



LAHDEN AMMATTIKORKEAKOULU
Lahti University of Applied Sciences

EVÄITÄ ARKEEN ENSIKOTIJAKSON JÄLKEEN

Omaan kotiin -opaslehtinen kotiutuville perheille

LAHDEN
AMMATTIKORKEAKOULU
Sosiaali- ja terveysala
Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosionomi AMK
Sosiaalipedagoginen lapsi- ja nuorisotyö
Opinnäytetyö
Syksy 2013
Anne Sirkka
Heidi-Maaret Taulo
Minna Tuovinen

Lahden ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma

SIRKKA, ANNE;
TAULO, HEIDI-MAARET;
TUOVINEN, MINNA;

Eväitä arkeen ensikotijakson jälkeen.
Omaan kotiin - opaslehtinen kotiutuville
perheille.

Sosionomi (AMK), Sosiaalipedagogisen lapsi- ja nuorisotyön
suuntautumisvaihtoehto

Opinnäytetyö, 53 sivua, 4 liitesivua

Syksy 2013

TIIVISTELMÄ

Tämä toiminnallinen opinnäytetyö käsittelee ensikodilta kotiutuvien perheiden arjenhallinnan tukemista ensikotijakson päätyttyä. Opinnäytetyön toimeksiantajana on Lahden ensikoti. Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa opaslehtinen Lahden ensikodista kotiutuville perheille.

Opaslehtisen tarkoitus on antaa tukea perheiden kokonaisvaltaiseen arjenhallintaan, kannustaa vanhempia omatoimiseen tiedonhankintaan ja sosiaalisten verkostojen luomiseen sekä ennaltaehkäistä perheiden ongelmien pitkittymistä ja lisääntymistä. Opaslehtistä voidaan hyödyntää sosiaali- ja terveysalalla asiakkaiden ja asiantuntijoiden keskuudessa.

Toiminnallisessa opinnäytetyössä hyödynnettiin laadullista työtettä, mikä näkyi tiedonhakuna aihealueen asiantuntijoilta. Toiminnallisuus puolestaan näkyi opaslehtisen tuottamisena. Tuloksissa päällimmäisinä näkyivät lapsiperheiden konkreettisen tuen tarpeet sekä elämänhallintaan ja arjen toimintoihin liittyvät haasteet. Tuloksista nousseet huolet ja tarpeet muodostivat opaslehtisen rungon.

Opaslehtinen tulee käyttöön marraskuusta 2013 alkaen Lahden ensikodilla ja sen sähköinen versio on luettavissa Lahden ensi- ja turvakodin Internet-sivuilla.

Asiasanat: arki, elämänhallinta, ensikoti, lapsiperheen palvelut, perhe, vanhemmuus

Lahti University of Applied Sciences
Degree Programme in Social Services

SIRKKA, ANNE;
TAULO, HEIDI-MAARET;
TUOVINEN, MINNA;

Back home after a stay in a mother-and-child home; a leaflet for families.

Bachelor's Thesis in Social Pedagogy for Work with Children and Young People
53 pages, 4 pages of appendices

Autumn 2013

ABSTRACT

This functional thesis concerns supporting management of daily routines of families coming home after a period in a mother-and-child home. This thesis was commissioned by Lahden ensikoti. The purpose of this thesis was to produce a leaflet for people of Lahti coming home after a stay at a mother-and-child home.

The leaflet provides means for supporting life and everyday life management, independent information seeking and encourages building one's own social networks. The leaflet aims to prevent problems from prolonging and increasing. It benefits both clients and professionals in the field of social- and health services.

Qualitative methods of research were used in gathering information for the leaflet. The functional part of this thesis is the leaflet itself. The results showed that families with children need mainly concrete support and it also pointed out challenges involving everyday life. The worries and needs that arose in the interviews composed the outline of our leaflet.

The leaflet will be available for use from November 2013.

Key words: everyday life, a mother-and-child home, life management, services for families with children, family, parenthood

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	LAPSIPERHEEN HYVINVOINTI	2
2.1	Perhe ja vanhemmuus	4
2.2	Vuorovaikutus perheessä	6
2.3	Lapsiperheen arki	8
2.4	Arjen ja elämän hallinta	9
2.5	Lapsiperheen palvelut	11
2.6	Vanhemmuuden tuki ensikotijaksolla	12
3	OPINNÄYTETYÖN TAVOITE JA TARKOITUS	16
3.1	Opinnäytetyön tavoite	16
3.2	Opinnäytetyön tarkoitus	16
4	IDEASTA TOTEUTUKSEEN	17
4.1	Tiedonhaun kuvaus	17
4.2	Toiminnallinen opinnäytetyö	18
4.3	Haastattelun teemat	19
4.4	Teemahaastattelujen toteutus ja analysointi	20
4.5	Teemahaastattelujen tulokset	22
4.5.1	Kotiutuminen	22
4.5.2	Arjen haasteet	23
4.5.3	Palveluiden tarve	24
4.5.4	Opaslehtinen	25
5	OPASLEHTISEN TUOTTAMINEN	26
5.1	Opaslehtisen rajaukset ja sisältö	27
5.2	Hyvä opaslehtinen	29
5.3	Opaslehtinen verkossa	30
6	ARVIOINTI JA PALAUTE	32
6.1	Opinnäytetyöprosessin arviointi ja palaute	32
6.2	Opaslehtisen arviointi ja palaute	34
6.3	Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus	36
6.4	Oma ammatillinen kasvu	37

7	POHDINTA	39
7.1	Pohdintaa opinnäytetyöstä	39
7.2	Pohdintaa opaslehtisestä	40
7.3	Pohdintaa lapsiperheiden hyvinvoinnista ensikotijakson jälkeen	41
7.4	Jatkotutkimusehdotukset	43
	LÄHTEET	45
	LIITTEET	52

1 JOHDANTO

Opinnäytetyömme idea, perheiden arkea tukeva opaslehtinen, syntyi työelämäkokemuksista sekä yhteisestä kiinnostuksesta lapsiperheiden hyvinvointia kohtaan. Lapsiperheiden hyvinvointi on tärkeä osa koko yhteiskuntamme hyvinvointia ja toimivuutta (Karling, Ojanen, Sivén, Vihinen & Vilén 2009, 34). Kunnat ovat valtion taholta velvoitettuja järjestämään asukkailleen tasa-arvoisia terveys- ja sosiaalipalveluja. Näiden palveluiden tavoitteena on auttaa yksilöitä ja perheitä löytämään omia voimavaroja ja edistää heidän itsenäistymistään. (Haapio, Koski, Koski & Paavilainen 2009, 43.)

Lapsiperheiden parissa tehtävä ennaltaehkäisevä työ, varhainen puuttuminen ja palveluohjaus ovat mielestämme tärkeässä roolissa ajatellen perheiden tulevaisuutta ja hyvinvointia. Näihin ajatuksiin pohjautuen tuotimme toimeksiantajallemme, Lahden ensikodille, opaslehtisen.

Aineistoa kerättiin haastatteleamalla ensikodin asiakasperheitä, ensikodilta kotiutuneita perheitä, sekä asiantuntijoita sosiaali- ja terveyspalveluiden sekä kolmannen sektorin alueilta. Työssämme esiintyvät sitaattit ovat lainauksia edellä mainituista haastatteluista sekä niiden perusteella saaduista palautteista.

Yhdistämällä teoriatiето teemahaastattelujen avulla saatuihin tuloksiin, koottiin opaslehtisestä monipuolinen tietopaketti lapsiperheille. Omaan kotiin - opaslehtisessä esitellään yhteystietoineen kohderyhmälle soveltuvia Lahden alueen palveluja ja tukimuotoja. Opaslehtinen jaetaan Lahden ensikodilla kotiin lähteille lahtelaisille tai Lahteen muuttaville lapsiperheille ja se on luettavissa Lahden ensi- ja turvakodin Internet-sivuilla.

2 LAPSIPERHEEN HYVINVOINTI

Unicefin (2013) lasten oikeuksien sopimuksessa kaikki alle 18-vuotiaat määritellään lapsiksi. Erikson (About.com.Psychology 2013) tarkentaa alle 18 kuukauden ikää vauvaiäksi, puhuen heistä kuitenkin lapsina. MLL ja neuvola käyttävät jo tätä nuoremasta ikäryhmästä vauvan lisäksi termiä lapsi (MLL 2013; Päijät-Hämeen sosiaali- ja terveystyöntekijät 2013). Kerromme opinnäytetyössä lapsista ja lapsiperheistä vauvojen ja vauvaperheiden sijaan käsitteen selkeyttämisen vuoksi.

Raijaksen (2008, 2,13) mukaan hyvinvointi ilmiönä ja käsitteenä on laaja, moniulotteinen ja ajassa muuttuva. Hyvinvointi muodostuu pääsääntöisesti kolmesta osa-alueesta; terveydestä, aineellisesta hyvinvoinnista ja sosiaalisista suhteista. Hyvinvointi näyttäytyy ihmisten normaalissa arjessa, jolloin ihminen on oman hyvinvointinsa koostumuksen paras asiantuntija.

Hyvinvointiin liittyvät myös elämänlaadun ja elämään tyytyväisyyden käsitteet, joiden on todettu liittyvän elinoloihin, elämän merkityksellisyyteen ja hyödyksi olemisen tunteeseen, mutta myös taloudellisiin ja terveydellisiin seikkoihin (Vaarama, Siljander, Luoma & Meriläinen 2010, 128).

Lapsiperheiden hyvinvointi on keskeistä koko yhteiskunnan hyvinvoinnille. Yhteiskuntamme tukitoimet parantavat lapsiperheiden hyvinvointia. Suomessa lapsiperheitä tuetaan tarjoamalla terveys- ja sosiaalipalveluja sekä taloudellista tukea. (Karling ym.2009, 34.)

Hyvinvointi käsitteenä kattaa asuinolojen, työn ja toimeentulon lisäksi terveyteen, sosiaalisiin suhteisiin sekä itse koettuun hyvinvointiin liittyviä näkökulmia. Hyvinvointi on riippuvainen yksilön elinoloista, kyvyistä ja mieltymyksistä. Toisaalta, hyvätkään materiaaliset elinolot eivät pysty takaamaan hyvinvointia, mikäli ihmisen terveydessä tai perhesuhteissa ilmenee ongelmia. Kuitenkin, ihminen, joka elää vaatimattomissa elinoloissa voi olla onnellinen ja hyvinvoiva. Tähän tilanteeseen vaikuttavat terveys, perhesuhteet ja ystävät ja kokemus arvostetuksi tulemisesta eri yhteisöissään. (Moisio, P., Karvonen, S., Simpura, J. & Heikkilä, M. 2008, 28.)

Kuntien yksi tärkeimmistä perustehtävistä on edistää asukkaidensa hyvinvointia (Lahti 2012). Lasten ja vanhempien psyykinen, fyysinen ja sosiaalinen hyvinvointi on Karling ym. (2009, 15) mukaan perheen keskeinen voimavaroitehtävä. Voimavarojen perustana toimii luottamus perheenjäseniltä saatavaan tukeen, sekä vahva yhteenkuuluvuuden tunne. Järvinen, Lankinen, Taajamo, Veistilä ja Virolainen (2007, 86) tarkentavat, että lasten hyvinvoinnin kannalta oleellista on arjen turvallisuus, jonka pohja muodostuu toistuvasta vuorokausirytmistä. Siihen kuuluvat lapsen säännöllinen hoiva ja huolenpito, ruokailu, ulkoilu ja uni. Samaa painottaa Remsu ja Rimpelä (2013, 37, 47), jatkaen lasten oppivan hyvin- ja pahoinvointia eri kehitysyhteisöissään. Jokainen lapsen kohtaama aikuinen toimii kasvattajana tietoisesti tai tiedostamattaan.

Helsingin kaupungin (2012) sosiaaliviraston tekemässä verkkohaastattelussa tulokset kertovat, että turvallinen perheen ilmapiiri, yhteinen aika, sekä riittävä toimeentulo luovat perustan lapsiperheen hyvinvoinnille. Lapsiperheissä apua tarvitaan erityisesti, kun lapsi syntyy, vanhemmat kohtaavat kasvatuksellisia haasteita, lapsi tai vanhempi sairastaa, perheellä ei ole läheisiä tukiverkostoja, vanhempien työajat ovat haaste perheen arjelle, vanhemmilla ei ole riittävästi omaa ja yhteistä aikaa tai vanhemmat eroavat. Tukea ja apua kaivataan eniten turvallisen parisuhteen ja vanhemmuuden luomiseen, vuorovaikutustaitojen tukemiseen, tunteiden ilmaisemiseen ja hallitsemiseen, toimivien työjärjestelykäytäntöjen muodostamiseen, käytännön kodin- ja lastenhoitoapuun, rajojen asettamiseen lapselle, unirytmien opetteluun sekä oman talouden hallintaan. (Helsingin sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2012.)

Lasten hyvinvointia tukee yhteiskunnan perusrakenteiden toimivuus. Lisäksi lapset tarvitsevat ympärilleen aikuisia, jotka huolehtivat heidän arkielämänsä kantavuudesta. On tärkeää, että lapsesta huolehtiville aikuiselle on olemassa elämänriskien varalle välttämättömiä sosiaalisen tuen muotoja, kuten sosiaaliturvaa ja eri palveluja. (Törrönen 2001, 154.) Hyvinvoinnin riskitekijöitä elämässä voivat olla yksinäisyys tai verkostojen puuttuminen. Taloudelliset ongelmat, parisuhteen ongelmat tai työttömyys tuovat omat haasteensa. Mielenterveys- tai päihdeongelmat, kiire tai perheen työnjaon toimimattomuus lisäävät hyvinvoinnin riskiä samoin, kuin aikamme ilmiöinä haaste työnkuvan

moninaisuudesta, vuorotyö tai epäsäännöllisyys vapaapäivissä. (STM 2004, 81, 205.)

2.1 Perhe ja vanhemmuus

Perhe käsitteenä pitää sisällään monenlaisia määreitä ja piirteitä. Jokainen perhe on yksilöllinen, arvokas ja siinä vallitsee oma kulttuurinsa. Perhesuhteita määrittelevät biologiset, sosiaaliset ja emotionaaliset suhteet sekä yhteiskunnalliset, taloudelliset ja moraaliset ulottuvuudet. (Ihalainen & Kettunen 2006, 69.) Haapio ym. (2009, 36) mukaan perhettä voidaan kuvata vuorovaikutuksen areenaksi, merkityksellisten suhteiden paikaksi sekä sosiaaliseksi että moraaliseksi yhteisöksi. Ala-Hiiri (2007, 10) puolestaan kertoo perheen koostuvan jäsenistä, joita sitovat yhteen tunnesiteet ja tunne yhteenkuuluvuudesta. Tällöin tehtävä yhteiskunnan kannalta on lisääntyä, huolehtia jäseniensä sosiaalistamisesta ja kulttuuristen traditioiden siirrosta, koska sosiaalisena yksikkönä perheen uskotaan vaikuttavan eniten lasten kasvuun ja kehitykseen.

