

Minna Kemppainen, Henna Kilpeläinen & Anne-Maarit Tervonen

Äitien kokemuksia kainuulaisesta perhevalmennuksesta
- artikkeli Terveystieteiden lehteen

Kehitystehtävä
Kajaanin ammattikorkeakoulu
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala
Hoitotyön koulutusohjelma
Kevät 2008



**Kajaanin
ammattikorkeakoulu**

OPINNÄYTETYÖ TIIVISTELMÄ

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	Koulutusohjelma Hoitotyön ko
Tekijä(t) Kemppainen Minna, Kilpeläinen Henna & Tervonen Anne-Maarit	
Työn nimi Äitien kokemuksia kainuulaisesta perhevalmennuksesta – Artikkeliterveysdenhoitaja-lehteen	
Vaihtoehtoiset ammattipinnot Terveysdenhoitotyö	Ohjaaja(t) Niskanen Sirkka-Liisa Toimeksiantaja
Aika Kevät 2008	Sivumäärä ja liitteet 15+1
<p>Päätimme kirjoittaa opinnäyteyöstämme kehitystehtävänämme artikkelin, koska emme halunneet sen jäävän vain ammattikorkeakoulun kirjaston hyllyyn luettavaksi. Kirjoittamalla artikkelin pystymme kertomaan opinnäytetyömme tuloksista suuremmalle yleisölle. Samalla Kainuun maakunta – kuntayhtymä saa positiivista julkisuutta kehittäessään perhevalmennustaan asiakaslähtöisemmäksi.</p> <p>Artikkelimme päätavoitteena on tuottaa tietoa Kainuun maakunnan perhevalmennuksen kehittämisalueista, koska uskomme muidenkin kuntien hyötyvän siitä. Toivomme, että Kainuun perhevalmennuksen kehittämiskohteiden esille tuominen kannustaisi muitakin kuntia tarkastelemaan omaa perhevalmennustaan kriittisesti. Toisaalta pyrkimyksemme on myös herättää yksittäiset terveydenhoitajat ja muut perhevalmennusta vetävät ihmiset miettimään omia toimintatapojaan ja huomioimaan asiakkaiden tarpeet paremmin omassa työssään.</p> <p>Valitsimme julkaisuforumiksemme Terveysdenhoitaja-lehden. Se on ajankohtaisten ammatti- ja järjestöasioiden tietolähde terveydenhoitajille, kuulontutkijoille, alan opiskelijoille, kouluttajille, asiantuntijoille ja päättäjille. Artikkelimme on suunnattu terveydenhoitajille ja ajattelimme tämän lehden vastaavan tavoitteitamme parhaiten.</p> <p>Vaikka Terveysdenhoitaja-lehti ei olekaan täysin tieteellinen lehti, pidimme tärkeänä tutustua tieteellisen kirjoittamisen kriteereihin. Tieteelliselle kirjoittamiselle ei ole olemassa tiettyä listaa ominaisuuksista, jotka tekevät tekstistä tieteellisen, vaan kirjoittaja tekee valintansa omien mieltymystensä mukaan.</p>	
Kieli	Suomi
Asiasanat	
Säilytyspaikka	<input checked="" type="checkbox"/> Kajaanin ammattikorkeakoulun Kaktus-tietokanta <input type="checkbox"/> Kajaanin ammattikorkeakoulun kirjasto

School Health and Sports	Degree Programme Nursing Care
Author(s) Kemppainen Minna, Kilpeläinen Henna and Tervonen Anne-Maarit	
Title Mothers' Experiences of Parentcraft Classes in Kainuu – An article for the Terveystieteiden lehti magazine	
Optional Professional Studies Public Health Nursing	Instructor(s) Niskanen Sirkka-Liisa
	Commissioned by
Date Spring 2008	Total Number of Pages and Appendices 15+1
<p>We decided to write an article about our thesis because we didn't want it just to lay on the shelf of the library. We wanted to share our results with a bigger audience. At the same time the Joint Authority of Kainuu Region gets publicity by developing parentcraft classes more customer-friendly.</p> <p>The main goal of our article is to offer information of matters which need developing. We believe that other regions in Finland might also get profit of it. We wish that our article would motivate other regions to look at their own parentcraft classes critically. On the other hand, our aim is to inspire single public health nurses and other people who instruct parentcraft classes to think of their own courses of action and consider the needs of the clients better.</p> <p>We chose to offer our article to the Terveystieteiden lehti (the Public Health Nurse) magazine. It is a professional organization magazine for public health nurses and audiologists. Our article is directed to public health nurses and we thought that this magazine would meet our goals best. Even though Terveystieteiden lehti is not a scientific magazine we thought it was important to get acquainted with the criteria of scientific writing. There are no exact lists of characteristics that make a text scientific.</p>	
Language of Thesis	
Keywords	
Deposited at	<input checked="" type="checkbox"/> Kaktus Database at Kajaani University of Applied Sciences <input type="checkbox"/> Library of Kajaani University of Applied Sciences

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	2
2 TIETEELLINEN KIRJOITTAMINEN	3
2.1 Tiedeyhteisön puhetavat	3
2.2 Tieteellinen teksti rakentaa merkityksiä	4
2.3 Tieteen kielen inhimillinen puoli	5
3 ARTIKKELIN KIRJOITTAMINEN	7
3.1 Tieteellisen artikkelin julkaisufoorumin valinta	7
3.2 Terveystieteiden lehti	8
3.3 Artikkelin tavoitteet	9
3.4 Kirjoittamisprosessi	9
4 POHDINTA	12
4.1 Oma oppiminen ja terveydenhoitajan koulutusohjelmakohtaiset kompetenssit	12
4.2 Yleistä pohdintaa	13
LÄHTEET	15
LIITTEET	

1 JOHDANTO

Terveydenhoitajan suuntautumisvaihtoehdossa tehdään kehittämistyö terveydenhoitajan ammatillisen osaamisen lisäämiseksi ja terveydenhoitajan työn ja ammatin kehittämiseksi (OPM 2006, 91). Kehittämistehtävä on laajuudeltaan pienempi kuin opinnäytetyö. Koska terveydenhoitajat saavat kaksoistutkinnon (sairaanhoitaja-terveydenhoitaja), on molempia tutkintoja varten tehtävä oma päättötyö. Teimme opinnäytetyömme perhevalmennuksesta Kainuussa ja halusimme hyödyntää opinnäytetyötämme myös kehittämistehtävässä.

