikein kaikkea onkaan ollut.”

Pääluokka ”Ohjaajien ammatillinen työote” muodostuu alaluokista, joita ovat: mukavat ohjaajat, tärkeä tuki, luottamuksellinen suhde, ryhmäläisten yksilöllinen huomiointi, ohjaajat mukana toiminnan suunnittelussa. Tulosten mukaan ohjaajien toiminta ja ammatillisuus koettiin tärkeänä osana ryhmätoimintaa. Äitien mukaan ohjaajat koettiin osittain myös vertaisina, joilta sai tarvittaessa tärkeää tukea omaan tilanteeseen niin lapsen hoidon, kuin tiedollisenkin tuen kautta. Suhde ohjaajiin koettiin jokaisen äidin toimesta luottamuksellisena ja hyvänä. Eräs äiti piti ryhmäläisten erilaisten elämäntilanteiden huomiointia tärkeänä, ja koki omalla kohdallaan sen auttaneen siihen, että hän pystyi osallistumaan lastensa kanssa ryhmään mukaan. Osa äideistä toi esiin sen, että oli haastavaa suunnitella toimintaa, koska ideoita ei usein tullut oikeassa kohdassa mieleen, joten ohjaajien ehdotukset ja johdattelu toiminnan suhteen koettiin tärkeänä. Ohjaajien koettiin

olevan suuressa osassa hyvän ja turvallisen ilmapiirin luomisessa ja ylläpitämisessä ryhmässä.

”Kyl se on ollut tosi tärkeätä, et ohjaajat on ollut aina tosi iloisia ja pirteitä, niin se on itsellekin ollut piristävää”

Ohjaajat on kyllä kuunnellut aina kaikkea, jos mä olen halunnut jostain puhua. Ja ne on ymmärtänyt tätä lapsiperheen elämää.

On ollut kyllä luottavainen olo. Ja mä olenkin kertonut aika paljon omia asioita ja tullut paljon juteltua muutenkin. Eikä ole tullut semmoista oloa, ettei voisi jotain asioita ketoa just niin, kuin ne on.

”Mä ajattelen, et ohjaajien kuuluu ohjata ryhmää ja kehittää ohjelmaa. Mutta samalla katsoa, että kaikki tulee toimeen keskenään. Ja nämä on kyllä toteutunut aina.”

”Se on ollut tosi kiva, että ollaan saatu joustavuutta, niin voidaan tulla vähän myöhemmin, että siitä mä olen kyllä tykännyt”

#### 6.4 Toiminnan kehittäminen

Neljäs pääluokka ”Toiminnan kehittäminen” käsittää kolme yläluokkaa (Kuvio 7.) Yläluokat ovat: Vanhemmuuden haasteet, toiminnan sisältö ja ohjaajien toiminta.

Vanhemmuuden haasteet Toiminnan sisältö Ohjaajien toiminta	<b>Toiminnan kehittäminen</b>
--	-------------------------------

Kuvio 7. Äitien ehdotukset toiminnan kehittämisen suhteen.

Yläluokka ”Vanhemmuuden haasteet” käsittää alaluokat: äitien oma jaksaminen, oman ajan puute, rajojen asettaminen lapselle, vanhemmuuden jakaminen toisen vanhemman kanssa, parisuhde perhe-elämän keskellä ja läheisverkoston puute. Tulosten mukaan vanhemmuutta ja lapsiperheen arkea kuormittavat eniten äitien oma jaksaminen ja oman ajan puute. Useampi äiti koki lapsiperheen arjen olevan ajoittain raskasta ja omien voimavarojen olevan vähäiset esimerkiksi valvomisen ja vähäisten yöunien vuoksi. Kaksi äideistä kertoivat olevansa paljon yksin lasten kanssa ja miehen osallistuvan vain vähän

yhteiseen perhe-elämään. Lasten isän toivottiin osallistuvan enemmän jakamaan vanhemmuutta ja perhe-elämää, mutta myös mahdollistamaan äitien omaa aikaa arjessa esimerkiksi kauppareissun ajan. Kaikki äidit kokivat parisuhteen olevan haasteellinen yhtälö lapsiperheen arjen kanssa. Parisuhteelle ei koettu jäävän aikaa tai kahdenkeskistä aikaa ei ollut mahdollisuutta saada sen vuoksi, ettei lapsia saatu hoitoon. Erityisesti ryhmän vanhimpien lasten äitejä mietitytti rajojen asettaminen lapselle ja se, miten lapsen saa tottelemaan vanhempaa ja milloin rajoja pitäisi alkaa asettamaan. Osa äideistä toi esiin sen, että lapsen syntymän jälkeen oma kaveri -ja tuttavapiiri oli muuttunut, eikä läheisiä ihmisiä ollut enää ympärillä samalla tavalla, kuin enne lapsen syntymää.

"Itselleni mä tarvitsen henkistä tukea. Kyllä se on aika raskasta olla äiti"

"Joo se rajojen asettaminen tuntuu aika vaikealta. Eikä ainakaan ensimmäisen lapsen kanssa tajua, että missä vaiheessa täytyy olla tosi tiukka, ettei sitten jää päälle ja oletkin itse yhtäkkiä alakynnessä."

"Kaikki hoitojutut ja syömiset on aika helppoja, että kaikki varmaan osaa hoitaa kuitenkin. Se ei ole niinkun siinä mielessä hankalaa, mutta se vie paljon voimia ja sit se on tosi sitova juttu."

"Välillä olisi kiva mennä johonkin ihan yksinkin. Ei sitä oma aikaa välttämättä niin paljoa tarvitse, mutta välillä kuitenkin."

"Lapset on minussa tosi kiinni, ja mä niiden kanssa yleensä touhuilenkin. Kyllä mä haluisin, et mieskin menisi välillä niiden kanssa ulos. Onhan niillä kuitenkin myös isä."

"Mä ajattelisin, että parisuhdekin tarvitsee sitä, että lapset saa välillä hoitoon. Kiintyminen pelkästään siihen lapseen voi kaataa mun mielestä sen koko parisuhteen, jos ei muista olleenkaan sitä parisuhdetta."

Yläluokka "Toiminnan sisältö" koostuu alaluokista: ohjattu keskustelu eri teemojen ympärillä, lastenhoidon mahdollistaminen ja äitien hemmotteluhetket. Eräs äiti toivoi ohjattua keskustelua äitien kesken erilaisista perhe-elämään liittyvistä asioista ja aiheista. Myös lastenhoitoon toivottiin enemmän tukea, jotta äitien keskinäiset keskustelut mahdollistuisivat. Eräs äiti toivoi perheryhmän sisältöön enemmän äideille suunnattuja hemmotteluhetkiä. Järjestetyt hemmotteluhetket koettiin tärkeänä oman jaksamisen tukijana ja uutena hienona kokemuksena.

"Se hemmotteluhetki oli kyllä niin ihana. Niitä olisi voinut olla enemmänkin."

"Ei mulla kyllä tule mitään sellaista mieleen, mitä voisi kehittää. Ollaan oltu niin tyytyväisiä tähän ja kaikki on toiminut."

”Meillä oli joskus aiemmin sellaisia ohjattuja keskusteluja äitien kesken tuossa pöydän ympärillä, niin ne olisi voinut olla kivoja.”

Yläluokka ”Ohjaajien toiminta” pitää sisällään alaluokat: Tukea äitien väliseen vuorovaikutukseen. Ehdotuksia ohjaajien toimintaan tuli tutkimukseen osallistuneilta äideiltä vähän. Äidit olivat olleet tyytyväisiä ohjaajien toimintaan ja heiltä saatavaan tukeen. Eräs äiti toivoi etenkin ensimmäisten ryhmätapaamisten aikana enemmän tukea äiteihin väliseen vuorovaikutukseen, sillä oli jännittävää tavata muita aikuisia. Hän kertoi mietti-neensä ensimmäisten tapaamisten aikana paljon sitä, millaisista asioista voisi toisten äitien kanssa keskustella tai mitä muut ajattelisivat hänestä.

## 6.5 Tulosten yhteenveto

Äitien kokemusten mukaan perheryhmätoimintaan osallistuneet äidit kokivat saaneensa laaja-alaista vertaistukea. Vertaistuki näyttäytyi lapsen kehityksen tukijana, sosiaalisena tukena ryhmään osallistuneille äideille sekä toisiin vanhempiin tutustumisena ja yhteisöllisyyden rakentumisena. Tulosten mukaan ryhmätapaamiset mahdollistivat lapsille tärkeää sosiaalista kanssakäymistä erilaisten ihmisten kanssa. Lisäksi se loi lapselle mahdollisuuden olla mukana toiminnassa, jossa lapsi viihtyy hyvin ja saa kokemusta ryhmässä toimimisesta sekä tapaa muita saman ikäisiä lapsia samalla tukien lapsen suotuisaa kehitystä. Äidit kokivat saaneensa perheryhmätoiminnassa mahdollisuuden tutustua toisiin vanhempiin, vaihtaa kokemuksia ja saada tukea sekä ymmärrystä omaan tilanteeseen toiselta samanlaisessa elämäntilanteessa olevalta. Ryhmässä vallitseva yhteisöllisyys koettiin luovan mahdollisuuden omana itsenä olemiseen turvallisessa ympäristössä.