Toisaalta, Haapio ym. (2009, 30) mukaan perhe voidaan nähdä järjestelmänä eli systeeminä. Tällöin, jos yksi perheenjäsen muuttuu, muuttaa se koko perhesysteemiä. Lapsen syntymä on yksi perhesysteemiin vahvasti vaikuttavista muutoksista. Perheen terveys on silloin hyvä, jos perhe on toimiva, arki sujuu, kommunikaatio on monipuolista, suhteet ympäristöön ovat vahvat sekä toimivat. Järvinen, Lankinen, Taajamo, Veistilä ja Virolainen (2012, 31) muistuttavat, että nyky-yhteiskunnassa perhemuodot ovat moninaistuneet ja näin ollen perhe - käsitettä määriteltessä on huomioitava tasa-arvoisesti myös sateenkaariperheet, monikulttuuriset perheet sekä lapsettomat perheet.

Tilastokeskus (2013) määrittelee perheeksi yksikön, jonka muodostavat yhdessä asuvat avo- tai aviopuolisot tai parisuhteen rekisteröineet henkilöt sekä heidän lapsensa, toinen vanhemmista lapsineen tai avo- ja aviopuolisot, ja parisuhteensa rekisteröineet henkilöt, joilla ei ole lapsia. Haapio ym. (2009, 35) lisäävät, että nykypäivänä perheenjäsenet integroituvat yksilöinä työelämään, kouluun, ja

erilaisiin organisaatioihin, mutta samalla perheet ovat yksityistyneet. Kodin ja perheen yksityisyyttä suojataan laeilla ja erilaisilla normeilla.

Vuonna 2012 Suomessa oli 1 466 000 perhettä, joista lapsiperheitä 578 000. Uusperheiden määrä oli 53 000, joista noin puolet vanhemmista asui avioliitossa ja puolet avioliitossa. Eniten oli perhetyyppejä, joissa vanhemmat elivät avioliitossa (61 %). Avioliittoperheitä puolestaan toiseksi suurin ryhmä (19 %). Perheitä joissa lapsen kanssa asui äiti, oli lähes saman verran, (18 %) kun taas perheitä, joissa lapsen kanssa asui isä, oli ainoastaan alle (3 %) kaikista perheistä. 400 lapsiperheessä vanhemmat olivat samaa sukupuolta. (Tilastokeskus 2013.)

Vanhemmuus voi olla biologista, sosiaalista, psyykkistä tai juridista, Vilén, Vihunen, Vartiainen, Sivén, Neuvonen & Kurvinen (2006, 86) kertovat tarkentaen, että biologinen vanhemmuus tarkoittaa geenien siirtämistä lapselle. Psyykkinen vanhemmuus puolestaan tarkoittaa, että lapsi kokee tunnetasolla aikuisen vanhemmakseen. Tämän huomioiminen on tärkeää, koska lapsi reagoi usein vahvimmin psyykkisen vanhemman antamiin ohjeisiin ja neuvoihin. Sosiaalinen vanhemmuus tarkoittaa aikuista, joka huolehtii käytännön tasolla lapsen asioista. Juridinen vanhemmuus tarkoittaa huoltajuuden käsitettä. Lapsen huoltajuutta voidaan muuttaa vanhempien suostumuksella tai oikeuden päätöksellä. (Vilén ym. 2006, 86.)

Haapion ym. (2009, 83) mukaan vanhemmuuteen vaikuttavat mielikuvat tulevasta lapsesta, omat lapsuudenkokemukset, sekä yhteiskunnan muokkaama kuva vanhemmuudesta. Myös Vilén ym. (2010, 126 - 127) vahvistavat omien kokemusten ja niihin liittyvien mielikuvien joko helpottavan vanhempien ymmärrystä lapsen tarpeista tai luovan haasteita tilanteissa, joissa muistikuvia ei ole. Hellsten (2003, 172) kertoo vanhempana toimimisen esteenä olevankin usein, että ihminen kantaa mukana lapsuudestaan sellaisia asioita, joita ei ole koskaan ymmärtänyt tai tunnistanut. Vanhemmiksi tullaan usein jo siinä vaiheessa, jolloin oma lapsuus on tuskin päättynyt. Tällöin ihminen voi olla monella tapaa vielä kiinni omissa vanhemmissaan, ja lapsen saaminen aktivoi näitä menneisyyden kohtaamattomia asioita.

Vanhemmuus on äidille ja isälle kasvuprosessi, joka ei lakkaa koskaan, vaan jatkuu läpi elämän. Vanhemmuus on aina vuorovaikutustapahtuma lapsen ja vanhemman välillä kertoo Krister (2002, 23 - 24) ja tähdentää riittävän hyvän vanhemmuuden tarkoittavan sitä, että perheen kodista löytyy riittävästi läsnä olevaa ja turvallista aikuisuutta. Aikuisuus tarjoaa lapselle rajat rakkauden sisällä, se on vahvuutta kestää lapsen tunteet ja kykyä vastata hänen tarpeisiinsa riittävässä määrin.

Vanhemmaksi tuleminen kokemukseen vaikuttavat vanhemmuuden suunnitelmallisuus tai ennakoimattomuus. Uusi elämäntilanne voi Vilén ym. (2010, 126 - 127) mukaan aiheuttaa epävarmuutta ja pelkoja, mikäli aiempaa kokemusta lapsenhoidosta ei ole. Almqvist (1996, 20 - 21) toteaa vanhemmuuden edellytykseksi kyvyn ymmärtää lapsen tunteita. Hän lisää vanhempien tarvitsevan emotionaalisen ja henkisen tuen sekä konkreettisen avun lisäksi tietoa lapsen kehityksestä. Toimivan perheen tunnuspiirteinä Almqvist pitää perheen tyydyttäviä suhteita ympäröivään yhteisöön, kykyä keskustella ristiriidoista ja kykyä osoittaa lapsille riittävää ymmärrystä ja lämpöä. Wilskmanin (2012, 23) mukaan perheiden tukeminen on tärkeä aloittaa riittävän varhaisessa vaiheessa.

2.2 Vuorovaikutus perheessä

Perheen sisäinen vuorovaikutus tapahtuu kahdella tasolla: vanhempien keskinäisessä parisuhteessa ja suhteessa vanhempien ja lasten välillä. Nämä tasot ovat vahvasti yhteydessä toisiinsa, näin ollen hyvin toimiva parisuhde lisää kykyä onnistuneeseen vuorovaikutukseen vanhempi - lapsi suhteessa. Parisuhteessa hyvä vuorovaikutus perustuu keskinäiseen kunnioitukseen, tasa-arvoon, rakkauteen, luotettavuuteen ja avoimuuteen. Lapsen ja vanhemman välinen vuorovaikutus luo pohjan lapsen itseluottamuksen ja minäkuvan kehitykselle. (Ojala & Uutela, 1993 113, 121.) Lasten paikka ei Vilén, Seppänen, Tapio, ja Toivasen (2010, 115) mukaan ole vanhempien parisuhteen välissä vaan sen sisällä. Toisin sanoen, parisuhteesta huolehtiminen on tärkeää, koska yhteyden puuttuminen puolisoiden välillä lasten kasvettua, on yksi yleisimpiä eron syitä.

Ojala ja Uutela (2003, 114) tuovat esiin perheen hyvinvoinnin kannalta perheen sisäisen, mutta myös ulkoapäin suuntautuvan vuorovaikutuksen tärkeyden. Perhe ei ole suljettu ryhmä, vaan sen jäsenet ovat jatkuvassa vuorovaikutuksessa ulospäin. Perheiden puutteelliset tai kielteiset verkostot, sekä oma tavoite ylläpitää tai luoda ihmissuhteita voivat olla esteenä myönteisten verkostojen rakentamiselle. Laine (2006, 67) tähdentää hyvien ihmissuhde- ja vuorovaikutustaitojen helpottavan ihmissuhde- ja vuorovaikutustilanteissa. Edellytyksiä näille luo kyky tunnistaa omia ja toisten tunteita.

Perheen vuorovaikutusta tutki myös Bronfenbrenner (1979), kuvaten ihmisen kehitystä ja sosiaalistumista yhteiskuntaan ekologisessa systeemiteoriassaan. Kyseisessä tutkimuksessa kuvattiin yksilön ja hänen elinympäristönsä välisiä suhteita, sopeutumista ja laajoja konteksteja. Jokaisen ihmisen lähtökohdat luovat tämän teorian mukaan mahdollisuuksia mutta myös rajoituksia.

Vuorovaikutukseen vanhempien ja lasten välillä, löytyy lisäksi vaikuttavia tekijöitä niin lähi- ja kasvuympäristöstä kuin yhteiskunnasta. Bronfenbrennerin mukaan päämääränä kasvatukselle on tukea yksilön optimaalista kehitystä, yhteiskunnan toimiessa kehitykseen vaikuttavana tekijänä. (Härkönen 2008.)

Perheiden hyvinvointia lisää vuorovaikutussuhteen lujittaminen. Tähän päästään tukemalla ristiriidatonta ja kaksisuuntaista viestintää perheessä sekä ottamalla lapsen näkökulma huomioon. (Törrönen 2012,10.)

Vuorovaikutuksessa tärkeänä nähdään aikuisen kyky tuottaa lapselle ulkoisen kokemuksen turvallisuuden tunne, joka asteittain muuttuu lapsen omaksi sisäistyneeksi turvaksi. Jokainen lapsi pyrkii kiintymään aikuiseen. Näin hän haluaa tulla kuulluksi, nähdyksi ja kohdatuksi. Tällöin vanhemman tehtävänä on Remsu ja Törrösen (2007, 17 - 19) mukaan antaa lapselle hoivaa, ravintoa ja suojaa, johon lapsi vastaa. Kuitenkaan pelkkä fyysinen läheisyys, kosketus tai syli ei sellaisenaan riitä, vaan lapsi tulee kohdata myös tunnetasolla.

Mannerheimin lastensuojeluliitto (2013) kertoo varhaisen vuorovaikutuksen käsittävän kaiken lapsen, ja vanhempien yhdessä tekemisen, kokemisen ja olemisen lapsuuden ensivuosina. Riittävän hyvä vuorovaikutussuhde on pohjana lapsen minäkuvan rakentumiselle, joka puolestaan luo, kuten myös Remsu ja

Törrönen (2007, 17 - 19) aiemmin mainitsivat, perusturvallisuutta ja luottamusta ympäröivään maailmaan. Riittävä perusturva takaa, että lapselle kehittyy kyky hakea ja vastaanottaa tukea sekä hoivaa tarvitessaan. Lapselle kokemus siitä, että hänen tarpeisiinsa vastataan, hän on hyvä ja tuo iloa, heijastuu myöhempiin ihmissuhteisiin elämässä sekä kehittää empatiakykyä. Mikäli lapsen tarpeisiin vastataan arvaamattomasti tai satunnaisesti tai tarpeisiin vastaaminen laiminlyödään, on lapsen vaikea kehittää kykyä luottaa elämään tai itseensä. (MLL 2013.)

Muistan kun ensikotijaksolla painotettiin paljon varhaisen vuorovaikutussuhteen tärkeyttä. Sen vasta tajuaa myöhemmin kuinka tärkeää se oikeasti on ollut vauvan ja vanhempien kiintymyssuhteen kannalta. Täytyy kuitenkin muistaa hoitaa sitä parisuhdettakin, ja osata keskustella asioista avoimesti.

2.3 Lapsiperheen arki

Arjen määrittely on usein haastavaa. Arki on epämääräinen käsite, joka on mahdollista määritellä monin tavoin. Arki määritellään usein ihmisen jokapäiväiseksi elämäksi, joka on toistuvaa, itsestään selvää ja koostuu rutiineista. Toisin sanoen, arki on vastakohta lomalle. Arjen käsite on osa yhteiskuntaa ja sidoksissa sekä aikaan ja paikkaan, että kulttuuriin. (Salmi 2004, 11 - 28.)

Nykyperheiden elämä on hyvin kiireistä ja aikataulutettua toteavat Lammi-Taskula & Bardy (2009, 61). Perheen yhteinen aika on kuitenkin tärkeää ja auttaa jaksamaan arjessa. Perheiden arki on jäsenten välistä tunnetyötä, ilmapiirin luomista, arjen käytäntöjen, aikataulujen ja rutiinien yhtensovittamista. Rönkä, Malinen & Lämsä (2009, 12) kohdentavat lapsiperheiden arjelle ominaiseksi syklisyyden. Tämä näkyy arjessa tilanteiden ja rutiinien toistumisena päivittäin ja viikoittain. Vanhempien työajat, lastenhoitoajat, ruokailurytmit ja nukkuma-ajat rytmittävät vahvasti perheiden elämää. Arjen rytmisyydestä kerroimme myös aiemmin lapsiperheiden hyvinvoinnin yhteydessä.

Törrösen (2012, 10) mukaan arkinen hyvinvointi liittyy vahvasti kotiin, ja sitoo yhteen hyvinvoinnin osa-alueet, joita ovat talous, sosiaaliset suhteet ja mahdollisuudet toteuttaa itseään. MLL (2013) kuvaa lapsiperheen arjen sisältävän

pieniä tärkeitä perusasioita, kuten vaipan vaihtoa, lohduttamista, ruokailua, ulkoilua ja leikkimistä. Arkeen kuuluu myös yhteenkuuluvuuden tunnetta ja yhdessä olemista. Toistuvat ja tutut rutiinit, tunteiden osoittaminen ja jakaminen, rakkauden osoittaminen, hyväksyntä ja turvallisten rajojen asettaminen kuuluvat niin ikään lapsiperheiden perusarkeen. Lapsiperheiden hyvinvointia lisää sekä lasten että aikuisten kyky sietää tavallista arkea (Jokinen 2005, 8).

Järvinen ym. (2012, 112) tiivistävät arkielämän jokaisen ihmisen elämän todellisuudeksi ja käytännöksi, jossa eri toimintaympäristöjen sosiaaliset suhteet ovat tärkeitä. Arki muuttuu omakohtaiseksi kokemukseksi joka päivä.

Kyllä arki vauvan kanssa on ollut välillä haastavaa ja raskastakin. On pitänyt itse tehdä ruuat, pestä pyykit, ja siivota kotia ja hoitaa laskut. Välillä arki ja päivät tuntuvat samanlaisilta, joskus kaipaisi piristystä ja vaihtelua. Vaikka, vauva onkin mun arjen keskipiste.

2.4 Arjen ja elämän hallinta

Arjenhallintaa voidaan kuvata yhteiskunnan ja perheen kohtaamisen tilaksi, jossa arjenhallinta koostuu sisäisestä ja ulkoisesta osasta. Sisäinen osa tarkoittaa yksilön kykyä käsitellä ja hallita sisäsyntyisiä ongelmia ja laatia niitä varten ratkaisusuunnitelmia. Ulkoinen osa sisältää yksilön kyvyn ottaa vastaan muiden tarjoamaa apua. (Friis, Eirola & Mannonen 2004, 24.) Rönkä ym. (2009, 16) tuovat esiin perheiden arkea kuormittavia ja hankaloittavia tekijöitä. Näitä ovat esimerkiksi kiireisyys, työn epävarmuus, sekä arjen henkinen vaativuus. Nämä tekijät taas heijastuvat parisuhteeseen sekä vanhempien- ja lastenväliseen suhteeseen.

