

Opinnäytetyö (AMK)

Sosionomi (AMK)

Lastensuojelu, Toiminnalliset menetelmät

2018

Eveliina Kinnunen & Ina Pekkala

KUN MINÄ OLIN AIVAN PIENI

– Vanhemman mentalisaatiokykyä sekä
vanhemman ja vauvan välistä
vuorovaikutussuhdetta tukevan vauvakirjan
kehittäminen

OPINNÄYTETYÖ (AMK) | TIIVISTELMÄ

TURUN AMMATTIKORKEAKOULU

Sosionomikoulutus

2018 | 47 sivua, 3 liitesivua

Eveliina Kinnunen & Ina Pekkala

KUN MINÄ OLIN AIVAN PIENI

- Vanhemman mentalisaatiokykyä sekä vanhemman ja vauvan välistä vuorovaikutussuhdetta tukevan vauvakirjan kehittäminen

Tämä raportti on kuvaus kehittämishankkeesta, jonka tehtävänä oli kehittää vauvakirja Raision perhepalveluissa tehtävän vauvaperhetyön tarpeisiin. Kehittämishankkeessa syntynyt tuotos, Kun minä olin aivan pieni -vauvakirja, on kehitetty kiintymyssuhdeteoriaan ja mentalisaatioteoriaan pohjautuen sekä Raision perhepalveluiden tarpeita kuunnellen.

Raision perhepalveluiden työntekijät näkivät työssään tarpeen vauvakirjalle, jossa vanhemman kykyä pohtia syvemmin ”millainen on juuri minun vauvani”, tuettaisiin kysymysmuotoisesti. Työntekijät toivoivat vauvakirjasta työvälinettä tukemaan vauvaperheiden kanssa työskentelyä.

Kehittämishankkeessa tuotettu vauvakirja toteutettiin vuonna 2018 yhteistyössä Raision perhepalveluiden työntekijöiden kanssa dialogista keskustelua käyden. Kehittämishankkeen tavoitteena oli tukea vanhemman ja vauvan välisen vuorovaikutussuhteen syntymistä vauvan ensimmäisen elinvuoden aikana.

Tässä raportissa esittelemme varhaista vuorovaikutusta ja vanhemman mentalisaatiokykyä käsittelevää teoriaa. Raportissa tuomme esiin perustelut, miten kehittämishankkeessa kehitetty vauvakirja tukee vanhemman ja vauvan vuorovaikutussuhteen rakentumista sekä edistää vanhempaa ottamaan mentalisaatiokykynsä käyttöön vauvansa huolenpidossa. Raportin lopussa kuvaamme, miten vauvakirja syntyi.

ASIASANAT:

mentalisaatioteoria, vanhemmuus, kiintymyssuhdeteoria, varhainen vuorovaikutus, reflektiivinen kyky, perhetyö

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Degree programme of Social Services

2018 | 47 pages, 3 pages in appendices

Eveliina Kinnunen & Ina Pekkala

WHEN I WAS SO LITTLE

- The development of a baby book for supporting parental mentalization and interdependency

This report is a description of a development project aiming to create a new tool for the needs of Raisio family services in their work with families who have a baby. The tool which was created in this development project is a baby book. The book is called "When I was so little" and it is based on the attachment theory, theory of mind and listening to the needs of family work in Raisio.

The workers in Raisio family services saw a need for a baby book in which parents' ability to ponder deeper "what kind of baby is my baby", would be supported with questions. The workers wished the book to become a tool which can be used in supporting families with babies.

The book created in this project was developed throughout the year 2018 in co-operation with the workers at Raisio family services by engaging in a dialogue with them. The objective of this development project was to support the interdependency between parents and baby during the first year of a baby's life.

In this report we will describe the attachment theory and theory of mind which has to do with parental mentalization. We will state reasons for how the baby book will support developing early interaction between a parent and a baby and further parents' ability to use mentalization in taking care of their baby. In the end of this report we will describe how the baby book was created.

KEYWORDS:

theory of mind, parenthood, attachment theory, early interaction, reflective ability, family work

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	6
2 LÄHTÖKOHTIA KEHITTÄMISHANKKEELLE	8
2.1 Kehittämishankkeen aihe, tarve ja tavoite	8
2.2 Raison perhepalvelut kehittämishankkeen toimeksiantajana	10
3 EDELLYTYKSIÄ SUHTEEN RAKENTUMISEKSI VANHEMMAN JA VAUVAN VÄLILLÄ	11
3.1 Varhaisen vuorovaikutussuhteen rakentuminen vanhemman ja vauvan välillä	11
3.2 Turvallisen kiintymyssuhteen rakentuminen	13
3.3 Vanhemmuuden tukeminen vauvaperhetyössä	17
4 VANHEMMAN MENTALISAATIOKYVYN JA REFLEKTIIVISEN KYVYN EDISTÄMINEN	20
4.1 Mentalisaatiokyky varhaisessa vuorovaikutussuhteessa	20
4.2 Reflektiivinen kyky vanhemman ja vauvan välisessä vuorovaikutuksessa	22
4.3 Vauvan temperamentin merkitys vuorovaikutussuhteelle	25
5 SUUNNITELMASTA VAUVAKIRJAKSI	27
5.1 Prosessin eteneminen	27
5.2 Kehittämisen menetelmiä	36
5.3 Vauvakirjan esittely	37
6 YHTEENVETO JA ARVIOINTI	41
6.1 Vauvakirjasta saatua palautetta	41
6.2 Kehittämishankeprosessin arviointia	42
LÄHTEET	45

LIITTEET

- Liite 1. Palautelomake vauvakirjaa käyttäneille työntekijöille.
Liite 2. Palautelomake vauvakirjaa täyttäneille perheille.

KUVAT

Kuva 1. Vauvakirjan sisällysluettelo

29

TAULUKOT

Taulukko 1. Työskentelyprosessi.

35

1 JOHDANTO

Nykyaikaisessa, monin tavoin muuttuvassa yhteiskunnassamme perheet ja niiden monimuotoisuus ovat olleet murroksessa jo jonkin aikaa. Erilaisia perhemuotoja on ydinperheiden rinnalle alkanut nousta paljon ja se muuttaa niin lastensuojelun kuin perhetyön vaatimuksia. Myös vanhemman ja vauvan välisen vuorovaikutussuhteen rakentumisen merkitys ihmisen psyykkiselle kehitykselle ymmärretään nykyään paremmin. Sosiaalisen median aikakautena vanhemman huomio saattaa myös kiinnittyä helposti puhelimeen, jolloin se on pois vauvan kanssa aidosti ja läsnäolevasti vietetystä ajasta. Vauvaperhetyössä tarvitaan näistä syistä uudenlaisia menetelmiä ja työvälineitä perheiden kanssa työskentelyyn.

Kehittämishankkeessa tuotimme Raision perhepalveluiden käyttöön vauvakirjan, joka vahvistaa vauvan ja vanhemman välistä suhdetta. Tässä kehittämishankkeessa vauvakirjalla tarkoitetaan täytettävää työkirjaa, johon talletetaan vauvasta hänen vauva-aikaansa liittyviä tapahtumia ja muistoja hänen odottamisestaan ensimmäisen elinvuotensa loppuun asti. Kirja perustuu kahteen teoriaan: kiintymyssuhdeteoriaan ja mentalisaatioteoriaan. Kiintymyssuhdeteoria on John Bowlbyn ajatuksiin ja tutkimuksiin perustuva teoria, joka pohjautuu vauvan kykyyn tavoitella hoivaajansa huomiota ja vanhemman taipumukseen asettua vauvan hoivaajaksi. Tällöin heidän välilleen muodostuu hoiva- ja tunnesuhde, joka on kiintymyssuhdeteorian keskiössä. Toinen kehittämishankkeessa käyttämämme teoria, mentalisaatioteoria, on kehittynyt vahvasti kiintymyssuhdeteorian näkemysten pohjalta (Viinikka 2014, 17). Mentalisaatioteoria tarkoittaa teoriaa, joka pohjautuu ihmisen kykyyn tunnistaa, miten oman mielen toiminta ja oma käyttäytyminen vaikuttavat toiseen sekä miten toinen puolestaan vaikuttaa itseensä (Laitinen & Ollikainen 2017). Tässä kehittämishankkeessa keskitymme tarkastelemaan mentalisaatioteoriaa erityisesti vanhemman ja lapsen mielten välisessä toiminnassa.

Kehittämishankkeen toimeksiantajana toimi Raision perhepalvelut. Vauvakirjan on tarkoitus tukea vauvaperhetyöskentelyä niin, että Raisiossa saadaan käyttöön uusi, paremmin asiakkaiden tarpeisiin vastaava työväline vauvatyöhön perhepalveluiden eri osa-alueilla. Uudenlaisen työvälineen luominen vauvaperhetyöhön kuulosti meistä molemmista hyvin tärkeältä ja ajankohtaiselta tarpeelta sekä ennen kaikkea aiheeltaan erittäin mie-

lenkiintoiselta. Nämä ovat luultavasti myös tärkeimmät syyt, joiden vuoksi valitsimme aiheen opinnäytetyöksemme. Lisäksi tässä työssä pääsi todellakin kaivamaan itsestään luovan puolen esiin kokonaisen kirjan luomisessa, millä oli myös erittäin positiivinen vaikutus aiheen valintaan.

Tässä raportissa kuvaamme vauvakirjan kehittämisen taustat, teoriapohjan sekä vaiheet hankkeen suunnittelusta valmiiseen vauvakirjaan. Esittelemme myös kehittämämme vauvakirjan sisällön. Lisäksi lopussa arvoimme koko kehittämishankeprosessin eri vaiheita.

2 LÄHTÖKOHTIA KEHITTÄMISHANKKEELLE

2.1 Kehittämishankkeen aihe, tarve ja tavoite

Raision perhepalveluissa nähtiin tarve saada oma vauvakirja vauvaperhetyöskentelyn tueksi. Kehittämishankkeen tehtävänä oli luoda Raision kaupungin perhepalveluille uusi työväline, työkirjamuotoinen täytettävä vauvakirja, nimenomaan Raision perhepalveluiden ja heidän asiakkaidensa tarpeita kuunnellen. Vauvakirjan teoreettiseksi viitekehyyksiksi Raision perhepalvelut toivoivat mentalisaatioteoriaa sekä vanhemmuuden tukemista. Vanhemman mentalisaatiokyky ja mentalisaatioteoria teoreettisena viitekehyyksenä nähdään kirjassa tärkeänä perustana siksi, että vanhemman mentalisaatiokyvyllä on suuri merkitys vanhemman ja vauvan väliselle vuorovaikutussuhteelle, jonka laatu taas vaikuttaa valtavasti lapsen muuhun kehitykseen (Kalland 2014, 26). Vauvakirjan on tarkoitus tulla konkreettiseksi työvälineeksi Raisiossa tehtävään vauvaperhetyöhön. Kirjan laajuus rajattiin vauvan ensimmäiseen vuoteen syntymästä alkaen. Vauvakirja mahdollistaa sen, että vanhempi voi pohtia omaa vanhemmuuttaan kirjassa esitettävien kysymysten kautta sekä tallettaa muistoja kirjaan vauvansa ensimmäisestä vuodesta. Kirjassa on myös paljon tilaa valokuville ja erilaisten tietojen kirjoittamiselle vauvasta.

Aikaisemmin Raision perhepalveluiden työntekijät ovat käyttäneet työvälineenä perinteisiä, kaupasta ostettavia vauvakirjoja. Niissä keskitytään usein vauvan fyysisen kehityksen seuraamiseen, jolloin vauvan erityisyyden ja vuorovaikutuksellisten tarpeiden huomioiminen kirjassa jää vähemmälle. Raision perhepalveluiden työntekijät ovat nähneet työssään tarpeen vauvakirjalle, jossa korostettaisiin enemmän jokaisen vauvan erityisyyttä sekä tuettaisiin kysymyksillä vanhemman kykyä pohtia syvemmin ”millainen on juuri minun vauvani”. Vauvakirja eroaa tavallisesta vauvakirjasta, siten, että sen sisältö on rakennettu niin, että vauvan ääni tulisi kirjan kautta kuulluksi ja vanhempi pystyisi kirjan avulla pohtimaan vauvansa mieltä ja olotiloja. Tämä näkyy vauvakirjan rakenteessa, joka sisältää vauvalta vanhemmalle suunnattuja kysymyksiä ja lauseita. Vauvakirjan on tarkoitus olla apuväline perhepalveluiden työntekijöille, jotta heidän olisi helpompi tukea vanhempaa pohtimaan vauvansa mieltä sekä omaa vanhemmuuttaan syvällisemmin ja reflektiivisemmin.

Perhepalveluiden asiakasperheet tarvitsevat tukea vanhemmuuteen sekä vuorovaikutussuhteen luomiseen tai vahvistamiseen omaan vauvan kanssa. Kehittämishankkeen tavoitteena on, että työntekijän on kehitetyn vauvakirjan kysymysten kautta työssään helpompi ottaa puheeksi vanhemman kanssa vanhemmuuteen sekä vanhemman ja vauvan väliseen vuorovaikutukseen liittyviä arkitilanteita. Yhtä lailla vauvakirjan kysymysten on tarkoitus helpottaa asiakasperheen vanhempaa tai vanhempia keskustelemaan työntekijän kanssa omasta vanhemmuuden tilastaan sekä suhteestaan vauvaansa.

Asiakasperheen tasolla kehittämishankkeen avulla tavoitellaan vauvan ja vanhemman välisen vuorovaikutussuhteen syventämistä. Kirjan tavoitteena on, että vauva ja hänen tarpeensa pysyisi vanhemman mielessä. Kirjan avulla vanhempi pääsee pohtimaan, millainen hänen vauvansa on. Koska kirja pohjautuu mentalisaatioteoriaan ja vanhemmuuden tukemiseen, kirjassa on paljon kysymyksiä vanhemmille. Niiden kautta vanhemmalle tarjoutuu mahdollisuus opetella tutustumaan vauvaansa syvemmin. Vanhemmille ja vauvalle vauvakirjasta jää myös mukava, konkreettinen muisto ja tarina vauvan ensivuodesta.

Yhteisön tasolla yhtenä tavoitteenamme kehittämishankkeessa on yhtenäistää vauvaperheiden kanssa tehtävää työtä Raisiossa kehittämällä vauvakirja yhteiseksi työskentelymenetelmäksi. Raision perhepalveluilla on yhteinen tavoite auttaa perheitä vanhemmuudessa. Vauvakirja tarjoaa työntekijöille yhtenäisen työvälineen, jota käyttää työssä vanhempien auttamiseksi. Sen avulla vanhempi voi pohtia omaa vauvaa ja omaa vanhemmuuttaan myönteisen tunnistamisen kautta keskittymällä perheen yhteisiin voimavaroihin kuitenkin ongelmia sivuuttamatta. Kirja tarjoaa mahdollisuuden käsitellä vanhemmuuteen liittyviä asioita ja vauvaperhetyössä. Sen konkreettiset ja tarkat kysymykset saattavat jo omalta osaltaan helpottaa sekä vanhempia että perhepalveluiden työntekijää ottamaan monenlaisia asioita esille vanhempien kanssa käydyissä keskusteluissa.

Yhteiskunnan tasolla vauvakirjan on tarkoitus tukea vanhemmuutta nykypäivänä. Vanhempia ja perheitä on nykyään monenlaisia ja huomioimme vauvakirjassamme monenlaiset perheet, esimerkiksi sukupuuta muotoillessamme. Myös sosiaalinen media saattaa usein viedä vanhemman huomion, niin että hän keskittyy johonkin aivan muuhun kuin vauvaan. Yhteisiä hetkiä varten, ja niiden tärkeyttä painottaaksemme vauvakirjassa on yhteisiä leikkejä vauvalle ja vanhemmalle sekä muita vauvaa ja vanhempaa yhdistä-

viä osioita. Raision perhepalveluiden työntekijät näkivät myös vauvakirjan yhteiskunnallisen tarpeen siinä, että nykyvanhemmille on tärkeää korostaa, miten huomioida omaa vauvaa muutenkin kuin vain täyttämällä tämän fyysiset perustarpeet. Kirjan tavoitteena siis on, että pienen lapsen vanhemmat saavat kirjasta konkreettisen välineen, jonka avulla rakentaa suhdetta omaan lapseensa ja huomata lapsensa ainutlaatuisuus.