Perheryhmätoiminnan tarjoama tuki vanhemmuuteen äitien kokemana näyttäytyi muutoksina arjessa, lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutuksen sekä äitien voimavarojen lisääntymisenä. Tutkimustulosten mukaan perheryhmätoiminta sai aikaan perheen arkeen säännöllisyyttä ja rytmiä päivään sekä tarjoamalla mukavaa ja erilaista toimintaa kodin ulkopuolella. Jokainen ryhmään osallistunut äiti koki lapsen kanssa vietetyn ajan lisääntyneen ryhmässä toteutuneen yhteisen tekemisen ja leikin kautta. Äidit kokivat omien voimavarojensa lisääntyneen perheryhmän tarjoaman tuen kautta. Perheryhmä tarjosi äideille mahdollisuuden pieniin hetkiin omaa aikaa.

Äidit olivat tyytyväisiä perheryhmän toimintaan kokonaisuudessaan ja heidän ennen perheryhmän alkua asettamansa odotukset olivat täyttyneet. Perheryhmätoiminnalta äidit

olivat odottaneet saavansa mukavaa tekemistä ja puuhaa lapsille sekä mahdollisuuden tavata erilaisia ihmisiä. Tutkimustulosten mukaan toimivat käytännön järjestelyt tukivat äitien osallistumista perheryhmään, sillä ajankohta, paikka ja aika koettiin sopivana. Toiminnan sisältö koettiin monipuolisena ja riittävänä. Erityisen mieleenpainuvina äidit nostivat esiin yhteisen retken kirpputorille sekä musiikkiin liittyvän toiminnan. Ohjaajien rooli ryhmässä nähtiin tärkeänä ja se koettiin toteutuneen ammatillisesta näkökulmasta. Äidit kertoivat ohjaajien kanssa syntyneen suhteen olleen luottamuksellinen ja ohjaajat koettiin tärkeänä tukena.

Perheryhmätoiminnan kehittämisen kannalta esille nousi äitien kokemukset vanhemmuuteen liittyvistä haasteista. Erityisesti haasteiksi koettiin omaan jaksamiseen, vanhemmuuden jakamiseen ja parisuhteeseen liittyvät haasteet. Varsinaisia kehittämisehdotuksia äideiltä tuli ryhmän sisältöön ja ohjaajien toimintaan vähän. Tukea äitien väliseen vuorovaikutukseen etenkin alussa toivottiin enemmän sekä tukea äitien voimavarojen lisääntymiseen liittyviin tekijöihin.



## 7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimuksen tavoitteena oli kuvata perheryhmään osallistuvien äitien subjektiivisia kokemuksia Perhetupa -ryhmästä, ja tuottaa tietoa siitä, minkälaista tukea perheryhmä pystyy tarjoamaan lapsiperheille. Lisäksi tutkimuksen tavoitteena oli arvioida saatujen tulosten valossa miten toimintaa voitaisiin kehittää, jotta se tulevaisuudessa vastaisi paremmin lapsiperheiden toiveita ja tarpeita.

Tässä osiossa tarkastelen tuloksia aiempien tutkimustulosten valossa, nostan esiin tutkimuksen luotettavuuteen ja eettisyyteen liittyviä asioita sekä pohdin tulosten hyödynnettävyyttä perhetupa -toiminnan kehittämisen kannalta. Lopuksi nostan esiin mahdollisia jatkotutkimusmahdollisuuksia ja pohdin omaa ammatillista kasvuani tämän prosessin aikana.

### 7.1 Tulosten tarkastelu

Perhetuvan toiminta on lapsiperheille suunnattua ja sosiaalipedagogisesta kehyksestä ohjattua tavoitteellista ja suunnitelmallista toimintaa. Toiminnan tavoitteena on tukea pikkulapsiperheitä omien voimavarojen ja taitojen kehittämisessä, kannustaa jaksamaan arjessa ja lasten kasvatuksessa sekä luoda perheille sosiaalisia verkostoja ja tukea vuorovaikutusta. Perheiden toiveet ja tarpeet ovat tärkeässä osassa toiminnan suunnittelussa ja kehittämisessä. Opinnäytetyönä toteutettu laadullinen tutkimus on tuottanut laajaa tietoa äitien kokemuksista Perhetupa -ryhmästä teemahaastattelun keinoin. Tutkimuksen tuoman tiedon avulla on mahdollista kehittää Perhetuvan toimintaa siten, että toiminnan suunnittelussa ja tavoitteiden asettamisessa korostuu aiempaa enemmän lapsiperheiden tarpeet ja haasteet arkielämässä. Lisäksi tutkimustuloksia voidaan hyödyntää toteutettaessa ammatillista ohjaustyötä Perhetupa -ryhmässä tulevaisuudessa.

Opinnäytetyöni tutkimusaineisto koostui Perhetupa -ryhmään osallistuneiden viiden äidin yksilöhaastatteluista. Haastattelut pidettiin keväällä 2017 Perhetuvan tutuissa tiloissa kahden ryhmätapaamisen aikana. Teemahaastatteluista saatu tutkimusaineisto käsiteltiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä luokittelua apuna käyttäen. Tutkimuksen tulosten esittämisen rinnalla on käytetty apuna taulukointia. Tutkimuksen tulosten perusteella yhteenvetona voidaan todeta Perhetuvan tarjonnan toimintaan osallistuneille monipuol-

lisiä ja mielekkäitä kokemuksia. Varsinaisia kehittämisehdotuksia toiminnalle nousi haastatteluista esiin vain vähän. Tutkimusaineistosta voitiin kuitenkin nostaa tekijöitä toiminnan kehittämisen kannalta, tarkastelemalla haastatteluista nousseita vanhemmuuteen liittyviä haasteita. Pääasiassa äitien kokemukset perheryhmätoiminnasta olivat yhteneväisiä, ja kokemukset laaja-alaisesta vertaistuesta, ohjaajien antamasta tuesta sekä hyödyt lapsen kehityksen kannalta nousivat esiin jokaisen äidin haastattelussa. Haastatteluista nousseet eroavaisuudet liittyivät ryhmätapaamisten alkamisen ajankohtaan.

Tutkimustulosten mukaan Perhetupa -ryhmän tarjoama vertaistuki koettiin merkittävimpänä toiminnan tukimuotona. Perheryhmässä äidit ovat kokeneet saaneensa laaja-alaista vertaistukea toisiltaan. Vertaistuki näyttäytyi perheryhmässä toisten pikkulapsiperheiden äitien tapaamisena, yhteisinä keskusteluina, kokemusten ja tietojen jakamisena sekä vastavuoroisena tukena. Lisäksi vertaistuen kautta saatiin konkreettista tukea ryhmätapaamisten aikana lapsen hoitoon toisilta äideiltä. Useat äidit toivat esiin, ettei omaan lähipiiriin kuulunut aiemmin muita samankaltaisessa elämäntilanteessa olevia. Äitien kokemusten mukaan samankaltaisessa elämäntilanteessa olevan ihmisen kanssa oli helpompi jakaa omia kokemuksia ja ajatuksia sekä keskustella omasta elämäntilanteesta, kuin esimerkiksi lapsettoman ystävän kanssa. Saadessaan toiselta ihmiseltä sosiaalista tukea, ihminen rakentaa samalla luottamusta häneen (Törrönen, Borodkina & Samoylova 2013, 12). Yhteinen toiminta ja vertaistuen synnyttämä yhteenkuuluvuuden tunne tukivat ryhmän yhteisöllisyyden syntymistä. Yhteisöllisyyden rakentuminen ja vertaistuen tarve näkyi myös ryhmän ulkopuolella tapahtuvana äitien tapaamisina. Yhteisöllisyys ryhmän osallistujien kesken mahdollisti omana itsenä olemisen sekä avoimen ja luottamuksellisen ilmapiirin, jossa saattoi jakaa hankaliakin asioita ja tunteita omasta elämäntilanteesta ilman pelkoa toisten tuomitsemisesta. Kaikki äidit olivat lähteneet mukaan ryhmätoimintaan saadakseen vertaistukea muilta vanhemmilta.

