



SUURENMOISEKSI PERHEEKSI

Vertaistukiryhmästä tukea riittävän hyvään vanhemmuuteen

Tanja Nieminen
Katja Touronen

Opinnäytetyö
Lokakuu 2010
Hoitotyön koulutusohjelma
Terveystieteiden suuntautumisvaihtoehto
Tampereen ammattikorkeakoulu

TAMPEREEN AMMATTIKORKEAKOULU
Tampere University of Applied Sciences

TIIVISTELMÄ

Tampereen Ammattikorkeakoulu
Hoitotyön koulutusohjelma
Terveystyön suuntautumisvaihtoehto

NIEMINEN, TANJA & TOURONEN, KATJA:

Suurenmoiseksi perheeksi – vertaistukiryhmästä tukea riittävän hyvään vanhemmuuteen

Opinnäytetyö 48 s., liitteet 17 s.
Lokakuu 2010

Opinnäytetyön tavoitteena oli perheiden hyvinvoinnin edistyminen. Tarkoituksena oli ohjata vertaistukiryhmää alle kouluikäisten lasten vanhemmille yhteistyössä Mannerheimin Lastensuojeluliiton (MLL) kanssa. Valtakunnalliset suositukset ohjaavat perhevalmennuksen kautta myös vanhemmuuden tukemista, mutta käytännössä valmennusta toteutetaan vaihtelevasti resurssien mukaan. Vertaistukiryhmä on eräs valmennuksen muoto. Tutkimustehtävänä oli selvittää vertaistuen toimivuutta vanhemmuuden tukemisessa yhteistyössä kolmannen sektorin kanssa. Järjestetyn ryhmän tavoitteena oli perheiden hyvinvoinnin edistyminen. Ryhmätapaamisten tarkoituksena oli tiedon ja vertaistuen jakaminen ja saaminen.

Opinnäytetyö toteutettiin projektina. Aihetta tarkasteltiin vanhemmuuden, perheiden ja terveydenhoitajan näkökulmasta. Työn teoriaosassa lähteinä käytettiin ajankohtaisia perhetutkimuksia ja kirjallisuutta. Perheitä koskettivat moninaiset ongelmat liittyen ajankäyttöön, vastuuseen, kasvatukseen, vanhemmuuteen, parisuhteeseen ja jaksamiseen. Erilaiset perhemuodot toivat myös haasteita vanhemmuuteen. Vanhempien kaipaama tuki oli käytännön- ja arjen läheistä. Lastenneuvoloilla on kattavuutensa ansiosta hyvät mahdollisuudet vaikuttaa vanhemmuuteen ja terveydenhoitajilla oli valmiudet tukea perheitä. Vanhemmat saattoivat kuitenkin kokea neuvolasta saadun tuen riittämättömänä.

Vanhemmat kokivat vertaistukiryhmän toimivaksi vaihtoehdoksi vanhemmuuden tukemisessa. Ryhmässä vaihdettiin kokemuksia ja ajatuksia, joihin ei neuvolassa ehditty riittävästi paneutua. Tarpeesta kertoo myös Tampereen kaupungin suuntaus ostaa perhevalmennusta ulkopuolisilta toimijoilta. Vertaistukiryhmän muodossa tapahtuva yhteistyö julkisen ja kolmannen sektorin kesken voisi tulevaisuudessa olla toimiva ratkaisu vanhemmuuden tukemisessa. Tämä saattaisi myös vähentää neuvolan kuormittumista ja paineita. Yhteistyötä kehittämällä tuen pariin voitaisiin myös saada sitä tarvitsevat perheet. Jatkotutkimuksena ehdotamme selvittämään terveydenhoitajien halukkuutta ja valmiuksia yhteistyöhön sekä keinoja, joilla yhteistyötä voitaisiin tehostaa.

ABSTRACT

Tampereen Ammattikorkeakoulu
Tampere University of Applied Sciences
Degree Programme in Nursing and Health Care

NIEMINEN, TANJA & TOURONEN, KATJA:
Good families - Peer group support for good enough parenthood
Bachelor's thesis 48 pages, appendices 17 pages
October 2010

The aim of the thesis was the improvement in the welfare of families. This was to be achieved by clarifying how well peer groups worked in co-operation with the third sector. The national guidelines recommend supporting parents within the family guidance and education settings, but in practise this varies according to available resources. For the purpose of the study a peer group for families with under school age children was organised.

The information for this project-form thesis was gathered through studies, current literature and interviews. The material was examined from the points of view of parents, families and public health nurses.

Problems within families were many and varied. Different family forms also brought challenges to parenthood. The support parents needed was in practical and every day matters. Child health clinics, due to their scope, had opportunities to guide parents and public health nurses were ready to support families. However, this support may have been felt as insufficient by parents.

The results revealed that parents felt the peer groups to be a good resource as child health clinics had no time for in depth discussions. The answer to the insufficient support in the clinics could be to develop the co-operation between different parties in family work. This way it may be possible to draw into the support system the families in need of such support.

Keywords: parenthood, family, peer group, public health nurse

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	5
2 VERTAISTUKIRYHMÄ LASTENNEUVOLAN TERVEYDENHOITAJAN TYÖMENETELMÄNÄ VANHEMMUUDEN TUKEMISESSA	7
2.1 Mitä vanhemmat tarvitsevat	7
2.2 Lastenneuvolan terveydenhoitajan työmenetelmiä vanhemmuuden tukemisessa ..	9
2.3 Vertaistukiryhmä.....	11
2.3.1 Ryhmän kehitysvaiheet.....	11
2.3.2 Roolit ryhmässä.....	12
2.3.3 Ryhmäohjaus.....	13
2.4 Mannerheimin Lastensuojeluliitto yhteistyökumppanina	13
3 PERHEET JA VANHEMMUUS NYKYPÄIVÄNÄ.....	15
3.1 Mikä on perhe	15
3.1.1 Perheen merkitys	16
3.1.2 Erilaiset perheet.....	16
3.2 Vanhemmuus	18
3.2.1 Äitiys	20
3.2.2 Isyys.....	21
3.3 Vanhemmuuteen kasvu	22
3.4 Yhteiskunnan tuki lapsiperheille.....	24
3.5 Vanhemmuus ja työ.....	26
4 OPINNÄYTETYÖN TAVOITE, TARKOITUS JA TUTKIMUSTEHTÄVÄ	29
5 SUURENMOISEKSI PERHEEKSI - VERTAISTUKIRYHMÄ	30
5.1 Projekti toiminnallisena opinnäytetyönä	30
5.2 Projektin käynnistysvaihe	31
5.3 Projektin rakentamisvaihe	33
5.4 Projektin päättämisen vaihe	34
6 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA.....	37
6.1 Eettiset kysymykset ja luotettavuus	37
6.2 Johtopäätökset, pohdinta ja kehittämissuhteet.....	38
6.3 Kehittämistehtävä.....	43
LÄHTEET	44
LIITTEET.....	49

1 JOHDANTO

Useat perhetutkimukset antavat viitteitä perheiden hyvinvoinnin heikkenemisestä, mikä näkyy myös terveydenhoitajien työssä perheitä kohdatessa. Suomalaisessa yhteiskunnassa on ollut havaittavissa merkkejä siitä, että asiat pienten lasten perheissä eivät ole hyvin. Lapset oirehtivat ensimmäisinä perheiden ongelmiin. Korkea työttömyys, alkoholin käytön kasvu, taloudellinen eriarvoistuminen ja syrjäytyminen heijastuvat perheistä lasten ja nuorten kautta. Muutokset hyvinvoinnissa ilmenevät avioerotilastoissa sekä lasten lisääntyneinä käytösongelmina, mielenterveys- ja päihdeongelmina, fyysisinä terveysongelmina ja monena muuna. (Laaksola 2005, 3.) Nykyisin noin joka kymmenes pari eroaa ennen vauvan ensimmäistä syntymäpäivää (Neuvoloiden perhevalmennus voi saada jatkoa 2010).

Suomessa toimiva neuvolajärjestelmä on julkisen sektorin väline perheiden hyvinvoinnin edistämiseksi. Neuvolan tarjoamalle perhevalmennukselle on olemassa valtakunnalliset suositukset, jotka ohjaavat perhevalmennusta. Käytännössä valmennusta toteutetaan kussakin kunnassa resurssien mukaan, mistä syystä eroavaisuuksia toteutuksessa on runsaasti. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 116-117.) Neuvoloiden terveydenhoitajat voivat kokea riittämättömyyttä perheiden kanssa työskennellessään, mikäli resurssipulan vuoksi eivät koe pystyvänsä tarjoamaan perheille juuri heidän tarvitsemaansa tukea (Sillgren 2010). Ottaen huomioon erojen lisääntymisen pikkulapsiperheissä vaikuttaisi siltä, että perheet tarvitsisivat myös muunlaista tukea ja ohjausta vanhemmuuden tiellä. Lisäksi seurakunta ja kolmas sektori toimivat perheiden hyvinvoinnin edistäjinä. Alle kouluikäisten lasten perheissä myös päiväkotitoimi voi toimia perheiden tukijana.

Opinnäytetyön tavoitteena on perheiden hyvinvoinnin edistyminen. Työn tarkoituksena on pitää vertaistukiryhmää alle kouluikäisten lasten vanhemmille. Vertaistukiryhmän tavoitteena on perheiden hyvinvoinnin edistyminen. Ryhmätapaamisten tarkoituksena on tiedon ja vertaistuen jakaminen ja saaminen. Vertaistukiryhmää varten laadittu ohjauskansio toimii opinnäytetyön kehittämistehtävänä. Perheitä koskettavien ongelmien moninaisuudesta johtuen opinnäytetyö on rajattu koskemaan keskivertoa kahden työssäkäyvän vanhemman perhettä. Näkökulma on ennaltaehkäisevässä työotteessa, jolloin

perheen tilanteeseen pyritään vaikuttamaan ennen mahdollisten ongelmien kasvamista liian suuriksi.

Lapsen hyvinvointi riippuu koko perheen hyvinvoinnista. Perheen hyvinvointiin vaikuttaa vanhempien parisuhteen ja vanhemmuuden laatu. Lapsen hyvinvointia voidaankin edistää vahvistamalla äidin ja isän vanhemmuutta ja vanhempien parisuhteen toimivuutta. Parhaimmillaan näin voidaan ehkäistä ennalta ongelmien syntymistä tai tarvittaessa puuttua niihin riittävän varhaisessa vaiheessa. (PERHE-hanke 2005, 3.)

Kiitos Mannerheimin Lastensuojeluliiton Tampereen osastolle yhteistyöstä.

2 VERTAISTUKIRYHMÄ LASTENNEUVOLAN TERVEYDENHOITAJAN TYÖMENETELMÄNÄ VANHEMMUUDEN TUKEMISESSA

2.1 Mitä vanhemmat tarvitsevat

Vanhemmat toivovat neuvolasta erilaisia sosiaalisen tuen muotoja. Viljamaan (2003) tutkimuksessa sosiaalisen tuen muodot on jaettu tieto-, tunne- ja vertaistukeen sekä käytännön apuun. Vanhemmat toivoivat neuvolasta jokaista tuen muotoa jonkin verran. Tärkeysjärjestyksessä ensimmäiseksi nostettiin tietotuki, jonka jälkeen vasta tuli tunnetuki, käytännön apu ja vertaistuki. Tiedon saanti oli keskeisin neuvolaan kohdistettu toive. Tärkeimmäksi asiaksi vanhemmuuden pohtimisessa nousi molemmilla vanhemmilla suhde lapseen. Tutkimuksessa vanhempien neuvolaan kohdistamat palveluodotukset olivat lapsen terveyden edistäminen, oman terveydenhoitajan tai lääkärin valintamahdollisuus, vertaistuki ja kotikäynnit. (Viljamaa 2003, 85-93.)

Mannerheimin Lastensuojeluliiton vanhempainpuhelimen ja -netin vuoden 2008 vuosi-raportin mukaan vanhemmat kaipasivat eniten tukea uhma- ja murrosikäisten lasten kasvatusasioissa sekä omassa vanhemmuudessaan (MLL 2009, 2). Sekä Lapsiperhettä Joka kodin konstit -projektissa tuli esille, että tuen tarvetta vanhemmilla voi olla vanhemmuuteen, lasten kasvatukseen ja hoitoon, sosiaaliseen verkostoon, parisuhteeseen ja perheenjäsenten terveydentilaan liittyvissä asioissa. Vanhemmuuden ongelmissa voivat korostua äitien ja isien vastuun jakaminen ja ajankäyttö perheessä. Vanhemmat saattavat tarvita apua myös lastensa tarpeiden tunnistamisessa tai saattavat hakea vahvistusta itsetunnolleen. Joka kodin konstit -projekti kertoi vanhempien tuen tarpeen olevan lisäksi hyvin käytännönläheistä arjen toimintaan liittyvää. (Häggman-Laitila, Ruskomaa & Euramaa 2000, 28; Kankkonen & Suutarla 2006.)

Rantalan (2002) sekä Hakulinen-Viitasen ja Pelkosen (2005) tutkimuksissa selvitettiin eri alojen ammatti-ihmisten työskentelyä perheiden kanssa ja työntekijät nostivat lapsiperheiden arjesta esiin monenlaisia ongelmia. Pääosin ongelmat ovat hyvin käytännönläheisiä, kuten ajankäyttö, kasvatusvastuu ja avuttomuus (taulukko 1). (Rantala 2002, 104-105, 107; Honkanen 2008, 278.) Erilaiset ydinperheestä poikkeavat perhemuodot yhdistettiin moniin perheiden arjen ongelmiin. Erityisesti uusperheyden ja yhteishuoltauuden nähtiin aiheuttavan monia hankaluuksia. Vanhemmuuteen ja kasvatukseen liitty-

viin ongelmiin ovat korostuneesti törmänneet kaikki perheiden kanssa työskentelevät. Vanhemmat eivät luota itseensä vanhempina ja lapsille ei opeteta hyviä käytöstapoja eikä toisen ihmisen kunnioittamista. Vaikeimmaksi nähtiin rajojen asettaminen. Tutkimuksesta selvisi, että vanhemmat ovat tietoisia heille kuuluvista palveluista ja osaavat vaatia niitä. Kuitenkin kasvatusvastuuta siirretään mieluummin yhteiskunnalle ja ammattilaisille. (Rantala 2002, 104-105, 107.)

TAULUKKO 1 Äitiys- ja lastenneuvoloiden asiakasperheiden kymmenen tärkeintä huolen aihetta ja tuen tarvetta (Honkanen 2008, 278, Hakulinen-Viitasen & Pelkosen 2005 mukaan)

Lapsiperheitä (n=118) erittäin paljon tai paljon kuormittavia tekijöitä	%	Lapsiperheitä (n=465) paljon kuormittavia tekijöitä	%
Väsymys	37	Riittämätön puolisoiden yhteinen aika	39
Terveystila ja sairaus	29	Oman virkistäytymisajan puute	39
Riittämätön puolisoiden yhteinen aika	28	Perheen yhteisen ajan puute	28
Taloudellinen tilanne	26	Raskaus tai synnytys	25
Liikaa työtä	25	Perheen tulojen väheneminen	21
Oman virkistäytymisajan puute	25	Uupumus	19
Huoli tulevasta	24	Perheenjäsenen ylityöt	17
Raskaus tai synnytys	23	Perheen muutto	16
Työttömyys tai sen uhka	22	Ylikuormitus arkipäivän asioissa	16
Perheen yhteisen ajan puute	15	Tyytymättömyys sukupuolielämään	15
Perhetyön asiakkaaksi (n=551 perhettä) tulon syyt MLL:n Lapsiperheprojektissa	%	Terveystenhoitajien havaitsemat äitien (n=165) selvät tuen tarpeen syyt synnytyksen jälkeen	%
Vanhemmuus	26	Viimeaikaiset elämäntapahtumat	11
Kasvatus ja lastenhoito	14	Puolisoiden väliset ristiriidat	9
Parisuhde	11	Lapsen jatkuva itkuisuus	7
Sosiaalinen verkosto	11	Äidin huonot lapsuudenkokemukset	5
Vanhempien terveys	7	Lapsen somaattinen sairaus tai huoli siitä	5
Työelämä ja opiskelu	7	Eristyneisyys ja sosiaalisen tuen puute	5
Lasten kehitys ja terveys	6	Äidin mielenterveysongelmat	5
Taloudellinen tilanne ja asuminen	5	Vuorovaikutukseen liittyvät ongelmat	4
Perhekriisit	5	Ei-toivottu raskaus	3
Päihitteet	3	Isän mielenterveysongelmat	2

Perhe-elämän paletti- tutkimuksessa vanhempien tuen tarvetta tutkittiin päiväkirjamenetelmällä. Tutkimuksessa saatiin kattavaa kuvaa perheistä ja siinä ilmenneistä ongelmista. Tutkijoiden saama kokonaiskuva pikkulapsiperheiden arjesta oli pääosin myönteinen. Tukea vanhemmat kaipasivat syyllisyydentunteisiin siitä, että he eivät koe pystyvänsä toteuttamaan vanhemmuuttaan ja parisuhdettaan toivotulla tavalla. Työ saneli

perheen arjen kulkua huomattavasti ja päivähoidolla oli suuri merkitys arjen sujumisessa. Tutkimustulosten perusteella perheiden arjen toimivuutta edistivät asiat yhtäältä yhteiskunnan ja palveluiden tasolla ja toisaalta yksittäisen perheen tasolla. Tällaisia asioita olivat työelämän laatu ja perheystävällisyys, päivähoito, perhevalmennus ja kotipalvelu sekä perheiden oma rooli. (Rönkä ym. 2009, 274-278, 286-295.)

2.2 Lastenneuvolan terveydenhoitajan työmenetelmiä vanhemmuuden tukemisessa

Yksi lastenneuvolan yleistavoite Sosiaali- ja terveysministeriön (2004) mukaan on perheiden hyvinvoinnin paraneminen varsinkin erityistukea tarvitsevissa perheissä. Lastenneuvolan tehtävänä on mahdollistaa vanhemmille riittävästi tukea vanhemmuuteen ja parisuhteeseen perheen hyvinvoinnin ja toimivuuden vahvistamiseksi. Valtakunnallisten suositusten mukaan neuvolan tarjoamia raskauden aikaisia perhevalmennuskertoja on kahdeksan ja imeväisikäisten lasten vanhempien ryhmiä seitsemän. Lisäksi vanhempien tarpeesta suositellaan 1,5 – 2,5 vuoden ikäisten lasten vanhemmille kuusi ryhmätapaamista. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 20-22, 116-117.) Tampereen kaupungin tarjoama perhevalmennus painottuu synnytykseen, imetykseen ja vauvanhoitoon. Parisuhdetta ja vanhemmuutta käsitellään näiden ohella lyhyesti. (Hietanen 2010.)