Vuonna 2004 Kainuuseen perustettiin perhevalmennuksen kehittämis- ja seurantatyöryhmä, jonka tarkoituksena on edistää yhteistyötä ja yhtenäistää perhevalmennuskäytännöt Kainuun kuntien välillä. Kainuun maakunta-kuntayhtymän synnytysosasto tilasi opinnäytetyömme Kajaanin ammattikorkeakoululta. Opinnäytetyön avulla kerättiin äitien kokemuksia kainuulaisen perhevalmennuksen toteutuksesta, jotta kehittämistyö jatkuisi haluttuun suuntaan. Tämän opinnäytetyön avulla perhevalmennustyöryhmä sai ajankohtaista tietoa siitä, miten uudistus on äitien mielestä vaikuttanut perhevalmennukseen. Lisäksi saatiin tietoa siitä, mitkä asiat kaipaavat vielä kehittämistä.

Kehittämistehtävän voi tehdä monin eri tavoin. Opiskelijoiden keskuudessa suosittuja kehittämistehtävän muotoja ovat erilaiset toimintapäivät ja opinnäytetyöstä kirjoitettavat artikkelit. Valitsimme kehittämistehtäväksemme artikkelin kirjoittamisen, koska se tuntui meille sopivimmalta vaihtoehdolta.

Artikkelimme ensisijaisena tavoitteena on antaa tietoa Kainuun maakunnan perhevalmennuksen kehittämisalueista, koska uskomme monien muidenkin kuntien hyötyvän siitä. Toivomme, että Kainuun perhevalmennuksen kehittämiskohteiden esille tuominen kannustaisi kuntia kautta Suomen tarkastelemaan omaa perhevalmennustaan kriittisesti. Haluamme myös herätellä yksittäisiä neuvoloiden terveydenhoitajia ja muita perhevalmennusta pitäviä ihmisiä miettimään omia toimintatapojaan ja huomioimaan asiakkaiden tarpeet paremmin omassa työssään. Kehittämisen ei tarvitse tapahtua aina työryhmien kautta, vaan jokainen voi vaikuttaa omaan toimintaansa, ja kehitettävään löytyy aina.

2 TIETEELLINEN KIRJOITTAMINEN

Tieteellisen tekstin tunnistaa ainakin siitä, että se on ilmestynyt tieteellisessä julkaisussa. Yleistä aukotonta vastausta siihen, mikä on tieteellistä tekstiä, ei ole olemassa. Tekstin tieteellisyys ei synny pelkästään viittaustapojen täsmällisyydestä, monimutkaisesta ja abstraktista kirjoitustavasta tai joidenkin tiettyjen yksittäisten kielenpiirteiden runsaudesta. Ennemmin kyse on tieteellisten lajityyppien ominaispiirteistä, jotka puolestaan liittyvät kiinteästi tekstien syntyhistoriaan, tavoitteisiin ja tuottamiseen sekä kuluttamisen tapoihin. Monet tieteelliseen kirjoittamiseen liittyvät kielen säännöt ovat myös asiasuomen ja kielen huollon sääntöjä, joten niitä ei tarvitse mainita erikseen. On huomioitava, että kielitieteilijä kiinnittäisi huomiota eri asioihin kuin tiedekirjailija tai filosofi. Osatakseen tuottaa tieteellistä tekstiä, kirjoittajan täytyy ymmärtää ja sisäistää tieteen tekemisen ja sitä kautta tieteellisten puhetapojen pelisäännöt. (Kinnunen & Löytty 2002, 13-14; Mäkinen 2005, 7-8.)

2.1 Tiedeyhteisön puhetavat

Eri tieteenalojen kielet ovat siis eräänlaisia kielipelejä. Ne kehittyvät omiin suuntiinsa tieteenalojen vaatimusten mukaan ja ovat luonteeltaan dynaamisia ja eläviä. Kieleenhän tulvi koko ajan uusia käsitteitä. Esimerkkinä tieteenalojen kielipeleistä voidaan mainita vaikka lääketieteen kieli, joka on täynnä latinalaisperäisiä ilmaisuja ja lyhenteitä ja joka sellaisenaan ei avaudu maallikolle. Suuri osa tieteellisen puhetavan pelisäännöistä on luonteeltaan niin sanottua hiljaista tietoa. Yhteisön jäsenet oppivat vähitellen kokemukseräisesti, miten tieteestä kirjoitetaan ja puhutaan, miten väitteet saadaan kuulostamaan tieteelliseltä, miten tieteellistä keskustelua käydään ja kritiikki esitetään, miten sanonnan tapa mukautetaan erityyppisissä viestintätilanteissa. Tätä hiljaista tietoa voitaisiin nimittää myös sisäpiirin tiedoksi, jonka tarkoituskin on säilyä asiaan vihkiytyneiden keskinäisenä tietona. Pelisäännöistä ei ehkä puhuta ääneen siksi, että niitä on vaikea pukea yksinkertaisten ja suorien toimintaohjeiden muotoon. Tieteelliseen kirjoittamiseen ei riitä, että osaa tekstin kieliasun silottelun ja korrektilin tavan merkitä lähdeviittaukset. Tekstin tieteellisyys syntyy tutkimusprosessin lopputuloksena – ja se edellyttää tietynlaista tapaa työskennellä ja ajatella. (Kinnunen & Löytty 2002, 14-15; Mäkinen 2005, 8.)

2.2 Tieteellinen teksti rakentaa merkityksiä

Tärkein tieteellisen tekstin tunnuspiirteistä on se, että teksti raportoi tieteellisen menetelmän avulla hankittua tietoa. Tieteelliselle ajattelutavalle on tyypillistä kuvata ja selittää ilmiöitä käsitteellistysten kautta. Määritelmien runsaus, tekstin abstraktisuus ja käsitteellisyys eivät ole seurausta halusta sanoa asioita koukeroisesti tai hienostellen, vaan kyse on siitä, että tutkimuksen ja tieteen näkökulma ympäröivään maailmaan on käsitteellistävä ja abstrahoiva. Käsitteet ja määrittelyt ovat tieteellisiä tekoja ja siksi ne ovat oleellinen osa myös tieteellistä kieltä. Tiede pilkkoo, jäsentää ja järjestelee arkipäivän ilmiöitä ja tämä näkyy teksteissä käsittejärjestelminä ja määrittelyinä. Käsitteiden määrittely ja niiden systemaattinen käyttö tieteellisissä teksteissä on tärkeää siitakin syystä, että niiden avulla kirjoittaja ankkuroi tutkimuksensa valitsemaansa teoriapohjaan ja tieteelliseen paradigmaan. Vaikka niin sanotun asiaproosan hyveenä pidetäänkin sanojen toiston välttämistä, tieteellisissä teksteissä ei käsitteiden varioimisella juuri ole sijaa. Lukija nimittäin olettaa, että uusi käsite viittaa uuteen ilmiöön, ja tuloksena voi olla käsitteellisesti sekava teksti. Hyvä tieteellinen teksti on käsitteiltään yksiselitteistä, tylsyyden ja toiston uhallakin. (Kinnunen & Löytty 2002, 18-19; Mäkinen 2005, 11.)