2.2 Raision perhepalvelut kehittämishankkeen toimeksiantajana

Toimintaympäristönämme toimii lastensuojelun perhetyö. Perhetyön peruslähtökohta ovat perheiden elämästä lähtevät tarpeet, jotka voivat liittyä lasten kehitys- ja kasvatuskysymyksiin, vanhemmuuden tukemiseen sekä perheen toimintakyvyn ja hyvinvoinnin lisäämiseen. Siihen on nimetty työntekijöitä tai tiimi, joka suorittaa tehtävänsä omilla työtavoillaan. (Rönkkö & Rytönen 2010, 27–31.) Kehittämishankkeeseen osallistuvia toimijoita ovat meidän opiskelijoiden lisäksi Raision perhepalveluiden kolme perhetyöntekijää sekä yksi psykologi. He ovat valikoituneet kehittämistyöryhmään, koska nimenomaan he tekevät vauvaperhetyötä Raision perhepalveluissa.

Raisiossa vauvaperhetyötä tarjotaan sekä sosiaalihuolto- että lastensuojelulain mukaisesti. Sosiaalihuoltolain mukaisesti vauvaperhetyötä tarjotaan Raisiossa vauvaperheille esimerkiksi tilanteissa, joissa vauvan odotukseen liittyy huolia, perheeseen syntyy useampi lapsi, vauvalla on syömiseen ja nukkumiseen liittyviä ongelmia, vauva on erityisen itkuinen tai hänen on vaikea rauhoittua, vanhemmilla on epävarmuutta vauvan hoidon suhteen tai lähipiirin tuki puuttuu. Lastensuojelulain mukaista tehostettua perhetyötä tarjotaan vauvaperheille edellä mainittujen tilanteiden lisäksi silloin, kun vanhemmalla on päihde- tai mielenterveysongelmia. Vauvaperhetyö aloitetaan Raisiossa aina Lapset puheeksi -keskustelulla. Työ sisältää muun muassa käytännönläheistä vauvan hoidon ohjausta, arjen hallinnan vahvistamista ja varhaisen vuorovaikutuksen tukemista. (Raision kaupunki 2017.)

3 EDELLYTYKSIÄ SUHTEEN RAKENTUMISEKSI VANHEMMAN JA VAUVAN VÄLILLÄ

3.1 Varhaisen vuorovaikutussuhteen rakentuminen vanhemman ja vauvan välillä

Vauvat tarvitsevat ympärivuorokautista hoivaa ja vauva on riippuvainen vanhemmasta niin fyysisten toimintojen osalta kuin tunne-elämän kehityksen kannalta. Vauva tarvitsee tunteisiinsa vastausta ja vanhempi reagoi vauvan tunteisiin eleillä ja kasvonilmeillä, äänensävyllä sekä kosketuksella. Näin vanhempi on saatavilla ja auttamassa vauvaa tunteiden säätelyssä. Tätä varhaisessa vaiheessa tapahtuvaa vuorovaikutusta nimitetään varhaiseksi vuorovaikutukseksi. Kun vanhempi toistuvasti vastaa vauvan tunteisiin oikealla tavalla, alkaa vauva muodostaa tapahtumaketjuista malleja, esimerkiksi ”kun itken, vanhempi ottaa minut syliin”. Turvallista kiintymyssuhdetta rakennetaan vanhemman ja vauvan välisessä varhaisessa vuorovaikutuksessa, jolla on suuri merkitys lapsen kehitykselle. (Gerhardt 2007, 26–41.)

Vuorovaikutussuhteen rakentumisessa tärkeää on se, että vanhempi on aidosti kiinnostunut vauvastaan ja haluaa oppia tuntemaan hänet. Vauvaiässä vanhemman vaistoilla on suuri merkitys ja pikkuhiljaa vanhempi opettelee tuntemaan ja tulkitsemaan vauvaa ja samalla vauva oppii itsestään ja vanhemmistaan. (Mäkelä 2016, 23.) Lapsi tarvitsee aikuista, joka kohtelee häntä alusta asti vuorovaikutukseen kykenevänä ja vuorovaikutusta tarvitsevana yksilönä. Perusturvallisuus syntyy, kun vanhemmat suojaavat lasta liialliselta yksinololta ja pyrkivät helpottamaan hänen hankalia tunnetilojaan. (Schulman 2012, 146.) Vauvan ja vanhemman välinen vuorovaikutussuhde rakentuu siis jokapäiväisissä arkisissa tilanteissa ja sitä rakennetaan koko vauvaiän ajan. Hyvässä vuorovaikutussuhteessa vauva kokee olevansa rakastettu, ihailtu ja arvostettu. (Salo & Tuomi 2008, 9–11.)

Vauvan ja vanhemman välisessä vuorovaikutussuhteessa on tärkeää, että vanhempi huomioi vauvan viestit sekä vastaa vauvan havaintoihin. Vanhempi voi sanoittaa vauvan tekemiä huomioita sekä kokemuksia ja näin saada vauvan ääntä kuuluviin. (Sjöberg 2009, 18–19). Vanhempi voi antaa aikaa vauvan kommunikoinnille ja vastata omalla vuorollaan vauvalle, näin vauva saa selkeän kuvan siitä, että hänen asiallaan on merki-

tystä (Salo & Tuomi 2008, 36). Kun vauva kasvaa, vauvan ja vanhemman välinen vuorovaikutus saa uudenlaisia piirteitä ja muotoja. Vauvan kasvaessa vanhempi voi ottaa vuorovaikutukseen mukaan esimerkiksi lisää ääntä ja leikkisyyttä. (Sjöberg 2009, 18–19).

Vauvan ja vanhemman välistä vuorovaikutussuhdetta tukevat erilaiset yhteiset laulut ja leikit, sillä vauva ymmärtää hellän kosketuksen, hänestä kiinnostuneen katseen ja rytmikkään äänen. Yhteiset leikit ovat tärkeitä myös siksi, että vauva on ensisijaisesti kiinnostunut oppimaan omista vanhemmistaan, ja kiinnostuessaan toisista ihmisistä alkaa vauva samalla oppia myös ympäristöstään sekä itsestään. Tästä syystä vuorovaikutusleikeistä tehdään aina innostavia ja aktiivisia tuokioita, joiden päärooleissa ovat vauva ja vanhempi. (Salo & Tuomi 2008, 9–11.) Leikki on lapsen tapa hahmottaa maailmaa. Aikuisen ja lapsen yhteinen leikki tukee monipuolisesti lapsen kehitystä ja vahvistaa lasta. Kun leikki jaetaan toisen kanssa, tilanteessa kohtaa kaksi ihmismieltä. (Kalland 2017, 144.) Jaettu leikki ja ilo lisäävät myös vanhemman varmuutta lapsen kanssa toimimisessa. Yhteisillä leikeillä rakennetaan yhteyttä vauvan ja vanhemman välille. (Hellstén 2009, 61.)

Rytmi kuuluu vauvan elämään alusta saakka monella tapaa. Syntymän jälkeen vauvaa usein nukutetaan ja rauhoitetaan rytmikkäästi keinutellen joko vaunuissa tai sylissä. Myös hellä taputtelu ja silitteily rauhoittavat vauvaa. Liikutteluun voi yhdistää rytmikkäät lorut ja laulut. Syntymätönkin vauva aistii ääntä ja rytmiä. Syntymän jälkeen vauva tunnistaa hänelle kohdussa olleessaan laulettu ja lausuttu laulut ja lorut, joten ne voi aloittaa jo hyvissä ajoin ennen kuin vauva on syntynyt. (Salo & Tuomi 2008, 24–25.)

Vuorovaikutusleikit eroavat tavallisista leikeistä siten, että niiden tavoitteena ja lähtökohdiana on vanhemman ja vauvan välinen läheisyys ja vuorovaikutus (Korhonen & Holopainen 2015, 72). Ihanteellista olisi, jos vuorovaikutusleikit olisivat osana vanhemman ja lapsen jokapäiväistä arkea, alkaen vauvaiästä ja jatkuen myöhemmin lapsen kasvaessa. Lapselle merkitsevät paljon ne hetket, kun vanhempi on aidosti läsnä ja onnellinen lapsensa kanssa viettämästään ajasta. Nuo hetket ovat aivan erityislaatuisia, sillä vuorovaikutuksen tukemisen lisäksi ne vahvistavat lapsen itsetuntoa ja lapsi oppii ajattelemaan itsestään myönteisesti. (Korhonen & Holopainen 2015, 17.) Laulujen ja leikkien lisäksi myös vauvahieronta on oiva keino tukea vauvan ja vanhemman välistä vuorovaikutusta hellän kosketuksen ja ihokontaktin kautta (Mäkelä 2016, 15). Vuorovaikutussuhteen ja turvallisen kiintymyssuhteen rakentumisen kannalta ei riitä, että vauvalle vain puhutaan,

vaikka puhe olisi kokonaisuudessaan positiivista ja lasta arvostavaa. Vauvan aivojen kehitys vaatii myös hellän, turvallisen kosketuksen. (Korhonen & Holopainen 2015, 29.) Vauva tarvitsee sylin lämpöä, läheisyyttä ja kosketusta. Helliminen kertoo vauvalle, että hän on hyvä ja rakastamisen arvoinen. Toistuvat huolenpidon kokemukset syöttämisessä, vaipan vaihtamisessa ja itkun lohduttamisessa auttavat vauvaa rakentamaan turvallisia syysuhteita. (Rönkkö & Rytönen 2010, 128–129.)

3.2 Turvallisen kiintymyssuhteen rakentuminen

Kiintymyssuhteen luominen on tärkeä vanhemman ja lapsen välinen vuorovaikutuksellinen prosessi (Schulman 2017, 131). Kiintymyssuhteella tarkoitetaan säätelyjärjestelmää, joka aktivoituu sisäisen tai ulkoisen uhan seurauksena ja saa lapsen hakemaan itselleen turvaa läheisistä ihmisistä. (Kauppi & Takalo 2014, 18.) Kiintymyssuhde on lapsen ja vanhemman välinen erityinen tunneside, joka muodostuu arjen toistuvissa vuorovaikutuskokemuksissa. Kiintymyssuhteen laatuun vaikuttaa se, millä tavalla vanhempi vastaa vauvansa viesteihin – miten herkästi, johdonmukaisesti ja vauvan kannalta oikein ja oikea-aikaisesti. Parhaassa tapauksessa kiintymyssuhde muodostuu turvalliseksi. Silloin lapsi kokee, että vanhempi on hänen saatavillaan eli auttaa ja lohduttaa esimerkiksi pahan mielen yllättäessä (MLL 2018). Kiintymyssuhde on lapsen elämän tärkein suhde (Keltikangas-Järvinen 2015, 195). Vanhemman ja lapsen välinen kiintymyssuhde vastaa lapsen kahteen biologiseen tarpeeseen: uuden etsimiseen sekä oman hengissä pysymisen turvaamiseen. Turvallisessa kiintymyssuhteessa lapsella on sopivasti tilaa tutkia maailmaa, mutta tarvittaessa hän saa myös emotionaalista suojaa ja lohtua vanhemmaltaan. (Tamminen 2001, 235.) Kiintymyssuhdeteorian kehittäjänä pidetään John Bowlbya ja sitä ovat mittavasti tutkineet ja kehittäneet eri osa-alueilla myös Mary Ainsworth sekä Patricia Crittenden (Hautamäki 2011, 29).

Aikuisen malli vuorovaikutuksesta välittyy vauvalle erityisesti silloin, kun vauva kokee hätää. Lapselle merkityksellistä on, että vanhempi hädän hetkellä saatavilla, ja miten hän vastaa lapselleen tämän ollessa hädissään tai stressitilanteessa. (Hautamäki 2012, 36.) Näin lapsi saa turvallisen kokemuksen, että hänen tunteisiinsa vastataan (Kauppi & Takalo 2014, 18). Mitä sensitiivisempi vanhempi on vauvansa signaaleille, sitä varmemmin

kiintymyssuhde on turvallinen. Vanhemman sensitiivisyys puolestaan perustuu vanhemman kykyyn luottaa levollisesti siihen, että hän on riittävän hyvä vanhempi havaitsemaan, mitä pienokainen kulloinkin tarvitsee. (Hautamäki 2012, 63–64.)

Suhteen luominen vauvaan voi vanhemmilla parhaassa tapauksessa alkaa jo kauan ennen vauvan syntymää. Haaveillessaan vauvasta vanhemmat tekevät mielessään tilaa uudelle perheenjäsenelle ja luovat näin hyvää pohjaa suhteen syntymiselle. (Salo 2003, 47). Lapsen tutustuminen alkaa jo raskauden aikana. Psyykinen valmistautuminen vanhemmuuteen vaatii aikaa, tilaa ja mahdollisuutta hiljentyä ja hidastaa. Isien tyypillinen tutustumistapa lapseen sikiöaikana on koskettelu vatsanpeitteitten läpi ja hänen liikkeitensä kuuntelu. Äidit taas tuntevat sikiön liikkeet ja niiden perusteella yrittävät tunnistaa tämän mielialoja. Molemmat luovat jo raskausaikana kiintymyssuhdetta lapseen tunteiden ja mielikuvien avulla. (Punamäki 2012, 112–114.)

Lapsen kiintymyssuhde vanhempiin rakentuu ensimmäisen elinvuoden aikana, jolloin kehitykselle on luonteenomaista muovautuvuus ja vastavuoroisuus. Lapsi on syntymästään asti aktiivinen perheenjäsen, joka muokkaa tunneilmaisujaan perheen ilmapiiriin sopiviksi ja luo siten omaa kehitysympäristöään. Lapselle on erityisen tärkeää, että vanhempi on emotionaalisesti läsnä ja haluaa ymmärtää hänen tunnetilojaan. (Punamäki 2012, 112–114.) Varhaisen kiintymyssuhteen merkitys on vauvalle suuri monella tapaa. Kerran synnyttyään emotionaalinen yhteys ja suhde vanhempaan pysyy lapsen mielessä aina, eikä se ole tietoisesti hallittavissa. Lapsi voi kokea yhteyttä ja ikävää vanhempaa kohtaan, vaikka erossa vietetty aika olisi hyvin pitkä tai vanhempi olisi jopa kuollut. (Salo 2003, 45–46.)

Kiintymyssuhdetta ei ole sidottu vanhemman sukupuoleen, vaikka vauvatyö on Suomessa vielä hyvin äiti-vauvakeskeistä. Vauvalle riittää, että häntä varten on olemassa ainakin yksi aikuinen, äiti tai isä, joka huomaa hänen tarpeensa ja luo turvallisen kasvuympäristön juuri hänelle. (Kuosmanen 2009, 11.) Kiinnittyäkseen vauva tarvitsee ihmisen, joka on läsnä ajallisesti tarpeeksi paljon (Salo 2003, 45). Turvallisuuden tunteen saavuttaakseen vauva tarvitsee lähelleen pysyvän aikuisen (Viinikka 2014, 76). Turvallinen kiintymyssuhde on tärkeä myös erilaisia taitoja opeteltaessa. Lapsen kokiessa olonsa turvalliseksi hän alkaa luontaisesti kiinnostua ympäristönsä monipuolisesta tutkimisesta. (Viinikka 2014, 18.)

Vanhemman ja vauvan välinen kiintymyssuhde kantaa pitkälle. Siitä muodostuu vauvalle vuorovaikutusmalli, jota hän toistaa myös aikuisuudessa esimerkiksi ystävyssuhteissa ja parisuhteissa. Varhaisessa iässä muodostuneet mallit ohjaavat huomaamatta ihmisen

odotuksia siitä, miten hänen tunteisiinsa vastataan ja miten tunteita ilmaistaan. Turvallisessa kiintymyssuhdemallissa lapsen tunteisiin on vastattu oikea-aikaisesti ja johdonmukaisesti ja lapsi voi luottaa siihen, että vanhempi on tarvittaessa saatavilla. Aikuisena turvallisesti kiinnittynyt ihminen on tasapainoinen, luottavainen ja avoin. (Kauppi & Takalo 2014, 18–19.) Turvallisesti kiintynyt lapsi kokee, että häntä rakastetaan omana itsenään. Hän luottaa vanhempien hyvyyteen ja uskaltaa ilmaista sekä myönteisiä että kielteisiä tunteita. (Punamäki 2012, 111.)

Turvattomassa kiintymyssuhdemallissa lapsen tunteisiin on vastattu vanhemman ehtoilla, ja lapsi joutuu selviämään yksin tunteidensa kanssa. Aikuisena turvattomasti kiinnittynyt ihminen voi olla ihmissuhteissaan välttelevä, ristiriitainen ja kokea myös ympäristönsä turvattomana. Turvaton kiintyminen voi ilmetä kolmella eri tavalla: välttelevänä, ristiriitaisena tai organisoimattomana kiintymyssuhteena. (Kauppi & Takalo 2014, 18–19.)