Samassa elämäntilanteessa olevilta ihmisiltä saatu vastavuoroinen tuki ryhmätoiminnan kautta on koettu merkitykselliseksi tukimuodoksi myös muissa tutkimuksissa (Palojärvi 2009; Haaranen 2012). Ihminen odottaa vertaistuen kautta saavansa ymmärrystä omaan tilanteeseensa, mutta samalla se antaa mahdollisuuden siihen oivallukseen, ettei oma tilanne ole ainutlaatuinen, vaan muutkin kamppailevat samojen ongelmien kanssa (Palojärvi 2009). Omien kokemusten ja ajatusten jakaminen toisen vertaisen kanssa koettiin mielekkääksi ja omia voimavaroja lisääväksi toiminnaksi. Lisäksi vertaistuen koettiin kannustavan oman toiminnan muutokseen. Vertaistuki koettiin tärkeäksi tukimuodoksi erityisesti sellaisille ihmisille, joilla ei ole juurikaan muuta läheisverkostoa. (mm.

Palojärvi 2009; Haaranen 2012.) Saadessaan toiselta ihmiseltä sosiaalista tukea, ihminen rakentaa samalla luottamusta häneen (Törrönen, Borodkina & Samoylova 2013, 12).

Tutkimustulosten mukaan äidit näkivät perheryhmätoiminnan myös lapsen kehityksen tukemisen kannalta myönteisenä toimintana. Ryhmätoiminnan nähtiin tarjoavan lapselle mahdollisuuden olla vuorovaikutuksessa muiden saman ikäisten lasten kanssa ja ryhmän kehittäneen lapsen sosiaalisia taitoja. Lasten koettiin viihtyvän hyvin Perhetuvassa ja tulevan sinne mielellään. Ryhmätoiminnan koettiin mahdollistavan lapselle uusia, erilaisia ja mukavia kokemuksia, joita vanhemman ei ollut välttämättä mahdollisuus tarjota lapselle kotioloissa. Samankaltaisia kokemuksia ovat kokeneet myös muut perheryhmiin osallistuneet vanhemmat (Haaranen 2012). Yhtenä Perhetupa -ryhmään hakeutumisen syynä oli äitien mukaan tarjota lapselle kehitystä tukevaa ja mukavaa toimintaa. Myös Haarasen (2012) tekemästä tutkimuksesta selviää, että vanhemmat olivat hakeutuneet perheryhmiin usein sen vuoksi, että halusivat mielekästä tekemistä arkeen, tarjota lapselle kokemuksen ryhmään kuulumisesta sekä mahdollistaa ryhmätoiminnan kautta sosiaalista kanssakäymistä muiden ihmisten kanssa.

Sosiaalipedagogisesta näkökulmasta tarkasteltuna lapsen kehityksen kannalta yhteisöön kuulumisella ja vertaissuhteilla on jo varhaisessa vaiheessa merkittävä vaikutus (Tast 2007, 29-30). Yhteisö tarjoaa lapselle mahdollisuuden tavata vertaisiaan, mukavaa ajanvietettä ja leikkitoimintaa, antaa mahdollisuuksia luoda ystävyssuhteita toisten lasten kanssa sekä mahdollisuuden osallistua yhteisiin toimintoihin ja kuulua johonkin. Yhteisössä mahdollistuvien vertaissuhteiden avulla lapsi saa mahdollisuuden harjoitella ja oppia erilaisia taitoja, kuten toisten huomioimista, yhdessä toimimista ja kompromissien tekemistä, mutta myös oman paikan ottamista. Ne ovat taitoja, joita tarvitaan myös tulevaisuudessa yhteiskunnan jäsenenä toimimisessa. (Marjanen, Ahonen & Majoinen 2013 47-48, 61; Tast 2007, 29-30.)

Perhetuvan tapaamiset ja toiminta ovat tulosten mukaan tukeneet äitien roolia vanhempana olemisessa. Ryhmän tapaamiset ovat tukeneet äitien vanhemmuutta rytmittämällä arkea säännöllisillä tapaamisilla, lisäämällä äitien ja lasten välistä vuorovaikutusta sekä vahvistamalla äitien voimavaroja ja jaksamista pikkulapsiperheen haastavassa arjessa. Perhetupa on mahdollistanut äideille sosiaalisia kontakteja aikuisten ihmisten parissa ja äidit ovat saaneet mahdollisuuden jakaa omia kokemuksia. Perhetuvassa äitien ja lasten välinen yhteinen aika on lisääntynyt, ja sen myötä äideille on tarjoutunut useita mahdollisuuksia kokea lapsen iloa ja innostuneisuutta. Yhteinen ajanvietto ja lapsen kokema ilo

on tukenut äitien jaksamista arkipäivän toiminnoissa. Äidit ovat oivaltaneet uusia toimintatapoja ja pyrkineet tuomaan niitä myös osaksi omaa arkeaan. Ryhmän kannustava ilmapiiri on lisännyt äitien itsevarmuutta toimia omien lastensa kanssa erilaisissa tilanteissa.

Ihminen ottaa vahvasti vaikutteita ryhmästään tai yhteisöstään esimerkiksi siirtämällä ryhmässä vallitsevia tietoja, tapoja, taitoja, arvoja ja perinteitä omaan käyttäytymiseensä. Samalla ihminen kehittää omaa itsetuntemustaan ja rakentaa identiteettiään suhteessa muihin ja siihen yhteisöön, johon kuuluu. Sen vuoksi esimerkiksi perheryhmätoiminnan avulla pystytään vaikuttamaan vanhempiin ja heidän asenteisiinsa. Sosiaalipedagogiseen viitekehyksen mukaisesti Perhetuvan toiminnan avulla tavoitellaan tietynlaista asenteiden ja ihmisten välisten suhteiden muutosta. Osallistumalla ammatillisesti ohjattuun toimintaan ja tapaamalla toisia vanhempia ja heidän lapsiaan sekä havaitsemalla sen kautta erilaisia tapoja olla lapsen kanssa vuorovaikutuksessa voidaan vaikuttaa myös vanhempiin. Lisäksi ylisukupolvinen ajattelu on läsnä toiminnan taustalla. Se näkyy vaikuttamisena vanhempiin, sillä vanhemmat siirtävät monia tapojaan lapsille, ja siten ne siirtyvät sukupolvelta toiselle. Sosiaalipedagogisen toiminnan avulla pyritään tuottamaan negatiivisen kierteen sijaan positiivista kierrettä. Vaikuttamalla vanhempien käyttäytymiseen, pystymme myös vaikuttamaan heidän lapsiinsa. (Hämäläinen 1999, 62-64, 69-70.)

Haarasan (2012) tekemä tutkimus vahvistaa, että Perhetuvan kaltaisen perheryhmätoiminnan avulla on mahdollista tukea ryhmään osallistuneiden vanhempien vanhemmuutta ja vanhemmuudessa kasvua. Vanhemmat olivat saaneet perheryhmän kautta varmuutta omaan toimintaan sekä vahvistusta vanhemmuuteensa. Vanhempien itseluottamusta vahvisti toisilta vanhemmilta saatu kannustus. Omiin valintoihin saatiin varmuutta arvioimalla omaa tilannetta ja kokemuksia sekä vertaamalla niitä toisten tilanteisiin ja kokemuksiin. Lisäksi vanhemmat olivat kokeneet ryhmän virkistävän vaikutuksen tukeneen heidän vanhemmuuttaan. Ryhmätapaamisten koettiin tarjoavan viikkoon lepo hetken ja hengähdystauon omasta arjesta. Perhetupa -ryhmän vanhemmat kokivat saaneensa tukea omaan vanhemmuuteensa. Keskeisenä tekijänä vanhemmuuden tukemisessa toimi toisten aikuisten tapaaminen ja kokemusten vaihto. (Haaranen 2012 51-53, 64-65.)

Tulosten mukaan Perhetupa -ryhmän toimintaan ja sisältöön oltiin tyytyväisiä. Käytännön järjestelyt koettiin toimiviksi ja ne tukivat perheiden säännöllistä osallistumista perheryhmään. Äidit kokivat saaneensa vaikuttaa toimintaan ja sen sisältöön halutessaan. Oh-

jaajien tuki sisällön suunnittelussa ja ehdotusten esiin tuomisessa koettiin tärkeänä. Ohjatun ja vapaan toiminnan suhde koettiin toimivaksi. Suljettu ja pieni ryhmä mahdollisti avoimen ja luovan keskustelun sekä antoi rohkeutta äideille toimia toisten ihmisten parissa. Perheryhmän läheinen suhde lapsiperheen arkeen mahdollisti asioiden ja ongelmien esiin tuomisen oikealla hetkellä todellisissa arjen tilanteissa. Perhetupa -ryhmän ohjaajien antama tuki ja läsnäolo ryhmässä koettiin erityisen tärkeänä.