Tieteen kieli on objektiivista. Objektiivisuus liittyy myös itse tieteelliseen tutkimukseen. Perinteisten kriteerien mukaan tieteessä ei saa tukeutua uskoon, intuition, auktoriteetteihin tai ilmestykseen, vaan tiedon lähteenä on tutkimuskohteesta saatava kokemus. Tutkijan mielipiteet eivät saa vaikuttaa tutkimuskohteen ominaisuuksiin, vaan tieteellinen tutkimus lähtee siitä, että tutkittavat ”oliot” ovat olemassa tutkijasta riippumatta. Tutkijan on yritettävä kertoa mahdollisimman neutraalisti tästä ”elämästä” ja vältettävä kaikkia subjektiivisia kannanottoja. (Mäkinen 2005, 10.)

Tieteen kielestä pitää karsia kaikki persoonallinen ilmaisutyyli. Persoonallisten ilmausten karsiminen saattaa joskus johtaa koomiseen vaikutelmaan – missään muussa tekstissä tuskin vältellään henkilökohtaisia kannanottoja viimeiseen asti. Henkilökohtaiset kannanotot häivytetään käyttämällä yksikön tai monikon 1. persoonan sijasta passiivia. Passiivin avulla erityinen muutetaan yleiseksi. Joskus kuitenkin yksikön 1. persoonaa voidaan käyttää tekstin elävöittämiseksi ja vakuuttamistarkoituksessa. Erityisesti niissä tekstinosissa, joissa on puhe konkreettisista teoista ja ratkaisuista, tutkijan omista sitoumuksista ja taustaoletuksista, on luonte-

vampaa ja rehellisempää kirjoittaa minä - muodossa. (Kinnunen & Löytty 2002, 21; Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2005, 281-283; Mäkinen 2005, 10.)

Tieteelliselle tekstille on tyypillistä konventionaalisuus. Tekstit noudattavat usein enemmän tai vähemmän tiettyä kokonaisjäsenystä ja ovat siis rakenteeltaan konventionaalisia. Asiat on tapana esitellä tietyssä järjestyksessä. Konventioiden noudattaminen helpottaa myös lukemista. Asiantuntijat joutuvat säännöllisesti lukemaan läpi valtavan määrän tutkimuksia, raportteja ja selvityksiä. Kun ne on laadittu tietyn yhtenäisen kaavan mukaan, niistä on helppo lukea nopeasti keskeiset asiat. Konventiot ohjaavat myös kieltä, viittaustekniikkaa ja esimerkiksi abstraktien laadintaa. Tieteellisen tekstin kirjoittajaa konventiot auttavat ohjenuorana ja tekstin suunnittelun pohjana. Konventioista syntyy pysyviä käytäntöjä eli formaatteja. (Kinnunen & Löytty 2002, 15-16; Mäkinen 2005, 12.)

Tieteellisen kirjoitelman looginen rakenne seuraa pitkälti sitä tutkimusta, jota se yrittää ikäänkuin havainnollistaa ja toistaa. Tieteellinen kirjoittaminen on kerrontaa, jossa kuvataan etenemistä ongelmasta sen ratkaisuun. Täytyy kuitenkin muistaa, että tieteellisessä tekstissä on enemmänkin kyse järjestelmällisestä organisoinnista kuin vapaasta kirjoittamisesta. Tieteellinen teksti on yleensä niin sidoksissa takanaan olevaan tutkimukseen ja omiin konventioihinsa, että se jättää harvoin tilaa kirjalliselle sooloilulle. Vaikka tekstistä voidaan erottaa menneisyyteen suuntautuva rekonstruktio ja nykyhetkessä tapahtuva yleisölle suuntautuva argumentaatio, tieteellinen kirjoittaminen on lähinnä tutkijayhteisölle suunnattua tiukkojen sääntöjen sanelemaa raportointia. Tietenkin retoriikalla oma sijansa – etenkin johtopäätöksiin ja pohdintoihin liittyvässä argumentaatio-osassa -, mutta sekin on usein hyvin muotosidonnaista. Retoriikka pitäisikin nähdä taitona tuoda tutkimustulokset loogisesti ja kauniisti esille, eikä yrityksenä vaikuttaa ihmisiin ja liikuttaa heitä. (Mäkinen 2005, 12-13.)

2.3 Tieteen kielen inhimillinen puoli

Tekstirakenteen ja niihin kohdistuvat odotukset ovat myös kulttuurisidonnaisia. Eri tieteenaloilla ja kieliyhteisöillä on havaittu olevan erilaisia käsityksiä siitä, miten tutkimuksista on luontevaan kirjoittaa ja miten tekstin ja argumentaation tulisi edetä, jotta se vaikuttaisi loogiselta. Esimerkiksi angloamerikkalaiseen konventioon kuuluu se, että tutkimuksen päätulokset ja argumentit esitetään mahdollisimman varhaisessa vaiheessa turhia jaarittelematta, saksalaisperäiseen konventioon taas kuuluu esseemäisyys – omien ajatusten pohjustaminen ja ajat-

teluketjun näyttäminen lukijalle. Kulttuurisidonnaisuus on osoitus siitä, että tieteelliset tekstit eivät elä tyhjiössä ja maailmasta irrallaan. (Kinnunen & Löytty 2002, 16.)

Toisiin teksteihin viittaaminen ja oman tekstin rakentaminen dialogiseen muotoon niiden kanssa on yksi tieteellisen tekstin ominaispiirteistä. Missään muussa tekstilajissa ei intertekstuaalisuus ole yhtä ratkaisevassa ja erityisessä asemassa kuin tieteellisissä teksteissä. Tieteellistä tekstiä ei yksinkertaisesti voi tuottaa ilman muita tekstejä, koska tiede on kumulatiivista, eli sen tulokset perustuvat aikaisempiin tutkimuksiin. Perustaviin tieteellisen tekstin ihanteisiin kuuluu myös kriittisyys ja järjestelmällinen epäily. Kirjoittajan on syytä perustella kaikki väitteensä. Pelkkä esittely ja toteaminen ei riitä. Tieto, havainnot ja tulokset täytyy suhteuttaa aikaisempiin tietoihin ja ottaa kantaa asioiden puolesta tai niitä vastaan. (Kinnunen & Löytty 2002, 18-19.)