Lapsen terveyden ja hyvinvoinnin turvaaminen edellyttää lapsilähtöisyyttä neuvolan työskentelyssä. Koska lapsen paras ei voi toteutua ilman vanhempien ja koko perheen huomiointia, on toimintatavan oltava perhekeskeistä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 20-22.) Perhekeskeisessä näkökulmassa korostuu se, että perhe on itsensä asiantuntija ja sitä pitää kuunnella ja arvostaa kaikissa perhettä koskevissa päätöksissä ja suunnitelmissa (Vilen, Leppämäki & Ekström 2005, 146). Perhekeskeinen toiminta edellyttää terveydenhoitajalta perheen ja sen elinympäristön riittävää tuntemista, tilanherkkyyttä, vanhempien ja lasten oikeuksien ja päätöksenteon kunnioittamista sekä luottamuksen saavuttamista. Terveydenhoitajan kanssa yhteistyötä vanhemmuuden tukemiseksi tekee moniammatillinen työryhmä, johon voi kuulua erityistyöntekijöitä, kuten psykologi, ravitsemusterapeutti, fysioterapeutti ja sosiaalitoimen edustajat, mutta myös kolmannen sektorin työntekijöitä. (Lindholm 2009, 22-23, 115.)

Terveydenhoitaja kohtaa perheitä enimmäkseen neuvolassa vastaanotolla. Lastenneuvolan työmuotoja ovat lapsen ja perheen terveystapaamiset, joihin sisältyvät seulontatut-

kimukset, rokottaminen, ohjaus, tuki ja neuvonta sekä puhelinneuvonta ja kotikäynti. (Honkanen 2008, 300; Lindholm 2009: 113.) Neuvolakäynnillä terveydenhoitajan on tärkeää osoittaa aitoa kiinnostusta lapsen, vanhemman ja perheen hyvinvointiin. Koh- taamisen tulisi olla avointa ja keskustelevaa. Jokaisella käyntikerralla kysytään mahdol- lisia huolia ja lähtökohtana tulisi olla vanhempien tarpeet ja voimavarat. (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2004, 94-97.)

Terveydenhoitajan kohdatessa perhettä on tärkeää, minkälaisen vaikutelman terveyden- hoitaja perheelle itsestään antaa. Persoonana on yksi työvälina ja on oleellista, että itsetun- temus ja kyky hyödyntää persoonallisuutta johtavat asiakkaan kokemukseen voimaan- tumisesta. (Vilen ym. 2005, 60.) Terveydenhoitajan on hyvä tiedostaa omat asenteensa ja mielipiteensä ja osattava pitää ne erillään työstään. Nykyvanhemmat toivovat myös tunteiden ja kokemusten jakamista, mikä on osoittautunut jopa tärkeämmäksi kuin tie- don saaminen. (Kekkonen 2004, 86.) Yksi dialogisuuden tärkeä elementti on vastavuo- roisuus, joka asiakassuhteessa tarkoittaa, että suhde nähdään molemminpuolisen ym- märtäytymisen rakentamisena, jossa mennään molempien ehdoilla (Mönkkönen 2007, 87). Haasteena perheen kanssa työskenneltäessä onkin löytää sopiva suhde lapsen perhee- seen. Stakesin Vanhemmuuden aika –hankkeessa ilmeni, että työntekijät pitivät tärkeä- nä yhteisen kielen löytämistä vanhempien kanssa ja he painottivat ennakoivaa työtettä. Erilaisin lomakkein ja kyselyin voi olla helpompi käydä perheiden kanssa läpi erilaisia asioita ja esimerkiksi vanhemmuuden roolikarttaa käyttäen tarkastella vanhemmuuden rooleja kehityksellisestä näkökulmasta. (Kekkonen 2004, 33, 91-93.) Onnistunut ja asiakasta tukeva vuorovaikutus ei kuitenkaan voi toteutua millään menetelmällä, ellei asiakas koe tullessaan kuulluksi ja huomioituksi oman elämänsä asiantuntijana (Honka- nen & Mellin, 2008, 107).

Vuorovaikutuksessa viestintä voi olla sanatonta ja sanallista. Tavoitteena on kuitenkin saavuttaa yhteisymmärrys, joten viestinnän selkeyden ja yksiselitteisyyden on kiinni- tettävä huomiota. Sanatonta viestintää ovat eleet, ilmeet, teot ja kehon kieli. Se pyrkii tukemaan, painottamaan, täydentämään, kumoamaan tai korvaamaan kokonaan sanallis- ta viestintää. Viestinnän tulisi olla vuorovaikutteista eli kaksisuuntaista, jolloin voidaan myös puhua yhteistyöstä. Toimivan suhteen edellytyksenä on, että henkilöt kunnioitta- vat toistensa asiantuntemusta. (Kyngäs ym. 2007, 38-40.) Terveydenhoitaja voi käyttää ratkaisui- ja voimavarakeskeistä näkökulmaa vuorovaikutuksessa. Näkökulmassa on tärkeää, että ihminen tulee kohdatuksi ja kuulluksi ja häntä autetaan löytämään ratkaisui-

ja ja voimavaroja, resursseja ja voimanlähteitä omassa elämäntilanteessaan. (Vilen ym. 2005. 123-124.) Yhteistyösuhteen ydinsisältö on perhettä hoitavan suhteessa perheelle tärkeisiin asioihin ja kysymyksiin. Perheen hoitamisen tavoitteena on tukea sen omia voimavaroja. Perheen kielellä keskusteleva, yhdessä asioita pohtiva, kuunteleva ja kysymyksiin vastaava asennoituminen merkitsee neuvottelukumppanuutta. Olennaista on perheen ratkaisujen kunnioittaminen. (Åstedt-Kurki ym. 2008, 75-78.)

2.3 Vertaistukiryhmä

MLL:n Lapsiperheprojektissa selvisi, että vanhemmat kaipaavat keskustelua perheen ulkopuolisen auttajan tai samassa elämäntilanteessa olevien toisten vanhempien kanssa. Tällaista toimintaa voidaan järjestää vertaistukiryhmän muodossa. Vertaisryhmällä tarkoitetaan ryhmää, jossa jäsenet ovat samassa elämäntilanteessa tai saman ongelman edessä. Ohjaajan tulee olla hyvin perehtynyt kyseessä olevaan ongelmaan. Ryhmän tavoitteena on selkeä asenteenmuutos ja keskustelun painopiste voi olla menneisyydessä, nykypäivässä tai tulevaisuudessa. Ryhmässä jaetaan kokemuksia siitä, miten joku on oppinut hallitsemaan uusia tilanteita elämässään. Kokemus siitä, että ei ole yksin ongelmansa kanssa on vertaisryhmälle aina tärkeää, vaikka kukin olisikin hiukan eri vaiheessa omaa kriisiänsä tai vaikeuksiaan. Tukea antavassa vertaisryhmässä keskitytään konkreettiseen arkipäivän vaikeuteen ja siitä selviytymiseen. Vertaisryhmän koko voi vaihdella. Yleisimmin se on pienryhmä johon kuuluu 5-12 henkilöä. Suljetussa ryhmässä jäsenten määrä pysyy aina samana eikä uusia oteta mukaan kesken kokoontumisien. (Vilen ym. 2005, 208-210; Häggman-Laitila 2001, 25-28.) Ryhmän oppimista hyödyttää ohjaajan asettautuminen pois asiantuntijaroolista, silti antaen kokemuksensa ja tietonsa ryhmäläisille (Häggman-Laitila 2001, 25-28).

2.3.1 Ryhmän kehitysvaiheet

Kauppila jakaa ryhmän kehitysvaiheet viiteen vaiheeseen, jotka voivat edetä monin eri tavoin. Ryhmän vetäjän on tärkeää olla tietoinen eri vaiheista voidakseen vaikuttaa ryhmän sitoutumiseen ja toimintaan. Ensimmäisessä vaiheessa ryhmän jäsenet tutustuvat toisiinsa ja tutkivat tilannetta. Ryhmäläiset hakevat paikkaansa ja ryhmäytyminen edistyy nopeammin, jos ryhmällä on valmiiksi johtaja tai ohjaaja. Toisessa vaiheessa

jäsenten erilaisuus ja erilaiset näkemykset voivat tuoda ongelmia. Ryhmässä saattaa ilmetä kuohuntaa ja konfliktivaiheeseen joutuneilla ryhmän jäsenillä on erimielisyyksiä, jotka häiritsevät ryhmän toimintaa. Tavoitteet ja toimintanormit saatetaan joutua määrittelemään uudelleen ennen kuin toiminta saadaan jälleen vauhtiin. Näin käynnistyy ryhmäroolien syntyminen ja pyrkimys löytää lopulta ryhmälle yhteisiä tavoitteita. Kolmannessa vaiheessa ryhmä vakiintuu ja ryhmän sisäinen yhteenkuuluvuus kehittyy. Ryhmän menettelytavat vakiintuvat ja ryhmä elää rakentavan toiminnan kautta, jolloin voimavarat käytetään tavoitteiden saavuttamiseen. Vuorovaikutus on toimivaa ja ryhmän jäsenet alkavat sitoutua toimintaan entistä henkilökohtaisemmin. Neljännessä vaiheessa jäsenten asema on vakiintunut, roolit ovat muodostuneet ja toiminta on vakiintunut. Ristiriidat pystytään ratkaisemaan ja jäsenet käyttävät energiansa rakentavasti. Viides vaihe on ryhmän hajoaminen. Työ on suoritettu loppuun tai tavoite saavutettu. Useimmilla toiminnan päättymiseen liittyy haikeuden tunnetta ja ryhmätuen päättyessä pyrkimystä itsehallinnan lisäämiseen. (Kauppila 2005, 97-99.)

Vilen ym. (2005) jakavat vaiheet kuuteen osaan. Ensimmäistä vaihetta seuraa toinen eli syttymisvaihe, joka on vielä tutustumisvaihetta, mutta asioista saatetaan keskustella jo avoimesti. Konfliktivaihe tulee vasta kolmannen eli onnellisuusvaiheen jälkeen. Onnellisuusvaiheessa vallitsee kokemus hyväksymisestä ja siitä, että ongelmien kanssa ei olekaan yksin. Ryhmänjäsenten on sitä helpompi ilmaista itseään ryhmässä, mitä turvallisempi ryhmä on. Turvallisuutta ryhmään tuo luottamus, hyväksyntä, avoimuus, tuen antaminen ja halukkuus yhteistyöhön. (Vilen ym. 2005. 210-211.)

2.3.2 Roolit ryhmässä

Roolien syntyminen saa aikaan ryhmän vuorovaikutus ja sen dynamiikka (Kauppila 2005, 92). Roolit voivat edistää ryhmää tehtävän suorittamisessa, ylläpitää ryhmän kiinnostusta tai häiritä ryhmän toimintaa. Rooli voi tuntua myös ristiriitaiselta. (Vilen ym. 2005, 213.) Rooli tarkoittaa ryhmätilanteessa meille ominaista, tuttua ja turvallista tapaa toimia. Se voi olla myös tapa, jota muut ryhmän jäsenet alkavat odottaa. Ne voivat olla myös juurtuneita tapoja. Jos yksi ryhmän rooleista lähtee pois, ryhmän roolirakenne voi muuttua ja roolit jakaantuvat uudelleen. Rooleja voivat olla esimerkiksi tehtäväroolit, tunneroolit, valtaroolit, vuorovaikutukseen liittyvät roolit ja asenneroolit. (Kaukkila & Lehtonen 2007, 52-53.)

2.3.3 Ryhmäohjaus

Ryhmäohjaus on tavallisesti pitkäaikaista ohjausta, jolla on tietyt tavoitteet ja toiminta on suunnattu tietyille kohderyhmälle. Keskeistä ryhmän toiminnalle on hyväksyvä ja tukea antava ilmapiiri. Se mahdollistaa yksilöiden kognitioiden, asenteiden ja käyttäytymisen muuttumisen tarjotessaan erilaisia ajattelu- ja toimintavaihtoehtoja. Asiantuntevasti ohjattu ryhmä on tärkeä tuen lähde luoden mahdollisuuden vuorovaikutukselliseen oppimiseen, sosiaaliseen tukeen ja kontaktien luomiseen. Ryhmässä toimiminen parantaa sosiaalisia taitoja. Vertaisryhmässä jäsenillä on mahdollisuus yksilöityä tiedostettuaan omat yksilölliset toimintatapansa ja kuultuaan muiden tavasta toimia. Ohjaus keskittyy osallistujien tunteisiin, ajatuksiin ja käyttäytymiseen. Tarve yksilöohjaukselle kasvaa lisääntyneen kiinnostuksen myötä, jolloin yksilöohjauksen tavoitteena olisi vastata ennen kaikkea yksilöllisiin tarpeisiin. (Onnismaa, Pasanen & Spangar 2000, 165-166.)

Ryhmäohjauksen avulla voidaan saavuttaa parempia tuloksia kuin yksilöohjauksella. Sen etuna on lisäksi taloudellisuus, kun tietoa ja tukea voidaan kerralla jakaa isommalle ryhmälle. Ryhmän ohjaajalla on vastuu ryhmän turvallisuudesta ja toimivuudesta. Ohjaajalla tulee olla kykyä hyvään ja toimivaan vuorovaikutukseen. (Kyngäs ym. 2007, 104-108.)

Ryhmäohjauksessa voi käyttää erilaisia menetelmiä, joiden valintaan vaikuttaa ryhmän tavoite, tehtävä, jäsenet ja ohjaajan taidot käyttää erilaisia menetelmiä (Kyngäs ym. 2007, 111). Toiminnallisuuden avulla myös ohjaaja tutustuu osallistujiin ja voi havainnoida mitä rooleja he ottavat. Tehtyjen havaintojen pohjalta voi suunnitella ohjausta. Toiminnallisuus lisää ryhmän yhteishenkeä ja yhteenkuuluvuutta. Kun ryhmässä on luottamuksellinen ja rento ilmapiiri, helpottuu myös vaikeiden asioiden käsittely. (Leskinen 2009, 13.)

2.4 Mannerheimin Lastensuojeluliitto yhteistyökumppanina

"Työn määränpäänä olkoon, että jok'ainoa Suomen lapsi äidinkohdusta lähtien ja kautta koko kasvinaikansa saa oikeutetun osansa siitä hellyydestä ja huolenpidosta, joka yksinään voi laskea pohjan nuorten kehitykselle hyväksi ja hyödylliseksi kansalaisiksi". Näillä tänäkin päivänä ajankohtaisilla sanoilla kutsui kenraali Mannerheim v. 1920 kansalaisia mukaan työhön lasten olojen parantamiseksi. Työ aloitettiin vaikeissa oloissa, jopa kurjuudessa uskoen kuitenkin kansalaisten yhteistyöhön, valistukseen ja lisääntyvän tiedon voimaan. (Historia)

Vuonna 1920 Sophie Mannerheim ja Arvo Ylppö perustivat Mannerheimin lastensuojeluliiton ja olivat avaamassa ensimmäistä lastenneuvolaa lastenlinnan sairaalan yhteyteen (Haarala & Tervaskanto-Mäentausta 2008, 15). Nykyisin Mannerheimin Lastensuojeluliitto on avoin kansalaisjärjestö, joka toimii lapsiperheiden hyvinvoinnin edistämiseksi. Se työskentelee lapsen oikeuksien puolesta yhteistyössä monien eri tahojen kanssa, mm. ulkomaisten järjestöjen, verkostojen ja yhteisöjen. MLL:ssa on yli 90000 jäsentä ja 566 paikallisyhdistystä Suomessa. (Tietoa MLL:sta.)

MLL:n tehtävänä on lasten ja nuorten kasvun ja kehityksen edistäminen sekä lapsiperheiden hyvinvoinnin tukeminen. Toimintamuotoja vanhemmuuden tukemisessa ovat mm. vanhempainpuhelin, perhekahvilatoiminta, tukea vanhemmille –internetsivusto sekä muu yhteistoiminta kuten vertaistukiryhmät, kerhot ja kylämummit ja –vaarit. (Tietoa MLL:stä.)

Laivapuiston perhetalon lisäksi Tampereella toimii kahdeksan muuta paikallisyhdistystä, joissa toiminta painottuu lapsi-, perhe- ja nuorisotyöhön, vertaistuen tarjoamiseen sekä erilaisiin tapahtumien järjestämiseen. Lisäksi MLL tekee yhteistyötä Tampereen kaupungin kanssa jatkamalla Suurenmoiseksi perheeksi –vertaistukiryhmää. (Tietoa MLL:stä.) Sosiaali- ja terveysministeriön terveydenhoitajille tekemän kyselyn mukaan yhteistyötä eri järjestöjen kanssa tehtiin jonkin verran. Yleisin yhteistyökumppani oli MLL, jonka kanssa yhteistyötä teki kolmannes noin neljästä sadasta kyselyyn vastanneesta terveydenhoitajasta. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008, 33-34.)

3 PERHEET JA VANHEMMUUS NYKYPÄIVÄNÄ

3.1 Mikä on perhe

Perheelle on ollut vaikeaa löytää yksiselitteistä määritelmää ja eri yhteyksissä perheellä tarkoitetaan erilaisia asioita. Arkielämän jatkuvuus, moraalinormit, hoivan ja huolenpidon organisointi sekä kysymykset sukupuolten ja sukupolvien välisistä oikeuksista ja velvollisuuksista ovat perhekäsitykseen kiinteästi liittyviä kysymyksiä. Perhetutkimuksessa perhekäsitykseen sisällytetään viiteen tasoon liittyviä kysymyksiä. Tämän mukaan perhettä määrittävät kotitalous, asumisen järjestelyt, sukulaisuus, sukupuoli- ja sukupolvisuhteet. Näihin liittyviä määrittäviä tekijöitä ovat perheen sisäinen työnjako ja osallistuminen, saman katon alla asuminen, perimisen ja parisuhteen kautta muodostuvat yksilöiden väliset siteet, suhteet perheessä sekä huolenpitoon ja kasvatukseen liittyvät seikat. (Rantala 2002, 13–14.)

Tilastokeskuksen määritelmän mukaan perheen muodostavat yhdessä asuvat avio- tai avoliitossa olevat tai parisuhteensa rekisteröineet henkilöt ja heidän lapsensa, jompikumpi vanhemmista lapsineen sekä avio- ja avopuolisot sekä parisuhteensa rekisteröineet henkilöt, joilla ei ole lapsia. Asuntoloissa asuvat perheet kuuluvat perheväestöön. Sen sijaan laitoksissa kirjoilla olevista henkilöistä ei muodosteta perheitä. Perheessä voi olla korkeintaan kaksi perättäistä sukupolvea. Jos asutokunnassa on useampia sukupolvia, perhe muodostetaan nuorimmasta sukupolvesta lähtien. Näin esimerkiksi lapsensa perheen kanssa asuva anoppi tai appi jää perheeseen kuulumattomaksi, ellei yhdessä asu myös puoliso, jolloin vanha pariskunta muodostaa oman erillisen perheen. (Perheet 2010.)

Väestöliiton tutkimuksessa lähes kaikki vastaajat katsoivat avioparin ja lasten sekä yksinhuoltajien ja lasten muodostavan perheen. Perhebarometrin vastaajat olivat sitä mieltä, että yhdessä asuvat isovanhemmat, vanhemmat ja lapset muodostavat perheen. Oman perheen määritti kuitenkin useimmiten kahden sukupolven yhdessä asuminen ja läheinen biologinen sukulaisuus. Tutkimuksessa parisuhteen ollessa määrittävä tekijä avio-liitto oli useimmiten perheeksi katsottu parisuhdemuoto. Sitä seurasivat heteroseksuaalit avoparit ja viimeisinä samaa sukupuolta olevat parit. 10 % vastaajista piti verisukulai-

suutta määrittelevänä tekijänä. Biologisen sukulaisuuden ohella tunnesiteet ja taloudellinen sidonnaisuus kuvasivat perhettä. (Paajanen 2007, 76–78.)