Välttelevässä kiintymyssuhdemallissa lapsen tunteita ei ole huomioitu ja lapselle on tullut käsitys, että hänen tunteensa ovat väärin ja vanhempi ei kestä niitä. Aikuisena välttelevästi kiinnittynyt ihminen voi olla ihmissuhteissaan etäinen, älyllistävää tai pidättyvä, ja ajatella, että tarvitsevuus on häpeällistä. (Kauppi & Takalo 2014, 18–19.) Välttelevän kiintymyssuhteen lievennämistä muodoista voi toisaalta olla jopa hyötyä, sillä se voi osittain suojata kolhuilta ihmissuhteissa (Salo 2003, 62).

Ristiriitaisessa kiintymyssuhdemallissa lapsen tunteisiin ei ole vastattu hänen tarvitsemallaan tavalla, joten hänen elämässään voi olla läsnä jatkuva hylkäämisenpelko. Toisaalta lapsi saattaa takertua hoitajaansa ja pakottaa muita ihmisiä läheisyyteen. Aikuisena ristiriitaisesti kiinnittyneellä ihmisellä voi olla ihmissuhteissaan voimakkaita ja hallitsemattomia tunnekokemuksia ja vaikeuksia asettua aloilleen ja luottaa toiseen. Organisoimattomassa kiintymyssuhteessa lapsen tunteisiin on vastattu ristiriitaisesti ja ennakkoimattomasti ja yleinen tunneilmapiiri on ollut pelokkaan jännittynyt. Aikuisena tällaisilla henkilöillä on todettu olevan eniten psyykkisen kehityksen häiriöitä. (Kauppi & Takalo 2014, 18–19.)

Turvattomassa kiintymyssuhteessa olevan lapsen vanhempi ei ymmärrä, milloin lapsen viesteihin pitäisi vastata, koska hän on joko kykenemätön tai haluton arvioimaan lapsen käytöstä (Viinikka 2014, 20). Turvattoman kiintymyssuhteen syntyessä lapsi muuttaa omaa käytöstään vanhemman reaktioiden tai reagoimattomuuden mukaan. Lapsi voi muuttua passiiviseksi, hiljaiseksi tai vetäytyä syrjään. Hän voi myös alkaa hoivata itse-

ään tai kehittää turvallisen aikuisen tilalle itsesäätelyjärjestelmän, jonka avulla hän rauhoittaa pelottavassa tilanteessa itsensä sen sijaan että vanhempi rauhoittaisi hänet. (Rusanen 2011, 65–66.)

Vanhemmaksi tuleminen aktivoi vanhemman omat varhaiset kiintymyskäyttäytymismallit. Omassa lapsuudessa muodostettu kiintymyssuhde vaikuttaa äitiyteen ja isyyteen. (Punamäki 2012, 112.) Vanhemman omassa lapsuudessa syntynyt turvallinen kiintymyssuhde suojaa osittain vanhemman ja lapsen välille muodostuvan kiintymyssuhteen laatua, vaikka elämäntilanne olisi odotusaikana ja vauvan syntymän jälkeen hankala ja asettuminen vanhemman rooliin ei olisi aivan helppoa (Fonagy ym. 1991, 901–902).

Turvallisen kiintymyssuhteen omaava vanhempi saa tukea vanhemmuuteensa omista lapsuudessa saaduista hoivakokemuksista. Välttelevästi kiintynyt vanhempi taas saattaa minimoida tunteitaan ja vähätellä lapsen kokemuksia. Ristiriitaisesti kiintynyt vanhempi puolestaan voi liioitella ja kiihdyttää kielteisiä tunteitaan ja ohittaa lapsen turvallisuudentarpeet. (Punamäki 2012, 112.) Lapsena organisoitumattomassa kiintymyssuhteessa elänyt vanhempi voi käyttäytyä arvaamattomasti, tunkeilevasti ja epäsensitiivisesti. Hän saattaa esimerkiksi kutsua lasta lämpimällä äänellä mutta samalla siirtyä kauemmas hänestä. (Sinkkonen 2012, 258.)

Turvattomat kiintymyssuhteet voivat johtua vanhemman omien lapsuuden kokemusten lisäksi esimerkiksi vanhemman, useimmiten äidin, masennuksesta. Masentunut äiti voi kokea lapsen negatiiviset tuntemukset loukkauksena äitiyttään kohtaan ja ajatella, että lapsi hylkii häntä, koska hän on huono äiti. Tämä voi johtaa siihen, että äiti alkaa kohdistamaan negatiivisia ajatuksia itsensä lisäksi myös lapseen. Kun lapseen kohdistuu negatiivisuutta, hän ajattelee, että hän on huono ja tekee väärin. Vaikka turvaton kiintymyssuhde aiheuttaakin paljon ongelmia ihmissuhteissa, voidaan näitä ongelmia korjata myöhemmin uusilla, hyvillä kiintymyssuhteilla sekä terapialla (Tamminen 2001, 237–241.)

Vanhemman oma lapsuudessa muodostunut kiintymyssuhteen laatu vaikuttaa myös mahdollisessa työntekijä–asiakassuhteessa. Turvallisesti omassa lapsuudessaan kiintynyt vanhempi kykenee ymmärtämään mielensisäistä toimintaa ja ottamaan vastaan apua. Välttelevästi kiintynyt vanhempi saattaa olla etäinen ja vähätellä ongelmia. Hänen voi olla myös vaikea ottaa tukea vastaan. Ristiriitaisessa kiintymyssuhteessa lapsena elänyt vanhempi hakee helposti työntekijästä liittolaista sekä haluaa vahvistusta omalle näkökulmalleen (Viinikka 2014, 78.)

3.3 Vanhemmuuden tukeminen vauvaperhetyössä

Vanhempana toimiminen on monen asian kokonaisuus, johon kuuluu arkisten asioiden ja lapsen fyysisen hoidon ja kasvattamisen lisäksi vanhemman ja lapsen välinen tunnesuhde sekä vanhemman reflektiivinen kyky. Joskus vanhempi voi tarvita ammattilaisen tukea jollakin vanhemmuuden osa-alueella. (Korhonen & Holopainen 2015, 14.) Vanhemmuuden tukemiseen ei ole olemassa vain yhtä tapaa, vaan jokaisen vanhemman henkilökohtaiset haasteet ja tarpeet otetaan huomioon (Schulman 2012, 141).

Vauvaperhetyö on julkisen sosiaali- ja terveydenhuollon auttamistyötä, jonka tavoitteena on tukea vanhemmuutta sekä vanhemman ja lapsen välistä kiintymyssuhdetta (Korhonen & Sukula 2004, 34). Vauvaperhetyössä työntekijän ei ole tarkoitus tulla vanhemman ja vauvan väliin, vaan vanhempaa autetaan havainnoimaan itse omaa vauvaansa sekä tavoittamaan vauvansa viestejä. Työntekijä ei varsinaisesti toimi vanhemmille vanhemmuuden hoivan mallina. Hänen tehtävänsä on sen sijaan tukea vanhempia niin, että he oppivat tuntemaan ja ymmärtämään vauvaansa oman havainnointinsa kautta, ja siten vastaamaan vauvalleen omalla tavallaan. Työntekijä ei siis toimi hoivatilanteissa vanhempien puolesta. Tällöin vanhemmille mahdollistuu kokemus, että he ovat oman vauvansa parhaita tuntijoita. (Schulman 2012, 141.) Vanhemmuuden tukemisessa on tarkoitus lisätä vanhemman omaa kykyä miettiä erilaisia ratkaisuvaihtoehtoja eikä antaa suoria neuvoja tai valita vanhemman puolesta parhainta ratkaisua (Viinikka 2014, 82).

Vauvaperheitä kohtaavien työntekijöiden tärkeänä tehtävänä on huomioida ja seurata vanhemman ja vauvan välistä vuorovaikutusta: kuinka vanhempi pitää vauvaa sylissään, kuinka hän juttelee vauvalle, miten koskettelee ja hoitaa vauvaa. Pieni vauva nimittäin tarvitsee vanhemman kokoaikaisen huomion ja tunteen siitä, että vanhempi iloitsee ja nauttii hänen kanssaan olemisesta. Tällöin vanhemman tehtävä on vastata vauvan viesteihin ja iloita vauvasta. (Kalland 2017, 145.)

Työntekijä voi omalla työotteellaan luoda tilaa vauvalle vanhempien mielessä puhumalla vauvasta ja pohtimalla yhdessä vanhempien kanssa, kuka ja millainen vauva mahtaa olla (Viinikka 2016, 12). Keskeistä työntekijän työtavassa on muun muassa kommunikation elävyys, uteliaisuus, asiantuntijaroolista luopuminen, suorien syy-seuraustulkin-tojen välttäminen, huumori ja leikkisyys, myötätunnon osoittaminen sekä keskittyminen tässä ja nyt -tapahtumiin. (Salo & Kauppi 2014, 92.) Yhteistyön onnistumisen kannalta työntekijän tulee osoittaa tietynlaista herkkyyttä ja lämpöä perhettä kohtaan heitä sa-

malla rohkaisten ja herättäen tilanteessa toivoa (Hellstén 2009, 51). Tätä työntekijän työtapaa kutsutaan reflektiiviseksi työotteeksi. Siinä tärkeintä on toisen osapuolen näkemysten huomioon ottaminen ja omien ennakkoasenteiden tiedostaminen. Reflektiivisen työotteen omaksunut työntekijä hyväksyy myös sen, että toisen ihmisen mielen ymmärtäminen on aina rajallista, sekä on valmis muuttamaan myös omaa näkökulmaansa tarvittaessa. (Viinikka 2014, 68–74.)

Joskus vanhempi saattaa hoitaa ”teknisesti” moitteettomasti vauvaa, mutta hänelle voi olla vaikeaa asettua vanhemman rooliin ja luontevaan vuorovaikutukseen vauvan kanssa (Viinikka 2016, 24–26). Vanhempi voi hoitaa vauvaansa muun muassa puhelematta tälle lainkaan (Schulman 2012, 141). On mahdollista, että vanhempi toimii neuvonjen varassa periaatteessa oikein. Esimerkiksi vanhempi antaa vauvalle iänmukaista ravintoa. Hän saattaa tehdä sen kuitenkin tavoittamatta lapsen tunnetilaa ja kokemusta syöttäen vauvaa vain mekaanisesti tai jopa vihamielisesti. (Kalland 2017, 145.) Vauvalle saatetaan antaa riittävästi ravintoa päivässä, mutta sitä annetaan vain silloin kun vanhemman mielestä on sen aika sivuuttamalla näin vauvan osoittamat merkit näläntunteesta. Näin vauva voi joutua itkemään nälkäänsä eikä opi luottamaan saamaansa hoivaan. Tarpeisiin vastaamaton hoiva on sitä, että vanhempi ei välitä edes yrittää ymmärtää vauvan viestejä vaan jättää vauvan vaille lohdutusta ja turvaa. (Keltikangas-Järvinen 2015, 185.)

Jos vanhemman oma kasvuympäristö on ollut tunnetasolla köyhä ja hän on itse lapsuudessa jäänyt vaille myötätuntoa ja ymmärtävää vuorovaikutusta, hänen voi olla vaikea suhtautua omaan lapseensa empaattisesti arjen eri tilanteissa. Työntekijän tuleekin aluksi pyrkiä rakentamaan myötätuntoinen suhde asiakkaan kanssa, jotta hän voi tarjota tälle tukea vanhempana oman reflektiivisen kyvyn vahvistamiseksi. Työntekijän tarjotessa vanhemmalle kokemuksen empaattisesta kohtaamisesta vanhemman voi olla helpompi opetella ymmärtämään lasta ja toimimaan hänen kanssaan myötätuntoisemmin. (Viinikka 2014, 68–76.)

Vauvaperhetyöskentelyssä keskitytään käsittelemään tuoreita ja konkreettisia tapahtumia, kuten pyydetään vanhempaa kertomaan viime päivien tapahtumista. Työskentelyssä on hyvä keskittyä ratkaisukeskeiseen näkökulmaan ja ratkaista pulmia aina myönteisen kautta. Erityisen tärkeää vanhemmuuden tukemisessa on hyvän huomaaminen. (Korhonen & Holopainen 2015, 12–15.) Tämä on tärkeää myös sosiaalialan ammattilaisia ohjaavien periaatteiden mukaan (Heikkinen 2017, 20). Onnistumisen kokemukset

sekä pienet iloa tuottavat hetket ovat tärkeitä tapahtumia kokonaisuuden kannalta. Vauvaperhetyössä työntekijä voi olla mukana huomaamassa ja auttamassa tuottamaan näitä pieniä vauvan ja vanhemman välisiä kokemuksia. (Tervo 2009, 39–41.) Perheen pulmakohdat täytyy kuitenkin määrittää hyvin, ja tässä voi käyttää apuna monenlaisia menetelmiä (Korhonen & Holopainen 2015, 12–15). Esimerkiksi, jos vanhempi tuntee lapsen itkevän tahallaan vain ärsyttääkseen häntä, työskentelyssä tavoitteena on auttaa vanhempaa löytämään positiivisia merkityksiä lapsen aikomuksille negatiivisten merkitysten sijaan (Viinikka 2014, 81).

Työntekijä saattaa olla mukana tapahtumien tarkastelussa tehden avoimia kysymyksiä, joista heijastuu yhteinen ihmettely ja ei-tietämisen tila (Kalland 2017, 146). Tällöin työntekijä ei anna valmiita vastauksia vanhemmalle vaan antaa tilaa vanhemman omille oivalluksille. Ulkopuolisena havainnoijana työntekijän tulee olla tekemättä hätiköityjä johtopäätöksiä tilanteista sekä kestää vanhemman epäsensitiivisyyttä ja keskeneräisyyttä. Työntekijän ei tule olla liian hiljainen vaan sopivasti aktiivinen. Vakaa ja ystävällinen olemus luo vanhemmalle turvallisuuden tunteen. (Schulman 2012, 145.) Aito myötätunto luo myös toivoa sekä auttaa vanhempaa löytämään uutta näkökulmaa tilanteeseensa sekä vapauttaa vanhemman voimavaroja (Viinikka 2014, 83–84).

4 VANHEMMAN MENTALISAATIOKYVYN JA REFLEKTIIVISEN KYVYN EDISTÄMINEN

4.1 Mentalisaatiokyky varhaisessa vuorovaikutussuhteessa

Mentalisaatio viittaa ponnisteluun tavoittaa toisen käyttäytymisen takana olevaa tunnetta, tarvetta tai tavoitetta (Kalland 2017, 141–142). Mentalisaatiota pidetään siis kykynä yrittää kuvitella, mitä toinen ajattelee. Se on myös kykyä antaa arvoa tälle ponnistelulle. Prosessina mentalisaatio kohdistuu sekä itseen että toiseen ihmiseen, sillä taustalla on oletamus, että kaikilla on oma aktiivinen mieli. Mentalisoidessaan ihminen kykenee erottamaan omat ajatuksensa ja tunteensa toisen ihmisen ajatuksista ja tunteista. Hyvän mentalisaatiokyvyn omaava ihminen kykenee ymmärtämään, että ihmistä ohjaavat hänen omat ajatuksensa. (Pajulo & Pyykkönen 2012, 71–72.) Hyvällä mentalisaatiokyvyllä voi myös estää pahojen ajatusten siirtymisen teoiksi. Mentalisaatiokykyinen ihminen hyväksyy toisen erillisyyden sen sijaan, että pitäytyisi omassa jäykässä käsityksessään siitä, millainen toinen on (Kalland 2014, 28–33). Arkielämässä usein unohtuu, ettemme voi lukea toisen ihmisen ajatuksia, ja hänen ulkoisen käyttäytymisen perustella voimme tehdä hyvin rajallisia johtopäätöksiä, mitä hän ajattelee toimiessaan tietyllä tavalla (Keltikangas-Järvinen 2015, 41). Mentalisaation ominaispiirteisiin kuuluukin kyky hyväksyä, että väärinkäsityksiä tapahtuu. Tämä luo armollisuutta inhimilliseen vuorovaikutukseen. (Kalland 2017, 134.)