Helposti unohtuu, että tieteellisillä teksteillä on myös inhimillinen puolensa. Julkaisut ovat tutkijoiden käyntikortteja ja arvioinnin kohteita. Tutkimuksissa, joissa on seurattu tieteellisen artikkelin koostamista, on selvästi havaittu, ettei artikkelin kirjoittaminen ole vain objektiivista faktojen raportointia. Prosessiin liittyy monenlaista tietoista harkintaa esimerkiksi siitä, miten tulokset kannattaa esittää, keihin on parasta viitata ja miten teksti on viisainta jäsentää. Tieteellistä tekstiä kirjoitettaessa joudutaan välttämättä ottamaan kantaa aikaisempiin tutkimuksiin, ja toisaalta on pakko varautua muiden mahdollisesti esittämään kritiikkiin julkaisun valmistuttua. Siteeraaminen on kannanotto ja siteeraamatta jättäminen saatetaan kokea loukkaukseksi. Artikkelin lähdeluettelosta voi selvästi nähdä, mitä koulukuntaa tai ajattelutapaa kirjoittaja edustaa, keitä tutkijoita hän arvostaa. Lukija voi jopa päättää lähdeluettelon perusteella, kannattaako artikkeli lukea vai ei. Siteeraaminen on siis myös keino liittyä koulukuntiin ja osoittaa, kenen kanssa seurustelee. (Kinnunen & Löytty 2002, 22-25.)

Tieteellinen teksti on yksi kirjallisuuden lajeista, tutkijat ovat tieteellisiä kirjailijoita. On hyvä pitää mielessä se tosiseikka, että löydettyt faktat, teoriat ja mallit eivät puhu puolestaan. Kirjoittaja puhuttaa niitä. Tieteellisen tekstin laatija ei siis ole kirjaaja, vaan kirjoittaja ja siksi aina läsnä tekstissään valintojen tekijänä. Tieteellinen kirjoittaminen ei ole vain faktojen toteamista, vaan merkitysten rakentamista. Sanavalinnoilla, esitystavoilla, jäsentämistavoilla, viittämistavoilla rakennetaan aina erilaisia merkityksiä ja hyvään kirjoittamistaitoon kuuluu tietoisuus näiden valintojen merkityksellisyydestä. (Kinnunen & Löytty 2002, 26.)

3 ARTIKKELIN KIRJOITTAMINEN

Artikkelin muodollisen rakenteen voi pelkistää yksinkertaisesti aloitukseen, käsittelyyn ja lopetukseen. Tällainen kolmijako vastaa ideaalikertomuksen mallia. Ensin esitellään toimijat ja muodostetaan jännite. Sen jälkeen kuvataan varsinaiset tapahtumat jännitteen ratkaisemiseksi ja lopussa arvioidaan tapahtumien merkitys ja arvo. Mallin voi rikkoa, mutta kannattaa miettiä, tuottaako se lukijalle oivaltavaa iloa vaiko vaikeaselkoisuudesta johtuvaa mielipahaa. (Kinnunen & Löytty 2002, 137.)

3.1 Tieteellisen artikkelin julkaisufoorumin valinta

Tieteellisen tutkimuksen, esimerkkinä opinnäytetyöt, julkaisemiseen ”pakottaa” tietyssä määrin ympäristön paine. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että jos tutkija haluaa pysyä tiedeyhteisöissä, se edellyttää säännöllistä julkaisutoimintaa. Nuoren tutkijan kohdalla julkaisemisen merkitys on lähinnä tie tutkijayhteisöihin, hänen sinne halutessaan. (Tähti & Rantala 1994, 13.) Julkaisufoorumi kannattaa valita varhain, eli ennen kuin kirjoitustyöhön on varsinaisesti ryhdytty. Tällöin kirjoituksen tyyli ja esitystapa on helpointa mukauttaa lehden vaatimuksiin. Lehden tyyli määrää joukon pieniltä tuntuvia asioita, kuten käytettävät laatumerkinnot ja viitteiden merkitsemistavan. Kirjoittajien kannattaa tehdä julkaisemisensa tavoitteet ensin selväksi – erilaiset tavoitteet kun voivat johtaa eri lehtien valintaan. (Voipio-Pulkki, Grénman, Haapamäki, Lenander-Lumikari, Mäkinen, Rautava, Scheinin & Vainikainen 2000, 128-129.)

Tieteelliselle artikkelille on tarjolla erilaisia julkaisufoorumia. Näitä ovat tieteelliset aikakausjulkaisut, tieteelliset konferenssit, tieteelliset kirjat, tutkimusraportit ja opinnäytteet (Smolander 2007). Tässä tehtävässä keskitymme vain tieteellisiin aikakausjulkaisuihin. Tieteelliset aikakausjulkaisut voidaan jakaa karkeasti kansainvälisiin lehtiin, joissa on arviointijärjestelmä sekä kotimaisiin tieteellisiin aikakauslehtiin. Kansainväliset tieteelliset lehdet ovat yleensä ensisijainen vaihtoehto tutkimusten julkaisupaikaksi niiden arvostuksen vuoksi. Kotimaiset tieteelliset lehdet noudattavat vain harvoin asiantuntijatarkastusta. Kotimaisilla tieteellisillä lehdillä on merkitystä lähinnä tutkimustulosten välittämisessä Suomessa oman alan ihmisille. (Tähti & Rantala 1994, 13-14.)

Julkaisufoorumin valinnassa tärkeää on, mitä tavoitteita työn julkaisemiselle asetetaan. Tulosten viestittämiseen valitaan luonnollisesti mahdollisimman hyvä, laajalevikkinen, tunnettu ja arvostettu tieteellinen lehti. Usein tieteelliselle julkaisulle ei aseteta kovinkaan suuria tavoitteita vaan pyritään siihen, että tutkimustulokset saadaan jotenkin kirjattua ylös ja lopuksi painettua. Julkaisufoorumin valinnassa pyritään realismiin asettamalla tavoitteet oikein. Hyvää asiaa kannattaa tarjota useampaan lehteen, sillä lyhytkin artikkeli arvostetussa lehdessä on parempi kuin pitkä artikkeli lehdessä, jota kukaan ei lue. (Tähti & Rantala 1994, 15, 19.)

3.2 Terveydenhoitaja-lehti

Terveydenhoitaja - Hälsövärdaren on järjestö- ja ammattilehti. Siinä julkaistaan ajankohtaista tietoa muun muassa terveys-, sosiaali- ja koulutuspolitiikasta, terveydenhoitajan ammattiin ja koulutukseen sekä työhön liittyvistä asioista ja myös edunvalvonnasta sekä järjestötoiminnasta. Terveydenhoitaja-lehti toimii myös jäsenistön aktiivisen vuorovaikutuksen kanavana. Lehdessä julkaistaan tutkimuselostuksia, artikkeleita, yleiskatsauksia ja muita kirjoituksia. Myös opinnäytetöitä ja kehittämistehtäviä varten on oma palstansa. (Suomen terveydenhoitajaliitto ry.)