Ylisukupolviset ajattelu- ja toimintamallit, myytit tai salaisuudet haastavat osaltaan arjen toimivuutta perheessä. Stressitekijöitä arkeen voivat tuoda lisäksi erilaiset kriisit. Kriisejä voivat olla kehityskriisit, esimerkiksi lapsen syntymä tai avioliiton solmiminen. Elämänkaarikriisejä voivat edustaa perheväkivalta, uupuminen tai hankala avioero. Äkillisiä kriisejä puolestaan voivat olla yllättävä avioero, raiskaus, onnettomuus tai läheisen kuolema. (Vilén ym. 2010, 177 - 178.)

Järvinen ym. (2007, 86) mukaan arki ja sen asioiden hoitaminen luo perhe-elämään jatkuvuutta ja turvallisuutta. Arjenhallintaan kuuluvat rutiinit. Arkeen kuuluu myös monenlaisia haasteita ja velvollisuuksia kuten raha- ja talousasioista huolehtiminen, vanhemmuuden tehtävät, kaupassa ja virastoissa asioinnit, sekä sovitut tapaamiset ja muut menot. Arjenhallinta on merkittävä osa elämänhallintaa ja sen avulla voidaan pitää ihmisen koko hyvinvointia yllä. Hyvinvoinnin perusta syntyy lasten ja perheiden arjesta (Haapio ym. 2009, 41). Törrönen (2012, 10) lisää arkisen hyvinvoinnin muodostuvan kodin ja läheisten ihmisten vuorovaikutuksesta.

Elämänhallinta on laaja käsite, ja se voi kattaa useita osatekijöitä ja ulottuvuuksia (Järvikoski & Härkäpää 2004, 129). Raitasalo, Salminen, Saarijärvi ja Toikka (2004, 27, 95) jatkavat kertomalla elämänhallinnan tarkoittavan ihmisen kykyä sopeutua ja mukautua ulkoisten häiriötekijöiden, menetysten ja psyykkisten sekä somaattisten sairauksien aiheuttamiin rajoituksiin. Elämänhallinnalla tarkoitetaan ihmisen taitoa käsitellä ulkoisia paineita ja sisäisiä ristiriitoja itseä koossapitävällä ja eteenpäin toiveikkaasti suuntaavalla tavalla.

Toisaalta Keltikangas - Järvinen (2008) kertoo elämänhallinnalla voivan ymmärtää ihmisen uskon omiin vaikuttamismahdollisuuksiinsa sekä siihen, että omalla toiminnalla voidaan muuttaa olosuhteita suotuisammaksi. Korkean elämänhallinnan omaavalla ihmisellä voidaan sanoa olevan vahva sisäinen kontrolli, jolloin hän kokee olevansa päämäärätietoinen ja vastuussa elämästään. Tällöin ihminen ajattelee itse, hänelle ei käy vahinkoja, vaan virhearviointeja ja hän kokee ohjaavansa itse elämäänsä. Matalan elämänhallinnan, ulkoisen kontrollin omaava ihminen, puolestaan uskoo asioiden vain tapahtuvan sattumanvaraisesti. Hän toimii enemmänkin oman elämänsä tarkkailijana kuin toimijana. Elämänhallinnan lisäksi kyky tehdä kompromisseja sekä ympäristön että omien vaatimusten välillä ja löytää tyytyväisyyden tunne sovittujen sääntöjen puitteissa, onkin tärkeää. (Keltikangas - Järvinen 2008, 255 - 256, 263.)

Veijalainen, Heino, Kalland, Paasikannas, Salo ja Huhtala (2008) lisäävät, että elämänhallinnan ja voimavarojen lisääntyessä voi tukiverkostoksi kehittyä sosiaalinen tukiverkosto, jossa yhteinen ymmärrys koetaan kantavana voimana.

Hyväksytyksi tulemisella ja onnistumisen kokemuksilla on suotuisa vaikutus perheen toivomaan muutokseen.

2.5 Lapsiperheen palvelut

Valtio velvoittaa kuntia järjestämään asukkailleen tasa-arvoisia sosiaali- ja terveystalvuujuja. Perheille suunnattujen palveluiden tavoitteena on auttaa perheitä ja yksilöitä löytämään omia voimavaroja ja edistää itsenäistymistään. (Karling ym. 2009, 34.) Karling ym. (2009, 34) toteaa myös, että lapsiperheitä tuetaan Suomessa sosiaali- ja terveystalvuuilla sekä taloudellisen tuen avulla, jota tarvittaessa annetaan yksilöille ja perheille. Palvelut kohdistuvat lapsiperheisiin joko suoraan tai välillisesti.

Yhteiskunnan tukea lapsiperheille kutsutaan perhepolitiikaksi (Karling ym. 2009, 34). Perhepolitiikka sisältää toimia ja järjestelmiä, joiden avulla tuetaan perheitä ja jaetaan voimavaroja lapsiperheiden kesken. Lainsäädäntö, lapsiperheiden tuet, ja lapsiperheille suunnatut julkiset ja tuetut palvelut kuuluvat perhepolitiikan sisältöön. Rajanveto käsitteiden perhepolitiikka ja lapsipolitiikka välillä eivät aina kuitenkaan ole yksiselitteistä. Lapsipolitiikalla taataan YK:n lapsen oikeuksien sopimuksen mukaisesti oikeuksien ja elinolojen turvaaminen sekä lapsen osallisuus häntä koskeviin päätöksiin. Lisäksi lapsipolitiikan tehtävänä on ehkäisevän lastensuojelun ja lastensuojelun palveluiden avulla, tarjota lapselle riittävää suojelua. (Marjanen, Marttila ja Varsa 2013, 211.)

Lapsiperheen tukemisessa nähdään tärkeänä varhainen ja nopea reagointi perheiden erilaisiin tuen tarpeisiin. Lisäksi keskeistä ovat tiedon jakaminen tarjolla olevasta tuesta ja palvelujen tuottajista, matalan kynnyksen apua sekä hyvä yhteistyö ja tiedonkulku eri perhettä auttavien toimijoiden välillä. (Helsingin kaupunki 2012.)

Perheet tarvitsevat hyvinvointinsa tueksi sosiaalisia verkostoja sekä turvallisen elinympäristön. Yhteiskunnan ja kolmannen sektorin tarjoama tuki ja toiminta tukevat perheitä arjessa selviytymisessä. (Haapio ym. 2009, 41.) Kolmannen

sektorin palveluita Lahdessa tarjoavat esimerkiksi Lahden Ensi- ja turvakotien yhdistys, seurakunnat, Mannerheimin lastensuojeluliitto ja Pelastakaa Lapset ry.

Lapsiperheitä ja lapsia tukemaan on rakentunut laaja ammatillinen tukiverkosto. Palveluita jakautuu usean hallintokunnan alle ja niissä toimii monia ammattiryhmiä. Tuesta osa on kaikille tarkoitettua, esimerkiksi neuvola ja perusopetus. Osa palveluista, esimerkiksi kasvatus- ja perheneuvola-, lastensuojelu- ja lastenpsykiatriapalvelut, perustuvat ongelmien tunnistamiseen ja niiden korjaamiseen. (Remsu & Rimpelä 2013, 19.) Voidaankin sanoa, että lasten ja nuorten terveys ja hyvinvointi ja ovat lisääntyneet Suomessa, mutta samalla korjaavat palvelut ovat kuormittuneet entistä enemmän (Torrönen 2012, 28).

Ennaltaehkäisyllä pyritään auttamaan lapsiperhettä arjessa ja löytämään omia voimavaroja kertoo Järvinen ym. (2007, 35). Ennaltaehkäisyn tavoitteena on ehkäistä sellaisten ongelmien syntymistä, jotka vaarantavat lapsen hyvinvoinnin. Näin ollen kaikki sellaiset lapsille tarkoitetut palvelut, jotka tukevat myös vanhemmuutta, ovat ennaltaehkäiseviä. Laajasti ottaen ennaltaehkäisevää toimintaa lapsiperheen hyväksi toteutetaan esimerkiksi sosiaali- ja perhepolitiikan avulla. (Sosiaaliportti, 2013a.)

Yhteiskunnalle vertaistuen järjestäminen on edullinen ja vaikuttava tapa auttaa vanhempia selviytymään kasvatustehtävässä. Vertaistuellalla on tärkeä merkitys vanhemmuuden vahvistajana. Se edistää myös elämänhallintaa sekä perheen arjen selviytymiskeinoja. Vertaistuki on toisen samassa elämäntilanteessa olevan antamaan sosiaalista tukea. Samassa elämäntilanteessa olevat ihmiset pystyvät näin ollen tukemaan ja ymmärtämään toisiaan helpommin. (Haapio ym. 2009, 44 - 45.)

2.6 Vanhemmuuden tuki ensikotijaksolla

Lapsen hyvinvointi alkaa heti syntymästä, vauvaiästä. Kun vauva elää turvallisessa kasvuympäristössä ja hänen perustarpeistaan huolehditaan, vauvan saama hyvä ja riittävä hoito tulee näkyväksi. Ensikodeissa tehtävä vauvaperhetyö tukee perheitä vanhemmuudessa ja arkielämän taitojen opettelussa ja tällä tavoin

lisää sekä vanhempien että vauvan turvallisuuden tunnetta. (Ensi- ja turvakotien liitto 2013.)

Ensi- ja turvakotien liitto on valtakunnallinen lastensuojelujärjestö, jonka jäsenyhdistysten palveluita käyttää vuosittain yli 10 000 henkilöä, joista lapsia on noin 4000 (Ensi- ja turvakotien liitto 2013). Opinnäytetyömme toimeksiantajana oli Lahden ensikoti, joka toimii yhtenä keskusjärjestön 29 jäsenyhdistyksestä.

Ensikodeissa tehdään sekä ehkäisevää että korjaavaa lastensuojelutyötä. Palvelut on tarkoitettu yksilöllistä ja vahvaa tukea tarvitseville vauvaperheille. (Ensi- ja turvakotien liitto 2013.) Ensikodin keskeisiä yhteistyötahoja ovat lastensuojelun sosiaalityö ja sosiaalipalvelut, jonka kautta asiakkaat yleisimmin saapuvat ensikotiin (Laatunen 2013). Asiakasperheiden ongelmat määrittelevät osaltaan keskeisiä yhteistyötahoja. Jokaiselle perheelle laaditaan yksilöllinen hoitosuunnitelma yhdessä perheen ja hoidosta vastaavan verkoston kanssa.

Lahden ensikotiin pääsyn edellytyksenä on, että asiakkaalla ei ole akuuttia päihdeongelmaa. Päihdeongelmat ja päihteiden käytön seuraukset ovat kuitenkin yksi syy siihen, miksi vanhempia ohjataan ensikotijaksolle lastensuojelun sosiaalityön kautta. Väkivalta, sen kokeminen tai näkeminen, sekä syrjäytyminen, voivat koskettaa myös useita ensikodin asiakkaita. Muita syitä ovat vanhemman, lähinnä äidin, alaikäisyys. Syinä voivat myös olla mielenterveysongelmat, ylisukupolvisuus lastensuojelun asiakkaana tai riittämättömät taidot vanhemmuuteen. (Lahden ensi- ja turvakoti ry 2012.)

Ensikodissa työskennellään vanhemman ja vauvan varhaisen vuorovaikutuksen vahvistamiseksi ja siksi toivotaankin perheiden tulevan ensikotiin jo odotusaikana. Vanhemmuutta rakennetaan sekä konkreettisten asioiden, kuten vauvan tarvikkeiden hankinnan kautta, myös pohtimalla omaa tulevaa vanhemmuutta. Vauvan synnyttyä, yhdessä vanhemman kanssa havainnoidaan ja tuetaan vauvan kehitystä, ja itse asiakasta hänen omien voimavarojensa löytymisessä. (Ensi- ja turvakotien liitto 2013.)

Vauvan kiintymyssuhdehäiriöiden tunnistaminen, korjaava työskentely sekä korvaavien hoitokokemusten tarjoaminen vauvalle kuuluvat ensikodin

henkilökunnan työnkuvaan. Keinoina käytetään perhekohtaista työskentelyä, yksilö- ja paritapaamisia sekä yhteisöllistä toimintaa. (Lahden ensi- ja turvakoti ry 2012.)

Vauvaperhetyöllä pyritään vaikuttamaan perheiden moniongelmaisuuuteen, ylisukupolvisuuteen ja syrjäytymiseen. Ensikodissa eletään vauvaperheen arkea työntekijöiden tukemana, joka lisää sekä vanhempien että vauvan turvallisuuden tunnetta. Perheiden tukeminen ja arkielämän perustaitojen opettelu luovat pohjaa lapsen turvalliselle elämälle ensikotijakson jälkeen. (Ensi- ja turvakotien liitto 2013.)

Haasteena kotiutumisvaiheelle tuo usein liian lyhyt ensikotijakso. Oman tilanteen vakauttaminen ja täyspainoinen vauvan tarpeisiin vastaaminen saattavat vaatia jopa vuoden pituisen hoitojakson. Liian usein perheet kotiutuvat jo alle kolmen kuukauden jakson jälkeen. (Ensi- ja turvakotien liitto 2013.) Ensikotijakson tavoitteena on, että vanhemmalle kehittyy tarvittavat taidot ja voimavarat selvittää vauvan kanssa turvallisesti elämässä. Perheelle suunnitellaan näin ollen tarvittaessa yksilöllisesti räätälöityjä jatkotukitoimia. Ensi- ja turvakoti ry:llä on käytössä useita omia erityisosaamisen työmuotoja ja perheitä voidaan ohjata esimerkiksi niihin. (Laatunen 2013.)

Ensikodista perhe voi muuttaa suoraan omaan kotiin. Näistä perheistä moni tarvitsee joitakin tukimuotoja perheen tilanteesta riippuen. Myllykylä (2006) kertoo tutkimuksessaan kuinka tärkeässä roolissa ensikodista kotiutumisvaiheessa ovat vahvat verkostot, erityisesti ystävät koettiin parhaina tuen antajina. Vainio (2005, 66) lisää teiniäitiyttä koskevassa pro gradu -työssään kuinka kotiutuminen ensikodista oli ollut osalle äideistä todella vaikeaa. Olo oli yksinäinen ja kotikin keskeneräinen.

Nurmolan (2011) tekemä tutkimus puolestaan osoittaa ensikotiperheiden kanssa työskentelevien ammattilaisten mielestä neuvolaseurannan ja perhetyön jatkumisen tärkeyden. Myös seikka, että perheiden tulisi saada runsaasti tukea siirtymävaiheessa, kävi tutkimuksessa ilmi. Ammattilaisten mielestä asiakkaiden kanssa olisi hyvä käydä läpi uuden asuinpaikan palveluja jo ensikotijakson aikana. Nurmola (2011) kirjoittaa myös tutkimuksensa tuloksissa todeten, että ensikodin

asiakasperheillä on yleisesti ottaen vähän tietoa vauvaperheille suunnatuista palveluista. Etenkin lapsiperheiden harrastustoimintaan liittyvät palvelut tunnetaan huonosti. (Nurmola 2011, 36 - 38.) Lisäksi muutto yksin vauvan kanssa mahdollisesti vieraaseen kaupunkiin on usein haastavaa. Vauvaperheen arjen lisäksi haltuun pitäisi ottaa uusi kaupunki ja sen tarjoamat palvelut. Moniongelmaisen perheen voimavarat eivät aina riitä palvelujen tai perheen tarvitseman muun tiedon löytämiseen. (Laatunen 2013.)