Mentalisaatiokyky on vanhemman kykyä nähdä lapsensa erillisenä olentona, jolla on omat halunsa ja ajatuksensa. Vanhemman kyetessä havaitsemaan vauvan toiveita ja mieltymyksiä mahdollistuu se, että vanhempi pystyy hoivamaan vauvaa tämän tarpeiden mukaisesti. (Puura & Mäntymaa 2014, 63–64.) Hoivaaja, joka tunnistaa lapsensa omat tarpeensa omaavaksi persoonaksi, osoittaa tällä tavalla kykynsä mentalisoida (Ollikainen 2017, 36). Vanhemmuudessa mentalisaatiokyky tarkoittaa vanhemman kykyä pohdita lapsensa kokemusta ja tunnetta erilaisissa arkisissa vuorovaikutustilanteissa (Pajulo & Pyykkönen 2012, 71). Vanhemman mentalisaatiokyky on erityisen tärkeää siksi, että se vaikuttaa suuresti vanhemman ja lapsen välisen vuorovaikutussuhteen kehitykseen. Vuorovaikutussuhteen laadulla taas on suuri merkitys lapsen muuhun kehitykseen. (Kalland 2014, 26.)

Vanhempi voi aloittaa mentalisaatiokykynsä vahvistamista jo odotusaikana. Vanhemman odotusaikaisella mielikuvalla lapsesta on suuri merkitys siihen, millaiseksi vauvan ja vanhemman välinen suhde myöhemmin muotoutuu. Turvallisen kiintymyssuhteen muodostuminen on todennäköistä, jos vauva elää vanhemman ajatuksissa omana, omat tarpeensa ja ajatuksensa omaavana erillisenä persoonanaan jo odotusaikana. Myönteisellä ajattelulla sekä myönteisten mielikuvien luomisella syntymättömästä lapsesta voidaan ennaltaehkäistä monia ongelmia ensimmäisen vauvavuoden aikana. (Viinikka 2016, 6–9.) Vanhemman omiin mielikuviin lapsesta voivat vaikuttaa hänen oma kiintymyssuhdehistoriansa omien vanhempiensa kanssa, suhde lapsen toiseen vanhempaan sekä sen hetkinen elämäntilanne. On tärkeää, että vanhempi alkaa pohtia ja tunnistaa omia mielikuviaan lapsesta jo varhain, sillä nuo mielikuvat ohjaavat vanhemman toimintaa lapsen kanssa lapsen synnyttyä. (Korhonen & Holopainen 2015, 30.)

Vauva-vanhempisuhteessa mentalisaatiokyky auttaa vanhempaa pohtimaan vaihtoehtoisia tulkintoja vauvan käyttäytymiselle sekä tunnistamaan omia tunnetilojaan (Pajulo & Pyykkönen 2012, 94). Mentalisaatiokykyä käyttäessään vanhempi virittäytyy tunneta-solla lapsen myönteisiin ja kielteisiin tunteisiin (Kalland 2017, 132–137). Vanhemman mentalisaatiokyky on näkyvä parhaiten silloin, kun vauva reagoi vanhemman toimiin tavalla, jota vanhempi ei odottanut. Tilanne voi olla esimerkiksi se, että vanhempi on ajatellut vauvan ilahtuvan hänen hassuttelustaan, mutta vauva tuleekin surulliseksi, tai pelästyy. (Kalland 2014, 29.) Tällöin vanhempi pyrkii tiedostamaan oman käyttäytymisensä ja tunteilmaisujensa vaikutuksia vauvaan. Vanhempi, jolla on hyvä mentalisaatiokyky, kykenee myös kuvailemaan omaa käyttäytymistään, vaihtamaan tarpeen tullen omaa tarkastelukulmaansa käsillä olevassa asiassa sekä olemaan utelias toisenlaisille näkökulmille. (Salo & Kauppi 2014, 88.)

Vanhemman sensitiivinen vuorovaikutus vauvan kanssa mahdollistaa myös vauvan oman mentalisaatiokyvyn kehittymisen. Jokainen lapsi syntyy valmiina kehittämään omaa mentalisaatiokykyään, mutta se voi kehittyä vain, jos lapsen mielentilaa ja kokemuksia ymmärretään ja huomioidaan riittävästi hänen kehityksensä aikana. (Pajulo & Pyykkönen 2012, 73, 94). Näin ollen pienen lapsen kyky ajatella toisen ihmisen kokemusta kehittyy häntä hoitavan aikuisen kehittyneemmän mielen ja turvallisen kiintymyssuhteen varassa. Lapsi oppii luottamaan toisiin ja hän kokee olevansa arvokas ja rakastettu. Vauvana syntynyt perusturvallisuuden kokemus heijastuu lapsen myöhempään tapaan suhtautua toisiin ihmisiin. (Viinikka 2016, 6.)

Lapsi tarvitsee vanhemman tyyntäväää läsnäoloa, turvallista syliä sekä tunteiden vastaanottoa ja säätelyä (Puura & Mäntymaa 2014, 65). Jokaisella vauvalla on valmiudet monenlaisten tunteiden kokemiseen. Vauva tarvitsee peilaavaa vanhempaa, joka kokee tunteet yhdessä hänen kanssaan. Tunteiden säätelyä on se, että vanhempi vastaanottaa vauvan tunteet ja heijastaa niitä vauvalle takaisin äänin, elein ja ilmein. Näin vauva näkee tunteensa vahvistettuna vanhemman kautta ja saa kokemuksen siitä, että hänen tunteensa ovat merkityksellisiä. (Mäkelä 2003, 26–27.) Tämä saa lapsen rauhoittumaan ja lisää lapsen luottamusta sekä hyvää oloa. Lopulta lapsen hyvä olo ja luotto hoivaajaan muuttuu taidoksi säädellä itse omia tunteitaan sekä luottaa itseensä. (Rusanen 2011, 73–74.)

Ilman vanhemman apua vauva ei opi ymmärtämään omia mielentilojaan (Puura & Mäntymaa 2014, 65). Jos vanhemmalla itsellään on ongelmia omien tunteidensa tunnistamisen kanssa, ei hän myöskään osaa tunnistaa lapsen kokemia tunteita ja selittää niitä lapselle tai vastata niihin oikein. Tämä johtaa siihen, että myös lapsen tunteidenhahmottamiskyky voi häiriintyä ja periytymisen kierre on valmis. (Pajulo & Pyykkönen 2012, 75.)

Vanhemman mentalisaatiokyvyn kehitys tapahtuu usein täysin luonnostaan, kun vanhempi on aidosti kiinnostunut lapsestaan (Kalland 2014, 33). Aina näin ei kuitenkaan käy, mutta vanhemman mentalisaatiokykyä ja sen kehitystä voidaan tukea vauvaperheissä. Mentalisaatioon perustuva työskentely on osoittautunut lupaavaksi vanhemmuuden tukemisessa. Siinä pyritään siirtymään vauvan mielen tasolle ja vahvistamaan erityisesti vanhemman kykyä havaita lapsen tarpeita ja vastata niihin. (Kalland 2017, 145–146.) Mentalisaatiota vahvistavaa työtä pidetään hyödyllisenä vuorovaikutuksen väärityksiä ehkäisevänä lähestymistapana. Työtappaa voi harjoitella ja soveltaa kaikki pikkulapsiperheiden parissa toimivat henkilöt. Tavassa on keskeistä pysähtyä odottamaan, katsomaan ja ihmettelemään yhdessä erilaisia tilanteita. (Pajulo & Pyykkönen 2012, 93.) Mentalisaatiokykyä voidaan harjoitella myös leikin avulla, sillä leikissä kohtaavat todellisuus ja jaettu mielikuvitus (Kalland 2017, 144).

4.2 Reflektiivinen kyky vanhemman ja vauvan välisessä vuorovaikutuksessa

Mentalisaatiokyvyn lisäksi toinen vanhemmuudessa tärkeä kyky on reflektiivinen kyky. Reflektiivisellä kyvyllä tarkoitetaan sitä, että ihminen pystyy ottamaan oman mentalisaatiokykynsä käyttöön ja tuomaan sen näkyväksi toiminnan tasolla. (Kalland 2017, 132–

137.) Se voi kehittyä vain vuorovaikutuksessa toisen ihmisen kanssa. Tärkeimpänä tekijänä tämän kehittymisessä ovat varhaiset ihmissuhteet. Vanhempi on kehittänyt omaa reflektiivistä kykyään omassa varhaisessa vuorovaikutussuhteessaan oman vanhempansa kanssa. (Pajulo & Kalland 2008, 166.) Vanhemmuudessa reflektiivinen kyky on vanhemman käytännön toimintaa, kuten vauvan arkista hoivaamista tai vauvan lohduttamista tämän itkiessä. Siinä vanhemman mentalisoiva pohdiskelu ja kahden mielen pitäminen omassa mielessä samanaikaisesti näkyy konkreettisesti arkisissa vuorovaikutustilanteissa vanhemman kykyä vastata vauvan sekä fyysisiin että emotionaalisiin tarpeisiin. (Kalland 2017, 132–137.) Kun vanhempi vauvan tunteiden ajattelemisen lisäksi reagoi lapsen tunneviesteihin, hän ottaa mentalisaatiokykynsä lisäksi reflektiivisen kykynsä käyttöön. Tällöin hän ei pelkää ajatella vauvaa vaan myös vastaa tämän viesteihin omilla reaktioillaan. (Viinikka 2016, 6.) Vanhemman reaktiota, kuten vauvan pään silytystä, voidaan kutsua vanhemman tiedostetuksi ponnistukseksi tavoittaa vauvan tarpeita (Viinikka 2014, 34).

Toisen tunnetiloille avoin vuorovaikutus ja vanhemman tunnetasoinen läsnäolo tukevat lapsen kehitystä (Nurmi ym. 2014, 76). Päivittäiset tilanteet vanhemman kanssa muovaavat jo pienen vauvan mieleen kuvaa siitä, millaista vuorovaikutus toisten kanssa on: kuinka minua lohdutetaan, kuinka riemuuni ja hätääni vastataan. (Viinikka 2016, 6.) Esimerkiksi, kun vauva on uninen, mutta heräämässä, vauvan tunnetilaa tavoitteleva vanhempi nostaa vauvan rauhallisesti hitaasti puhuen lempeällä äänellä. Vauva tunnistaa niin lempeän ja rauhallisen otteen kuin myös jännittyneen ja epävarman. Hoivatilanteet ovat näin ollen myös vanhemman ja vauvan tunnetilojen yhteensovittamista. (Kalland 2014, 27.)

Mentalisoiva vanhempi pyrkii vastaamaan vauvan tarpeisiin oikealla tavalla ja oikealla hetkellä. Vanhempi myös tietää, kuinka nopeilla liikkeillä vauvaa voi käsitellä tai minkälaisesta kosketuksesta vauva nauttii. Vanhemman toiminta vaihtelee toistuen toisaalta samanlaisena, mutta toisaalta vaihtuen erilaiseksi vauvan mielentilojen ja vireystilan mukaan. Tämän avulla vauvalle kehittyy kuva vanhemmasta ja itsestään. Hän saa myös kokemuksen ymmärretyksi tulemisesta. (Puura & Mäntymaa 2014, 64–65.) Hoivaaja tarjoaa vauvalle kannattelevan ympäristön pitämällä häntä niin sylissä kuin mielessäänkin. Vastaanottavaisen hoivaajan toimenpiteet, aistiyhteys ja vauvan fyysinen kohtelu yhdistävät vauvan kehon ja mielen kokemukset toisiinsa. Näin syntyy vauvan itsesäätelyn perusta, jolloin hän oppii sietämään ja ennustamaan ympäristöään. (Ollikainen 2017, 35–36.) Turvallisen vuorovaikutuksen kannattelemana lapsi oppii siis säätämään omia

tunteitaan ja käyttäytymistään, ja myös lapsen valmius empatiaan, avuliaisuuteen, läheisyyteen ja ystävyyssuhteiden solmimiseen vahvistuu (Viinikka 2016, 6).

Yksilön kyky olla myönteisellä tavalla yhteydessä toiseen ihmiseen kehittyy varhain ja on yhteydessä varhaisiin kokemuksiin huolenpidosta ja vastavuoroisuudesta. Näin ollen sillä on merkitystä, miten lapsen kehittyvä mieli tulee peilatuksi tunneperäisesti oman vanhemman mielessä. (Kalland 2014, 28–33.) Vanhemman reflektiivinen kyky on tärkeä tässä peilitehtävässä. Siinä vauva kohtaa vanhempansa tämän kasvoissa, äänessä ja olemuksessa mutta samalla myös itsensä ja vanhemman kokemuksen itsestään. (Kalland 2017, 133–135.) Peilattaessa vanhempi toistaa ylikorostuneesti vauvan reaktion, kuten hätäntymisen, omilla ilmeillään ja eleillään mutta samalla myös ilmaisee vauvalle oman todellisuutensa lohduttamalla vauvaa antaen näin vauvalle viestin siitä, ettei tilanne ole oikeasti vaarallinen. Kun tämä heijastus onnistuu, vauvan viesti tästä äidille saattaa olla itkun tyyntyminen, kehon rentoutuminen tai iloinen hymy ja jokeltelu. (Kalland 2014, 32.) Episteeminen luottamus eli aitouteen ja totuuteen pohjautuva luottamus syntyy kokemuksesta, että toinen on huomannut ja ymmärtänyt, miltä tuntuu olla minä, juuri nyt, tässä omassa tilanteessani. Kokija on näin tullut mentalisoiduksi. (Pyykkönen 2017, 111.)

Peilautuminen tukee kykyä tulkita kanssaihmisten aikeita tunteiden, ilmeiden, eleiden, asentojen ja liikkeiden perusteella (Ollikainen 2017, 42). Kun vanhemmalla on riittävästi turvallisia lapsuudenkokemuksia, hänen on helpompi kehittää ja ylläpitää edellä mainittua kykyä vuorovaikutuksessa vauvan kanssa. Yksilön reflektiivinen kyky ei kuitenkaan pysy aina vakiona vaan se vaihtelee eri tilanteissa. Esimerkiksi väsymys, stressi ja kiihtynyt mielentila vaikuttavat kykyyn heikentävästi. Kyky on näin ollen osittain tilannesidonainen. (Kalland 2017, 135–137.)

Vanhemmuuden ainutlaatuisuuteen liittyy se, että vanhempi on päävastuussa vuorovaikutuksen toimivuudesta. Mitä pienempi vauva, sitä suurempi vastuu vanhemmalla on pyrkiä tavoittelemaan, mitä vauvan mielessä liikkuu ja mitä hän tarvitsee tai yrittää ilmaista. Erityistä vuorovaikutuksesta tekee se, että vauva ei pysty vielä sanoittamaan tarpeitaan. Tällöin vanhemman uteliaisuus ja kiinnostus vauvaa kohtaan on isossa roolissa. Vanhemmuudessa mentalisaatiokykyyn liittyy siis paljon kysymyksiä. Vanhempi kysyy usein mielessään, mitä vauva mahtaa juuri nyt tarvita. (Kalland 2017, 132–133.)

Tyypillisesti pieni vauva ilmaisee tunne- ja tarvetilansa itkulla. Itkulla on erilaisia sisältöjä, joita vanhempi yrittää tulkita vastatakseen oikein vauvan tarpeeseen. (Nurmi ym. 2014,

34.) Vanhempi saattaa miettiä, itkeekö vauva väsymyksen vai nälän vuoksi. Jos vanhempi tekee johtopäätöksiä tänään eilisen perusteella, kuten päättelee automaattisesti itkun olevan väsymystä, häneltä saattaa jäädä huomaamatta vauvan kehityksessä tapahtuvia muutoksia. (Kalland 2017, 142–143.)

Vanhemman ei kuitenkaan tarvitse aina ymmärtää lastaan täysin oikein eikä täyttää jokaista lapsen tarvetta ja halua (Puura & Mäntymaa 2014, 64). Vauva saa kokemuksen turvallisuudesta jo siitäkin, että itkiessään häntä pidetään sylissä ja lohdutetaan, vaikka hoitaja ei aina tietäisi, mitä hän itkee, tai saisikaan häntä rauhoittumaan (Keltikangas-Järvinen 2015, 184–185). Hankalia tilanteita voi aiheuttaa se, että vauvan aivot voivat käsitellä vain tietyn määrän kiihtymystä kerrallaan. Vanhempi voi olla apuna käsittelemässä vauvan jäsentymättömän mielen kiihtymystä, mutta silti liian suuren kiihtymystilan kohdatessa vauvan mieli voi joutua hetkelliseen olemassaolon katkeamisen tilaan, aivan kuin vauvan mieli olisi pudonnut tyhjyyteen. Tällaisten tyhjyyden tilojen kokeminen ja yhteyden hetkittäinen katkeaminen on normaalia, mutta voimakkaiden ja toistuvien kokemusten kasautuminen voi johtaa erilaisten traumamuistojen syntymiseen ja olla haitallista vauvan mielelle. Kun vanhempi onnistuu peilaamaan tunteita riittävästi ja palauttamaan katkenneen yhteyden vauvaan, vauva saa kuitenkin merkityksellisempiä kokemuksia mielen rakentumiselle kuin silloin, kun vanhempi onnistuu peilaamaan tunteita jatkuvasti. (Mäkelä 2003, 26–27.)