Perhettä voidaan myös käsitellä eri teorioiden valossa. Vuorovaikutusteoriassa huomio kohdistuu perheen vuorovaikutukseen, perhedynamiikkaan, kommunikaatioon sekä perheenjäsenten välisiin suhteisiin. Kehitysteoriassa lähtökohtana on elämänkaarijattele ja perhettä tarkastellaan sen kehitysvaiheen mukaisesti. Eri kehitysvaiheita perheessä ovat kotoa lähtevien nuorten vaihe, perheen perustamisen vaihe, pienten lasten vaihe, murrosikäisten lasten vaihe, kotoa poismuuttavien lasten vaihe ja ikääntyvien perheen vaihe. Systemiteoreettinen lähestymistapa tarkastelee perhettä järjestelmänä, osajärjestelminä ja niiden välisinä yhteyksinä. (Åstedt-Kurki ym. 2008, 13–15.)

3.1.1 Perheen merkitys

Väestöliiton tutkimuksen mukaan suomalaiset arvostivat perhettä ja pitivät sitä tärkeänä osana elämäänsä. Ydinperhe on tärkeä ihanne ja käytäntö, jossa vanhemmuus ja parisuhde määrittelevät perhettä. Perheen merkityksessä korostuivat sosiaalinen aspekti, läheisyys, vastuu muista ihmisistä, yhdessä oleminen ja henkinen tuki. Muina merkittävänä tekijöinä ilmeni järjestys elämässä, perinteet, suoja, taloudellinen turva, kuuluminen johonkin, pysyvyys ja jatkuvuus sekä velvollisuus aiempaa vähäisempänä. Perhe merkitsi huolta ja murhetta noin 16 %:lle vastaajista. Perheelle kuuluvia keskeisiä tehtäviä ovat suvun jatkaminen, lasten kasvatus ja sosialisointi sekä perheenjäsenten tunne-elämän säätely. Toisaalta perhe voitiin nähdä myös keskeisenä taloudellisena yksikkönä, sosiaalisen vaihdon välineenä ja vuorovaikutuksen kenttänä sekä merkityksellisten suhteiden paikkana. (Paajanen 2007, 76.)

3.1.2 Erilaiset perheet

Suomessa oli vuoden 2009 lopussa 1 450 000 perhettä. Määrä oli kasvanut 6 100 perheellä edellisestä vuodesta. Perheisiin kuului 76% väestöstä eli 4 060 000 henkilöä. Kaksi kolmasosa perheistä oli avioparien perheitä. Avoparien perheitä oli 21% ja yhden vanhemman perheitä 12%. Saman sukupuolen rekisteröityjen parien perheitä oli 1 396. (Perheiden määrä kasvaa edelleen 2010.)

Lapsiperheitä (perheessä on alle 18-vuotiaita lapsia) oli 584 000 ja niihin kuului 40% väestöstä. Lapsiperheiden määrä oli vähentynyt aiemmasta vuodesta 1 100 perheellä. Vuodenvaihteessa lapsiperheissä asui kotona keskimäärin 1,83 lasta. Yleisin perhemuoto lapsiperheissä oli edelleen avioparin perhe, 61%. Avoparien lapsiperheitä oli 18% lapsiperheistä. Saman verran on äiti ja lapsia –lapsiperheitä. Alle kolmessa prosentissa lapsiperheitä lasten kanssa asui pelkästään isä. Saman sukupuolen rekisteröity pari oli vanhempina 229 lapsiperheessä. (Perheiden määrä kasvaa edelleen 2010.)

Uusperheitä oli vuoden 2009 lopussa 54 000. Uusperheessä on vähintään yksi alle 18-vuotias vain toisen vanhemman lapsi. Näitä lapsia oli lähes 78 000. Uusperheiden määrä oli vähentynyt 90 perheellä edellisestä vuodesta. Noin puolet uusperheiden vanhemmista oli avoliitossa ja puolet avioliitossa. Taulukosta 2 voidaan tarkastella eri perhemuotojen yleisyyttä Suomessa vuosien 2000–2009 välillä. (Perheiden määrä kasvaa edelleen 2010.)

TAULUKKO 2. Perheet tyypeittäin vuosina 2000-2009 (Perheiden määrä kasvaa edelleen 2010, mukaellen)

Perhetyyppi	2000	2005	2007	2008	2009	Muutos 2008-2009
Perheitä yhteensä	1 401 963	1 426 002	1 437 709	1 444 386	1 450 488	6 102
Aviopari, ei lapsia	436 019	481 209	496 814	504 728	509 916	5 188
Aviopari ja lapsia	514 868	468 266	456 235	452 180	448 897	-3 283
Avopari, ei lapsia	160 132	180 590	188 172	191 177	193 894	2 717
Avopari ja lapsia	102 581	112 847	115 860	115 966	116 797	831
Äiti ja lapsia	159 432	153 024	150 251	149 631	149 823	192
Isä ja lapsia	28 931	29 238	29 288	29 460	29 765	305
Rekisteröity mies- pari (1	-	398	527	579	625	46
Rekisteröity nais- pari (1	-	430	562	665	771	106
Perheväestön osuus	4 053 850	4 037 753	4 045 561	4 051 662	4 059 511	7 849
Väkiluku 31.12.	5 181 115	5 255 580	5 300 484	5 326 314	5 351 427	25 113
Perheväestön osuus%	78	77	76	76	76	-0,2
Perheen keskikoko	2,89	2,83	2,81	2,81	2,81	2,80

1) Rekisteröity pari ja lapsia –perheitä oli 240

3.2 Vanhemmuus

Vanhemmuus voidaan jakaa biologiseen, juridiseen, sosiaaliseen ja psykologiseen vanhemmuuteen. Biologisessa vanhemmuudessa lapsi on saanut alkunsa juuri omien vanhempiensa sukusoluista, jolloin suhdetta määrittää perinnöllisyys. Biologinen side on merkittävää, sillä perimä kulkee aina lapsen mukana, vaikkei tämä milloinkaan tapaisi vanhempansa. Vanhemmuuden määrittelyssä biologinen vanhemmuus on ollut valta-asemassa historiallisistakin syistä johtuen. Aiemmin yhteiskunnassa verisiteillä, suvulla ja perheellä oli hallinnossa ratkaiseva merkitys. Viime vuosina biologisen vanhemmuuden asema on kyseenalaistunut ja muuttunut moniselitteisemmäksi pitkälti uuden lisääntymisteknologisen kehityksen myötä. (Huttunen 2001, 59.)

Juridisesti vanhemmalla on lapsen yhteiskunnan antamia oikeuksia ja velvollisuuksia lain edessä. Näistä oleellisimpia ovat vanhemmuus, huoltajuus, elatusvelvollisuus, tapaamisoikeus sekä asumiskysymykset. Juridisessa vanhemmuudessa korostuvat vanhemmuuden oikeudelliset puolet. Juridiseksi vanhemmaksi voi tulla kolmella tapaa: avioliiton isysolettamalla, isyyden tunnustamalla ja vahvistamalla sekä adoptoimalla. (Huttunen 2001, 60–61.)

Sosiaalinen vanhemmuus on lapsen kanssa asumista, arjen jakamista ja hoivan, huolenpidon sekä ajan antamista lapselle. Sosiaaliseen vanhemmuuteen kuuluu esiintyminen lapsen kanssa sosiaalisissa tilanteissa, joissa ulkopuoliset tottavat pitämään aikuista lapsen vanhempänä. Usein sosiaalinen vanhempi on myös juridinen ja biologinen vanhempi. Toisaalta nykyään on paljon perheitä, joissa vanhemmuus on ainoastaan sosiaalista toisen vanhemman kohdalla. (Huttunen 2001, 62–63.)

Tunneperusteisuus ja kiintymykseen perustuvat puolet korostuvat psykologisessa vanhemmuudessa. Lapsi määrää pitkälti psykologista vanhemmuutta sitä kautta, ketä pitää vanhempanaan ja kehen on kiintynyt. Vanhemman kannalta psykologista vanhemmuutta määrittää lapsen luoma tunnepohjainen merkitys, minkä seurauksena vanhempi kokee halua hoivata ja huolehtia lapsesta sekä viettää tämän kanssa aikaa. Tunneperusteiden sekä molemminpuolisten yhdessäolosta kumpuavien ilon ja tyydytyksen tunteiden kokemisen lisäksi psykologiseen vanhemmuuteen kuuluu vanhempaa ja lasta yhdistävät tiedolliset ja moraaliset kysymykset. Psykologinen vanhemmuus on vaikeimmin hahmoteltava ja saavutettava vanhemmuuden muoto. (Huttunen 2001, 64–65.)

Biologinen, juridinen, sosiaalinen ja psykologinen vanhemmuus voidaan erottaa sekä isyydessä että äitiydessä. Äiti saa juridisen äitiyden joko biologisen äitiyden tai adoptiion nojalla. Äitiyden tunnustamista ja vahvistamista ei toistaiseksi ole tarvittu synnyttämisen ollessa kiistaton biologisen äitiyden merkki. Tulevaisuudessa äitiyskäsitteet saattavat muuttua, mikäli munasolujen osto ja myynti yleistyvät. Leimautumisteorian pohjalta psykologinen äitiys on vahva, lapsen kiinnittyessä lujiten synnyttäjäänsä tai ensimmäiseen hoivaajaansa. (Huttunen 2001, 65.)

Vanhemmuuteen ei voi valmistautua vaan lapsi tekee ihmisestä vanhemman. Vanhemmuus on elinikäinen suhde, joka vaatii työtä, ponnisteluja ja luopumista sekä jakamista, epäröimistä ja neuvottelua puolison kanssa siitä, mikä on lapselle parhaaksi. Vanhemmuus on jatkuvaa sopeutumista uuteen ja lapsen tarpeiden asettamista omien edelle. Lapsi tarvitsee molempia vanhempia kypsinä aikuisina elämäänsä. Aikuisten velvollisuus on huolehtia siitä, että isyys ja äitiys toteutuvat. (Schmitt 2003, 315, 324.)

Riittävän hyvä vanhemmuus koostuu turvallisuudesta, ennustettavuudesta, jatkuvuudesta ja vastuullisuudesta, joissa rutiineilla on tärkeä merkitys. Lapsen kasvaessa fyysisen ja psyykkisen turvallisuuden tarpeet, toiminnan ja ihmissuhteiden ennustettavuuden sekä jatkuvuuden tarpeet eivät vähene. Aikuisen vastuullisuus on siinä, että hän tajuaa käytännössä lapsen riippuvuuden ja tarvitsevuuden ja on hänen käytettävissään. (Schmitt 2003, 320.)

Riittävän hyvää vanhemmuutta lapsen ja nuoren kehityksen eri vaiheissa kuvaavia vanhemman ominaisuuksia ovat vanhemman oma psyykkinen tasapaino ja kyky pitkäaikaisen ihmissuhteiden solmimiseen ja säilyttämiseen. Vanhemman tulee pystyä erottamaan omat tarpeensa ja toiveensa lapsensa tarpeista ja hänellä tulee olla riittävä kyky asettua lapsensa asemaan tätä ymmärtääksensä. Riittävän hyvän vanhemman tulisi pystyä myös ottamaan vastaan lapsen ja nuoren sekä myönteisiä että kielteisiä tunnereaktioita. (Marttunen 2005.) Riittävän hyvä vanhempi tarjoaa lapsilleen mahdollisuuden kehittää taitojaan ja toisaalta rajoittaa näitä mahdollisuuksia lapsen jaksamisen mukaan. Riittävän hyvä vanhempi myös huolehtii omasta jaksamisestaan. Perheen päänä aikuinen on johdonmukainen kasvattajana ja roolimallina. (Warnemuende.)

Vastakohtana riittävän hyvälle vanhemmuudelle voidaan nähdä liian hyvä vanhemmuus. Vanhempi voi suojella lasta liikaa elämän kolhuilta, epäonnistumisilta ja vaike-

uksilta estäen lasta oppimasta tärkeitä kehitystehtäviä. Ominaista liian hyvälle vanhemmuudelle on vanhemman kyvyttömyys asettua perheen pääksi ja käyttää tehokkaita vanhemmuuden keinoja. Vanhempi saattaa viestittää lapselle tämän olevan vanhempiaan tärkeämpi. Vanhempi saattaa tehdä asioita lapsen puolesta, joita lapsi itse kykenisi tekemään. Lisäksi vanhempi saattaa antaa lapselle liikaa vaihtoehtoja valittavaksi. (Warnemuende.)

Vanhemmuuden roolikartan® mukaan vanhemmuuden rooleiksi on määritelty huoltaja, rakkauden antaja, elämän opettaja, ihmissuhdeosaaja ja rajojen asettaja. Lapsi tarvitsee eri ikäkausina erilaista vanhemmuutta. Kaikkiin vanhemmuuden rooleihin tarvitaan herkkyyttä ymmärtää lapsen tarpeita ja hänen kehitystasoaan. (Vanhemmuuden roolikartta® 2008.)

3.2.1 Äitiys

Äidin merkitystä lapselle ei voi korostaa liikaa. Kokemus äidistä muodostaa pohjan sille minkälaisena ihminen tulee itsensä sekä elämänsä hahmottamaan aikuisena. Ensimmäinen kosketus toiseen ihmiseen on samalla myös kosketus omaan itseän. Erilaisten kokemusten kautta kehittyessään vastasyntynyt oppii tiedostamaan olevansa erillinen olentonsa, ei samaa yksilöä äidin kanssa. Lapsi alkaa rakentaa identiteettiään siitä, millaista hoivaa ja huolenpitoa kokee äidiltään saavan. Lapsi ei kykene kyseenalaistamaan äitiään vaan kaikki mitä äiti tekee, on lapselle totta ja tätä kautta lapsi muokkaa omaa käsitystä itsestään. Hoivaa ja huolenpitoa runsaasti saava lapsi oppii olevansa hyvä ja tämän rakkauden arvoinen, kun taas poissaoleva äiti viestittää lapselle, ettei tämä ole rakastettava tai huolehtimisen arvoinen. Näistä perusaseteista muodostuu lapsen identiteetin perusta. (Hellsten 2001, 245–249.)

Varhaisimmissa kehitysvaiheissaan lapsi tarvitsee äitiään totaalisesti ja tämän on annettava itsensä täysin lapselle. Äiti tai äidin korvaava pysyvä hoitaja on henkilö, joka tutustuttaa lapsen omaan ihmisyyteensä, jota kautta lapsi oppii tiedostavaksi ihmiskunnan jäseneksi. Jotta äiti kykenisi suoriutumaan tästä vaativasta tehtävästä, hänen tulisi itse voida hyvin ja kokea itsellään olevan annettavaa lapselle. Ihanteellisimmassa tapauksessa äiti olisi sinut oman siihen asti eletyn elämänsä kanssa. Aiemmassa elämässä läpikäymättömät asiat saattavat lapsen synnyttyä kummuta esiin vaikeuttaen kontaktia ja

vuorovaikutusta lapsen kanssa. Äidin tärkein tehtävä lapsensa kohdalla on kasvattaa tämä rakkauteen. Tätä kautta lapsi näkee itsensä hyvänä ja arvokkaana olentona. Osa-
tessaan rakastaa itseään lapsi oppii myös rakastamaan muita ja ottamaan vastaan rakka-
utta. (Hellsten 2001, 249-252.)

3.2.2 Isyys

Isät määritellään usein suhteessa äiteihin ja lapsiin. Isyys on kuitenkin kulttuurinen tapa miehille isinä olemiseen. Tällöin keskeisiä ovat isien oikeudet, velvollisuudet, vastuut ja asema suhteessa lapseen ja lapsen äitiin. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008, 16–17.) Tapa osallistua ja toimia on isälle melko pysyvä toiminta. Isät itse valitsevat tapansa olla isänä ja tavoissa on vaihtelua isien erilaisten valmiuksien, kiinnostuksen ja toimintatapojen mukaisesti. Isä voi olla sivustaseuraaja, tukihenkilö, kumppani tai perheenpää. Sivustaseuraajaisä ei vielä ole valmis vastuunottoon tai ei osaa konkreettisesti tehdä mitään asian hyväksi. Tukihenkilöisä on kypsä isäksi ja vastuunottoon äidin rinnalla, mutta tukeutuu päätöksissä täysin puolisoonsa. Kumppani-isä jakaa vastuun puolison kanssa yhteisesti sovitulla tavalla ollen aktiivinen ja oma-aloitteinen toimissaan. Perheenpääisää kiinnostaa kaikki päätöksenteko, muttei niinkään konkreettinen toiminta. Valmius isyyteen saattaa olla henkistä valmiutta, kypsyttä isäksi tai konkreettista valmiutta taloudellisen ja hoitovastuun ottamiseen. Kiinnostus osallistumiseen riippuu siitä, mitä isä asettaa elämässään etusijalle. (Kaila-Behm 1997, 107; Sevón & Huttunen 2002, 76.)

Yhteiskunnallisten muutosten kautta perinteinen isänmalli on romahtanut antaen isälle mahdollisuuden olla joko enemmän tai vähemmän isä. Isänä olemisen tapa on yhteydessä miehiseen identiteettiin, joka ei aiemmin juuri joustanut. Nykyään miehelle on yhteiskunnallisestikin hyväksyttävää osallistua perhe-elämään ja kotitöihin. Uudelle isyydelle vaihtoehtona on osallistuva isä, mikä on saanut alkunsa kaupungistumisen myötä. Äitien käytyä kodin ulkopuolella palkkatyössä on isien ollut puolipakko osallistua kodinhoidollisiin tehtäviin. Osallistuvalla isällä ominaista on vanhemmuuteen sitoutuminen, mikä näkyy aktiivisena vuorovaikutuksena, saatavilla olona ja vastuunotolla. Vanhemmuuteen sitoutuneelle isälle isyys on kokonaisvaltaista ja ympärivuorokautista. (Huttunen 2001, 150–152, 163–170.)

Äidin roolin selkeyden vastakohtana isän tehtävä on hankalampi hahmottaa. Isän perustehtävä lapsen ollessa pieni on vapauttaa nainen olemaan lastensa äiti. Huolehtimalla äitiyden ulkoisista puitteista, suojaamalla äitiä ja lasta ulkoisilta ja sisäisiltä uhilta isä osoittaa arvostustaan äitiyttä kohtaan ja nainen voi vapautua äitiyden tehtävään. Lapsen kasvaessa ja itsenäistyessä isän tehtävänä on toimia sekä puskurina lasten vihanpurkauksia äitiä kohtaan että toisaalta auttamassa lapsia ja äitiä irtautumaan toisistaan. (Hellsten 2001, 254, 264.)