Terveydenhoitaja-lehti ohjeistaa lähettämään julkaistavaksi tarkoitetun tekstin toimituspäällikölle, mieluiten sähköisessä muodossa sähköpostin välityksellä. Kirjoituksen ohessa on oltava tarkat tiedot, joista ilmenevät kirjoittajan /kirjoittajien nimi, oppiarvo, virka-asema, laitos, osasto, sairaala tai muu toimipaikka sekä kirjoittajien postiosoite (lehden lähettämistä varten). Mukana on oltava myös sen kirjoittajan yhteystiedot (sähköpostiosoite ja matkapuhelinnumero), jonka kanssa yhteydenpito tapahtuu. (Suomen terveydenhoitajaliitto ry.)

Lehden ohjeiden mukaan kirjoituksessa ei saa käyttää muotoiluja, kuten sisennyksiä, lihavoitteja tai kursivoitteja. Tekstiin ei tarvitse liittää valmistelemaa aineistoa, esimerkiksi kyselylomakkeita. Kirjoitusten enimmäispituus on viisi A4-liuskaa rivivälillä 1. (Suomen terveydenhoitajaliitto ry.)

Terveydenhoitaja-lehti ohjeistaa kirjoittajia liittämään mukaan kirjoitusta täydentäviä ja selventäviä valokuvia, piirroksia, taulukoita ja kaaviokuvia. Kuvien tulee olla hyvälaatuisia, ja taulukot pitää voida ymmärtää ilman tekstin välitöntä tukea. Digitaalikuviin tarkkuudeksi lehti määrittää 300 dpi käyttökoossa. (Suomen terveydenhoitajaliitto ry.)

Terveydenhoitaja-lehden toimitus arvioi kaikki kirjoitukset. Arvioinnissa tarkastellaan erityisesti tekstin ajankohtaisuuteen sekä terveydenhoitajatyön kannalta yleiseen kiinnostavuuteen liittyviä seikkoja. Julkaistavat kirjoitukset toimitetaan ja tarkistetaan kielellisesti, mutta lehti ohjeistaa kiinnittämään huomiota kirjoituksen kieliasun viimeistelyyn jo kirjoitusvaiheessa. Tilapäisiä lyhenteitä ja vierasperäisiä sanoja, joille on hyvä suomenkielinen vastine, pitää välttää. (Suomen terveydenhoitajaliitto ry.)

Valitsimme julkaisuforumiksemme Terveydenhoitaja-lehden. Se on ajankohtaisten ammattijärjestöasioiden tietolähde terveydenhoitajille, kuulontutkijoille, alan opiskelijoille, kouluttajille, asiantuntijoille ja päättäjille. Lehteä käytetään myös opetusaineistona terveysalan oppilaitoksissa. (Terveydenhoitaja-lehti) Artikkelimme on suunnattu terveydenhoitajille ja uskomme sen välityksellä saavuttavamme parhaiten perhevalmennustyössä mukana olevat terveydenhoitajat.

3.3 Artikkelin tavoitteet

Artikkelimme päätavoitteena on tuottaa tietoa Kainuun maakunnan perhevalmennuksen kehittämisalueista, koska uskomme muidenkin kuntien hyötyvän siitä. Toivomme, että Kainuun perhevalmennuksen kehittämiskohteiden esille tuominen kannustaisi muitakin kuntia tarkastelemaan omaa perhevalmennustaan kriittisesti. Toisaalta pyrkimyksemme on myös herättää yksittäiset terveydenhoitajat ja muut perhevalmennusta pitävät ihmiset miettimään omia toimintatapojaan ja huomioimaan asiakkaiden tarpeet paremmin omassa työssään. Kehittämisen ei tarvitse tapahtua aina työryhmien kautta, vaan jokainen voi vaikuttaa omaan toimintaansa.

3.4 Kirjoittamisprosessi

Kirjoittaminen ei ole pelkästään mekaaninen prosessi. Siinä on myös toinen puoli, luovuus. Siihen liittyy diskurssi, jossa tutkija keskusteleo tiedeyhteisön, suuren yleisön ja oman itsensä kanssa; hahmottelee, argumentoi, hyökkää, järjesteeleee ajatuksiaan ja keksii uusia avauksia hyläten vanhoja itsestäänselvyksiä. Mekaaninen raportointi ja dokumentointi ovat tieteen peruspilareita, mutta yhtä tärkeää on luovuus. Usein saman asian voi esittää monella eri tavalla,

ja on osattava valita se oikea tapa. Jos omasta tutkimuksesta ei pysty viestimään, voinee tieteen teonkin jättää sikseen. (Tähti & Rantala 1994, 36; Mäkinen 2005, 146.)

Tieteellisen artikkelin rakenne on vakio. Osien kirjoitusjärjestys ei silti välttämättä ole sama kuin osien järjestys valmiissa artikkelissa. Aineistoa ja menetelmiä kuvaavasta osasta on yleensä helpointa aloittaa. Johdanto- ja pohdintaosat liittävät molemmat artikkelissa kuvattua työtä tieteenalan suurempiin kokonaisuuksiin: nämä kaksi osaa ovatkin vuorovaikutuksessa keskenään, ja niitä kannattaa työstää rinta rinnan. (Voipio-Pulkki ym. 2000, 131.)

Artikkelin aloitus

Artikkelin johdannon tehtävänä on herättää lukijan mielenkiinto ja antaa lukijalle eväitä tulevan tekstin luentaan. Aloituksen avulla lukijaa viritetään odottamaan, että hän saa vastauksen johonkin empiiriseen, teoreettiseen tai metodologiseen kysymykseen, hän löytää uuden näkökulman johonkin keskusteluun tai että hänet ylipäätän palkitaan jollakin uudella tiedolla tai oivalluksella. (Lundberg 1992, 51; Kinnunen & Löytty 2002, 137.)

Aikaisemmista tutkimustuloksista on hyvä mainita tärkeimmät; onko tutkimusalueelta samansuuntaisia vai ristiriitaisia havaintoja. Lopuksi kerrotaan työn tarkoitus, ja jopa kerrotaan lyhyesti tutkimuksessa saaduista tuloksista. Johdanto herättäköön mielenkiinnon aiheeseen! Hyvässä johdannossa tulee välttää yleistä oppikirjatietoa, pohdintaosaan kuuluvia johtopäätöksiä sekä liioja yksityiskohtaisuuksia. Useat lehdet suosittelivat mahdollisimman suppeita johdantoja. (Tähti & Rantala 1994, 38.; Hirsjärvi ym. 2005, 252.)

