

LAPSETTOMUUS LAPSIPERHEISSÄ

Ideoita varhaiskasvattajille ja vertaisryhmien ohjaajille

Vieno Eskelinen ja Jenni Koivu

Opinnäytetyö, syksy 2017

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaalialan koulutusohjelma

Sosionomi (AMK)

+Lastentarhanopettajan kelpoisuus

TIIVISTELMÄ

Eskelinen, Vieno & Koivu, Jenni. Lapsettomuus lapsiperheissä – Ideoita varhaiskasvattajille ja vertaisryhmien ohjaajille. Syksy 2017, 73s. Diakonia-ammattikorkeakoulu, Helsinki. Sosiaalialan koulutusohjelma, sosionomi (AMK) + lastentarhanopettajan kelpoisuus.

Tämä opinnäytetyö on kuvaus opinnäytetyöprosessistamme. Opinnäytetyömme on toiminnallinen opinnäytetyö. Tavoitteenamme oli suunnitella ja toteuttaa vertaistukiryhmä lapsettomuutta kokeneille lapsiperheille. Päädyimme kuitenkin tekemään julkaisun varhaiskasvattajille ja vertaisohjaajille suunnitelmiamme ja hankitun tiedon pohjalta.

Opinnäytetyö tehtiin yhteistyössä Lapsettomien yhdistys Simpukka ry:n kanssa. Heillä on vertaistukiryhmiä lapsettomuutta kokeneille ja kokeville. Simpukka-yhdistyksen vertaisohjaajilla olisi hyvä olla enemmän materiaalia lapsettomuusajan jälkeisen vanhemmuuden käsittelyyn. Meidän perheemme! – Ideoita varhaiskasvattajille ja vertaisryhmien ohjaajille -julkaisu sisältää tavoitteellista toimintaa sekä varhaiskasvattajille että vertaisohjaajille toteutettavaksi. Julkaisu perustuu tähän opinnäytetyöhön.

Tavoitteenamme on lisätä varhaiskasvattajien ja vertaisryhmien ohjaajien sekä muiden tiedosta hyötyvien ammattilaisten tietämystä lapsettomuudesta ja lapsettomuutta kokeneista perheistä. Tuomme esille tapoja käsitellä lapsettomuutta ryhmätyöskentelyn muodossa. Hyödynnämme työssämme aiemmin kirjoitettua tietoa, haastatteluja ja omiin kokemuksiimme perustuvaa osaamista.

Opinnäytetyön viitekehys käsittelee lapsettomuutta sosiaalisena ilmiönä. Tarkastelemme lapsettomuutta myös vanhemmuuden, vertaistuen ja osallisuuden näkökulmista. Käsittelemme opinnäytetyössämme lapsettomia lapsiperheitä osana monimuotoisia perheitä varhaiskasvatuksessa ja nostamme työssä esiin lapsen äänen, joka havaintojemme mukaan nousee harvoin esiin lapsettomuudesta puhuttaessa. Aihe näyttäytyi arkaluontoisena opinnäytetyöprosessin eri vaiheissa.

Asiasanat: lapsettomuus, vertaistuki, vanhemmuuden tukeminen, toiminnalliset menetelmät.

ABSTRACT

Eskelinen, Vieno and Koivu, Jenni. Childlessness in Families with Children – Ideas for Professionals in Early Childhood Education and Peer Tutors. 73p. Language: Finnish. Helsinki, Autumn 2017. Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Social Services, Option in Social Services and Education. Degree: Bachelor of Social Services.

This thesis is a report on the work implemented during our thesis process. At first, we planned a peer support group for families with children which suffer from childlessness. However, we ended up making a release based on the plans and information we had for professionals in early childhood education and peer tutors. It includes practical material about methods that can be used in different situations where professionals and peer tutors meet people who suffer from childlessness.

This thesis was made in collaboration with The Finnish Infertility Association Simpukka which is a non-profit organization. They have peer support groups for people who have suffered and suffer from childlessness. It would be good if their peer tutors had more material addressing parenthood after experiences of childlessness. Our release *Our Family! – Ideas for professionals in early childhood education and peer tutors* includes executable, goal-directed activities for both professionals in early childhood education and peer tutors. The release is based on this thesis.

Our purpose is to increase the early childhood professionals' and peer tutors' knowledge about childlessness and families suffering from childlessness. This information will also be of use to other professionals working in social services. We introduce ways to handle childlessness in the form of teamwork. In our thesis, we make use of previously written information, interviews and expertise based on our own experiences. The frame of reference of the thesis addresses childlessness as a social phenomenon. We observe childlessness from other points of view as well: parenthood, peer support and social involvement. Our thesis also addresses childless child families as a part of the diverse family types in early childhood education and we raise the voice of the child in our thesis. The subject appeared to be very sensitive during our thesis process.

Keywords: childlessness, peer support, parenthood support, functional activities.

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	6
2 LAPSETTOMUUS LAPSIPERHEISSÄ.....	8
2.1 Lapsettomuus	9
2.1.1 Sekundäärinen lapsettomuus.....	13
2.1.2 Lapsettomuuden suru	14
2.1.3 Lapsen stressi ja suru	15
2.1.4 Lapsettomien yhdistys Simpukka ry.....	19
2.2 Lapsettomuutta kokeneiden perheiden tukeminen varhaiskasvatuksessa.....	20
3 TYÖN TAVOITTEET JA TARKOITUS.....	24
4 RYHMÄTOIMINTA JA TOIMINNALLISET MENETELMÄT	25
4.1 Lapsettomuuden käsittely lapsiryhmässä.....	26
4.2 Lapsettomuutta kokeneiden vanhempien tukeminen vertaistukiryhmässä.....	28
5 IDEOITA VARHAISKASVATTAJILLE JA VERTAISRYHMIEN OHJAAJILLE.....	29
5.1 Julkaisun suunnittelu.....	31
5.1.1 Julkaisun kohderyhmät	32
5.1.2 Julkaisun tavoitteet.....	33
5.2 Julkaisun sisältö	33
5.2.1 Aiheen käsittely lasten kanssa.....	34
5.2.2 Aiheen käsittely aikuisten vertaisryhmässä	39
5.2.3 Lisätietoa julkaisun lukijalle	45
5.3 Julkaisun toteutus	46
5.4 Julkaisun levittäminen.....	47
6 JOHTOPÄÄTÖKSET.....	48
6.1 Julkaisun toteutuksen arviointi.....	49
6.2 Julkaisun vaikuttavuuden arviointi	51
7 POHDINTA	53
7.1 Opinnäytetyön eettisyys	60

7.2 Opinnäytetyön validiteetti	61
7.3 Jatkotutkimusaiheet.....	61
7.4 Työn vaikutus ammatillisuuteemme	63
LÄHTEET	66

1 JOHDANTO

Useimmilla ihmisillä on toiveena saada oma lapsi (Repokari 2011, 197). Esimerkiksi äitiyden tai isyyden kokeminen sekä elämän jatkuvuus ja tarkoitus ovat syitä sille, miksi lapsia toivotaan (Klemetti, Gissler, Lammi-Taskula & Miettinen 2014, 171). Lasta toivovalle on voinut syntyä mielikuva itsestä äitinä tai isänä jo hyvin varhain lapsuudessa ja tämän mielikuvan toteutumattomuuteen valmistaudutaan harvoin (Pruuki, Tiihonen & Tuominen 2015, 9). Lapsettomuus ja haasteet toivotun lapsimäärän saamisessa vaikuttavat suureen osaan suomalaisia perheitä (Kontula 2011, 4). Lapsettomuus kriisi koskettaa lasta toivovista pariskunnista joka viidettä (Pruuki ym. 2015, 13).

Pettymys ja häpeän tunteet ovat yleisiä, mikäli raskaus ei ala yrityksistä huolimatta. Kun raskautta on yritetty aktiivisesti vuoden ajan, puhutaan lapsettomuudesta. (Repokari 2011, 197.) Kun lapsettomuutta kokeneet vanhemmat onnistuvat saamaan lapsen, voi syvällä ajatuksissa olla jopa kokemus siitä, että heitä ei ole tarkoitettu vanhemmiksi, mikä näkyy haastavien tilanteiden käsittelyssä ja niistä ylitse pääsemisessä lapsen kasvaessa (Repokari 2011, 206). Lapsettomuushoitojen myötä lapsen saavien vanhempien odotukset vanhemmuutta kohtaan ovat merkittäviä tunnetasolla (Flykt 2014, 39). Myös odotukset lasta kohtaan saattavat kasvaa hyvin suuriksi lapsettomuuden jälkeen. Huoli raskauden kulusta ja tulevan lapsen terveydestä voi olla jatkuva ja korostunut odottavilla vanhemmilla. Tästä voi olla myös haittaa kiintymyssuhteelle ennen lapsen syntymää, koska tulevilla vanhemmilla saattaa olla hyvin suuri menettämisen pelko. Lisäksi vauvaperheen arki voi olla erityisen raskasta pitkän lapsettomuuden jälkeen. (Repokari 2011, 200–201.)

Opintojemme aikana on käsitelty perheiden moninaisuutta. Lapsettomuutta ei kuitenkaan ole kokemuksemme mukaan käsitelty riittävästi. Siksi halusimme nostaa esiin aiheen, joka näkyy monella eri tavalla sosiaalialan kentällä. Lapsettomuudesta on tehty Diakoniammattikorkeakoulussa opinnäytetyöt isyyden vahvistamisen ja endometrioosin näkökulmista. Ilmiö on merkittävä ja ajankohtainen. Väestöliiton tutkimusprofessori Anna Rotkirch kertoi MTV:n uutislähetyksessä 25. tammikuuta 2017 syntyvyyden laskusta. Yhtenä merkittävänä tekijänä tuotiin esiin lapsettomuuden vaikutus syntyvyytlukuihin. Hedelmällisessä iässä olevien naisten toivoma lapsiluku jää erilaisista syistä usein toteutumatta. Syntyvyyden lasku ja perheiden toivottua pienempi lapsimäärä selittyvät osin

tahattomalla lapsettomuudella. (Kymmenen Uutiset 2017.) Tahattoman lapsettomuuden yleisyys on unohdettu (Wikström 2017). Se on osana joka viidennen parin arkea koskettaen noin 100 000 hedelmällisessä iässä olevaa suomalaista (Saario 2016a, 4).

Opinnäytetyön nimessä ilmenevä käsite lapsettomuus lapsiperheissä viittaa lapsettomuuden kokemuksiin perheen syntyhistoriassa tai nykyisessä elämäntilanteessa. Lapsellisella lapsettomalla on vanhemmuudesta huolimatta kokemus lapsettomuudesta (Wikström 2017). Yhteistyötahomme Lapsettomien yhdistys Simpukka ry on huomionnut toiminnassaan lapselliset lapsettomat, ja heillä on vertaistukiryhmiä lapsettomuutta kokeneille vanhemmille (Lapsettomien yhdistys Simpukka ry i.a.a). Näkökulmamme on lapsiperheen toiminnassa, koska Simpukka-yhdistyksellä ei ole sekä vanhemmille että lapsille suunnattua ryhmätoimintaa. Olisimme selvittäneet pilottiryhmän avulla, onko sellaiselle ryhmälle tarvetta. Tarkoituksena oli toteuttaa kolme kertaa kokoontuva toiminnallinen vertaistukiryhmä, jossa toinen meistä olisi toiminut vanhempien ryhmän ohjaajana ja toinen olisi ohjannut samanaikaisesti lasten toimintaa. Perheille olisi ollut lisäksi yhteistä ohjattua toimintaa. Ryhmä ei toteutunut käytännössä. Tämän vuoksi päädyimme kokoamaan varhaiskasvattajille ja vertaisohjaajille julkaisun Meidän perheemme! – Ideoita varhaiskasvattajille ja vertaisryhmien ohjaajille. Sen tarkoituksena on edesauttaa lapsettomien lapsiperheiden kohtaamista ja asioiden käsittelyä hankkimamme tiedon pohjalta.

Opinnäytetyössämme tuodaan esille lapsettomuuskokemusten vaikutuksia vanhemmuuteen. Ryhmäläisten keskinäinen vertaistuki olisi suunnitelmiamme mukaan perustunut lapsettomuuden kokemukseen. Olisimme pyrkineet myös vahvistamaan lapsettomuutta kokeneiden vanhemmuutta. Toivomme, että julkaisussa olevat ideat auttavat vertaistukiryhmissä käyviä vanhempia ja lapsia varhaiskasvatuksessa arvostamaan omaa perhettä entistä enemmän sellaisena kuin se on. Vuoden 2016 varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden mukaan lasten perheidentiteettiä ja perhesuhteita tulee tukea niin, että jokaisen lapsen on mahdollista kokea oma perheensä arvokkaaksi (Opetushallitus 2016, 19).

Lapsettomuutta esiintyy koko sosiaalialan kentällä. Tämän työn tarkoitus on lisätä tietoutta ja ymmärrystä siitä, mitä sosiaalialan ammattilaisten tulisi huomioida lapsettomuutta kokeneen perheen, vanhemman tai lapsen kohtaamisessa. Opinnäytetyö on suunnattu erityisesti varhaiskasvattajille ja vertaisryhmien ohjaajille. Lisäksi se on suunnattu muille sosiaalialan ammattilaisille ja aiheesta kiinnostuneille.

2 LAPSETTOMUUS LAPSIPERHEISSÄ

Perhe on jäseniään tukeva ja auttava voimavara (Hämäläinen & Kangas 2010, 22). Perhekäsite liittyy olennaisesti siihen kulttuuriin, josta käsin perhettä kulloinkin määritellään. Esimerkiksi siitä johtuen perhe ei ole käsitteenä helposti määriteltävissä. (Vilén ym. 2010, 10.) Perhemallit ovat erilaisia eri aikakausina (Rönkkö & Rytönen 2010, 4). Perhe voidaan esimerkiksi nähdä laajempänä käsitteenä tai erottaa sukulaisista, mikä on tyypillistä länsimaiselle kulttuurille. Suomen tilastokeskuksen määritelmässä perhe koostuu samassa kotitaloudessa asuvista henkilöistä. Perheitä määritellään tarkemmin esimerkiksi sen perusteella, kuuluuko perhe vanhempien ja alle 18-vuotiaiden lasten muodostamiin perheisiin vai lapsettomiin perheisiin. Lapsiperheitä luokitellaan lisäksi huoltajien määrän mukaan. Perheitä jaotellaan myös avoliiton, avioliiton tai rekisteröidyn parisuhteen perusteella. Perheen määrittelyssä on olennaista yksilön oma käsitys siitä, keitä hänen perheeseensä kuuluu. (Vilén ym. 2010, 10.)

Perheet monimuotoistuvat ja maassamme tilastoidaan tällä hetkellä kahdeksaa erilaista perhemuotoa. Tästä huolimatta äidin, isän ja lasten muodostama ydinperhe näyttäytyy yhä jonkinlaisena normina mainoksissa, lehtijutuissa, kirjoissa ja elokuvissa. Idyllinen kuva ydinperheestä ei ole kuitenkaan aina totta edes niille 40 prosentille suomalaisista, jotka elävät ydinperheessä. (Pruuki, Tiihonen & Tuominen 2015, 36.) Heteronormatiivisista perheistä vain pieneen osaan kuuluu isä, äiti, tyttö ja poika (Wikström 2017). On tutkittu, että todellisuudessa perhe on moniulotteisempi, kuin yksinkertaiset ihanteet ja mielikuvat meille kertovat. Perheihanne ja todelliset perheet eivät vastaa toisiaan. Käsitys ydinperheestä, johon kuuluvat isä, äiti ja lapsi, on heikentynyt esimerkiksi uusperheiden, lapsettomien perheiden, yksinhuoltajaperheiden, sateenkaariperheiden, erilaisten arjen järjestämisen tapojen ja niistä tehtyjen kokemuserusteisten tutkimusten myötä. Perhekäsityksen itsestäänselvyttä on muutettu kriittisen perhetutkimuksen ja moninaisuuden myötä. (Yesilova 2009, 17.)

Vanhemmuutta voidaan määritellä eri tavoin. Se voi olla esimerkiksi biologista, juridista, psyykkistä tai sosiaalista vanhemmuutta. (Vilén ym. 2010, 10.) Vanhemmuuteen kuuluvan kiintymyssuhteen muodostuminen on biologista riippumatta siitä, onko lapsi geneet-

tisesti vanhempiensa jälkeläinen, vai onko hänet saatu esimerkiksi adoption kautta (Janhunen & Saloheimo 2008, 33). Vanhemmuus on haastavaa, vaativaa ja stressaavaa työtä (Kabat-Zinn & Kabat-Zinn 2011, 27). Samalla se on tilaisuus iloon ja rakkauteen (Joutsenniemi & Mustonen 2013, 9). Vanhemmuuteen kuuluu myös kielteisiä tunteita. Pitkään toivottujen lasten kohdalla negatiiviset tunteet voivat tuntua kielletyiltä ja ristiriitaisilta, koska lasta on odotettu niin kauan, eikä lapsen saaminen ole ollut itsestäänselvyys. (Janhunen & Saloheimo 2008, 33.) Vanhemmuus on yksi vanhempien tärkeimmistä töistä, eikä siihen ole paljoa valmennusta ja opetusta. Vähän tukea ja ohjausta on saatavilla, mutta tuottavassa maailmassa tärkeämpää on jatkuva tekeminen kuin esimerkiksi läsnäolo. (Kabat-Zinn & Kabat-Zinn 2011, 27.) Perheen vaikeista olosuhteista tai suurista elämänmuutoksista aiheutuvan stressin on todettu heikentävän vanhemmuuden laatua (Kivijärvi, Rönkä & Hyväluoma 2009, 57). Perheen kohtaama kriisi voi heikentää perheen toimintakykyä myös perheessä, joka on muutoin toimiva. Jos perheellä ei ole omia tukiverkostoja, viranomaisten rooli perheen elämässä korostuu. (Vilén ym. 2010, 12.)

2.1 Lapsettomuus

Lapsia saadaan, ei tehdä. Lasta toivova pariskunta on usein valmistautunut vanhemmaksi tuloon turvaamalla tulevalle lapselleen mahdollisimman hyvän kasvuympäristön. Olosuhteiden ollessa perheellisyykselle ihanteelliset, voi toive lapsesta kuitenkin muuttua peloksi siitä, että lapsen saaminen ei olekaan mahdollista. (Cacciatore, Heinonen, Juvakka & Oulasmaa 2006, 28.)

Lapsettomuudesta puhuttaessa tarkoitetaan useimmiten tilannetta, jossa lasta toivova pariskunta ei ole ehkäisyn lopettamisen jälkeen ja säännöllisistä yhdynnöistä huolimatta saanut raskautta alkamaan vuoden kuluttua sen yrittämisen aloittamisesta. Tahattoman lapsettomuuden kohtaaminen on perheelle raskas kokemus. Se on tilanne, jossa vanhempi tai vanhemmat joutuvat käsittelemään samanaikaisesti sekä kehityskriisiä että traumaattista kriisiä. Kehityskriisinä lapsettomuus asettaa kyseenalaiseksi koko lasta toivovan ihmisen olemassaolon, eli eksistenssin. (Vilén ym. 2010, 22–23.)

Lapsettomuus kriisi aiheuttaa lähiomaisesta luopumisen kaltaisia tunteita. Lapsettomuutta kokevan surutyössä tunteet vaihtelevat ja niitä on usein vaikea jäsenellä, koska lapseton

suree jotain, mitä ei ole ollut. Tämän vuoksi surutyöprosessia ei voi kunnolla edes aloittaa. Tunteita on vaikea hyväksyä, koska lapsettomuuskriisissä menetys on merkittävä suhteessa varhain heränneisiin tulevaisuuden haaveisiin ja omaan identiteettiin. (Saario 2016b, 11.)

Lapsettomuutta, joka ei ole tarkoituksellista, pidetään tragediana lähes kaikissa kulttuureissa (Pruuki, Tiihonen & Tuominen 2015, 13). Siihen liittyviä tunteita, kuten surua ja kateutta, voi kokea hedelmällisessä iässä oleva lasta toivova tai lapsenlasta toivova lapsettomuuden kriisin kohdannut henkilö (Pruuki ym. 2015, 41). Suurimmalla osalla ihmisistä lapsettomuus johtuu olosuhteista tai elämänkulusta (Klemetti, Gissler, Lammi-Taskula & Miettinen 2014, 175). Ensisynnyttäjien keski-ikä nousee jatkuvasti, ja lapsettomuus voi koskettaa myös nuoria aikuisia (Wikström 2017).

Tahaton lapsettomuus on kriisi ja psyykkinen prosessi, joka koskettaa sekä yksilöitä että pariskuntia (Pruuki, Tiihonen & Tuominen 2015, 9). Tahatonta lapsettomuutta aiheuttavat erilaiset lääketieteelliset syyt. Syy hedelmättömyydestä johtuvaan lapsettomuuteen selittyy yhtä usein naiseen ja mieheen liittyvillä tekijöillä. Hedelmöittymättömyyteen tai raskauden päättymiseen toistuvasti keskenmenon vuoksi ei kuitenkaan aina löydetä mitään lääketieteellistä syytä. Naisten keskimääräinen synnytysiän nousu selittää osittain yleistyneitä hedelmöittymisen vaikeuksia. Lapsettomuus voi kuitenkin johtua biologisen syyn sijasta myös sosiaalisesta syystä. Nainen tai mies on sosiaalisesta syystä lapseton, jos hän ei ole löytänyt itselleen sellaista puolisoa, jonka kanssa hän voisi perustaa perheen. (Pruuki ym. 2015, 13–14.) Vaikeudet vanhemmaksi tulemisessa koskettavat myös yksin lasta toivovia ja samaa sukupuolta olevia pariskuntia (Kramer & Cahn 2013, xi).

Lapsettomuus on harvoin vapaaehtoista (Klemetti, Gissler, Lammi-Taskula & Miettinen 2014, 175). Kuitenkin esimerkiksi syntyvyydenlaskusta keskusteltaessa tulisi huomioida tahallisesti lapsettomat ja kunnioittaa omaehtoista lapsettomuutta syyllistämisen sijaan. Lapsettomuuteen liittyvistä erilaisista näkökulmista on tärkeää keskustella. Lapsettomuus johtuu useammin lääketieteellisestä kuin sosiaalisesta syystä. Syntyvyystilastoja ei paranneta ratkaisevasti esimerkiksi ilmaisilla hedelmöityshoidoilla, mutta ilmaiset hoidot todennäköisesti lisäisivät syntyvyyttä. Syntymätön lapsi maksaa yhteiskunnalle esimerkiksi kertymättömien verojen, syntymättömien yritysten ja syntymättömien lasten saamatta jäävien lasten verran. (Wikström 2017.)

Lapsettomuuden lääketieteellisen hoitamisen lisäksi lapsettomuuteen liittyy aina myös psykologinen ulottuvuus. Tyypillisesti lapsettomuuteen liittyy esimerkiksi parisuhteen ja seksuaalisuuden teemat. (Koskimies 2017, 14–15.) Parisuhteessa koettu lapsettomuus ei merkitse ainoastaan lapsen puuttumista, sillä sen vuoksi koko yhteinen tulevaisuus on arvioitava uudelleen. Puolisot saattavat esimerkiksi käsitellä lapsettomuuskriisiä keskenään eriaikaisesti. Yhteisen kriisin läpikäyminen eri aikaan saattaa voimistaa lapsettomuuteen liittyvää toivottomuuden tunnetta. Parisuhteessa elävät lapsettomat voivat myös kokea syyllisyyttä siitä, että he eivät ole kyenneet tarjoamaan toisillensa biologista vanhemmuutta. (Vilén ym. 2010, 23–24.) Myös lapsettomuushoidot koettelevat parisuhdetta. Lapsettomuus voi olla syynä siihen, että parisuhde päättyy eroon (Rönkkö & Rytönen 2010, 217.)

Lapsettomuuden kokemus voi parisuhdetta kuormittavista tekijöistä huolimatta myös vahvistaa puolisoiden keskinäistä yhteyttä ja lujittaa parisuhdetta. Yhdessä kohdatut sekä käsitellyt vaikeat tilanteet ja tunteet kehittävät pariskunnan keskinäisiä vuorovaikutustaitoja ja vahvistavat sitoutumisen sekä läheisyyden tunteita puolisoiden välillä. (Vilén ym. 2010, 24.) Vastoinkäymisten läpikäymisen myötä puolisoiden välinen liitto voi olla aiempaa vahvempi ja toimivampi (Cacciatore, Heinonen, Juvakka & Oulasmaa 2006, 29).

Lapsettomuutta saatetaan pitää itse aiheutettuna ja sen voidaan ajatella liittyvän omiin tekoihin tai asioihin, joita ei ole tehnyt. Syyllisyyden tunnetta voi aiheuttaa myös se, että omat vanhemmat eivät ehkä saa kokea isovanhemmuutta. Tyypillistä lapsettomuutta kokevalle on eristäytyminen omasta lähipiiristään. Erityisesti vierailut perheellisten tuttavien luona voivat tuntua oman jaksamisen kannalta raskailta, koska ne tuovat kaivatun lapsen puuttumisen lähelle. Tällaiset tilanteet saattavat aiheuttaa lapsettomassa muiden silmissä erikoista käyttäytymistä, mikä voi herättää ihmetystä etenkin heissä, jotka eivät tiedä lapsettoman henkilön toiveista ja elämäntilanteesta. Lapsettoman pariskunnan tulee saada itse määritellä perheensä ja se, ketkä siihen kuuluvat. Lapsettomien pariskuntien kohtaamisessa on otettava huomioon sekä aiheen arkaluonteisuus että henkilöiden autonomia. (Vilén ym. 2010, 23–24.)

Tahdonvastaisesti lapsettomia pariskuntia voidaan auttaa hedelmöityshoitojen kehittymisen myötä (Miettinen 2011, 5) ja hoitojen tulokset ovat nykyään hyviä. Lapsettomuuden hoitaminen on kuitenkin taloudellisesti kallista ja psyykkisesti raskasta. Hoitojen aikana

esiintyvää masennusta ja itsetuhoisia ajatuksia on jopa 20–30 prosentilla niihin osallistuneista naisista. Vastaavia oireita esiintyy myös lapsettomuudesta kärsivillä miehillä huomattavasti enemmän kuin miehillä, joita lapsettomuus ei kosketa. (Vilén ym. 2010, 24.) Henkisellä tuella onkin suuri merkitys lapsettomuushoidoissa. Erityisen tärkeää se on silloin, kun hoito epäonnistuu. (Koskimies 2017, 20.) Hedelmöityshoidot yleistyvät arvioiden mukaan tulevaisuudessa, koska tahattomasta lapsettomuudesta tulee yleisempää (Miettinen 2011, 6). Hedelmöityshoitoja säädellään lailla (Laki hedelmöityshoidoista 2006).