3 OPINNÄYTETYÖN TAVOITE JA TARKOITUS

3.1 Opinnäytetyön tavoite

Opinnäytetyössämme tavoitteena on tuottaa Lahden ensikodista kotiutuville vanhemmille helppokäyttöinen ja selkeä opaslehtinen, jossa perheiden arkielämää tukeva tieto on ytimekkäästi ja helposti yksissä kansissa.

3.2 Opinnäytetyön tarkoitus

Opaslehtisen tarkoitus on antaa tukea perheiden kokonaisvaltaiseen arjenhallintaan, kannustaa vanhempia omatoimiseen tiedonhankintaan ja sosiaalisten verkostojen luomiseen. Opaslehtisessä olevan tiedon avulla pyritään ennaltaehkäisemään perheiden ongelmien pitkittymistä ja lisääntymistä. Opaslehtistä voidaan hyödyntää sosiaali- ja terveysalalla asiakkaiden ja asiantuntijoiden keskuudessa.

4 IDEASTA TOTEUTUKSEEN

Päästäksemme alkuun opinnäytetyössämme, otimme yhteyttä Lahden ensikotiin ja sovimme tapaamisajan vauvaperhetyöntekijöiden Katja Laatusen ja Anne Sipposen kanssa. Tapaamisessa esittelimme opinnäytetyömme idean ja ajatuksemme sen toteuttamistavasta. Samalla saimme ehdotuksia henkilöistä, joihin meidän kannattaisi olla työmme tiimoilta yhteydessä saadaksemme ammatillista näkökulmaa haastattelun keinoin. Keskustelimme Lahden ensikodin työntekijöiden kanssa ensikodille tehdyistä vastaavanlaisista tutkimuksista ja opinnäytetöistä. Laatusen ja Sipponen totesivat että heidän tietääkseen vastaavanlaisia töitä Lahden alueella ei ole tehty.

Lupa opinnäytetyön toteuttamiseen saatiin toimeksiantajan edustajilta, sekä ohjaavalta opettajaltamme. Toimeksiantosopimus kirjoitettiin Lahden ensikodin toiminnanjohtaja Jukka Ihalaisen kanssa 14.2.2013 ja häneltä haettiin myös tutkimuslupa haastatteluihin 2.4.2013. Opinnäytetyötä koskeva tiedotustilaisuus pidettiin haastatteluun osallistuville perheille Lahden ensikodilla 19.4.2013, suunnitelmaseminaarin jälkeen.

Tässä osiossa selvitämme opaslehtisen prosessin kulkua. Kerromme toiminnallisesta opinnäytetyöstä, aineistonkeruusta ja sen analysoinnista sekä tuloksista.

4.1 Tiedonhaun kuvaus

Opinnäytetyön tietoperustaa varten luimme kirjallisuutta, hyödynsimme työelämäkokemusta, aikaisempia tutkimuksia ja teorioita. Ensi- ja turvakotiliiton julkaisut (Ensi- ja turvakotien liitto 2013; Henttonen 2009; Kuosmanen 2009) antoivat työllemme arvokasta ja tukevaa tietoa.

Työmme keskeiset käsitteet muodostuivat tutkimusprosessin kuluessa. Niiden avulla selkeytimme tutkimuksemme sisältöä. Käsitteiksi valitsimme asiasanat arki, elämänhallinta, ensikoti, lapsiperheen palvelut, perhe ja vanhemmuus, joiden avulla haimme tietoperustaa.

Käytimme aikaisempien tutkimusten ja lähdekirjallisuuden etsintään runsaasti aikaa ja haimme myös apua oppilaitoksen tiedonhankintaklinikan asiantuntijalta sekä tietokeskus Fellmannian asiantuntijoilta. Käytimme etsinnässä hakupalvelimina Artoa, Aleksia, Doriaa, Nelliä, Melindaa ja Google-hakupalvelua. Etsimme myös aineistoa Theseuksesta.

4.2 Toiminnallinen opinnäytetyö

Vilka ja Airaksinen (2003) sekä suosittelevat toimeksiantajaa opinnäytetyölle että perustelevat työelämästä saadun opinnäytetyöaiheen tukevan ammatillista kasvua. Käytäntöön suunnattu opastus, kuten opaslehtisemme, on suunnattu ammatilliselle kentälle ja etuna näemmekin, että pystymme vastaamaan työelämän tämänhetkiseen tarpeeseen. (Vilka & Airaksinen 2003, 9, 16 - 17.)

Toiminnallinen opinnäytetyö ei ole vain tutkimus, vaan kokonaisuus, jossa on tutkimuksellinen ja kehittävä ote. Tämä ote on saavutettavissa tutustumalla laadullisen tutkimusmenetelmän sisältöihin. (Vilka & Airaksinen 2004, 33.) Käytämme kuitenkin sanaa tutkimus kuvaamaan opinnäytetyömme vaiheita, joihin sisältyy tutkimuksellinen ote.

Opaslehtisen kokoamisessa emme ole luottaneet ainoastaan teoriatietoon, vaan olemme hankkineet lisäksi käytännön tietoa sekä asiakkailta (LIITE 2) että asiantuntijoilta (LIITE 3) haastattelujen avulla. Vilka ja Airaksinen (2004, 19) kertovat, että tuotos rakennetaan sen materiaalin ja aineiston pohjalta, joka tarkoitusta varten on kerätty, eikä oman kokemuksen pohjalta.

Käytimme laadullista otetta toiminnallisessa opinnäytetyössämme. Hirsjärvi, Remes ja Sajavaara (2009, 161) painottavat laadullisen tutkimuksen lähtökohtana olevan todellisen elämän kuvaaminen. Todellisen elämän kuvaaminen on ollut myös opinnäytetyömme lähtökohtana. Laadulliselle tutkimukselle yleistä on, että tutkimusryhmä on tarkasti valittu, ja tutkimussuunnitelmaa voidaan täydentää tutkimuksen eri vaiheissa (Hirsjärvi ym. 2009, 164). Tähän perustuen päätimme lisätä haastattelujen määrää tutkimuksen edetessä löydettyämme perheitä, jotka olivat kotiutuneet ensikodilta ja todentaneet vauva-arkea omassa kodissaan jo usean kuukauden ajan.

Toiminnallisessa opinnäytetyössämme yhdistyvät näin ollen toiminnallisuuteen liittyvä ammatillinen taito ja teoreettisuuden ammatillinen tieto.

Tutkimuksellisuus näkyy työssä teemahaastatteluiden muodossa ja raportin pyrimme kirjoittamaan asiatyylillä ja ohjeistetun rakenteen mukaisesti. (Vilka & Airaksinen 2003, 9,79.)

4.3 Haastattelun teemat

Etukäteen valitut haastattelun teemat perustuvat tutkimuksen viitekehykseen (Tuomi & Sarajärvi 2009, 75). Teemojamme olivat kotiutuminen, arjen haasteet, palvelut ja opaslehtisen sisältö. Eskola ja Vastamäki (2010, 35) kertovat kolmesta eri tavasta valita haastattelun teemat; valinta intuition perusteella, kirjallisuuteen perustuva valinta sekä teoriapohjainen valinta. Opinnäytetyön teemat muodostuivat pääsääntöisesti intuition perusteella. Kuitenkin, kirjallisuus ja toimeksiantajan konsultaatio tukivat ja vaikuttivat valintoihimme teemoja pohdittaessa.

Teemoja tarkentavat kysymykset pohjautuivat Vanhemmuuden roolikartta-työkaluun (Sosiaaliportti 2013b), jota etenkin sosiaalialalla käytetään vanhemmuuden käsitteen ja roolien selventämiseen (Suomen kuntaliitto 2001, 86). Kysymykset pohjautuivat lisäksi Ensi- ja turvakotien liiton kirjalliseen materiaaliin (Ensi- ja turvakotien liitto 2013; Henttonen 2009; Kuosmanen 2009). Asiakkailta kysyttiin taustatietoja vahvistaaksemme olemassa olevaa, asiantuntijoilta peräisin olevaa tietoa, ensikodin asiakkaista. Tämän tiedon koimme oleelliseksi varmistaaksemme oikean ymmärryksemme kohderyhmästä.

Kotiutumis -teeman avulla pyrimme tuomaan esiin haastateltavien ymmärrystä vanhemmuudesta ja siihen liittyvistä asioista. Asiantuntijoilta kysyimme niin ikään kotiutumisesta, jotta saisimme tarkennusta siihen, minkä ajanjakson sisällä kotiutumisesta asiakkaat haasteita kohtaavat ja millaisia nämä haasteet ovat.

Arjen haasteet -teemassa käytimme asiakkaille kohdistuvien kysymysten pohjana niin ikään vanhemmuuden roolikarttaa, mutta myös intuitiota aiheen ainutkertaisen luonteen vuoksi. Tarkoituksenamme oli kartoittaa lapsiperheiden arjessa haasteellisiksi kokemia asioita, joihin voisimme opaslehtisessämme

vastata. Asiantuntijoilta kysyimme suoraan ilmeneekö haasteita, mahdollisten haasteiden laadusta sekä syistä, mitkä niihin johtavat.

Palveluteemassa pyrimme kartoittamaan asiakkaiden jo tuntemia palveluita. Näin pystyimme kohdentamaan opaslehtisen sisällön palveluihin, jotka todennäköisesti olivat vieraita käyttäjäryhmälle.

Opaslehtisen sisältö -teemassa kysyimme asiantuntijoilta palveluiden ohjauksesta sekä siitä, minkälaisia palveluita asiakkaat toivovat eniten tai millä lailla palvelun tarve näyttäytyy. Asiakkaiden omat ajatukset ja kokemukset koimme sisältömateriaalin kannalta olennaiseksi tiedoksi. Asiantuntijoiden antama tieto toi ammatillista näkökulmaa opaslehtiseen.

4.4 Teemahaastattelujen toteutus ja analysointi

Teemahaastattelussa pyritään löytämään merkityksellisiä vastauksia tutkimuksen tarkoituksen ja tutkimustehtävän mukaisesti (Tuomi & Sarajärvi 2009, 75).

Teemahaastattelu on välimuoto lomake- ja avoimesta haastattelusta toteaa Hirsjärvi ym. (2009, 208) ja jatkaa siinä olevan yleistä, että haastattelun aihepiirit ovat tiedossa, mutta kysymysten järjestys ja tarkka muoto puuttuvat.

Haastattelujen valintaa lähdeaineistoksi puolsi erityisesti halu saada esiin haastateltavien subjektiivinen näkemys haastatteluun valituista teemoista. Lisäksi haastattelun aihetta haluttiin rajata, mutta sen sisältöä ei. Hirsjärvi ja Hurme (2010, 36, 48) kertovat teemahaastattelun antavan luvan edetä yksityiskohtien sijaan teemojen merkityksissä ja sen tuovan paremmin haastateltavien äänen kuuluville. Kyselylomakkeen käyttö olisi rajannut pois mahdollisuuden tarkentaviin kysymyksiin ja haastateltavien motivointi sekä kysymysten oikein tulkinta olisivat saattaneet muodostua mahdollisiksi haasteiksi.

Haastattelimme neljää perhettä ja viittä asiantuntijaa. Koska haastateltavien määrä oli pieni ja toimeksiantajamme tiedossa, puhumme tässä työssä asiakashaastatteluista ja asiantuntijahaastatteluista. Vaikka haastateltavat ovat tässä tapauksessa tiedonantajia, emme kokeneet kyseisen ilmauksen käyttöä luontevaksi työssämme. Emme myöskään kerro haastateltavien ikää, sukupuolta,

työpaikkaa tai lähtökohtaa ensikotijaksolle. Näin pyrimme takaamaan haastatteluille mahdollisimman suuren anonymiteetin.

Sekä asiakkaiden haastattelut että asiantuntijoiden haastattelut tehtiin yksilöhaastatteluina. Kaikki haastattelut nauhoitettiin paikan päällä ja ennen haastattelua jokainen haastatteluun osallistuja allekirjoitti suostumuksen haastatteluun (LIITE 1).

Perheiden haastattelut suoritettiin ensikodin ulkopuolella, Perhetuvalla. Ensikodin henkilökunta suositteli haastattelun toteuttamista ensikodin ulkopuolella, jolloin haastateltavat perheet todennäköisesti olisivat avoimempia ja osallistuisivat tutkimukseemme helpommin. Tämä osaltaan lisäsi haastattelujen luotettavuutta, sillä haastateltavan tieto siitä, että työntekijöitä ei ole lähettyvillä, toi avoimuutta haastattelutilanteeseen. Teemahaastattelu antoi mahdollisuuden keskustelunomaiseen haastatteluun. Se tuntui hyvältä ratkaisulta ja oletamme sen myös antaneen meille enemmän tarvitsemaamme aineistoa.

Olimme jakaneet haastateltavat siten, että jokaisella meistä on ollut yhtä paljon haastateltavia. Sovimme haastatteluajan haastateltavien kanssa itsenäisesti ja litteroinnin jokainen toteutti itse haastattelun jälkeen. Vilka ja Airaksinen (2003, 64) mainitsevat, että konsultaatiohaastatteluiden litterointi ei ole tarpeellista, mutta katsoimme sen kuitenkin aiheelliseksi, jotta voisimme palata kyseisiin tietoihin helpommin oppaan tekstinsisällön ja raportin kirjoittamisen edetessä. Jaoimme litteroidut materiaalit siten, että jokaisella meistä tutkijoista oli hallussaan kaikki haastattelumateriaalit. Jokainen opinnäytetyöryhmän jäsen on sitoutunut säilyttämään työhön liittyvän materiaalin lukollisessa kaapissa ja hävittämään sen asianmukaisesti työn valmistuttua.

Vilka ja Airaksinen (2003, 64) kertovat, että toiminnallisen opinnäytetyön laadullisen tutkimusmenetelmän avulla hankittua aineistoa voidaan käyttää konsultaation tavoin lähteenä, jolloin sen analysointi ei ole tarpeellista. Analysointia toteutimme kuitenkin asiasisällön selkeyttämiseksi siten, että yliviivasimme litteroidusta tekstistä korostustussia apuna käyttäen teemahaastattelurungon teemoja, kuten esimerkiksi arjen haasteita, kotiutumiseen liittyviä asioita ja opaslehtiseen toivottuja palveluja.

Tämän jälkeen analysoimme korostetut tekstiosiot keskustelemalla ja refleктоimalla esiin tullutta tietoa lukemaamme teoriatietoon. Näiden teemojen alueilta etsittiin asiakkaiden ja asiantuntijoiden merkitykselliseksi kokemia näkemyksiä ja mahdollisia yhtäläisyyksiä vastauksissa.