Vanhemmuudessa mentalisaatiokyky on sen sietämistä, ettei kaikkea voi tietää ja virhetulkintoja tapahtuu. Sensitiivinen vanhempi kuitenkin pyrkii pitämään mielensä joustavana ja olemaan valmis korjaamaan virheitään. (Kalland 2014, 31.) Vauva oppii tunnistamaan erilaisia vireys- ja tunnetiloja kommunikoidessaan vanhemman kanssa. Vauvan on helpompi erottaa ilmeitä, jos niitä liioitellaan. Äänensävyistä ja kosketuksesta vauva tunnistaa onko aika esimerkiksi rauhoittua vai innostua. (Mäkelä 2016, 23.)

4.3 Vauvan temperamentin merkitys vuorovaikutussuhteelle

Vauvan ominaisuudet vaikuttavat osaltaan siihen, miten vanhempi suhtautuu vauvaan. Lapsella on jo pienenä vauvana oma temperamentti. Temperamentilla tarkoitetaan ihmiselle tyypillisiä käyttäytymispiirteitä, taipumuksia ja ominaispiirteitä, jotka erottavat hänet muista ihmisistä. Se on ihmisen synnynnäinen käyttäytymistyyli, hänen tapansa rea-

goida asioihin. (Keltikangas-Järvinen 2015, 46.) Temperamentti vaikuttaa vauvan valmiuteen sietää epävarmuutta ja stressiä. Se on sisäisten tilojen herkkyyttä kiihtyä ja viiritettyä. (Mäkelä 2003, 17–18.) Esimerkiksi toinen lapsi saattaa olla jo pienenä hyvin rauhallinen ja tyyni, kun taas toinen lapsi on vilkas ja uusista asioista helposti innostuva (Keltikangas-Järvinen 2015, 46).

Temperamenttitutkijoiden Thomasin ja Chessin mukaan on kolme temperamenttityyppiä, joihin suurin osa lapsista sijoittuu. Näitä ovat helppo, hitaasti lämpenevä ja vaikea temperamentti. (Keltikangas-Järvinen 2015, 62.) Helpon temperamentin omaavat vauvat säilyttävät esimerkiksi kiinnostuksensa uusia asioita kohtaan paremmin kuin vaikean temperamentin omaavat vauvat. Helpon temperamentin omaaville vauvoille on ominaisempaa suhtautua myönteisemmin ja kiinnostuneemmin uusia asioita kohtaan, kun taas vaikean temperamentin omaavat vauvat kokevat uudet asiat usein vaikeasti hallittavina. (Mäkelä 2003, 18.)

Kaikki kolme temperamenttityyppiä koostuvat vielä yhdeksästä piirteestä, joita ovat muun muassa aktiivisuuden taso, rytmisyys ja sinnikkyys (Keltikangas-Järvinen 2015, 62). Näistä piirteistä erityisesti lapsen aktiivisuustasolla on vaikutusta lapsen ja vanhempien vuorovaikutukseen. Esimerkiksi vanhemmat, jotka ovat itse hyvin aktiivisia, saattavat pitää lapsen hitautta tottelemattomuutena. (Keltikangas-Järvinen 2015, 148.) Vanhemmaksi kehittymisen pätehtävänä voidaankin nähdä sen ymmärtäminen, että lapsi on vanhemmasta erillinen ja ainutkertainen yksilö, mutta on kuitenkin yhteydessä hoiavaan vanhempaan ja tämän kokemuksiin. (Kalland 2017, 133–135.) Vanhempi ymmärtää tämän usein luonnostaan ja huomaamatta, kunhan hän vain on riittävästi läsnä sekä kiinnostunut lapsestaan ja lapsensa mielestä (Kalland 2014, 33).

5 SUUNNITELMASTA VAUVAKIRJAKSI

Kehittämishankkeemme tehtävänä oli luoda Raision kaupungin perhepalveluiden työntekijöille työväliseksi vauvaperheiden kanssa työskentelyyn vauvakirja, jonka perhe saa omaksi. Kehittämishankkeemme ensisijaisena tavoitteena oli tukea vauvakirjan avulla Raision perhepalveluiden asiakasperheissä vanhempien ja vauvan välistä vuorovaikutussuhdetta ja sen rakentumista turvalliseksi. Toisena tärkeänä tavoitteena oli edistää vanhemman mentalisaatiokyvyn käyttöä niin, että toimiessaan vanhempana hän oppisi pitämään lapsensa mieltä omassa mielessään.

Kehittämishankkeemme koostui tuotoksen suunnitteluvaiheesta, toteutusvaiheesta ja arviointivaiheesta sekä kehittämishankeprosessin päättämisen vaiheesta. Vaiheistamisella saimme kehittämishankkeen toteuttamiskelpoisiin osiin (Salonen 2013, 22). Tästä syystä valitsimme kehittämisprosessiamme kuvaamaan perinteisen lineaarisen mallin, joka jakaa kehittämistoiminnan toinen toistaan seuraaviin vaiheisiin (Salonen ym. 2017, 52). Kehittämisprosessin etenemistä kuvaavat myös muutamat vaikutteet konstruktivistisesta mallista, jossa korostuu erityisesti tasavertainen ja vuorovaikutteinen keskustelu (Salonen 2013, 16). Mallissa ovat tärkeitä reflektiivisyys, arviointi ja vuorovaikutus (Salonen ym. 2017, 52). Kehittämishankeprosessissamme käytimme kehittämismenetelmänä eniten dialogista keskustelua.

5.1 Prosessin eteneminen

Työskentelyprosessimme opinnäytetyön parissa alkoi marraskuussa 2017 aiheen ja työparin valinnalla. Toimeksianto vauvakirjan kehittämisestä tuli Raision perhepalveluilta. Prosessin seuraava vaihe oli tavata Raision perhepalveluiden työntekijöiden kanssa ensimmäistä kertaa ja sopia yhdessä käytännön asioista. Kävimme marraskuun 2017 lopussa Raision perhepalveluiden työtiloissa tapaamassa vastaavaa perhevalmentajaa sekä perhetyöntekijöistä.

Keskustelimme tapaamisessa tulevasta kehittämishankkeesta ja toimeksiantajan tarpeista liittyen kehittämishankkeemme tuotokseen, vauvakirjaan. Tapaamisessa työntekijät toivat esiin tarkentuneita toiveitaan vauvakirjaa koskien. Ensinnäkin he toivoivat, että vauvakirjassa olisi paljon tilaa valokuville. Toisena tärkeänä asiana he mainitsivat sukupuun, jonka toivoivat kirjaan sisällytettävän.

Tällä ensimmäisessä tapaamisessa saimme myös tietoomme kaikkien niiden Raision perhepalveluiden työntekijöiden nimet, jotka oli valittu mukaan kehittämistyöryhmään kehittämään vauvakirjaa yhdessä meidän opiskelijoiden kanssa. Kehittämistyöryhmäämme kuuluivat Raision perhepalveluiden kolme perhetyöntekijää sekä yksi Raision perhepalveluiden psykologeista. Tapaamisen lopuksi sovimme tapaavamme koko työryhmän kesken seuraavaksi tammikuussa 2018.

Ensimmäisen toimeksiantajan tapaamisen jälkeen meillä alkoi työn suunnitteluvaihe, joka päättyi kehittämishankesuunnitelman palauttamiseen joulukuussa 2017. Joulukuun puolella jätimme myös Raision perhetyöntekijöiden työpöydälle askartelemamme ideakipon, johon pyysimme työntekijöitä laittamaan idealappuja vauvakirjan sisältöön ja ulkoasuun liittyen. Ideoita tuli muutaman lapun verran ja ehdotukset olivat hyvin konkreettisia. Yhdessä lapussa ehdotettiin vauvakirjaan kysymyksiä, joissa vanhempien tulee kuvailla, millaisia he ovat olleet vauvana. Lapuissa ehdotettiin myös kysymyksiä, joissa vanhempi saisi miettiä, että mitä vauva toivoo vanhemmalta. Laatikosta löytyi myös ehdotus omalle, erilliselle temperamentista kertovalle osiolla. Tätä oli pohjustettu kuvavalla lauseella ”Vanhempi on lapselle kuin peili, josta lapsi näkee, minkälainen hän on”. Toivottiin myös lauluja ja loruja, joita mahdollisuuksien mukaan voisi liittää erilaisiin tilanteisiin, kuten vaipanvaihtoon ja kylpyyn. Tarkoituksenamme oli saada tällä tavalla mahdollisimman paljon ideoita nimenomaan työntekijöiltä rikastuttamaan seuraavaa vauvakirjan suunnittelukertaa. Ajattelimme, että heidän tietotaitoansa on hyödynnettävä vauvakirjan luomisessa kaikin mahdollisin keinoin. Otimme nämä heidän esittämänsä toiveet huomioon kirjaa tehdessämme.

Kehittämishankkeemme seuraavan yhteisen kehittämispalaverin pidimme tammikuussa 2018. Tapaamisesta puuttui yksi työryhmään valituista henkilöistä. Annoimme työryhmälle suunnitelmamme luettavaksi sekä allekirjoitimme toimeksiantosopimukset. Tällä tapaamisella sovimme kehittämistyöryhmän kesken yhteisistä toimintatavoista vauvakirjan kehittämishankkeessa. Kirkastimme erityisesti toisillemme yhteisten keskusteluiden tärkeyttä tällaisessa yhteisessä kehittämishankeprosessissa. Me opiskelijat kerroimme, että tarkoituksenamme on joka tapaamisella esitellä työryhmälle aikaansaannoksiamme ja ideoitamme, joiden soveltuvuudesta toivomme kehittämistyöryhmämme jäsenten antavan ammatillisen mielipiteensä tai kertovan omista uusista ideoistaan. Totesimme tässä tapaamisessa myös, että hyvä tapaamisväli koko työryhmän kesken olisi kerran kuukaudessa, jotta tapaamisessa meillä olisi tarpeeksi keskusteltavaa ja esiteltävää materiaalia. Sovimme eteenpäin seuraavia tapaamisaikoja maaliskuulle, huhtikuulle sekä toukokuulle.

Vauvakirjan runkoa ryhdyimme rakentamaan aluksi niin, että loimme tyhjän Word-tiedoston, jonne aloimme kirjoittaa vauvakirjan sivuja. Hahmottelimme myös A4-paperille vauvakirjan sisällysluettelon (ks. Kuva 1) aikajana-tyyppisenä viivana. Viivalle piirtämämme alkupiste kuvasi vauvakirjan aloitussivua ja loppupiste taas lopetussivua. Janan avulla pystyimme paremmin hahmottamaan, mistä aiheesta kirja aloitetaan ja mihin se päättyy. Työntekijöiden toive oli, että kirja rajataan sisällöllisesti ja ajallisesti vauvan ensivuoteen, jolloin jana alkoi vauvan odotuksesta ja päättyi vauvan ensimmäiseen syntymäpäivään. Kirjaan kirjattavat tapahtumat ja muistot liittyvät vauvan ensimmäiseen elinvuoteen.

SUKUPUUNI	3
KUN MINUA ODOTETTIIN	4
KUN MINÄ SYNNYIN	8
KUN MINUT TUOTIIN KOTIIN	12
KUN MINÄ OLIN 1KK VANHA	15
KUN SAIN NIMENI	19
KUN OLIN 3KK VANHA	21
KUN TUTUSTUITTE MINUUN	24
KUN OLIN 6KK VANHA	31
KUN LAULOIMME JA LEIKIMME	34
KUN OLIN 9KK VANHA	39
KUN MINÄ TUTUSTUIN MAAILMAAN	42
KUN OLI JUHLAN AIKA	46
KUN MINÄ KASVOIN JA KEHITYIN	47
KUN MINÄ TÄYTIN VUODEN	50
KUN MINUSTA TULEE ISOMPI	57

Kuva 1. Vauvakirjan sisällysluettelo

Seuraavaksi tapasimme työryhmän jäsenten kanssa maaliskuussa 2018, jolloin esitimme heille tekemämme alustavan rungon vauvakirjan sisällöstä. Tässä vaiheessa rungon sisältöön kuuluvia osioita olivat raskausaika, vauvan syntyminen, arki vauvan kanssa, sukupuoli, millaisia vanhemmat olivat vauvana, yhteisiä lauluja ja leikkejä, mitä vauva ottaa vanhemmalta, mitä haluaisit kysyä vauvalta juuri nyt, millainen vauvani on, erilaiset virstanpylväät ja ensimmäiset tärkeät tapahtumat sekä ensimmäinen syntymäpäivä. Työntekijät hyväksyivät hahmottelemamme vauvakirjan alustavan rungon yhteistuumin yhdessä tekemiemme pienien muokkauksien jälkeen. Otimme muun muassa kohdan ”Mitä haluaisit kysyä minulta juuri nyt?” tässä vaiheessa rungosta pois.

Maaliskuun 2018 tapaamisen jälkeen alkoi kehittämisprosessin toteutusvaihe, jolloin me opiskelijat aloitimme vauvakirjan tekemisen. Kirjan sisältöä tehdessämme työskentelymuotoina meillä oli sekä itsenäinen työskentely että työparityöskentely. Vauvakirjan tekemisen me opiskelijat aloitimme työparityöskentelynä yhdessä tietokoneen ääressä istuen. Aluksi avasimme tyhjän Word-tiedoston ja ryhdyimme luomaan vauvakirjaa sinne sivu kerrallaan tietokoneella tekstiä yhdessä kirjoittaen. Vauvakirjan ulkoasua ja rakennetta tietokoneella muotoillessamme hyödynsimme Word-ohjelman muotoilutoimintoja. Meidän opiskelijoiden yhteistyö vauvakirjan kirjoittamis- ja luomisvaiheessa tapahtui niin, että toisen sanellessa vauvakirjaan lisättävän kysymyksen suullisesti toinen kirjoitti sen Word-tiedostossa olevaan vauvakirjaan ja lisäsi kysymyksen perään vastausrivit.

Vauvakirjan tekemisen tueksi otimme ideoita vauvakirjan sisältöön valmiista vauvakirjoista. Vauvakirjan kysymykset me opiskelijat muotoilimme itse Word-ohjelman avulla. Kysymyksiä muotoillessamme hyödynsimme erityisesti Folkhälsanin vuonna 2014 julkaisemaa ”Vauva mielessä” nimistä raskausajan päiväkirjaa sekä toisena lähdeoteoksena käytimme Mannerheimin lastensuojeluliiton vuonna 2016 julkaisemaa ”Mitä vauva miettii?” nimistä opasta. Kaiken vauvakirjaan tuottamamme materiaalin sekä kysymykset me opiskelijat kirjoitimme itse omin sanoin edellä mainitsemaamme kirjallisuutta sekä opiskelijoiden omia henkilökohtaisia vauvakirjoja hyödyntäen. Vauvakirjan sukupuun ja kasvun kukan toinen meistä opiskelijoista ideoi ja maalasi vauvakirjaan itse vesiväreillä. Hän maalasi sukupuun ja kasvun kukan ensin vesiväripaperille, jonka hän skannasi omalle tietokoneelleen. Sen jälkeen liitimme sen Word-tiedostossa olevaan vauvakirjaan. Työntekijöiden toiveesta laitoimme sukupuun heti vauvakirjan alkuun, koska usein Raison perhepalveluissa työskentelyn alkuvaiheeseen vauvaperheen kanssa kuuluu lähiverkoston kartoittaminen. Kun vanhempi täyttää vauvakirjaan vauvan sukupuun, samalla työntekijä saa kuvan asiakasperheen mahdollisesta lähiverkostosta.

Työntekijät ehdottivat muutoksia kirjan sisältöön yhteisissä kehittämistyöryhmätapaamisissa kevään 2018 aikana, joka oli vauvakirjan toteutusvaihetta. He toivoivat, että vauvakirja sisältäisi myös yhden tai kaksi odotusaikaan ja synnytykseen liittyvää sivua. Alkuperäisenä ajatuksena heillä oli ollut se, että vauvakirjan ensimmäiset sivut käsittelisivät vauvan syntymää ja kirja alkaisi siitä. Työntekijät kuitenkin näkivät lopulta tarpeelliseksi, että kirja alkaakin jo vauvan odotusajasta. Tätä ratkaisua he perustelivat sillä, että vanhemmat luovat jo odotusaikana suhdetta tulevaan lapseensa. Lisäsimme tästä syystä kirjan alkuun odotusaikaan liittyviä kysymyksiä.