Perhetupa -ryhmän pedagoginen, suunnitelmallinen ja tavoitteellinen toiminta koostui keskusteluista sekä erilaisesta toiminnasta ja leikistä lasten kanssa. Myös eri alojen asiantuntijoita ja vierailijoita hyödynnettiin ryhmätoiminnassa. Ryhmän toiminnassa korostettiin lapsilähtöisen toiminnan näkökulmaa, vanhemman läsnäolon tärkeyttä sekä vanhemman ja lapsen keskinäistä vuorovaikutusta. Toiminnan sisällöstä useat äidit nostivat lasten kannalta esiin retken lähialueelle sekä musiikkiin liittyvän toiminnan. Toiminta tuki tulosten mukaan lasten ja äitien välistä vuorovaikutusta ja yhdessäoloa. Elämykselliset ja toiminnalliset työmuodot, kuten esimerkiksi musiikki, kuvataiteet ja seikkailutoiminta tuovat monenlaisia ulottuvuuksia kasvatukseen ja sosiaalialan työhön. Ne toimivat yhtenä tekijänä mahdollistamassa yksilön kasvua ja kehitystä. (Hämäläinen 1999,67.) Luovan toiminnan ja ilmaisullisten menetelmien kautta korostetaan vuorovaikutusta ja siten on myös mahdollista kirkastaa ja tukea vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta. (Ruusunen 2005, 54-55.)

Suurin osa Perhetupa -ryhmään osallistuneista äideistä oli luonut ennako-odotuksia koskien perheryhmää ja sen toimintaa ennen ryhmän alkua. Ennako-odotuksia asettaneet äidit olivat kokeneet asetettujen odotusten täyttyneen perheryhmän aikana. Aiempien tutkimusten mukaan vanhempien etukäteen asettamien odotusten toteutumisen kannalta ohjaajat olivat merkittävässä asemassa edistämässä niiden toteutumista. Pikkulapsiperheille suunnatuissa perheryhmissä vanhemmat ovat kokeneet ohjaajien tarjoaman tuen ja aidon läsnäolon merkittäviksi asioiksi. Ohjaajat nähtiin ryhmien käynnistäjinä, myönteisen ilmapiirin rakentajina ja ylläpitäjinä. Lisäksi ohjaajien nähtiin mahdollistavan vanhempien välinen vuorovaikutus ja vertaistuen muodostuminen. Ohjaajilta saatua tietoa ja omakohtaista kokemusta arvostettiin vanhempien toimesta. (Haaranen 2012, 56-60; Viinikka, Sourander, & Oksanen, 2014, 136.)

Vanhemmat toivovat ryhmäohjaajalta ammattitaitoista ja asiantuntevaa työtettä. Ryhmäohjaajan odotettiin tuntevan ryhmäohjauksen käytänteitä ja osaavan siten ottaa vastuuta ryhmästä ja sen toiminnasta. Erityisesti ohjaajien odotettiin tarjoavan tukea ryhmään sopeutumiseen ja siinä toimimiseen sekä tarjoamaan mahdollisuuksia vertaistuen

syntymiseen. Ryhmänohjaajan vastuulla nähtiin olevan ryhmätapaamisten ja erilaisen ohjelman huolellinen suunnittelu ja niiden toteutukseen liittyvät asiat. Hyvin suunniteltu, monipuolinen ja kaikki osallistujat huomioiva ohjelma koettiin tärkeänä. Ryhmänohjaajalta toivottiin taitoa toimia vertaisena tai sivusta katsojana, mutta myös ohjaavan ryhmään tavoitteiden mukaisesti. Ohjaajien toiminnassa arvostettiin heidän osaamistaan, tietoa lapsiperheiden arkeen liittyvistä asioista ja omakohtaisia kokemuksia. Tärkeänä pidettiin myös ohjaajien taitoa kohdata vanhemmat ja lapset sekä perheiden tilanteet yksilöllisesti. (Haaranen 2012, 53-54.)

Sosiaalipedagogisesta kehyksestä tarkasteltuna ohjaajan ammattitaito näyttäytyy innostajan roolin kautta. Innostaja on henkilö, joka kykenee herättelemään ryhmäläisten aktiivista osallistumista ja ylläpitämään sitä. Innostajan tulee motivoida ja vahvistaa yksilöiden kykyjä ja voimia sekä tukea ja mahdollistaa ryhmäläisten osallistuminen sosiaaliin, kasvatukselliseen sekä kulttuuriseen toimintaan. (Kurki 2007, 22-23.) Innostaja on läsnä ryhmäläisten arkipäivässä ja havainnoi samalla ihmisten todellisuutta sekä tunnistaa tarpeita ja puutteita. Innostajan tulee kyetä tuottamaan ryhmässä kommunikaatiota, ylläpitämään vuorovaikutusta sekä suhteita. Innostajan työ on monimuotoista, ja sen vuoksi innostajalla tulee olla tiettyjä ominaisuuksia. Hänen tulee tuntee ympäristö ja ryhmä, jossa hän toimii sekä omata tarvittavaa ammatillista tietoa sekä tietää kasvatuksellisen toiminnan lähtökohtia. Innostajan on kyettävä suunnittelemaan ja toteuttamaan tavoitteellista toimintaa ja työskentelemään niiden mukaisesti. Omien asenteiden, uskomusten, odotusten ja persoonallisten piirteiden vaikutus omaan ohjaustyöhön tulee tunnistaa. Innostajan roolissa tarvitaan sitoutuneisuutta, avoimuutta ja kärsivällisyyttä toimia. Oman ja ryhmäläisten kehittymisen ja kasvamisen mahdollisuuden tiedostaminen ovat avainasemassa. (Hämäläinen & Kurki 1997, 230-233.)

Perhetupa -ryhmään osallistujat kokivat ryhmän ohjaajat ammatillisina henkilöinä, joilta tarvittaessa sai tietoa, mutta myös omakohtaista kokemusta. Ryhmän ohjaajat nähtiin myönteisinä ja tärkeinä henkilöinä. Ryhmään osallistuneiden äitien mukaan ohjaajien ammatillisuus näkyi taitona luoda toimiva, turvallinen ja myönteinen ilmapiiri ryhmään sekä mahdollistaa toiminnan sujuminen. Suhde ohjaajiin koettiin luottamuksellisena ja avoimena. Lisäksi ohjaajat koettiin helposti lähestyttävänä ja turvallisina henkilöinä, joille oli helppo puhua omasta elämäntilanteestaan.

Perhetupa -ryhmän osallistuneiden äitien kokemusten mukaan perheryhmällä on ollut useita positiivisia vaikutuksia perheiden arkielämään. Perhetupa -ryhmän tarjoama var-

hainen tuki on toteutunut niin ryhmän ohjaajien tarjoaman tuen kautta, mutta myös perheiden keskinäisen tuen kautta. Lopuksi voidaankin todeta tämän kaltaisen perheryhmän ja siihen liittyvän toiminnan vastaavan lapsiperheen arjen haasteisiin melko hyvin sekä tukevan äitien vanhemmuutta.

## 7.2 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Eettistä pohdintaa on harjoitettava koko tutkimusprosessin ajan, sillä tutkimuksen aiheen valintaan, tiedonhankintaan ja julkistamiseen liittyy monia tutkimuseettisiä periaatteita. Tutkimuksen teossa tulee noudattaa hyvää tieteellistä käytäntöä eli käyttää eettisesti kestäviä tutkimus- ja tiedonhankintamenetelmiä, jotta voidaan puhua eettisesti hyvästä ja luotettavasta tieteellisestä tutkimuksesta. (Vilkkä 2015, 41; Hirsjärvi ym. 2009, 23.) Rakentaessani opinnäytetyön teoreettista viitekehystä, harjoitin kriittistä aineiston lukutaitoa, jotta sain rakennettua teorian luotettavalle pohjalle. Pyrin välttämään sellaisten internet-lähteiden käytön, jotka eivät herättäneet suurta luottamusta, esimerkiksi julkaisijan, julkaisupäivämäärän tai julkaisupaikan vuoksi. Pyrin myös käyttämään mahdollisimman ajankohtaista tietoa sekä merkitsemään tarkasti lähde-viitteet tekstiini, jotta luki- ja erottaa selvästi omani ja toisen tekstin.