4.5 Teemahaastattelujen tulokset

Teemahaastattelujen runko koostui neljästä kantavasta teemasta, joiden avulla saatuja tuloksia käsittelemme seuraavaksi. Kysymyksiä varten asiakkaille (LIITE 2) ja asiantuntijoille (LIITE 3) oli erilliset haastattelurungot. Haastatteluiden keskusteleva tyyli kuitenkin johdatteli aihetta siten, että uusia tarkentavia kysymyksiä kysyttiin haastattelun aikana tai kysymyksiä muotoiltiin ymmärrettävämmäksi tai tilanteeseen sopivammaksi. Vastaavasti, joitain kysymyksiä jätettiin pois, mikäli niihin oli kokonaan tai osittain jo vastattu tai niihin ei voinut vastata ollenkaan.

4.5.1 Kotiutuminen

Asiakkaiden toiveina olivat uuden elämän aloitus ja ryhmään kuuluvuuden tunne. Uutta perhettä ja uutta puolisoa sekä hyvää parisuhdetta toivottiin. Erityisesti ensikodista jo kotiutuneiden asiakkaiden kohdalla toivottiin myös tietoa ryhmistä, joissa opeteltaisiin ruuanlaittoa ja siivousniksejä sekä yhdessäoloa vauvan kanssa. Näiden asiakkaiden kohdalla nousi esiin toive myös matkustamisen mahdollisuuksista. Vanhemmuudella ymmärrettiin valmiuksia vastata vauvan tarpeisiin. Toisaalta, vanhemmuudella ymmärrettiin ravinnon ja levon tarjoamista vauvalle. Haasteita asiakkaat kohtasivat yksilöllisesti ensikotijakson jälkeen.

Sais vaihtaa mielipiteitä samassa tilanteessa olevien ihmisten kanssa. Se ystävän tuki ja ymmärrys on vaan niin jotain sanoin kuvaamattoman tärkeää.

Sit mä mietin, et olis ollut huippu silloin heti kun opettelin omaa arkielämää, kun olis ollut joku kotikerho, missä olis opetettu tekemää ruokaa, siivousjuttuja ja sitä, miten sen vauvan kanssa kotona luodaan rytmejä. Vaikka kyllähän niitä rytmejä siellä

ensikodilla yritettiin painottaa ja valaista, mut se aika siellä on jotenkin uutta ja jännää. Sitä keskittyy vaan uuteen pieneen ihmiseen.

Itsekin itkin monet itkut, kun en edes pesukonetta osannut käyttää ja monet ruuatkin paloi pohjaan.

4.5.2 Arjen haasteet

Ensikotijaksolla vauvaperheen arki ei ole vielä konkretisoitunut ja haastatellut perheet kokivat arjen haasteiksi lähinnä vauvan itkuisuuden ja epävarmuuden toimiansa vaikutuksesta lastensuojeluun ja sitä kautta yhteiseen tulevaisuuteen vauvan kanssa.

Ensikodista kotiutuneilla perheillä sen sijaan oli jo selkeämpi näkemys arjen haasteista. Heidän kokemia haasteitaan olivat yksinäisyys ja taloudelliset ongelmat, ympärivuorokautinen vastuunkanto sekä arjen hallinnassa tarvittavat taidot ruuanlaittoineen ja vauvan kylvetyksineen. Virastoasioiden hoito ja parisuhdeasiat sekä vaikeus liikkua vaunujen kanssa nousivat niin ikään haastatteluissa esiin. Vauvan itkuisuuden lisäksi sairastelut ja tieto siitä, mihin voisi ottaa yhteyttä neuvolan ollessa kiinni, koettiin arjen haasteiksi.

Asiantuntijat näkivät arjen haasteina pysähtymisen ja kotiin rauhoittumisen, sekä vauvan perushoidosta huolehtimisen. Myös sosiaalisten tilanteiden pelon tuomat haasteet rohkeudessa liikkua lapsen kanssa, päivärytmit ja puutteet hygieniassa tai ylisukupolvisuus lastensuojelun asiakkaana sekä neuvojen vastaanottaminen koettiin haasteiksi. Arjen rakentamisessa ja elämänhallinnan puuttumisessa nähtiin haasteita yhtälailla kuin siinä, että omat tarpeet laitetaan lapsen tarpeiden edelle. Päihde- ja mielenterveysongelmat, vuorovaikutusongelmat, sairaudet ja traumat, lapsen kaltoinkohtelu, fyysinen ympäristö kotona, uhkaukset ja vanhempien väsymys olivat asiantuntijoiden mukaan niin ikään haasteina.

Vastuunkantaminen 24/7. Sit sairastelukierteet ja hoitoapuongelmat. Alussa virikkeiden antaminen ja mitä tehdä kun itkuun ei mikään auta ja kenelle voi soittaa kun neuvola on kiinni.

Vaikeeta oli ihan maidon lämmittäminen ja kylvetyks monta kuukautta. Asioiden hoitaminen, kun pitäis tietää kaikista

virastoista niin paljon. Vauvan kanssa ei voinu mennä mihinkään, ei ne vaunut mahu mistään sisään. Enkä tienny mitää paikkojakaan, minne vois mennä.

Kyllä tässä elämänhallinta on välillä ollut aika heikkoa. Taloudellisesti on ollut tiukkaa, parisuhde rakoillut, sit on ollut lähipiirissä kaikkea ongelmia, ja vauvalla vielä koliikki. Tää on vaan niin laaja kokonaisuus pitää hallinnassa. Mutta mä ajattelen, että tärkeintä on ollut oma vahva tahto selvitä vauvan kanssa, ja laittaa oma elämä kuntoon.

Kaikki nää tämmöset, miten äiti käsittelee lasta vaippaa vaihtaessa tai syöttäessä, et onks se kovakouranen ja sitte se et mikä on äidin psyykinen kunto. Onks päihteet kuvioissa? Onko lapsi jotenkin vaarassa siel kotiympäristössä? Onks siel vaarallisia juttuja? Onks se koti turvallinen ja ketä kaikkia siel käy? Kaikkinensa se on varmaan sellanen kokonainen kakku.

4.5.3 Palveluiden tarve

Asiakkaiden toivomia palveluita olivat ensisijaisesti lastenhoitoon liittyvät palvelut, pitkäaikainen maksuton hoitopalvelu sekä mahdollisuus viedä lapsi yöksi hoitoon. Kodin perustamiseen liittyvät palvelut sekä yleisesti kaikki lähellä olevat ja edulliset palvelut, joihin olisi helppo mennä, kiinnostivat asiakkaita. Palveluita ei toivottu yksinomaan naispuolisille, vaan myös miehiä toivottiin löytyvän palveluiden käyttäjistä.

Asiantuntijoiden mukaan asiakkaat tiedustelevat lapsiperheille tarkoitetuista palveluista vähän ja valikoidusti tai eivät lainkaan. Erilaisiin ryhmiin sitoutuminen on haastavaa ja esteenä saattavat olla sosiaaliset pelot. Yhdessä työntekijän kanssa ryhmiin saatetaan lähteä. Tosin, muutamia yksittäisiä perheitä on, jotka kertovat nauttivansa ryhmistä. Päiväryhmä Peukaloinen ja Helistin-ryhmä mainittiin asiantuntijoiden haastatteluissa erikseen. Asiantuntijat näkevät enemmän tuen tarvetta oman kodin perustamisessa ja itsenäisen vanhemmuuden tukemisessa.

En tiennyt vauvan synnyttyä oikein mistään palveluista ja paikoista mihin vois mennä.

Ei mitää semmosta missä on kauhee ohjelmanumero, mut semmonen mis voi viiä vauvan ihan kunnolla hoitoo et sais käydä kunnolla ostoksilla ja sillee.

Itsenäisesti vanhemmat ei kauheen aktiivisesti lähe..., et he voi

niinkun puhua ja miettiä, mut sit et he ryhtyy toimeen, ni se on sit ehkä oma juttunsa.

Siinäki on niin paljon vaihtelua, et saattaa olla niin suuret sosiaaliset pelot, et ei pysty ajattelemaankaan olevansa vauvan kanssa missään ryhmässä.

4.5.4 Opaslehtinen

Asiakkaiden kertoman mukaan opaslehtinen, jota tulisi luettua, voisi olla nettiosoitteen päässä. Vähän tekstiä ja sisällöltään kirjoitettu monipuolisesti siten, että se voisi koskettaa ketä tahansa. Ammattilaisten kirjoittamaa tekstiä väheksyttiin ja toivottiin enemmän ns. oman elämän kertomuksia. Sisältöön toivottiin neuvoja siitä, mistä voi kysyä apua kun vauvan kanssa ahdistaa tai paikkoja, mihin vauvan kanssa voi mennä.

Asiantuntijoiden mukaan opaslehtinen, joka olisi sisällöltään selkeä ja tiivistetty, sisältäisi paljon kuvia ja vain vähän tekstiä, tulisi varmimmin luetuksi. Internet koettiin paperista opasta parempana julkaisupaikkana. Internet perusteltiin asiakkaiden luontevaksi tavaksi etsiä ja jakaa tietoa. Paperiset opaslehtiset jäävät asiantuntijoiden kokemuksen mukaan sekä herkemmin lukematta että katoavat helpommin. Konkreettisen avun tarpeeseen, kuten palvelujen yhteystietojen saatavuuteen, vauvanhoitoon ja kodintarvikkeiden hankintaan liittyviä asioita toivottiin opaslehtiseen.

Mun mielestä samat arkiongelmat ja murheet on varmasti monella muullakin ihmisellä, joka ei oo käynyt lähelläkään ensikotia. Vauvan tulo muuttaa väkisin jokaisen ihmisen elämän ja rutiinit.

Täällä on varmaan kaikkea kivaa, kun vaan tietäisi. Ei sitä välttämättä osaa netistä hakea oikeilla sanoilla.

Ihan siis tälläisiä käytännön asioita, et jos keskellä yötä tulee joku tilanne niin sä osaat toimia ja mihin sä meet, et mis on päivystys.

Ei paljon tekstiä, paljon värejä ja kuvia ja semmost houkutteluvuutta. Et, ei mitään hirveitä romaaneja ja paljon tavaraa, vaan lyhyttä, ytimekästä ja selkeätä tietoa.

5 OPASLEHTISEN TUOTTAMINEN

Opaslehtisen kokoamisen aloitimme etsimällä lahtelaisia, lapsiperheille sopivia palveluita ja palveluiden tuottajia. Etsimme myös opaslehtiseen sopivia kuvia, sopivaa sivumäärää sekä käytännöllistä kokoa. Lopulliset opaslehtisen kuvat löytyivät ilmaisesta kuvapalvelusta ja värit ovat tietoisesti valittu siten, että jokainen sivu on oman värisensä. Tekstit muotoilimme suurimmalta osin itse, muutama teksti oli ensikodin omaa materiaalia.

Ajankäytöllisistä syistä perustimme sosiaaliseen mediaan suljetun ryhmän, jossa pohdimme opaslehtisen tuottamiseen liittyviä aiheita ja välitimme tietoa toisillemme. Ryhmämme jäsenillä ei ole sähköisen opaslehtisen toteuttamiseen ja taittamiseen tarvittavaa osaamista, joten otimme yhteyttä Lahden ammattikorkeakoulun liiketalouden laitokselle, josta opettajan välityksellä löysimme yhteistyökumppaniksemme opiskelija Anniina Virkin. Virkki vastasi opaslehtisen paperiversion taitosta ja visuaalisesta ilmeestä sekä sähköisen version nettisovelluksen toteuttamisesta.

Opaslehtinen painettiin lahtelaisessa painotalo Multiprintissä toimeksiantajan laskuun. Ensimmäinen painos oli 100 kappaletta, jotka toimitettiin Lahden ensikodille ja Lahden ensi- ja turvakodin toimistolle.

Opaslehtistämme koskee tekijänoikeuslaki (Tekijänoikeuslaki 404/61). Lain mukaan tekijä on alkuperäinen oikeudenhaltija, joten hän voi päättää oman työnsä käytöstä. Lisäksi tekijällä on oikeus päättää, mitä oikeuksia hän työhönsä liittyen sivulliselle antaa. Tässä tapauksessa sovimme toimeksiantajamme kanssa, että oikeudet työhön siirtyvät heille. Tämä tarkoittaa, että esimerkiksi sähköisen version päivittäminen siirtyy toimeksiantajalle. Oikeuksien siirto tapahtuu sen jälkeen, kun saamme toimitettua opaslehtisen sähköisen version uudelleenmuodossa toimeksiantajalle. Opaslehtiseen tuli kaikkien neljän tekemiseen osallistuneen nimet. Opaslehtisemme tulee heti käyttöön Lahden ensikodilla.

5.1 Opaslehtisen rajaukset ja sisältö

Opaslehtinen rajattiin lahtelaisille ja Lahteen muuttaville perheille, jotta se vastaisi opinnäytetyön laajuudelle annettuja ohjeistuksia. Ensikodin henkilökunta rajasi joidenkin perheiden osallistumista tutkimukseen eettisistä ja asiakkaita suojaavista syistä. Kaikki perheet eivät pysty tekemään päätöksiä ilman tukea, samoin asiakkaiden mahdollinen ala-ikäisyys on otettava huomioon. Talentian (2012) eettisissä ohjeistuksissa sosiaalityön ammattilaisen edellytetään edistävän asiakkaan sellaista osallisuutta, jonka avulla asiakas voi vaikuttaa omaa elämäänsä koskeviin asioihin, kuitenkin vain täysivaltainen asiakas on vastuussa omista valinnoistaan ja niistä aiheutuvista seurauksista.

Opaslehtiseen ei valittu palveluja asiakkaiden ongelmakohtien mukaan, kuten esimerkiksi päihteidenkäyttöön, masennukseen tai mielenterveysongelmiin liittyviä palveluja. Opaslehtisen haluttiin olevan kaikille ensikodista kotiutuville perheille sopiva, tasavertainen, ja yleisilmeeltään positiivinen. Kelan, Työvoimatoimiston, sekä asunnonvälityspalveluiden yhteystiedot ovat rajattu tarkoituksella sisällöstä pois, oletuksena on näiden palvelujen olevan jo perheille entuudestaan tuttuja. Kohderyhmämme perheet ovat kokonaan tai osittain lastensuojelun asiakkuudessa, joten myös sosiaalipalvelujärjestelmän olemme jättäneet pois.

Opaslehtisellä pyritään edistämään lukijan kiinnostusta Lahdessa lapsiperheille tarjolla olevia palveluita ja tukimuotoja kohtaan, sekä tukemaan omatoimista tiedonhakua ja tätä kautta saamaan apua eri elämäntilanteissa. Tätä ajatusta tukevat myös sosiaalialan asiakastyön osaamisen- ja palvelujärjestelmäosaamisen kompetenssit (Sosiaaliportti 2013c).

Palveluja valittaessa kriteerinä oli, että opaslehtisen sisältämät palvelut tulivat olla perheelle joko maksuttomia tai mahdollisimman edullisia. Toisena kriteerinä oli, että palvelun tuottajan tuli olla voittoa tavoittelematon yritys.