Suomessa tehdään vuodessa yli 13 000 hedelmöityshoitoa. Koeputki- eli IVF-hoitoja niistä on noin 8000 (Koskimies 2017, 97). Tilanteessa, jossa lasta ei ole mahdollista saada vanhempien omilla sukusoluilla, voidaan hyödyntää lahjoitettuja sukusoluja (Repokari 2011, 203). Tällä hetkellä maailmassa elää pelkästään lahjasukusolujen avulla syntyneitä ihmisiä mahdollisesti yli miljoona (Kramer & Cahn 2013, xi–xii). Suomessa syntyi 1990-luvulla pohjoismaiden ensimmäinen lahjoitetun munasolun avulla alkunsa saanut lapsi (Koskimies 2017, 80). Nykyään IVF-hoitoja, joissa käytetään lahjasukusoluja, tehdään vuosittain noin 1500 (Koskimies 2017, 97). Lapsen saaminen lahjoitettujen sukusolujen avulla herättää eettistä keskustelua esimerkiksi lahjasukusoluilla syntyneen lapsen asemasta (Pruuki, Tiihonen & Tuominen 2015, 175). Ihmiset haluavat tietää mistä he tulevat (Kramer & Cahn 2013, xii). Aikuiseksi tullessaan lapsella on oikeus saada tietää sukusolun lahjoittajan henkilöllisyys. Tieto omasta perimästä voi aiheuttaa identiteettiin ja perheen arkeen liittyviä haasteita, joihin on helpompi suhtautua, kun tieto omasta alkuperästä ei ole ollut perheessä vaiettu asia. (Pruuki ym. 2015, 175–176.)

Lapsettomuus, kuten muutkin kriisit, tarkoittaa uhkaa, mutta se voi tarjota myös uusia mahdollisuuksia. Lapsettomuuden kriisistä selviäminen on yksilöllistä. Selviytymiseen vaikuttaa se, pystyykö tahattomasti lapseton myöntämään lapsettomuutensa ja miten hän kriisiinsä suhtautuu. Lapsettomuuden voi joko kieltää tai sen voi kohdata. Henkilöt, jotka kieltävät lapsettomuuden itselleen aiheuttaman kriisin, pyrkivät jatkamaan elämäänsä, kuin mitään ei olisi tapahtunut. (Pruuki, Tiihonen & Tuominen 2015, 137–138.)

Lapsettomuuden kieltäminen aiheuttaa sen, että aiheesta ei haluta puhua, eikä toistenkaan tällöin toivota ottavan asiaa esille. Toinen tapa kokea lapsettomuutta näyttäytyy yllättävänä ja jopa aggressiivisena tapana ottaa asia esille toisten kanssa. Lapsettomuus voi tulla

esille esimerkiksi, jos lapsettomuutta kokevalle kerrotaan raskausuutinen tai hän on mukana lapsiin liittyvässä keskustelussa. Jos lapsettomuus tuodaan esille yllättäen ja esimerkiksi hyökkävällä tavalla, on vaarana se, että lapsettomuudesta kertonut ja asian kuullut pyrkivät jatkossa välttelemään toisiaan. Näin uuden vaikean vuorovaikutustilanteen vaara vähenee, mutta samalla riski ihmisten väliseen etäisyyteen kasvaa. Lapsettomuuden voi kohdata myös niin, että asiaa ei pyritä peittämään tai piilottelemaan, mutta sitä ei myöskään oteta esille yllättäen, vaan harkintaa ja tilannetajua käyttäen. Tässä lähestymistavassa tarvitaan sensitiivisyyttä sekä lapsettomuutta kokeneelta itseltään että henkilöltä, jolle asiasta kerrotaan. (Pruuki ym. 2015, 137–138.)

2.1.1 Sekundäärinen lapsettomuus

Toisin kuin usein luullaan, lapsen saaneella pariskunnalla ei välttämättä ole mahdollisuutta useamman lapsen saamiseen. Sekundäärinen lapsettomuus tarkoittaa vaikeutta toisen tai useamman lapsen saamisessa. Tämä tahattoman lapsettomuuden muoto on yleinen ja koskettaa noin 60 prosenttia niistä pariskunnista, joilla on hedelmällisyyteen liittyviä haasteita. (Pruuki, Tiihonen & Tuominen 2015, 13–14.) Sekundäärinen lapsettomuus tarkoittaa lapsettomuuden kriisiä perheessä, jossa on jo lapsi tai lapsia. Sekundäärisesti lapsettomat kaipaavat lasta ja kokevat lapsettomuuteen liittyviä tunteita, kuten surua raskauden epäonnistumisesta, samoin kuin muutkin lapsettomat. (Pruuki ym. 2015, 42.)

Simpukka-yhdistyksessä lapsettomuutta kokevista vanhemmista käytetään käsitettä lapsellinen lapseton (Pruuki, Tiihonen & Tuominen 2015, 42). Lapselliset lapsettomat toivovat, että heitä kohdellaan perheenä samoin kuin muitakin lapsiperheitä. Tämän vuoksi vanhemmat haluavat mahdollisesti salata esimerkiksi neuvolassa sen, että lapsi on saanut alkunsa hedelmöityshoitojen avulla. Lapsettomuskriisin kohtaaminen on saattanut myös lisätä vanhemmuuden ihannointia. Tämän vuoksi lapsettomasta vanhemmaksi kasvaminen on tavanomaista vanhemmuuteen kasvamista työläämpää. Haavekuvat itsestä vanhempana eivät välttämättä toteudu lapsiperheen arjessa. Vanhemmuutta kohtaan asetetut, mutta toteutumatta jääneet tavoitteet aiheuttavat usein etenkin äideille epäonnistumisen ja syyllisyyden tunteita. (Vilén ym. 2010, 24.)

Raskaaksi tuleminen tai edes lapsen syntymä eivät välttämättä poista tahattoman lapsettomuuden aiheuttamaa kipua. Sen sijaan raskausaika tai lapsen syntymä tuovat usein tilaa lapsettomuuteen liittyville kipeille tunteille. Lapsettomuutta kokenut vanhempi joutuu kohtaamaan raskaaksi tulemiseen liittyvät vaikeudet ja surun epäonnistumisista viimeistään, mikäli perheeseen toivotaan useampia lapsia. Tästä huolimatta lapsellisen lapsettomuuden kokema kriisi tulee harvoin ymmärretyksi ja lapsellinen lapseton voi saada ympäristöltään kehotuksia nauttia lapsestaan. (Pruuki, Tiihonen & Tuominen 2015, 42.)

Lapsellinen lapseton voi kokea itsensä ulkopuoliseksi muiden vanhempien joukossa. Hänen voi olla vaikea samaistua toisiin vanhempiin ja kokea vertaisuutta heidän kanssaan. Etenkin, jos hiekkalaatikon reunalla suunnitellaan ääneen lasten optimaalista ikäeroa tai pohditaan seuraavan lapsen ominaisuuksia. (Lindfors 2012, 282.)

2.1.2 Lapsettomuuden suru

Lapsettomuuteen liittyy surun ja osattomuuden tunteita (Pruuki, Tiihonen & Tuominen 2015, 14). Lapsettomuuteen liittyvissä hoidoissa raskauden mahdollisuus näyttää toisinaan todennäköisemmältä kuin toisinaan. Tyypillistä on toivon ja epätoivon tunteiden vaihtelevuus. Lapsettomuushoitosten avulla raskaus alkaa useimmiten muutamassa hoitokerrassa. Joskus hoitoihin liittyy kuitenkin useita pettymyksiä, surua ja turhautumista. Lapsettomuudesta kärsivä joutuu myös varautumaan siihen, että hoidoilla ei tulla koskaan saavuttamaan toivottua tulosta. (Koskimies 2017, 20.) Lapsettomuuteen liittyvä suru ei rajoitu vain hedelmälliseen ikään, vaan tahdonvastainen lapsettomuus voi olla ajankohdainen elämän eri vaiheissa ja lapsettomuus voi näyttäytyä esimerkiksi suruna lapsenlapsettomuudesta (Pruuki ym. 2015, 41).

Lapsettomuus on iso ja raskas asia. Lapsettomuudessa on kyse olemassaolosta. Asian suuruus konkretisoituu siinä, että meitäkään ei olisi, mikäli vanhempamme eivät olisi voineet saada lapsia. Lapsen saamista pidetään maailman luonnollisimpana asiana ja lapsia syntyy jatkuvasti. Lapsettomuus voi tulla elämään raskauden odottamiseen liittyvän jännityksen vaihtuessa vähitellen kasvavaan huoleen lapsitoiveen toteutumattomuudesta. Lapsettomuus on epäoikeudenmukaista ja sen syytä on vaikea ymmärtää. Minkä vuoksi

lasta hartaasti toivova joutuu pettymään kerta toisensa jälkeen, vaikka samaan aikaan raskauksia keskeytetään ja lapsia otetaan huostaan? Erityisen vaikeita lapsettomalle ovat joulut vanhemmuuteen liittyvät juhlapäivät. Lapseton ei voi itse päättää sitä, kauanko hänen odotuksensa jatkuu. Lapsen yrittämisen voi lopettaa, mutta päätös on niin raskas, että sille on vaikea löytää oikeaa ajankohtaa. (Lindfors 2012, 269–271.)

Lapseton suree puuttuvaa lasta (Pruuki, Tiihonen & Tuominen 2015, 41). Arkiset asiat ja elämän jatkuvuus vaikuttavat surun määrään (Pruuki ym. 2015, 93). Vanhemmuus ei yksin poista lapsettomuuden surua, vaan suruun auttaa ainoastaan sureminen. Lapsettomuudesta kärsivä joutuu kuitenkin pohtimaan, onko hänellä oikeutta surra tai puhua surustaan, jos kaivattu lapsi ei olekaan ensimmäinen. Sekundäärisesti lapsetonta kehoitetaan usein suremisen sijasta iloitsemaan olemassa olevasta lapsesta. Toisaalta sekundäärisesti lapseton joutuu kuulemaan kysymyksiä siitä, milloin perheeseen tulee lisää lapsia. Sekundäärisesti lapseton saattaa joutua kohtaamaan oman surunsa lisäksi myös lapsensa toiveen sisaruksesta ja ympäristön mahdollisesti lapselle esittämät kysymykset siitä, olisiko lapsen mielestä mukavaa, jos hänellä olisi sisarus. (Pruuki ym. 2015, 44–45.)

2.1.3 Lapsen stressi ja suru

Perheen kohtaamat kriisit vaikuttavat aina myös lapsiin. Lapset kokevat paljon samoja tunteita kuin aikuiset. (Marjamäki, Kosonen, Törrönen & Hannukkala 2015, 87.) Kaikkien perheiden elämään sisältyy stressaavia kokemuksia ja pääosin niistä selviydytään ilman pitkäaikaisia vaikutuksia. Lasten altistuminen stressin kasautumiselle ja useille kuormittaville elämäntilanteille lisää psyykkisten ongelmien riskiä. (Pojjula 2016, 22.) Lapset havaitsevat herkästi esimerkiksi aikuisten stressin ja väsymyksen. Stressi johtuu useimmiten tilanteista, joissa yksilölle asetetut vaatimukset ylittävät hänen voimavaransa tai hänen itsetuntonsa ja selviytymiskeinonsa joutuvat muutoin koetukselle. Myös lasten elämässä esiintyy useita kuormittavia tilanteita. Lapsen täytyy esimerkiksi sopeutua useisiin haastaviin tilanteisiin sekä suoriutua ja oppia niistä. (Marjamäki ym. 2015, 98.)

Kuormittavien ja kielteisten tekijöiden lisäksi stressiä aiheuttavat myös myönteiset muutokset (Pojjula 2016, 19). Kaikkien lasten yksilöllinen huomioiminen ja tukeminen on tärkeää (Koivunen 2009, 71). Lastenpsykiatri Jari Sinkkosen mukaan lapsen kokemaa

stressiä ja sen merkitystä on aliarvioitu paljon. Vanhemmat ja ammattilaiset voivat ajatella, että lapset toipuvat nopeasti tai että lapset eivät edes koe stressiä. Esimerkiksi eteisen lattialla parkuminen voi viitata lapsen stressiin, joka purkautuu turvallisessa ympäristössä raskaan päivän jälkeen. Tällöin lapsi tarvitsee rauhoittamista ja lohduttamista, mahdollisesti myös kuorman keventämistä. (Sinkkonen 2008, 121–122.) Kasvattajan tärkeimpiin tehtäviin kuuluu lapsen auttaminen erilaisissa kuormittavissa tilanteissa (Koivunen 2009, 84). Kiintymyssuhteen laatu vaikuttaa lapsella oleviin keinoihin selviytyä kohtaamistaan vastoinkäymisistä. Turvallisessa kiintymyssuhteessa kasvanut lapsi pystyy kohtaamaan kokemansa vaikeudet ja uskoo selviytymiseensä sekä asioiden järjestymiseen. (Pojjula 2016, 92.)

Lapsen stressi näyttäytyy usein levottomuutena tai ärtyisyytenä. Aikuisten roolilla on merkittävä vaikutus lapsen kokemaan stressiin. Turvallinen ja läsnä oleva aikuinen voi toimia eräänlaisena suodattimena lapsen ja ulkoisten ärsykkeiden välillä. Turvallisen olon luomisen lisäksi aikuisen tehtävänä esimerkiksi varhaiskasvatuksessa on mahdollistaa jokaiselle lapselle tarpeen mukaan yksin olon, rauhoittumisen tai hiljentymisen hetkiä. Aikuisen tulee myös opettaa lapselle keinoja rauhoittumiseen, koska sen kautta lapsi voi rentoutua. Rentoutuminen hoitaa lapsen kehoa ja mieltä. Rentoutumiseen sopii esimerkiksi lukuhetki tai muu lapsen ja aikuisen läheisyyttä edistävä toiminta. Aikuinen voi helpottaa lapsen stressiä iloisella ja sensitiivisellä läsnäolollaan. Aikuisen leikkisyys ja lempeys helpottavat lapsen oloa. Aikuinen voi auttaa lasta myös antamalla lapselle hellyyttä esimerkiksi halaamalla lasta ja kiinnittämällä huomiota lapsen onnistumisiin. Lapselle osoitettu hyväksyntä ja lempeys sekä läheisyys vähentävät lapsen stressiä. Aikuisen tehtävä on iloita lapsesta. (Marjamäki, Kosonen, Törrönen & Hannukkala 2015, 98–99.)

Lapsi on suhteessa aikuiseen toinen (Kurki 2011, 3). Lapsen toiseus merkitsee aikuisen vastuuta toimia aikuisena silloinkin, kun on vaikeaa (Kurki 2011, 5). Lapsettomuudesta puhuttaessa lasten kanssa tulee ottaa huomioon lähestymistapa, jolla lapsettomuutta kohdataan. Lapsettomuus käsitteenä voi tuntua lapsesta pelottavalta. (Wikström 2017.) Lapsen kokiessa pettymyksiä hän pyrkii etsimään omia sisäisiä selviytymiskeinojaan. Lapselle selviytymistapojen löytäminen on luontaista ja mahdollista. Lapsella on myös aikuista parempi kyky suunnata vaikeassakin tilanteessa eteenpäin. Tästä huolimatta lapsi tarvitsee surussaan aikuista. Aikuisen antama turvallinen läsnäolo auttaa lasta käsittelemään omia kysymyksiään ja tunteitaan. (Kinanen 2009, 56.) Esimerkiksi vanhempien

kannattellessa lasta tämän ollessa hädissään, lapsen on mahdollista saada keinoja omien tunteidensa hallintaan (Pojjula 2016, 90). Lapsella täytyy olla lupa ja mahdollisuuksia kysymysten esittämiselle, vaikka aikuisella ei olisikaan vastauksia (Marjamäki, Kosonen, Törrönen & Hannukkala 2015, 88).

Kriisissä, joka koskettaa sekä aikuista että lasta, lapsen suru voi jäädä aikuisen surua vähemmälle huomiolle. Lapsella on taipumus pyrkiä suojelemaan aikuista omalta surultaan, jotta aikuisen kantama taakka ei kasvaisi entisestään. (Kinanen 2009, 56.) Toisaalta aikuiset saattavat pyrkiä suojelemaan lasta välttämällä surua aiheuttavasta asiasta puhumista. Näin lapsi on vaarassa jäädä surunsa kanssa yksin. Yksin jääminen voi ilmetä aikuisten surun varjoon jäämisenä tai siten, että lapselta salataan asioita. Puhumattomuus, salailu ja kaunistelu eivät kuitenkaan suojaa lasta, vaan päinvastoin aiheuttavat turvotummuuden tunnetta ja epäluottamusta vanhempia sekä muita aikuisia kohtaan. (Marjamäki, Kosonen, Törrönen & Hannukkala 2015, 88.) Vanhempi voi myös pyytää lapselta, että hän ei puhuisi lasta järkyttäneestä asiasta. Vaikka tarkoitus olisi suojella lasta mielipahalta, voi vaikutus olla päinvastainen. Lapselle voi syntyä käsitys siitä, ettei vaikeista asioista kannata puhua ja asia, josta lapsi olisi puhunut, on niin vaikea, että vanhempikaan ei pysty sitä käsittelemään. (Pojjula 2016, 160–161.) Lapsen surua ei voi parantaa tai ottaa lapselta pois. Tähän ei ole myöskään tarvetta. Sen sijaan lapsi tarvitsee aikuiselta apua tunteiden sanoittamiseen ja rohkaisua surun näyttämiseen. (Marjamäki ym. 2015, 88.)

Lapsen täytyy sopeutua perheensä kohtaamaan kriisiin (Pojjula 2016, 24). Kuvakirjassa *Lentäjäsankarit Poppis ja pikkuveli* on poika, jonka nimi on Poppis. Hän toivoo siskoa tai veljeä. Eräänä päivänä äiti kertoo, että perheeseen on tulossa pikkusisko tai -veli. Poppis valmistautuu vauvan tuloon miettimällä, millä kulkuvälineellä vauva tulee. Äiti kuitenkin kertoo vähän ajan kuluttua Poppikselle, että vauva ei tulekaan. Poppis kysyy äidiltä jäikö pikkuinen korjaamaan kulkupeliään sen vuoksi, että pääsisi nopeammin kotiin, mutta äiti ei vastaa. (Mali 2016.) Lapset tunnistavat elinympäristössään tapahtuvat muutokset ja ovat herkkiä sille, millaista vastakaikua ja millaisia tunteita ne vanhemmissa herättävät (Pojjula 2016, 24). Poppis huomaa vanhempiansa kiukun, äitinsä itkusta punaiset silmät ja kyyneleet, joilla voisi täyttää kylpyammeen (Mali 2016).

Lapsen stressaavaksi kokema tilanne voi johtua menetyksestä tai tilanne voi olla uhkaava tai haastava. Selviytyminen tarkoittaa tilanteen arvioimista ja siitä selviytymisen mahdollisuuksien kartoittamista. Selviytymisessä on tärkeää käyttää olemassa olevia voimavaroja ja pyrkiä vähentämään tilanteesta aiheutuvia haittoja. Lisätiedon saaminen kuormittavasta asiasta auttaa sen uudelleen arvioimisessa. Tilanne, johon liittyy menetystä tai uhkaa, aiheuttaa pelon, ahdistuksen ja vihan tunteita. Haasteellinen tilanne sisältää puolestaan mahdollisuuden jonkin saamiseen tai jossain kehittymiseen, minkä vuoksi siihen sisältyy myös innokkuuden tunnetta. (Poiijula 2016, 22.)

Lapsilla on useita erilaisia keinoja stressaaviksi kokemistaan tilanteista selviytymiseen. Yksi lapsen selviytymiskeinoista on altruismi. Altruismi tarkoittaa sitä, että lapsi kohdistaa huomionsa ympärillään oleviin ihmisiin ja toimii erityisen auttavaisesti suhteessa muihin. Altruismin avulla lapsella on mahdollisuus keskittyä omien vaikeuksiensa sijasta toisiin ja saada toisten huomioimisella positiivista huomiota itselleen. (Poiijula 2016, 23–24.) Kirjassa *Lentäjäsankarit Poppis ja pikkuveli* lapsi miettii, millä tavoilla hän voisi auttaa itkevää äitiä. Lapsi pyrkii auttamaan vanhempiaan heidän kohtaamassaan kriisissä antamalla paljon hellyyttä ja keksimällä asioita, jotka antaisivat muuta ajateltavaa. (Mali 2016.)

Stressiä aiheuttavan asian kieltäminen on sekä lasten että aikuisten yleisimmin käyttämä selviytymiskeino. Jos vaikeaa tilannetta ei ajattele todeksi, sen vaikutuksiakaan ei tarvitse kohdata. Asian kieltäminen tai sen torjuminen toimivat selviytymiskeinoina, mikäli näiden keinojen käyttö ei ole pitkäkestoista. (Poiijula 2016, 24.) Pitkään jatkuessaan vaikeiden asioiden vältteleminen aiheuttaa kehityksen häiriintymisen uhkaa (Poiijula 2016, 161).

Muita lapsen selviytymiskeinoja ovat esimerkiksi itkeminen, vetäytyminen, mielikuvituksen käyttö, nukkuminen, sairastuminen, taantuminen, provosointi, tulevien tapahtumien ennakoiminen ja huumori. Itkulla lapsi pyytää huomiota ja pyrkii lohdun ja turvan saamiseen. Vetäytyminen on yksi keino torjua stressiä aiheuttava asia ja etäännyttää siitä muistuttavia tekijöitä. Vetäytyminen voi olla fyysistä, kuten sosiaalisesta tilanteesta siivuun jäämistä, tai psyykkistä, esimerkiksi omaan mielikuvitusmaailmaan vetäytymistä. Mielikuvitus antaa lapselle monia selviytymisen mahdollisuuksia. Sen avulla lapsen on mahdollista olla joku toinen tai kuvitella olevansa eri paikassa tai eri henkilöiden kanssa

kuin hän todellisuudessa on. Lapsi voi myös keksiä itselleen mielikuvituskaverin tai luoda leluille tuntemiensa ihmisten rooleja. (Poijula 2016, 23.)

Lapsen pyrkimys selviytymiseen voi ilmetä lisääntyneenä unentarpeena, mikäli lapsi kokee nukkumisen tuovan turvaa. Lapsen selviytymistä stressistä saattaa edistää myös sairastuminen, koska sairaus mahdollistaa lapselle sen, että häneen kohdistuvat vaatimukset vähentyvät ja huolenpidon määrä kasvaa. Lapsi saattaa myös taantua kohdatessaan stressiä. Taantumisen auttaa selviytymään, koska sen avulla lapsi voi saada vanhemmiltaan tavallista enemmän turvallisuuden tunnetta lisääviä asioita, kuten lohduttamista ja hellyyttä. Toisaalta lapsi voi myös käyttäytyä provosoivasti ja toimia esimerkiksi tahallisesti tuntemistaan säännöistä poiketen, koska tällöin huomion keskipiste etäännyy stressin aiheuttajasta. Stressiä kokenut lapsi pyrkii tyypillisesti myös ennakoimaan tulevia tapahtumia. Lapsen tarvitsemaa ennustettavuutta voi lisätä tulevaisuutta koskevat kysymykset tai jokin toiminta, jonka lapsi kokevat ennustettavaksi. Tällaisena selviytymistapana voi toimia esimerkiksi jokin peli, jonka sisältö ja toimintatavat ovat tuttuja. Ennakoiminen ja tulevaisuuden suunnittelu vahvistavat lasten tunnetta elämönhallinnasta ja siitä, että he ovat varautuneita tuleviin haasteisiin. Huumori auttaa ilmaisemaan vaikeita tunteita ja vie huomiota muihin asioihin. (Poijula 2016, 23–24.)

Teoksessa Meidän pihan perhesoppa (Katajavuori, Toivanen & Tokola 2015, 12) lapsettomuuteen liittyvä suru tulee lasten leikkeihin. Leikki on lapselle luontainen tapa käsitellä kohtaamia asioita. Leikin avulla lapsella on mahdollisuus käsitellä erilaisia elämäntilanteita ja totutusta poikkeavia tilanteita sekä tapahtumia. Leikin avulla lapsi voi kohdata vaikeitakin tunteita ja harjoitella todellista tai kuviteltua elämää. (Kinanen 2009, 56–57.) Lapsi tarvitsee aikaa surun käsittelyyn vähän kerrallaan ja omaan tahtiinsa (Marjamäki, Kosonen, Törrönen & Hannukkala 2015, 88).

2.1.4 Lapsettomien yhdistys Simpukka ry

Yhteistyötahomme Lapsettomien yhdistys Simpukka ry on toiminut tahattomasti lapsettomia ihmisiä varten vuodesta 1988 lähtien. Yhdistys on valtakunnallinen. (Saario 2016d, 25.) Sen tarkoituksena on edistää tahattomasti lapsettomien yhteiskunnallista asemaa. Yhdistyksen toimintaan voivat osallistua kaikki ihmiset, joilla on kokemus tahattomasta

lapsettomuudesta. Tahattomasti lapsettomat voidaan jakaa alaryhmiin, joihin kuuluvat esimerkiksi lapsen adoption tai sijaisvanhemmuuden kautta saaneet, kaksin jääneet, hoidelmöityshoidoissa olevat sekä sekundaarisesti lapsettomat. (Monimuotoiset perheet i.a.a.) Simpukka-yhdistys toimii Tampereella sijaitsevasta toimistosta käsin. Toiminnalla tavoitellaan tahattoman lapsettomuuden omakohtaisesti kohdanneiden ja heidän läheistensä hyvinvoinnin edistämistä. (Lapsettomien yhdistys Simpukka ry i.a.b.) Yhdistyksen toiminnassa yhdistyy kokemuksellisuus ja asiantuntijuus (Valkonen 2017).