Tutkimuksen kaikissa vaiheissa lähtökohtana tulee pitää ihmisarvon kunnioittamista, tutkimuksen luotettavuutta ja laatua sekä rehellisyyttä ja huolellisuutta (Hirsjärvi ym. 2009, 25-27; Tuomi & Sarajärvi 2009, 127). Edellä mainittujen tutkimuksen lähtökohtien toteutuminen edellyttää muun muassa tutkimusaineiston käsittelyvaiheessa tutkimukseen osallistuneiden yksityisyyden kunnioittamista ja suojelemista sekä tutkijaa koskevan vaitiolovelvollisuuden toteutumista. Lisäksi tutkijan tulee noudattaa lupauksia, jotka hän on antanut tutkimukseen osallistuville. Tietosuojalainsäädäntö ja henkilötietolaki ohjaavat tutkijan toimintaa ja takaavat muun muassa asianmukaisen henkilötietojen käytön, tutkitavan itsemääräämisoikeuden toteutumisen sekä lainmukaisen tutkimusaineiston käsittelyn ja säilytyksen. (Mäkinen 2006, 146-149.)

Perhetuvan toiminnassa mukana olleet osallistujat olivat tietoisia ryhmän ensimmäisestä tapaamisesta lähtien perheryhmään liittyvästä tutkimuksesta ja sen tavoitteista. Tutkijana pyrin herättämään luottamusta osallistujien keskuudessa kertomalla avoimesti opinnäytetyöprosessistani. Tiedostin sen, että ensimmäisellä ryhmäkerralla ja tiedotteessa antamieni lupauksen tuli toteutua paitsi koko tutkimusprosessin ajan, myös tutkimuksen julkaisun jälkeen. Korostin tutkimukseen osallistuville tutkimuksen vapaaehtoisuutta ja

tutkijaa koskevaa vaitiolovelvollisuutta tutkimuksen aineiston käsittelyssä ja raportoinnissa.

Haastattelutilanteeseen pyrin luomaan luonnollisen, neutraalin ja vapautuneen tunnelman sekä vastausympäristön taatakseni mahdollisimman luotettavat tutkimustulokset. Tutkimustulosten luotettavuutta lisää se, että kaikki perhe-ryhmään osallistuneet äidit osallistuivat opinnäytetyöni haastatteluun, ja tuloksesta saatiin siten mahdollisimman kattava. Haastattelutilanteessa minun tuli tutkijana huomioida, etten yritä vaikuttaa huomaamattani tai tahallani tutkittavan vastauksiin tai yritä johdatella vastaajaa vastamaan tietyn tyyppisesti. Säilytin huolellisesti haastatteluaineistot ulkopuolisten ulottumattomissa ja tuhosin sovitusti aineiston nauhurilta heti raportoinnin jälkeen.

Aineistoa analysoitaessa sekä lopullisessa raportoinnissa huomioita tulee kiinnittää aineiston oikeellisuuteen ja todenmukaisuuteen (Hirsjärvi ym. 2009, 25). Sen vuoksi analysointi - ja raportointivaiheessa vertasin useasti tuottamaani aineistoa alkuperäiseen aineistoon, jotta se antaisi mahdollisimman todenmukaisen kuvan tutkimukseen osallistuvien kokemuksista. Tutkimustulosten raportoinnissa huomiota tuli kiinnittää erityisesti siihen, että vastaajien yksityisyys pysyy salassa, eikä vastauksista pysty tunnistamaan yksittäisiä henkilöitä.

### 7.3 Tutkimustulosten hyödynnettävyys ja kehittämisehdotukset

Tutkimuksestani saatuja tuloksia on mahdollista hyödyntää arvioitaessa ja kehittäessä Rauman kaupungin Perhetupa -ryhmän toimintaa. Perheryhmän ohjaajat voivat hyödyntää tutkimuksen tuloksia suunnitellessaan ja toteuttaessaan sosiaalipedagogista ryhmätoimintaa. Lisäksi toiminnan johtoryhmä voi hyödyntää tuloksia arvioidessaan perheryhmätoimintaa ja sen merkitystä lapsiperheille toiminnan jatkuvuuden näkökulmasta. Tutkimuksesta saatujen tietojen avulla perheiden tarpeet ja toiveet voidaan ottaa huomioon entistä paremmin ja toimivia toimintatapoja voidaan korostaa suunniteltaessa tulevaa toimintaa. Lisäksi on tärkeää huomioida sosiaalipedagogisen toiminnan näkökulmasta perheiden osallisuuden mahdollistaminen ja rooli toiminnan aktiivisina tuottajina.

Edellä mainittujen lisäksi tutkimustulokset tuovat hyödyllistä ja tärkeää tietoa minulle tulevana sosionomina lapsiperheiden parissa toimimisesta. Erilaiset vertaistukeen perustuvat ryhmätoiminnot ja tutkimusmuodot sekä taidelähtöiset työmenetelmät kasvattavat jatku-



vasti suosiotaan ja ne tulevat olemaan yhä enemmän osana myös sosionomin ammatillista osaamista ja työnkuvaa. Sosiaali- ja terveysalalla tarvitaan yhä enemmän sellaisten toimintatapojen käyttöä, jotka mahdollistavat yksilön osallistumisen yhteisön toimintaan omalla tavallaan ja luovat samalla elämyksellisiä hetkiä osallistujille. Ohjaaja on innostajana luomassa tilaa ja mahdollisuuksia sille, että yksilö voi toteuttaa itseään. Samalla ohjaajan tulee kuitenkin tunnistaa oma vastuunsa pedagogisen toiminnan tuottajana.

Tutkimustuloksista esiin nousseet ehdotukset toiminnan kehittämisen suhteen ovat toteutettavissa. Äitien välistä vuorovaikutusta on mahdollista tukea ryhmänohjaajien puolelta jo heti ensimmäisestä ryhmätapaamisesta alkaen esimerkiksi ryhmän yhteenkuuluvuuden tunnetta lisäävillä toiminnallisilla harjoituksilla. Osaksi toiminnan sisältöä voidaan ottaa äitien välisiä keskusteluja, joissa toinen ryhmän ohjaajista toimii keskustelun vetäjänä, ja toinen ohjaaja huolehtii sillä välin lapsista. Näin pystyttäisiin mahdollistamaan ohjattu keskustelu eri teemojen ympärillä, mutta myös samalla tukemaan äitien välistä vuorovaikutusta. Keskustelun teemoja voisivat olla esimerkiksi lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus, terveellinen ja edullinen kotiruoka sekä kodin turvallisuus lapsen näkökulmasta. Yhteiset äitien väliset ohjatut keskustelut mahdollistaisivat lisäksi äitien kaipaamaa hengähdystaukoa.

Perheryhmätoiminta Perhetupa vastaa tutkimukseen osallistuvien äitien mukaan jo hyvin tutkimustuloksista esiin nousseisiin vanhemmuuden haasteisiin tarjoamalla toimintaa, joka lisää vanhempien voimavaroja ja tukee heidän vanhemmuuttaan. Toimintaa voitaisiin kuitenkin kehittää huomioimalla toiminnan suunnittelussa tästä tutkimuksesta esiin nousseita kokemuksia vanhemmuuden haasteista. Huomiota tulisi tulevaisuudessa kiinnittää aiempaa enemmän äitien omaan jaksamiseen ja voimavarojen lisääntymisen tukemiseen. Toimintaa suunniteltaessa olisi mahdollista tehdä yhteistyötä esimerkiksi sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden kanssa, ja siten mahdollistaa ryhmän äideille yhteinen mukava hetki esimerkiksi kaupungilla kahvin merkeissä.

Tulevaisuudessa toiminnan suunnittelussa olisi tärkeää huomioida koko perheen näkökulma entisen äitiä ja lapsia huomioivan toimintamallin tilalle. Toimintaa voitaisiin kehittää esimerkiksi aloittamalla ja lopettamalla vuosittain ryhmä perhetapaamisella. Isien osallistaminen mukaan perheryhmätoimintaan voisi tukea isien vanhemmuutta ja siten tukea vanhemmuuden jakamista molempien vanhempien kesken tasapuolisemmin. Toisaalta lapsiperheiden isille voitaisiin kehittää myös kokonaan oma vastaava toimintamalli. Toiminnan sisällön suunnittelussa huomiota voitaisiin kiinnittää enemmän lapsen

kehitystasolle tyypillisiin ominaisuuksiin, ja siten parantaa vanhemman mentalisaatiokykyä eli pohtimaan lapsen huonon käytöksen takana vaikuttavia asioita. Parantunut mentalisaatiokyky taas auttaa vanhempaa ymmärtämään lasta ja hänen tarpeitaan paremmin sekä helpottaa rajojen asettamisessa lapselle.