Mielenkiinnon herättäminen ei ole mikään irrallinen osio, vaan lukijan haltuunotto ja luottamuksen saavuttaminen toteutuu läpi aloitusluvun. Aloituksen voi toki rakentaa monella tavoin, mutta on vaikea kuvitella, että artikkelin kiinnostavuus kärsii, jos aloituksessa on tuotu esiin seuraavia seikkoja jossain muodossa tai järjestyksessä: aihepiirin esittely ja sen merkityksen perustelu, oma näkökulma aiheeseen, artikkelin tavoitteen esittäminen ja niiden keinojen esittely, joilla tavoitteeseen päästään. (Kinnunen & Löytty 2002, 138.)

Aloitimme artikkelin kirjoittamalla taustaa opinnäytetyöstämme ja sen tekemisestä. Kerroimme myös yleisesti, mitä perhevalmennus on ja hieman tarkemmin, millaista se on Kainuussa. Lisäksi esittelimme vuonna 2004 perustetun perhevalmennuksen kehittämisen- ja seurantatyöryhmän sekä sen tärkeimmät tavoitteet.

Aiheen käsittely

Aihetta käsittelevä osa on usein helpoin kirjoittaa, joten monet aloittavatkin työskentelyn tästä. Periaatteena on, että tutkimuksen menetelmät on selostettava niin tarkasti, että ne ovat sellaisenaan toistettavissa. Jos menetelmät ovat yleisesti käytössä olevia, riittää viite julkaisuun tai oppikirjaan, mistä suoritus on sellaisenaan löydettävissä. Mahdolliset muunnelmat on selostettava. (Tähti & Rantala 1994, 38.)

Poimimme opinnäytetyöstämme tärkeimmät tulokset ja johtopäätökset artikkeliin. Asioiden selkeyttämiseksi käytimme tuloksien esittelyssä samanlaista jaottelua kuin opinnäytetyössä. Ohjauksen hakeminen auttoi muokkaamaan tekstistä helpommin luettavaa.

Artikkelin lopetus

Jos aloituksen tehtävänä on herättää lukijan mielenkiinto, on lopetuksen tehtävänä saada tuo mielenkiinto säilymään vielä artikkelin lukemisen jälkeenkin. Tieteellisen artikkelin tavoite on jatkaa elämäänsä lukijoiden ajatuksissa ja muissa teksteissä. Onnistuakseen tässä artikkelin lopetuksen tulee olla sellainen, että se auttaa lukijaa jäsentämään, tiivistämään ja arvioimaan artikkelin sisältöä ja tuloksia. Hyvän lopetuksen aineksia ovat ainakin käsittelylukujen tulosten kiteyttäminen ja alussa mahdollisesti esitettyyn kysymykseen vastaaminen, arvio tulosten rajoista ja kantavuudesta, omien päätelmien suhteuttaminen johonkin yleisempään keskusteluun tai käytäntöön sekä tutkimuksellisten tai käytännöllisten päätelmien tekeminen. Jopa vihoviimeinen artikkelin lause on huolenpidon arvoinen: se voi vaikuttaa tunnelmaan ja mielikuvaan, miten lukija myöhemmin artikkelin muistaa. (Lundberg 1992, 66; Kinnunen & Löytty 2002, 143-144.)

Pohdintaosassa esiintyvinä virheinä voidaan pitää johdanto-osan ja tulosten toistoa, mihin tekijä sortuu, jos ei muuta keksi. Liiallista sanahelinää ei pidä suosia, vaikka muuten pohdinta onkin se julkaisun osa, jossa kirjoittajan persoonallinen ote voi näkyä selvimmin. Johtopäätökset eivät saa olla hataria eikä pidä sortua liian pitkälle meneviin arveluihin, joihin tulokset eivät selvästi anna aiheita. (Tähti & Rantala, 1994, 39.)

Emme kirjoittaneet erillistä pohdintaa, vaan sitä esiintyi läpi artikkelin. Artikkelin lopussa kerroimme Kainuun halusta kehittää perhevalmennusta ja siitä, mitä kehittämisen eteen tehdään. Lopetuksesta tuli lyhyt ja ytimekäs, kuten halusimmekin.

4 POHDINTA

Pohdinnan kirjoittaminen on aina ollut meille yksi hankalimmista alueista, koska meillä on taipumusta ajatella asioita liian monimutkaisesti. Pohdintaa kirjoittaessamme keskustelemme yleensä paljon, joten vaatii paljon tekemistä saattaa ajatukset kirjalliseen muotoon. Tämänkin pohdinnan kirjoittaminen tuntui aluksi hankalalta, koska emme tieneet, mitä kautta lähteä käsittelemään asioita. Saatuamme ohjausta kehittämistehtävän tekemiseen koimme hyvänä pohtia omaa oppimistamme koulutusohjelmakohtaisten kompetenssien kautta.

4.1 Oma oppiminen ja terveydenhoitajan koulutusohjelmakohtaiset kompetenssit

Terveydenhoitotyön koulutusohjelmakohtaiset kompetenssit koostuvat viidestä osa-alueesta: sairaanhoidollinen osaaminen; terveyden edistämisen osaaminen; yksilön, perheen, ryhmän ja yhteisön terveydenhoitotyön osaaminen; ympäristöterveyden edistäminen ja yhteiskunnallisen terveydenhoitotyön osaaminen. Tämän kehittämistehtävän tekeminen liittyy kaikkiin osa-alueisiin, mutta eniten se liittyy yhteiskunnallisen terveydenhoitotyön osaamiseen, sillä seuraava on kuvaus tästä osaamisalueesta: *”terveydenhoitaja tunnistaa päätöksenteon terveysvaikutuksia ja kykenee vaikuttamaan paikalliseen päätöksentekoon väestön terveyttä edistävästi”*. Artikkelin kirjoittamisellahan pyrimme vaikuttamaan siihen, että kunnat keräisivät osallistujien kokemuksia ja käyttäisivät niitä pohjana perhevalmennuksen kehittämistyössä. Olemme päässeet vaikuttamaan paikalliseen päätöksentekoon opinnäytetyön avulla, sillä sitä on käytetty perhevalmennuksen kehittämis- ja seurantatyöryhmässä.