Toteuttaessaan isänä olemisen perustehtävää mies huolehtii perheensä toimeentulosta. Nyky-yhteiskunta on ottanut vastuulleen yhä enemmän kansalaistensa perusturvallisuudesta huolehtimisen astuen osittain isän roolin päälle aiheuttaen isälle tunteen omasta turhuudesta ja tarpeettomuudesta. Isä saattaa passivoitua ja menettää itsekunnioitustaan, tuntee itsensä ulkopuoliseksi omassa perheessään ja paeta töihin. Nainen saattaa kokea, ettei mies rakasta vaimoaan tai lastaan paetessaan muualle. (Hellsten 2001, 254–258.)

3.3 Vanhemmuuteen kasvu

Vanhemmuuteen kasvaminen alkaa jo lapsuusiässä omilta vanhemmilta saadun esimerkin myötä ja kehittyy koko elämän ajan. Lapsuuden kokemukset ovat muovanneet vanhemman persoonallisuutta ja erilaisten vuorovaikutussuhteiden kautta vanhemmalle on muodostunut käsitys itsestään. (Lapsuuden kokemukset.) Osa vanhemmuuteen kasvua on oppia tuntemaan itsensä, taustansa ja menneisyytensä sekä oppia hyväksymään nämä asiat sekä tarvittaessa uskaltaa muuttaa negatiivisia puolia (Kohti itsetuntemusta).

Raskausaikana vanhemmuuteen kasvu voidaan jakaa kolmeen eri vaiheeseen: sulautumis- eli fuusiovaiheeseen, eriytymis- eli differentaatiovaiheeseen ja ero- eli separaatiovaiheeseen. Sulautumisessa vanhempi kääntyy mielessään sisäänpäin pohtien omaa mennyttä ja tulevaa identiteettiään sekä moraalisia kysymyksiä elämässään. Lapsi ei ole vielä oma erillinen itsensä vaan osa äitiä. Äidillä saattaa olla voimakas tarve tulla hoivatuksi ja äiti myös kiinnittää huomiota elämäntapoihinsa. Sulautumisvaiheeseen liittyvät taantumet, unohtelut, keskittymisvaikeudet ja mielialavaihtelut palvelevat äidin psyykkistä kasvamista vanhemmuuteen. Tässä vaiheessa vanhemmuuteen kasvun riskitekijöitä ovat raskauden joko kokonaan tai osittain kieltäminen, äärimmäinen pahoinvointi ja

oksentelu, kehon muutosten ylikontrolloitu seuraaminen, vaikeus kääntyä sisäänpäin sekä äidin kyvyttömyys vaikuttaa huonoihin elämäntapoihin. (Sarkkinen 2006.)

Eriytymisvaihe alkaa, kun vauvan liikkeet alkavat tuntua. Tässä vaiheessa käydään läpi suurin osa raskauden psyykkisestä työstä, äidillä on erityisesti oman äitisuhteen läpikäymistä. Raskaus ja vauva alkavat mielikuvissa eriytyä toisistaan ja vauva alkaa tuntua aiempaa todellisemmalta. Vauvan liikkeiden myötä vanhemmalle muodostuu elävää vuorovaikutusta vauvan kanssa ja mielikuvissa vauvasta muotoutuu oma persoonansa. Alkuraskauden pahoinvointi helpottaa, mikä tekee vaiheesta rauhallisemman. Raskausviikkojen myötä raskaus tulee näkyväksi ja jaettavaksi myös muille. Varustautuminen vauva varten alkaa. Psyykkisessä työskentelyssä vanhempi kääntyy yhä enemmän sisäänpäin omiin varhaisiin hoivakokemuksiin, joiden mukana nousevat ristiriitaiset, haikeuden ja surun tunteet ovat asiaankuuluvia. Eriytymisvaiheen riskitekijöitä vanhemmuuteen kasvulle ovat kyvyttömyys nähdä vauvaa mielikuvissaan, muuntumattomat mielikuvat vauvasta, negatiiviset heijasteet vauvaa kohtaan, kyvyttömyys samaistua äidin rooliin, äitiyden yli-idealisointi, ylenmääräinen vaatimus huolenpidosta, psykosomaattiset oireet ja pelko, ettei kykene synnyttämään. (Sarkkinen 2006.)

Erovaiheessa äiti uskoo vauvan selviävän synnytyään. Ajatukset kohdentuvat todelliseen vauvaan ja raskautta kohtaan voidaan jo tuntea väsymystä. Vanhempi tajuaa vanhemmuuteen sitoutumisen merkityksen ja pohtii omaa kyvykkyyttään vanhempana, mitkä vielä luovat ristiriitaisia tunteita. Vaikka lähestyvä synnytys voi olla kaivattu, siitä selviytyminen ja vauvan terveys huolestuttavat. Erovaiheeseen liittyviä vanhemmuuteen kasvamisen riskejä ovat ylenmääräinen synnytykseen liittyvä huolestuneisuus, kieltäytyminen ajattelemasta ja puhumasta synnytyksestä, kykenemättömyys lukea kehon synnytysmerkkejä, etäisyydenotto vauvaan, toiveet raskauden päättymättömyydestä ja heikot mielikuvat vauvasta. (Sarkkinen 2006.)

Vanhemmuuteen kasvu jatkuu synnytyksen aikana ja lapsen syntymän jälkeen läpi koko elämänkaaren. Joku vanhemmista saattaa kokea rakkauden tunteita lasta kohtaan heti syntymän jälkeen, toinen odottelee myönteisten tunteiden heräämistä. Konkreettinen vauva saattaa tuntua vieraalta mielikuvissa olleeseen vauvaan. Kasvava lapsi kasvattaa samalla myös vanhempansa. (Antikainen & Leskio 2008.) Lapsen eri ikävaiheet tuovat uusia haasteita vanhemmuuden kasvulle. Pikkulapsiperheen vaiheessa vanhemmuuteen kasvuun liittyy sopeutuminen lapsen mukaan tuomiin kokonaisvaltaisiin muutoksiin.

Uuden perheenjäsenen myötä elämää muovataan perheelle sopivaksi. Osa kasvua on puolison kanssa sopia vastuista ja työnjaoista, arvomaailmasta ja kasvatuseriaatteista. Kouluikäisen lapsen kohdalla elämämpiiri laajenee ja perheissä pohditaan työn ja perheen yhteensovittamista. Rajat ja vastuut muuttuvat lapsen kasvaessa. Murrosikäisen lapsen vanhemmuus on usein taiteilua tilan antamisen ja rajojen välillä. Kotoa muuttavien lasten vanhempien rooli ja kotielämä muuttuvat ja vanhempien on löydettävä uusi suhde ja suhtautumistapa aikuistuneisiin lapsiinsa. (Vanhemmuuden kaari.)

3.4 Yhteiskunnan tuki lapsiperheille

YK:n lapsen oikeuksien sopimus antaa suuntaviivoja perheiden hyvinvoinnin edistämiseksi velvoittaen niin valtioita, kuntia, lasten vanhempia kuin muitakin lasten kanssa toimivia aikuisia. Sopimuksen periaatteiden mukaan lapsella on oikeus hyvään elämään ja vanhemmilla sekä huoltajilla on ensisijainen vastuu lapsensa huolenpidosta ja kasvatuksesta. Tähän tehtävään heillä on oikeus saada tukea ohjauksesta ja neuvontaa. (A summary of the rights. 2006.) Myös lastensuojelulaki (417/2007) velvoittaa kuntia huolehtimaan vanhempien ja muiden kasvatustavallisten tuen saannista.

Hellsten (2001) asettaa yhteiskunnan merkittävään vastuuseen perheiden ja vanhemmuuden nykytilasta. Hänen mukaansa olemme kadottaneet äitiyden ja isyyden kulttuurin, ja päävastuu lasten kasvattamisesta on yhteiskunnalla. Toisaalta ellei yhteiskunta kantaisi vastuuta lasten kasvatuksesta, perheiden tilanne olisi vieläkin huonompi. Hellsten näkee yhteiskunnan voivan kantaa vastuun vanhemmuuden puitteista, lainsäädännöstä ja muista äitiyden ja isyyden edellytyksistä. Lasten kasvatukseen sijaan yhteiskunnan tulisi tukea yksilöitä, jotka toteuttavat vanhemmuutta. (Hellsten 2001, 258-260.)

Julkisen sektorin neuvolajärjestelmä toimii perheiden tukena raskauden suunnittelusta ja alusta lähtien. Äitiysneuvolan tehtävänä on edistää raskaana olevan naisen, sikiön ja vastasyntyneen lapsen ja koko lasta odottavan perheen terveyttä ja hyvinvointia. Neuvolan tuki suunnataan koko perheelle. Huomiota kiinnitetään parisuhteeseen ja vanhemmuuteen, johon olennaisena osana kuuluu isän rooli ja vastuu vanhempiana. Neuvola tukee vanhempia valmistautumaan vanhemmuuteen ja lapsen tuomiin muutoksiin perheessä sekä edistää terveellisiä elintapoja. (Neurolat 2010.)

Lastenneuvolan tehtävänä on edistää alle kouluikäisten lasten ja heidän perheidensä terveyttä ja hyvinvointia sekä kaventaa perheiden välisiä terveyseroja. Lastenneuvolassa seurataan ja edistetään lapsen fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista kasvua ja kehitystä sekä tuetaan vanhempia turvallisessa, lapsilähtöisessä kasvatuksessa ja lapsen hyvässä huolenpidossa sekä parisuhteen hoitamisessa. Lisäksi neuvolassa edistetään lapsen kasvu- ja kehitysympäristön sekä perheen elintapojen terveellisyyttä. (Neurolat 2010.)

Vanhemmilla on oikeus saada alle kouluikäisille lapsilleen kunnan järjestämä päivähoitopaikka vanhempainrahakauden päätyttyä. Päivähoidossa lapsi saa turvallisen hoitopaikan ja samalla edistetään hänen tasapainoista kehitystään. Suomalaisessa päivähoitossa yhdistyvät hoito, kasvatust ja opetus. Päivähoidossa kunnioitetaan vanhempien vakaumuksia uskonnollisessa ja muussa kasvatuksessa. (Päivähoito on hoitoa. 2009.)

Sinkkonen (2001) näkee subjektiivisen päivähoito-oikeuden olevan lapsen sijasta tämän vanhemmilla, jotka hakeutuvat työelämään. Päivähoitoa ei ole suunniteltu, koska lapset sitä tarvitsevat. Pienen lapsen psykologisella kehityksellä tulisi olla enemmän painoarvoa päivähoitomalleja suunniteltaessa. Taulukossa 3 on esitelty Sinkkosen ajatuksia siitä, mitä pohtimisen tarvetta ja parantamisen varaa suomalaisessa päivähoitossa on. (Sinkkonen 2001, 125-127.)

TAULUKKO 3. Päivähoidon ongelmakohtia Sinkkosen mukaan (Sinkkonen 2001, 125-126)

- Mitä päivähoitoon meneminen merkitsee psyykkisesti vuoden ikäiselle tai nuoremmalle lapselle?
- Miten voitaisiin ehkäistä lapsen eläminen kahdessa erillisessä maailmassa, jotka tuskin koskaan kohtaavat? Tästä erillisyydestä seuraa informaation kulun ongelma sekä epäselvyys vastuunkannosta.
- Miten perheitä voitaisiin paremmin auttaa ymmärtämään erityisasemansa lapsen elämässä? Miten ylläpitää suhdetta vanhempiin lapsen ollessa hoidossa?
- Miten lapsen kehitystarpeet ja yksilöllisyys voitaisiin paremmin huomioida päiväkodin resurssipulan arjessa?
- Miten perhepäivähoidon profiilia ja ammattistatusta kehittää?
- Millaista yhteiskuntapolitiikkaa tulisi harjoittaa, jotta vanhemmat voisivat valita päivähoitomuodon ilman taloudellista katastrofia?

Yhteiskunta tukee lapsiperheiden hyvinvointia erilaisten palveluiden ohella myös taloudellisen tuen välityksellä. Lapsen syntyessä ja kasvaessa vanhemmilla on oikeus erilaisiin Kelan maksamiin etuuksiin sekä perhevapaisiin, jotka perustuvat työsopimuslakiin. Kelan myöntämiin etuuksiin kuuluvat äitiysavustus, vanhempainpäivärahat, lapsilisä, kotihoidon tuki ja yksityisen hoidon tuki, adoptiotuki ulkomailta adoptoiville ja erilaiset tuet lapsen sairastaessa. (Lapsiperheelle 2010.) Pienituloisen ruokakunta voi saada Kelasta myös yleistä asumistukea asumismenojensa vähentämiseksi (Asumisen tuet 2009).

Kaupungin perhe- ja sosiaalipalvelut tukevat asukkaita eri elämänvaiheissa ja pulmissa, kuten taloudellisissa vaikeuksissa, päihdeongelmissa ja lastensuojelukysymyksissä (Perhe- ja sosiaalipalvelut 2010). Toimeentulotuki on sosiaalihuoltoon kuuluva viimesijainen taloudellinen tuki, jonka tarkoituksena on turvata hakijan ja hänen perheensä toimeentulo ja edistää itsenäistä selviytymistä. Toimeentulotuen avulla mahdollistetaan tuen saajan ihmisarvoisen elämän kannalta vähintään välttämätön toimeentulo. (Toimeentulotuki 2010.) Myös seurakunnat ja kolmannen sektorin järjestöt tukevat lapsiperheitä toiminnallaan.

3.5 Vanhemmuus ja työ

Työn ja perheen vaatimusten yhteen sovittaminen on yhä vaikeampaa kasvavien vaatimusten ja jatkuvien muutosten vuoksi. Tutkimusten mukaan suomalaisista palkansaajista keskeisimmäksi elämänalueeksi suurin osa on vastannut perheen, seuraavaksi on tulut ansiotyö ja vapaa-aika. Naisten elämässä perhesidonnaisuus painottuu miehiä enemmän. Perhearvot ovat suomalaisten keskuudessa pitäneet pintansa vuosikymmeniä, kuitenkin suomalaiset ovat työkeskeistä kansaa työtunteja arvioitaessa. Tilastojen mukaan työtunnit kasautuvat lapsiperheisiin ja erityisesti pienten lasten isille. Isät tekevät myös eniten ylitoita. (Kinnunen & Mauno 2002, 99–100.)

Useimmat suomalaisista haluavat sekä työn että perheen. Työssä käyviin pariskuntiin kohdistuva tutkimus osoitti, että avioparit olivat usein samalla tavalla sitoutuneita ainakin toiseen, usein molempiin elämänalueisiin. Odotettua yleisimmin pariskunnissa molemmat osapuolet olivat joko perhettä arvostavia tai työssä viihtyviä. Odotettua vähemmän oli pareja, joissa mies arvosti työtä naisen hoitaessa kotia. Tutkimuksen mukaan asennoituminen heijastui myös parisuhdetyytyväisyyteen ja tätä kautta vanhemmuuteen.

Sekä perhettä että työtä arvostavat kokivat olevansa muita tyytyväisempiä elämäänsä ja parisuhteeseensa. Mikäli mies arvosti perhettä, tämä heijastui naisten parempaan parisuhdetyytyväisyyteen. Jos nainen oli työholisti, hänen puolisonsa oli muita verrokkeja tyytymättömämpi parisuhteeseensa ja vanhemmuuteensa. (Kinnunen & Mauno 2002, 100.)

Kinnusen & Maunon (2002) tutkimuksessa selvitettiin missä määrin työ häiritsee perhe-elämää (kotitalous-, lastenhoito- tai kodin korjaustöitä). Tuloksena oli, että 45% miehistä ja 40% naisista koki työn haittaavan perhe-elämää ainakin silloin tällöin. Olettaessa huomioon lasten lukumäärä ja työn luonne luvut muuttuivat suuremmiksi. Kysyttäessä missä määrin perhe-elämä häiritsee työtä vain alle 10% vastaajista arvioi näin tapahtuvan silloin tällöin. Väestöliiton julkaisemassa perhebarometrissa on päädytty lähes samankaltaisiin tuloksiin. (Kinnunen & Mauno 2002, 103.)

Nykyajan vanhemmat tekevät pitkää työpäivää, ovat kiireisiä ja uppoutuneita työhönsä, eivätkä ehdi huolehtia riittävästi jälkikasvustaan. Kouluikäisten iltapäivähoito on heikosti organisoitu, mistä johtuen vanhempien on luotettava lapsen itsenäisyyteen ja pärjäämiseen itsekseen. Yksinäisyys ja valvoton ajankäyttö saattavat altistaa lapsia erilaisiin ongelmiin, esim. turvattomuuteen tai päihteiden käyttöön. Lasten ja nuorten lisääntyneistä hyvinvointiongelmista on viime kädessä syytetty koventunutta työelämää. Työ vaikuttaa vanhemmuuteen monin eri tavoin. Työn vuoksi voidaan lykätä perheen perustamista. Perheestä on tullut henkilökohtainen valinta ja lapsi voi tulla, kun talous ja uranäkymät antavat myöten. Työ vie myös aikaa perheeltä. Nykypäivän tietoyhteiskunnassa työnteko on mahdollista missä ja milloin vain. Mediassa on käytetty paljon termiä laatu-aika. Viime aikoina on osoitettu, ettei perheen parissa vietettyä aikaa voi korvata laadulla. Lasten kehityksen ja hyvinvoinnin näkökulmasta on tärkeää perheen arkeen osallistuminen. Tätä kautta lapset saavat kokemuksia kuulluksi tulemisesta, huolenpidosta ja turvallisesta ilmapiiristä. Työ vaikuttaa perheeseen myös olemalla yhteydessä vanhemmuuteen. Kokemukset töissä, stressi ja uupumus kulkeutuvat kotiin vaikuttaen vanhemmuuteen. Uupuneet vanhemmat kokivat lastenkasvatukseen liittyvää stressiä ja tunsivat itsensä riittämättömiksi ja voimattomiksi kasvattajina. Vanhemmat eivät jaksaa ottaa lapsen mielipiteitä ja tarpeita huomioon eivätkä olla kiinnostuneita lapsen tekemisistä ja harrastuksista. Ylikuormittavissa tilanteissa vanhempien kokema syyllisyys kääntyy lasta vastaan tämän saadessa ristiriitaisissa periksi. (Kinnunen & Mauno 2002, 104–106.)

Työstressi lisää konfliktin riskiä erityisesti vanhemman ja lapsen välisessä suhteessa heijastuen kielteisesti lapsen psykologiseen hyvinvointiin lisäten masennusta ja heikentäen itsearvostusta. Konfliktit lisäävät myös riskiä voiman ja rankaisun käyttöön, mikä on yhteydessä lapsen ulospäin suuntautuviin ongelmiin, esim. aggressiivisuuteen. Työstressi voi näkyä vanhemmassa myös vuorovaikutuksesta vetäytymisenä. Myönteisenä puolena vetäytymisessä on, ettei vanhemman kielteiset tunteet välity lapselle. Pitkällä aikavälillä kuitenkin vetäytyminen ennustaa lapsen sisäänpäin suuntautuvia ongelmia kuten masennusta. Työstressin yhteys lasten hyvinvointiin näkyy kolmiportaisena asteikkona, missä epäsuotuisat työolot tai työn stressitekijät voivat aiheuttaa tilannespesifistä stressiä ja jatkuessaan yleistä stressiä, esim. masennusta ja ahdistusta. Vanhempien kokema stressi siirtyy kotiin vaikuttaen vanhempien ja lasten vuorovaikutukseen ja lopulta molemmat heijastuvat lapsen käytökseen. (Kinnunen & Mauno 2002, 107–108.)