Toimintaa voitaisiin myös kehittää tekemällä enemmän yhteistyötä paikallisten lapsiperheiden parissa toimivien toimijoiden kesken. Eri alojen asiantuntijat voisivat tarjota hyödyllistä tietoa esimerkiksi parisuhteen haasteista pikkulapsiperheen arjessa. Samalla perheryhmän osallistujat saisivat tietoa paikkakunnalla olevista palveluista ja kynnys myöhemmin hakeutua mahdollisten ongelmien ilmetessä esimerkiksi seurakunnan perheasiain neuvottelukeskukseen olisi siten matalampi. Jatkotutkimusehdotuksena voitaisiin tutkia, miten edellä mainitut muutokset näkyvät perheiden arjessa ja pystytäänkö perheiden tarpeisiin vastaamaan laajemmin. Toisaalta voitaisiin myös tutkia perheryhmää, sen toimintaa, ohjaustyötä ja suunnittelua Perhetupa -ryhmän ohjaajien näkökulmasta.

## LÄHTEET

- Alasuutari, P. 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. Vastapaino. Tampere.
- Eskelinen, T., Heikkilä, M., & Visavuori, P. 2005. Sosiaalipedagogiikan mahdollisuudet arjessa. Teoksessa: Ranne, K., Sankari, A., Rouhiainen-Valo, T. & Ruusunen, T. (toim.) Sosiaalipedagoginen ammatillisuus. Madsenin kukasta toiminnan tulppaaniksi..) Satakunnan ammattikorkeakoulu. SPOY Satakunnan painotuote Oy. Kokemäki.
- Haaranen, A. 2012. Realistinen arviointi lapsiperheiden vanhempainryhmistä. Muutokset perheen terveydessä ja vaikuttavuutta edistävät toiminnot. Väitöskirja. Itä-Suomen Yliopisto. Kuopio.
- Hermanson, E. 2007. Lapsiperheen oma kirja. Terveys syntymästä kouluikään. Gummerus. Helsinki.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2011. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. GAUDEAMUS-yliopistopaino. Helsinki.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Tammi. Helsinki.
- Hovi-Pulsa, R. 2011. Arkilähtöinen perhetyö. Strukturoitua avoimuutta. Lisensiaatintutkimus. Yhteiskuntatieteiden laitos. Itä-Suomen yliopisto.
- Hämäläinen, J. & Kurki, L. 1997. Sosiaalipedagogiikka. WSOY. Helsinki.
- Hämäläinen, J. 1999. Johdatus sosiaalipedagogiikkaan. Kuopion yliopisto. Koulutus- ja kehittämiskeskus. Kuopio.
- Ihalainen, J. & Kettunen, T. 2011. Turvaverkko vai trampoliini. Sosiaaliturvan mahdollisuudet. WSOY. Helsinki.
- Juusola, M. 2011. Vahvaksi rakastetut lapset. Otava. Helsinki.
- Järvinen, Lankinen, Taajamo, Veistilä & Virolainen. 2012. Perheen parhaaksi. Perhetyön arkea. Edita. Helsinki.
- Kaikkonen, Mäki, Murto, Pentala, Hakulinen-Viitanen & Laatikainen. 2014. Suomalaisten lasten ja lapsiperheiden terveys ja elintavat. Teoksessa: Lammi-Taskula, J. & Karvonen, S. (toim.) Lapsiperheiden hyvinvointi.. THL. Helsinki.
- Kalland, M. 2014. Vanhemman mentalisaatiokyky. Teoksessa: Viinikkala, A. (toim.) Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Mannerheimin lastensuojeluliitto.
- Kalliola, T., Kurki, A. Salmi, M. & Tamminen-Vesterbacka, T. 2010. Matkalla ohjaajuuteen. Kirjapaja. Helsinki.
- Kaukkila, V., Lehtonen, E. & Raatikainen, M. 2008. Ryhmästä enemmän: Käsikirja ryhmänohjaajan taitoja tarvitsevalle. Suomen mielenterveysseura. Sms-tuotanto. Helsinki.
- Keltikangas-Järvinen, L. 2012. Pienen lapsen sosiaalisuus. WSOY. Helsinki.
- Kopakkala, A. 2011. Porukka, jengi, tiimi: Ryhmädynamiikka ja siihen vaikuttaminen. Edita. Helsinki.
- Kurki, L. 2006. Kansalainen persoonana yhteisössään. Teoksessa: Kurki, L. & Nivaal, L. (toim.) Hyvä ihminen ja kunnan kansalainen. Johdatus kansalaisuuden sosiaalipedagogiikkaan. Tampereen yliopistopaino. Tampere.

Kurki, L. 2007. Innostava vanhuus. Sosiokulttuurinen innostaminen vanhempien aikuisten parissa. FINN LECTURA. Helsinki.

Kyrönlampi-Kylmänen, T. 2010. Lapsen hyvä arki. Kirjapaja. Helsinki.

Laimio, A & Karnell, S. 2010. Vertaistoiminta-kokemuksellista vuorovaikutusta. Teoksessa: Laatikainen, T. (toim.) Vertaistoiminta kannattaa. Asumispalvelusäätiö ASPA.

Lastensuojelulaki 417/2007

Lipponen, A., Markkanen, R., Prusila, L. & Salo, S. 2010. Perhetyö vauvaperheessä. Teoksessa: Vilén, M., Seppänen, P., Tapio, N. & Toivanen, R. (toim.) Kohtaamisia lapsiperheissä. Menetelmiä perhetyöhön. Kirjapaja. Helsinki.

Marjanen, P., Ahonen, J. & Majoinen, L. 2013. Teoksessa: Marjanen, P., Marttila, M. & Varsa, M. (toim.) Vertaissuhteet ja yhteisöllisyys. Pienten piirissä. Yhteisöllisyyden merkitys lasten hyvinvoinnille. PS-kustannus. Juva.

MLL.2017a. Vanhempainnetti. Vanhemmuuden kaari. Viitattu: 10.1.2017. Saatavilla: <https://www.mll.fi/vanhemmiulle/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemmuus-ja-kasvatus/vanhemmuuden-kaari/>

MLL.2017b. Vanhempainnetti. Vanhemman jaksaminen. Viitattu: 12.1.2017. Saatavilla: <https://www.mll.fi/vanhemman-jaksaminen/>

Myllärniemi, A. 2007. Lastensuojelun avohuollonperhetyö ammattikäytäntönä – jäsenyyksiä perhetyöstä toimintatutkimuksen valossa. Soccan ja Heikki Waris -instituutin julkaisusarja. Viitattu 01.05.2017. Saatavilla: [http://www.socca.fi/julkaisut/julkaisusarja/lastensuojelun\\_avohuollon\\_perhetyo\\_ammattikaytantona\\_-\\_jasennyksia\\_perhetyosta\\_toimintatutkimuksen\\_vallossa.381.shtml](http://www.socca.fi/julkaisut/julkaisusarja/lastensuojelun_avohuollon_perhetyo_ammattikaytantona_-_jasennyksia_perhetyosta_toimintatutkimuksen_vallossa.381.shtml)

Mäkinen, O. 2006. Tutkimusetiikan ABC. Tammi. Helsinki.

Neitola, M. 2013. Vertaissuhteiden merkitys ja muotoutuminen kasvuyhteisöissä. Teoksessa: Marjanen, P., Marttila, M. & Varsa, M. (toim.). Pienten piirissä. Yhteisöllisyyden merkitys lasten hyvinvoinnille. PS-kustannus. Helsinki.

Niemistö, R. 2006. Ryhmän luovuus ja kehitysehdot. Gaudeamus-yliopistopaino. Helsinki.

Ojanen, T., Ritmala, M., Sivén, T., Vihunen, R. & Vilén, M. 2011. Lapsen aika. WSOY. Helsinki.

Paavola, A., Honkavaara, P., Muuronen, K., Mäkinen, P., Tolonen, M., & Varsa, M. 2010. Ehkäisevän lastensuojelun kirjava todellisuus. Lastensuojelulain vaikutukset eri ammattiryhmientoimintatapoihin: Mikä toimii, mikä takkuu, mitä pitäisi kehittää? Talentia.

Palojärvi, H. 2009. Vertaistuki voimaantumisen välineenä sosiaalityössä. Miten NOVAT-ryhmä auttaa ja tukee, kun naisella on pahaolo?. Lisensiaatintutkimus. Helsingin Yliopisto. Viitattu: 17.7.17.

Pupita-Mattila, K. 2011. Lapsen vahvistava kohtaaminen. PS-kustannus. Jyväskylä.

Puura, K. & Mäntymaa, M. 2014. Aivojen kehitys ja mentalisaatio. Teoksessa: Viinikkala, A. (toim.) Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Mannerheimin lastensuojeluliitto.

Rauman kaupunki. 2017. Perhetupa -ryhmän esite.