Lähtökohtana opaslehtisen sisältöjä valitessamme olivat teemahaastattelujen vastausten yhtäläisyydet ja ne merkitykselliseksi koetut asiat, jotka vaikuttavat lapsiperheen hyvinvointiin.

Opaslehtisen sisältö antaa lapsiperheille monipuolisia arjen eväitä, liittyen terveyteen, kodin perustamiseen, talouteen, lapsenhoitoon, parisuhteeseen ja yhteiseen aikaan lapsen kanssa.

Opaslehtisen sisällysluettelo:

- Apua 24/7
- Tehdään meille koti
- Luotettavaa hoitoapua vauvalle
- Yhdessä vauvan kanssa
- Raha-asiat solmussa
- Vanhemmuuden tukeminen
- Vaunulenkkejä ja liikuntaa
- Leikkiä, seikkailua ja eläinystäviä

Opaslehtisen sisällysluettelo on tarkoituksenmukaisesti järjestelty, alkaen perheiden eniten tarvitsemista palveluista, terveyteen ja turvallisuuden liittyvistä asioista, siirtyen palveluihin, joita voidaan hyödyntää perheen voimavarojen kasvaessa. Opinnäytetyöprosessin aikana huomasimme tässä selviä yhteyksistä Yhdysvaltalaisen psykologin, Abraham Maslow'n tarvehierarkiateoriaan. Asioiden esittämisjärjestys on näin ollen toteutettu Maslow'n teoriaan pohjaten, alkaen fysiologisista tarpeista siirtyen turvallisuuden tarpeiden kautta perhe-elämän ja itsensä toteuttamisen tarpeisiin (Maslow 2000).

Maslow kertoo vuonna 1943 julkaistussa teoriassaan A Theory of Human Motivation, ihmisen perustarpeista, joita ovat järjestyksessä fysiologinen tarve, turvallisuuden, rakkauden, kunnioituksen ja itsensä toteuttamisen tarve. Maslow'n mukaan tarpeita toteutetaan pääsääntöisesti järjestyksessä. Poikkeuksiakin löytyy, joskus esimerkiksi itsensä toteuttaminen menee rakkauden tarpeen edelle tai rakkauden tarve saattaa puuttua kokonaan. Perustarpeita lähellä ovat rinnakkaistarpeet, joita ei voida kuitenkaan luokitella perustarpeiksi. Näitä ovat esimerkiksi sananvapaus, oikeudentaju ja pyrkimys rehellisyyteen. Perustarpeet ovat linkittyneet toisiinsa siten, että voimakkain tarve hallitsee ihmisen tajuntaa, joka järjestää itsensä uudelleen siten, että heikommat tarpeet työnnetään taka-alalle tai ne jopa pystytään kieltämään. Kun yksi tarve on saavutettu, astuu tilalle

aina uusi, voimakkaampi tarve. Fysiologinen perustarve on pohjana kaikille tarpeille. (Maslow 2000.)

5.2 Hyvä opaslehtinen

Ensikotiperheillä on usein heikko sosiaalinen verkosto. Tukiverkoston puutteellisuus tai sen täydellinen puuttuminen saattavat johtaa tilanteeseen, jossa perheen omat voimavarat tuntuvat riittämättömiltä. Ensikodin toimintaa kehitetään vastaamaan koko perheen tarpeita. (Lahden ensi- ja turvakoti ry 2012.) Tähän tietoon nojaten opaslehtisemme vastaa perheiden tarpeeseen omien sosiaalisten verkostojen muodostamisessa. Se kannustaa itsenäiseen taitoon hoitaa lapsiperheen arkiasioita ja on tukena omatoimisessa avun hankkimisessa. Verkostoitumisen ja arjenhallinnan tiedetään yleisesti ennaltaehkäisevän ongelmien syntymistä ja estävän niiden pitkittymistä.

Oppaan ulkoasun pyrimme haastateltavien toiveesta toteuttamaan siten, että se olisi värikästä, paljon kuvia sisältävää ja joukosta erottuvaa. Uimosen (2003, 14 - 15) mukaan ihmiset lukevat mielellään tekstejä, joissa on heitä itseään kiinnostavia, uutta tietoa sisältäviä asioita ja uudenlainen näkökulma. Näiden lisäksi tekstien tulisi sisällöltään olla ymmärrettäviä ja konkreettisia.

Opaslehtisessämme pyrimme myös selkeästi ja ytimekkäästi ilmaisemaan asioita niin, että ne olisivat ymmärrettävissä kertalukemalla, kuten myös Hyvärisen artikkeli (2005, 1772) tekstin luettavuudesta painottaa. Yleisesti ajateltuna lyhyt teksti on pitkää tekstiä lukijaystävällisempää. Useat yksityiskohtaiset tiedot tekstissä saattavat vain sekoittaa lukijaa tai aiheuttaa jopa ahdistusta.

Haastatteluiden perusteella saamamme tieto tukee tätä seikkaa. Lähes kaikki haastatelluista asiantuntijoista kertoivat lyhyen tekstin olevan pitkää kertomusta toivotumpaa.

On hyvä selvittää opaslehtisen asioiden esittämisjärjestys lukijan kannalta, sekä mitä lukija mahdollisesti kysyisi seuraavaksi (Uimonen 2003, 20). Myös Hyvärinen (2005, 1769,1770) toteaa lukijan näkökulman arvottamista merkityksellisenä; mitä asioita lukija pitää tärkeinä ja mitä hän tekstistä etsii. Asioiden esittämisjärjestyksellä on suuri, ymmärrettävyyteen vaikuttava merkitys.

Uimonen (2003, 10) tarkentaa, että tekstillä voidaan pyrkiä kertomaan jotain ja vaikuttamaan asenteisiin tai käytökseen. Teksti toimii myös tunteiden herättäjänä tai se antaa ohjeita ja neuvoja.

Uimonen (2003, 11) kehottaa ensin miettimään millaisia asiakkaat ovat ja sitten kirjoittamaan jollekulle. Asiakaskunta saattaa toki olla hajanaista, mutta miljoonille yksilöille kirjoittaminen tuskin onnistuu keltään. Hyväristä (2005, 1769) mukaillen, lukeminen on vaivattominta silloin, kun teksti kohdennetaan asiakkaalle itselleen. Pyrimme pitämään mielessä kohderyhmämme koko opaslehtisen kirjoittamisen ajan ja kohdentamaan tekstin yksittäiselle perheelle.

Harmi, ettei tällaista infopakettia kukaan minulle tarjonnut siinä vaiheessa kun kotiuduttiin ensikodilta. Kaikki tärkeä tieto samassa kasassa.

5.3 Opaslehtinen verkossa

Monet lukevat verkkotekstistä vain otsikon, jolloin otsikon laatuun on kiinnitettävä huomiota. Tekstiä voidaan lukea enemmän, mikäli tietoa halutaan tai lukeminen voidaan keskeyttää koska tahansa, kun tekstin kiinnostavuus loppuu. Ymmärrettävyyttä lisäävät hyvät otsikot, jotka sisältävät jonkun kokonaisen asian. Sisällön kiteytys ja kappaleet, joita voidaan vain silmäillä muodostavat tekstin rakenteellisuuden. (Uimonen 2003, 62- 63.) Aloituksessa oleellisena koemme, että asioiden esittämisjärjestyksellä on merkitystä lukijan tiedonnälän kasvattajana. Toisaalta, emme halua, että lukija turhautuu, mikäli selattavia sivuja on liikaa. Alasilta (2000, 145, 169) toteaa, että vain lukijakeskeinen, selkeä ja mielenkiintoinen verkkoteksti, joka tuo pääasiat heti esiin, voi menestyä. Verkkotekstin aloitus on näin ollen tärkeää. Se joko houkuttaa lukemaan tai käännäyttää pois.

Ruudulta lukeminen on enemmänkin sisältöjen silmäilyä. Sivulle saapuminen ja sivulta poistuminen käy yhdellä klikkauksella, jolloin haasteena on kirjoittaa tekstiä, josta voidaan nähdä heti missä ollaan ja miten sivusta hyödytään. (Uimonen 2003,61.) Alasilta (2000, 153) painottaa samoin verkkotekstien, etenkin pääotsikoiden, helppoa silmäiltävyyttä sekä sivulla käytettävien kuvien, äänen tai liikkeen sisältöä tukevaa tavoitetta. Pääotsikot pyrimme

opaslehtisessämme nostamaan esiin värien avulla ja opaslehtisessä käyttämiemme kuvien ensisijaisena tarkoituksena on tehostaa tekstin sisältöä.

Verkkoteksti houkuttelee paitsi sisällöllä, myös ilmaisulla, jonka avulla voidaan sivuja kohdentaa eri ryhmille. Verkko ei ole vain tiedonhankintapaikka, vaan siellä halutaan myös viihtyä. (Uimonen 2003, 71.) Alasilta (2000, 152, 155) kertoo kuvan käytön Internetissä mahdollistavan kokonaisuuden hahmottamista merkittävässä määrin ja sen käyttökustannus on paperista kuvaa huomattavasti edullisempi, jopa ilmainen painokustannuksiin verrattuna. Toisaalta, visuaalisuus ei saa häiritä lukijaa keskittymistä tekstiin. Painokustannuksien minimointi puoltaa osaltaan sekä taloudelliselta että ekologiselta kannalta opaslehtisen paikkaa verkossa.

Näyttöruudulta on hankalampi lukea kuin paperilta. Tästä johtuen Internet- tekstin tulisi olla lyhyttä. Jos kyseessä on tulostettava versio, on viisasta tehdä asettelu paperiversion ehdoilla. (Hyvärinen 2005, 1772.) Pyrimme tekemään opaslehtisestä tiiviin, jolloin se olisi tulostettavissa Internet-versiosta paperiseksi, säilyttäen silti toivotut ominaisuutensa tekstinsisällön ja esteettisyyden suhteen. Tärkeää on myös miettiä, muuttuuko opaslehtisen sähköisen version ulkoasu älypuhelimilla tai tableteilla luettaessa.

6 ARVIOINTI JA PALAUTE

Tässä kappaleessa arvioimme opinnäytetyön tavoitteen toteutumista ja miten onnistuminen siinä näkyy. Opinnäytetyön tarkoituksen toteutumista ei voida vielä tässä vaiheessa arvioida.

Arvioinnin keinona olemme käyttäneet suoraa ja avointa palautetta, jota olemme keränneet kohderyhmältä, eli haastatteluihin osallistuneilta asiakkailta. Haastatelluilta asiantuntijoilta emme keränneet palautetta aikataulullisista syistä. Lisäksi suoritimme itsearviointia. Palautetta opaslehtisen osalta olemme keränneet toimeksiantajalta, Lahden ensikodin edustajilta, sekä Lahden ensi- ja turvakotiyhdistyksen toiminnanjohtajalta sekä toimistosihteeriltä, jonka vastuualueena opasmateriaalit ovat. Lisäksi pyysimme arvioinnin haastattelujen ulkopuoliselta sosiaali- ja terveystieteiden ammattilaiselta.

6.1 Opinnäytetyöprosessin arviointi ja palaute

Opinnäytetyön aiheen rajaaminen jo alkuvaiheessa auttoi yhdessä työvaihesuunnitelman kanssa kokonaisuuden hallinnassa. Rajauksesta huolimatta opinnäytetyön sisällysluettelo on elänyt prosessin edetessä. Teoriaosuuden rajaaminen oli prosessin alussa haastavaa, johtuen asiansanojen teoriasisällön laajuudesta. Tekemiemme haastatteluiden tulokset toivat esille seikkoja, joiden perusteella suoritimme lopullisia valintoja opinnäytetyön toiminnallisen osuuden sisällön suhteen. Pyrimme myös käyttämään mahdollisimman uutta teoretietoa. Aineiston analyysitapa oli mielestämme tutkimukseemme sopiva.

Yhteistyö toimeksiantajan kanssa alkoi hyvän yhteisymmärryksen merkeissä. Olimme toimeksiantajaan yhteydessä prosessin käännekohdissa eli haastattelujen jälkeen ja opaslehtisen koevedoksen valmistuttua. Viimeinen yhteinen palaveri oli ennen opaslehtisen painoon menoa.

Opinnäytetyömme tiimoilta haastatellut henkilöt olivat haastattelutilanteissa avoimia, kannustavia ja osallistuivat mielellään haastatteluihin. Merkityksellistä työllemme oli seikka, että haastatellut henkilöt kokivat tärkeänä, että heidän mielipiteensä ja ajatuksensa tulevat julki. Viiden asiantuntijan ja neljän

asiakasperheen muodostama joukko, eli kohderyhmä itse ja aihealueen ammattilaiset toivat subjektiivisen näkemyksen niistä tilanteista ja asioista, joissa tukea tai palveluosaamista eniten tarvitaan.

Opinnäytetyö toteutettiin sille asetetussa määräajassa. Opinnäytetyöprosessi käynnistettiin tammikuussa 2013 ja se eteni pääsääntöisesti etukäteen sovitun aikataulun mukaisesti. Aikataulun muutoksiin vaikutti kesäaika, johon sijoittuvien kesälomien johdosta emme voineet toteuttaa kaikkia asiantuntijahaastatteluja aikataulun mukaisesti. Kaksi haastattelua siirtyi syksyyn. Olimme kuitenkin varautuneet viivästyksiin asettamalla jo etukäteen väljyyttä aikatauluamme. Tästä huolimatta raportin kirjoitustyö vaati suunniteltua enemmän aikaa ja jouduimme tiivistämään yhteisiä tapaamisiamme syyskuussa huomattavissa määrin.

Opinnäytetyöprosessin hallinta tuntui kuitenkin selkeältä ja hyvin suunniteltu kokonaisuus oli luonteva toteuttaa. Olimme koko opinnäytetyöprosessin ajan huomioon omaan aihepiiriimme erityisyyden tuomat haasteet. Nämä vaihtelivat asiakkaiden vaihtuvuudesta ensikodilla, aikataulujen yhteensovittamisesta ja teknisen osaamisen rajallisuuden tuomiin haasteisiin. Koko opinnäytetyöprosessimme ajan olemme reflektoineet omaa toimintaamme opinnäytetyömme eri vaiheissa. Reflektointi on näkynyt uusien näkökulmien etsimisellä ja oman toiminnan tutkimisella suhteessa opinnäytetyöprosessiin (Järvinen ym. 2007, 185). Olemme sekä saaneet että antaneet toisillemme avointa ja suoraa palautetta. Tämä dialogisuus, eli osapuolten välinen, luottamuksellinen vuorovaikutussuhde on mahdollistanut opinnäytetyöhömmä rakentavan ja kehittävän työotteen (Järvinen ym. 2007, 143).

Oma motivaatiomme aiheeseen pysyi hyvänä alusta loppuun. Yhteistyö ryhmämme jäsenten kesken toimi moitteettomasti ja saumattomasti. Ryhmän työskentely yhdessä osoittautui tuottavimmaksi työskentelymuodoksi. Saimme tukea toistemme osaamisesta eri näkökulmien yhdistyessä. Käytimme opinnäytetyöprosessissa hyödyksi aikaisempaa työelämäkokemustamme, joten pystyimme hyödyntämään jokaisen erityisosaamisalueita ja henkilökohtaisia

vahvuuksia. Ryhmässämme vallitsi hyvä me- henki ja työnjako oli mielestämme tasapuolista.