4 OPINNÄYTETYÖN TAVOITE, TARKOITUS JA TUTKIMUSTEHTÄVÄ

Opinnäytetyön tavoitteena on perheiden hyvinvoinnin edistyminen. Työn tarkoituksena on pitää vertaistukiryhmää alle kouluikäisten lasten vanhemmille.

Vertaistukiryhmän tavoitteena on perheiden hyvinvoinnin edistyminen. Tärkeä osa perheiden hyvinvointia on vuorovaikutus parisuhteessa ja vanhemmuudessa sekä perheiden ja sen jäsenten yksilöllisyys. Ryhmätapaamisten tarkoituksena on tiedon ja vertaistuen jakaminen ja saaminen.

Opinnäytetyön tutkimustehtävänä on selvittää vertaistukiryhmän toimivuutta vanhemmuuden tukemisessa yhteistyössä kolmannen sektorin kanssa.

5 SUURENMOISEKSI PERHEEKSI - VERTAISTUKIRYHMÄ

5.1 Projekti toiminnallisena opinnäytetyönä

Projekti voidaan lyhyesti määritellä joukkona ihmisiä ja muita resursseja, jotka ovat tilapäisesti koottu yhteen suorittamaan tiettyä tehtävää. Projektilla on myös kiinteä aikataulu ja budjetti sekä selkeä tavoite ja tavoitteista johdettu päätepiste. Kukin projekti on aina ainutlaatuinen kokonaisuus, eikä projektia voida sellaisenaan toistaa. Elinkaarensa aikana projekti voi kokea lukuisia muutoksia, joiden muutosvaikutusta projektin luonteeseen ei voida ennakolta tietää. Edellisen vaiheen tulokset vaikuttavat aina seuraavaan vaiheeseen. Menetelmän avulla syntynyt lopputulos ei aina ole konkreettinen tuote vaan se voi olla myös ongelmanratkaisua. (Vilkkä & Airaksinen, 2003, 48; Ruuska 2008, 19-20.) Pelinin (2009) mukaan projekti on työkokonaisuus, joka toteutetaan suunnitelman mukaan tietyn määritellyn tuloksen aikaansaamiseksi. Siihen liittyy suunnitelmallisuus ja suunnittelun ja ohjauksen avuksi kehitetyt tehokkaat menetelmät. (Pelin 2009, 25.)

Projekti jaetaan etenemisen mukaan tiettyihin vaiheisiin. Ruuska (2008) erittelee projektin kolmeen vaiheeseen, jotka ovat käynnistys-, rakentamis- ja päättämisvaihe. Virtanen (2000) lisää alkuun vielä projektin tavoitteiden määrittelyvaiheen. Pelin (2009) esittelee projektille viisi vaihetta, jotka kattavat Ruuskan ja Virtasen jaottelun, mutta painottaa alkuvaiheen suunnittelua erittelemällä ennen toimintaa vaiheet käynnistykseen organisointiin ja suunnitteluun. Näiden jälkeen vaiheet etenevät kuten Virtasella ja Ruuskalla. (Virtanen 2000, 73-77; Ruuska 2008, 33-40; Pelin 2009, 87.)

Toiminnallinen opinnäytetyö on eräs projektityön muoto ollen vaihtoehto ammattikorkeakoulun tutkimukselliselle opinnäytetyölle. Toiminnallisessa opinnäytetyössä avautuu pitkin matkaa uusia ideoita ja usein lopullinen opinnäytetyö on vain osa laajempaa kokonaisuutta. Toiminnallinen opinnäytetyö tavoittelee ammatillisessa kentässä käytännön toiminnan ohjeistamista, opastamisesta, toiminnan järjestämistä tai järjeistämistä. Se voi olla alasta riippuen esim. ammatilliseen käytäntöön suunnattu ohje, ohjeistus tai opastus, kuten perehdyttämisopas, ympäristöohjelma tai turvallisuusohjeistus. Se voi myös olla jonkin tapahtuman toteuttaminen kuten messuosaston, konferenssin, kansainvälisen kokouksen järjestäminen. Toteutustapana voi olla kohderyhmän mukaan kirja, kansio, vihko, opas, cd-rom, portfolio, kotisivut tai johonkin tilaan järjestetty näyttely

tai tapahtuma. Toiminnallinen opinnäytetyö tulee tehdä tutkivalla asenteella siitä huolimatta, että opinnäytetyössä ei toteutettaisi selvitystä. Tutkiva asenne tarkoittaa valintojen joukkoa, valintojen tarkastelua ja valinnan perustelua aihetta koskevaan tietoperustaan nojaten. Tietoperustan ja siitä rakentuvan viitekehyksen tulee nousta alan kirjallisuudesta. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 9, 154, 160.)

5.2 Projektin käynnistysvaihe

Opinnäytetyön aihe valikoitui yhteisestä kiinnostuksesta sekä perheiden nykytilanteesta. Mannerheimin lastensuojeluliitolla on pitkä historia perheiden tukemisessa ja MLL:n Tampereen osastosta saatiin yhteistyökumppani projektille. Ensimmäisen tapaamisen myötä laadittiin projektin aikataulu (taulukko 4). Liitto alkoi pitää syksyllä 2009 Teematorstai nimikkeellä perhekahvilatapaamisia, jonka yhteyteen järjestettiin Suurenmoisiksi perheeksi – vertaistukiryhmä. Suljettu ryhmä (max 10 henkilöä) sovittiin kokoukseen torstaisin 5.11.-10.12.2009 klo 10-11 Mannerheimin Laivapuiston perhetalossa. Mainonta ja markkinointi toteutui MLL:n internetsivuilla, ilmoitustaululla, paikallislehdessä sekä suullisesti perhekahvilan toimintaan osallistuville (liite 1).

Projekti aloitettiin perehtymällä aiheeseen liittyvään kirjallisuuteen ja tutkimuksiin, joiden kautta ilmenevien tarpeiden pohjalta rakennettiin tuntien aihesisällöt. Käynnistysvaiheen alussa rakennettiin tunteihin power point –pohjat ohjauksen tueksi, jotka ovat opinnäytetyön liitteinä (liitteet 2-7). MLL:n Tampereen osaston toiminnanjohtajan kanssa sovittiin MLL:n aineiston käytöstä. Ryhmäkokoon tumisen ajan rajallisuuden vuoksi kerättiin erilaista materiaalia jaettavaksi. Näistä muodostui ohjauskansio, mikä sisälsi joka tunnille valmiin ohjausmateriaalin. Viimeisellä kerralla kerättiin ryhmäläisille annetut palautekyselyt.

TAULUKKO 4. Projektin aikataulu

Kevät 2009

- Toukokuu: ensimmäinen tapaaminen MLL:n edustajan kanssa

Kesä 2009

- Toinen tapaaminen MLL:n edustajan kanssa
- Suunnitelmien tarkennus, tiedonhaku

Elokuu 2009

- Kolmas tapaaminen MLL:n edustajan kanssa
- Kohderyhmän valinta ja tiedonhaku, materiaalin hankinta
- Ryhmäohjaustuntien aiheen sisällön suunnittelu

Syyskuu 2009

- 4. tapaaminen MLL:n edustajan kanssa; suunnitelman esittely, ohjauskansion rakentamista

Lokakuu 2009

- Mainostus MLL:n internetsivuilla sekä suullisesti perhekahvilan kävijöille alkaa
- Ryhmäohjauksen sisällön suunnittelua, ohjauskansion rakentamista
- 5. tapaaminen MLL:n edustajan kanssa; tilannekatsaus

Marraskuu 2009

- Suurenmoiseksi perheeksi –vertaistukiryhmä alkaa 5.11., ohjauskansion muokkaamista

Joulukuu 2009

- Suurenmoiseksi perheeksi –vertaistukiryhmä päättyy 10.12.

Tammikuu-lokakuu 2010

- Th:n haastattelut
- Projektiraportin ja teoriaosan kirjoitus
- Kehittämistehtävän viimeistelyä

5.3 Projektin rakentamisvaihe

Suurenmoiseksi perheeksi ryhmä toteutui ajalla 5.11. – 10.12.2009, torstaisin klo 10.00 – 11.00. Ryhmään ilmoittautui kymmenen äitiä, joista yksi perui ilmoittautumisensa ennen ryhmän alkua. Aikataulua rajoitti MLL:n muut tilaisuudet, jotka alkoivat heti oman ryhmämme jälkeen. Tästä syystä ryhmää ei voitu ajallisesti venyttää. Ryhmään osallistuvat äidit olivat nuoria aikuisia iältään 24 - 34. Lasten iät olivat välillä 10 kk – 2v8kk ja lisäksi yhdessä perheessä oli enemmän kuin yksi lapsi. Monilla äideistä koulustausta liittyi lapsiin ja kasvatukseen.

Ohjaajien tarkoituksena oli saada luotua vapaa, rento sekä tasaveroinen ilmapiiri ryhmäläisten kesken. Tämä luo turvallisuutta, jonka kautta ryhmäläisillä on mahdollisuus jakaa omia ajatuksiaan ja tunteitaan. Saamalla ryhmäläiset itse ajattelemaan vanhemmuutta mahdollistuu muutosprosessin alkaminen. (Onnismaa, Pasanen & Spangar 2000, 165-166.) Ryhmäytymistä auttoi myös istuminen osallistujien joukossa. Ohjaajat eivät jakaneet tiukasti puheenvuoroja vaan tilanteiden annettiin edetä luonnollisesti. Tunneilla käytettiin keskustelun tukena tietokonetta, videotykkiä, fläppitaulua tai cd-soitinta, tarkoituksena kokeilla eri menetelmiä ryhmäohjauksessa. Ohjaajilla oli hallussaan aihesisältöjen rajat, joista huolimatta ryhmäläisillä oli mahdollisuus keskusteluun tarvelähtöisesti.

Rakentamisvaiheen rinnalla kulki jatkuvasti mukana tulevien tuntien suunnittelu. Joka tunnin välillä sisältöä muokattiin vastaamaan ryhmästä havainnoitua tarvetta. Ensimmäisellä tunnilla ryhmäläisiltä kysyttiin toiveita tuntisisältöjen suhteen. Ryhmäläiset olivat tyytyväisiä valittuihin aiheisiin, jotka ovat nähtävissä taulukossa 5.

TAULUKKO 5. Vertaistukiryhmän tuntien aiheet

	TUNTIEN AIHEET
TUNTI 1	Alustus, suurenmoisen perheen 5 tekijää, sukuperintö
TUNTI 2	Vanhemmuustyylit ja lasten temperamentit
TUNTI 3	Ajatukseni ja tunteeni vanhempana
TUNTI 4	Itsestä huolehtiminen, itsearvostus
TUNTI 5	Parisuhde
TUNTI 6	Vanhemmuuteen kasvu

5.4 Projektin päättämisaika

Projektin aikataulu pysyi suunnitellussa alusta lähtien. Käynnistysvaihe toteutettiin perusteellisesti, mikä toi väljyyttä ja mahdollisuuksia tehtyjen suunnitelmien muokkaamiseen. Suljettu pienryhmä koettiin hyvänä valintana, koska sitoutuvuus ryhmään loi turvallisuutta ja aitoa vertaistukea, mikä edesauttoi avointa keskustelua ryhmän kokoonpanon pysyessä muuttumattomana. Turvallisuuden myötä ryhmässä uskallettiin näyttää kaikenlaisia tunteita. Keskusteluissa näkyi ajattelun ja pohdinnan herääminen sekä sen jatkuminen myös ryhmän ulkopuolella. Asiasisällöllisesti ryhmän kokonaiskesto oli riittävä. Ajallisesti yksi tapaaminen olisi kuitenkin voinut olla hiukan pidempi. Ryhmäkokoontumisten kesto loi puitteet ryhmän kehitykselle, missä ylettiin konfliktivaiheeseen. Suurin osa äideistä koki ryhmän ilmapiirin luotettavaksi, myönteiseksi ja kannustavaksi ja täten äidit uskalsivat näyttää tunteensa ja antaa avointa palautetta. Ryhmytymistä edesauttoi myös ohjaajien oma elämäntilanne pienten lasten vanhempina.

Ryhmäläisille jaetussa palautekyselyssä haettiin kokemuksia myös vertaistukiryhmän toimivuudesta vanhemmuuden tukemisessa (liite 8). Äidit pitivät tärkeänä päästä keskustelemaan samassa tilanteessa olevien äitien kanssa. Heidän kokemustensa mukaan neuvolan resurssit eivät riitä vanhemmuuden tukemiseen. Äidit olivat tyytyväisiä tunteiden aiheisältöihin. Yksi äideistä kaipasi lisää tietoa isovanhemmuudesta. Myös kotitehtävien läpikäyntiä toivottiin kuitenkin ymmärtäen sen olevan hankalaa käytettävissä olevan ajan puitteissa. Ryhmäkokoon oltiin tyytyväisiä, sen sijaan myös äidit toivoivat sekä kokonaiskestolle että yhdelle tapaamiskerralle hieman lisää pituutta.

Käynnistysvaiheessa ohjaajien toiminta oli tavoitteellista ja hyvin aikataulutettua. Ajoissa hyvin suunniteltu työ antoi mahdollisuudet hienosäätöön ja muokkaukseen ryhmän alkaessa ja edetessä. Vuorovaikutuksen avoimuus sekä äitien halukkuus jakaa henkilökohtaisia kokemuksiaan vanhemmuudesta yllätti ohjaajat. Myös tästä johtuen aikataulu ei pitänyt tunneilla täsmällisesti. Loppua kohden tilanteiden ennakointi parani, mikä näkyi johdatteluna keskustelun eteenpäin viemiseksi. Yksi äideistä toivoi ohjaukseen lisää napakkuutta, kun ohjaajat puolestaan näkivät tarpeellisempana keskustelun etenemisen äitien omista tarpeista lähteväksi. Keskustelu pidettiin aiheesta, mutta äideillä oli mahdollisuus käsitellä asioita haluamastaan näkökulmasta.

Yhteistyö MLL:n kanssa oli asiallista, toimivaa ja tehokasta. Säännöllisesti pidetyissä palaverissa käytiin läpi työnjakoa ja projektin etenemistä. Työnjaossa oli selkeät linjat kummankin osapuolen työnkuvan suhteen. Ryhmänohjaajille annettiin vapaus suunnitella ohjaustuntien sisältö haluamallaan tavalla. Kannattavaa olisi ollut pyytää palautetta työstä jo suunnitteluvaiheessa, sillä perhetyön asiantuntijana MLL:n työntekijät tietävät perheiden nykytilanteen ja tuen tarpeen. Vahvistusta viitekehykselle saatiin peilattaessa tuntien aiheisisältöä MLL:n internetsivujen tarjontaan. Merkittävin palaute saatiin lopuksi työtarjouksena jatkaa ryhmäohjausta.

Ryhmälle asetetun tavoitteen saavuttaminen näkyi jäsenten keskusteluissa tapaamisissa. Ryhmäläiset kertoivat keskustelleensa teemoista myös kotona puolisonsa kanssa. Perheen hyvinvoinnin edistymisen kannalta koettiin tärkeäksi jakaa kokemuksia yksilöllisen identiteetin merkityksestä suhteessa perheyksikköön ja sen toimivuuteen. Oma aika, parisuhdeaika ja perheaika muodostavat kokonaisuuden, josta toimiva perhe-elämä rakentuu. Ryhmässä olleet äidit kokivat vaikeaksi ottaa itselleen omaa aikaa ja tunsivat tästä syyllisyyttä. Myös parisuhdeaika jäi vähälle lastenhoitoon liittyvien tekijöiden vuoksi. Oman ajan ottamisessa ryhmän jäsenet antoivat toisilleen neuvoja, mutta parisuhteen osalta ratkaisumalleja oli vaikeampi löytää.

Perheen vuorovaikutuksen tukemiseen paneuduttiin keskustelussa tunnilla. Lisäksi vanhemmat saivat kotiin tehtäviä puolison kanssa tehtäväksi, joiden tarkoitus oli saada puoliset yhdessä pohtimaan oman itsensä ja toistensa roolia ja identiteettiä perheessä. Tältä osin tavoite toteutui, kuitenkin ajanpuutteen vuoksi asiaan ei ehditty ryhmässä paneutua jälkikäteen riittävästi. Tästä syystä ei ole tiedossa kokivatko vanhemmat tehtävät hyödylliseksi. Jokaisella tunnilla annetut tehtävät olivat vapaaehtoisia ja niiden tarkoitus oli syventää tunnilla käytyä asiaa ja omaa ajattelua. Äitejä ohjattiin läpikäymään tehtäviä puolison kanssa ja tätä kautta laajentaa näkökulmaa itsestä, puolisosta ja perheestä. Tällä tavoin vanhemmat voivat vahvistaa itsetuntemustaan, oppia tuntemaan puolisoa entistä paremmin ja hyödyntää näitä tekijöitä perheen parhaaksi. Tiedon ja vertaistuen jakaminen ja saaminen oli toimivaa ryhmän keskusteleavuuden ansiosta.

Ryhmän aihe osoittautui ajankohtaiseksi ja tärkeäksi. Äidit olivat valmiita keskustelemaan teemoista ja tekemään tehtäviä. Ohjaajat kokivat puutteeksi ajan rajallisuuden. Tunneilla ei pystytty läpikäymään annettuja kotitehtäviä eikä keskustelemaan näiden pohjalta heränneistä ajatuksista. Tältä osin ryhmän tavoitteeseen pääsy jäi vajavaiseksi

ja sisällön läpikäyminen pintaraapaisuksi, sillä syvemmän pohdinnan tukeminen oli vähäistä. Itsenäisen työskentelyn ja vanhemmuuden pohdinnan toivotaan jatkuvan tulevaisuuteen, sillä hyvä itsetuntemus ja itsensä kehittäminen luovat omalta osaltaan suurenmoisen perheen sekä kestävän parisuhteen perustan.

6 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

6.1 Eettiset kysymykset ja luotettavuus

Hyvän tieteellisen käytännön noudattaminen on eettisesti hyvän tutkimuksen edellytys (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 23). Tämä käytäntö tarkoittaa tiedeyhteisön tunnustamien toimintatapojen noudattamista, yleistä huolellisuutta ja tarkkuutta tutkimustyössä ja tulosten esittämisessä, omien tulosten esittämistä oikeassa valossa, muiden tutkijoiden työn ja saavutusten asianmukaista huomioonottamista sekä tieteen avoimuuden ja kontrolloitavuuden periaatteen kunnioittamista (Suomen Akatemia 1998, Tuomi 2006, 130 mukaan). Tutkimuksen tekijällä, tutkimusyksikön johtajilla sekä oppilaitoksissa opinnäytetyön ohjaajilla on vastuu hyvän tieteellisen käytännön noudattamisesta sekä tutkimuksen rehellisyydestä ja vilpittömyydestä (Tuomi 2006, 130). Lähtökohdana tutkimuksessa on ihmisarvon, itsemääräämisoikeuden ja vapaaehtoisuuden kunnioittaminen. Epäeettiseksi tutkimuksen tekee muun muassa plagiointi, tulosten kritiikitömyys ja kaunistelu sekä harhaanjohtava tai puutteellinen raportointi ja määrärahojen väärinkäyttö. (Hirsjärvi ym. 2007, 25–27.)