Rusi-Pyykönen, M. 2006. Ryhmästä voimaa. Teoksessa: Lehtonen, H. (toim.). Keinot käyttöön arjen areenoilla. Lehtonen, H. (toim.) Suomen mielenterveysseura. Viitattu 01.05.2017. Saatavilla: [www.mielenterveysseura.fi/fi/kirjat/keinot-k%C3%A4ytt%C3%B6nC3%B6nC3%B6n-arjen-areenoilla](http://www.mielenterveysseura.fi/fi/kirjat/keinot-k%C3%A4ytt%C3%B6nC3%B6nC3%B6n-arjen-areenoilla)

Ruusunen, T. 2005. Ilmailulliset menetelmät – siltoja itseen ja toisiin. Teoksessa: Ranne, K., Sankari, A., Rouhiainen-Valo, T. & Ruusunen, T. (toim.). Sosiaalipedagoginen ammatillisuus. Madosenin kukasta toiminnan tulppaaniksi. Satakunnan ammattikorkeakoulu. SPOY Satakunnan painotuote Oy. Kokemäki.

Rönkkö, L. & Rytönen, T. 2010. Monisäikeinen perhetyö. WSOY. Helsinki.

Rönkä, A., Malinen, K. & Lämsä, T. 2009. Pikkulapsiperheiden arjen paletti. Teoksessa: Rönkä, A., Malinen, K. & Lämsä, T. (toim.). Perhe-elämän paletti. PS-kustannus. Helsinki.

Sosiaali -ja terveysministeriö. 2017. Lapsi -ja perhepalveluiden muutosohjelma. Viitattu 20.8.2017. Saatavilla:<http://stm.fi/hankkeet/lapsi-ja-perhepalvelut>

Sosiaali -ja terveysministeriö. 2013. Lapsi- ja perhepolitiikka Suomessa. Viitattu: 15.02.2017. Saatavilla: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-052-00-3374-3>

Sosiaalihuoltolaki 1301/2014

Tapio, N., Seppänen, P., Hyppönen, T., Janhunen T., Prusila L., Salo, S., Toivanen, R. & Vilén, M. 2010. Parisuhde ja vanhemmuus. Teoksessa: Vilén, M., Seppänen, P., Tapio, N. & Toivanen, R. (toim.) Kohtaamisia lapsiperheissä. Menetelmiä perhetyöhön. Kirjapaja. Helsinki.

Tast, E. 2007. Juuret ja siivet-sosiaalipedagoginen orientaatio varhaiskasvatuksessa. Teoksessa: Hämäläinen, J & Nivala, E. Sosiaalipedagoginen aikakauskirja. Vuosikirja 2007. Suomen sosiaalipedagoginen seura ry.

THL 2015a, Lapset, nuoret ja perheet. Kasvun kumppanit. Lastensuojelu. Viitattu 01.03.2017. [www.thl.fi](http://www.thl.fi) -> Peruspalvelut -> Lapset, nuoret ja perheet -> Lastensuojelu

THL. 2017. Vammaispalvelujen käsikirja. Vertaistuki. viitattu 12.1.2017.

Tilastokeskus. 2017. Perheiden määrä kasvaa aiempaa hitaampaa. Viitattu: 20.8.2017. Saatavilla. [http://www.stat.fi/till/perh/2016/perh\\_2016\\_2017-06-26\\_tie\\_001\\_fi.html](http://www.stat.fi/till/perh/2016/perh_2016_2017-06-26_tie_001_fi.html)

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Tammi. Helsinki.

Törrönen, M., Borodkina, O. & Samoylova, V. 2013. Trust in reciprocal relationships - The construction of well-being. Teoksessa: Törrönen, M., Borodkina, O., Samoylova, O. & Heino, E. Empowering Social Work: Research and Practice. Palmenia Centre for Continuing Education, University of Helsinki, Kotka Unit Kopia Oy. Viitattu: 20.7.2017. Saatavilla: [https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/41105/empowering\\_social\\_work.pdf](https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/41105/empowering_social_work.pdf)

Valli, R & Aaltola, J. 2015a. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. PS-kustannus. Helsinki.

Valli, R. & Aaltola, J. 2015b. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. PS-kustannus. Helsinki.

Viinikka, J., Sourander, J. & Oksanen, E. 2014. Vahvuutta vanhemmuuteen –perheryhmä. Teoksessa: Viinikka, A. Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Mannerheimin lastensuojeluliitto.

Vilka, H. 2015. Tutki ja kehitä. PS-kustannus. Jyväskylä.

## PERHETUVAN PÄIVÄOHJELMA

### Ovet avataan klo: 8.30

- Päivä alkaa aamupalalla. Aamupalaa tarjolla klo: 9.00 asti

### Erilaista toimintaa klo: 9.15-11.15

- Toiminta vaihtelee viikoittain
- Ulkoilu
- Ruoan valmistus

### Lounas klo: 11.30

### Lounaan jälkeen mahdollisuus viettää vapaata aikaa

- Lelujen kerääminen aloitetaan yhdessä viimeistään klo: 12.40

### Päivämme päättyy klo: 13.

Nähdään taas ensiviikolla! 😊

## Pedagoginen suunnitelma KEVÄT 2017

<b>PVÄ</b>	<b>TEEMA</b>	<b>TAVOITE</b>
5.1	<b>Kevätkauden aloitus</b> Kevätkauden 2017 suunnittelua Kuulumisten vaihtoa	Mahdollisuus vaikuttaa toimintaan ja saada oma ääni kuuluviin Toimintaan orientoituminen tauon jälkeen
12.1	<b>Ulkoilupäivä</b> Lähdetään koko porukalla ulkoilemaan aamupäiväksi	Yhteistä mukavaa talvipäivän puuhaa ulkona Tuoda erilaisia vinkkejä lapsen kanssa toteutettavaan leikkiin ulkona
19.1	<b>Muskari</b> Musiikillisia laulu-leikkejä ulkopuolisten ohjaajien vetämänä	Tutustuttaa perheitä erilaisiin lapsen kanssa toteutettaviin harrastuksiin Tuottaa mukavia yhteisiä hetkiä musiikin parissa Tukea lapsen motorista kehitystä
26.1	<b>Mukavaa yhdessäoloa ryhmässä</b> Aikaa rauhallisille keskusteluille ja yhdessäololle Leikkiä lapsen kanssa	Vuorovaikutuksen ja leikin korostuminen Vanhemman läsnäoloa lapsen leikeissä
2.2	<b>Tulevaisuuden suunnittelua</b> TE-keskuksen ammatinvalinta -ja uraohjaus psykologi Maria Rasi vierailulla	Pohtia työelämään/koulutukseen paluun ajankohtaa Löytää ala tai ammatti, josta on kiinnostunut Suunnitella tulevaisuutta ja siten lisätä uskoa omaan itseensä
9.2	<b>Ystävänpäivä</b> Keskustelua ystävien merkityksestä Muffinsien leipominen ja koristelu yhdessä lasten kanssa	Sosiaalisen tukiverkoston tärkeys Vertaistuen merkitys
16.2	<b>Tekemistä lapsiperheille Raumalla</b> Käydään läpi tulevia lapsiperheen tapahtumia ja harrastuksia, joihin lapsen kanssa voi osallistua Äidit saavat listan Raumalla järjestettävästä toiminnasta	Kannustaa harrastamaan lapsen kanssa kodin ulkopuolella
2.3	<b>Aitien hemmottelua</b> Aideille järjestetty hemmotteluhetki kauneushoito-oppilaitoksessa	Aitien oman jaksamisen tukeminen Hemmotteluhetki arjen keskelle
9.3	<b>Värikylpy</b> Paperille taiteilua luonnonmukaisin värisosein	Lapsen ja vanhemman välinen yhteinen hetki Lapsi saa aisti- ja tunne-elämyksiä
16.3	<b>Leikkien -kutsut</b> Konsulentti tulee esittelemään erilaisia lasten leluja ja pelejä	Leikki kehittämässä lasta Erilaisiin peleihin ja leluihin tutustuminen leikin kautta