Koko opinnäytetyö- ja kehittämistehtäväprosessin aikana erityisesti seuraavat kompetenssien osaamisalueiden kuvaukset ovat olleet merkityksellisiä:

- *”terveydenhoitaja perustaa työnsä hoitotieteeseen ja läbitieteisiin kohdatessaan ja hoitaessaan asiakkaitaan sekä heidän lähiverkostojaan*
- *terveydenhoitaja perustaa työnsä terveyden edistämisen ja kansanterveystyön strategioihin ja ohjelmiin sekä vastualueensa ja yhteisönsä tuntemiseen*

- *terveydenhoitaja kykenee osallistumaan terveydenhoitajan työn asiantuntijana moniammatillisiin työryhmiin ja koordinoimaan niiden toimintaa*
- *terveydenhoitaja osaa arvioida, perustella ja kehittää terveyden edistämisen tuloksellisuutta ja vaikuttavuutta työssään”*

Asiakkaita neuvolaharjoittelussa hoitaessamme olemme perustaneet työmme luontevasti hoitotieteeseen, koska opinnäytetyötä tehdessä erityisesti äitiyshuoltoon liittyvä hoitotieteellinen kirjallisuus tuli tutuksi. Tieteellinen näkemys ei ollut asiakastyössä tietoista, mutta uskomme sen vaikuttaneen toimintaamme. Tunsimme myös vastuualueemme hyvin, sillä olimme perheytyneet perhevalmennukseen perusteellisesti.

Jo opinnäytetyöprosessin aikana pääsimme osoittamaan asiantuntijuuttamme perhevalmennuksen saralla esimerkiksi ollessamme mukana perhevalmennuksen kehittämis- ja seuranta-työryhmän kokouksessa esittelemässä opinnäytetyömme tuloksia. Terveystieteen työn tuloksellisuutta ja vaikuttavuutta arvioimme asiakastapaamisten aikana, muun muassa kiinnittämällä huomiota elämäntapamuutoksiin. Suuremmassa mittakaavassa terveydenhoitajan työn tuloksellisuutta ja vaikuttavuutta on ollut vielä lähes mahdotonta arvioida lyhyiden harjoittelujaksojen aikana.

4.2 Yleistä pohdintaa

Alusta asti oli selvää, että halusimme hyödyntää jotenkin opinnäytetyötämme kehittämistehävässä. Aluksi ajatuksena oli pitää jonkinlainen toimintapäivä perhevalmennuksen kehittämistyöryhmälle. Toimintapäivä olisi koostunut erilaisista pienryhmätehtävistä ja sen tarkoituksena olisi antaa vinkkejä perhevalmennuksen pitäjille siitä, mitä erilaisia opetusmuotoja voi käyttää Powerpoint-esitysten sijaan. Toimintapäivä ajatus kuitenkin unohtui, kun perhevalmennuksen kehittämistyöryhmä siirtyi käsittelemään ruotsalaista Leksandin perhevalmennus-mallia. Artikkelin kirjoittaminen tuntui meille sopivalta vaihtoehdolta, sillä sen avulla pystyimme kertomaan opinnäytetyömme tuloksista suuremmalle yleisölle.

Vaikka Terveystieteen lehti ei olekaan täysin tieteellinen lehti, pidimme tärkeänä tutustua tieteellisen kirjoittamisen kriteereihin. Tieteelliselle kirjoittamiselle ei ole olemassa tiettyä listaa ominaisuuksista, jotka tekevät tekstistä tieteellisen. Meillä oli kuitenkin käytössämme hy-

viä ja tarpeeksi yksinkertaisia lähteitä, jotta ymmärsimme kuinka tieteellinen teksti eroaa muusta tekstistä. Jos olisimme valinneet artikkelimme julkaisulehdeksi jonkin tieteellisemmän julkaisun, olisi artikkelimme ollut erilainen. Luimme useita Terveystieteiden lehdessä julkaisu- tuja opinnäytetyön pohjalta tehtyjä artikkeleita ja niiden avulla meille muodostui kuva siitä, millainen artikkelin tulee olla, jotta se sopii lehden linjaan.

Kehittämistehtävä on ollut viimeinen iso tehtävä meille tämän koulutuksen aikana. Vaikka meillä kaikilla on jo kova halu ja into päästä työelämään ja eroon kaikista tehtävistä, on olo myös samalla hieman haikea. Meillä on ollut onni tehdä paljon yhteistyötä tässä samassa ryhmässä ja työskentelytyylimme on hitsautunut toisiaan täydentäväksi kokonaisuudeksi. Menemme kaikki töihin samalle työnantajalle, mutta saamme silti heittää hyvästit yhteisille tehtävien tekemisille ainakin toistaiseksi. Kirjallisten tehtävien tekeminen ei todellakaan ole ollut aina helppoa tai hauskaa eikä yhteentörmäyksiltäkään ole välttytty. Mukavassa ja tutussa ryhmässä kaikki tehtävät ovat kuitenkin valmistuneet suurinpiirtein ajallaan ja kohtuullisen kivuttomasti.

Työelämään astuminen on jo sinällään iso muutos, oman lisänsä siihen tuo kuitenkin lisääntynyt vapaa-aika. Opiskelu on ollut neljän vuoden ajan lähes ympärivuorokautista, joten menee aikaa ennen kuin totumme viettämään oikeaa vapaa-aikaa. Ja todennäköistä on, että kun olemme tottuneet siihen, onkin aika jälleen siirtyä koulunpenkille.

LÄHTEET

- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2005. Tutki ja kirjoita. Tammi. Helsinki.
- Kinnunen, M. & Löytty, O. 2002. Tieteellinen kirjoittaminen. Vastapaino. Tampere.
- Lundberg, T. 1992. Tuhannen taalan juttu – Näin sen kirjoitat. Weilin+Göös. Jyväskylä.
- Mäkinen, O. 2005. Tieteellisen kirjoittamisen ABC. Tammi. Helsinki.
- Tähti, H. & Rantala, I. 1994. Lääketieteellinen viestintä. Tampere university press. Tampere.
- Voipio-Pulkki, L-M., Grénman, R., Haapamäki, M., Lenander-Lumikari, M., Mäkinen, J., Rautava, P., Scheinin, M. & Vainikainen, T. 2000. Kliinisen tutkijan opas. Duodecim. Jyväskylä.
- Smolander, K. Tieteellisestä julkaisemisesta. Lappeenrannan teknillinen yliopisto. Ohjelmistotekniikan seminaari, Kevät 2007. <http://www.it.lut.fi/kurssit/07-08/CT20A6500/lectures/tietjulk.pdf>. (luettu 21.3.2008)
- Suomen Terveystieteiden tutkimuskeskus ry. Terveystietä. <http://www.terveydenhoitajaliitto.fi/index.php?mid=90> (luettu 21.3.2008)
- OPM Ammattikorkeakoulusta terveydenhuoltoon. <http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2006/liitteet/tr24.pdf?lang=fi> (luettu 17.4.2008)
- Ammattikorkeakoulujen osallistuminen eurooppalaiseen korkeakoukutusalueeseen. Koulutusohjelmakohtaiset kompetenssit 05/2006. Hoitotyön koulutusohjelma, terveydenhoitotyön suuntautumisvaihtoehto. <http://www.ncp.fi/ects/materiaali/Terveystietojen%20kompetenssit%20042006.pdf>. (luettu 17.04.2008)

LIITTEIDEN LUETTELO

LIITE 1 ARTIKKELI

Äitien kokemuksia kainuulaisesta perhevalmennuksesta

Artikkeli perustuu Kajaanin Ammattikorkeakoulussa tehtyyn opinnäytetyöhön ”Perhevalmennus Kainuussa – Äitien kokemuksia perhevalmennuksesta 2006”. Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää, kuinka äidit ovat kokeneet perhevalmennuksen toteutuksen vuonna 2006 ja tarkoituksena oli tuottaa tietoa perhevalmennuksen tämänhetkisestä tilasta, jotta perhevalmennusta voidaan kehittää asiakaslähtöisemmäksi.