Projektiin kohdistuvat eettiset kysymykset liittyvät muun muassa ryhmän jäsenten vapaaehtoisuuteen sekä anonymiteetin turvaamiseen. Ryhmän sääntöjä sopiessamme ryhmän jäsenille tehtiin selväksi ryhmän ohjaajien vaitiolovelvollisuus sekä jokaisen vapaaehtoinen osallistuminen ryhmään. Suljetun ryhmän merkitys käytiin läpi, painottaen kuitenkin vapaaehtoisuutta. Palautekyselyt kerättiin nimettöminä, jolloin jokainen sai antaa palautteen rehellisesti ja luottamuksella. Jotkut äideistä halusivat palauttaa kyselyn sähköpostitse, jolloin heidän henkilöllisyytensä oli ohjaajien tiedossa. Tämä ei kuitenkaan tuntunut vaikuttavan vastauksiin negatiivisesti, päinvastoin vastauksissa oli hyvin paljon pohdittu asioita henkilökohtaisella tasolla. Tutkimusluvaksi projektille riitti suullinen hyväksyntä ohjaavilta opettajilta, MLL:n toiminnanjohtajalta sekä ryhmään osallistuvilta äideiltä. MLL:n tehtävänä oli kerätä ryhmään jäseniä mainostuksen lisäksi henkilökohtaisesti kutsumalla.

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arvioinnille ei ole olemassa yksiselitteistä ohjetta. Tuomi (2006) tarkastelee luotettavuutta seuraavien kriteerien kautta: tutkimuksen kohde ja tarkoitus, omat sitoumukset tutkijana, aineiston keruu, tutkimuksen tiedonanta-

jat, tutkija–tiedonantaja-suhde, tutkimuksen kesto, aineiston analyysi, tutkimuksen luotettavuus ja raportointi. (Tuomi 2006, 135–138.) Luotettavassa tutkimuksessa käytetyt lähteet ovat tuoreita ja ensisijaisia. Lähteiden määrää tärkeämpää on niiden laatu ja soveltuvuus. (Vilka & Airaksinen 2003, 72–76.)

Opinnäytetyössä käytetyt lähteet ovat ajankohtaisia ja suhteellisen tuoreita. Aiheesta löytyi rajauksen jälkeen vaikeammin tutkimuksia. Internet-lähteitä käytettiin paljon, koska ajankohtaisin tieto löytyy usein internetistä. Luotettavuutta toi sekä internetlähteisiin että muihin lähteisiin niiden valtakunnallisuus ja virallisuus. Yhteistyökumppanimme MLL on tuottanut paljon arvokasta tutkimustietoa omien työmuotojensa kautta. MLL on tärkeä vaikuttaja työssään vanhemmuuden saralla ja pidimme näitä erittäin hyvinä ja luotettavina lähteinä. Pääosin kirjallisuuden taustalla vaikutti erilaisia perheyön ammattilaisia ja asiantuntijoita. Ryhmän asiasisältö koostui jo valmiiksi tutkittuun tietoon vanhempien tarpeista vanhemmuudessa. Halusimme kohdistaa sisällön koskemaan juuri ryhmän jäsenien tarpeita keskustelemalla heidän kanssaan sisällöstä ja antamalla mahdollisuus vaikuttaa siihen. Projektin rakentamisvaiheessa kirjoitettiin väliraportteja, saatiin palautetta ohjaajilta ja oponoijilta, mikä osaltaan lisäsi luotettavuutta. Tekijöiden subjektiivinen näkökulma ryhmänohjauksessa sekä raporttien kirjoittamisessa saattoi vaikuttaa luotettavuuteen inhimillisten tulkintojen kautta, jolloin joku toinen olisi saattanut tulkita jonkin asian toisin.

6.2 Johtopäätökset, pohdinta ja kehittämisehdotukset

Opinnäytetyön tutkimustehtävänä oli selvittää vertaistukiryhmän toimivuutta vanhemmuuden tukemisessa yhteistyössä kolmannen sektorin kanssa. Neuvolan tarjoamia keskeisiä tukimuotoja ovat yksilölliset ja ryhmämuotoiset terveystapaamiset. Lastenneuvolassa terveydenhoitajan työssä perhekeskeisyys on yksi tärkeä elementti terveydenhoitajan kohdatessa 99% perheistä. (Honkanen 2008, 300; Lindholm 2009, 113.) Preventiivisestä näkökulmasta perhevalmennuksella on hyvä mahdollisuus hyvin toteutuessaan vaikuttaa tukea antavasti vanhemmuuteen kasvussa. (Hietanen 2010.) Nyky-yhteiskunnassa elämään kuuluvia tavallisia murheita tuodaan korostuneesti esille. Tämä osaltaan aiheuttaa terveydenhoitajille työssä kuormittumisen tunteita heidän kokiessaan riittämättömyyden tunteita ollessaan kyvyttömiä vastaamaan kaikkiin vanhempien tarpeisiin, vaikka mahdollisuudet kattavuuden puitteissa ovat hyvät (Sillgren 2010). Käy-

tössä olevat resurssit esimerkiksi perhevalmennuksen osalta eivät vastaa suosituksia. Tampereella perhevalmennusta on järjestetty vaihtelevassa määrin alueesta riippuen, mistä johtuen uutena suuntauksena ovat yhtenäistetyt ohjeet valmennukselle. Massati-laisuuksina suoritettavat valmennukset koostuvat neljästä kerrasta, jossa aiheina ovat syn-nytyt, imetys, vauvanhoito sekä parisuhde ja vanhemmuus lyhyesti. (Hietanen 2010). Tampereen kaupunki on vastannut perheiden lisääntyneeseen tuen tarpeeseen ostamalla valmennuspalveluja ulkopuolisilta toimijoilta, kuten Mannerheimin Lastensuojeluliitol-ta. Sosiaali- ja terveysministeriön teettämän kyselyn mukaan yhteistyötä eri järjestöjen kanssa vanhemmuuden tukemisessa teki puolet noin 400:stä kyselyyn vastanneista ter-veydenhoitajista. MLL tekee tärkeää työtä vanhemmuuden tukemisessa ollen hyvä yh-teistyökumppani joka kolmannelle terveydenhoitajalle (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008, 33-34).

Yhteiskunnan kannalta perheitä kuormitti joko työn liiallisuus tai sen vähäisyys. Lisäksi perheissä ilmeni päihdeongelmaa, taloudellista eriarvoisuutta sekä syrjäytymistä. Nämä tekijät heijastuivat perheiden hyvinvointiin yhteisen ajan vähyytenä, stressinä ja jatku-vana kiireenä tai taloudellisina ongelmina seurauksineen. Pienten lasten perheissä työ-olosuhteet olivat kuormittavia eikä päättäjien taholta tarjottu riittävästi vaihtoehtoja voi-da vaikuttaa omaan työhön perhettä edistävästi. (Kinnunen & Mauno 2002, 99-108.) Myös erilaisten perhemuotojen, kuten uusperheiden ja yksinhuoltajuuden, todettiin tuo-van haasteita vanhemmuudelle (Rantala 2002, 104-105, 107). Kaupungistumisen myötä perheet ovat aiempaa yksinäisempiä ilman suvun tuomaa turvaverkkoa. Sosiaalisen me-dian välineet ovat osaltaan tarjonneet perheille niiden tarvitsemaa tukea.

Vanhemmat kaipasivat tukea omaan vanhemmuuteensa, lasten kasvatukseen ja hoitoon, sosiaaliseen verkostoon, parisuhteeseen ja perheenjäsenten terveydentilaan liittyvissä asioissa. Vanhemmuuden ongelmissa korostuivat vastuunjako ja ajankäyttö perheissä, lasten tarpeiden tunnistaminen sekä vanhemman oman itsetunnon vahvistaminen. (Häggman-Laitila, Ruskomaa & Euramaa 2000, 28; Kankkonen & Suutarla 2006.) Työntekijöiden näkökulmasta vanhempien tuen tarpeet liittyivät käytännönläheisiin asioihin, kuten ajankäyttöön, kasvatustuuseen ja avuttomuuteen (Rantala 2002, 104-105,107). Neuvolan tarjoamista tuen muodoista vanhemmat kokivat tärkeimmiksi tieto-tuen, tunnetuen, käytännön avun ja vertaistuen (Viljamaa 2003, 85-93). Tiedon saantia tärkeämmäksi vanhemmat kokivat kuitenkin tunteiden ja kokemusten jakamista (Kek-konen 2004, 86). Olennaista perheiden ja työntekijöiden kohtaamisessa vaikuttavuuden

kannalta oli asiakasta tukeva vuorovaikutus, kuulluksi tuleminen sekä asiakkaan kohtaaminen oman elämänsä asiantuntijana (Honkanen & Mellin 2008, 107). Tukea näihin ongelmiin voivat tarjota neuvolat, päivähoito, KELA, kunta, kolmannen sektorin toimijat ja seurakunnat.

Vertaistukiryhmä on yksi neuvolan ja eri järjestöjen tarjoama tuki vanhemmille. Sen tavoitteena on samassa elämäntilanteessa olevien ihmisten välinen ajatusten ja kokemusten vaihto. Kokemukset siitä, että on muita samassa tilanteessa olevia, on vertaistukiryhmälle tärkeää. Olennaista on keskusteluun läpikäydä miten erilaisista ongelmatilanteista on selvitty. Tukea antavassa vertaistukiryhmässä keskitytään konkreettisiin arkipäiväisiin asioihin ja niistä selviytymiseen. Ohjaajan tulee olla hyvin perehtynyt käsiteltävään ongelmaan. (Vilen ym. 2005, 208-210.) Ryhmän oppimista hyödyttää myös, mikäli ohjaaja asettautuu pois asiantuntijan roolista antaen kokemuksensa ja tietonsa ryhmäläisille (Häggman-Laitila 2001, 25-28).

Suurenmoiseksi perheeksi –vertaistukiryhmästä kävi ilmi vanhempien tarve puhua itselleen tärkeistä asioista ja saada kuulla muiden samassa elämäntilanteessa olevien näkökulmia. Ryhmän tuntien aiheisällöt rakennettiin tutkimusten pohjalta nousseista vanhempien tarpeista. Ryhmäläiset olivat aihepiireihin tyytyväisiä eivätkä halunneet niitä muuttaa. Ryhmän toimivuutta edisti sen suljettu muoto ja suhteellisen pieni osallistujamäärä. Tämä lisäsi ryhmän turvallisuuden tunnetta antaen tilaa avoimelle keskustelulle ja tunteiden näyttämislle. Avointa ajatustenvaihtoa edisti myös sukupuoli, kaikki jäsenet olivat äitejä. Ryhmän luottamusta lisäsi alkuun sovitut yhteiset pelisäännöt sekä vaihtoehtoisuus esiin tulleista asioista. Toimivuutta heikensi tuntien lyhyt kesto, jolloin keskusteluihin ja annettuihin tehtäviin ei ehditty paneutua riittävän syvällisellä tasolla. Tuntien jälkeen tilassa alkoi muuta toimintaa, mistä syystä äitien kanssa ei voitu jäädä yksilöllisesti keskustelemaan. Osa äideistä saapui tunnille myöhässä, mikä keskeytti muun ryhmän toimintaa hetkeksi.

Ryhmässä roolit jakautuivat luonnollisesti kunkin äidin persoonallisuuden mukaan osan ollessa puheliaampia ja osan hiljaisempia. Keskusteluun osallistuminen oli vapaaehtoista ja äideillä oli mahdollisuus vaikuttaa missä määrin halusivat tuoda omia kokemuksiaan ja ajatuksiaan esiin. Puheliaampien ollessa poissa myös hiljaisemmat äidit rohkaisuivat paremmin tuomaan ajatuksiaan esiin. Tapaamiskertojen puitteissa ryhmä ei ehtinyt käydä läpi kaikkia kehitysvaiheitaan.

Kaikki ryhmään osallistuneet äidit olivat saaneet tiedon ryhmästä MLL:n kautta. Vanhemmilta saadusta palautteesta ilmeni tarve keskusteluun ja tuen tarpeeseen vanhemmuudesta. Äitien kokemusten neuvola koettiin lähinnä terveyspalveluna, missä keskitytään enemmän lapsen kasvuun ja kehitykseen vanhemmuuden ja parisuhteen jäädessä toissijaiseksi. Vaikka suurella osalla ryhmän äideistä koulutustausta liittyi kasvatukseen ja lapsiin, he olisivat kaivanneet neuvolasta enemmän keskustelua vanhemmuudesta ja parisuhteesta. Vauva-aikana neuvolan tukea koettiin saavan enemmän kuin myöhemmin lapsen kasvaessa ja tapaamisten harvetessa. Lisäksi äidit kokivat tuen saannin neuvolasta olevan riippuvaista omasta aktiivisuudesta sekä suhteesta neuvolan terveydenhoitajaan.

Ryhmältä äidit odottivat ajatusten vaihtoa muiden äitien kanssa, ajatusten heräämistä oman vanhemmuuden ja elämäntilanteen suhteen, vertaistukea, asiantuntijuutta sekä faktatietoa. Äidit kokivat vertaistuen olevan hyvä ja toimiva muoto vanhemmuuden tukemisessa. Pääosin äidit olivat tyytyväisiä ryhmän toimivuuteen ja vertaistuen muodostumiseen. Positiivisiksi asioiksi koettiin myönteinen, lämminhenkinen ja luotettava ilmapiiri. Yhden äidin mielestä ilmapiiri oli varautunut eivätkä kaikki saaneet asioitaan kerrotuksi. Äidit kokivat ryhmän kokonaisuuden, ryhmäkoon ja -muodon sopivana. Runsaan keskustelevuuden vuoksi muutaman mielestä tunteja olisi voinut olla pari lisää. Suurin osa kaipasi yksittäiseen tuntiin lisää pituutta, mikä olisi mahdollistanut syvällisemmän paneutumisen aiheisiin sekä kotitehtäviin. Äidit kokivat neuvolan ulkopuolisen vertaistukiryhmän myönteisenä ja olivat valmiita jatkossakin osallistumaan vastaavanlaisen toimintaan.

Ryhmän toimivuuden suhteen ohjauksesta saatu palaute oli pääosin myönteistä. Ohjaajat koettiin pienten lasten vanhempina tasavertaisiksi ryhmäläisiksi. Tätä edisti myös ohjaajien omien kokemusten esille tuominen, jolloin ryhmää ei koettu ”ohjattavan ylhäältä”. Aikataulusta huolimatta kiireen tuntua ei tullut, toisaalta ohjaajien toimintaan olisi välillä kaivattu lisää napakkuutta ja keskustelun ohjaavuutta. Vuorovaikutuksellisesti ryhmäohjauksen näkökulma oli ratkaisukeskeinen. Teoriatiedon pohjalta äideille ei annettu valmiita vastauksia vaan ongelmia käsiteltiin keskustellen kunkin omien kokemusten ja ajatusten kautta tavoitteena ajatusten herääminen sekä niiden käsittely aiheina olleista teemoista.

Markkinointi ja mainonta vaikuttivat myös ryhmän onnistumiseen. Ensimmäiseksi järjestetyssä ryhmässä markkinoinnin hoiti kokonaan MLL vaikuttaen paikallislehdissä, ilmoitustauluilla sekä omissa tilaisuuksissaan. Ryhmälle valikoituneesta ajankohdasta johtuen osallistujat olivat kaikki äitejä. Isiä tai kokonaisia perheitä ei ryhmässä ollut. Keskustelu, asiasisällöt ja toiminta olivat tälle kokoonpanolle suunnattuja siinä hyvin toimien. Sama ryhmä järjestettiin Tampereen kaupungin toimesta myös toisen kerran edelleen yhteistyössä MLL:n kanssa. Jälkimmäisessä ryhmässä markkinoinnissa oli mukana myös neuvolat, joiden ilmoitustauluilla mainos oli. Neuvoloiden terveydenhoitajat olivat saaneet sähköpostitse tietoa ryhmästä. Kuitenkaan ilmoitustaulua aktiivisemmin ei ryhmää tällä sektorilla mainostettu. Jälkimmäinen ryhmä oli suunnattu vanhemmille yhdessä. Asiasisältö oli sama ensimmäisen ryhmän kanssa. Avoimuus ja osallistuvuus olivat ensimmäistä ryhmää vähäisempää vanhempien kaivatessa enemmän luennoivaa tyyliä keskustelun sijaan.

Yhteistyötä neuvolan ja kolmannen sektorin välillä tehdään jonkin verran myös vanhemmuuden tukemisessa. Kattavuutensa ansiosta neuvola tapaa suurimman osan perheistä, kun puolestaan vapaaehtoisin kolmannen sektorin järjestämiin tilaisuuksiin ottaa yleensä osaa jo valmiiksi asioista kiinnostuneet ihmiset. Ongelmana onkin miten saada tuen pariin sitä todella tarvitsevat perheet. Yksi mahdollisuus olisi selkeä työnjako ja yhteistyö julkisen ja kolmannen sektorin välillä. Kolmas sektori voisi omalla ammattitaidollaan edesauttaa neuvolan resurssipulassa tarjoamalla tukea vanhemmille, joita neuvolasta lähetettäisiin tuen piiriin.

Ryhmälle asetetut tavoitteet saavutettiin osittain. Runsas keskusteleavuus ja osallistuminen mahdollistivat tiedon jakamisen sekä vertaistuen syntymisen. Äidit olivat paneutuneet aiheisiin kotona yhdessä puolison kanssa kotitehtävien muodossa, mikä edesauttoi oman vanhemmuuden pohtimista ja siinä kasvamista. Tuki tähän jäi kuitenkin puuttumaan ajan vähyden vuoksi, sillä tehtäviä ja niiden pohjalta heränneitä ajatuksia ei seuraavalla tunnilla ehditty läpikäydä. Kokemukset järjestetystä ryhmästä puhuvat kuitenkin kolmannen sektorin perhevalmennuksen puolesta. Myös Tampereen kaupungin suuntaus ostaa perhevalmennuspalveluja ulkopuolisilta toimijoilta viittaa olemassaolevaan tarpeeseen. Ongelma on miten motivoida perheitä osallistumaan ja miten saada jo olemassa olevaa yhteistyötä eri toimijoiden välillä tehokkaampaan suuntaan. Vuoden 2010 lopussa Mannerheimin lastensuojeluliitto aloittanee valtakunnallista hanketta jat-

kaen neuvoloiden perhevalmennusta keskittyen vanhemmuuden tukemisen problematiikkaan.