23.3	<b>Pääsiäisaskartelua</b> Valmistetaan yhdessä lasten kanssa pääsiäiskoristeita Kylvetään rairuoho	Mukavaa yhteistä puuhaa äideille ja lapsille Tukea lasten motorista kehitystä
30.3	<b>Pääsiäisen viettoa</b> Koristellaan tila pääsiäisteemalla Valmistetaan yhdessä pääsiäislounas ja jälkiruoka	Perhetraditioiden luominen ja vahvistaminen
6.4	<b>Lapsen kanssa kodin ulkopuolella</b> Suunnitellaan kevätretkeä Mitä tarvitaan mukaan eri-ikäisille lapsille ja mitä tulee huomioida kodin ulkopuolella lapsen kanssa toimiessa?	Vanhemman vastuun korostaminen Retken suunnittelua lapsen tarpeiden näkökulmasta
20.4	<b>Retki lähialueelle</b> Tehdään lähialueelle retki kirpputorille ja leikkipuistoon Syödään eväät puistossa	Harjoitellaan sovitussa aikataulussa pysymistä Kulttuurinen toiminta Tarjota ilmaista puuhaa perheille Mahdollisuus kohdata muita perheitä
27.4	<b>Mukavaa yhdessäoloa ryhmässä</b> Aikaa rauhallisille keskusteluille ja yhdessäololle Leikkiä lapsen kanssa	Nähdä erilaisia tapoja olla vuorovaikutuksessa lapsen kanssa Lapsen tasolla toimiminen
4.5	<b>Ulkoilupäivä</b> Lähdetään läheiseen puistoon kävellen	Ulkoilun merkitys lapsen kanssa korostuu Mukavia hetkiä lapsen ja vanhemman kanssa ulkona
11.5	<b>Kevätretken suunnittelua ja palautekerta</b> Suunnitellaan ja valmistellaan tulevaa kevätretkeä lähikaupunkiin Palautteen keruu ja opinnäytetyön haastattelut	Palautteen keruu Minkälaisia kokemuksia äidit ovat saaneet toiminnan kautta? Positiivisten asioiden esiin tuominen
18.5	<b>Kevätretki</b> Päiväretki lähikaupungin sisäleikkipuistoon	Tuottaa mukavia yhteisiä muistoja Tutusta ympäristöstä pois lähteminen Tarjota hauskoja hetkiä lasten kanssa erilaisessa ympäristössä



## SAATEKIRJE

Hei Perhetupaan osallistuva äiti!

Opiskelen viimeistä vuotta Turun ammattikorkeakoulussa sosionomiksi ja opinnäytetyöni tein Perhetuvan ryhmätoiminnasta, johon olet osallistunut syksyn 2016 ja kevään 2017 aikana. Opinnäytetyöni aiheena on perheryhmätoiminta lapsiperheen tukena. Opinnäytetyössäni tutkin, miten tämän kaltainen ryhmätoiminta tukee lapsiperheiden arkea, äitien vanhemmuutta ja millaisia kokemuksia äidit ovat saaneet perheryhmän kautta sekä miten toimintaa voitaisiin tulevaisuudessa kehittää, jotta se vastaisi mahdollisimman paljon perheiden tarpeita ja toiveita.

Tavoitteenani on kerätä tutkimusaineisto opinnäytetyöhön haastattelemalla perheryhmään osallistuneita äitejä yksitellen. Haastattelu koostuu teemoista, joiden ympärillä avoin keskustelu käydään. Nämä teemat ovat: Äitien kokemukset perheryhmästä, Perheryhmä vanhemmuuden tukena sekä Kehittämisideat. Haastatteluun osallistuminen on vapaaehtoista. Haastatteluun osallistumalla tuotat tärkeää tutkimustietoa opinnäytetyötäni varten. Tutkimuslupa tutkimuksen toteuttamiselle on saatu Rauman kaupungin sosiaali- ja terveystieteiden osastolta 12.4.2017.

Haastattelu nauhoitetaan sanelukoneelle, jotta aineisto saadaan talteen juuri siinä muodossa, kuin haastateltava on asiat kertonut. Aineisto on ainoastaan tutkijan käytössä ja se tuhoetaan, kun opinnäytetyö on valmis. Tutkimuksen raportista eli varsinaisesta opinnäytetyöstä ei ole mahdollista tunnistaa yksittäisiä henkilöitä tai heidän antamiaan vastauksia. Haastattelu toteutetaan Lajotuvan tiloissa ryhmän kokoontumisen yhteydessä kahtena torstaina 4.5 ja 18.5. Osallistuessasi haastatteluun, voit valita sinulle sopivimman ajankohdan näistä kahdesta vaihtoehdosta.

Vastaan mielelläni lisäkysymyksiinne!

Kevätterveisin,

Saara Sandelin, p. 0433710710

## **TEEMAHAASTATTELURUNKO**

### **1. Perheryhmätoiminta**

- Ryhmään ohjautuminen ja odotukset
- Ryhmän toiminta
- Mukavat/epämukavat asiat
- Osallistumiseen vaikuttavat tekijät

### **2. Perheryhmä lapsiperheen ja vanhemmuuden tukena**

- Vanhemmuuden haasteet/antoisat hetket
- Perheryhmän merkitys vanhemmuuden tukemisessa (Lasten kasvu ja kehityksen tukeminen, sosiaaliset verkostot, vertaistuki, perheen hyvinvointi ja voimavarat)
- Samassa elämäntilanteessa olevien äitien tapaaminen
- Äidin ja lapsen välinen suhde/vuorovaikutus
- Ohjaajien merkitys tuen saamisessa

### **3. Ryhmätoiminnan kehittäminen**

- Toiminta
- Ohjaajien toiminta

## AINEISTON LUOKITTELUKKAUDELUKKO

Alaluokka	Yläluokka	Päälukka
<p>Lapsi tapaa muita lapsia ja aikuisia</p> <p>Lapsi viihtyy hyvin</p> <p>Lapsi saa uusia ja erilaisia kokemuksia</p> <p>Lapsi saa kokemusta ryhmässä toimimisesta</p>	<p>Lapsen kehityksen tukeminen</p>	<p><b>Vertaistuki</b></p>
<p>Samankaltainen elämäntilanne</p> <p>Ymmärrys ja tuki toisilta omaan tilanteeseen</p> <p>Käytännön apu ryhmätapaamisissa</p> <p>Aikuinen seura</p> <p>Kokemusten vaihto</p>	<p>Sosiaalinen tuki</p>	
<p>Omana itsenä oleminen</p> <p>Yhteiset keskustelunaiheet</p> <p>Luottamuksellinen ilmapiiri</p>	<p>Yhteisöllisyys</p>	
<p>Sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen</p> <p>Toisten äitien tapaaminen</p> <p>Uusien tuttavuuksien saaminen</p> <p>Yhteydenpito ryhmän ulkopuolella</p>	<p>Toisiin äiteihin tutustuminen</p>	

Alaluokka	Yläluokka	Pääloukka
<p>Arjen rytmittyminen</p> <p>Mukava hetki arjessa</p> <p>Sisältöä tavalliseen arkeen</p> <p>Tulee lähdettyä pois kotoa</p>	<p>Sisältöä ja toimintaa arkeen</p>	<p><b>Vanhemmuuden tukeminen</b></p>
<p>Lapsen kanssa vietetty aika lisääntynyt</p> <p>Monipuolinen leikki</p> <p>Yhteinen tekeminen ja toiminta lapsen kanssa</p>	<p>Lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutuksen lisääntyminen</p>	
<p>Oman ajan mahdollistuminen</p> <p>Oman jaksamisen tukeminen</p> <p>Lisääntynyt varmuus omassa toiminnassa</p>	<p>Äitien voimavarojen vahvistuminen</p>	

Alaluokka	Yläluokka	Päälukokka
Yhteinen ulkoilu Ohjattu toiminta Keskustelut Vierailijat Teemapäivät Ruoan valmistus Toiminta lapsen kanssa	Toiminnan monipuolinen sisältö	<b>Perheryhmä-toiminnan sisältö</b>
Sopiva ryhmäkoko mukava ilmapiiri Useita kokoontumisia Pysyvä ajankohta Omien odotusten täytyminen	Toimivat käytännön järjestelyt	
Mukavat ohjaajat Joustavuus Tärkeä tuki Luottamuksellinen suhde Mukava ja turvallinen ilmapiiri Ryhmäläisten yksilöllinen huomiointi Ohjaajat mukana toiminnan suunnittelussa	Ohjaajien ammatillinen työote	

Alaluokka	Yläluokka	Päälukokka
<p>Äitien oma jaksaminen</p> <p>Oman ajan puute</p> <p>Rajojen asettaminen lapselle</p> <p>Vanhemmuuden jakaminen toisen vanhemman kanssa</p> <p>Parisuhde perhe-elämän keskellä</p> <p>Ei lähipiirissä samankaltaisessa elämäntilanteessa olevia</p>	<p>Vanhemmuuden haasteet</p>	<p><b>Toiminnan kehittämien</b></p>
<p>Ohjattu keskustelu eri teemojen ympärillä</p> <p>Lastenhoidon mahdollistaminen</p> <p>Äitien hemmotteluhetkiä</p>	<p>Toiminnan sisältö</p>	
<p>Tukea äitien väliseen vuorovaikutukseen</p>	<p>Ohjaajien toiminta</p>	