Lapsettomien yhdistys Simpukka ry on myös lapsettomien edunvalvoja. Lisäksi yhdistys toimii vaikuttajana lapsettomuuteen liittyvässä yhteiskunnallisessa keskustelussa. Yhdistyksen päämääränä on lisätä lapsettomuuteen liittyvää tietoa ja tietoisuutta yhteiskunnassamme. Simpukka-yhdistys julkaisee Simpukka-lehteä, joka on ainoa tahattoman lapsettomuuden teemoihin keskittyvä lehti Suomessa. Simpukka-lehti ilmestyy neljästi vuodessa. Keskeistä Simpukan toiminnassa on eri elämäntilanteissa oleville lapsettomuutta kokeville lapsettomille suunnattu monimuotoinen vertaistuki. Lapsettomien yhdistys Simpukka ry:n toimintaa rahoittaa Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus (STEA). (Lapsettomien yhdistys Simpukka ry i.a.b.) Simpukka-yhdistys kuuluu Monimuotoiset perheet -verkostoon (Monimuotoiset perheet i.a.b.).

Lapsettomien yhdistys Simpukka ry tarjoaa esimerkiksi vertaistukiryhmiä, verkkovertaistukea ja keskustelutilaisuuksia. Vertaistukiryhmiä on eri kaupungeissa esimerkiksi lapsia toivoville, lapsellisille lapsettomille, lahjasoluperheille ja lopullisesti lapsettomille. Yhdistävä tekijä kaikilla on lapsettomuuden kokemus. Ryhmä koostuu samassa elämäntilanteessa olevista henkilöistä. Ryhmiä ohjaavat vertaisohjaajat, jotka saavat tehdä ryhmästä oman näköisensä. Jäsenyyttä toivotaan, mutta toimintaan voi osallistua myös ilman jäsenyyttä. (Valkonen 2017.) Simpukka-yhdistyksen toiminta on suunnattu lähinnä aikuisille, koska yhdistys keskittyy lapsettomuuteen (Wikström 2017).

2.2 Lapsettomuutta kokeneiden perheiden tukeminen varhaiskasvatuksessa

Lasten oikeuksien julistuksen mukaan lapsella tulee olla edellytykset terveeseen ja normaaliin kehitykseen. Tavoitteena on mahdollisimman hyvien kasvuedellytysten luominen, mikä koskee kaikkia lapsia taustaan katsomatta. (Hämäläinen & Kangas 2010, 14.)

Lapsen etu on sopimuksen keskiössä (Turja & Vuorisalo 2017, 37). Suomessa lapsen oikeuksiin ja asemaan merkittävästi vaikuttava tekijä varhaiskasvatuksen kentällä on osallisuus (Heikka, Fronsén, Elo & Leinonen 2014, 3).

Osallisuudella tarkoitetaan henkilön tietoisuutta häntä itseään koskevista asioista ja mahdollisuutta omien mielipiteiden ilmaisemiseen sekä omiin asioihinsa vaikuttamiseen. Osallisuudessa on keskeistä yksilön tunne omasta osallisuudestaan. Osallisuus on osattomuuden ja syrjäytymisen vastakohta. Osallisuuteen liittyy itsemääräämisoikeuden toteutumisen piirteitä. Myös henkilöllä, jolla ei ole mahdollisuuksia päättää itseään koskevista asioista, on oikeus osallisuuteen. (Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry 2017, 16.) Lapsen osallisuudella tarkoitetaan lapsen kokemusta omasta osallisuudestaan. Lapsella tulee olla oikeus vaikuttaa omaan elämäänsä liittyviin asioihin. Lapsi voi vaikuttaa esimerkiksi omaan ympäristöönsä ja muuttaa sitä oman aktiivisuutensa ja osallisuutensa kautta. (Järvinen & Mikkola 2015, 13.) Lapsen osallisuus voi myös olla lapsen oma kokemus tärkeästä tilanteesta tai kohtaamisesta arjessa. Tilanne, jossa lapsi on osallinen, on mielekäs sekä oppimisen että vuorovaikutuksen kannalta. (Leinonen 2014, 18.) Mikäli lapsi kokee, että hänellä on mahdollisuus vaikuttaa omaan elämäänsä, tämä tunne edistää lapsen selviytymistä kohtaamistaan vastoinkäymisistä ja toimii psyykkettä suojaavana tekijänä (Broberg, Anders, Almqvist, & Tjus 2005, 247). Lapsen osallisuutta toiminnan suunnittelussa, toteutuksessa ja arvioinnissa on korostettu vuoden 2016 varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (Turja & Vuorisalo 2017, 45).

Pedagogit Johann Heinrich Pestalozzi ja Friedrich Fröbel pitivät tärkeänä leikkiä ja lapsuuden itsenäistä merkitystä jo ensimmäisissä lastentarhoissa. Kasvattajan ja lapsen vuorovaikutuksella oli jo tuolloin paljon merkitystä lapsen kehityksen tukemisessa. Pestalozzin ja Fröbelin innoittamana perustettiin myös Suomeen ensimmäiset lastentarhat aluksi lapsille, joiden kotiolot eivät taanneet turvallista kehitystä lapselle. (Kalland 2011, 147.) Nykyään varhaiskasvatuksen tavoitteena Suomessa on lapsen kasvun ja kehityksen tukemisen ohella myös vanhemmuuden tukeminen. Tavoitteet varhaiskasvatukselle on asetettu varhaiskasvatuslaissa (1973/36).

Pienten lasten perheiden yksi merkittävistä tukijoista on päivähoito (Mykkänen & Böök 2017, 83). Varhaiskasvatus vaikuttaa useilla eri tavoilla lapsen oppimiseen ja hyvinvointiin (Koivula, Siippainen & Eerola-Pennanen 2017, 7). Sillä on vaikutusta myös lapsen kehityksen ja mielenterveyden kannalta (Broberg, Almqvist & Tjus 2005, 81).

Vanhempien kanssa tehdään yhteistyötä (Koivunen 2009, 11). Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2016) varhaiskasvatuksen ja huoltajien yhteistyötä kutsutaan kasvatusyhteistyöksi. Perheiden moninaisuus, lasten yksilölliset tarpeet ja vanhemmuuteen liittyvät asiat huomioidaan kasvatusyhteistyön toteuttamisessa. (Opetushallitus 2016, 32–33.) Vanhempien tukeminen edesauttaa lapsen hyvinvointia (Mykkänen & Böök 2017, 75). Yhteistyö ja vuorovaikutus ovat tärkeitä hyvän varhaiskasvatuksen elementtejä. Vanhemmilla tulee olla mahdollisuus saada varhaiskasvatuksen henkilökunnalta tukea kasvatukseen ja vanhemmuuteen. (Koivula 2004, 80–81.)

Lapsettomuutta ei ole helppo ottaa puheeksi. Siitä puhuminen on vaikeaa kaikenikäisille lapsettomuudesta kärsiville. (Pruuki, Tiihonen & Tuominen 2015, 41.) Lapsettomuus on henkilökohtainen asia, josta puhuminen voi olla vaikeaa. Puhumattomuus voi kuitenkin altistaa esimerkiksi masennukselle. (Tulppala 2007, 29.) Puheeksi ottaminen voi vaatia rohkeutta myös varhaiskasvatuksen ammattilaisilta. Rohkeuden lisäksi ammattilainen tarvitsee herkkyyttä kohdatessaan haastavassa tilanteessa olevan perheen. Mikäli esimerkiksi vanhempien jaksaminen herättää huolta, hyvä puheeksi ottamisen keino on kysyä suoraan, mitä perheelle kuuluu. Työntekijän on varattava riittävästi aikaa keskustelulle. (Marjamäki, Kosonen, Törrönen & Hannukkala 2015, 89.)

Arjen toimivuudessa ei ole todettu olevan eroa erilaisten perhetyyppien välillä. Vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutus sekä vanhemman kasvatustyyli ovat merkityksellisimmässä asemassa arjen toimivuuden kannalta. (Broberg & Tähtinen 2009, 160–161.) Lapsi harjoittelee kodin ulkopuolella sosiaalisia taitoja toisten lasten kanssa. Ystävät ovat lapsille tärkeitä. Niiden ansiosta lapsen on mahdollista muodostaa käsitystä itsestään. (Pojjula 2016, 167–168.) Lapsilla on tapana rakentaa ystävyys-suhteita myös omien sisarustensa kanssa. Perheen sisäiset ystävyys-suhteet ovat tärkeitä erityisesti lapsille, joiden perheet eivät ole yhteyksissä toisten lasten tai perheiden kanssa. (Pojjula 2016, 170.) Sisarusuhteet opettavat lapsille monia tärkeitä sosiaalisia taitoja. Perheen ainoa lapsi ei

esimerkiksi välttämättä opi oman vuoron odottamista, tilanneherkkyyttä, hyviä neuvotte-
lutaitoja tai muiden huomioon ottamista kotona. Siksi päivähoidon tarjoama tuki sosiaa-
lisessa kehityksessä voi olla merkityksellistä. (Kalland 2011, 148.)

Asiakasperheet ovat erilaisia. Lasten ja heidän vanhempiensa kanssa toimimisessa on
otettava huomioon monia seikkoja. Pienet arjen tilanteet auttavat varhaiskasvattajaa tun-
temaan lasta, hänen kehitystään ja kokemusmaailmaansa. Havaintojen perusteella on hel-
pompaa tehdä lapsen tarpeisiin vastaavia suunnitelmia ja tukea lasta kasvussa. (Pihlaja &
Viitala 2005, 155.) Tutkimuksen mukaan esimerkiksi perheillä, jotka saavat lapsen lah-
jasukusolujen avulla, on useimmin paremmat lapsi-vanhempi suhteet verrattuna luonnol-
lisesti saatuihin lapsiin (Kramer & Cahn 2013, 6).

Perheen voimat voivat myös ehtyä silloin, kun kaikki ei mene hyvin (Hämäläinen & Kan-
gas 2010, 22). Väsyessään vanhemman ei ole aina helppoa toimia siten, kuin toivoisi it-
sensä toimivan vanhempana. Arjen kuormittavuus, kuten myös vaikeat elämäntilanteet,
aiheuttavat stressiä. Vanhemmuuteen liittyvä stressi vaikuttaa siihen, millaisia kasvatus-
käytäntöjä vanhempi valitsee ja miten vanhempi toimii vuorovaikutuksessa lapsensa
kanssa. (Kivijärvi, Rönkä & Hyväluoma 2009, 56–57.) Stressaantuneiden vanhempien
lapset ovat usein myös stressaantuneita, koska vanhempien kriisistä aiheutuva stressi siir-
tyy osittain heihin (Poijula 2016, 26). Lasten huolet näyttäytyvät myös varhaiskasvatuk-
sen arjessa (Marjamäki, Kosonen, Törrönen & Hannukkala 2015, 87).

Vanhemman kokemat vaikeat tunteet sekä stressi vaikuttavat hänen mentalisaatioky-
kyynsä (Kalland 2014, 34). Mentalisaatio liittyy ihmisen kykyyn pystyä havaitsemaan,
tulkitsemaan ja kuvaamaan toisen toimintaa mielentilojen kautta (Pajulo & Pyykkönen
2011, 71). Vanhempien voimavarojen ollessa vähissä lapsen elämässä olevien muiden
turvallisten aikuisten, kuten varhaiskasvatuksen ammattilaisten, rooli korostuu. Vanhem-
pien tulisi kuunnella omia voimavarojaan. Tarvittaessa vanhempaa on hyvä rohkaista ha-
kemaan tukea tilanteeseen. Esimerkiksi varhaiskasvatuksen ammattilainen voi tukea ja
ohjata perheitä lisätuen pariin. (Marjamäki, Kosonen, Törrönen & Hannukkala 2015, 89.)
Vanhempien pysähtymisellä tarkastelemaan perheen tilannetta, tarvittavien muutosten te-
kemisellä ja aikuisissa tapahtuvilla muutoksilla on merkitystä lapsen kannalta (Poijula
2016, 26).

3 TYÖN TAVOITTEET JA TARKOITUS

Olemme aiemmin kertoneet, että perhe on jäseniään tukeva ja auttava voimavara. Olemme myös tuoneet esiin sen, että perheen voimat voivat myös ehtyä silloin, kun kaikki ei mene hyvin. Tällöin tarvitaan tukea yhteiskunnalta (Hämäläinen & Kangas 2010, 22). Tulevina ammattilaisina koemme velvollisuudeksemme toimia perheiden hyväksi varhaiskasvatuksessa tai jollain toisella sosiaalialan kentällä.

Tämän opinnäytetyön tavoitteena on lisätä varhaiskasvattajien tietämystä lapsettomuutta kokeneista perheistä. Lisäksi tavoitteena on lisätä ymmärrystä siitä, mitä varhaiskasvattajien ja vertaisryhmien ohjaajien olisi hyvä ottaa huomioon työskentelyssään ja vuorovaikutustilanteissa lapsettomuutta kokeneita kohdatessaan. Pyrimme samalla lisäämään kasvattajien sensitiivisyyttä sekundäärisesti lapsettomia perheitä kohtaan.

Kerromme julkaisussamme toiminnallisista menetelmistä, joita on mahdollista hyödyntää lapsettomien lapsiperheiden kohtaamisessa varhaiskasvatuksessa ja muissa vertaisryhmissä. Julkaisussa esittelemiemme käytännön ideoiden tarkoituksena on madaltaa varhaiskasvattajien ja erilaisten vertaisryhmien ohjaajien kynnystä käsitellä lapsettomuutta ryhmässä. Toivomme tämän opinnäytetyön lisäävän oman perheen arvostusta ja lapsettomuutta kokeneiden perheiden osallisuutta. Pyrimme tuomaan teeman kasvattajien ajatuksiin ja sitä kautta näkyväksi esimerkiksi lapsiryhmissä. Koska tavoittelemme lastentarhanopettajan pätevyyttä, ovat vanhemmuuden tukeminen sekä lapsettomien lapsiperheiden osallisuuden lisääminen meille tärkeitä teemoja. Huomioimme opinnäytetyössämme sekä vanhempien että lasten näkökulmat tekemällä yhteisen julkaisun sekä varhaiskasvattajille että vertaisryhmiä ohjaaville. Esille tuomamme toiminta on tavoitteellista.

4 RYHMÄTOIMINTA JA TOIMINNALLISET MENETELMÄT

Ihmiset kuuluvat elämänsä aikana erilaisiin ryhmiin, joilla on usein yhteinen tavoite tai tehtävä. Ryhmä muodostuu useasta yksilöstä, jotka ovat tietoisia ryhmään kuulumisesta, sen jäsenistä ja siitä, miten yksilö toiminnallaan vaikuttaa yhteisten tavoitteiden saavuttamiseen. Ryhmätoiminta vaatii vuorovaikutusta, johon vaikuttavat tavoitteet ja perustehdävä. Tästä syystä ryhmässä toimiminen on haasteellista. (Kataja, Jaakkola & Liukkonen 2011, 15.) Esimerkiksi päiväkodissa toimitaan ryhmissä. Hyvässä ryhmässä autetaan, kannustetaan ja kuunnellaan. Lisäksi hyvässä ryhmässä hyväksytään erilaisuutta ja toiminta on motivoivaa. (Kataja ym. 2011, 9.)

Yhdessä toimimalla ihmiset voivat saavuttaa me-henkeä ja ehkäistä syrjäytymistä (Hohenthal-Antin 2009, 23). Ryhmien kanssa työskentely on sosiaalialalla tavallista. Ryhmät mahdollistavat esimerkiksi tiedon jakamista ja voivat tarjota tukea ja läheisyyttä. Ryhmän avulla voi kokea voimaantumista ja saada motivaatiota sekä toivoa. Ryhmässä on myös mahdollista opetella uusia taitoja ja olla itse sekä autettavan että auttajan roolissa. (Mäkinen, Raatikainen, Rahikka & Saarnio 2009, 147–148.) Kaikille ryhmäläisille selvä tavoite parantaa sitoutumista ryhmään (Kataja, Jaakkola & Liukkonen 2011, 15).

Asiakkaan kohtaamiseksi on olemassa toiminnallisia työtapoja (Mäkinen, Raatikainen, Rahikka & Saarnio 2009, 157). Toiminnallisia menetelmiä ovat ne menetelmät, joiden tavoitteena on aktivoida yksilön ja ryhmän toimimista ja oppimista tekemiseen ja toimintaan liittyvillä harjoituksilla. Myös fyysisen tekemisen tuoma ajatuksellinen toiminta on osa toiminnallista harjoitusta. Toiminnalliset menetelmät tuovat usein uusia näkökulmia ajatteluun ja avaavat erilaisia kehittymisen polkuja. Toimintaharjoituksissa asioita ulkoistetaan ja niiden avulla voidaan käsitellä myös sellaisia asioita, joista ei uskalleta puhua. Oppiminen ei tapahdu vain tiedonjakamisen välityksellä ja valmiilla mallilla. Toiminnalliset menetelmät voivat sisältää mielikuvaoppimista, kokemuksellista oppimista, seikkailua, liikuntaa, leikkiä, draamaa, ratkaisukeskeisyyttä ja narratiivisuutta. (Kataja, Jaakkola & Liukkonen 2011, 30.) Toiminnallisten menetelmien avulla asiakkaat voivat tehdä näkyväksi tunteita, asenteita ja arvoja. Toiminnalliset menetelmät mahdollistavat myös edellä mainittujen tarkastelun. (Mäkinen ym. 2009, 158.)

Ohjaajan rooli on toiminnallisia menetelmiä toteuttaessa tärkeä. Ohjaaja voi olla aktiivisesti mukana ryhmän toiminnassa ja puuttua joissakin tilanteissa välittömästi toimintaan. Toisissa tilanteissa ohjaaja vetäytyy taustalle. Ohjaajan rooliin vaikuttavat esimerkiksi se, onko ryhmä tuttu vai uusi ja millainen mieliala siinä vallitsee. Kannustavaa ilmapiiriä ja turvallisuudentunnetta ohjaajan tulee aina edistää. Ohjaaja toimii ryhmän johtajana, ymmärtävänä kuuntelijana ja vaikuttajana. (Kataja, Jaakkola & Liukkonen 2011, 27.) Ryhmän ohjaaja ohjaa ryhmää kohti asetettuja tavoitteita (Kataja ym. 2011, 15).

Lapsettomuuden kriisissä vertaistuki on erittäin tärkeä tuen muoto (Lindfors 2015, 11). Vertaisryhmässä ohjaajan rooli on hieman erilainen kuin muussa ryhmätoiminnassa. Vertaisohjaaja on usein itse ryhmän aiheen kokemusasiantuntija. Vertaisryhmiä voi ohjata myös alan ammattilainen, joka toimii tällöin vertaistukiohjaajana. Vertaistukiohjaajalla taustalla on usein edustamansa ammattiryhmän tavoitteet ja arvot. Hänen roolinsa on mahdollistaa ryhmän toteutuminen ja suunnitella sen sisältö. Ryhmän toiminta voi sisältää terapeutisia elementtejä, mutta on tärkeää huomioida se, että vertaistukiohjaaja ei toimi ryhmässä terapeutina. Vertaistukiohjaajalla on sen sijaan tärkeä tehtävä tukea, kuunnella, olla läsnä, ymmärtää, kannustaa ja rohkaista sekä avartaa näkökulmia. Ohjaajalta vaaditaan kiinnostuneisuutta, vastuullisuutta, sitoutuneisuutta ja suunnitelmallisuutta ryhmän työskentelyn ajan. Vertaisryhmän ohjaajan on tärkeä olla empaattinen, aidosti läsnä oleva ja taitava kuuntelija. Vertaisryhmän ohjaaminen voi olla psyykkisesti kuormittavaa. Siitä johtuen vertaisryhmän ohjaajan on hyvä suunnitella etukäteen sitä, miten ryhmän purkaminen ja esiin nousseiden asioiden käsittely tapahtuu. Työparityöskentelyllä voidaan mahdollistaa ohjaajalle ryhmän aikana heränneiden tunteiden ja ajatusten turvallisen käsittelyn. (Kinanen 2009, 71–73.) Esimerkiksi Lapsettomien yhdistys Simpukka ry järjestää vertaisohjaajakoulutuksia ja tarjoaa työnohjausta vertaistukijana toimiville (Lapsettomien yhdistys Simpukka ry i.a.c).

4.1 Lapsettomuuden käsittely lapsiryhmässä

Lapselle mieluisesta tekemisestä voi olla apua kriisistä selviytymiseen (Marjamäki, Kosonen, Törrönen & Hannukkala 2015, 88). Lapsen keinoja surun käsittelemiseen ovat esimerkiksi puhuminen, luova toiminta, kuten piirtäminen, maalaaminen ja musiikin käyttö sekä kirjoittaminen (Kinanen 2009, 58–59). Ryhmässä lasten positiivista käsitystä itsestä

esimerkiksi taitelijana voidaan edesauttaa vähentämällä kilpailua ja lasten paremmuusjärjestykseen asettamista (Rusanen, Kuusela, Rintakorpi & Torkki 2014, 53). Lasten verstaistikiryhmissä on tärkeää huomioida se, että ohjaajan rooliin ei kuulu tulkintojen tekeminen lapsen käyttäytymisen tai tuotosten perusteella (Kinanen 2009, 72).

Suunniteltu toiminta on todennäköisesti itsestään selvää kaikille aikuisille, jotka ovat toimineet lapsiryhmän kanssa. Joskus suunnitteluun ei kiinnitetä riittävästi huomiota, eikä sille jää tarpeeksi aikaa. Toiminnan suunnittelu vaatii kuitenkin aikaa ja rauhaa. Toista kunnioittavan ja välittävän kohtaamisen aikaansaamiseksi aikuisen ja lapsen välille tarvitaan toiminnan suunnittelun lisäksi ohjaustavoista ja säännöistä sopimista. (Eklund & Heinonen 2011, 216–217.) Lapsen itsetunnon vahvistaminen, tarpeiden huomioiminen, kaveritaitojen opettaminen sekä tunnetaitojen mallintaminen edistävät lapsen mielenterveyttä. Aikuisen tulee rakentaa lapsiryhmään hyväksyvä ilmapiiri ja varmistaa lapsen mukaan pääseminen ryhmään. Torjutuksi tuleminen on haitallista lapsen mielenterveydelle. (Marjamäki, Kosonen, Törrönen & Hannukkala 2015, 13.) Aikuisen empaattinen suhtautuminen viestii lapselle sitä, että haasteista selvitään. Kun ryhmä on turvallinen, lapsi voi harjoitella sitoutumista sääntöihin, tehdä aloitteita ja kokea osallisuutta. (Rusanen, Kuusela, Rintakorpi & Torkki 2014, 42–43.)

Kriisit, jotka ovat jääneet käsittelemättä, painuvat mieleen ja ovat monin eri tavoin haitaksi kehitykselle. Näin käy traumaattisissa tilanteissa, joissa asioita ei ole voinut tai saanut käsitellä. Lapsuuden kriisien pitkäaikaisia vaikutuksia ymmärretään nykyään paremmin kuin ennen. (Sinkkonen 2008, 39.) Ihmiselle kehittyy lapsuuden kokemuksista ja omaksutuista vuorovaikutusmalleista psyykkisiä rakenteita, jotka suodattavat kokemuk-siamme ja ohjailevat käyttäytymistämme (Sinkkonen 2008, 41). Ajatuksenamme on, että kertomalla lapsille erilaisista monimuotoisista perheistä voimme vaikuttaa lasten ajatusmaailmaan ja lisätä heidän suvaitsevaisuuttaan sekä ymmärrystään moninaisuutta kohtaan tulevaisuudessa. Lapset näkevät luovasti oman perheensä ja siihen kuuluvat jäsenet määriteltäessä käsitettä ”minun perheeni”. Perheeseen voi kuulua esimerkiksi lemmikkejä. (Mykkänen & Böök 2017, 76.) Perheidentiteetin huomioiminen ja vahvistaminen on hyödyllistä kaikille lapsille, vaikka siihen liittyisi erityispiirteitä vain yhdellä lapsella ryhmässä (Uhtio 2017).

4.2 Lapsettomuutta kokeneiden vanhempien tukeminen vertaistukiryhmässä

Sosiaalisella verkostolla ja toisten ihmisten tuella on merkittävä rooli lapsettomuuskriisiin liittyvän surun säätelyssä (Pruuki, Tiihonen & Tuominen 2015, 39). Väestöliiton vuonna 2011 julkaiseman tutkimuksen mukaan harva lapsettomuutta kokenut on kertonut lapsettomuudesta tai hedelmöityshoidoista kaikille läheisilleen. Eri klinikoille lapsettomuustutkimuksiin ja hedelmöityshoitoihin hakeutuneiden pariskuntien tutkimusvastausten perusteella lapsettomuudesta on yleensä puhuttu muutaman läheisimmän ihmisten kanssa. (Miettinen 2011, 41.) Helpotusta omaan tilanteeseen on tuonut se, että omista tunteista on voinut kertoa toisille tahattomasta lapsettomuudesta kärsiville. Vertaistuen avulla on mahdollista huomata, että omat tunteet ovat tuttuja myös toisille samassa tilanteessa oleville. Vertaisten keskuudessa lapseton on turvassa satuttavilta kysymyksiltä ja kommenteilta. (Saario 2016c, 23.)

Vertaistuesta on ollut apua monelle lapsettomuuden kriisin kohdanneelle (Saario 2016c, 23). Vertaistukiryhmä tarjoaa lapsettomuutta kokeneille mahdollisuuden jakaa kokemuksia toisten lapsettomuutta kokeneiden kanssa ja saada siten vertaistukea. Tämän vuoksi esimerkiksi ajan seuraaminen on tärkeä ohjaajan tehtävä. Ohjaaja voi myös tarvittaessa jakaa puheenvuoroja. Puheenvuoron jakamisessa voidaan käyttää apuna esineitä. Turvallinen ympäristö mahdollistaa vaikeista tunteista puhumisen. Vertaisryhmässä voidaan myös ikään kuin harjoitella lapsettomuudesta puhumista, jotta siitä puhuminen muuttuisi helpommaksi myös muiden ihmisten kanssa. (Tapio 2010, 174.)

Suunnittelemamme kaltaisessa vertaistukiryhmässä voidaan mahdollistaa se, että lapsettomuutta kokeneilla vanhemmillä on mahdollisuus kertoa toisilleen oman perheensä syntytarinaa ja jakaa vanhemmuuteen sekä lapsettomuuteen liittyviä muistoja. Tarinoihin sekä muistoihin perustuva vuorovaikutus vahvistaa yhteenkuuluvuudentunnetta ja mahdollistaa samaistumisen kokemuksia (Hohenthal–Antin 2009, 32). Muistelutyön avulla voidaan käsitellä ja jäsentää elettyä elämää, edistää itseluottamusta ja saada lisää voimavaroja (Hohenthal–Antin 2009, 23). Samaistumisen kokemusten lisäksi keskustelut vertaisten kanssa auttavat hahmottamaan erilaisia kriisistä selviytymisen tapoja sekä mahdollistavat ystävyys-suhteiden muodostumisen (Saario 2016c, 23).