Teimme vauvakirjan kysymyksiin sekä sivuihin tarvittavia lisäyksiä ja muutoksia jokaisen kehittämistyöryhmätapaamisen jälkeen, jotta vauvakirja vastaisi Rasion perhepalveluiden tarpeisiin mahdollisimman hyvin. Muutoksia vauvakirjaan teimme siis aina työntekijöiden muutosehdotusten perusteella. Kirjasimme tapaamisilla muutosehdotukset ja lähetimme muistion sähköpostilla jokaiselle työryhmän jäsenelle. Tämä käytäntö auttoi kaikkia kehittämistyöryhmän osapuolia pysymään tietoisina yhdessä päätetyistä ratkaisuista. Me opiskelijat hyödynsimme muistioita siinä vaiheessa, kun teimme muutoksia kirjaan tapaamisten jälkeen. Näin muistimme paremmin työntekijöiden esiintuomat muutosehdotukset. Muistioita pystyimme nimittäin tarkistamaan tapaamisella sopimamme asiat.

Kehittämistyöryhmän työntekijät toivoivat myös, että vauvakirjan fontin olisi hyvä olla selkeä ja helposti luettava. Tämän he perustelivat sillä, että asiakasperheillä voi olla monenlaisia hahmottamisen ongelmia tai heidän äidinkieltensä saattaa olla eri kuin suomen kieli, jolloin tekstin ymmärtäminen voi olla vaikeaa. Näin ollen valitsimme kirjaan selkeän fontin.

Työntekijät eivät nähneet tarpeelliseksi rakentaa vauvakirjan koko sisältöä vauvan ajallisen kehityksen, kuten elinkuukausien mukaan. Kuitenkin työntekijät painottivat vauvan kehityksen seuraamisen olevan hyvin olennaista vanhemman ja vauvan ensimmäisessä yhteisessä vuodessa. Tämän vuoksi lisäsimme kirjaan samoine kysymyksineen toistuvat kuukausiosiot 1.,3.,6. ja 9. kuukaudelle. Näissä kirjan kuukausiosioissa toistuvat samat kysymykset liittyen vauvan mielialaan, nukkumiseen, syömiseen sekä vaipanvaihtotilanteisiin. Näin asiakasperheen vanhemmat ja perhepalveluiden työntekijät pystyvät seuraamaan kysymysten avulla kolmen kuukauden välein, miten vauvan käytös on muuttunut tai ollut muuttumatta. Työryhmä pohti tarkkaan myös sitä, mitkä kuukaudet kirjassa tulisi käsitellä. Jokaisen kuukauden käsittely erikseen tuntui liian raskaalta ja tilaa vievältä, joten kyseiset kuukaudet päätettiin yhteisen keskustelun pohjalta sillä perusteella,

että näiden kuukausien välissä on jo tapahtunut isoja muutoksia, joita vanhemmat ja työntekijät voivat yhdessä huomata ja käsitellä.

Työntekijän tehtävänä on olla vanhemman tukena hoivatapahtumien tarkastelussa tehden avoimia kysymyksiä, joista heijastuu yhteinen ihmettely (Kalland 2017, 146). Tästä syystä rakensimme kirjan lauseet kysymysmuotoon. Kysymysten ja lauseiden asettelun suhteen vauvakirjassa päädyimme ratkaisuun, että kirjoitamme ne kirjaan vauvan näkökulmasta, kuten ”Paras hetki päivästäni on, kun...”. Tämän ratkaisun teimme mentaali- ja saatioteoriasta ja vauvan mielen huomioimisen tärkeydestä käydyssä keskustelun pohjalta kehittämistyöryhmän kanssa. Koko työryhmä oli samaa mieltä siitä, että vauvakirjassa on tärkeä konkretisoida vanhemmalle kysymysten kautta sitä, että hänen vauvallaan on jo pienestä pitäen oma mieli ja omat tunnekokemukset.

Työntekijä voi luoda tilaa vauvalle vanhempien mielessä puhumalla vauvasta ja pohtimalla yhdessä vanhempien kanssa, kuka ja millainen vauva mahtaa olla (Viinikka 2016, 12). Vauvakirja mahdollistaa vauvan äänen esille tuomisen työskentelyssä vauvakirjassa esiintyvillä kysymyksillä, kuten ”Milloin syöminen oli mielestäni mukavinta?” ja ”Millaisia luonteenpiirteitä olette minussa huomanneet?”. Koska vauvakirjan kysymysten muoto on kirjoitettu vauvan äänellä, voi vanhemman olla helpompi asettua pohtimaan vauvan mieltä kirjaan kysymyksiin vastatessaan. Esimerkiksi vauvakirjassa olevan reflektiivisen kysymyksen ”milloin syöminen on mielestäni mukavinta” on tarkoitus herättää vanhempi pohtimaan syvällisemmin vauvansa mahdollista tunnekokemusta syömistilanteista.

Työntekijät ehdottivat, että kirjaan olisi hyvä jättää tilaa kuville sekä säilytystasku vanhemman vauvalle kirjoittamalle kirjeelle. Päätimme lopulta kehittämistyöryhmän yhteisen keskustelun pohjalta jättää vauvan kirjeen pois kirjasta. Työntekijöistä oli parempi, että kirjassa on kohta, jossa vanhempi kirjoittaa vauvalle kirjeen. Työntekijät näkivät vanhemmille olevan helpompi tehtävä kirjoittaa vauvalle kirje kuin kirjoittaa vauvan puolesta kirje heille itselleen. Poistimme tämän vuoksi kirjasta vauvan kirjeen vanhemmalle –kohdan ja lisäsimme sen tilalle työntekijöiden toiveesta Kasvun kukka -tehtävän. Kukka on koko sivun kokoina kirjassa. Kukan keskusta ja terälehdet on jätetty tyhjäksi. Vanhemman on tarkoitus kirjoittaa kukan keskusta vauvansa nimi ja terälehtiin vanhemman tulee kuvata sanallisesti, millainen hänen vauvansa on. Lisäksi vanhemman tulee kirjoittaa kukan varteen, mitä hän aikoo vauvan kanssa harjoitella vauvan ensimmäisen vuoden aikana ja kukan lehteen, miten vanhempi aikoo tukea vauvaansa uusien asioiden oppimisessa. Pohtimalla vauvansa luonnetta ja sitä millainen juuri minun vauvani on, vanhempi luo mielessään enemmän tilaa vauvalle (Viinikka 2016, 12).

Kasvun kukka -tehtävä on yksi vauvakirjan toiminnallisista osioista. Se tuo kirjaan leikkilisyyttä ja sopivaa vaihtelua kirjassa olevien monien kysymysten rinnalle. Joidenkin vanhempien voi olla jopa helpompi miettiä lapsensa kasvua ja kehitystä tällaisen toiminnallisen tehtävän kuin pelkkien kysymysten kautta. Keskeistä työntekijän työtavassa on kommunikaation elävyys, huumori ja leikkisyys (Salo & Kauppi 2014, 92.) Raison perhepalveluiden työntekijät kokivat Kasvun kukka -tehtävän selkeämmäksi ohjeistaa vanhemmille kuin vauvan kirjeen. Heistä Kasvun kukka saa vanhemman hyvin pohtimaan oman vauvansa erityisyyttä ja luonnetta.

Päädyimme työntekijöiden kanssa ratkaisuun, että teemme lopullisen vauvakirjan A4-kokoisena eikä A5-kokoisena, koska työntekijöiden mielestä on helpompi täyttää suurempana ja siinä on enemmän tilaa. Lisäsimme kirjaan myös työntekijöiden toiveesta sisällysluettelon ja sivunumeroinnin helpottamaan kirjan selaamista ja käyttämistä työvälineenä vauvaperhetyöskentelyssä. Kehittämistyöryhmä tuli myös siihen tulokseen, että vauvakirja luovutetaan Raison perhepalveluille PDF-tiedostona, vaikka alun perin tarkoituksena oli painattaa vauvakirja kovakantiseksi kirjaksi. Kirjaa ei painatettu, sillä budjetista oli epäselvyyksiä ja hinta-arviota oli hyvin hankalaa pyytää projektin alkuvaiheessa, kun vauvakirja ei ollut vielä valmis. Lopulta työryhmä oivalsikin, että vauvakirjan ollessa sähköisenä versiona sitä on mahdollista täyttää myös osio kerrallaan työkirjatyyliä työntekijöiden voidessa tulostaa sivuja. Raison perhepalvelut voivat halutessaan painattaa kirjan itselleen myöhemmin.

Maaliskuun ja huhtikuun 2018 tapaamiset sisälsivät vauvakirjan sisällön läpikäymistä, lisäämistä ja muokkaamista. Kevään aikana teimme suunniteltuun sisältöön paljon lisäyksiä ja muutoksia. Myös kirjassa käsiteltävien aiheiden järjestys muotoutui samalla aivan uudellaiseksi, mutta samalla loogisemmaksi. Huhtikuun kehittämispalaveriin me opiskelijat toimme ensimmäisen version vauvakirjasta. Olimme lähettäneet sen sähköpostissa työntekijöiden selattavaksi ennen huhtikuun tapaamista.

Toukokuussa 2018, viimeisessä tapaamisessa vauvakirjan toteuttamiseen liittyen, pohdimme kirjan lopullista muotoa. Tulimme siihen tulokseen, että emme ainakaan vielä tässä vaiheessa painata kirjaa, mutta annoimme Raison perhepalveluille valtuudet käydä halutessaan painattamassa kirjan kovakantiseksi omaan käyttöönsä. Kirja jäi heille PDF-muodossa, ja he voivat tarpeen mukaan tulostaa kirjaa asiakkailleen ja koota siitä kansion. Luovutimme kirjan Raison perhepalveluiden käyttöön toukokuun lopussa 2018.

Prosessi eteni aikataulun mukaisesti alusta saakka (ks. Taulukko 1). Kehittämishankkeemme tietoperustaa jäimme täydentämään vielä kesän ajan, vaikka alun perin tietoperustan olisi tullut valmistua jo helmikuussa. Tämä oli vauvakirjan ajallaan valmistumisen kannalta järkevintä, koska kehittämissankkeemme oli muuten hyvällä mallilla jo keväällä.

Kesäkuun ja heinäkuun 2018 aikana vauvakirja ehti olla yhdellä perheellä kokeilussa. Raision perhepalveluiden työntekijät olivat vieneet vauvakirjan perheelle kokeiltavaksi. Elokuussa 2018 valmistelimme palautelomakkeet vauvakirjaa käyttäneille työntekijöille sekä sitä täyttäneelle perheelle. Lähetimme palautelomakkeet työryhmän jäsenille sähköisesti ja ohjeistimme niiden jakamisessa. Palautelomakkeita saisi jakaa työntekijöille ja perheille syksyn aikana ja ne kerättäisiin marraskuussa 2018 työryhmän viimeisellä tapaamisella mahdollisimman laajan otannan saamiseksi.

Marraskuussa 2018 tapasimme vielä työryhmän kanssa. Tapaamisen tarkoituksena koota vauvakirjan kehittämissanketta yhteen työryhmän työntekijöiden kanssa yhdessä keskustellen. Keräsimme tapaamisella työntekijöiltä myös aikaisemmin heille lähettämämme palautelomakkeet täytettyinä. Kehittämissankkeen päättämisvaiheessa on myös keskeistä tarkastella, mitä tuotokselle tapahtuu jatkossa (Salonen ym. 2017, 66). Pohdimme yhdessä, miten työntekijät aikovat hyödyntää vauvakirjaa jatkossa. Työntekijät totesivat tapaamisessa, että vauvakirja on ja tulee jatkossakin olemaan heillä työmenetelmänä käytössä. Eräs työntekijöistä kertoi tapaamisessa, että he aikovat selvittää, jos he voisivat mahdollisesti tulevaisuudessa jakaa vauvakirjan perheille ennaltaehkäisevillä kotikäynneillä. Työntekijät nimittäin tekevät ensimmäistä lastaan odottavien perheiden luokse Baby info -käyntejä, joilla he tiedottavat Raision lapsiperhepalveluista perheelle.

Taulukko 1. Työskentelyprosessi.

Työskentelyvaihe	Ajankohta	Toiminta	Toimijat	Menetelmä	Dokumentti
Suunnittelu	Marraskuu 2017	Aloituspala- veri	Vastaava per- hevalmentaja, yksi perhetyön- tekijä, tekijät	Keskustele- minen	Muistio
Suunnittelu ja ideointi	Tammikuu 2018	Tiimipalaveri	Koko kehittä- misyöryhmä	Keskustele- minen	Muistio
Ideointi	Helmikuu 2018	Itsenäinen työskentely, alustavan run- gon teko	Tekijät	Kirjoittami- nen	Alustava tuotoksen sisällys- luettelo
Ideointi	Maaliskuu 2018	Ideariihipala- veri, ideoiden kerääminen	Koko kehittä- misyöryhmä	Dialoginen kehittäminen	Muistio
Suunnittelu ja toteutus	Maalis- Huhtikuu 2018	Itsenäinen työskentely, tuotoksen si- sällön ja ulko- asun suunnit- telu	Tekijät	Kirjoittami- nen	Tuotoksen 1.versio
Ideointi	Huhtikuu 2018	Kehittämispala- laveri, kirjan sisältörungon suunnittelu	Koko kehittä- misyöryhmä	Dialoginen kehittäminen	Muistio
Toteutus	Huhti-Tou- kokuu 2018	Itsenäinen työskentely, tuotoksen si- sällön kirjoit- taminen	Tekijät	Kirjoittami- nen	Tuotoksen 2.versio
Ideointi ja to- teutus	Toukokuu 2018	Kehittämispala- laveri	Koko kehittä- misyöryhmä	Dialoginen kehittäminen	Muistio
Toteutus	Kesäkuu 2018	Itsenäinen työskentely, tuotoksen si- sällön muok- kaaminen	Tekijät	Kirjoittami- nen	Tuotoksen 3.versio
Toteutus	Heinä-Lo- kakuu 2018	Itsenäinen työskentely, tuotoksen vii- meistely	Tekijät	Kirjoittami- nen	Valmis vauvakirja
Arviointi	Marraskuu 2018	Tiimipalaveri	Koko kehittä- misyöryhmä	Keskustele- minen, ref- lektointi	Muistio
Toteutus	Marraskuu 2018	Itsenäinen työskentely, valmiin työn viimeistely	Tekijät	Kirjoittami- nen	Valmis opinnäyte- työraportti

5.2 Kehittämisen menetelmiä

Keskustelua edistäviä menetelmiä, joita kehittämishankkeessamme käytimme, ovat paraverit ja dialogiset keskustelut kehittämistyöryhmän kesken. Käytimme näitä kahta menetelmää prosessin alusta loppuun asti, jotta saimme eri näkökulmat mahdollisimman hyvin huomioiduksi.

Lisäksi otimme käyttöön kirjallisena kehittämismenetelmänä muistiinpanojen tekemisen. Kirjoitimme jokaisesta tapaamisestamme kehittämistyöryhmän kanssa muistion, jonka lähetimme kaikille osapuolille. Muistiinpanojen sekä muistion kirjoittaminen ovat hyviä dokumentointitapoja, joiden avulla saa hyvän kokonaiskuvan tehdystä projektista. (Salonen 2013, 23–24.) Pidimme myös kumpikin tahoillamme koko prosessin ajan oppimispäiväkirjaa, toisin sanoen henkilökohtaista kehittämispäiväkirjaa. Päiväkirjassa kirjoitimme omasta oppimisestamme ja refleктоimme sitä (Salonen 2013, 23).

Eräs osallistavista kehittämismenetelmistä on kokeileva toiminta eli keino saada tietoa, miten tuotos toimii käytännössä (Salonen 2013, 22). Se tuli menetelmänä kyseeseen kehittämishankkeemme toteutusvaiheessa. Saadaksemme tietoa kokoamamme vauvakirjan käyttökelpoisuudesta itse asiakastyössä annoimme ensimmäinen versiomme vauvakirjasta asiakkaiden kokeiltavaksi. Tämän toteutimme niin, että Raision perhetyöntekijät veivät kokeiluversion aidolle asiakasperheelle käyttöön, jonka jälkeen pyysimme palautetta asiakkaan kokemuksista kirjan käyttöön liittyen. Perheen palaute kirjasta oli positiivista ja kirjaan ei tullut muutoksia tämän kokeilun jälkeen.