6.2 Opaslehtisen arviointi ja palaute

Opaslehtisemme oli kokonaan uudennainen tuote Lahden ensikodille. Siitä saadun palautteen perusteella opaslehtinen olisi helposti yleistettävissä käytettäväksi myös muissa sosiaali- ja terveysalan yksiköissä, esimerkiksi neuvoloissa tai päiväkodeissa.

Opaslehtinen tuo lisäarvoa toimeksiantajalle vastaamalla siihen tarpeeseen, joka asiakkaalle saattaa jäädä ensikotijakson päättymisen jälkeen. Opaslehtinen ja sen sähköinen versio ensikodin sivuilla toimivat eväinä arkeen ensikodilta kotiutuvalle perheelle. Tässä toiminnallisessa opinnäytetyössämme tuottamamme opaslehtinen on sellaisenaan ja välittömästi hyödynnettävissä toimeksiantajallamme, Lahden ensikodilla.

Aikataulullisesti yhteistyökumppanin etsiminen opaslehtisen visuaalisen ilmeen ja sähköisen version toteuttamiseksi pysähtyi kesälomien vuoksi. Lähetimme kyselyn yhteiskumppanista liiketalouden laitokselle jo keväällä, mutta vasta syksyllä saimme tiedon kanssamme yhteistyöhön ryhtyvistä opiskelijasta. Opaslehtisen toteutukseen ryhdyttiin elokuussa 2013.

Opaslehtinen toteutettiin niiden toiveiden ja tiedon pohjalta, jota meille antoivat aineiston hankintaan osallistuneet asiakkaat ja asiantuntijat, teoritietoa unohtamatta. Asiasisältö sekä ulkoasu toteutettiin haastattelutulosten perusteella. Tekstin toivottiin olevan lyhyttä, selkeää ja tiivistettyä, jota se opaslehtisessämme on. Ulkoasun toivottiin olevan houkutteleva, värikäs ja sisältävän paljon kuvia. Opaslehtisemme on visuaalisesti tavanomaisuudesta poikkeava, sillä se sisältää runsaasti värejä ja kuvia. Näiltä osin pääsimme tavoitteeseemme opaslehtisen suhteen.

Opaslehtiseen tiivistettiin lapsiperheen arkea tukevia ja voimaannuttavia palveluita. Tässä tehtävässä koemme onnistuneemme saamamme palautteen perusteella.

Voimaantumisen käsite on yleinen sosiaalialalla. Tunne voimaantumisesta syntyy samalla, kun asiakas omien oivallustensa pohjalta kokee sekä onnistumisen että hyväksytyksi tulemisen tunteita (Vilèn, Leppämäki & Ekström 2008, 339). Käytännön tilanteissa koetut onnistumiset luovat vanhemmille edellytyksiä voimaantumiselle (Törrönen & Pärnä 2010, 71).

Keräämämme palaute oli positiivista ja kannustavaa. Saimme muutamia korjauspyyntöjä ensikodilta. Ne liittyivät yhden palvelun nimenkirjoitukseen ja muutaman palvelun lisäämiseen. Lahden ensi- ja turvakodin toimistolta tuli myös toiveita muutamien palveluiden yhteystietojen lisäämisestä sekä ohjeita logon ja siihen liittyvän tekstin sijoittamiseen. Näitä toiveita täytimme, pitäen kuitenkin mielessä tutkimuksemme tulokset opaslehtisen ulkoasun selkeydestä ja helposta luettavuudesta.

Asiakashaastatteluiden osalta palaute oli myös positiivista ja kannustavaa. Palautteessa iloittiin tämänkaltaisen opaslehtisen olemassaolosta ja ulkoasu sai myös kiitosta. Palautteen mukaan värikkyys ja iloiset kuvat kannustaisivat tutustumaan opaslehtiseen yhdessä lapsen kanssa. Lisäksi opaslehtiseen kootut palvelut ja niiden jaottelu koettiin hyvänä, selkeänä ja monipuolisena.

Ulkopuolisen sosiaali- ja terveysalan ammattilaisen arvioinnin ja palautteen pyysimme saadaksemme ammatillista palautetta henkilöltä, joka ei tuntenut meitä eikä opinnäytetyötämme. Näin saimme täysin puolueettoman arvion vain opaslehtisen sisällöstä ja ulkoasusta. Palaute oli positiivista. Ulkoasua pidettiin houkuttelevana ja selkeänä. Palvelut oli koottu kattavasti yksiin kansiin. Vapaa-ajan palvelut mallittivat hyviä ja turvallisia tapoja viettää aikaa vauvan kanssa. Opaslehtinen olisi hyvä muissakin lapsiperheiden palvelupisteissä jaettavaksi.

Toimeksiantajan mielestä saavutimme tavoitteen opaslehtisen toteutuksessa. Olemme myös itse erittäin tyytyväisiä opaslehtisen lopputulokseen.

Värikäs ulkoasu, pirteät kuvat elävöittävät opaslehtistä ja houkuttelevat lukijaa lukemaan. Selkeä sisällysluettelo ja kokonaisuus. Nopeallakin vilkaisulla saa kuvan opaslehtisen sisällöstä.

Oppaassa on juuri niitä asioita, mitä nuori vanhempi vauvan kanssa tarvitsee. Parasta oli se, että ote oli kokonaisuudessaan voimaannuttava, ei ylhäältäpäin holhoava.

Ota palvelut haltuun - kommentti tuki myös ajatusta vanhemmasta aktiivisena vastuun kantajana ja valintojen tekijänä.

6.3 Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus

Eettisyys kulkee läpi tutkimuksen ja eettiset asiat tulee ottaa huomioon työn suunnittelusta alkaen raportoinnin loppuun asti (Kvale & Brinkmann, 2009, 62). Tutkimuksen etiikalla tarkoitetaan yhteisesti sovittuja sääntöjä joita kaikki osapuolet sitoutuvat noudattamaan (Vilka 2005, 30).

Pohdimme eettisyyteen liittyviä kysymyksiä jo valitessamme opinnäytetyömme aihetta. Asiantuntijat kokosimme tietoisesti neljältä eri taholta, jotta tunnistettavuus haastattelujen perusteella olisi mahdollisimman pieni. Olemme niin ikään tietoisesti hävittäneet kaikki mahdolliset tunnistamista mahdollistavat tiedot työstämme. Toimeksiantajan kanssa pohdimme myös asiakkaiden voimavarojen ja jaksamisen riittävyttä haastattelutilanteissa.

Asiakkaan oikeudet määritellään tarkemmin asiakaslaissa, hallintolaissa, perustuslaissa, julkisuuslaissa, henkilötietolaissa ja lastensuojelulaissa (Talentia 2012). Asiakkaita tiedotetaan kirjallisesti tutkimuksen eri vaiheista ja he allekirjoituksellaan vahvistavat suostumuksensa tutkimukseen. Sopimuksessa on kirjattuna myös tutkimuksen tekijöiden vastuu vaitiolovelvollisuudesta ja eettisistä käytänteistä (Talentia 2012). Olemme menetelleet opinnäytetyössä näiden sosiaalialan eettisten ohjeiden mukaisesti. Olemme myös huomioineet asiakkaan oikeuden tulla kohdatuksi kokonaisvaltaisesti. Tämä tarkoittaa, että hänet huomioidaan paitsi yksilönä elämänalueineen mutta myös osana perhettä ja ympäröivää yhteiskuntaa. Sosiaalialan ammattilaisen tehtävänä on auttaa asiakasta tunnistamaan ja kehittämään omia vahvuuksiaan. (Talentia 2012, 8.)

Opinnäytetyön luotettavuutta lisää se, että kirjoitimme asiat mahdollisimman tarkasti sekä merkitsimme raportissa käytetyt lähdeviitteet tekstiin ja lähteet lähdeluetteloon. Raportoinnin seikkaperäistämisen katsoimme Varton (1992, 112)

ohjeistuksen mukaan tärkeäksi, koska johtuen haastattelujen ainutkertaisuudesta, täydellinen vastaavuus olisi mahdotonta, mikäli tutkimus suoritettaisiin uudelleen, samoja menetelmiä käyttäen.

Käytetyt lähteet olivat ajantasaisia ja monipuolisia. Luotettavuutta lisää myös, että olemme kuvanneet tarkasti kuinka tutkimuksemme toiminnallinen osuus on suunniteltu ja toteutettu. Olemme tyytyväisiä lähteiden käyttöömme ja niiden keskustelemaan sävyyn. Luotettavuuden kannalta on olennaista, että opinnäytetyö vastaa sille asetettuun tavoitteeseen.

Eettisyyden ja luotettavuuden olemme huomioineet säilyttämällä opinnäytetyöhön liittyvää aineistoa koko opinnäytetyöprosessin ajan lukitussa kaapissa. Litteroituja haastatteluja olemme siirtäneet toisillemme ainoastaan kädestä käteen. Asiakkaita tai asiantuntijoita koskevaa materiaalia emme näin ollen ole vieneet sähköposteihin tai omille, suljetuille keskustelualustoille tietoturvariskien välttämiseksi. Aineisto hävitetään asianmukaisesti opinnäytetyön valmistuttua.

6.4 Oma ammatillinen kasvu

Opinnäytetyötämme ohjasi koko työn ajan sosionomin työhön valmistautuminen. Opinnäytetyön (AMK) tarkoitus on koota yhteen niitä tietoja ja valmiuksia, joita olemme opintojemme aikana saaneet. Koimme opinnäytetyön aikana monen koulutuksen aiheisällön yhdistyneen kokonaisuudeksi. Opinnäytetyössämme näkyy myös sosiaalialan eettisten ohjeiden arvopohja (Talentia 2012, 5,6). Tässä opinnäytetyössämme nousivat erityisesti esiin eettinen osaaminen, sosiaalialan palvelujärjestelmäosaaminen sekä kriittinen ja osallistava yhteiskuntaosaaminen. Opaslehtisessä esiteltyjen palveluiden avulla pyrimme ehkäisemään huono-osaisuutta, sekä lisäämään hyvinvointia ja sosiaalista turvallisuutta. Opaslehtisen avulla voidaan viestinnän keinoin osallistaa perheitä omatoimiseen tiedonhankintaan. (Sosiaaliportti, 2013c.)

Opinnäytetyömme aiheisältö, lapsiperheen hyvinvointi sekä elämän- ja arjenhallinta ensikodilta kotiutumisen jälkeen, tuki sosiaalipedagogista osaamista ja ammatillista kasvuamme tulevana sosionomeina. Talentia (2012, 25) vahvistaa kertomalla, kuinka sosiaalialan ammatillisen työn tavoitteina ovat asiakkaan

voimavarojen lisääminen sekä myönteisten ratkaisumallien löytäminen tilanteissa, joissa asiakas on vaikeuksien keskellä.

Opinnäytetyön prosessi on opettanut tutkimuksen tekemistä, tiedonhankintaa ja tutkimusmenetelmäosaamista. Näitä taitoja tulemme tarvitsemaan sosionomin työssä. Pelkkä etiikka ja eettinen ajattelu ei riitä, vaan on osattava etsiä uutta, ajantasaista tietoa ja kyettävä soveltamaan sitä omaan työhön. (Talentia 2012, 28.)

Moniammatillinen yhteistyö eri toimijoiden kanssa on sujunut hyvin. Se on ollut hyvää harjoitusta tulevaa työelämää varten, jossa sosionomi usein työskentelee erilaisissa moniammatillisissa tiimeissä. Myös Talentia (2012, 26) painottaa sosiaalialan työn verkostuneisuuden ja moniammatillisuuden asiakkaan mahdollisimman hyvän auttamisen perustaksi.

7 POHDINTA

7.1 Pohdintaa opinnäytetyöstä

Tunne siitä, että opinnäytetyömme idea tuli heti työelämätaholla ymmärretyksi toi positiivista innostusta ja motivaatiota työskentelyymme alusta alkaen. Tieto opaslehtisen tarpeellisuudesta lisäsi motivaatiotamme ja teki työskentelyprosessista mielenkiintoisen.

Opinnäytetyön tiimoilta pääsimme tutustumaan ensikodin toimintaan. Osalla meistä oli aikaisempaa työkokemusta ensikodilta, jonka vuoksi opaslehtisen suunnittelu oli helpompaa lähtökohdat jo tuntien. Opinnäytetyön prosessin aikana arvostus ensikodilla tehtävää työtä kohtaan lisääntyi. Ilman ensikotijaksoa moni perhe ei olisi yhdessä ja lapsi olisi mahdollisesti sijoitettu tai huostaanotettu toisaalle. Ensikodilta saatava tuki ja apu antavat osaltaan eväitä arkeen, pääosin vauvan ja vanhemman vuorovaikutukseen, perushoittoon ja vuorokausirytmiiin.

Oletuksemme perheiden kotiinlähdön jälkeisen tuen tarpeista kohdistuvat vanhempien jaksamiseen vauvan kanssa, pelkoon omien voimavarojen riittämisestä tai epätietoisuuteen palveluista, joita voi vauvaperheenä hyödyntää. Omat oletuksemme saivat sekä tukea että uutta näkökulmaa teorian tiedon lisäksi haastatteluista. Ennen haastattelutilannetta asiakkaiden kanssa vietetty aika osaltaan lisäsi tilanteeseen luontevuutta ja luotettavuutta, sekä ymmärrystä itse asiakasperheiden nykytilanteesta. Uutena näkökulmana näyttäytyi palveluiden tarpeen erilaisuus verrattuna perheisiin, joilla elämänhallinta on kunnossa. Erilaisuus näkyi konkreettisen palvelun tarpeena muskareiden tai muiden yleisesti suosittujen lapsiperheen harrastusten sijaan.

Haasteena työskentelyssämme oli aikataulujen yhteensovittaminen. Kolmen perheellisen, opiskelevan ja samanaikaisesti työssäkäyvän aikuisen yhteisen vapaa-ajan löytyminen ei aina ollut helppoa. Tästä johtuen, avasimme sosiaaliseen mediaan, opinnäytetyöpäiväkirjan sijaan, oman suljetun opinnäytetyöryhmän, jossa pohdimme työn eri vaiheita. Tekstit jäivät näin ollen sivustolle päiväkirjamaisiksi merkinnöiksi. Yhteisiä tapaamisia varten hyödynsimme usein tietokeskus Fellmannian ryhmätyötiloja.

Opinnäytetyöprosessi oli pitkä, haastava, mutta monin tavoin ammatillista kasvua edistävä. Moniammatillinen yhteistyö sekä sosiaalialan eettisyys todentuivat opinnäytetyöprosessin aikana. Oma kiinnostus lastensuojelutyötä kohtaan kasvoi ja syveni entisestään. Pystymme tällä hetkellä näkemään itsemme tulevaisuudessa ammattilaisina lastensuojelun työkentällä.