5 IDEOITA VARHAISKASVATTAJILLE JA VERTAISRYHMIEN OHJAAJILLE

Yhteistyötahomme toi esiin, että lapsellisten lapsettomien vertaisryhmiin suunnattua ja lapsettomuuden jälkeiseen vanhemmuuteen liittyvää materiaalia voisi olla enemmän saatavilla. Yhdistyksen vertaisohjaajille on olemassa tietopaketti, johon on koottu vertaistukiryhmän ohjaamiseen liittyvää sisältöä yleisellä tasolla. (Valkonen 2017.) Ajatus käytännönläheisestä ja jo suunniteltuun kolmen kerran kokonaisuuteen liittyvästä menetelmäkoosteesta tuntui hyvältä toteuttaa, koska olimme tutustuneet prosessin aikana useisiin toiminnallisiin menetelmiin ja valmistautuneet itse vertaistukiryhmän ohjaamiseen. Projektistamme tuli samalla tarvepohjainen. Päädyimme suuntaamaan julkaisun myös varhaiskasvattajille, koska ideoita lasten kanssa aiheen käsittelyyn oli paljon ja tavoittemme lastentarhanopettajan pätevyyttä. Saman vuosikurssin lastentarhanopettajan kelpoisuutta tavoittelevat sosionomiopiskelijat ovat osoittaneet kiinnostusta valmiiseen opinnäytetyöhömme, joka on alusta asti suunnattu myös varhaiskasvatukseen.

Toiminnallisella opinnäytetyöllä pyritään käytännön toiminnan ohjeistamiseen, opastamiseen, toiminnan järjestämiseen tai järjeistämiseen ammatillisella kentällä. Toiminnallisen opinnäytetyön toteutustapana voi olla vihko tai opas. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 9.) Tarkoituksenamme on ollut opinnäytetyöprosessin alusta saakka tehdä toiminnallinen opinnäytetyö. Opinnäytetyössämme tuomme esille toiminnallisia menetelmiä hyödynnettäväksi erilaisissa yhteyksissä. Toiminta kytkeytyi alun perin kehittämämme ryhmän ympärille, mutta julkaisu on myös toiminnallisen opinnäytetyön toteutustapa. Toiminnallisen opinnäytetyön myötä syntyy aina jokin konkreettinen tuote. Käytetyt keinot on tuotava opinnäytetyöraportissa ilmi. Kokonaisilmeestä, joka muodostuu viestinnällisin ja visuaalisin keinoin, tunnistetaan tavoitellut päämäärät. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 51.)

Toiminnallinen opinnäytetyö koostuu Hanna Vilkan & Tiina Airaksisen (2003, 65) mukaan raportista ja tuotoksesta. Opinnäytetyömme on kaksiosainen: suunnittelimme ja kehitimme ryhmää, jonka sisällöstä julkaisumme muodostui ja teimme samalla prosessia ja oppimistamme kuvaavaa kirjallista raporttia. Opinnäytetyöprosessiimme liittyi kaksi tyylillisesti erilaista kirjoitusprosessia, koska opinnäytetyömme toiminnallinen osuus on myös kirjallinen tuotos. Tuotoksen, eli produktin, teksti suunnataan suoraan kohderyhmälle tai käyttäjille. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 65.) Opinnäytetyömme raportoiminen

nojautui toiminnalliselle opinnäytetyölle ominaisesti muistiinpanoihin (Vilkkä & Airaksinen 2003, 19), joten meille on ollut hyvin tärkeää pitää opinnäytetyöpäiväkirjaa ja kirjata muistiinpanoja. Ne toimivat raportin kirjoittamisen tukena. Dokumentoimme tiiviisti koko prosessia ja refleктоimme tekemäämme yhteisesti. Hyödynsimme työskentelysämme aktiivisesti verkkoa toimintaympäristönä. Perustimme salaisen Facebook-ryhmän opinnäytetyön ympärille. Ryhmään kertyi työskentelymme aikana satoja julkaisuja, jotka sisälsivät löydettyjä lähteitä, oivalluksia ja haasteita sekä pohdintaa. Ryhmän avulla saimme reaaliaikaisesti viestitettyä toisillemme prosessiin liittyvistä asioista. Myös perinteiset muistiinpanovälineet ja tavat, kuten tarralaput, olivat aktiivisessa käytössä.

Toiminnalliselle opinnäytetyölle tyypillisesti aloitimme prosessin aiheanalyysillä (Vilkkä & Airaksinen 2003, 23) jäsentäen aiheitamme. Jo aiheita ideoidessa meille oli keskeistä perheen arjen hyvät hetket. Lisäksi opinnäytetyötä suunnitellessa pohdimme vahvuuksiamme ja kehittymishaasteitamme. Opinnäytetyön tavoite on tuoda esiin vahva osaaminen jollakin oman alan osa-alueella (Vilkkä & Airaksinen 2003, 24). Yksi vahvuuksistamme opintojemme aikana on ollut lapsilähtöisyys ja siksi halusimme toimintaa lasten hyväksi ja lasten ehdoilla. Lisäksi huomioimme sen, mistä koulutusohjelmasta olemme valmistumassa ja mitä opintomme ovat sisältäneet, joiden huomioimista myös Hanna Vilkkä ja Tiina Airaksinen (2003, 24) pitävät tärkeänä opinnäytetyössä.

Kartoitimme taustaa, kohderyhmää ja kohderyhmän tarpeita, mikä on havaintojemme mukaan merkityksellistä toimintasuunnitelmaa tehtäessä. Toiminnallista opinnäytetyötä tehtäessä alalle on kehitettävä uutta, eikä vain esimerkiksi toistaa jonkun toisen keksimää hyvää ideaa (Vilkkä & Airaksinen 2003, 27). Lisäksi toiminnallinen opinnäytetyö tarvitsee viitekehyksen (Vilkkä & Airaksinen 2003, 30), jonka muodostimme. Ammattikorkeakoulussa toteutettavassa toiminnallisessa opinnäytetyössä yhdistyvät käytännön toiminta ja toteutuksen tutkimuksellinen ja viestinnällinen raportointi (Vilkkä & Airaksinen 2003, 9). Toiminnallisessa opinnäytetyössä suuntaa antava tieto on riittävä tuotos (Vilkkä & Airaksinen 2003, 63). Valitsemamme toiminnalliset menetelmät ovat tavoitteellisia ja toimivat joissain tapauksissa, mutta varmuutta menetelmien toimivuudesta meillä ei ole.

5.1 Julkaisun suunnittelu

Lähdimme suunnittelemaan toiminnallisen vertaistukiryhmän suunnitelman pohjalta julkaisua, josta toivomme olevan hyötyä varhaiskasvattajille ja vertaisryhmien ohjaajille. Kumpikaan meistä ei aiemmin ole tehnyt julkaisua. Meidän tuli pohtia montaa asiaa: julkaisun muotoa, kokoa, sisältöä, sivumäärää ja ulkoasua. Taittamisesta meillä ei ole aiempaa kokemusta.

Julkaisun suunnittelu alkoi sisältöjen ja rajauksen pohdinnalla. Julkaisun nimi muotoutui myös melko pian suunnittelemamme ryhmän nimen pohjalta. Ryhmäkokonaisuutemme nimi olisi ollut Meidän perheemme! Julkaisumme sai nimekseen Meidän perheemme – Ideoita varhaiskasvattajille ja vertaisryhmien ohjaajille. Kartoitimme sitä, mitä kaikkea julkaisu voi sisältää. Julkaisun sisältöön vaikuttivat muun muassa omat kokemuksemme ja ajatuksemme, hankkimamme tieto sekä erityisesti julkaisun kohderyhmä. Tutustuimme erilaisiin oppaisiin ja julkaisuihin saadaksemme vinkkejä julkaisun ulkoasuun ja toteutukseen.

Suunnittelun aikana paneuduimme tarkemmin siihen, mitä lainsäädäntöä meidän on hyvä huomioida julkaisua tehtäessä. Tärkeä havainto mielestämme oli se, että vertaisryhmät perustuvat vapaaehtoisuuteen (Suomen Mielenterveysseura 2004, 22), eikä esimerkiksi lakia vertaisryhmätoiminnasta ole olemassa. Varhaiskasvatus puolestaan on lakisääteistä ja tavoitteellista toimintaa, joka meidän luonnollisesti tuli ottaa huomioon. Varhaiskasvatus sisältää suunnitelmallista ja tavoitteellista kasvatusta ja opetusta (Varhaiskasvatuslaki 1973). Suunnitelmallisuus ja tavoitteellisuus ovat keskeisessä asemassa julkaisussa ja opinnäytetyössämme.

Saimme haastatella Lapsettomien yhdistys Simpukka ry:ssä työskenteleviä henkilöitä opinnäytetyön teemoihin liittyen ja luvan käyttää yhdistyksen logoa opinnäytetyöhön liittyvissä yhteyksissä. Kävimme tapaamassa yhteistyötahomme edustajia sekä Helsingissä että Tampereella. Haastatteluiden ohella kävimme julkaisuun liittyviä asioita läpi. Saimme esimerkiksi tietää, mitä jo olemassa oleva vertaisryhmän ohjaamiseen liittyvä Simpukka-yhdistyksen julkaisu sisältää. Sen perusteella rajasimme ryhmänohjaamiseen liittyvän materiaalin julkaisusta pois.

Lapsettomuutta kokeneille tai kokeville vanhemmille suunnittelemassamme toiminnassa käsitellään lapsettomuuden lisäksi vanhemmuuden teemaa. Olemme tuoneet aiemmin työssämme ilmi sen, että sekundäärisesti lapseton voi joutua pohtimaan esimerkiksi sitä, onko hänellä oikeus puhua lapsettomuuden aiheuttamasta surusta. Sekundäärisesti lapsetoman lapsettomuutta saatetaan kyseenalaistaa (Pruuki, Tiihonen & Tuominen 2015, 44–45). Koemme tärkeäksi, että lapsettomuutta kokeneilla vanhemmilla on mahdollisuus käsitellä lapsettomuuteen liittyviä tunteita ja vanhemmuutta vertaisten kanssa.

Huomioimme myös sen, että adoption tai lahjasukusolujen avulla perheen perustaneilla vanhemmilla on omaan tilanteeseensa liittyviä erilaisia tunteita ja kysymyksiä. Meille muodostuneen käsityksen mukaan ryhmässä, jossa vertaisuus perustuu vanhemmuuden ja lapsettomuuden kokemuksiin, voidaan käsitellä lukuisia muita teemoja ryhmäläisten toiveiden ja tarpeiden mukaan. Tämän vuoksi toimintaa tai keskustelun aiheita ei mielestämme voida suunnitella valmiiksi. Ryhmätoimintaan liittyy näkemyksemme mukaan olennaisesti inhimillisyyteen kuuluva ainutkertaisuus.

5.1.1 Julkaisun kohderyhmät

Julkaisun kohderyhmänä ovat varhaiskasvattajat, muut sosiaali-alan ammattilaiset ja vertaisryhmien ohjaajat. Julkaisun sisältö suunnattiin lapsettomuuden käsittelyyn sekä lasten että aikuisten vertaisryhmissä. Lasten ryhmässä lapsettomuuden käsittely tapahtuu perheiden moninaisuuden kautta.

Rajasimme suunnittelemamme kolmen kerran kokonaisuuden koskemaan lapsettomuutta kokeneita tai kokevia lapsiperheitä. Esittelemiämme toiminnallisia tapoja lapsettomuuden käsittelyyn on kuitenkin mahdollista soveltaa myös esimerkiksi lapsettomien henkilöiden tai pariskuntien muodostamiin vertaistukiryhmiin. Lapsettomien yhdistys Simpukka ry:llä kohderyhmäämme kuuluvat Lapsellisten lapsettomien vertaistukiryhmät ja Helminauharyhmät (Valkonen 2017), jotka on suunnattu lahjasukusoluhoidoista harkitseville, lahjasoluhoidoista läpi käyville ja lahjasukusoluilla lapsen saaneille perheille (Lapsettomien yhdistys Simpukka ry i.a.a.).

Julkaisua tehdessä otimme kohderyhmän huomioon tekemällä julkaisusta mahdollisimman käytännönläheisen, selkeän ja tiiviin kokonaisuuden. Halusimme, että julkaisu on helposti lähestyttävä ja hienotunteinen. Opinnäytetyöstämme ja julkaisustamme voivat hyötyä myös monet muut sosiaalialan ammattilaiset. Toivomme, että opinnäytetyömme ja julkaisumme päätyvät mahdollisimman monelle luettavaksi.

5.1.2 Julkaisun tavoitteet

Oleellista aikuisten vertaisryhmätoiminnan ohjaamisessa on näkemyksemme mukaan se, että jokaisella on mahdollisuus kertoa oma yksilöllinen ja ainutkertainen kokemuksensa ja tulla kuulluksi. Kertomisen ja kuulluksi tulemisen lisäksi vertaistukiryhmässä on mahdollisuus huomata, että toisilla saattaa olla samankaltaisia kokemuksia tai ajatuksia. Vertaisuuden kokemuksen lisäksi suunnittelemamme ryhmätoiminnan tarkoituksena on tarjota toiminnallisia keinoja lapsettomuuden ja vanhemmuuden teemojen käsittelyyn.

Jokaiselle kerralle on asetettu omat tavoitteet. Myös menetelmät ovat tavoitteellisia. Ryhmän on tarkoitus lisätä ymmärrystä myös omia kokemuksiaan ja omaa perhettä kohtaan. Lapsettomuuden käsittelyn lisäksi toiminta pyrkii vahvistamaan oman perheen arvostusta. Lisäksi haluamme vaikuttaa lasten ajatusmaailmaan ja lisätä heidän suvaitsevaisuuttaan sekä ymmärrystään moninaisuutta kohtaan. Toivomme, että tekemämme työn avulla varhaiskasvattajan tai vertaisohjaajan on helpompi lähestyä aihetta.

5.2 Julkaisun sisältö

Julkaisussa esiintyvät menetelmät valikoituivat mielenkiinnonkohteidemme ja kokemusiemme perusteella. Halusimme muodostaa monipuolisen kokonaisuuden ja hyödyntää osaamistamme. Hyödynsimme suuressa osassa menetelmien esittelyjä lähdeaineistoa, mutta osa harjoitteista on itse koettuja ja kokeiltuja töiden tai harrastusten parissa. Julkaisu ja opinnäytetyö ovat tarkoitettuja kulkemaan käsi kädessä kokonaisuutta toteutettaessa. Julkaisu sisältää lyhyet kuvaukset menetelmistä ja joitain esimerkkejä niiden soveltamismahdollisuuksista. Opinnäytetyössä avaamme julkaisun taustaan liittyviä tietoja ja teoriaa sekä julkaisua enemmän soveltamismahdollisuuksia. Julkaisussa toiminta on

avattu opinnäytetyötä konkreettisemmalla tasolla. Esimerkiksi laulunsanat löytyvät vain julkaisusta. Pohdimme pitkään sopivaa teoratiedon määrää julkaisussa; halusimme sen olevan sekä informatiivinen että napakka. Päädyimme ratkaisuun, jossa esitellään lyhyesti lapsettomuutta ilmiönä. Julkaisun painopiste on käytännössä.

Julkaisusta löytyy useita toiminnallisia menetelmiä koottuna kolmen kerran kokonaisuudeksi. Lisäksi teimme johdannon, kolmen kerran kokonaisuutta ylipäänsä käsittelevän luvun ja lisätietoa sisältävän osion julkaisun lukijoille. Valitsimme kuvia elävöittämään julkaisua. Olemme hyödyntäneet julkaisussa sekä itse otettuja että Papunetin kuvapankin kuvia.

5.2.1 Aiheen käsittely lasten kanssa

Monipuolinen toiminta toimii sekä eettisenä että emotionaalisenä kasvattajana ja kasvat-
taa sekä taidollisesti että älyllisesti (Rusanen, Kuusela, Rintakorpi & Torkki 2014, 6).
Lapsi tarvitsee hyvään kasvuun lastenpsykiatri Jari Sinkkosen mukaan esimerkiksi riittä-
vän hyvää vuorovaikutusta, ikätovereita, paljon rakkautta ja leikkejä sekä suvun ja juuret.
Identiteetin muodostumisen kannalta lapselle on tärkeä tietää, mistä on tullut ja keitä omat
vanhemmat ja isovanhemmat esimerkiksi ovat. Lapset tarvitsevat myös leikkiä esimer-
kiksi mielikuvien ja mahdottomuuksien mahdollistamiseksi. (Sinkkonen 2008, 269–274.)
Leikki, vuorovaikutus, rakkaus, ikätoverit ja oman perheen tiedostaminen ovat siis lapsen
hyvän kasvun kannalta ilmeisen tärkeitä asioita. Materiaalipaketin toiminnallisissa ryh-
mäkerroissa huomioidaan nämä teemat.

Varhaiskasvattajat kohtaavat jokaisena työpäivänä monenlaisia lapsia ja vanhempia
(Mykkänen & Böök 2017, 75). Lapsettomuus on yksi perhe-elämään liittyvä teema mui-
den rinnalla. Julkaisua voi hyödyntää oman perheen käsittelyssä esimerkiksi varhaiskas-
vatuksessa. Haluamme työllämme lisätä myös lasten tietoisuutta lapsettomuuteen liitty-
vistä asioista. Toiminnoissa lapset pyrkivät yhteiseen päämäärään. Hyödyntämämme me-
netelmät eivät sisällä kilpailullisia elementtejä. Kilpailuelementtien puuttumisen olemme
ajatelleet edesauttavan sitä, lapset voivat keskittyä paremmin tutustumiseen ja yhdessä
tekemiseen.

Ensimmäisen kerran aiheina ovat oma perhe ja toisten perheet. Tavoitteena on tutustuminen ja virittäytyminen aiheeseen. Jokainen lapsi tuo ensimmäiselle kerralle valokuvan perheestään tai tärkeän esineen omaan perheeseen liittyen. Esine voi olla esimerkiksi iltasatukirja tai matkamuisto. Esineet esitellään aluksi yhteisesti kaikille ryhmäläisille ja niistä keskustellaan sen verran, kuin keskustelua syntyy. Esineiden esittelyiden jälkeen tehdään Minun perheeni -piirroksia. Lapset piirtävät omat perheensä ja kertovat piirustusta esitellessään keitä omaan perheeseen kuuluu. Piirtää voi esimerkiksi puukynällä, liiduilla, tusseilla tai hiilellä erilaisille materiaaleille (Marjamäki, Kosonen, Törrönen & Hannukkala 2015, 26). Piirustuksen alle jätetään tilaa seuraavaa kertaa varten.

Taiteellinen toiminta on lapsilähtöistä ja lapselle ominainen tapa tutkia maailmaa ja ilmaista itseään. Välineillä on väliä ja aikuisen tehtävä on luoda puitteet taiteellisuuden mahdollistamiselle. (Elo & Roos 2014, 61.) Kuvataiteellisen toiminnan avulla lapsi voi ilmaista ja kertoa asioita (Rusanen, Kuusela, Rintakorpi & Torkki 2014, 6). Piirtäminen kehittää myös lapsen hienomotorisia taitoja, silmän ja käden koordinaatiota, liikeratojen hallintaa ja vauhtia sekä reaktiokykyä. Lapsi voi myös hahmottaa suuntia ja voimaa piirtäessään. (Rusanen ym. 2014, 40.) Ihmisen identiteetti alkaa muodostua jo varhaislapsuudessa (Kinossalo & Mäkinen 2014, 55). Kuvataiteellisella toiminnalla rakennetaan lapsen identiteettiä. Jälki heijastaa lasta, ja lapsi voi sanattomasti ilmaista käsityksiään sekä kertoa tärkeistä asioista. (Rusanen ym. 2014, 42.) Aikuinen voi tukea sanallisesti lapsen identiteettiä (Repo 2013, 110).

Lapsi voi myös tuoda ilmi hänelle vaikeita asioita (Rusanen, Kuusela, Rintakorpi & Torkki 2014, 42). Ohjaajan yhtenä tehtävänä on ylläpitää toivoa (Kinanen 2009, 72). Lapsittomuuden käsittelyyn suunnittelemissamme lasten vertaistukiryhmässä toivo ei olisi liittynyt siihen, että perheeseen tulisi lisää lapsia, vaan esimerkiksi siihen, että elämä kantaa ja oma perhe on arvokas sellaisenaan. Tämä on hyvä pitää mielessä myös varhaiskasvatuksessa asioita käsiteltäessä. Oman perheen esittelyn avulla voi jälleen syntyä sopiva tilaisuus keskustelulle ja ajatusten vaihtamiselle. Esineiden ja oman perheen esittelyllä tavoitellaan tutustumista.

Lapsen oppiminen perustuu leikkiin (Hämmäinen & Mäki 2009, 51). Leikillä on aina paikkansa työskenneltäessä lasten parissa (Mäkinen, Raatikainen, Rahikka & Saarnio 2009, 159). Oman perheen esittelyn ja mahdollisen keskustelun jälkeen leikitään Kim-

leikkiä, jossa hyödynnetään esiteltyjä esineitä. Jos esineitä on vähän, voi niitä lisätä leikkiin oman arvion mukaan. Ideana on se, että kaikki esineet asetetaan lasten näkyville esimerkiksi yksivärisen viltin päälle, ja lapset painavat mieleensä kaikki esillä olevat esineet. Tämän jälkeen lapset sulkevat silmänsä tai peittävät kasvonsa ja leikin ohjaaja poistaa yhden esineistä. Lasten tehtävänä on arvata mikä esineistä on poistettu.

Ajatuksenamme on, että leikillä vahvistetaan kaikkien osallistujien tärkeyttä huomioidulla kaikkien tuomat esineet. Jokaisen esineen läsnäolo huomataan, kuten myös jokainen lapsi huomataan ryhmässä. Kerromme Kim-leikin idean materiaalipaketissa lyhyesti. Ohjaaja voi halutessaan asettaa lisäsäännöksi sen, että lapsi, jonka esine puuttuu muiden joukosta, ei saa kertoa siitä muille. Toisten on tällöin huomattava esineen puuttuminen ja leikki kestää mahdollisesti pidempään. Kim-leikkiä on hyödynnetty myös lapsen mielen-terveyttä edistäväksi ja voimavaroja vahvistavaksi tarkoitettussa harjoituskokonaisuudessa teoksessa *Lapsen mieli* (Marjamäki, Kosonen, Törrönen & Hannukkala 2015, 26).

Ensimmäinen kerta päätetään lukemalla kirja *Meidän pihan perhesoppa* (Katajavuori, Toivanen & Tokola 2015), jossa kerrotaan eri tavoin muodostuneista, moninaisista perheistä lasten näkökulmasta. Kirja käsittelee monella tapaa moninaisia perheitä ja sijoittuu päiväkotij- ja pihapiirimiljööseen. Kirja sopii mielestämme lapsiryhmälle luettavaksi ja uskomme sen herättävän monenlaisia ajatuksia. Lukemisen jälkeen on hyvä varata hetki kirjan herättämien ajatusten ja tunteiden käsittelyyn.

Tarinat ja sadut ovat merkittävässä roolissa varhaiskasvatuksessa (Hämmäinen & Mäki 2009, 52). Satujen lukeminen lapselle on asia, jota kasvattajan ei tule arkailla. Kannattaa luottaa siihen, että intuition ja kokemusten perusteella tietää, millaisen sadun lapselle tai lapsiryhmälle valitsee. Aikuisen turvallinen läsnäolo on tärkeää satua kerrottaessa. (Mäki & Arvola 2009, 27.) Sadut vahvistavat läheisyyttä aikuisten ja lasten välillä. Satuja luki- malla lapsen mielikuvamaailma avartuu. Niiden avulla lapsella on myös mahdollisuus eläytyä muiden ihmisten tunteisiin ja kokea empatiaa. Satujen kautta lapset voivat kokea erilaisia tunteita ja oppia myös selviytymiskeinoja. (Marjamäki, Kosonen, Törrönen & Hannukkala 2015, 18.) Näkemyksemme mukaan varhaiskasvatusympäristössä kannattaa lukea lapsille myös sellaisia satuja, joiden lukeminen saattaa herättää ristiriitaisia ajatuk- sia.

Vaikka satu on valittu valmiiksi ensimmäisen kerran lopuksi, voi myös muita vaihtoehtoja ryhmälleen pohtia. Meidän pihan perhesoppa -kirjan lisäksi esimerkiksi Pupujuttu ja muita vauvasatuja (Hovatta 1993) sekä Veera-vuohen vekara (Willis 2010) käsittelevät lapsettomuutta ja moninaisia perheitä. Monimuotoisista perheistä kertoo myös kirja Meidän perhe (Vuorinen, Eskola & Lintunen 2016). Aiheeseen liittyen löytyy lisäksi Oppi & Ilo -sarjaan kuuluva työskentely- ja tietopaketti Suuri perhekirja (Ledu & Frattini 2009). Nämä kirjat tarjoavat samaistumisen mahdollisuuksia realistisin tekstein ja kuvin, piirroskuvakirjan ja satutekstin muodossa sekä eläinmaailmaan sijoitettuna. Olemme huomioineet sen, että kirjat ovat sekä lasten että aikuisten näkökulmasta kirjoitettuja. Kirjavaihtoissa korostuu ajatus siitä, että lapsen ulkoiset ominaisuudet tai perimä eivät ole yhteydessä hänen saamaansa rakkauteen. Valitsimme kirjoja, joissa korostuu lapsen tunteiden sanottaminen sekä lapsen tärkeys ja ainutlaatuisuus.

Toisen kerran aiheena on perheen arjen hyvät hetket. Tavoitteena on oppia arvostamaan omaa perhettään sellaisena kuin se on. Toinen kerta aloitetaan Pupujuttu-tarinalla, joka löytyy kirjasta Pupujuttu ja muita vauvasatuja (Hovatta 1993, 6–9). Kirja on saatavilla verkkojulkaisuna. Tarinan ja mahdollisesti heränneen keskustelun jälkeen lauletaan Puppuperhe -laulua erilaisilla perhemalleilla. Musiikin avulla tunteita voidaan kokea ja muovata turvallisesti (Sinkkonen 2008, 265). Sen avulla voidaan myös välittää tietoa ja taitoja sekä syventää myönteistä yhdessäolon ilmapiiriä (Marjamäki, Kosonen, Törrönen & Hannukkala 2015, 8). Laulun jälkeen luetaan tarina, jossa perhe viettää mukavaa yhdessäolon aikaa tehden erilaisia asioita. Esimerkiksi Jos minä olisin SINÄ (Richard Hamilton & Babette Cole) ja Kultra pieni (Debi Gliori) ovat kirjavaihtoehtoja, jotka kertovat lapsen ja vanhemman vuorovaikutussuhteesta ja yhteisestä ajankäytöstä.