Tulosten arviointivaiheessa käytimme kehittämismenetelmänä kyselyä. Pyysimme palautetta vauvakirjasta kyselylomakkeilla (ks. Liite 1 ja 2) työryhmän työntekijöiltä sekä vauvakirjaa käyttäneiltä asiakasperheiltä. Joskus työskentelyä palvelevat parhaiten tutkimusmenetelmät, esimerkiksi kysely tuloksien arvioinnissa (Salonen ym. 2017, 55). Arvioinnissa esitetään kehittämistoiminnalle kriittistä pohdintaa suhteessa kehittämiselle asetettuihin tavoitteisiin (Salonen ym. 2017, 64). Tekemämme kyselylomakkeet sisälsivät useita vauvakirjan arviointiin liittyviä kysymyksiä, kuten ”Vastasiko vauvakirja tarpeeseen?” ja ”Koittako vauvakirjatyöskentelyn hyödylliseksi?”.

5.3 Vauvakirjan esittely

Kehittämishankkeessamme valmistunut tuotos on 58-sivuinen kirja. Vauvakirjan laajuuden rajasimme vauvan odotuksesta vauvan ensimmäisen ikävuoden loppuun. Vauvakirjan sisältö muodostuu kolmesta osasta: vauvan odotusajasta, vauvan syntymästä ja ensimmäisestä ikävuodesta. Kirjassa on rakennetta selkeyttämässä 16 otsikkoa, jotka ovat nähtävissä kirjan sisällysluettelossa sivunumeroineen. Otsikointi on tehty yhteneväiseen ja samanlaisena toistuvaan muotoon muodostaen näin kirjasta eheän kokonaisuuden.

Kirja pohjautuu mentalisaatioteoriaan ja vanhemmuuden tukemiseen. Kirja on kirjoitettu sellaisessa muodossa, että kirjan äänenä ja kysyjänä toimii vauva – näin vanhemman voi olla helpompi pohtia vauvan näkökulmaa ja kokemuksia asioista. Tässä muodossa kirja toimii ”päähenkilölle” myös mukavana muistona vauva-ajasta ja kirjasta huokuu se, että siinä on ajateltu alusta loppuun henkilöä, josta se on kirjoitettu.

Kirjassa käsitellään monia vanhemman ja vauvan yhteistä elämää koskettavia asioita, kuten sukua sekä muita läheisiä ja tärkeitä ihmisiä vauvan elämässä, odotusaikaa, syntymää, kotiin tulemistä, nimenantoa, vauvaan tutustumista sekä vauvan luonteenpiirteiden tunnistamista, vauvan kasvamista ja kehittymistä, erilaisia juhlia, tärkeitä yhteisiä hetkiä ja yhdessä tekemistä sekä erilaisia virstanpylväitä.

Sukupuun on aivan kirjan alussa. Sen merkitys on vauvakirjassa suuri, sillä sukupuun avulla niin työntekijä, kuin myöhemmin kirjan päähenkilökin, saa käsityksen perheen ja suvun laajuudesta ja merkityksestä. Työntekijä voi saada sukupuutyöskentelyn avulla arvokasta tietoa perheen erilaisista vaiheista ja tilanteista, jotka voivat olla merkittäviä seikkoja perheen kanssa työskentelylle. Myös perheen tukiverkoston laajuus selviää usein sukupuuta käsitellessä. Sukupuun muuttaminen nykyaikaisemmaksi oli yksi kehittämistyöryhmämme ensimmäisistä toiveista kirjan suhteen. Päädyimme maalaamaan sukupuun kirjaan itse. Sukupuussa on tilaa neljälletoista sukulaiselle, joiden sukulaisuussuhdetta ei ole kirjaan erikseen määritetty. Sukupuun alapuolella on yksi puusta pudonnut suurempi lehti, johon on tilaa kirjoittaa muiden vauvalle tärkeiden ihmisten nimet.

Kirjaan valittujen kysymysten tarpeellisuutta, oleellisuutta, kysymysmuotoa sekä sijaintia on pohdittu, muunneltu sekä perusteltu tarkkaan useassa kehittämissivuvaiheessa. Jokaisen kysymyksen taustalla on tarkoitus, jolla halutaan joko saada työntekijälle tietoa tai helpottaa asioiden puheeksi ottoa, saada vanhempi (tai kirjan täyttävä) pohtimaan asioita vauvan näkökulmasta, vahvistaa vauvan ja vanhemman välistä vuorovaikutussuhdetta

tai luoda vauvalle ja vanhemmalle kokemus siitä, että vauva on tärkeä yksilö, jonka pienetkin teot ja ajatukset ovat tärkeitä. Myös Raision perhepalveluiden työntekijät painottivat, että kirjan kysymysten on oltava mahdollisimman reflektiivisiä, jotta kysymykset jo itsessään herättelevät vanhemman reflektiivistä kykyä ja sen käyttämistä vauvan hoidossa. Näin pyritään säilyttämään kirjassa vauvan näkökulman huomioiminen ja mahdollistamaan vanhemmalle tilaisuus pohtia arkitilanteita ja suhdettaan vauvaan syvällisemmin. Kirjassa tähän liittyviä kysymyksiä ovat esimerkiksi ”Mitä ajattelitte, kun tunsitte liikkeen ensimmäisen kerran?” ja ”Miltä ensimmäiset päivät kotona kanssani tuntuivat?”.

Kirjassa on omat osionsa 1, 3, 6 ja 9 kuukauden ikäiselle vauvalle. Kuukausiosioissa pohditaan muun muassa vauvan nukkumista ja syömistä, vaipanvaihtoa sekä sitä, mistä vauva sen ikäisenä pitää ja mistä ei pidä. Kuukausiosiot luotiin helpottamaan yleisesti eniten hankaluuksia aiheuttavien aiheiden, kuten vauvan unirytmien, puheeksi ottamista perhetyössä. Kirjan kuukausiosioissa toistuu muun muassa kysymys ”Millaisia unirutiineja meillä oli?”. Muista osion kohdista, kuten ”Paras hetki päivästäni oli kun”, tulee taas vahvasti esille vauvakirjan perimmäinen tarkoitus – vanhemmuuden tukeminen sekä vanhemman mentalisaatiokyvyn edistäminen vauvan ja vanhemman välisen vuorovaikutussuhteen tukemiseksi.

Sukupuun lisäksi lisäsimme kirjaan muitakin yhteistoiminnallisia osioita vauvan ja vanhemman vuorovaikutusta vahvistamaan. Näitä ovat jo mainitsemmamme kasvun kukan lisäksi vauvan jalanjäljen ja/tai kädenjäljen piirtäminen, vanhemman kirje vauvalle sekä selkeät ohjeet lauluihin ja leikkeihin. Kyseisten osioiden tarkoituksena on tarjota vanhemmalle helppoja, konkreettisia ja erilaisin aistein havaittavia tapoja olla vuorovaikutuksessa oman lapsen kanssa.

Kehittämistyöryhmämme yhteinen linjaus oli se, että kirjassa tulee olla oma osionsa lauluille ja leikeille. Tietenkään ei voi olettaa, että kaikki vanhemmat laulavat lapsilleen, mutta kuten aiemmin olemme perustelleet, on laulu ja rytmisyys tärkeää vauvan kehitykselle. Halusimme siis sisällyttää kirjaan muutaman helposti opittavan laululeikin, joita vanhempi voi vauvansa kanssa laulaa ja leikkiä sekä muutaman leikin, joissa tulee esille yhdessä tekeminen ja hauskuus. Laulut ja leikit, joita kirjaan valitsimme, olivat pääasiassa sellaisia, joita Raision perhepalveluissa oli asiakkaiden kanssa jo aiemmin todettu toimiviksi.

Työntekijät halusivat, että jätämme kirjaan myös paljon tilaa kuville, sillä nykyään on harvinaisempaa, että kuvia on esillä muualla kuin puhelimissa tai pilvipalveluissa. Kirjan lä-

hes jokaisessa osiossa on paikka ainakin yhdelle kuvalle. Kuvaaminen vahvistaa vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutussuhdetta ja luo yhteenkuuluvuuden tunnetta. Kirjassa on tilaa myös vauvan ensimmäiselle piirrokselle.

Kaiken kaikkiaan vauvakirjan visuaalinen ilme oli tärkeää koko kehittämistyöryhmällemme. Pohdimme muun muassa värimaailmaa, yleistä selkeää ilmettä sekä fonttia ja kirjoitusasua hyvin tarkkaan. Päädyimme valitsemaan vauvakirjan pääväriksi neutraalin keltaisen, jota ei yleisesti mielletä ”tyttöjen tai poikien väriksi”. Yleiseksi tyyliksi valitsimme lempeän vesiväriteeman – maalasimme itse kaikki kuvat sekä taustavärit vesiväreillä. Selkeyttä vauvakirjaan saatiin valitsemalla selkeä, kaikkia miellyttävä fontti sekä eräänä hyvin tärkeänä seikkana vanhemman puhuttelumuoto. Emme halunneet loukata sellaisia perheitä, joissa on vain yksi vanhempi, emmekä olettaa, että kaikki kirjaa käyttävät vanhemmat täyttäisivät vauvakirjaa yksin. Joissakin tapauksissa kirjaa ei välttämättä täytä vauvan biologinen vanhempi, eli puhuttelumuodon täytyi olla neutraali. Näistä syistä johtuen päädyimme valitsemaan vanhemman tai kirjan täyttäjän puhuttelumuodoksi ”te”, joka voi tarkoittaa useampaa ihmistä tai vaihtoehtoisesti kohteliasta teitittelymuotoa.

Kirjaan on sisällytetty myös muutama lyhyt teoriaosio, joiden tarpeellisuudesta olimme kehittämistyöryhmämme kanssa samaa mieltä. Kirjassa kerrotaan vanhemmalle vauvan temperamentista ja miten se näkyy vauvan käyttäytymisessä – tämäkin on kirjoitettu siinä muodossa, että vauva kertoo asian vanhemmalleen. Toisena teoriaosuutena on aivan kirjan lopussa muutama saattelusana vanhemmalle jatkoon – eli miten vauva tulee ensimmäisen vuotensa jälkeen kasvamaan ja muuttumaan omatoimisemmaksi ja tarvitsee jatkossa paljon kannustusta, mutta silti kaipaa elämäänsä vielä hellyyttä sekä turvallista aikuista lähelleen.

Vauvakirjan työstämistä ja kehittämistä voisi varmasti jatkaa loputtomiin. Omat jatkokehittämisideamme liittyvät pääasiassa vauvakirjan visuaaliseen muokkaamiseen tai kirjan muokkaamiseen asiakasta tai muuta tarvetta varten persoonallisemmaksi. Vauvakirjasta aiomme ainakin tehdä muutaman valmiin pohjan eri värimaailmoin, jotta kirjasta saadaan täyttäjälle mahdollisimman mieluisa.

Saimme myös kirjan julkaisemiseen liittyviä pyyntöjä. Kirjan tarpeellisuus oli huomattu myös muualla, kun kehittämistyöryhmämme jäsenet olivat kirjasta muille puhuneet. Jätimme kirjan kuitenkin virallisesti julkaisematta ja vain Raision perhepalveluiden sekä meidän itsemme käyttöön. Kirjan käyttötapa on monipuolinen ja kirja on luovutettu Rai-

sion perhepalveluille PDF-muodossa, joten he voivat halutessaan painattaa kirjan tai tulostaa asiakkailleen kirjan työkirjana ja työstää sitä osio kerrallaan riippuen asiakasperheen tilanteesta ja tarpeista.

6 YHTEENVETO JA ARVIOINTI

6.1 Vauvakirjasta saatua palautetta

Kehittämishankkeen tuotoksen käyttökelpoisuutta ja hyödyllisyyttä arvioitaessa on tärkeä huomioida hyödyn kohteena olevien toimijoiden näkemykset saavutetuista tuloksista. Tulosten arvioinnissa voi käyttää menetelmänä muun muassa kyselyä. (Salonen ym. 2017, 63–65.) Tässä vauvakirjan kehittämishankkeessa keskeisiä toimijoita ovat Raision perhepalveluiden työntekijät sekä perhepalveluiden asiakasperheet, joten oli perusteltua kysyä heidän mielipiteensä vauvakirjasta ja sen käytöstä. Teimme vauvakirjan arviointia varten palautelomakkeet vauvakirjaa käyttäneille työntekijöille (Liite 1) sekä vauvakirjaa täyttäneille perheille (Liite 2). Palautelomakkeiden ansiosta saimme kirjallista palautetta sekä ammattilaisilta että kirjaa kokeilleelta perheeltä. Pyydetyn palautteen avulla pystymme paremmin arvioimaan, miten onnistuimme vastaamaan työelämän tarpeeseen sekä millainen merkitys vauvakirjalla on ollut perheelle.

Keräsimme palautelomakkeet viimeisessä kehittämistyöryhmätapaamisessa marraskuussa 2018. Saadun palautteen mukaan saavutimme kehittämishankkeelle asetetut tavoitteet hyvin. Saimme kolme Raision perhepalveluiden työntekijän täyttämää palautelomaketta. Vauvakirja vastasi työntekijöiltä saadun sekä kirjallisen palautteen että suullisen arvion mukaan hyvin heidän tarpeisiinsa. Kirjassa on heidän mielestään käsitelty tärkeitä asioita, joita vauvaperheiden kanssa on kirjan avulla luontevampaa ottaa puheeksi. Kirja herättää työntekijöiden mukaan vanhemmissa myös uudenlaisia näkökulmia ja ajatuksia suhteessa vauvaan. Työntekijät kokivat vauvakirjan käyttöön ottamisen perheiden kanssa melko helpoksi. Tätä helpottaa vauvakirjan työkirjamainen muoto, sillä käyttöön voi ottaa vain pienen osion kerrallaan. Vauvakirja on helpottanut työntekijöiden työskentelyä vauvaperheiden kanssa yleisesti sekä erityisesti sukupuun osalta. Vauvakirjassa käsitellyt osa-alueet ovat vastanneet työntekijöiden tarpeita paremmin kuin perinteinen vauvakirja. Tätä tukee esimerkiksi se, että kehittämässämme vauvakirjassa käsiteltäviä osa-alueita on runsaasti ja monipuolisesti. Työntekijät eivät kokeneet, että vauvakirjatyöskentelyssä olisi ilmennyt ongelmia. Ongelmaksi muodostui lähinnä se, että perheitä, joiden kanssa kirjaa olisi voinut käyttää, oli hyvin vähän. Palautelomakkeiden

vapaan sanan osiossa työntekijät kiittivät opiskelijoita uuden työvälineen luomisesta tärkeään elämänvaiheeseen.

Lisäksi saimme palautteen yhdeltä vauvakirjaa täyttäneeltä perheeltä. Perheen mielestä vauvakirja oli *"kivan oloinen, siinä oli paljon hyviä kysymyksiä ja se oli hyvin toteutettu"*. Perhe kertoi myös, että kirjassa oli positiivista myös se, että raskausaika, synnytys ja vauvan kanssa kotiin tulo olivat huomioitu omana osanaan ja poiketen tavallisista vauvakirjoista, näille aiheille oli jätetty reilusti tilaa kirjoittaa. He pitivät kirjassa myös siitä, että valokuville oli reilusti tilaa, mutta sukupuoli oli heidän mielestään taas hankalasti täytettävä. Perhe olisi myös kaivannut vauvan ensimmäisen vuoden jokaiselle kuukaudelle oman osionsa kuvan kera, sillä kirjassa käsiteltiin laajemmin vain 1., 3., 6. ja 9. kuukauden iässä tapahtuneet muutokset. Perhe olisi kaivannut myös enemmän tilaa vapaalle kertomiselle monessa eri kappaleessa sekä kirjan lopussa.

Keskustelimme viimeisessä työryhmän tapaamisessa myös siitä, että monet asiakasperheet tulevat perhepalveluiden usein asiakkuuteen niin myöhäisessä vaiheessa, että heidän lapsensa ovat jo isompia. Työntekijät totesivat, miten tärkeää olisi nimenomaan päästä auttamaan perheitä varhaisessa vaiheessa, kun perheissä on vielä vauva ja ongelmat eivät ole paisuneet välttämättä niin suuriksi. Yhteisessä keskustelussa tuli esiin, että työntekijän on aina arvioitava asiakasperheen vanhempien psyykinen tila ennen kuin ottaa vauvakirjan perheen kanssa työmenetelmänä käyttöön. Nimittäin joillekin vanhemmille vauvakirjan asiakokonaisuudet saattavat olla liian suuria ja syvällisiä käsiteltäväksi heidän psyykkiseen vointiinsa nähden.