Työssämme olemme keskittyneet tutkimusten kautta nousseisiin vanhemmuuden pulmiin tarkoituksena selvittää vertaistukiryhmän toimivuutta vanhemmuuden tukemisessa yhteistyössä kolmannen sektorin kanssa. Perheitä koskettavat ongelmat ovat kuitenkin syvällisempiä ja huomattavasti monivaikutteisempia kuin mitä työssämme olemme kyenneet paneutumaan. Yleisellä tasolla vertaistukiryhmä toimii vanhemmuuden tukemisessa. Eräs toiminnassa ja vaikuttavuudessa piilevä ongelma on yhteistyössä toimijoiden välillä. Jatkotutkimuksena ehdotamme selvittämään terveydenhoitajien halukkuutta ja valmiuksia yhteistyöhön sekä keinoja, joilla yhteistyötä voitaisiin tehostaa.

6.3 Kehittämistehtävä

Opinnäytetyön kehittämistehtävänä toimii vertaistukiryhmää varten rakennettu ohjauskansio. Kansio pitää sisällään ohjauksen tueksi tuntien aiheisiin liittyvää materiaalia sekä erilaisia teemoihin liittyviä tehtäviä vanhemmille jaettavaksi. Kansion tehtävä on toimia tukena vertaistukiryhmää ohjaavalle terveydenhoitajalle (liite 9).

LÄHTEET

A summary of the rights under the Convention on the Rights of the Child. Unicef. Päivitetty 10.2.2006. Luettu 14.06.2010.
http://unicef.org/crc/files/Rights_overview.pdf.

Antikainen, I. & Leskio, M. 2008. Kasvu äidiksi – kehitysprosessi kohti äitiyttä. Julkaistu 14.05.2008. Luettu 11.09.2010.
<http://demo.seco.tkk.fi/tervesuomi/item/nn:286>.

Asumisen tuet. 2009. Kansaneläkelaitos. Päivitetty 11.12.2009. Luettu 07.08.2010.
<http://www.kela.fi/in/internet/suomi.nsf/NET/170501111907EH?OpenDocument>.

Haarala, P. & Tervaskanto-Mäentausta, T. 2008. Terveystenhoitaja ammattina. Teoksessa Haarala, P., Honkanen, H., Mellin, O-K. & Tervaskanto-Mäentausta, T. Terveystenhoitajan osaaminen. 1.painos. Helsinki: Edita Prima, 13–40.

Hellsten, T. 2001. Vanhemmuus -vastuullista vallankäyttöä. Helsinki: Kirjapaja.

Hietanen, P. Neuvolatoiminnan koordinaattori. 2010. Haastattelu 05.01.2010. Haastattelijat Nieminen, T. & Touronen, K. Tampereen kaupunki. Hyvinvointipalvelut. Lasten ja nuorten terveystalvelut.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. 13. osin uudistettu painos. Helsinki: Tammi.

Historia. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Luettu 12.09.2009.
<http://www.mll.fi/mll/historia>.

Honkanen, H. 2008. Lasta odottavan ja alle kouluikäisen lapsen perhe terveyden hoitajan asiakkaana, Hakulinen- Viitasen & Pelkosen 2005 mukaan. Teoksessa Haarala, P., Honkanen, H., Mellin, O-K & Tervaskanto-Mäentausta, T. Terveystenhoitajan osaaminen. 1. painos. Helsinki: Edita Prima, 274–338.

Honkanen, H. & Mellin, O. 2008. Terveysten edistämisen työmenetelmiä terveydenhoitajan työssä. Teoksessa Haarala, P., Honkanen, H., Mellin, O-K & Tervaskanto-Mäentausta, T. Terveystenhoitajan osaaminen. 1. painos. Helsinki: Edita Prima, 105–272.

Huttunen, J. 2001. Isänä olemisen uudet suunnat. Jyväskylä: PS-kustannus.

Häggman-Laitila, A., Ruskomaa, L. & Euramaa, K-I. 2000. Varhaista tukea lapsiperheille. Kokemuksia Lapsiperhe- projektin perhetyöstä. Helsinki: Mannerheimin Lastensuojeluliitto, Raha-automaattiyhdistys.

Häggman-Laitila, A., 2001. Lapsiperhe -projekti ja varhainen tuki perheiden arjenhallinnassa. Teoksessa Pietilä, M., Vehviläinen-Julkunen, K., Häggman-Laitila, A. & Saastamoinen, H-M. Preventiivinen perhehoitotyö. Terveysttä edistävien työmenetelmien arviointia Lapsiperhe –projektissa. Kuopion yliopisto. Hoitotieteen laitos.

Kaila-Behm, A. 1997. Miehestä esikoisen isäksi. Kuopion yliopisto. Hoitotieteen laitos. Väitöskirja.

Kankkonen, M. & Suutarla, A. 2006. Joka kodin konstit –projekti. Loppuraportti. MLL. Luettu 10.11.2009.
www.mll.fi/@Bin/1658106/JKK-loppuraportti+2007-01-26.pdf.

Kaukkila, V. & Lehtonen, E. 2007. Ryhmästä enemmän. Helsinki: SMS–Tuotanto Oy.

Kauppila, R. 2005. Vuorovaikutus ja sosiaaliset taidot. Jyväskylä: PS-kustannus.

Kekkonen, M. 2004. Vanhemmuutta etsimässä ja tukemassa. Lapsiperheiden peruspalvelujen kehittäminen. Stakes raportteja 281/2004. Helsinki: Stakes.

Kinnunen, U. & Mauno, S. 2002. Työ- ja perhe-elämä vanhempien ja lasten näkökulmasta. Teoksessa Kinnunen, U. & Rönkä, A. (toim.). Perhe ja vanhemmuus. Suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen. Jyväskylä: PS-Kustannus, 99-118.

Kohti itsetuntemusta. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Luettu 11.09.2010.

http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemmuus_ja_kasvatus/vanhemmaksi_kasvu/kohti_itsetuntemusta/.

Kyngäs, H., Kääriäinen, M., Poskiparta, M., Johansson, K., Hirvonen, E. & Renfors, T. 2007. Ohjaaminen hoitotyössä. Helsinki: WSOY.

Laaksola, H. 2005. Lapsi on elävä huutomerkki. Opettaja 38B. Varpu– lapselle tukea ajoissa.

Lapsiperheille 2010. Kansaneläkelaitos. Päivitetty 13.09.2010. Luettu 07.08.2010.
<http://www.kela.fi/in/internet/suomi.nsf/NET/110701111752EH?OpenDocument>.

Lapsuuden kokemukset. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Luettu 11.09.2010.

http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemmuus_ja_kasvatus/vanhemmaksi_kasvu/lapsuuden_kokemukset/.

Lastensuojelulaki 13.4.2007/417.

Leskinen, E. 2009. Ryhmä toimimaan. Jyväskylä: PS-kustannus.

Lindholm, M. 2009. Neuvolatyön verkostot. Teoksessa Armanto, A. & Koistinen, P. (toim.) Neuvolatyön käsikirja. 1.–3. painos. Helsinki: Tammi, 26–30.

Marttunen, M. Professori. 2005. Riittävän hyvä vanhemmuus. Päivitetty 24.11.2006. Luettu 14.07.2010.

http://www.ktl.fi/portal/suomi/julkaisut/kansanterveyslehti/lehdet_2005/9_2005/riittava_n_hyva_vanhemmuus.

Mönkkönen, K. 2007. Vuorovaikutus. Dialoginen asiakastyö. 1. painos. Helsinki: Edita Prima Oy.

- MLL. 2009. Vanhempainpuhelimien ja -netin vuosiraportti 2008. Luettu 08.06.2010.
<http://mll.fi/bin.directo.fi/@Bin/ca35e3965a0431323f72a5c973597b1e/1284277461/application/pdf/7892718/MLL%20LNPN%20raportti%202008%20WEB.pdf>.
- Neuvolat. 2010. Sosiaali- ja terveysministeriö. Julkaistu 24.03.2010. Luettu 07.08.2010.
http://www.stm.fi/sosiaali_ja_terveyspalvelut/terveyspalvelut/perusterveydenhuoper/neuvolat.
- Neuvoloiden perhevalmennus voi saada jatkoa. 2010. Aamulehti. Lyhyesti. 129(272),5.
- Onnismaa, J., Pasanen, H. & Spangar, T. (toim.) 2000. Ohjaus ammattina ja tieteenalana 1. Ohjauksen lähestymistavat ja ohjaustutkimus. Aikaa huomiota ja kunnioitusta. Juva: WS Bookwell.
- Paajanen, P. 2007. Mikä on minun perheeni? Suomalaisten käsityksiä perheestä vuosilta 2007 ja 1997. Perhebarometri 2007. Katsauksia E30/2007. Helsinki: Väestötutkimuslaitos.
- Pelin, R. 2009. Projektihallinnan käsikirja. 6. uudistettu painos. Helsinki: Projektijohdaminen Risto Pelin.
- Perheet. Tilastokeskus. Luettu 06.03.2010.
<http://www.stat.fi/meta/kas/perhe.html>.
- PERHE -hanke. Perhepalvelujen kumppanuusohjelma. Sosiaali- ja terveysministeriön monisteita 2005:4. Stakes, Opetushallitus, Suomen Kuntaliitto, Lastensuojelun Keskusliitto, Mannerheimin Lastensuojeluliiton, Suomen Vanhempainliitto ja Suomen evankelisluterilainen kirkkohallitus. Helsinki: Yliopistopaino Kustannus.
- Perhe- ja sosiaalipalvelut. 2010. Tampereen kaupunki. Päivitetty 14.09.2010. Luettu 11.09.2010.
<http://www.tampere.fi/perhejasosiaalipalvelut.html>.
- Perheiden määrä kasvaa edelleen. 2010. Tilastokeskus. Julkaistu 28.05.2010. Luettu 14.07.2010.
http://www.stat.fi/til/perh_2009_2010-05-28_tie_001_fi.html.
- Päivähoito on hoitoa, kasvatusta ja opetusta. 2009. Sosiaali- ja terveysministeriö. Julkaistu 27.02.2009. Luettu 07.08.2010.
http://www.stm.fi/lapset/palvelut_perheille/paivahoito.
- Rantala, A. 2002. Perhekeskeisyys- puhetta vai todellisuutta. Työntekijöiden käsitykset yhteistyöstä erityistä tukea tarvitsevan lapsen perheen kanssa. Jyväskylä: Jyväskylä University Printing House.
- Ruuska, K. 2007. Pidä projekti hallinnassa. 6. uudistettu painos. Helsinki: Talentum.
- Rönkä, A., Malinen, K., Sevón, E., Kinnunen, U., Poikonen, P-L. & Lämsä, T. 2009. Arki elämänalueiden leikkauspisteessä: johtopäätökset ja ehdotuksia perheiden arjen tukemiseksi. Teoksessa Rönkä, A., Malinen, K. & Lämsä, T. (toim.) 2009. Perhe-elämän paletti. Jyväskylä: PS-kustannus, 273–295.

Sarkkinen, M. Vauvaperhepsykologi. 2006. Raskaudenaikaisten mielikuvien yhteys äidin ja vauvan myöhempään vuorovaikutukseen, raskauden vaiheet. Luento. VIII Valtakunnalliset neuvolapäivät 31.10.2006. Dipoli, Espoo.

Schmitt, F. 2003. Riittävän hyvä vanhemmuus. Teoksessa Sinkkonen, J.(toim.) 2003. Pesästä lentoon. 2. painos. Vantaa: Dark Oy, 298–326.

Sévon, E. & Huttunen, J. 2002. Odottavan äidin vastuu. Teoksessa Kinnunen, U. & Rönkä, A. (toim.) 2002. Perhe ja vanhemmuus. Suomalaisen perhe-elämän tukeminen. Jyväskylä: PS-Kustannus, 72-98.

Sillgren, R. Terveystoimittaja. 2010. Haastattelu 11.01.2010. Haastattelija Nieminen, T. & Touronen, K. Tampereen kaupunki. Lastenneuvola.

Sinkkonen, J. 2001. Lapsen puolesta. Helsinki: WSOY.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2004. Lastenneuvola lapsiperheiden tukena. Opas työntekijöille. Julkaisuja 2004:14. Helsinki: Edita Prima Oy.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2008. Isien ja isyyden tukeminen äitiys- ja lastenneuvoissa. Selvityksiä 2008:24. Helsinki: STM.

Tietoa MLL:stä. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Luettu 10.10.2009.
<http://www.mll.fi/mll/>.

Toimeentulotuki. 2010. Tampereen kaupunki. Päivitetty 17.08.2010. Luettu 11.09.2010.
<http://www.tampere.fi/perhejasosiaalipalvelut/toimeentulotuki.html>.

Tuomi, J. 2006. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 1.–4. painos. Helsinki: Tammi

Vanhemmuuden kaari. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Luettu 11.09.2010.
http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemmuus_ja_kasvatus/vanhemvanhem_kaari/.

Vanhemmuuden roolikartta® 2008. Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä. Luettu 11.09.2010.
http://www.vslk.fi/index.php?option=com_wrapper&view=wrapper&Itemid=17.

Vilen, M., Leppämäki, P. & Ekström, L. 2005. Vuorovaikutuksellinen tukeminen sosiaali- ja terveysalalla. 1.– 2. painos. Helsinki: WSOY.

Viljamaa, M-L. 2003. Neuvola tänään ja huomenna. Vanhemmuuden tukeminen, perhekeskeisyys ja vertaistuki. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

Virtanen, P. 2000. Projektityö. Porvoo: WSOY.

Warnemuende, C. The Good Enough Parent. Luettu 12.10.2010
<http://www.informedparent.com/article.html?thegoodenoughparent>.

Åstedt-Kurki, P., Jussila, A-L., Koponen, L., Lehto, P., Maijala, H., Paavilainen, R. & Potinkara, H. 2008. Kohti perheen hyvää hoitamista. 1. painos. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.

MAINONTA & MARKKINOINTI

www.mll-tre.fi

Teematorstait

- Teematorstai on uusi toimintamuoto torstaisin klo 10-11. Toiminta on kaikille avointa. Teemat vaihtelevat toiminnallisista tilaisuuksista erilaisiin alustuksiin ja keskustelutuokioihin. Teemoissa keskitytään vanhemmuuteen, parisuhteeseen ja lasten kasvuun ja kehitykseen, arkisiin asioihin.
- Teematorstain aiheissa olemme huomioineet eri-ikäiset lapset. Seuraa ohjelmaa netissä tai Laivapuiston perhetalon ilmoitustaululla. Jokaisen torstain kohdalla on myös viite, minkä ikäisille teema on ensisijaisesti tarkoitettu.
- Syksyn 2009 ohjelmisto sisältää myös kuuden kerran ”suurenmoinen perhe” – kokonaisuuden, johon tulee ilmoittautua etukäteen. Tähän ryhmään otetaan enintään 10 perhettä. Keskustelutilanteiden ajaksi on järjestetty lastenhoito. Ajankohta voi vielä muuttua, joten seuraa ohjelmaa!

Marraskuu

- 5.11. **Suurenmoiseksi perheeksi** -ryhmä alkaa. Ryhmään ilmoitaututaan etukäteen. Ja sama ryhmä jatkaa koko kuuden kerran ajan. Kysy lisää ja tule mukaan keskustelemaan muiden kanssa. Ryhmän vetäjinä Katja Touronen ja Tanja Nieminen. Lastenhoito järjestetty. Ensimmäisen kerran aiheena mm. oman lapsuuden vaikutus vanhemmuuteen
- 12.11. **Suurenmoiseksi perheeksi** -ryhmä; Temperamentit ja vanhemmuustyylit
- 19.11. **Suurenmoiseksi perheeksi** ryhmä: Arjen tunnevaltaiset tilanteet
- 26.11. **Suurenmoiseksi perheeksi** -ryhmä: Itsestä huolehtiminen ja itsearvostus

Joulukuu

- 3.12. **Suurenmoiseksi perheeksi** -ryhmä: Parisuhde
- 10.12. **Suurenmoiseksi perheeksi** -ryhmä: varmaotteinen vanhemmuus

Tamperelainen
17.10.2009:

MLL Tampereen osasto

► **LAIVAPUISTON PERHETALO**, Tiiliruukinkatu 1,33200 Tampere, puhelin toimistoon 2130721, www.mll-tre.fi
 ► **KIPPARIT** : Lasten leikkikerhot 2 vuotta täyryänelle ke ja pe klo 10.00 -13.00.
 ► **VAUVAKERHO** : alle 1-v vanhempiene maanantaisin klo 11 - 13.
 ► **PERHEKAHVILA TIISTAISIN** klo 10 - 14 ja torstaisin klo 11.00 - 14.00.
 ► **PERHETALON KAHVILA** Messi avoimna perhekahvilan ja vauvakerhon aikana.
 ► **TEEMATORSTAIT** : torstaisin klo 10 - 11 Laivapuiston perhetalossa.
 ► **SUURENMOISEKSI PERHEEKSI** vanhempien keskusteluryhmä, lastenhoito järjestetty, lisätiedot ja ilmoittautumiset puh. 2130721.
 ► **MUMMOLA** : joka kuukauden ensimmäinen tiistai Perhekahvilassa!
 ► **LASTEN RYHMÄHOITOPALVELU** maanantaisin klo 8.30 - 10.30. Lisätiedot ja hoitovaraukset puh. 2130721.
 ► **ISÄ** - pappa - dad, parittomien viikkojen tiistai-illtain klo 17.00 - 18.30, ohjelma netistä.
 ► **ERO EDESSÄ** - illa 22.10.2009 klo 17.30. Aiheena vanhempien ero lapsen näkökulmasta.
 ► **TURVAKAUKALOIDEN, MATKASÄNGYN** vuokrauspalvelu, puh. 2130721.
 ► **ILMANKOS -HANKKEEN** mediaprojekti Pyyntikin koulun kanssa
 www.mll-tre.fi

Suurenmoiseksi perheeksi -vertaistukiryhmä


5.11.2009 klo 10.00 – 11.00



SUUNNITELMA

○ Esittelyt (itsemme, ryhmän, ryhmäläisten)	10min
○ Ryhmän säännöt	10min
○ Aiheiden esittely	10min
○ 5 tekijää, jotka tekevät perheestä suurenmoisen, tehtävä	10min
○ Sukuperintö	20min

RYHMÄN ”SÄÄNNÖT”



- ”Vaitiolovelvollisuus”
- Turvallinen ilmapiiri
- Pakko ei ole puhua
- Tunteet saa näyttää
- Saavumme ajoissa paikalle – huolehdithan lapsesi valmiiksi hoitoa ajatellen
- Ryhmä kestää yhden tunnin – mahdollisuus keskusteluun tunnin jälkeen (lapsi mukaan)
- Tehtävät henkilökohtaisia ja kotitehtävä luonteisia – ei pureta tunneilla

TUNTIEI AIHEITA

TUNTI 1: Alustus, suurenmoisen perheen 5 tekijää, sukuperintö


TUNTI 2: Vanhemmuustyylit ja lasten temperamentit

TUNTI 3: Ajatukseni ja tunteeni vanhempana

TUNTI 4: Itsestä huolehtiminen, itsearvostus


TUNTI 5: Parisuhde

TUNTI 6: Vanhemmuuteen kasvu



5 TEKIJÄÄ, JOTKA TEKEVÄT PERHEESTÄ SUURENMOISEN

1. Luo välittävä ja hyväksyvä perhepiiri
2. Tuo perheen elämään rytmiä
3. Ylläpidä perheessäsi merkityksellisiä rituaaleja ja perinteitä
4. Ole aktiivinen viestijä
5. Opi arjen kriisinhallinnan taitoja




SUKUPERINTÖ

- Käyttäytymismallit
 - Positiiviset
 - Negatiiviset
- Minkälainen haluan olla vanhempana

1. Tiedosta ja tunnista sukuperintösi osat, joiden täytyy muuttua
2. Tunnista omat vahingolliset sisäiset ajatusmallisi ja tunnetilasi
3. Pohdi vahingollisten sisäisten ajatusmalliesi ja tunnetilojesi todenperäisyyttä.