Tarinan lukemisen jälkeen pohditaan oman perheen kanssa vietettyjä hyviä hetkiä. Keskustelua ei tule ohjailta liikaa, mutta lapselle kannattaa tarjota ajatuksia herättäviä kysymyksiä. Lapsen ajatuksia kirjataan edellisellä kerralla tehtyjen piirustusten oheen. Toiminnassa olisi hyvä olla toinen ohjaaja kirjaamisen, keskustelun ja läsnäolon mahdollistamiseksi.

Viimeisellä kerralla aiheina ovat lapsen voimavarat ja haaveet. Tavoitteena on avartaa lasten näkemystä erilaisista tavoista muodostaa perhe. Tällä ryhmäkerralla tarkastellaan

erilaisia mahdollisuuksia ja unelmia. Kolmannen kerran aluksi lapsille luetaan Kettuvauvat -satu, joka kuvaa hormonihoidoita. Lisäksi luetaan Ruskea hiiri -satu, joka kertoo adoptiolapsen hakemisesta. Sadut löytyvät kirjasta Pupujuttu ja muita vauvasatuja (Hovatta 1993). Satujen jälkeen teemoja käsitellään keskustellen yhteisesti lapsiryhmässä.

Kaikilla on unelmia, mielen haaveita jostain paremmasta. Unelmat kehittävät ja kantavat meitä eteenpäin. (Mielenterveyden keskusliitto ry i.a. 2.) Viimeisellä kerralla pääpaino on lasten kanssa tehtävissä unelmakartoissa. Aluksi lasten kanssa käsitellään unelmia keskustelemalla. Unelmien ei tarvitse olla realistisia, jotta todelliset unelmat tulevat esiin. Alustuksen jälkeen unelmakarttoja tehdään käytännössä. Ohjaaja varautuu tuokioon esimerkiksi leikekuvilla, korteilla ja lehdillä, joista lapset löytävä mieleisiä kuvia ja joista unelmakarttaa voi alkaa muodostamaan. Myös liimaa ja erilaisia pahveja tarvitaan. Lapsille tulee antaa riittävästi aikaa unelmien pohdinnalle ja karttojen tekemiselle. Parhaimmillaan työskentely lapsen ehdoilla on rentoa. Aikuisen avoin kiinnostus välittyy myös lapselle. Emotionaalinen läsnäolo ja kyky asettua lapsen asemaan oikein ja luontevasti on aistittavissa. (Bardy & Känkänen 2005, 111.) Karttojen ollessa valmiita niitä tarkastellaan yhteisesti. Lapset voivat kertoa oman karttansa keskeisimmistä asioista. Karttoja ei vertailla keskenään.

Viimeinen kerta päätetään satuhierontatuokioon. Satuhieronta on kosketuksen, satujen ja mielikuvien yhdistämistä kosketuskuvituksella, jota voi kuvata myös kevyenä hierontana. Menetelmässä kohtaaminen on läsnä olevaa ja siinä voidaan hyödyntää esimerkiksi leikkiä ja iloa. Samalla huomioidaan satuhierottavan itsetunto ja ihmisarvo. Menetelmää voi toteuttaa selän, käsien, pään ja jalkojen alueilla. Läsnä oleminen lähentää hierojaa ja hierottavaa. (Tuovinen 2014, 12–13.) Suosittelemme tutustumaan menetelmään huolellisesti ennen sen toteutusta. Kirjassa Satuhieronta - Läsnäolevan kosketuksen ja sadun taikaa (Tuovinen 2014) käydään läpi käytännönasioita, joita tähän teoriaosuuteen ei ole tuotu. Huomioitavia asioita ovat esimerkiksi vapaaehtoisuus, se, kuka on hierottava ja kuka hieroja, valmistelut, aika ja paikka (Tuovinen 2014, 15).

Ryhmäkerran kestoksi arvioitu puolitoistatuntia saattaa venyä, sillä unelmakartat vievät aikaa. Koemme kuitenkin tärkeäksi, että viimeinen kerta päätetään tähän rauhoittavaan ja lapselle usein mielekkääseen menetelmään, jota voi toteuttaa myös ryhmässä. Lapset voidaan esimerkiksi jakaa pareiksi ja sopia kumpi toimii hierottavana ja kumpi hierojana.

Ryhmänohjaaja voi myös lukiessaan toimia hierojana. Ohjaaja lukee Merirosvolaiva - sadun. Satu löytyy esimerkiksi kirjasta Satuhieronta - Läsnaölevan kosketuksen ja sadun taikaa (Tuovinen 2014). Tarinassa korostuu se, että lapsi on aarre. Esimerkiksi lapset, jotka ovat saaneet alkunsa lahjoitettujen sukusolujen avulla, ovat vanhempiensa erityisen hartaasti odottamia ja toivomia (Pruuki, Tiihonen & Tuominen 2015, 175). Halutessaan ohjaaja voi valita myös muita satuja tai saman sadun uudelleen, jotta kaikki pääsevät sekä hierojan että hierottavan rooliin. Satuja löytää lisää esimerkiksi Satuhierontaa käsittelevästä kirjasta, jonka menetelmän kehittäjä Sanna Tuovinen on tehnyt.

Satuhieronta lievittää stressiä ja auttaa esimerkiksi nukahtamisessa. Myönteinen kosketus rauhoittaa ja vähentää stressiä. Myönteinen kosketus myös kertoo välittämisestä ja nähdyksi tulemisestä. (Tuovinen 2014, 7.) Menetelmää voi toteuttaa lapsen ollessa valmis rauhoittumaan esimerkiksi kotona tai päivähoitossa istuen tai makoillen. Sitä voi kokeilla myös ringissä tai jonossa, jos kyseessä on ryhmätuokio. Huomioitavia asioita ovat mukavuus ja rentous, kun mietitään missä ja milloin satuhierontaa toteuttaa. (Tuovinen 2014, 15–16.) Satuhieronnalla on hyvinvointiin fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia vaikutuksia. Satuhieronta esimerkiksi vahvistaa luottamus- ja kiintymyssuhteita, tuo kokemuksen omasta arvokkuudesta, ennaltaehkäisee mielenterveysongelmia, auttaa kehonhallinnassa ja motoriikan kehityksessä, luo myönteistä ilmapiiriä ja hyvän olon hetkiä sekä vaikuttaa sosiaalisiin taitoihin. (Tuovinen 2014, 12–13.) Vaikutukset ovat erilaisia lähtökohdasta riippuen. Satuhieronta voi olla joko aktivoivaa tai rauhoittavaa (Tuovinen 2014, 20.) Kahta eri aistia hyödyntämällä ajatus ei karkaa niin helposti ja kuuntelu, kuvittelu sekä kosketus otetaan vastaan kyseisessä hetkessä, reaaliaikaisesti (Tuovinen 2014, 13).

Viimeisen kerran jälkeen ohjaaja voi joko yksin tai yhdessä lasten kanssa kehystää Minun perheeni -taulun, joka jää lapselle muistoksi Meidän perheemme! -kokonaisuudesta. Lasten kanssa voi myös tehdä kehyksiä tauluihin.

5.2.2 Aiheen käsittely aikuisten vertaisryhmässä

Tulee päivä, jolloin lapsi alkaa kysyä esimerkiksi seuraavanlaisia kysymyksiä: mistä vauvat tulevat? Mistä minä tulin? Onko minulla isää? Miksi minulla on ruskeat silmät ja vanhemmilla siniset? (Kramer & Cahn 2013, xi). Täytyy päättää miten, milloin ja mitä

kertoa lapselle. Vanhemmat usein yllättyvät tajutessaan sen, että heidän täytyy käydä läpi omat tunteet ja ajatukset ennen kuin lapselle voidaan puhua. (Kramer & Cahn 2013, 11.)

Aikuisten toimintakokonaisuudet on suunnattu lähinnä aikuisten vertaistukiryhmiin. Niissä käytettyjä menetelmiä voidaan kuitenkin soveltuvien osin hyödyntää esimerkiksi vanhempainilloissa. Aikuisten toiminta vertaistukiryhmässä olisi elänyt pitkälti ryhmässä ilmenneiden toiveiden mukaan. Olimme suunnitelleet keskustelunaloituksia ja menetelmiä, joilla voisimme edistää keskustelua. Pohdimme myös erilaisia toiminnallisia mahdollisuuksia lapsettomuuden käsittelyyn aikuisten vertaisryhmässä. Lisäksi muutamia menetelmiä kotiin vietäväksi oli suunniteltu. Toiminnan suunnittelun lisäksi pohdimme keskustelun teemoja ja keinoja vertaistukea mahdollistavien keskustelujen herättämiseksi. Kerronnan tukena voidaan hyödyntää eri menetelmiä ja materiaaleja, esimerkiksi esineitä. Suunnittelimme niiden hyödyntämistä. Kiinnitimme huomiota myös siihen, miten kohtaisimme ryhmässä herääviä vaikeita tunteita ja pohdimme sitä, miten vastuu ryhmäläisten psyykkisestä turvallisuudesta otetaan. Jokaisen ryhmäkerran aluksi ja päätteeksi on keskustelukierros, jossa ryhmän osallistujilla on mahdollisuus kertoa sen hetkisistä ajatuksista ja tunteista.

Kynnys ryhmätoimintoihin osallistumiselle voi olla suuri. Toiminnalliset ryhmät voivat madaltaa osallistumiskynnystä. Pelkän keskustelun sijaan muiden kanssa yhdessä tekeminen saattaa olla ihmiselle helpompaa. (Tanskanen 2015, 105.) Pelaaminen tai leikkiminen ei välttämättä tunnu aikuisesti luontevalta. Joidenkin aikuisten voi olla vaikeaa antautua myös esimerkiksi luovaan toimintaan. (Valkeapää 2011, 21.) Suunnittelemasamme aikuisten vertaistukiryhmässä toimintaa käytetään kerronnan tukena, mutta sen määrää ja tyyliä voidaan muuttaa ryhmäläisten toiveiden mukaisesti. Toiminnallisuutta aikuisten ryhmäkertoihin tuodaan kokonaisuudessamme draamaharjoitusten avulla. Draama on toiminnallisuuteen perustuva menetelmä, jossa ryhmällä on keskeinen merkitys. Draama edistää osallisuutta ja dialogisuutta. Se on kohtaamista, jakamista ja vuorovaikutuksen terapeutista vahvistamista. (Kuukasjärvi 2011, 61.)

Ensimmäisellä kerralla käsitellään omaa perhettä ja toisten perheitä. Tavoitteina ovat tutustuminen ja virittäytyminen aiheeseen. Jokainen ryhmän jäsen tuo ensimmäiselle kerralle esineen, joka liittyy jollain tavalla perheen syntyhistoriaan. Muistoesineiden kerääminen on yksi tapa rakentaa omaa kotia (Rönkkö & Rytönen 2010, 15). Lapsiperheellä

esine voi olla esimerkiksi lapsen ensimmäinen lelu tai matkamuisto adoptiomatkalta. Kukin esittelee tutustumiskierroksella oman perheensä esineen kautta ja kertoo perheensä syntytavasta sen verran, mitä haluaa ja on valmis siinä vaiheessa jakamaan toisten kanssa. Esine voi lapsettomilla pariskunnilla liittyä parisuhteen alkuaikoihin ja olla esimerkiksi ensimmäisen yhteinen valokuva tai ensitapaamisesta muistuttava elokuvaalippu. Yksin ryhmään tuleva voi esitellä itsensä itselle tärkeän esineen kautta.

Tutustumiskierroksen jälkeen ryhmän jäsenet kertovat kuvien avulla tunteistaan ja toiveistaan ryhmän suhteen. Kuvat on hyvä asetella valmiiksi esimerkiksi pöydälle ja ryhmäläiset valitsevat sellaiset, jotka viestivät omia tunteita. Toiveet voivat liittyä esimerkiksi ilon lisäämiseen, kiitollisuuteen, turvallisuuteen tai ilman puhdistamiseen vaikeita tunteita käsittelemällä. Jollekin ryhmä voi merkitä esimerkiksi hengähdystaukoa tai aikaa tunteiden käsittelylle. Kuvina voidaan hyödyntää taidekortteja tai erilaisia kuvia voidaan leikata lehdistä. Kuvat voivat esittää esimerkiksi lapsia tai aikuisia, maisemia, harrastuksia, tunteita, tilanteita, esineitä, asioita tai erilaisia vuorovaikutustilanteita. Kuvatöskentelyyn on olemassa myös valmiita materiaaleja, esimerkiksi Hyvän mielen kortit tai Inspiraatiokortit. Valikoiman on hyvä olla monipuolinen, jotta kukin ryhmäläinen löytää itselleen sopivan kuvan tai kuvia. Kuvia voidaan valita myös siten, että yksi kuva kertoo jollakin tavalla siitä, minkälaisia tunteita ryhmään tuleminen herättää ja toinen kuva kuvastaa sitä, mitä henkilö ryhmältä toivoo.

Kuviin liittyvän keskustelun ja yleisemmin vertaisryhmän keskustelujen avaamiseen voidaan käyttää apuna esimerkiksi esinettä. Tähän yhteyteen sopiva esine voisi olla simpukka. Simpukkaa on mahdollista käyttää merkinä siitä, kenellä puheenvuoro milloinkin on. Ohjaaja antaa halukkaalle ensimmäiselle puhujalle simpukan ja huolehtii sen kulusta ryhmäläiseltä toiselle ryhmäläisten määrittämässä tahdissa.

Ensimmäinen kerta päätetään kirjoittamalla itselle hyvää oloa tuottava kirje mukailten yhdysvaltalaisen psykoterapeutin, Yvonne Dolanin (1998, 153–155), sadepäiväkirjettä. Kirjeeseen voidaan kirjoittaa esimerkiksi kuulumisia ja viestittää itselle voimaa ja lohtua tuottavia myötätuntoisia ajatuksia. Valmis kirje laitetaan suljettavaan kirjekuoreen, johon kirjoitetaan myös osoitetiedot. Kuoret annetaan ryhmän ohjaajalle, joka lähettää ne niiden kirjoittajille postitse ajankohtana, jota ei ole sovittu ennalta. Ajankohta voi olla esimer-

kiksi puolen vuoden tai vuoden kuluttua. Yllätyksen tarkoituksena on, että kirjeen kirjoittajat saavat muistoja menneestä ja valoisia ajatuksia päivään. Kirjeitä ei lueta toisille ryhmäläisille, mutta niiden sisällöstä on mahdollisuus jakaa haluamansa verran ryhmälle. Myös kirjeen kirjoittamiseen liittyviä ajatuksia voidaan jakaa.

Kirjoittamisella on terapeuttisia ja psyykkistä oloa helpottavia vaikutuksia. Ahdistusta aiheuttavat asiat saattavat esimerkiksi tuntua aiempaa pienemmiltä, kun niistä on kirjoittanut. Kirjoittaminen auttaa jäsentämään tunteita ja ajatuksia. Keskenään ristiriitaisten asioiden käsitteleminen on helpompaa, kun ne ovat paperilla ajatusten, runojen tai proosatekstien muodossa. Kirjoittamisen avulla on myös mahdollista jakaa sellaisia asioita, joista ei ole valmis puhumaan muille. (Kinanen 2009, 58.) Tämän vuoksi kirjoittaminen tuntui luontevalta valinnalta yhdeksi menetelmäksi käsitellä lapsettomuutta aikuisten vertaisryhmässä.

Silloin, kun lohtua tarvitsee kaikkein eniten, voi olla vaikeaa muistaa, mistä apua saa. Kirje itselle on mahdollisuus saada tukea itsensä parhaiten tuntevalta henkilöltä, eli itseltään. Kirjeeseen itseltä voidaan sisällyttää esimerkiksi lista asioista, jotka yleensä lohduttavat sekä läheisten nimiä ja puhelinnumeroita. Kirjeessä on myös hyvä muistuttaa itseään omista taidoista, vahvuuksista, kiinnostuksen kohteista ja unelmista. Kirje voi sisältää myös esimerkiksi konkreettisia kehotuksia tai neuvoja liittyen esimerkiksi hyvää oloa tuottavan teen juomiseen, syömiseen, nukkumiseen tai muihin asioihin, joiden kautta on mahdollista saada hyvää oloa. (Dolan 1998, 153–154.)

Ihminen rakentaa kotinsa tekemisen kautta. Kotiin liittyy esimerkiksi yhteisiä sopimuksia ja arjen elämään kuuluvaa tekemistä. (Rönkkö & Rytönen 2010, 15.) Toinen ryhmäkerta keskittyy perheen kokemuksiin ja arjen hyviin hetkiin. Kerran tavoitteena on omaan perheeseen liittyvien ajatusten, tunteiden ja yhteisen ajan käsitteleminen yksin sekä ryhmässä. Arjen hyvien hetkien käsittelyllä halusimme tuoda esille perheen yhteisen ajan ja kodin hyvien hetkien merkityksellisyyttä.

Toinen kerta aloitetaan keskustelukierroksella siitä, miltä ryhmään tuleminen sillä hetkellä tuntuu ja mitä ajatuksia esimerkiksi lapsettomuuteen tai vanhemmuuteen liittyen on edellisen kerran jälkeen herännyt. Aloituksen jälkeen on tarkoitus esitellä oma perhe esimerkiksi Mannerheimin lastensuojeluliiton Vertaansa vailla -keskustelukorttien avulla.

Keskustelukorteissa on kuvattu erilaisia vahvuuksia sanoin ja kuvin. Vahvuuksia saa valita useita. Korttien avulla voidaan työskennellä esimerkiksi tunteiden kanssa (Mäkinen, Raatikainen, Rahikka & Saarnio 2009, 159). Työskentelyssä on mielestämme hyvä korostaa sitä, että vahvuuksien valintaan vaikuttavat erilaiset tunnetilat ja ajatukset. Työskentelyssä ei pyritä valitsemaan oikein, vaan tarkoitus on helpottaa omista ja toisten vahvuuksista puhumista. Kun kukin ryhmän jäsen on valinnut omia ja perheenjäsentensä vahvuuksia kuvaavia kortteja, esitellään ne muulle ryhmälle. Kortteja voi valita myös useita siten, että eri kortit kuvaavat henkilön tai henkilöiden eri puolia, kuten sitä, millaisia vahvuuksia henkilöllä näkemyksensä mukaan on yksilönä, puolisona ja vanhempana.

Toisella kerralla kirjoitetaan myös Haluan kertoa sinulle -kirje. Sen voi kirjoittaa esimerkiksi omalle puolisololle, lapselle tai toivotulle lapselle. Kirjeen voi kirjoittaa myös lapselle, jonka on keskenmenon tai lapsen kuoleman myötä menettänyt. Kirjettä kirjoittaessa on mahdollisuus pohtia ja jäsentää lapsettomuuden kokemukseen liittyviä tunteita. Mikäli ryhmän jäsenet ovat vanhempia, kirjeen kirjoittaminen voi toimia myös keinona lisätä ilon kokemusta omasta perheestä ja olemassa olevista perheenjäsenistä. Vanhemmat voivat esimerkiksi yksin tai yhdessä kirjoittaa lapselleen kirjeen, jossa kertovat, miten tärkeä lapsi on heille ja mitä asioita he lapsessaan erityisesti arvostavat. Kirjoittaessa taustalla voi soida tilanteeseen sopivaa musiikkia. Lapsettomuutta käsitellään myös laulujen muodossa. Kirjoitettuja kirjeitä ei lueta ryhmässä, mutta kirjeen kirjoittamisen jälkeen siitä on mahdollisuus kertoa toisille ryhmäläisille haluttu määrä.

Keskustelun jälkeen siirrytään pohtimaan oman perheen hyviä hetkiä ja sitä, mikä tuo perheen arkeen iloa. Mieleen tulevat hetket ja hyvää oloa tuottavat yhteiset asiat kirjoitetaan tarralapuille. Hyvistä hetkistä on tarkoitus keskustella ja niitä on tarkoitus jakaa siten, että jokainen ryhmäläinen kertoo vuorollaan mieleen tulleista asioistaan. Kun kaikki ovat kertoneet oman perheensä hyvistä hetkistä, on niitä mahdollista antaa toisille. Jos joku on esimerkiksi kirjoittanut oman perheensä hyvää oloa tuottavaksi asiaksi viikoittaisen metsäretken, voi toinen samaa haluava pyytää siitä kertoneelta ryhmäläiseltä kyseistä tarralappua ja tehdä myös metsäretken. Vastaavasti metsäretkestä kertonut voi olla kiinnostunut jonkun toisen lukuhetkestä majassa pöydän alla. Hyviä hetkiä ja ajatuksia vaihtamalla on mahdollista saada uusia näkökulmia oman perheen kanssa vietettävään aikaan. Itselle uudet laput voi laittaa esimerkiksi kalenterin väliin ja pyrkiä toteuttamaan ne sopivana ajankohtana. Toisen kerran lopuksi on keskustelukierros.

Kolmannen kerran aiheina ovat vanhemmuuden voimavarat ja perheen haaveet. Viimeisen kerran tavoitteena on etsiä ja löytää voimavaroja, joiden avulla suunnata kohti tulevaa. Myös viimeinen kerta aloitetaan keskustelemalla kuulumisista ja ryhmään tulon tunnelmista. Sen jälkeen on tarkoituksena tehdä itselle Vanhemmuuden voimavarakartta. Vanhemmuuden voimavarakarttatyöskentelyn sijaan ryhmässä voidaan tehdä toisenlaisia voimavarakarttoja. Vaihtoehtona on myös unelma- tai aarrekarttatyöskentely.

Voimavarat antavat voimia (Mielenterveyden keskusliitto ry i.a. 24). Suuntaa ja voimia voi saada myös unelmien avulla (Mielenterveyden keskusliitto ry i.a. 29). Unelmat ja haaveet eivät ole outoja tai tuntemattomia. Ne ovat ihmisen pohjimmaista minuutta. Unelmat lähtevät toteutumaan, kun ne otetaan todesta. (Hellsten 2004, 7.) Materiaaleina voimavarakarttatyöskentelyssä käytetään lehtiä, joista voi leikata kuvia ja tekstejä. Myös valmiita kuvia ja piirustus- tai maalausvälineitä voi olla saatavilla. Karttaan voi liimata, piirtää tai kirjoittaa asioita, jotka tuovat iloa ja voimia vanhempana toimimiseen tai ovat selviytymistapoja lapsettomuushoitojen tai muiden kuormittavien tilanteiden keskellä.

Karttojen työstämiseen on hyvä käyttää reilusti aikaa ja tilanteesta kannattaa tehdä mahdollisimman rento ja mukava. Työskentelyn lomassa voi esimerkiksi nauttia kahvia tai teetä. Työskentely voi herättää keskustelua ja lehtien leikkaamiseen ja kuvien etsimiseen voi kulua pitkäkin aika. Ohjaajan on hyvä muunnella harjoitusta tunnelman mukaan esimerkiksi siten, että hän mahdollistaa riittävästi tilaa, hiljaisuutta tai taustamusiikkia ihmisille, jotka kaipaavat keskittymistä, yksin työstämistä ja rauhaa. Ohjaajan on hyvä tarjota myös mahdollisuuksia puheensorinalle ja yhteistyön syntymiselle.

Kun voimavarakartat tulevat valmiiksi, niistä on tarkoitus jakaa toisille asioita. Keskusteluhetkessä voidaan puhua myös siitä, vastasiko ryhmä ensimmäisen kerran toiveisiin. Ryhmän jäsenet voivat antaa palautetta ryhmän ohjaajalle ja kertoa toisille esimerkiksi siitä, mikä on tuntunut itselle merkitykselliseltä.

Kolmas ryhmäkerta päätetään improvisaatioharjoitukseen, jossa annetaan ja saadaan lahjoja. Harjoitus perustuu antamisen ja saamisen iloon. Sen avulla on mahdollisuus esimerkiksi tuoda lahjan muodossa esiin asia, jonka on itse ryhmästä saanut. Lahjoja annetaan siten, jokainen antaa kuvitteellisen lahjan haluamallaan tavalla. Lahjan voi ojentaa vieressä istuvalle tai sen voi kantaa kauempana istuvalle. Lahjan saaja määrittelee lahjan

sisällön. Lahjan saaja voi kuvailla saamaansa lahjaa esimerkiksi näin: ”Kiitos, olen aina halunnut saada näin paljon tunteita yhdellä kertaa”.

5.2.3 Lisätietoa julkaisun lukijalle

Opinnäytetyöprosessin aikana kartoitimme erilaisia kirjoja lapsettomuuteen liittyen. Keräsimme aikuisten- ja lasten kirjoja vähitellen työn edetessä. Kokosimme julkaisuun erikseen aikuisille ja lapsille suunnattuja teoksia, jotka käsittelevät eri tavoin lapsettomuutta. Sekä varhaiskasvattajat että vertaisryhmien ohjaajat voivat hyödyntää julkaisun lopusta löytyviä kirjalistoja. Lisäksi kokosimme verkkosivuja, joilta löytyy materiaaleja ryhmäkertojen toteuttamiseen.

Meistä oli myös tarpeellista koota julkaisuun ne palvelut, joista lapsettomat lapsiperheet voivat saada lisää tukea tilanteeseensa. Selvitimme samalla mitä palveluita ja millaista tukea tahattomasti lapsettomuutta kokeville ja kokeneille on tarjolla verkossa. Suoranaisesti lapsettomille suunnattuja verkkosivuja ja -palveluita ei löytynyt montaa aktiivisista etsinnöistä huolimatta ja eri hakupalveluita hyödyntämällä. Keskusteluapua oli havaintojemme mukaan tarjolla monilla eri toimijoilla. Eniten tukea ja tietoa lapsettomuuteen liittyen löysimme Lapsettomien yhdistys Simpukka ry:n nettisivuilta.

Suunnittelemassamme ryhmässä olisi ollut lasten ja aikuisten omien toimintakokonaisuuksien lisäksi myös lasten ja aikuisten yhteisiä hetkiä. Jos vanhempien ja lasten yhteisiä hetkiä toteutetaan, tavoitteena voi olla vanhempien ja lasten keskinäisen yhteyden vahvistaminen. Valitsimme yhteyttä vahvistavaksi menetelmäksi satuhieronnan, jota voisi toteuttaa yhdessä lasten ja vanhempien kesken. Menetelmäksi tähän tarkoitukseen soveltuisi myös esimerkiksi voimauttava valokuvaus tai hoivaan perustuva leikki.