6.2 Kehittämishankeprosessin arviointia

Kävimme kaikki kehittämispalaverimme Raision perhepalveluiden tiloissa. Palaverien kokoontumispaikaksi vakiintui Raision perhetyöntekijöiden työskentelytilassa sijaitseva pieni neuvotteluhuone. Siellä tuolit olivat sopivasti niin, että näimme kaikki toistemme kasvot. Tämä helpotti yhteistä keskustelua. Aloitimme keskustelut usein esittelemällä työryhmälle, mitä olimme viime tapaamisen jälkeen saaneet tehtyä.

Yhteisistä kehittämiskeskusteluista tuli ajoittain hiukan sekavia, sillä emme jakaneet palaverissa työntekijöille puheenvuoroja vaan annoimme jokaisen tuoda mielipiteensä esiin vapaasti. Jokainen puhui ja sanoi sanottavansa toisen perään. Tämä saattoi vaikuttaa sen, että keskustelu oli välillä melko poukkoilevaa. Jos olisimme antaneet jokaisen vuorollaan puhua ja kertoa rauhassa oman asiansa, olisivat keskustelut edenneet

mahdollisesti johdonmukaisemmin ja rauhallisemmin. Me opiskelijat olisimme voineet esimerkiksi tapaamisen alussa käydä kierroksen, jossa jokainen työntekijä olisi saanut oman puheenvuoron ja sanoa rauhassa sanottavansa vauvakirjan kehittämisestä. Me opiskelijat tapasimme toisiamme kehittämissalaverien välissä ja teimme yhdessä vauvakirjaan tarvittavia muutoksia ja lisäyksiä. Työntekijöiden innostus vauvakirjan kehittämisestä ja palava halu saada vauvakirja asiakasperheille käyttöön antoi meille aina uutta virtaa ja intoa jatkaa työskentelyä vauvakirjan parissa.

Eriytyinen oppimisen paikka kehittämishankkeen aikana meillä opiskelijoilla oli muistaa lähettää käsiteltävät paperit ajoissa etukäteen työntekijöille sähköpostilla luettavaksi ja tutustuttavaksi aina ennen seuraavaa yhteistä kehittämissalaverikertaa. Käytäntö helpotti huomattavasti asioiden käsittelyä yhdessä palaverissa, kun kaikki työryhmän osapuolet olivat saaneet mahdollisuuden tutustua käsiteltävään asiaan, kuten tekemäämme vauvakirjan ensimmäiseen sähköiseen versioon, ensin rauhassa etukäteen.

Kehittämistyöryhmämme yhteistä työskentelyä työntekijöiden ja meidän opiskelijoiden välillä helpotti huomattavasti se, että toinen meistä opiskelijoista oli juuri ennen tämän kehittämishankkeen aloittamista ollut tekemässä vaativan asiakastyön työharjoittelunsa Raison perhepalveluissa. Kun työyhteisö ja työryhmän työntekijäjäsenet olivat tuttuja, yhteistä dialogista keskustelua syntyi huomattavasti helpommin. Keskustelut sujuivat heti ensimmäisestä kehittämissalaveristamme lähtien luontevasti ja pystyimme keskittymään heti itse vauvakirjan kehittämiseen ilman sen suurempia tutustumisia ja alkujännityksiä. Varmasti se, että toinen meistä opiskelijoista oli työryhmän työntekijöille entuudestaan tuttu, antoi hyvän lähtökohdan kehittämishankkeen eteenpäin viemiselle. Uskomme tämän vahvistaneen heti kehittämissalaveristamme alusta alkaen työntekijöiden luottamusta meihin opiskelijoihin ja lisänneen kaikkien sitoutuneisuutta, sekä tuoneen avoimuutta ja rentoutta kehittämissalaverissa vauvakirjan kehittämisestä käytyihin keskusteluihin.

Olemme molemmat kehittyneet paljon ammatillisesti tätä kehittämishanketta tehdessämme. Tämän työn ansiosta me tekijät ymmärrämme nyt erityisen hyvin varhaisen vuorovaikutuksen suuren merkityksen lapsen kehityksen kannalta ja hyödynnämme osaamistamme tulevaisuudessa perheiden kanssa työskennellessämme. Tämän työn ansiosta vauvatyön merkitys on saanut paljon vahvistusta meidän molempien ajatuksissa. Työ kasvatti myös tiedonhaun ja hyödyntämisen taitoja. Vauvakirjaa tehdessä opimme tekemään omia ratkaisuja kehittämistyöryhmän ristiriitaisten toiveiden pohjalta sekä pääsimme toteuttamaan luovaa puoltamme rohkeasti.

Vauvakirjan kehittämisprosessissa työskentelyymme sisältyi myös eettistä pohdintaa. Pohdimme yhdessä työryhmän kanssa esimerkiksi usean vauvakirjaan lisäämämme kysymyksen kohdalla kysymyksen tarkoitusta, ja ketä kysymys palvelee – työntekijää vai asiakasta. Asiakaslähtöisyys on yksi sosiaalialan ammattieettisistä ohjeista ja sen kunnioittaminen oli meille tärkeää (Heikkinen 2017, 15). Jouduimme pohtimaan sitä, mitä asiakkaat vastaisivat kysymyksiin, ja ovatko mahdolliset vastaukset sellaisia, joita kirjan päähenkilö haluaisi vanhempana lukea. Pohdimme vielä kirjan valmistuttua sitä, ovatko kirjan jotkin kysymykset liian henkilökohtaisia, sillä kirjan perimmäinen tarkoitus on olla työväline. Kirjan luominen työvälineeksi herättikin meitä pohtimaan, onko kirjassa käsitelty asiakasperheen näkökulmasta kaikki oleellinen. Pohdimme, olemmeko keskittyneet kirjan teossa liikaa ammatilliseen näkökulmaan luoden kirjasta enemmän työvälinettä työntekijöille kuin vauvakirjaa asiakasperheille. Nämä pohdinnat asettivat haastetta kysymyksiä muotoilulle, mutta mahdollistivat kehittämistyöryhmässämme avointa eettistä pohdintaa keskustelun muodossa ja näin mahdollisesti parempaa lopputulosta työllemme.

Vauvakirjan ammatillisen merkityksen näemme melko suurena. Vauvakirja on työvälineenä monipuolinen ja sitä voi hyödyntää monella eri tavalla. Vauvakirjatyöskentely on myös asiakasperheelle todennäköisesti ikimuistoinen kokemus, sillä täytetystä vauvakirjasta ja sen parissa työskentelystä jää perheelle konkreettinen muisto vauvan ensimmäisen vuoden ajalta.

Kehittämishankkeemme tuotoksen, vauvakirjan, juurruttamisessa osaksi työyhteisön käytäntöjä onnistuimme mielestämme hyvin. Saimme kiinnitettyä vauvakirjan osaksi Raision perhepalveluiden omaa työmenetelmävalikoimaa, sillä lähetimme vauvakirjan lopullisen version sähköisenä kaikille työryhmässä olleille työntekijöille. Työntekijät tallensivat vauvakirjan kaikkien työntekijöiden yhteiseen sähköiseen menetelmäpankkiin. Tällöin työntekijöiden on helppo tulostaa PDF-versiona luovuttamamme vauvakirja omalla työpisteellään ja viedä vauvakirja mukanaan asiakasperheen käyttöön kotikäynnille mennessään.

LÄHTEET

- Fonagy, P; Steele, H. & Steele, M. 1991. Maternal Representations of Attachment during Pregnancy Predict the Organization of Infant-Mother Attachment at One Year of Age. *Child Development*, 62, 891–905.
- Gerhardt, S. 2007. Rakkaus ratkaisee: Varhaisen vuorovaikutuksen merkitys aivojen kehitykselle. *Persona Grata*. 2. painos. Helsinki: Edita.
- Hautamäki, A. 2012. Lapsen kiintymyssuhteet ja niiden vaarantuminen. Teoksessa Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.) *Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen*. Helsinki: WSOY, 29–69.
- Heikkinen, A. (toim.) 2017. *Arki, arvot ja etiikka: Sosiaalialan ammattihenkilön eettiset ohjeet*. Helsinki: Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry.
- Hellstén, S. 2009. Vauvan äänen vahvistaja. Teoksessa Kuosmanen, S. (toim.) *Vauvan ääntä etsimässä*. Ensi- ja turvakotien liiton raportti 11. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liitto, 51–70.
- Kalland, M. 2014. Vanhemman mentalisaatiokyky. Teoksessa Viinikka, A. (toim.) *Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa*. Helsinki: Mannerheimin lastensuojeluliitto, 26–36.
- Kalland, M. 2017. Mentalisaatiokyky vanhemmuudessa. Teoksessa Laitinen, I. & Ollikainen, S. (toim.) *Mentalisaatio. Teoriasta käytäntöön*. Helsinki: Therapie-säätiö, 131–150.
- Kauppi, A. & Takalo, A. 2014. Mentalisaation psykoanalyttiset juuret. Teoksessa Viinikka, A. (toim.) *Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa*. Helsinki: Mannerheimin lastensuojeluliitto, 8–23.
- Keltikangas-Järvinen, L. 2015. *Temperamentti. Ihmisen yksilöllisyys*. 5. painos. Helsinki: WSOY.
- Korhonen, A. & Sukula, S. 2004. *Vauvaperhetyö. Vammaisten lasten ja nuorten tukisäätiön Kiikku-projektin loppuraportti*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Korhonen, S. & Holopainen, L. 2015. *Vanhempina vahvemmaksi – kohti myönteistä vuorovaikutusta*. Kirja vanhemmuudesta ja sen tukemisesta. 1. painos. Jyväskylä: Satu Korhonen.
- Kuosmanen, S. (toim.) 2009. *Vauvan ääntä etsimässä*. Ensi- ja turvakotien liiton raportti 11. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liitto.
- Laitinen, I. & Ollikainen, S. (toim.) 2017. *Mentalisaatio. Teoriasta käytäntöön*. Helsinki: Therapie-säätiö.
- MLL 2018. *Varhaisen vuorovaikutuksen sanastoa*. Viitattu 14.6.2018. Saatavana verkosta: <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemmuus-ja-kasvatus/lapsen-ja-vanhemman-varhainen-vuorovaikutus/varhaisen-vuorovaikutuksen-sanastoa/>.
- Mäkelä, J. 2003. *Temperamentti ja oppiminen*. Teoksessa Sinkkonen, J. (toim.) *Pesästä lentoon – Kirja lapsen kehityksestä kasvattajalle*. Helsinki: WSOY, 13–43.
- Mäkelä, S. 2016. *Vauvan kanssa vuorovaikutuksen puutarhassa – Varhaisen vuorovaikutuksen kirja vauvan äidille, isälle ja läheisille*. Helsinki: Books on demand.
- Nurmi, J-E.; Ahonen, T.; Lyytinen, H.; Lyytinen, P.; Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. 2014. *Ihmisen psykologinen kehitys*. 5. painos. Helsinki: PS-kustannus.

Ollikainen, S. 2017. Kiintymyssuhde, aivot ja mentalisaatio. Teoksessa Laitinen, I. & Ollikainen, S. (toim.) Mentalisaatio. Teoriasta käytäntöön. Helsinki: Therapie-säätiö, 28–54.

Pajulo, M. & Kalland, M. 2008 Äidin reflektiivinen kyky ja sen vaikutus päihde-ensikotien hoidon tulokseen. Teoksessa Andersson, M; Hyytinen, R. & Kuorelahti, M. (toim.) Vauvan parhaaksi – Kuntoutuminen päihteistä odotus- ja vauva-aikana. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liitto ry, 158–184.

Pajulo, M. & Pyykkönen, N. 2012. Mentalisaatiokyky varhaisessa vanhemmuudessa. Teoksessa Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.) Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Helsinki: WSOY, 71–94.

Puura, K. & Mäntymaa, M. 2014. Aivojen kehitys ja mentalisaatio. Teoksessa Viinikka, A (toim.) Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Helsinki: Mannerheimin lastensuojeluliitto, 55–63.

Pyykkönen, N. 2017. Mentalisaatio ja episteeminen luottamus kehityksen mahdollistajana. Teoksessa Laitinen, I. & Ollikainen, S. (toim.) Mentalisaatio. Teoriasta käytäntöön. Helsinki: Therapie-säätiö, 105–130.

Raision kaupunki 2017. Vauvaperhetyö. Viitattu 20.2.2018. www.raisio.fi > Palvelut A-Ö > Perhe- ja sosiaalipalvelut > Perhepalvelut > Perheneuvola > Vauvaperhetyö.

Rusanen, E. 2011. Hoiva, kiintymys ja lapsen kehitys. Helsinki: Finn Lectura.

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

Salo, S. & Kauppi, A. 2014. Reflektiivinen työote vanhemman kohtaamisessa. Teoksessa Viinikka, A. (toim.) Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Helsinki: Mannerheimin lastensuojeluliitto, 75–93.

Salo, S. & Tuomi, K. 2008. Hoivaa ja leiki – vauvan ja vanhemman vuorovaikutus. Helsinki: Psykologien kustannus Oy.

Salo, S. 2003. Kiintymyssuhteen merkitys elämänkaaren aikana. Teoksessa Sinkkonen, J. (toim.) Pesästä lentoon – Kirja lapsen kehityksestä kasvattajalle. Helsinki: WSOY, 44–86.

Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Turun ammattikorkeakoulun puheenvuoroja 72. Turku: Ammattikorkeakoulu. Saatavissa myös <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf>.

Salonen, K.; Eloranta, S.; Hautala, T. & Kinon, S. 2017. Kehittämistoiminta ja kehittämisen menetelmiä ammatillisessa korkeakoulutuksessa. Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja 108. Turku: Turun ammattikorkeakoulu. Saatavissa myös <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522166494.pdf>.

Schulman, M. 2012. Vauvahavainnointi koulutuksen ja klinisen työn osana. Teoksessa Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.) Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Helsinki: WSOY, 125–146.

Sjöberg, L. 2009 Vauvalla on ääni. Teoksessa Kuosmanen, S. (toim.) Vauvan ääntä etsimässä. Ensi- ja turvakotien liiton raportti 11. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liitto, 17–37.

Tamminen, T. 2001. Poikkeavat kiintymyssuhteet. Teoksessa Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.) Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Helsinki: WSOY, 234–250.

Tervo, M. 2009. Koti resonoi vauvan äänen. Teoksessa Kuosmanen, S. (toim.) Vauvan ääntä etsimässä. Ensi- ja turvakotien liiton raportti 11. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liitto, 38–50.

Viinikka, A. (toim.) 2014. Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa. Helsinki: Mannerheimin lastensuojeluliitto.

Viinikka, A. 2016. Mitä vauva miettii? Vanhempien mentalisaatiokyvyn vahvistaminen. Helsinki: Mannerheimin lastensuojeluliitto.

Palautelomake vauvakirjaa käyttäneille työntekijöille



PALAUTELOMAKE VAUVAKIRJAA KÄYTTÄNEILLE TYÖNTEKIJÖILLE

Vastasiko vauvakirja tarpeeseen?



Jos vastasi, niin miten? Jos ei, miltä osin ei?

Oliko vauvakirja helppo ottaa käyttöön työvälineenä vauvaperheiden kanssa?



Onko vauvakirja helpottanut vauvaperheiden kanssa työskentelyä (edes jollakin osa-alueella)?



Jos on, millä tavalla tai millä osa-alueilla?

Ovatko vauvakirjassa käsitellyt osa-alueet ja kysymykset paremmin teidän tarpeisiinne, kuin tavallinen vauvakirja?



Onko vauvakirjatyöskentelyssä ilmennyt jotakin ongelmia? Olisimmeko me voineet kirjan tekijöinä ennaltaehkäistä näitä ongelmia kirjan tekovaiheessa?

Onko vauvakirja johtanut uusiin työkäytäntöihin? Mikä merkitys vauvakirjalla on vauvaperheiden kanssa työskentelylle?

Vapaa sana ☺

Kiitos ajastanne ja vastauksistanne. Mahtavaa, että olette käyttäneet vauvakirjaa ♥ kiittäen Turun ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijat ja vauvakirjan tekijät Eveliina Kinnunen & Ina Pekkala

Palautelomake vauvakirjaa täyttäneille perheille



PALAUTELOMAKE VAUVAKIRJAA TÄYTTÄNEILLE PERHEILLE

Oliko vauvakirjan täyttäminen helppoa?



Oliko vauvakirjassa käsitelty mielestänne tärkeitä asioita?



Pidittekö vauvakirjan ulkoasusta?



Koittako vauvakirjatyöskentelyn hyödylliseksi?



Haluatko perustella vastauksiasi tai antaa vauvakirjasta meille muuta palautetta?

Kiitos vastauksistanne! Ja ihanaa vauvavuotta ♥ toivottaen Turun ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijat ja vauvakirjan tekijät Eveliina Kinnunen & Ina Pekkala