Vastustan kielteistä ajattelua!



Ensimmäisellä kerralla olimme paikalla tunti ennen ryhmän alkua valmistelemassa tilat ja laitteet kuntoon. Itse ryhmän pääsimme aloittamaan hiukan myöhässä, koska ryhmäläiset eivät olleet vielä varanneet aikaa lapsen hoitoon jättämiselle. Ennen alkua oli tullut kaksi peruutusta ja kolmella äidillä oli muita syitä (sairastuminen, lääkärikäynti). Paikalle saapui neljä äitiä.

Aloitimme ryhmän esittelemällä itsemme ryhmälle. Myös ryhmäläiset esittelivät itsensä. Käytimme tapaamisissa valmistamiamme nimipinssejä tullaksemme tutuiksi toisillemme sekä edistääksemme ryhmäytymistä. Kävimme läpi yhteiset sääntömme ja sitouduimme noudattamaan niitä. Esittelimme tulevien tuntien aiheita sekä kysyimme ryhmäläisiltä toiveita sisältöjen suhteen.

Kävimme yhdessä keskustellen läpi suurenmoisen perheen elementtejä. Ryhmä oli jo heti ensimmäisellä kerralla erittäin keskusteleva ja osallistuva. Jouduimme rajaamaan keskustelun määrää aikataulun puitteissa ja tärkeimmäksi kokemamme sukuperintöön ja oman lapsuuden aikaisiin tekijöihin liittyvät asiat jäivät tästä syystä vähemmälle huomiolle. Meidän ei juuri tarvinnut avata diojen sisältöä vaan asia eteni paljolti ryhmän omien tarpeiden ja ajatusten kautta. Osallistuimme keskusteluun ryhmän jäsenenä, mutta myös ryhmän ohjaajina ja vetäjinä ohjaten keskustelua tavoittelemaamme suuntaan asiasisällön pohjalta.

Tunnin lopuksi jaoimme ryhmäläisille materiaalia kotiin luettavaksi sekä tehtävän vuorovaikutuksesta ja tunteiden ilmaisusta omassa lapsuuden kodissa herättämään ajattelua.

Suurenmoiseksi perheeksi -vertaistukiryhmä

12.11.2009 klo 10.00 – 11.00



SUUNNITELMA

○ Ensimmäisellä kerralla poissaolleille infoa ryhmän toiminnasta	5 min
○ Keskustelua vanhemmuustyyleistä	30 min
• Pohdintaa ryhmän kesken eri vanhemmuustyyleistä ja niiden vaikutuksesta lapseen	
○ Keskustelua temperamenteista	20min
• Käsitteen avaaminen	
• Pohdintaa ryhmän kesken eri temperamenteista, miten ne ilmenee lapsessa	
Lopuksi "kotitehtävän" anto ja alustus	5 min

VANHEMMUUSTYYLIT JA TEMPERAMENTIT

1. Täydellisyyttä tavoittelevat vanhemmat
2. Ylisuojelevat vanhemmat
3. Turvattomuutta luovat vanhemmat
4. Lapsen itseluottamuksen tukahduttavat vanhemmat
5. Lastaan miellyttävät vanhemmat
6. Lasta kunnioittavat vanhemmat



TEMPERAMENTIT

1. Helppo temperamentti
2. Hitaasti lämpenevä temperamentti
3. Haastava temperamentti

Toisen tunnin alussa kerroimme ensimmäisellä kerralla poissaolleille ryhmän toiminnasta. Ryhmään osallistui 7/8, yksi ensimmäisellä kerralla paikalla ollut oli poissa. Jälleen pääsimme aloittamaan muutaman minuutin myöhässä. Pari osallistujaa tuli myöhässä, joita emme kuitenkaan enää odotelleet. Tämä vaikutti tunnin kulkuun hidastavasti, koska jouduimme vielä kertomaan heille mitä olemme tekemässä.

Ryhmä oli jälleen hyvin keskusteleva ja jouduimme ohjailemaan keskustelua eteenpäin. Käytimme keskustelun tukena fläppitaulua ja osallistuimme keskusteluun ryhmän mukana. Aiheena tunnilla oli eri vanhemmuustyyliä ja lasten temperamentit sekä niiden yhdistäminen.

Tunnin lopuksi jaoimme jälleen kotitehtäviä, joiden avulla vanhemmat voivat pohtia omaa vanhemmuustyyliään sekä lapsensa temperamenttia. Lisäksi jaoimme materiaalia, joissa oli vinkkejä miten eri tyylit ja temperamentit voidaan saada toimivaan yhteistyöhön. Lisäksi oli vielä tehtävä lapsen liittyvistä mielikuvista sekä sisarusten välisestä tasapuolisuudesta.

Suurenmoiseksi perheeksi -vertaistukiryhmä

19.11.2009 klo 10.00 – 11.00



**AJATUKSENI JA TUNTEENI
VANHEMPANA**
3. Tunti

SUUNNITELMA

- o DVD: Turvalliset rajat 20 min
- + 5min alustus**
- o Keskustelua tunteista.. 25 min
 - Aivoriihi/tunnevaltaiset tilanteet, case
 - o Myönteiset ja kielteiset tunnetilat
 - o Tunteiden hallinta
 - o Vaikeiden tunteiden kohtaaminen
 - o Tunteiden ilmaisu, lapsuuden kokemukset
 - o **KIELTEISET AJATUKSET**
- o Tehtävä 5 min
- o Lyhyt palautekysely + toiveita tulevasta 5 min
(aiheisällöstä ja menetelmistä)

Ajatukseni ja tunteeni vanhempana




- o Tunnevaltaiset tilanteet:
 - o Myönteiset ja kielteiset tunnetilat
 - o Tunteiden hallinta
 - o Vaikeiden tunteiden kohtaaminen
- o Tunteiden ilmaisu - lapsuuden kokemukset
- o **KIELTEISET AJATUKSET**





**KIELTEINEN SISÄINEN PUHE SYNNYT
JA VOIMISTAA VAIKEITA TUNTEITA**

1. Huolestunut sisäinen puhe
2. Kriittinen sisäinen puhe
3. Osattoman uhrin sisäinen puhe
4. Täydellisyyttä tavoittelevan sisäinen puhe

Kolmanteen tapaamiseen osallistui 6/8 henkilöä sekä ohjaava opettajamme havainnoijanamme. Tuntien alussa eräs ryhmäläinen kävi ilmoittamassa peruvansa osallistumisensa lapsen päivärytmin vuoksi. Pyrimme aloittamaan tällä kertaa ajoissa, mutta edelleenkin osa ryhmäläisistä oli myöhässä. Aluksi kysyimme palautetta kotitehtävistä ja muitakin mielipiteitä ryhmästä. Kotitehtävän sanavalinnat saivat hiukan kritiikkiä, mutta toisaalta asia oli herättänyt enemmänkin vain keskustelua johon me pyrimme. Aloitimme DVD:n katselun lähes aikataulussa.

Ryhmä oli edelleenkin keskustelevainen, mutta rauhallisempi tällä kertaa. Tunteista keskustellessa ryhmän jäsenet toivat esiin vaikeitakin tunteita. Näissä tilanteissa annoimme tilaa henkilölle kertoa rauhassa, mutta ajan rajallisuuden vuoksi emme myöskään voineet tuoda kaikkia omia ajatuksiamme ja tietoaamme ajatuksiin liittyen. Ilmapii-ri oli hyväksyvä ja kaikki saivat puheenvuoron.

Aikataulu piti tällä kertaa hyvin. Joitakin asioita jäi käymättä läpi, mutta jakamamme materiaali täydensi ja toi jatkumoa keskustelulle.

Suurenmoiseksi perheeksi -vertaistukiryhmä

26.11.2009 klo 10.00 – 11.00



**ITSESTÄ HUOLEHTIMINEN,
ITSEARVOSTUS**
4. Tunti

SUUNNITELMA

- o Alkujutut 10min
 - Teemojen esittelyä
 - Ohjeistusta
 - Jako pareiksi, jos ryhmässä tarpeeksi osallistujia. Muuten asioita käydään yhdessä keskustellen läpi.

Pareittain tehtävien tekoa 10min

Teemojen läpikäynti ja keskustelua niistä 5-10min/teema


Kirjallisen materiaalin ja kotitehtävien jako 5min

TAI

- Keskustellen teemat läpi
- Loppuun rentoutushetki 5min

TEEMAT

- o Ravitsemus, alkoholi ja liikunta
- o Lepo/rentoutuminen
- o Oma aika, harrastus
- o Työnjako kotona
- o Sosiaaliset suhteet, verkosto (kotitehtävä)



TEHTÄVÄ

- o **Perhe Suurenmoinen**
 - Isä 36v. Myyntimies – matkustelee paljon työkseen. Epäsäännölliset elämäntavat, ylipaino. Tapana pitkän työviikon jälkeen ottaa alkoholia. Vapaapäivinä viettää aikaa lasten kanssa.
 - Kotiäiti 32v. Pääasiallinen vastuu kodista ja lapsista. Väsynyt, ei omaa aikaa eikä harrastuksia. Palaamassa työelämään.
 - Tyttäret 6v esikoululainen ja 2,5v uhmakas kerholainen.

- o Pohtikaa pareittain omaa teemaanne esimerkkiperheen arjessa.

- Minkälaisia epäkohtia?
- Mitä tehdä toisin?
- Miten tehdä toisin?
- Miten tehdä muutoksista pysyviä?

MIELIKUVITUKSEN KÄYTTÖ SALLITTUA!

**RAVITSEMUS, ALKOHOLI JA
LIIKUNTA**





LEPO/RENTOUTUMINEN



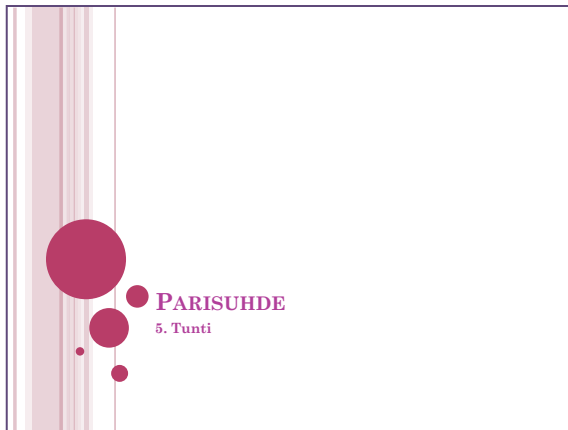

OMA AIKA JA HARRASTUSTYÖNJAKO KOTONASOSIAALISET SUHTEET, VERKOSTO

Neljänteen tapaamiseen osallistui kaikki ryhmäläiset sekä yksi silmätulehduksesta kärsivä lapsi, jonka äiti halusi osallistua ryhmään eikä voinut jättää lasta tartuttamaan muita. Edelleenkin kaikki äidit eivät saapuneet ajoissa. Esittelimme tuntisisältömme ryhmän alussa ja muutimme suunnitelmaamme tunnin kulusta ajankäytöllisistä sekä aiheiden laajuudesta johtuen. Tarkoituksena oli vapaan keskustelun kautta ja kysymyksiin ohjaten käydä aihealueita läpi antaen äideille mahdollisuuden keskustella itselleen tärkeistä näkökulmista.

Tunnin ohjasimme ilman materiaalia osallistuen keskusteluun ohjaajina. Aistimme eri keskustelun vaiheissa herkistyneisyyttä, mutta paljon asiat myös naurattivat. Äidit toivat paljon esiin tunnepitoisia asioita omasta jaksamisestaan. Kaikki, myös ryhmän hiljaisiin, osallistuivat keskusteluun. Edelleenkin ryhmästä erottuivat ne puheliaimmat persoonat. Lopussa pidimme lyhyen ohjatun rentoutushetken levytä kuunnellen.


Suurenmoiseksi perheeksi -vertaistukiryhmä

3.12.2009 klo 10.00 – 11.00



SUUNNITELMA	
o Alkuun aiheen esittely	5min
o Jaetaan parisuhdekukka, josta keskustelua (missä vaiheessa nyt, hyvät ja huonot asiat, missä tarvetta muutokseen, keinot)	10min
o Slidet x2, keskustelua ”väittämistä” (kaikkia ei ole tarkoitus käydä välttämättä läpi, loput hätävarana)	yht. ½h
o Loppuyhteenveto, tehtävien ja palautekyselyn jako	15min

KESKUSTELUA...



1. On tärkeää, että pari muodostaa yhteisen vanhemmuuden lasten hoitamisessa
2. Molemmilla puolisoilla on omat yhdessä olemisen perusmallit, jonka pohja on usein kasvuperheessä
3. Hyvässä suhteessa voi ilmaista omia tunteitaan ilman hylätyksi tulemisen uhkaa
4. Torjutuksi tuleminen itselle tärkeällä alueella voi johtaa vetäytymiseen tai loukkaavaan reagointiin
5. Liiallinen vanhemmuuden korostaminen vie pohjaa intimitteiltä ja seksuaalisuudelta
6. Vanhempien jatkuva riitely tuottaa vahinkoa lapsen kehitykselle

7. Koeajan pitäminen kumppanille voi tehdä mahdolltomaksi hyvän suhteen syntymisen
8. Molemmilla puolisoilla tulee olla sananvaltaa asioista päätettäessä. Jos toinen joutuu aina taipumaan toisen tahtoon, voidaan puhua hyväksikäyttösuhteesta
9. On tärkeää sopia riidat ja välttää tuhoavaa vuorovaikutusta kuten syyttelyä tai halveksuntaa
10. Vaikeuksista pitää osata keskustella, muuten ne voivat heikentää parisuhdetta

Viidennellä kerralla ryhmäläisistä kaksi oli ilmoittanut poissaolostaan ja kaksi oli muuten poissa. Paikalla oli siis neljä osanottajaa. Tunnin aiheena oleva parisuhde sai keskustelua aikaan. Toisaalta oli hyvä, että osallistujia oli vähemmän, sillä näin ryhmässä oli enemmän aikaa pohtia ajatuksiaan teemasta sekä tilaa tuoda mietteitään julki. Jokainen läsnäolija sai kiitettävästi puheenvuoroja. Ryhmä toimi vertaistuen muodossa jäsentensä jakaessa keskenään kokemuksiaan sekä antaessa käytännön vinkkejä toisilleen.

Aikataulu piti hyvin ja riitti ensimmäisen dian läpikäyntiin kuten olimme suunnitelleekin. Alussa jakamamme parisuhdekukka herätti jo paljon keskustelua ja annoimme keskustelun hiukan venähtää, koska asia oli oleellista ja keskustelu toisia tukevaa. Ryhmäläiset aktivoituivat hyvin pohtimaan omaa parisuhdettaan ja jakoivat asioita avoimesti. Keskusteluissa tuli esiin monesti jo ensimmäisellä kerralla aiheenamme ollut sukuperintö ja nyt ryhmäläiset pohtivat oma-aloitteisesti sen vaikutusta omaan parisuhteeseen ja riitelytaitoihin.

Lopussa jaoimme hieman enemmän luettavaa materiaalia sekä tehtäviä kotiin mukaan. Lisäksi annoimme ryhmäläisille palautekyselyn täytettäväksi ja tuotavaksi viimeiselle kerralle.


Suurenmoiseksi perheeksi -vertaistukiryhmä


10.12.2009 klo 10.00 – 11.00



SUUNNITELMA	
<ul style="list-style-type: none"> ○ Lyhyt yhteenveto käydyistä aiheista 10min <ul style="list-style-type: none"> • Paluu ensimmäisen kerran tehtävään (positiivisten asioiden lista ym.) • Pohdintaa listasta, onko herännyt ajatuksia, muutoksia ym. → uudelleen listaaminen 	
<ul style="list-style-type: none"> ○ Keskustelua vanhemmuudesta 40min <ul style="list-style-type: none"> • 4. slide luennoiden, jonka jälkeen keskustelua näistä asioista • Olenko riittävä vanhempana? (millainen?) • → DVD: Riittävän hyvä vanhemmuus, Jari Sinkkonen 	
<ul style="list-style-type: none"> • Palautteen keräys, loppuhöpinät 10min 	

TUNTIEN AIHEITA
TUNTI 1: Alustus, suurenmoisen perheen 5 tekijää, sukuperintö
TUNTI 2: Vanhemmuustyylit ja lasten temperamentit
TUNTI 3: Ajatukseni ja tunteeni vanhempana
TUNTI 4: Itsestä huolehtiminen, itsearvostus
TUNTI 5: Parisuhde
TUNTI 6: Vanhemmuuteen kasvu



<ul style="list-style-type: none"> ○ Minä: yksilö ja vanhempi ○ Kaikkeen ei voi riittää ○ Tätäkö minä tahdon? ○ Levoton mieli (sisäinen kriitikko) ○ Lapsuuden kokemukset ○ Vuorovaikutus muovaa meitä ○ Kohti itsetuntemusta ja jaksamista 	
--	---



Viimeisellä kerralla ryhmän jäseniä oli paikalla viisi kappaletta. Kaksi oli edellisellä kerralla ilmoittanut poissaolostaan, yksi oli muuten poissa. Tunnin ohjasimme lähes kokonaan itse luennoiden power point –esitys tukena jättäen kuitenkin tilaa keskusteluun, mikä eteni rauhallisesti ja sujuvasti vanhemmuudesta ja siihen kasvamisesta.

Teema herätti äideissä keskustelua sekä myös herkistäviä tunteita. Lopuksi keräsimme läsnäolijoilta kyselypalautteet.

Tunnin jälkeen pidimme MLL:n toiminnanjohtajan kanssa lyhyen palaverin ryhmän onnistumisesta.

PALAUTE



1. Miten päädyit ryhmään?

2. Mitä odotit ryhmän toiminnalta, täyttyivätkö odotukset?

3. Olisitko kaivannut asiiasältöön jotakin lisää tai sisällöstä jotakin pois?

4. Mitä mieltä olet tuntien määrästä ja niiden kestosta? Entä ryhmäkoosta?

jatkuu...

5. Mitä mieltä olet vertaistukiryhmästä menetelmänä vanhemmuuden tukemisessa? Millaiseksi koit ilmapiirin ryhmässä?

6. Kaipaitko/kaipaanko enemmän tukea vanhemmuuteen neuvolasta? Voisitko jatkossa ajatella hyödyntäväsi 3.sektoria vertaistukiryhmän muodossa (esim. MLL)?

7. Tuliko mieleesi muuta?

Kiitos!

Kehittämistehtävänä toimivaa kansiota ei liitetty opinnäytetyöhön.