Ryhmän päättyessä on hyvä kerätä palautetta ryhmän jäseniltä, jos ryhmää on tarkoitus kehittää. Suosittelemme toiminnallista palautteenkeruuta. Suunnittelimme eräänlaista aarrearkkia, jonne koottaisi lasten ajatuksia ryhmästä. Käytännössä tämän voi toteuttaa esimerkiksi niin, että lapset kertovat ajatuksistaan ja tunteistaan ohjaajalle ja ohjaaja kirjaa ne paperille, jonka laittaa arkkuun. Jos lapsi esimerkiksi kokee saaneensa ryhmästä iloa, voidaan se ajatella aarteeksi. Lapset voivat myös piirtää ajatuksiaan siitä, mitä ovat

ryhmästä saaneet. Pysyvän ryhmän kanssa, esimerkiksi varhaiskasvatuksessa, aarrearkun voi ottaa sen esiin ja palata yhdessä koettuihin hetkiin.

5.3 Julkaisun toteutus

Julkaisu koottiin syys- ja lokakuussa 2017. Halusimme pitää julkaisun mahdollisimman lyhyenä, yksinkertaisena ja helppolukuisena, joten teoria löytyy ainoastaan tästä opinnäytetyöstä. Turhan suuri paketti saattaisi nostaa kynnystä tarttua siihen. Simpukka-yhdistyksellä oli ennestään materiaalia ryhmän ohjaamiseen liittyvistä käytännöistä. Tietopakettissa, jonka vertaisohjaajat saavat ennen ryhmien toteutusta, kerrotaan esimerkiksi vertaisohjaajana toimimisesta, tiedottamisesta, säännöistä ja muuttuvista tilanteista. Tämän johdosta meidän oli luontevaa rajata julkaisun sisältö kuvaamaan enemmän käytännön toimintaa ja hyödynnettäviä menetelmiä.

Julkaisua kootessa jatkoimme myös kirjallisuuskatsausta perustellaksemme valitut menetelmät mahdollisimman hyvin. Säilytimme kaikki samat menetelmät, kuin mitä olimme ryhmällemme suunnitelleet. Pohdimme aktiivisesti vielä toteutusvaiheessa julkaisun sisältöä ja taittoa. Julkaisua suunniteltiin muistiinpanoin vihkoon ja kirjoitettiin puhtaaksi mahdollisimman pian ajatusten ollessa tuoreita.

Kokosimme julkaisua siten, että jaoimme molemmille päävastuualueet sen mukaan, oliko vastuulla suunnitteluvaiheessa ollut enemmän aikuisten vai lasten vertaistukiryhmä. Julkaisun kokoamiseen meni noin kuukausi. Aloitimme julkaisun suunnittelun kokoamisen vasta sen jälkeen, kun selvisi, että suunniteltu vertaistukiryhmä ei toteudu. Tämän vuoksi se on koottu melko nopeassa aikataulussa. Kommentoimme ja täydensimme toistemme luomia tekstejä ja julkaisuun sisällytettyjä ratkaisuja. Käytimme paljon aikaa myös yhteiseen työskentelyyn. Kirjoitimme esimerkiksi johdannon ja Meidän perheemme! -alustuksen yhdessä.

Toteutusvaiheessa kävimme julkaisua läpi myös yhteistyötahomme kanssa. Meille vahvistui ajatus siitä, että julkaisu kohdennetaan vertaisryhmien osalta erityisesti lapsellisten lapsettomien vertaisryhmiin ja Helminauharyhmiin, joita Lapsettomien yhdistys Sim-

pukka ry:llä on. Rajasimme julkaisua vielä lisää poistaen joitakin soveltamismahdollisuuksia, joissa huomioitiin laajemmin erilaisissa tilanteissa olevia ihmisiä, joilla on lapsettomuuskokemus. Koska julkaisussa on lapsiin liittyvää materiaalia, ei sitä ole järkevää levittää SYKE-ryhmien vertaisohjaajille, sillä heidän ryhmänsä on tarkoitettu lopullisesti lapsettomille yksin ja kaksin eläville henkilöille (Valkonen 2017).

5.4 Julkaisun levittäminen

Julkaisusta ei luonnollisesti ole mitään hyötyä, jos siitä ei tiedetä ja se ei ole helposti saatavilla. Aluksi julkaisu lähetettiin Lapsettomien yhdistys Simpukka ry:n vapaaehtoisille vertaisohjaajille. Julkaisua ei lähetetty kaikkien ryhmien ohjaajille, vaan yhteistyötoimomme rajauksen mukaisesti lapsellisten lapsettomien ja Helminauharyhmien ohjaajille.

Levitimme julkaisua myös varhaiskasvattajille Varhaiskasvattajien materiaalipankki sekä Sosionomi (AMK) varhaiskasvatuksessa -ryhmien kautta Facebookissa lokakuussa 2017. Varhaiskasvattajien materiaalipankki -ryhmässä on lähes 40 000 jäsentä. Sosionomi (AMK) varhaiskasvatuksessa -ryhmään kuuluu yli 4400 henkilöä. Liitimme molempien ryhmien julkaisuihin saatekirjeet, joissa kerroimme lyhyesti opinnäytetyöstämme ja julkaisustamme. Ryhmien avulla uskoimme tavoittavamme suuren määrän varhaiskasvattajia.

Tulevaisuudessa voimme levittää julkaisua monenlaisissa ympäristöissä. Osa opiskelijoista samalla vuosikurssilla tietävät julkaisustamme ja halutessaan löytävät opinnäytetyömme. Julkaisu on pysyvästi saatavilla kahdessa ryhmässä Facebookissa, mutta tämän lisäksi voimme tulevilla työpaikoillamme kertoa siitä ja jatkaa sen levittämistä. Aiomme myös hyödyntää muita kontaktejamme julkaisun levittämisessä. Opinnäytetyön löytää tulevaisuudessa Lapsettomien yhdistys Simpukka ry:n verkkosivuilta.

6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Johtopäätöksemme on, että aiheemme on haastava, vaikea ja intiimi. Varhaiskasvatuksessa voi olla helpompaa tarttua esimerkiksi liikuntaan tai askarteluun kuin perheiden moninaisuuden ja herkkien asioiden, kuten lapsettomuuden käsittelyyn. Olemme lähestyneet asiaa useasta eri näkökulmasta saamatta aikaan keskustelua ja palautetta varhaiskasvattajilta. Kommentteja saatiin vähän erilaisista ja useista yrityksistä huolimatta.

Olemme huomanneet, että moni ei tule ajatelleeksi lapsettomuuden mahdollisuutta lapsiperheissä. Lapsiperheiden lapsettomuus herättää selvästi kysymyksiä ja pohdintaa. Olemme monesti opinnäytetyöprosessin aikana kuulleet kysymyksen: miten joku voi olla samaan aikaan lapseton ja perheellinen? Lapsellinen lapseton on kokemuksiemme mukaan monelle vieras käsite. Kokemustietoa lapsettomien lapsiperheiden kohtaamisesta emme ole löytäneet. Se olisi ollut arvokasta tietoa meille, koska käsittelemme sitä, mitä lapsettomien lapsiperheiden kohtaamisessa olisi hyvä ottaa huomioon. Nyt aiheen käsittely jää lähinnä teoratiedon valoon siitä, mitä asioita lapsettomuus tuo mukanaan ja kuinka kriisin keskellä olevaa aikuista tai lasta voi tukea.

Lapsettomuudesta puhuttaessa puhutaan hyvin vähän lapsista ja siitä, miten heidän näkökulmansa lapsettomuuteen tulisi ottaa huomioon ja millaisin keinoin lapsettomuutta tulisi lasten kanssa käsitellä. Esimerkiksi perheiden moninaisuudesta ja erilaisista kriiseistä löytyy kirjoja lapsille, mutta lapsettomuutta käsitellään niissä hyvin vähän.

Opinnäytetyöprosessin aikana keräämämme tiedon perusteella toteamme, että lapsettomuus aiheuttaa osattomuutta, mutta se voi tarkoittaa myös osallisuutta. Vertaistuen ja sensitiivisten kanssaihmisten avulla lapsettomuuden kanssa ei ole yksin. Lapsettomuus lapsiperheissä on riskitekijä perheen hyvinvoinnin kannalta. Toisaalta se, että perheen lapsi tai lapset ovat hartaasti toivottuja, on arvokas voimavara. Lapsen osallisuutta esimerkiksi kotona ja varhaiskasvatuksessa lisää kuulluksi tuleminen ja avoin, lapsen ikätason huomioiva keskustelu.

6.1 Julkaisun toteutuksen arviointi

Hyödynnämme julkaisun arvioinnissa saamaamme palautetta ja omia näkemyksiämme. Olemme saaneet palautetta esimerkiksi yhteistyötaholtamme, ihmisiltä, jotka eri yhteyksissä julkaisua ovat lukeneet, ja erilaisissa tilaisuuksissa, kuten opinnäytetyöseminaarissa. Palautteen saaminen ilman tutkimuslupaa vierailta ihmisiltä osoittautui haastavaksi.

Pyysimme vertaisohjaajilta palautetta julkaisustamme siten, että lähetimme Simpukka-yhdistyksen vertaistukikoordinaattorille sähköpostilla julkaisumme ja toivoimme sen välittämistä edelleen vertaisohjaajille. Olimme sopineet tästä etukäteen. Liitimme viestiin saatekirjeen, jossa esittelimme itsemme ja opinnäytetyömme sekä pyysimme vertaisohjaajia kommentoimaan julkaisua määräaikaan mennessä. Toivoimme vertaisohjaajilta vastauksia moniin asioihin. Halusimme esimerkiksi tietää, hyödyntäisivätkö he julkaisua tai sen osaa ja jos, niin miksi. Vaihtoehtoisesti halusimme myös tietää, miksi he mahdollisesti eivät hyödyntäisi julkaisua ryhmässään. Halusimme kuulla myös kehittämissajatuksia. Julkaisu lähetettiin vertaisohjaajille kommentoitavaksi lokakuun puolivälissä ja toivoimme vastauksia marraskuun alkuun mennessä.

Varhaiskasvattajien saatavilla julkaisu oli myös samoihin aikoihin. Varhaiskasvattajille suunnatussa Facebook-julkaisussa kysyimme lähes samoja asioita, kuin vertaisohjaajilta. Kysyimme seuraavia kysymyksiä: hyödyntäisitkö julkaisua tai osaa siitä? Jos hyödyntäisit, minkä vuoksi? Mitä hyödyntäisit? Mitä julkaisusta et hyödyntäisi? Miksi et? Mikä julkaisussa on mielestäsi erityisen hyvää? Onko sinulla kehitysehdotuksia? Lisäksi halusimme kuulla ajatuksia tarkemmin, jos julkaisusta ei jonkun mielestä ole hyötyä.

Olimme etukäteen luvanneet käsitellä palautteet anonyymisti ja pyrimme olemaan helposti lähestyttäviä. Palautetta pystyi lähettämään meille kahden viikon ajan sähköpostitse. Lisäksi vertaisohjaajat pystyivät halutessaan kertomaan palautteensa Simpukka-yhdistyksen vertaistukikoordinaattorille ja varhaiskasvattajilla oli mahdollisuus kommentoida Facebook-julkaisua. Saimme palautetta määräaikaan mennessä yhdeltä vertaisohjaajalta ja yhdeltä varhaiskasvattajalta.

Julkaisu on mielestämme kokoonsa nähden monipuolinen. Sen ulkoasu on yksinkertainen. Julkaisun voi tulostaa sekä värillisenä että mustavalkoisena. Se on mahdollista tulostaa A5-kokoisena booklet-versiona, jolloin tuloste on vihkomainen, tai A4-kokoisena tulosteena. Kirjasintyyppi on melko pieni booklet-versiossa, mutta muuten versio on käytettävyytensä puolesta mielestämme onnistunut. Pieni määrä kuvia tuo visuaaliseen ilmeeseen vaihtelevuutta ja käytännöllisyyttä. Kuvat voivat helpottaa visuaalisen muistin omaavia lukijoita. Ulkonäkö suunniteltiin kiinnostusta herättäväksi.

Konkreettiset esimerkit nousivat positiiviseksi asiaksi varhaiskasvattajan palautteen perusteella. Niitä voi palautteen mukaan hyödyntää monenlaisessa toiminnassa. Julkaisun teksti on palautteen mukaan onnistunutta. Varhaiskasvattaja nosti esiin ajatuksen, jonka mukaan aihe on melko uusi. Tämän vuoksi kaivattiin lisää täsmennyksiä esimerkiksi lapsettomuuden syistä ja keinoista, joilla lapsettomat voivat lapsia saada. Toisin sanoen julkaisuun kaivattiin lisää teoriaa. Koska lapsettomuus on käsitteenä laaja, olisi sitä voinut palautteen mukaan avata enemmän julkaisussa.

Palautteessa kaivattiin tietoa myös siitä, minkä ikäisille lapsille toiminta sopii. Alun perin lapsille suunnattu ryhmä oli kohdennettu perheen 46-vuotiaille lapsille. Valitsimme myös menetelmät sopiviksi 4–6-vuotiaalle. Esimerkiksi vaikeita sääntöihin perustuvia leikkejä ei ole. Koska julkaisussa painotetaan soveltumista kaikenikäisille, olemme jättäneet ikäsuosituksen pois. Esimerkiksi lapsettomuudesta kertovia valitsemiamme satuja voidaan näkemysemme mukaan lukea kaikenikäisille lapsille ja satuhieronnasta voi nauttia vauvaiästä lähtien.

Julkaisun toteuttamista olisi ollut hyvä kokeilla varhaiskasvatuksessa lasten kanssa. Samalla olisimme voineet saada palautetta ryhmän sisällöstä varhaiskasvattajilta. Siihen olisi tarvittu uusi tutkimuslupa, jotta tietoja voidaan käyttää opinnäytetyössä. Meillä oli tutkimuslupa Lapsettomien yhdistys Simpukka ry:ltä, koska suunnittelemamme ryhmän oli tarkoitus toteutua yhteistyössä heidän kanssaan ja liittyä heidän toimintaansa. Jatkossa voimme kuitenkin työelämässä tahoillamme hyödyntää julkaisun sisältöjä.

6.2 Julkaisun vaikuttavuuden arviointi

Aiheemme on ajankohtainen ja monella sosiaalialan kentällä näkyvä ilmiö. Lisäämme lapsettomuuden näkyvyyttä julkaisun avulla. Huomioimme myös sen sovellettavuuden.

Tahaton lapsettomuus on yleistä (Wikström 2017). Tästä huolimatta opinnäytetyöprosessin aikana ilmeni, että sitä pidetään edelleen etäisenä tai asiana, joka ei kosketa itseä. Päättelimme tämän sen perusteella, että aktiivisessa 40 000 ihmisen Facebook-ryhmässä kukaan ei kommentoinut julkaisuamme tai keskustellut siitä kanssamme. Saimme ryhmän kautta palautetta tekemästämme työstä yhdeltä henkilöltä. Kynnys tarttua pitkään saatteeseen ja liitteenä olleeseen julkaisuun saattoi nousta jostain syystä korkeaksi. Julkaisumme saattoi myös hukkua jatkuvaan julkaisu- ja viestitulvaan. Monet muut aiheet ja julkaisut herättävät ryhmässä paljon huomioita ja laajaa keskustelua. Tämän vuoksi pohdimme sitä, onko lapsettomuus varhaiskasvattajille kaukainen tai liian vaikealta tuntuva tema. Ihmiset, joiden tiedämme lukeneen julkaisun huolellisesti, ovat pitäneet sitä tärkeänä ja hyödyllisenä. Kysyimme keskustelua herättääksemme varhaiskasvattajilta julkaisumme yhteydessä myös sitä, miten he käsittelevät perheiden monimuotoisuutta. Emme saaneet siihen yhtäkään vastausta.

Simpukka-yhdistyksen vertaisohjaaja lähetti meille palautetta sähköpostitse. Vertaisohjaajan mukaan hänen ryhmässään on noussut esille toiveita lahjasukusolutaustaisten lasten omasta ryhmästä. Julkaisumme on vertaisohjaajan mukaan sellainen, että sitä voisi hyödyntää tähän tarkoitukseen. Palautteen antaja järjestää julkaisumme pohjalta lasten ryhmän, mikäli osallistujia on riittävästi.

Saimme positiivista palautetta siitä, että olimme julkaisussamme tarkastelleet lapsettomuutta sekä aikuisen että lapsen näkökulmasta. Myös palautteen mukaan lapsettomuus koskettaa aikuisten lisäksi lapsia, jotka ovat syntyneet erilaisten lapsettomuushoitojen avulla. Hän nosti esiin myös aiheen sensitiivisyyden. Vertaisohjaajan mielestä varhaiskasvatuksessa on tärkeää lisätä tietoisuutta lasten erilaisista synty- ja perhetaustoista.

Kirjavalintamme ovat palautteen perusteella olleet onnistuneita. Lapsettomuutta kokeneiden keskuudessa on kysely hyviä satukirjoja, joilla lapsille voi sanoittaa syntyperään liittyvää erilaisuutta. Vertaisohjaajan mukaan lapsettomuusaiheiset kirjat ovat tärkeitä,

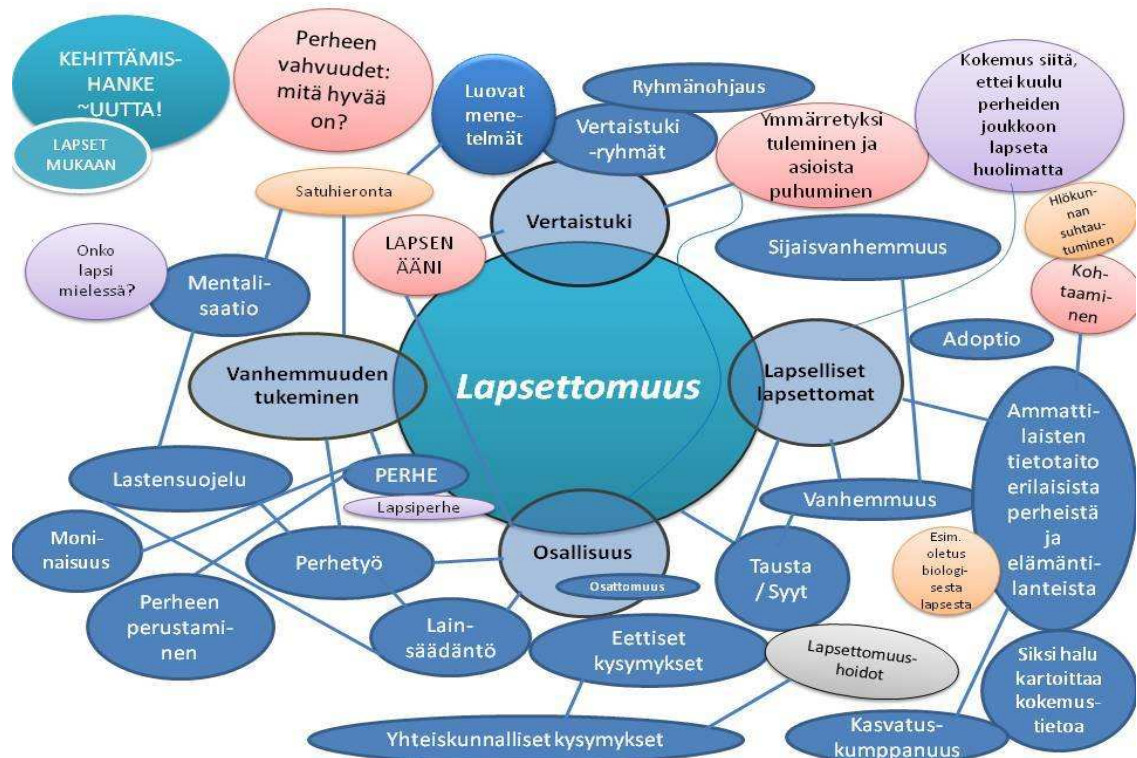
koska lapselle lukiessa myös vanhempi voi samalla saada itse käsiteltäviä mielenpäällä olevia asioita ja kipeitäkin tunteita. Lapsettomuutta käsitteleviä kirjoja erityisesti lapsille on meistä yllättävän vähän.

Sitä, saavutammeko opinnäytetyömme ja julkaisumme tavoitteet, on tässä vaiheessa hankala arvioida. Emme esimerkiksi tiedä kuinka moni varhaiskasvattaja on Facebook-julkaisumme huomannut ja lukenut. Ainakin seminaareissamme käyneet ja sosionomiopiskelijat samalta vuosikurssilta ovat voineet lisätä tietouttaan aiheeseen liittyen kauttamme. Tulemme myös jatkamaan työtä ja lisäämään sen näkyvyyttä levittämällä sitä mahdollisuuksien mukaan.

7 POHDINTA

Lähtökohtanamme tähän opinnäytetyöhön olivat vanhemmuuden tukeminen ja perheen arjen hyvät hetket. Kiireisen arjen keskellä aikaa ei tunnu olevan ja silloin kun sitä on, kuluu se esimerkiksi älylaitteiden parissa. Kun olimme pedagogisessa harjoittelussa, huomasimme, että lapset toivoivat yhteistä tekemistä vanhempiensa kanssa. Halusimme selvittää, millaisia kokemuksia vanhemmilla on perheiden hyvistä hetkistä. Perheet olisivat jakaneet ideoita ja voineet löytää hyviä käytäntöjä omaan arkeensa toisilta hyvien hetkien lisäämiseksi ja mahdollisesti myös niiden sisältöjen muuttamiseksi. Olimme suunnitelleet, että tarkastelemme työssämme myös kohtaamista ja läheisyyttä edistäviä menetelmiä, joita arjessa voidaan hyödyntää. Aihe olisi ollut todella laaja, eikä yhteistyötahoa ideamme perusteella löytynyt. Mieleemme nousi aihe, jota opintojen aikana ei ole meistä riittävästi käsitelty: lapsettomuus.

Lapsettomuus ilmenee erilaisissa elämänvaiheissa. Sosionomeina voimme kohdata sitä niin lapsi- ja perhetyössä, aikuissosiaalityössä kuin vanhustyössä. Aihetta analysoidessamme laadimme tammikuussa 2017 käsitekartan lapsettomuudesta (KUVIO 1).



KUVIO 1. Käsitekartta lapsettomuudesta.

Käsittekartan tekeminen auttoi meitä hahmottamaan ilmiön laajuutta. Kaikki siinä esiintyvät asiat eivät tulleet käsitellyksi opinnäytetyössämme. Toisaalta jotkin teemat, kuten lapsen ääni, syventyivät opinnäytetyöprosessin aikana. Myös esimerkiksi kasvatuskumppanuus on päivitetty opinnäytetyössämme kasvatusyhteistyöksi.

Päädyimme toiminnalliseen opinnäytetyöhön ja yhteistyötahoksi varmistui Lapsettomien yhdistys Simpukka ry. Lapsellisille lapsettomille on olemassa vertaistukiryhmiä, mutta niissä ei ole järjestetty lastenhoitoa tai toimintaa lapsille. Samoihin aikoihin mietimme, miksi myös lapsille ei voisi olla omaa ryhmää, jossa käsitellä teemaa lasten keskuudessa. Lapsen sosiaalisissa ympäristöissä voidaan olla uteliaita sen suhteen, missä pikkusisarutus viipyy. Sisaruksen uupuminen vaikuttaa perheeseen ja puuttuva osa perhettä vaikuttaa siihen, että tilanteeseen ei olla tyytyväisiä. Jos sekundäärisesti lapsettomat odottavat saavansa sisaruksen, ei nykytilanne ole toiveiden mukainen ja omaa perhettä voi olla vaikeaa arvostaa sellaisenaan. Muistimme näiden pohdintojen yhteydessä jälleen perheen arjen hyvät hetket.

Tässä vaiheessa olimme jo tutustuneet useisiin ajankohtaisiin artikkeleihin, videoihin ja haastatteluihin jakaen niitä toisillemme. Tietoa oli karttunut paljon. Oivalsimme myös, että on mielekästä hyödyntää molempien vahvuuksia, nykyisiä opintoja sekä aiempien opintojen ja työkokemusten kautta kertynyttä osaamista. Taustamme opinnäytetyöntekijöinä ovat työ- ja elämäkokemusten osalta hyvin erilaiset. Olemme havainneet myös vahvuksiemme olevan erilaisia ja katsoneet sen olleen eduksi opinnäytetyöprosessin aikana.

Suunnittelimme lapsettomille lapsiperheille kolme kertaa kokoontuvan vertaistukiryhmän, joka kuitenkin jäi toteutumatta. Opinnäytetyömme oli siis alun perin kehittämiseen perustuva pilottihanke. Pilotilla tarkoitetaan toimintaa, joka on luonteeltaan kokeilevaa ja sille on tyypillistä kokemuksen kautta tapahtuva oppiminen (Viitala 2013, 201–202). Pilotiryhmä olisi mahdollistanut sen, olisimme voineet tutkia ja ihmetellä avoimesti sitä, millaiseksi opinnäytetyömme ja suunnittelemamme ryhmätoiminta muodostuu. Vertaistukiryhmä olisi ollut ideoidemme kokeilemista käytännössä. Tavoitteenamme oli selvittää, onko kehittämämme kaltaiselle ryhmätoiminnalle tarvetta ja kysyntää, tuoda esille lapsettomuuskokemusten vaikutuksia vanhemmuuteen ja lisätä lapsettomuutta kokenei-

den perheiden osallisuutta. Alkuperäinen näkökulmamme oli lapsettomuuden vaikutuksissa vanhemmuuteen, minkä vuoksi vanhemmuuden tukeminen näkyy myös valmiissa opinnäytetyössämme.

Vaikka ryhmä ei toteutunut, opinnäytetyöprosessiimme kuului ryhmään liittyvä suunnitteluprosessi. Suunnitteluprosessiin sisältyi esimerkiksi tilojen hankkiminen ja ryhmän mainostaminen. Etsimme ryhmän tarpeisiin soveltuvia tiloja Helsingin keskustasta, koska halusimme tilojen olevan helposti saavutettavissa eripuolilta pääkaupunkiseutua. Maksuttomien tilojen hankinta osoittautui haasteelliseksi. Haastetta lisäsi se, että tarvitsimme kaksi erillistä tilaa: toisen lapsille ja toisen aikuisille. Kartoitimme mahdollisuuksia hyödyntää esimerkiksi järjestöjen, seurakuntien, asukaspuistojen ja kirjastojen tiloja.