Perhevalmennus on yksi äitiyshuollon osa ja sillä tarkoitetaan yleensä ohjattuja ryhmätapaamisia. Perhevalmennusta ovat myös neuvolassa, kotona tai sairaalassa tapahtuvat yksilötapaamiset. Opinnäytetyössämme perhevalmennuksella tarkoitettiin kuitenkin vain ohjattuja ryhmätapaamisia. Opinnäytetyö toteutettiin kyselytutkimuksena helmikuussa 2007. Kyselylomake lähetettiin 106 äidille, jotka osallistuivat perhevalmennukseen Kainuussa vuonna 2006. Vastausprosentti oli 54 (n=57). Tulokset analysoitiin SPSS for Windows 13.0-ohjelmalla. Aineistoa kuvattiin ja analysoitiin taulukoita ja diagrammeja apuna käyttäen. Analysointiin käytettiin summamuuttujia: frekvenssejä, prosentteja, keskiarvoja ja keskihajontaa.

Opinnäytetyömme tehtiin vuonna 2004 Kainuussa perustetun perhevalmennustyöryhmän käyttöön kehittämistyön tueksi. Työryhmä koostuu lähinnä kättilöistä ja terveydenhoitajista, ja sen tavoitteena on yhtenäistää perhevalmennuskäytännöt koko maakunnassa ja lisätä yhteistyötä Kainuun alueella. Lisäksi tavoitteena on uudistaa perhevalmennuksen sisältöjä ja toteuttamistapoja asiakaslähtöisemmiksi.

Perhevalmennuksen ryhmätapaamiskertoja järjestetään tilanteen mukaan noin seitsemän. Ensimmäinen käynti on paritapaaminen perheneuvolassa, ja aiheena on vanhemmaksi kasvaminen. Toinen ja kolmas käynti ovat terveyskeskuksen fysioterapiassa, ja niissä keskitytään muun muassa lantionpohjan lihasten huoltoon, rentoutumiseen ja venyttelyihin. Nämä käynnit on tarkoitettu pelkästään äideille. Neljäs ja viides käynti ovat synnytykseen valmentautumista ja tu-

tustumista KASS:n synnytys- ja synnyttäneiden osastoille. Kauempaa kunnista tuleville on neljäs ja viides käynti järjestetty yhdeksi pitemmäksi käynniksi. Kuudes tapaaminen järjestetään neuvolassa, ja siellä käsitellään vauvan hoitoa ja imetykseen liittyviä asioita. Seitsemäs tapaaminen järjestetään synnytyksen jälkeen neuvolassa, jos halukkaita vanhempia on tarpeeksi.

Seuraavissa kappaleissa käsitellään opinnäytetyömme tuloksia.

Synnytyssairaalaan tutustuminen sai kiitosta äideiltä

Synnytykseen liittyvät asiat käsiteltiin kaikkein parhaiten tämän opinnäytetyön tulosten mukaan. Tähän vaikuttaa varmasti osaltaan se, että synnytys kiinnostaa loppuraskaudessa vanhempia eniten. Kainuussa synnytykseen liittyvät asiat käydään läpi Kainuun keskussairaalassa, jossa ryhmä vieraillee synnytysosastolla, naistentautien ja synnyttäneiden vuodeosastolla sekä vastasyntyneiden teho- ja tarkkailuosastolla. Käyntiin sisältyy myös synnytysvalmennusosio. Synnytysosion vetäjinä toimivat kättilöt, mikä voi lisätä vanhempien luottamusta tulevaan synnytystapahtumaan, koska juuri kättilöt ovat läsnä synnytyksessä.

Seksuaalisuuden käsittelyssä kehitettävää

Lapsen odotusaikaan liittyvistä asioista seksuaalisuuden käsittelemisessä oli paljon parantamisen varaa. Parisuhde ja seksuaalisuus ovat henkilökohtaisia ja herkkiä aiheita, joista puhumiseen perhevalmennuksen vetäjien tulisi panostaa enemmän. Tilannetta ei myöskään auta, jos perhevalmennuksen vetäjä ujostelee puhua seksuaalisuuteen ja parisuhteeseen liittyvistä asioista. Yleinen ilmapiiri perhevalmennuksessa vaikuttaa vanhempien suhtautumiseen, ja siihenkin vetäjä voi omalla olemuksellaan vaikuttaa paljon.

Synnytyksen jälkeiseen aikaan liittyvissä aiheissa eniten kehitettävää

Äidit arvioivat synnytyksen jälkeiseen aikaan liittyvät asiat heikoiten käsitellyiksi. Nämä aiheet eivät ehkä tunnu vielä ajankohtaisilta raskauden loppuvaiheessa.

Osa vastaajista toivoikin synnytyksen jälkeen järjestettäviä ryhmiä. Näissä tapaamisissa vanhemmat saisivat juuri sillä hetkellä heitä kiinnostavaa tietoa. Vanhemmat saisivat myös vertaistukea muilta pienten lasten vanhemmilta. Tällä hetkellä Kainuussa järjestetään synnytyksen jälkeisiä ryhmiä, jos halukkaita osanottajia on tarpeeksi. Tärkeää on, että terveydenhoitajat tuovat kaikille perhevalmennuksen asiakkaille tiedon mahdollisuudesta synnytyksen jälkeisiin ryhmiin.

Opinnäytetyömme avulla perhevalmennuksen kehittämis- ja seurantatyöryhmä on kehittänyt kainuulaista perhevalmennusta ja kehittämistyötä jatketaan edelleen. Yksittäisissä neuvoloissa on menossa pilottihankkeita, jotka otetaan käyttöön muissakin Kainuun neuvoloissa, jos ne osoittautuvat toimiviksi. Ideoita kehittämistyöhön haetaan myös muualta Suomesta sekä ulkomailta. Vaikka Kainuussa muuttotappio on suuri, täällä kuitenkin yritetään parantaa palveluita!

Tämä on liite 2.