Lapsettomien yhdistys Simpukka ry hyödyntää toiminnassaan Adoptioperheet ry:n tiloja. Tilat ovat kuitenkin maksullisia Adoptioperheet ry:n ulkopuolisille toimijoille, eikä käytävissämme ollut rahaa tilavuokraan. Käsityksemme mukaan monella adoptioperheellä on lapsettomuustausta. Perheen synty tapa ei ollut näkökulmamme kannalta oleellinen, vaan yhdistävä tekijä olisi ollut lapsettomuuden kokemus. Otimme yhteyttä järjestöön ja esittelimme suunnittelemaamme pilottiryhmää. Tarkoituksenamme oli tiedustella mahdollisuutta käyttää järjestön tiloja maksutta sen perusteella, että Adoptioperheet ry:n jäsenet olisivat olleet mahdollisesti kohderyhmäämme. Lähetimme heille opinnäytetyösuunnitelman. Saimme luvan käyttää tiloja opinnäytetyömme tarpeisiin. Tapasimme Adoptioperheet ry:n toiminnanjohtaja Anu Uhtion ja viestintä- ja järjestösihteeri Veera Adolfsenin valmistautuessamme ohjaamaan ryhmää. Tapaamisella kävi ilmi, että lapsettomuus koskettaa 80–90 prosenttia adoptioperheistä (Uhtio 2017).

Kun suunnittelimme ryhmää, pohdimme myös muun muassa erilaisia palautteenkeruutapoja sekä omia roolejamme ja toimintatapojamme suunnittelemiemme ryhmien ohjaajina. Uskomme näiden työvaiheiden olevan tulevan ammattimme kannalta merkityksellisiä. Ryhmänohjaaminen on tyypillinen työmuoto sosiaalialalla (Mäkinen, Raatikainen, Rahikka & Saarnio 2009, 147). Ryhmänohjaamiseen valmistautuminen on ollut hyödyllistä ja sillä on merkitystä tulevassa työssämme sosionomeina. Olemme ohjanneet ryhmiä aiemmin, mutta vertaisryhmän ohjaajana toimiminen olisi ollut meille uutta. Kynnyksemme toimia ohjaajana vaikeita asioita käsittelevissä vertaisryhmissä on madaltunut. Myös sisällön suunnittelu on lisännyt ryhmätoimintaan liittyvää osaamistamme.

Syitä siihen, että ryhmä ei toteutunut, on näkemyksemme mukaan monia. Kesäaika oli mainostamisen kannalta ongelmallinen ajankohta. Suunnittelemamme kaltaiseen toiminnalliseen ryhmään osallistumisen kynnyksen saattoi aiheen vuoksi olla korkea. Olimme myös rajanneet kohderyhmän lasten iän puolesta melko kapeaksi. Toisaalta kohderyhmämme saattoi olla liian laaja. Ajattelimme, että ryhmään löytyisi helpommin osallistujia, kun osallistumiskriteeriksi riitti lapsettomuuden kokemus lapsiperheessä. Opinnäytetyömme kannalta ei ollut merkitystä sillä, millä tavalla perhe on muodostunut. Näin ollen mahdollista kohderyhmäämme olivat esimerkiksi sekundäärisesti lapsettomat perheet, adoptio-perheet ja lahjasukusoluperheet. Pohdimme myös sitä, olisiko kohdennetumpi kohderyhmä lisännyt osallistujien määrää. Näin olisimme mahdollistaneet todellisen vertaisuuden ryhmäläisille. Simpukka-yhdistyksen vertaistukikoordinaattorin mukaan lapsettomuuden kokemuksen lisäksi vertaisuus ryhmissä perustuu oleellisesti samankaltaiseen elämäntilanteeseen (Valkonen 2017). Tämän vuoksi on mahdollista, että kapeampi rajaus olisi vastoin ajatuksiamme herättänyt enemmän kiinnostusta. Ilmoitimme myös toivomme sitoutumista ryhmään. Mielenkiintoa ryhmää kohtaan kuitenkin ilmeni. Mainoksemme keräsi Facebookissa tykkäyksiä ja aihe herätti keskustelua. Meihin otti yhteyttä myös henkilö, joka oli kiinnostunut nimenomaan ryhmän toiminnallisuudesta.

Aiheen valinta on oma prosessinsa opinnäytetyöprosessin sisällä (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 66). Prosessimme vaiheita oli aiheenvalinta meitä kiinnostavien teemojen pohjalta, aineistoanalyysi ja toteutuksen muodon valinta, sen muuttaminen ja uuden suunnan etsiminen. Monien vaiheiden jälkeen päädyimme kokoamaan julkaisun, joka sisältää tavoitteellista toimintaa varhaiskasvattajille ja vertaisryhmien ohjaajille. Suunnitelmiemme perusteella koottiin materiaalipaketti, joka on hyödynnettävissä eri tarkoituksiin. Näkemyksemme mukaan menetelmiä voidaan soveltuvin osin hyödyntää perheyössä, lastensuojelussa ja erilaisten teemojen ympärille kokoontuneissa vertaistukiryhmissä. Julkaisu soveltuu käytettäväksi tilanteissa, joissa on tarvetta vahvistaa perheidentiteettiä. Perheidentiteetin vahvistaminen voi olla tarpeellista esimerkiksi sijaisperheiden, eroperheiden tai lapsikuolemaperheiden kanssa työskenneltäessä. Lasten kanssa perheiden moninaisuutta ja lapsettomuutta voidaan käsitellä myös kotona esimerkiksi esille nostamiemme kirjojen avulla. Valittuja harjoituksia on perusteltu tutkimustiedon valossa ja teoreettinen viitekehys pysynyt pitkälti samana, kuin millaiseksi se alun perin muodostui.

Yhteistyömme oli sujuvaa koko opinnäytetyöprosessin ajan. Työmäärä jakautui tasaisesti molemmille opinnäytetyön tekijöille kummankin vahvuuksia hyödyntäen. Jaoin vastualueita luontevasti kaikissa työvaiheissa. Kommentoimme ja täydensimme koko opinnäytetyöprosessin ajan toistemme tekemää työtä, kuten kirjoitettua tekstiä, tehtyjä muokkauksia ja löydettyjä lähteitä. Käytimme myös runsaasti aikaa julkaisun ja taustateoriaa sisältävän opinnäytetyöraportin työstämiseen yhdessä.

Pohdimme opinnäytetyöprosessin aikana sitä, miten lapsettomuuden kokemus vaikuttaa vanhemmuuteen kasvamiseen, vanhemmuuteen sekä vanhempien jaksamiseen. Näistä teemoista oli suhteellisen helppoa löytää tietoa. Kuten johtopäätöksissä kerroimme, lapsettomuudesta puhuttaessa puhutaan hyvin vähän lapsista ja siitä, miten heidän näkökulmansa lapsettomuuteen tulisi ottaa huomioon ja millaisin keinoin lapsettomuutta tulisi lasten kanssa käsitellä. Kuvakirjassa Hermannin hiiri haluaa pikkuveljen (Camparella & Casalin 2010). Pikkusisarusta toivova lapsi voi samaistua tunteeseen siitä, että on ystävänsä ainoa, jolla ei ole siskoa tai veljeä. Vanhemmat eivät ehdi leikkiä Hermannin kanssa. Sen sijaan Hermannin isä näyttää kuvia, joissa hän on lapsena oman veljensä kanssa ja äitikin muistelee lämmöllä lapsuuttaan monilapsisessa perheessä. Hermannissa herää toive sisaruksesta. Hermannin toive tulee kuulluksi, mutta Hermannin äiti toteaa, että vauvoja ei ole mahdollista tilata. Vanhemmat lupautuvat kuitenkin harkitsemaan asiaa. Kirjan seuraavalla sivulla hypätään ajassa viikkoja eteenpäin ja kerrotaan hiiriäidin olevan raskaana. (Camparella & Casalin 2010.)

Eräässä kirjastossa lapsettomuuteen liittyvä lastenkirja oli luokiteltu vaikeaksi asiaksi. Jos perheessä on lapsettomuutta ja se on myös lapselle vaikea asia, ei sitä voi käsitellä yksin. Jos lapsettomuus on niin vaikea asia, että sitä ei voida käsitellä lapsen kanssa, miten lapsi voi sitä käsitellä? Se, että lapsettomuus on vaikea asia, ei mielestämme ole peruste aiheen käsittelemättä jättämiselle. Tiedämme, että vaikeita asioita, kuten kuolemaa, käsitellään lastenkirjallisuudessa ja sururyhmissä. Opinnäytetyömme teorian pohjautuen haluamme tuoda esiin sen, että vaikeita asioita voi ja täytyy käsitellä lasten kanssa. Pohdimme, onko lapsettomuus niin vaikea asia, että sitä ei voida varhaiskasvatustajien mielestä käsitellä lapsiryhmässä.

Vaikka lapsettomuus saattaa merkitä lapsen puuttumista, se voi ilmiönä olla lapselle hyvin tuttu. Toivomme, että lapsettomuudesta puhuttaessa ei unohdettaisi niitä lapsia, joiden

perheitä lapsettomuuden kriisi koskettaa. Lapsettomuus voi liittyä toiveeseen sisaruksesta tai se saattaa liittyä lapsen omaan syntytarinaan. Molemmissa tapauksissa lapsettomuus ja siihen liittyvät tunteet eivät ole vain aikuisten asia. Lapsen on tärkeää tietää omasta historiastaan. Erityisen tärkeää se on, jos lapsi on saanut alkunsa esimerkiksi lahjasukusolujen avulla ja hän pohtii omaan ulkonäköön ja geeneihin liittyviä asioita. Tärkeää lapsettomuuden käsittely on myös lapsen kanssa, joka pohtii miksi joku hänen läheisensä ei saa lapsia, vaikka haluaisi. Lapsettomuutta on yhteiskunnassamme ja yhteisöissämme paljon. Näin se on ilmiönä läsnä myös lasten yhteiskunnassa ja heidän yhteisöissään.

Päiväkotiryhmissä on hyvin erilaisista taustoista tulevia, moninaisten perheiden lapsia. Tämän vuoksi ei ole merkityksetöntä, millaisia kirjoja yhteisiin lukuhetkiin valitaan. Helposti samaistuttavassa kuvakirjassa se, mikä on jollekin helposti samaistuttavaa, ei ole sitä kaikille. Näkemyksemme mukaan on hyvä asia, jos kirjavalinnat herättävät kuuloissa vaikeitakin tunteita, mutta aikuisen on otettava niistä vastuu. Lapsiryhmä on vertaisryhmä, mutta sen sisällä lasten elämäkokemukset ja tunteet ovat jokaisen omia ja hyvin yksilöllisiä. Mikäli aikuinen johdattaa lapsen toiminnan kautta oman identiteettinsä äärelle, hän ei saisi jättää lasta yksin, vaan lapselle tulisi tarjota mahdollisuuksia heräneiden tunteiden ja ajatusten käsittelyyn.

Aikuinen ei voi lähtökohtaisesti tietää kenelle esimerkiksi perhe on teemana vaikea. Olenaista meistä on sen ymmärtäminen, että aiheen käsittely voi olla vaikeaa kenelle tahansa ryhmän lapsista. Jos ryhmässä esimerkiksi keskustellaan siitä, miten lapset tulevat maailmaan, on selvää, että adoptoidulla lapsella on aiheesta erilainen kokemustieto kuin toisilla. Adoptio on usein ryhmän aikuisilla tiedossa, jolloin adoptoidun lapsen tarina osataan ottaa etukäteen huomioon ja osaksi aiheen tarkastelua. Lapsen syntytarinaan liittyvä tahaton lapsettomuus on kuitenkin asia, josta varhaiskasvatuksessa ei välttämättä olla tietoisia. Lapsen saamiseen liittyvät vaikeudet ja mahdolliset lapsettomuushoidot tai esimerkiksi lahjasukusolujen avulla syntyminen saattavat olla vieraita asioita myös lapselle itselleen, vaikka ne liittyisivät merkittävällä tavalla hänen omaan historiaansa tai perheen toiveeseen sisaruksesta.

Julkaisu on mielestämme onnistunut. Lapsettomuus on vaikea ja intiimi asia, eikä sen käsittely tämän vuoksi ole yksinkertaista. Lapsettomuuden käsittelyyn lasten tai aikuisten

kanssa ei käsityksemme mukaan ole olemassa valmista mallia tai yhtä oikeaa toimintatapaa. Pohdimme erikseen ja yhteisesti sitä, miten lapsettomuutta voidaan käsitellä mahdollisimman helposti lähestyttävällä ja konkreettisella tavalla. Käytimme tähän aikaamme ja osaamistamme. Esitimme kysymyksiä ja pyrimme löytämään niihin vastauksia. Lopputuloksemme ei ole valmis toimintamalli tai tyhjentävä vastaus kysymykseen siitä, miten lapsettomuutta voisi tai tulisi käsitellä. Julkaisumme on kuitenkin hyvä alku ja sille on saamamme palautteen perusteella kysyntää. Vertaisryhmän ohjaajan tai varhaiskasvattajan voi olla helpompaa soveltaa lapsettomuutta käsittelevää julkaisua omaan käyttöön sopivaksi, kuin lähteä pohtimaan miten aihetta voidaan käsitellä.

Vuonna 1984 Suomen ensimmäisen koeputkihedelmöityksen avulla alkunsa saaneen lapsen syntymä oli suuri tapaus, josta oltiin kiinnostuneita myös maailmalla. Nykyään maailmassa syntyy joka vuosi arviolta 340 000 koeputkilasta (Koskimies 2017, 97.) Lapsettomuuden lisääntyessä sekä lapsettomuushoitojen kehittyessä ja yleistyessä uskomme myös ymmärryksen siihen liittyen lisääntyvän. Toisaalta nykypäivänä lapsettomuus vaikuttaa olevan edelleen asia, josta ei juuri puhuta. Aiheesta puhutaan myös ajattelematta sitä, miten kipeä asia lapsettomuus voi olla. Esimerkiksi lapsille kuulee kommentoitavan sitä, millainen isosisarus hänestä tulee, tietämättä kuitenkaan onko lapsen vanhemmilla halua tai mahdollisuutta perheenlisäykseen.

Olettamisen sijaan lapsi ja perhe tulisi kohdata sensitiivisesti. Sensitiivisyydellä tarkoitamme sellaista herkkyyttä, että lasta tai vanhempaa ei vaadita kertomaan kysymällä esimerkiksi liian suorita tai tunkeilevia kysymyksiä. Sen sijaan kasvattajan tulisi mielestämme luoda turvallinen ilmapiiri, jossa lapsen tai vanhemman on mahdollisuus keskustella myös vaikeista ja hyvin henkilökohtaisista asioista, kuten lapsettomuudesta. Toivomme, että tulevana lastentarhanopettajina onnistumme omalta osaltamme luomaan lapsiryhmään ja kasvatusyhteistyöhön avointa ja luottamuksellista keskusteluilmapiiriä. Halusimme pitää työn keskiössä erityisesti lapset toiveineen ja haaveineen, jotka joko toteutuvat omassa tahdissaan tai jäävät toteutumatta. Lapsella on hyvin vähäiset mahdollisuudet vaikuttaa siihen, millainen hänen perheensä on. Lapsen kokemus omasta perheestä voi kuitenkin näkemyksemme mukaan vahvistua tai muuttua.

Lapsettomuus-käsite voi lapsen näkökulmasta kyseenalaistaa oman olemassaolon. Lapsettomuutta on mielestämme tärkeä käsitellä lapsen kanssa, mutta erityisesti lasta ajatellen. Lapsettomuus voi olla hankalasti käsitettävä teema lapselle. Joissain perheissä ei ole lapsia, ja silloin lapsettomuus tarkoittaa lasten puuttumista. Sekundäärisesti lapsettomissa lapsiperheissä lapsettomuus ei ole lapsen puuttumista, vaikka se voi tunnekokemuksena olla sellainen. Kyseisissä perheissä lapsettomuus tuo esille sen, että lapsen saaminen ei ole itsestäänselvyys. Perheissä, joita sekundäärinen lapsettomuus koskettaa, lapsen ainutlaatuisuus ja tärkeys korostuvat – lapsi on aarre.

7.1 Opinnäytetyön eettisyys

Olemme opinnäytetyöllämme pyrkineet alusta asti lapsettomien lapsiperheiden osallisuuden edistämiseen. Pelkästään se, että ammattilaiset ymmärtävät lapsettomuutta ilmiönä ja osaavat tukea perhettä ja tarvittaessa ohjata tuen piiriin, saattaa lisätä lapsettomien lapsiperheiden osallisuutta, koska osallisuudessa korostuu esimerkiksi tiedon saaminen itseä koskevista asioista.

Osallisuus on toiminnan myötä nouseva tunne esimerkiksi tasavertaisesta toimijuudesta sekä eri palveluita käyttävien ihmisten asiantuntijuuden hyväksymisestä ja hyödyntämisestä (Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry 2017, 16). Ryhmätöiminnämme olisi voinut parantaa enemmän lapsellisten lapsettomien osallisuutta, koska olimme hyödyntäneet työssämme ryhmäläisten kokemuksia ja ajatuksia. Sosiaalihuoltolain (2014) yhtenä tarkoituksena on osallisuuden lisääminen ja eriarvoisuuden vähentäminen. Osallisuutta lisäämällä ja mahdollistamalla ehkäistään syrjäytymistä, johon myös sosiaalihuoltolailla pyritään. Osallisuutta kuvataan sekä kokemuksena ja tunnetilana että toimintakykenä ja toimintamahdollisuuksina (Raivio & Karjalainen 2013, 14). Emme vielä voi tietää sitä, miten opinnäytetyömme tulee parantamaan lapsettomien lapsiperheiden asemaa käytännössä. Osallisuuden lisäämisen saavuttaminen riippuu tekemämme työn laadun lisäksi lukijoiden aktiivisuudesta ja mielenkiinnosta ottaa lapsettomuuden käsittely osaksi työtään esimerkiksi varhaiskasvatusympäristössä. Pyrimme työllämme tuomaan lapsettomuuden merkitystä esille, jotta ymmärrys ilmiöstä kriisinä lisääntyisi.

Eettisten kysymysten asettamisen on oleellinen osa opinnäytetyöprosessia (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 12). Olemme asettaneet eettisiä kysymyksiä jatkuvasti opinnäytetyöprosessin aikana. Olemme pohtineet esimerkiksi omaa suhdettamme aiheeseen sekä työelämän että yksityiselämän kautta. Olemme pyrkineet sensitiivisyyteen käsittelemäämme asiaa ja niitä ihmisiä kohtaan, keitä se koskettaa. Koemme, että asenteemme työtä kohtaan on ollut eettisesti kestävä.

7.2 Opinnäytetyön validiteetti

Erilaisia lähteitä olemme hyödyntäneet paljon. Olemme pyrkineet hyödyntämään mahdollisimman tuoreita lähteitä, koska tietopakettia, opasta ja ohjeista tehtäessä lähdekritiikki on erityisessä asemassa (Vilka & Airaksinen 2003, 53). Meidän on tullut pohtia sitä, miten käyttämiemme tietojen oikeellisuus ja luotettavuus on varmistettu. Osa lähteistämme on vanhoja, mutta niiden sisältämä tieto on meistä ajatonta. Muutuvaan tietoon olemme pyrkineet löytämään mahdollisimman hiljattain julkaistuja lähteitä.

Opinnäytetyössä on hyödynnetty aineistoa tutkimustiedosta lasten kuvakirjoihin. Tästä huolimatta olemme olleet lähdekriittisiä. Lastenkirjojen avulla saimme lisää näkemyksiä aiheeseen ja sen käsittelyyn lasten kanssa. Näkökulmamme vuoksi tarvitsimme myös lapsille suunnattua kirjallisuutta. Lastenkirjat toivat esiin myös lasten ajatusmaailmaa.

Menetelmät perustuvat hankkimaamme tietoon ja kokemuksiimme. Menetelmiä voi soveltaa erilaisissa toteutusympäristöissä eri tavoin, emmekä voi taata näkemyksiemme toteutuvan. Työmme pätevyys ja luotettavuus perustuvat siihen, miten tarkasti onnistuimme tuomaan esille julkaisun toteutukseen sekä muuhun aineiston keräämiseen liittyvät tekijät ja vaiheet.

7.3 Jatkotutkimusaiheet

Lapsettomuutta kokeneet vanhemmat saattavat pohtivat sitä, tuleeko ja kannattaako lapsettomuustaukasta ja lapsen alkuperästä kertoa lasta hoitaville aikuisille (Simpukka 2017, 30). Ryhmätoiminnan toteutumattomuuden vuoksi emme saaneet kerättyä vanhemmilta

tietoa siitä, miten heidän lapsettomuuteen tai perheen lapsettomuushistoriaan on suhtauduttu ja millaista suhtautumista he toivovat varhaiskasvattajilta. Meitä kiinnosti erityisesti se, ovatko vanhemmat halunneet tai uskaltaneet kertoa tilanteestaan lapsensa varhaiskasvatusympäristössä ja mikäli ovat, miten heihin on tämän jälkeen suhtauduttu.

Jatkotutkimuksena olisi mielenkiintoista selvittää perheiden ajatuksia ja kokemuksia varhaiskasvattajien kohtaamiseen liittyen. Tieto olisi mielestämme hyödyllistä varhaiskasvattajille. Varhaiskasvatuksessa tapahtuvan lapsen perheidentiteetin tukemisen kannalta olisi myös tärkeää tietää, minkä verran vanhemmat haluavat varhaiskasvatuksen henkilökunnan tietävän heidän mahdollisesta lapsettomuustaustastaan tai esimerkiksi siitä, onko lapsi vanhempiensa biologinen jälkeläinen. Erityisesti syitä siihen, miksi vanhemmat haluavat tuoda näitä teemoja esille ja miksi ei, olisi mielestämme syytä selvittää.

Yksi lähtökohta opinnäytetyöhömme oli tarkoitus saada tietoa siitä, miten lapsettomuuden kokemus vaikuttaa vanhemmuuteen. Meitä kiinnosti esimerkiksi se, miten kiintymyssuhteen luominen tulevan lapsen kanssa onnistuu, jos lapsen menettämisestä on yhtäaikaista suuri pelko. Vanhemmaksi kasvamisen lisäksi meitä kiinnosti myös se, miten lapsettomuustausta tai sekundäärinen lapsettomuus vaikuttavat vanhemmuuden laatuun ja vanhemman jaksamiseen. Mikäli suunnittelemamme ryhmä olisi toteutunut, olisimme saaneet aiheesta kokemustietoa.

Lasten kokemuksia opinnäytetyömme aiheesta tulisi mielestämme tutkia. Meitä on processimme alusta saakka kiinnostanut erityisesti lasten käsitykset lapsettomuudesta. Meitä kiinnostaa lasten kokemustieto lapsettomuuteen liittyvistä asioista esimerkiksi sisarusta toivovassa perheessä. Myös lapsettomuushoitojen vaikutusta lapsiperheen ja olemassa olevan lapsen hyvinvointiin olisi hyvä tutkia. Lasten omasta ryhmästä olisimme mahdollisesti saaneet kokemustietoa näihin kysymyksiin liittyen.

Lapsettomuusaiheisille lastenkirjoille on edelleen tarvetta. Esimerkiksi sateenkaariperheitä käsitteleviä lastenkirjoja ei ole tällä hetkellä riittävästi. (Wikström 2017.) Perheiden monimuotoisuutta käsittelevä lastenkirja voisi olla toiminnallisen opinnäytetyön aiheena useammalle opinnäytetyöntekijälle.

Lapsille ja aikuisille olisi näkemyksemme mukaan hyvä olla erillisiä ryhmiä. Toisaalta aivan yhtä tärkeäksi koemme sen, että niille lapsiperheille, joita lapsettomuus on tavalla tai toisella koskettanut, olisi myös sellaista toimintaa, johon jokaisella perheenjäsenellä olisi mahdollisuus osallistua. Suunnittelemamme ryhmän lisäksi toivomme, että tekemästämme julkaisusta on hyötyä jollekin lapsettomuuteen liittyvää vertaistukiryhmää suunnittelevalle. Olisi hienoa, jos suunnittelemamme kaltainen ryhmä vielä joskus jossain muodossa, joko meidän tai jonkun muun toimesta, toteutuisi. Saamamme palautteen perusteella on mahdollista, että näin myös tapahtuu.

7.4 Työn vaikutus ammatillisuuteemme

Lasten perheidentiteettiä ja perhesuhteita tuetaan siten, että jokainen lapsi voi kokea oman perheensä arvokkaaksi (Opetushallitus 2016, 19).

Edellä oleva lainaus on meistä hyvin oleellinen opinnäytetyömme kannalta. Lähtökohtanamme olivat perheen hyvät hetket ja oman perheen arvostaminen. Pohdimme sitä, miten lasten perheidentiteettiä ja perhesuhteita käytännössä varhaiskasvatuksessa tuetaan elokuun 2017 alussa voimaan tulleiden varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden mukaisesti. Työntekijöiltä edellytetään myös taitoa nähdä ja ymmärtää asioita monelta kannalta ja kykyä asettua toisen tilanteeseen (Opetushallitus 2016, 30). Opinnäytetyömme tukee näiden toteuttamista monella tapaa: lapsen oman perheen arvostusta tuetaan ja kasvattaja saa tietoa, jonka kautta nähdä ja lisätä ymmärrystä lapsettomuuteen ja moninaisuuteen liittyviä asioita kohtaan. Koska tavoittelemme sosionomin (AMK) tutkintoa ja lastentarhanopettajan kelpoisuutta, on kyky asettua toisen asemaan meistä merkittävää. Oman ja toisten varhaiskasvattajien tietämyksen parantamiseksi kartoitimme myös tukea tarjoavia tahoja prosessin aikana. Olemme oppineet, että sosionomin on hyvä kartoittaa kaikille asiakasryhmille suunnatut palvelut, koska eteemme voi tulla hyvin erilaisissa elämäntilanteissa olevia ihmisiä. Sosionomilla on kyky ymmärtää asiakkaan tarpeet ja voimavarat kontekstista riippumatta. Sosionomi osaa myös tukea ja ohjata asiakasta tavoitteellisesti arjessa ja eri elämäntilanteissa. (Mäkinen, Raatikainen, Rahikka & Saarnio 2009, 18.) Opinnäytetyö on ollut merkityksellinen ammatillisen kasvumme kannalta.

Opinnäytetyömme käsittelee lapsettomuutta, mutta opinnäytetyöprosessimme aikana emme oppineet ainoastaan lapsettomuudesta, vaan ihmisten kohtaamisesta laajemmin.

Sosiaaliala näyttäytyy meille tulevina sosionomeina tämän prosessin jälkeen haastavana, mutta juuri sen vuoksi kiinnostavana. Jokaiseen ilmiöön, kuten esimerkiksi lapsettomuuteen, liittyy lukuisia muita ilmiöitä. Lapsettomuus on kriisinä niin yksilöllinen, että se voi linkittyä lukuisiin muihin haasteisiin, kuten esimerkiksi yksilön psyykkiseen jaksamiseen tai hänen sosiaaliseen asemaansa. Näiden lisäksi lapsettomuus voi aiheuttaa myös esimerkiksi taloudellista ahdinkoa. Lapsettomuus lapsiperheessä voi puolestaan näkyä esimerkiksi kiintymyssuhteeseen tai vuorovaikutukseen liittyvinä pulmina. Lapsettomuus voi johtaa eroon tai lujittaa parisuhdetta. Lapsettomuus koskettaa kriisinä lasta toivovia aikuisia, mutta mikäli perheessä on jo lapsi tai lapsia, näemme erityisen tärkeänä sen, että heitä ei unohdeta. Vanhemmalta ja varhaiskasvattajalta vaaditaan tahtoa ja osaamista nähdä lapsen tarpeet perheen tilanteessa. Sekundäärisestä lapsettomuudesta kärsivät vanhemmat varmasti rakastavat olemassa olevaa lastaan, mutta heidän voimavaransa eivät välttämättä riitä esimerkiksi hänen kysymyksiinsä vastaamiseen.

Lapsi tarvitsee lähelleen motivoituneen varhaiskasvattajan, joka tahtoo tukea lapsen hyvinvointia ja oppimista (Rusanen, Kuusela, Rintakorpi & Torkki 2014, 6). Meidän tehtävämme tulevina varhaiskasvattajina on auttaa lasta ja hänen vanhempiaan näkemään lapsi ja vahvistamaan lapsen kokemusta siitä, että hän on arvokas, tärkeä ja riittävä etenkin silloin, jos perheeseen toivotaan sisarusta. Surulle ja suremiselle on annettava tilaa lapsettomuuden kriisissä, mutta sen keskellä on tärkeää pitää mielessä lapsi ja lapsen mieli.

Ammattilaisen osaamiseen kuuluu sosiaalialalla erilaisten työmenetelmien soveltaminen ja arvioiminen. Monenlaisten asiakkaiden tukeminen ja tavoitteellinen toiminta arjessa ovat myös osa sosiaalialan ammattilaisen osaamista. (Näkki & Sayed 2015, 3.) Sosionomin (AMK) kompetensseihin kuuluu kyky ohjata yksilöitä ja ryhmiä tavoitteellisesti osallisuutta ja voimavaroja vahvistaen (Innokylä 2016).

Ryhmätoimintaa suunnitellessamme haasteeksi osoittautui se, että tarkoituksenamme oli toteuttaa kohderyhmällemme sopivaa ja heitä kiinnostavaa tavoitteellista toimintaa. Karitoitimme saatavissa olevia palveluja ja tulimme siihen tulokseen, että ryhmämme kaltaista toimintaa ei ole saatavilla. Uskoimme ryhmän tarpeellisuuteen, koska sekundäärisestä lapsettomuudesta kärsiviä on paljon. Emme voineet kuitenkaan tietää, olisiko toiminta sellaista, johon löytyy kiinnostusta ja halua sitoutua. Emme tienneet myöskään sitä,

tavoitamme kohderyhmäämme mainostamisellemme. Mikäli mainos tavoitti kohderyhmäämme, jäi jäljelle vielä paljon avoimia kysymyksiä: haluavatko lapsettomuudesta kärsineet tai kärsivät vanhemmat käsitellä lapsettomuuttaan tällä hetkellä? Haluavatko he käsitellä aihetta ryhmässä? Onko heidän lapsensa rajauksemme mukaisesti varhaiskasvatuskäisiä? Onko heillä aikaa tai mahdollisuutta varata kolme iltaa ryhmäämme varten?

Ryhmän toteutumattomuus oli meille pettymys, koska se mitä lähdimme opinnäytetyötämme hakemaan, jäi toteutumatta. Toisaalta takaisku pakotti meidät sietämään keskenräisyyttä ja opettelemaan, miten opinnäytetyön kaltaisessa pitkässä prosessissa kääntään suuntaa ja aloitetaan uudestaan, säilyttäen kuitenkin mahdollisimman paljon jo tehdystä työstä. Julkaisu oli uusi alku, joka toi työllemme uuden näkökulman ja sisällön. Kehitimme jälleen uutta ja sitoutimme itsemme uusiin suunnitelmiin. Samalla saimme työhömmekään myös verkkopalveluiden hyödyntämisen: etsimme verkossa tarjolla olevaa tukea lapsettomille ja heidän läheisilleen. Olemme sosionomiopintojemme aikana oppineet, että sosiaalialan e-asiantuntijuus on entistä suuremmassa roolissa ja tulee kasvattamaan asemaansa palveluiden moninaisella kentällä tulevaisuudessa. Myös ryhmän toteuttaminen osin verkkototeutuksena olisi voinut olla mahdollista. Ryhmästä oltiin kiinnostuneita eri puolilla Suomea. Verkkototeutus olisi voinut tavoittaa kohderyhmäämme ympäri Suomea. Toteutumaton ryhmä olisi perustunut kohtaamiseen ja toiminnallisiin menetelmiin. Siitä johdettua emme olisi voineet toteuttaa sitä kokonaisuudessaan verkossa. Esimerkiksi aloitus ja lopetus oltaisi voitu järjestää kasvotusten ja osa toiminnasta ja vertaistuesta olisi toteutunut verkossa.

Aiemmat kokemuksemme ryhmätoiminnasta ovat olleet pääosin erittäin positiivisia, joten aiomme myös jatkossa hyödyntää ryhmätoimintaa sosionomeina toimiessamme. Tulevaisuudessa ymmärrämme entistä paremmin, miten monia tekijöitä ryhmän muodostamiseen liittyy ja osaamme ennakoita näitä haasteita. Opinnäytetyöprosessimme on ollut pitkä ja monivaiheinen, ehdottomasti kaiken arvoinen.

LÄHTEET

- Bardy, Marjatta & Känkänen, Päivi 2005. Omat ja muiden tarinat. Ihmisyyttä vaalimassa. Helsinki: Stakes.
- Broberg, Anders; Almqvist, Kjerstin & Tjus, Tomas 2005. Kliininen lapsipsykologia. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Broberg, Mari & Tähtinen, Juhani 2009. Perheen toimivuus ja vanhemmuus yksinhuoltajaperheissä. Teoksessa Katja Forssén, Anita Haataja & Mia Hakovirta (toim.) Yksinhuoltajuus Suomessa. Väestöntutkimuslaitoksen tutkimuksia D 50/2009. Helsinki: Väestöliitto ja Turun yliopiston sosiaalipolitiikan laitos, 154–169.
- Cacciatore, Raisa; Heinonen, Sanna; Juvakka, Essi & Oulasmaa, Minna 2006. Pysytään yhdessä. Helsinki: Kustannusyhtiö Otava.
- Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä – opas Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä varten. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja C. Katsauksia ja aineistoja 17. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Dolan, Yvonne 1998. Pieni askel. Tie hyvään elämään traumaattisen kokemuksen jälkeen. Helsinki: Lyhytterapiainstituutti Oy.
- Eklund, Kenneth & Heinonen, Johanna 2011. Lapsen itsesäätelyn tukeminen arjessa. Teoksessa Tuija Aro & Marja-Leena Laakso (toim.) Taaperosta taitavaksi toimijaksi. Itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Jyväskylä: Niilo Mäki Instituutti.
- Elo, Janniina & Roos, Pirjo 2014. Lasten taiteellinen toimijuus. Teoksessa Eeva Hujala, Leena Turja, Janniina Elo & Piia Roos (toim.) Varhaiskasvatuksen käsikirjan työkirja. Jyväskylä: PS-kustannus, 61–65.
- Flykt, Marjo 2014. Prenatal Representations Predicting Parent-Child Relationship in Transition to Parenthood. Risk and family dynamics considerations. Tampere: University of Tampere. Verkkojulkaisuna: <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/95679/978-951-44-9503-8.pdf;sequence=1>.
- Heikka, Johanna; Fronsén, Elina; Elo, Janniina & Leinonen, Jonna 2014. Esipuhe. Teoksessa Johanna Heikka, Elina Fronsén, Janniina Elo & Jonna Leinonen

- (toim.) Osallisuuden pedagogiikkaa varhaiskasvatuksessa. Tampere: Suomen varhaiskasvatus ry, 3–5.
- Hellsten, Tommy 2004. Matkalle pääsee jos pysähtyy. Helsinki: Kirjapaja oy.
- Hirsjärvi, Sirkka; Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2009. Tutki ja kirjoita. 15., uudistettu painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Hohenthal–Antin, Leonie 2009. Muistot näkyviksi. Muistelutyön menetelmiä ja merkityksiä. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hovatta, Outi 1993. Pupujuuttu ja muita vauvasatuja. Helsinki: Väestöliitto.
- Hämmäinen, Seija & Mäki, Silja. Satu ilahduttaa päiväkotilasta. Teoksessa Silja Mäki & Pirjo Arvola (toim.) Tarina tukee lasta. Opas lasten ja nuorten kirjallisuusterapiaan 2. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 50–76.
- Hämäläinen, Ulla & Kangas, Olli 2010. Lasten, nuorten ja perheiden hyvinvoinnin tarkastelua. Teoksessa Ulla Hämäläinen & Olli Kangas (toim.) Perhepiirissä. Helsinki: Kelan tutkimusosasto, 7–27.
- Innokylä 2016. Sosiaalialan ammattikorkeakoulutuksen kompetenssit. Verkkojulkaisuna: <https://www.innokyla.fi/documents/1167850/5e8f1ef1-7a5b-4dfb-a629-0ea09dbfe904>.
- Janhunen, Kristiina & Saloheimo, Anja 2008. Äitiyden tunnepakkaus. Teoksessa Kristiina Janhunen & Minna Oulasmaa (toim.) Äidin kielletyt tunteet. Helsinki: Väestöliitto, 28–53.
- Joutsenniemi, Kaisla & Mustonen, Veera 2013. Ruuhkataidot. Iloa vanhemmuuteen. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Järvinen, Kirsi & Mikkola, Petteri 2015. Oletko sä meidän kaa? Näkökulmia osallisuuden ja yhteisöllisyyteen varhaiskasvatuksessa. Helsinki: Pedatieto Oy.
- Kabat-Zinn, Myla & Kabat-Zinn Jon 2011. Jokapäiväiset ilonaiheet. Vanhemmuus ja tietoinen läsnäolo. Helsinki: Basam Books Oy.
- Kalland, Mirjam 2011. Päivähoito kiintymyssuhdeteorian valossa. Teoksessa Jari Sinkkonen & Mirjam Kalland (toim.) Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Helsinki: WSOYpro Oy, 147–171.
- Kalland, Mirjam 2014. Vanhemman mentalisaatiokyky. Teoksessa Anne Viinikka (toim.) Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Helsinki: Mannerheimin Lastensuojeluliitto, 26–38.
- Kataja, Jukka; Jaakkola, Timo & Liukkonen, Jarmo 2011. Ryhmä liikkeelle! Toiminnallisia harjoituksia ryhmän kehittämiseksi. Jyväskylä: PS-kustannus.

- Katajavuori, Riina; Toivanen, Riikka & Tokola, Maiju 2015. Meidän pihan perhesoppa. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Kinanen, Mare 2009. Surusäkki. Vertaisryhmätyöskentelyä lasten sururyhmille. Helsinki: Lasten Keskus.
- Kinossalo, Maiju & Mäkinen, Marita 2014. Minä olen ja kuulun! Lapsen identiteetin tukeminen. Teoksessa Eeva Hujala, Leena Turja, Janniina Elo & Piia Roos (toim.) Varhaiskasvatuksen käsikirjan työkirja. Jyväskylä: PS-kustannus, 55–59.
- Kivijärvi, Saira; Rönkä, Anna & Hyväluoma, Johanna 2009. Vanhemmuus arjessa: Neuvottelua, hässäköitä ja hassuttelua. Teoksessa Anna Rönkä, Kaisa Malinen & Tiina Lämsä. Perhe-elämän paletti. Vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa. Ps-kustannus. Jyväskylä: PS-kustannus. 47–68.
- Klemetti, Reija; Gissler, Mika; Lammi-Taskula, Johanna & Miettinen, Anneli 2014. Lastenhankinnan ajoitus. Teoksessa Johanna Lammi-Taskula & Sakari Karvonen (toim.) Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 170–181.
- Koivula, Maija 2004. Vanhempien kokemuksia perhetyöstä päiväkodissa. Teoksessa Soili Keskinen & Heli Virjonen (toim.) Vanhemmuuden ja lapsen kasvun tukeminen päivähoitossa. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 73–104.
- Koivula, Merja; Siippainen, Anne & Eerola-Pennanen, Paula 2017. Esipuhe. Teoksessa Merja Koivula, Anna Siippainen & Paula Eerola-Pennanen (toim.) Valloittava varhaiskasvatus. Oppimista, osallisuutta ja hyvinvointia. Tampere: Kustannusosakeyhtiö Vastapaino Oy, 7–8.
- Koivunen, Pirjo-Leena 2009. Hyvä päivähoito. Työkaluja sujuvaan arkeen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kontula, Osmo 2011. Alkusanat. Teoksessa Anneli Miettinen ja Väestöliitto: Äidiksi ja isäksi hedelmöityshoidolla. Väestöntutkimuslaitos. Katsauksia E 40/2011. Helsinki: Väestöliitto, 4.
- Koskimies, Aarne I. 2017. Alku uudelle elämälle. Urani tiedemiehenä. Jyväskylä: Docendo Oy.
- Kramer, Wendy & Cahn, Naomi 2013. Finding our families. A First-of-Its-Kind Book for Donor-Conceived People and Their Families. New York: Penguin Group.
- Kurki, Janne 2011. Lapsi – Toinen. Vantaa: Apeiron.

- Kuukasjärvi, Anja 2011. Draama – Tapa oppia itsestä, toisesta ja elämästä. Teoksessa Anja Kuukasjärvi, Outi Linnossuo & Jussi Sutinen (toim.) Taidetyöskentely arjen näyttämöillä. Teoriaa, menetelmiä ja sovelluksia. Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja 53. Turku: Turun ammattikorkeakoulu, 61–79.
- Kymmenen Uutiset. Suomi 2017. Ohjaaja Henrik Lobbas. Vastaava päätuottaja Merja Ylä-Anttila. Uutisankkurit Peter Nyman & Aino Huilaja. Väestöliiton tutkimusprofessori Anna Rotkirchin vierailu Kymmenen Uutisissa. Esitetty 25.1.2017 MTV.
- Laki hedelmöityshoidoista 2006/1237, 22.12.2006. Viitattu 24.10.2017. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2006/20061237>.
- Lapsettomien yhdistys Simpukka ry i.a.a. Vertaistukiryhmät. Viitattu 2.2.2017. <http://www.simpukka.info/vertaistukiryhmat/>.
- Lapsettomien yhdistys Simpukka ry i.a.b. Yhdistyksestä. Viitattu 9.2.2017. <http://www.simpukka.info/yhdistyksesta/#>.
- Lapsettomien yhdistys Simpukka ry i.a.c. Vertaistukijana toimiminen. Viitattu 4.10.2017. <http://www.simpukka.info/vertaistukijana-toimiminen/>.
- Ledu, Stéphanie & Frattini, Stéphane 2009. Suuri perhekirja. Oppi & ilo -sarja. Helsinki: WSOY.
- Leinonen, Jonna 2014. Pedagogisia näkökulmia lasten osallisuuden tukemiseen. Teoksessa Johanna Heikka, Elina Fronsén, Janniina Elo & Jonna Leinonen (toim.) Osallisuuden pedagogiikkaa varhaiskasvatuksessa. Tampere: Suomen varhaiskasvatus ry, 16–40.
- Lindfors, Anne 2012. Tahaton lapsettomuus. Teoksessa Hanna Parviainen (toim.) Ei kenenkään äiti. Jyväskylä: Atena Kustannus Oy, 269–295.
- Lindfors, Anne 2015. Alkusanat. Teoksessa Heli Pruuki; Raili Tiihonen & Minna Tuominen Toisenlainen tie. Tahaton lapsettomuus, kriisi ja selviytyminen. Helsinki: Kirjapaja. 11–12.
- Mali, Satu 2016. Lentäjäsankarit Poppis & pikkuveli. Helsinki: Satu Mali.
- Marjamäki, Elina; Kosonen, Susanna; Törrönen, Soile & Hannukkala, Marjo 2015. Lapsen mieli. Mielenterveystaitoja varhaiskasvatukseen ja neuvolaan. Helsinki: Suomen Mielenterveysseura.

- Mielenterveyden keskusliitto ry i.a. Tervetuloa unelmakeitaaseen. Työ- ja koulutusvalmennuksen työkirja. Helsinki: Mielenterveyden keskusliitto ry. Verkkojulkaisuna: <http://mtkl.fi/wp-content/uploads/2016/06/Unelmakeidas-tulostettava.pdf>.
- Miettinen, Anneli 2011. Äidiksi ja isäksi hedelmöityshoidolla. Väestöntutkimuslaitos. Katsauksia E 40/2011. Helsinki: Väestöliitto.
- Monimuotoiset perheet i.a.a. Lapsettomien yhdistys Simpukka ry. Viitattu 5.9.2017. <https://monimuotoisetperheet.fi/jarjestot/simpukka-ry/>.
- Monimuotoiset perheet i.a.b. Kaikkien perheiden Suomi –hanke, Monimuotoiset perheet –verkoston verkkosivut. Viitattu 9.2.2017. <http://www.monimuotoisetperheet.fi/>.
- Mykkänen, Johanna & Böök, Marja Leena 2017. Moninaiset perheet ja varhaiskasvatus. Teoksessa Merja Koivula, Anna Siippainen & Paula Eerola-Pennanen (toim.) Valloittava varhaiskasvatus. Oppimista, osallisuutta ja hyvinvointia. Tampere: Kustannusosakeyhtiö Vastapaino Oy, 75–86.
- Mäki, Silja & Arvola, Pirjo 2009. Satu hoitaa lapsen mieltä. Teoksessa Silja Mäki & Pirjo Arvola (toim.) Satu kantaa lasta. Opas lasten ja nuorten kirjallisuusterapiaan 1. Porvoo: WS Bookwell Oy.
- Mäkinen, Päivi; Raatikainen, Eija; Rahikka, Anne & Saarnio, Tuula 2009. Ammattina sosionomi. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Näkki, Pirjo & Sayed, Terttu 2015. Lukijalle. Teoksessa Pirjo Näkki & Terttu Sayed (toim.) Asiakastyön menetelmiä sosiaalialalla. Helsinki: Edita Publishing Oy, 3–6.
- Opetushallitus 2016. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016. Määräykset ja ohjeet 2016:17. Helsinki: Opetushallitus. Verkkojulkaisuna: http://www.oph.fi/download/179349_varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2016.pdf.
- Pajulo, Marjukka & Pyykkönen, Nina 2011. Mentalisaatiokyky varhaisessa vanhemmuudessa. Teoksessa Jari Sinkkonen & Mirjam Kalland (toim.) Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Helsinki: WSOYpro Oy, 71–94.
- Pihlaja, Päivi & Viitala, Riitta 2005. Johdanto. Teoksessa Päivi Pihlaja & Riitta Viitala (toim.) Eryityiskasvatus varhaislapsuudessa. Helsinki: WSOY, 3–4.
- Pojjula, Soili 2016. Lapsi ja kriisi. Selviytymisen tukeminen. Helsinki: Kirjapaja.

- Pruuki, Heli; Tiihonen, Raili & Tuominen, Minna 2015. Toisenlainen tie. Tahaton lapsettomuus, kriisi ja selviytyminen. Helsinki: Kirjapaja.
- Raivio, Helka & Karjalainen, Jarno 2013. Osallisuus ei ole keino tai väline, palvelut ovat. Osallisuuden rakentuminen 2010-luvun tavoite- ja toimintaohjelmissa. Teoksessa Taina Era (toim.) Osallisuus – oikeutta vai pakkoa? Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 156. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu, 12–34. Verkkojulkaisuna:
http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/64153/JAMKJULKAISUJA1562013_web.pdf?sequence=1.
- Repo, Laura 2013. Pienet lapset ja kiusaamisen ehkäisy. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Repokari, Leena 2011. Vanhemmuus hedelmöityshoitojen jälkeen. Teoksessa Jari Sinkkonen & Mirjam Kalland (toim.) Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Helsinki: WSOYpro Oy, 197–206.
- Rusanen, Sinikka; Kuusela, Mirva; Rintakorpi, Kati & Torkki, Kaisa 2014. Musta tuntuu punaiselta. Kuvataiteellinen toiminta varhaisiässä. Helsinki: Lasten keskus & Kirjapaja Oy.
- Rönkkö, Leena & Rytönen, Timo 2010. Monisäikeinen perhetyö. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Saario, Pirre 2016a. Joka viidennen parin ongelma. Teoksessa Anne Lindfors & Miia Mikkonen (toim.) Lapsen muotoinen unelma. Tahaton lapsettomuus kriisinä. Tampere: Lapsettomien yhdistys Simpukka ry, 4.
- Saario, Pirre 2016b. Miten surra sitä, mitä ei ole? Teoksessa Anne Lindfors & Miia Mikkonen (toim.) Lapsen muotoinen unelma. Tahaton lapsettomuus kriisinä. Tampere: Lapsettomien yhdistys Simpukka ry, 11.
- Saario, Pirre 2016c. Vertaistuesta voimaa. Teoksessa Anne Lindfors & Miia Mikkonen (toim.) Lapsen muotoinen unelma. Tahaton lapsettomuus kriisinä. Tampere: Lapsettomien yhdistys Simpukka ry, 23–24.
- Saario, Pirre 2016d. Simpukka-yhdistys – Tiedämme, miltä lapsettomuus tuntuu. Teoksessa Anne Lindfors & Miia Mikkonen (toim.) Lapsen muotoinen unelma. Tahaton lapsettomuus kriisinä. Tampere: Lapsettomien yhdistys Simpukka ry, 25.
- Simpukka 2017. Missä sä asut? Lapsettomien yhdistys Simpukka ry:n jäsenlehti 3/2017, 30.
- Sinkkonen, Jari 2008. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. Helsinki: WSOY.

- Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry 2017. Arki, arvot ja etiikka. Sosiaalialan ammattihenkilön eettiset ohjeet. Helsinki: Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry.
- Sosiaalihuoltolaki 2014/1301, 30.12.2014. Viitattu 19.1.2017. <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141301>.
- Suomen Mielenterveysseura 2004. Yhdessä suru on helpompi kantaa. Opas lasten ja nuorten sururyhmien ohjaajille. Helsinki: Suomen Mielenterveysseura & Jyväskylä: Tuettu suru -projekti.
- Tanskanen, Susanna 2015. Toiminnallisuus ryhmämuotoisessa asiakastyössä. Teoksessa Pirjo Näkki & Terttu Sayed (toim.) Asiakastyön menetelmiä sosiaalialalla. Helsinki: Edita Publishing Oy, 105–126.
- Tapio, Nina 2010. Lapsettomuus ja psykososiaalinen tuki. Teoksessa Anna-Kaisa Hakkarainen. Ihmeet tapahtuvat muille. Lapsettomuuspäiväkirja. Helsinki: Helsinki-kirjat Oy, 166–174.
- Tulppala, Maija 2007. Lapsettomuus – vaiettu suru. Teoksessa Anne-Maria Suikkari & Sirpa Mäkinen (toim.) Kun vauva viipyy – lapsettomuuden tutkimus ja hoito. Helsinki: Väestöliitto, 29.
- Tuovinen, Sanna 2014. Satuhieronta. Läsnaolevan kosketuksen ja sadun taikaa. Helsinki: WSOY.
- Turja, Leena & Vuorisalo, Mari 2017. Lasten oikeudet, toimijuus ja osallisuus oppimisessa. Teoksessa Merja Koivula, Anna Siippainen & Paula Eerola-Pennanen (toim.) Valloittava varhaiskasvatus. Oppimista, osallisuutta ja hyvinvointia. Tampere: Kustannusosakeyhtiö Vastapaino Oy, 36–55.
- Uhtio, Anu 2017. Adoptioperheet ry:n toiminnanjohtajan haastattelu 9.8.2017 Helsingissä.
- Valkeapää, Minna 2011. Pomppivat pavut. Ryhmätoimintaa pienille ja isoille. Helsinki: LK-kirjat / Lasten Keskus.
- Valkonen, Anniina 2017. Lapsettomien yhdistys Simpukka ry:n vertaistukikoordinaattorin haastattelu 16.10.2017 Tampereella.
- Varhaiskasvatuslaki 1973/36, 19.1.1973. Viitattu 12.1.2017. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1973/19730036>.
- Viitala, Riitta 2013. Henkilöstöjohtaminen. Strateginen kilpailutekijä. Helsinki: Edita Publisher Oy.

- Wikström, Minna 2017. Lapsettomien yhdistys Simpukka ry:n puheenjohtaja Minna Wikströmin haastattelu 9.10.2017 Helsingissä.
- Vilén, Marika; Hansen, Maija; Janhunen, Tarja; Kytöpuu, Katri; Salo, Saara; Seppänen, Paula; Seppänen, Sami & Tapio, Nina 2010. Perhe ja perhetyö. Teoksessa Marika Vilén, Paula Seppänen, Nina Tapio & Riikka Toivanen (toim.) Kohtaamisia lapsiperheissä. Menetelmiä perhetyöhön. Helsinki: Kirjapaja. 9–59.
- Vilkka, Hanna & Airaksinen, Tiina 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Willis, Jeanne 2010. Veera-vuohen vekara. Karkkila: Mäkelä.
- Vuorinen, Katri; Eskola, Tiina & Lintunen, Martti 2016. Meidän perhe. Kärkölä: Kustannus Oy Pieni Karhu.
- Yesilova, Katja 2009. Ydinperheen politiikka. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.