7.2 Pohdintaa opaslehtisestä

Haastatteluissa tuli ilmi ajatus siitä, että olisi tärkeää käydä opaslehtisen sisältö läpi ensikodilla yhdessä työntekijän kanssa ennen perheen kotiutumista. Näemme tämän hyvänä ajatuksena, koska tällöin perheille tarjoutuisi mahdollisuus esittää tarkentavia kysymyksiä ja muodostaa kokonaiskuvaa lapsiperheille suunnatuista palveluista. Myös Bronfenbrennerin (1979) teoria tukee ajatusta, että opaslehtisen avulla perhe voisi kartoittaa itselleen lapsen kehitykseen myönteisesti vaikuttavia palveluita ja löytää keinoja omien voimavarojen ylläpitämiseen.

Opaslehtisen sisältö vastaa teorian tietoon ja haastattelujen tuloksiin. Olemme tyytyväisiä opaslehtisen sisältöön ja ulkoasuun. Uskomme vahvasti siihen, että Omaan kotiin -opaslehtinen vastaa perheiden tarpeeseen ja siitä on perheille sekä tukea että hyötyä arjen haasteissa. Sähköisen opaslehtisen etuna näemme, että sitä päivittämällä opaslehtisen tieto on jatkuvasti ajantasaista. Punaisena lankana opaslehtisen kokoamisen taustalla on koko prosessin ajan ollut tieto kohderyhmän lähtökohdista ja tarvitsemista tuen muodoista. Olemme mielestämme onnistuneet hyvin huomioimaan kohderyhmän lähtökohtien erityisyyden mutta samalla säilyttämään opaslehtisen tunnelman siten, että sen käyttäjä voisi olla jokainen meistä.

Opaslehtisen toteuttamisessa yhdistimme sosiaalialan osaamisen liiketalouden oppeihin, mikä oli uusia näkökulmia avaava yhteistyön muoto. Yhteistyö eri ammattikorkeakoulun laitosten välillä tuo mielestämme valtavasti mahdollisuuksia erilaisten projektien toteuttamiseen.

7.3 Pohdintaa lapsiperheiden hyvinvoinnista ensikotijakson jälkeen

Lapsiperheiden hyvinvointi on aina ajankohtainen puheenaihe yhteiskunnassamme. Keskustelua käydään usein lapsiperheiden köyhyydestä, sosiaalietuksista sekä palvelujen ruuhkautumisesta, joka aiheuttaa jonotusaikojen pidentymistä. Jonotusaikana perheiden ongelmatilanteet saattavat moninkertaistua ja perheiden hyvinvointi heiketä jo lyhyessäkin ajassa. Useiden tutkimusten mukaan suomalaisten enemmistön hyvinvointi yhteiskunnassa on parantunut viime vuosikymmenten aikana. Yhteiskunnan jäsenten eriarvoistumista kuitenkin tapahtuu, sillä samaan aikaan osalla lapsista ja lapsiperheistä pahoinvointi on yleistynyt ja osalle kasaantunut vaikeaa pahoinvointia. (Lammi - Taskula, Karvonen ja Ahlström 2009, 11.)

Lapsiperheiden hyvinvointi koostuu monista osatekijöistä, josta aineistonkeruun myötä olemme saaneet itsellemme runsaasti uutta ja vahvistavaa tietoa. Eri asiayhteyksien merkitys lapsiperheiden kokonaisvaltaisessa hyvinvoinnissa on vahvistunut. Esimerkiksi toimiva parisuhde vaikuttaa koko perheen hyvinvointiin. Totesimme, että lapsiperheiden hyvinvointia tukevia palveluita on Lahdessa erittäin paljon ja toimijoita löytyy useita. Lapsiperheille suunnattujen palveluiden runsaus ja niistä tiedottamisen hajanaisuus saattaa aiheuttaa eräänlaista tietoähyä joillekin lapsiperheille. Tietoa palveluista löytyy niin neuvolan ilmoitustauluilta kuin netistä tai lehdistä. Perheiden pitäisikin osata etsiä tietoa oikeista paikoista. Tämä on mielestämme yksi haaste puhuttaessa lapsiperheiden hyvinvointia tukevista palveluista.

Kotiutuvilla vanhemmilla ei usein ole sukupolvelta toiselle kulkenutta tietoa ja taitoa lastenhoidosta ja kasvatuksesta. Perheillä ei ehkä ole lähellä ihmisiä, joilta saisi neuvoja tai mallia vanhemmuuden tueksi. Kotiutumisvaiheessa tällaiset perheet voivat jäädä ongelmiseen hyvin yksin ja syrjäytyä yhteiskunnasta. Lisäksi usealla vanhemmalla arjen selviytymistaidot ja taito hankkia apua, ovat monelta osin puutteelliset. Vanhemmuuden laatuun sekä äitinä ja isänä jaksamiseen vaikuttavatkin mielestämme merkittävästi sosiaalinen tuki, perheille kohdennetut palvelut sekä vahvat tukiverkostot. Toisaalta, on tilanteita, jolloin perheen hyvinvoinnin kannalta olisi toivottavaa, että aiemmat sosiaaliset verkostot jätetään

taakse ja pyritään löytämään uusia. Tällainen tilanne voi olla esimerkiksi väkivaltaa tai päihteiden väärinkäyttöä kohdanneen perheen kohdalla.

Tässä elämänmuutoksessa, kotiutumisen vaiheessa, näemme erittäin tärkeänä varhaisen tuen ja ennaltaehkäisevän työn merkityksen perheiden hyvinvoinnin lisääjänä. Ensikodista kotiutuvan perheen omia voimavaroja voidaan hyödyntää varhaisen tuen vaiheessa, silloin kun ongelmat ovat vielä pieniä. Kun perheen omat voimavarat ovat vähäisiä, pieni tuki ei enää riitä.

Kotiutumisen nivelkohtaan suunnittelimme lapsiperheelle opaslehtisemme, matalan kynnyksen tueksi ja saattamaan perheitä ensikodista omaan kotiin. Toiveena on, että perhe tunnistaisi lapsen hyvinvointia ja perhettä uhkaavia riskitekijöitä, sekä osaisi puuttua näihin riskeihin jo ennen kuin ne muuttuvat ongelmiksi.

Perheen elämäntilanne vaikuttaa siihen, kuinka vanhemmat kohtelevat lapsiaan ja jaksavat heistä huolehtia. Perheen sisäiset ja ulkoiset tekijät, vanhempien keskinäisen parisuhteen toimivuus, lapsiperheen elinolosuhteet ja siihen kuuluvat ihmissuhteet, taloudellinen tilanne sekä perheen yhteenkuuluvuudentunne, luovat pohjaa perheen hyvinvoinnille. Vanhempien koulutus- ja työllisyystilanne vaikuttavat vahvasti lapsiperheen taloudelliseen hyvinvointiin. Tietous lapsiperheille suunnatuista palveluista sekä perheen sosiaalinen verkosto tukevat vanhemmuutta, lisäävät vanhempien henkistä hyvinvointia sekä voimavaroja.

Mielestämme varhaisen tuen ajatuksena lapsiperheiden kanssa työskennellessä on se, että lapsen hyvinvointi saavutetaan tukemalla vanhemmuutta ja näin koko perhettä. Varhainen tuki ei yleensä ole vain yhden ammattiryhmän erityisosaamista, vaan se on moniammatillista tukea lapsiperheiden parissa työskenteleviltä ammattilaisilta. Omaan kotiin -opaslehtisemme on hyvä esimerkki siitä, kuinka paljon palveluja sekä moniammatillista apua on saatavilla lapsiperheiden varhaiseksi tueksi.

Lastensuojelulain (2007/417) mukaan, lasten ja perheiden ongelmia ei hoideta ainoastaan lastensuojelun avulla. Laki velvoittaa laaja-alaista ja suunnitelmallista ehkäisevää toimintaa myös kuntien sosiaalitoimen eri sektoreilta. Esimerkkeinä

toimivat päiväkodit tai terveydenhuolto. Tarkoituksena on havaita perheiden ongelmat varhain. Ennaltaehkäisevään työhön sijoitetut rahat maksavat itsensä takaisin, sillä korjaava työ on aina kalliimpaa.

7.4 Jatkotutkimusehdotukset

Jatkotutkimusideoita muodostui koko opinnäytetyöprosessin ajan. Lapsiperheiden hyvinvointia yleisesti on Suomessa tutkittu suhteellisen paljon. Ensikodista kotiutuvien perheiden hyvinvoinnista ja arjen hallinnasta on kuitenkin vain vähän tutkittua tietoa. Lisäksi lapsiperheille suunnattuja palveluita on vaihtelevasti tarjolla eri kunnissa. Peruspalvelut ovat samat, mutta kolmannen sektorin sekä vapaaehtoistyön palveluiden saatavuuksissa on suuria eroja paikkakunnittain.

Mielenkiintoista olisi esimerkiksi vuoden kuluttua tietää, kuinka opaslehtisemme saaneiden perheiden arki on sujunut, mitä haasteita ja onnistumisen kokemuksia he ovat kohdanneet. Onko omatoiminen tiedonhankinta opaslehtisen avulla tuottanut tuloksia? Toisin sanoen, kuinka opaslehtiseen valitsemamme palvelut ovat perheitä käytännössä tukeneet? Toivomme toki, että opaslehtisemme on jäänyt aktiiviseen käyttöön ensikodille.

Jatkotutkimusehdotuksina esitämme seuraavia.

- Miten opaslehtinen ennaltaehkäisevänä työvälineenä on toiminut perheiden arjen- ja elämänhallinnan tukena.
- Vastaavanlainen opaslehtinen kohdennettuina teiniäiteille, yksinhuoltajille, masennus-, mielenterveys- tai päihdeasiakkaille.
- Eri kaupunkien ensikoteihin vastaavanlainen opaslehtinen kotiutuville perheille.
- Pienillä muokkauksilla opaslehtisestä saisi työvälineen useaan sosiaali- ja terveysalan toimipisteeseen, esimerkkeinä neuvolat, päiväkodit, perhetyö, koulut, sekä synnytysosastot. Ydinajatuksena edelleen, että lapsiperheiden arkea ja elämänhallintaa tukevien palvelujen yhteystiedot olisivat saatavilla yksissä kansissa.

- Laajempi tutkimus siitä, kuinka palvelutietous vaikuttaa lapsiperheen hyvinvointiin.
- Miten nykyajan vanhemmat hakevat tietoa palveluista, mitä palveluja he suosivat, mitä välttävät ja miksi?
- Määrällinen tutkimus aiheesta; mitä tapahtuu ensikodista kotiutuville perheille? Kuinka moni elää normaalia perhe-elämää, käy töissä, koulussa tai on kotiäitinä? Kuinka suuri osa on palannut vanhoihin piireihin ja kuinka moni lapsi otettu huostaan? Onko perhe on palannut uudelleen ensikotiin tai kuinka moni käyttää jotain muuta ensi- ja turvakodin tukipalvelua jne. Vanhempien saavutettavuus ensikotijakson jälkeen voisi tosin olla tällaiselle tutkimukselle suuri haaste.

LÄHTEET

About.com. Psychology 2013. Erikson's Psychosocial Stages Summary Chart [viitattu 29.9.2013]. Saatavissa:

http://psychology.about.com/library/bl_psychosocial_summary.htm

Ala - Hiiri, T. 2007. Perhekeskeisyys ammattikorkeakoulun hoitotyön koulutusohjelman opetussuunnitelmassa ja opetuksessa - punainen lanka vai reunaehto? Pro gradu - tutkielma. Hoitotieteen laitos. Tampereen Yliopisto.

Alasilta, A. 2000. Verkkoajan viestintä: tulkinta, ilmaisu, vuorovaikutus. Helsinki: Kauppakaari.

Almqvist, F. 1996. Ihmisen elämänkaari. Teoksessa Räsänen, E., Moilanen, I., Tamminen, T. & Almqvist, F. (toim.) Lasten- ja nuorisopsykiatria. Helsinki: Duodecim.

Arki, arvot, elämä, etiikka. Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet. 2012. Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia & Ammattieettinen lautakunta. Esite.

Ensi- ja turvakotien liitto. 2013. [viitattu 18.8.2013]. Saatavissa:

<http://www.ensijaturvakotienliitto.fi/>

Eskola, J. & Vastamäki, J. 2010. Teemahaastattelu: Opit ja opetukset. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1-Metodin valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Juva: PS - kustannus, 25 - 43.

Friis, L., Eirola, R. & Mannonen, M. 2004. Lasten- ja nuorten mielenterveystyö. Vantaa: WSOY.

Haapio, S., Koski, K., Koski, P. & Paavilainen, R. 2009. Perhevalmennus. Helsinki: Edita.

- Helsingin kaupunki. Sosiaalivirasto. Lapsiperheiden palvelut. 2012. [Viitattu 24.5.2012]. Saatavissa: http://www.hel.fi/hki/Sosv/fi/ajankohtaista/uutiset/uutiset_240512_lavan_verkkoh_aastattelun_tulokset
- Hellsten, T. 2003. Vanhemmuus. Vastuullista vallankäyttöä. Helsinki: Kirjapaja Oy.
- Henttonen, T. 2009. Vauvojen kaltoinkohtelu – tunnistaminen ja puuttuminen ensikodeissa. Turun yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Kasvatustieteiden laitos. Pro gradu – tutkielma.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2010. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15., uudistettu painos. Helsinki: Tammi.
- Hyvinvointikertomus 2012. Lahden kaupunki [viitattu 5.10.2013]. Saatavissa: [http://www.lahti.fi/www/images.nsf/files/E2A4C8E0AE66A1DFC2257AC3002E0234/\\$file/Hyvinvointikertomus2012_20121126.pdf](http://www.lahti.fi/www/images.nsf/files/E2A4C8E0AE66A1DFC2257AC3002E0234/$file/Hyvinvointikertomus2012_20121126.pdf)
- Hyvärinen, R. 2005. Millainen on toimiva potilasohje. Hyvä kieliasu varmistaa sanoman perillemenon. Terveyskirjasto [viitattu 15.8.2013]. Saatavissa: <http://www.terveyskirjasto.fi/xmedia/duo/duo95167.pdf>
- Härkönen, U. 2008. Teorian ja tutkimuskohteen vuorovaikutus – Bronfenbrennerin ekologinen systeemiteoria ihmisen kehittymisestä [viitattu 23.8.2013]. Saatavissa: <http://sokl.uef.fi/verkkojulkaisut/monitiet/harkonen.htm>
- Ihalainen, J & Kettunen, T 2006. Turvaverkko vai trampoliini – Sosiaaliturvan mahdollisuudet. Helsinki : WSOY Oppimateriaalit oy.
- Jokinen, E. 2005. Aikuisten arki. Helsinki: Gaudeamus.
- Järvikoski, A. & Härkäpää, K. 2004. Kuntoutuksen perusteet. Helsinki: WSOY.

Järvinen, R., Lankinen, A., Taajamo, T., Veistilä, M. & Virolainen, A. 2007. Perheen parhaaksi, perhetyön arkea. 1. painos. Helsinki: Edita Prima.

Järvinen, R., Lankinen, A., Taajamo, T., Veistilä, M. & Virolainen, A. 2012. Perheen parhaaksi, perhetyön arkea. Helsinki: Edita.

Karling, M., Ojanen, T., Sivén, T., Vihunen, R. & Vilén, M. 2009. Lapsen aika. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.

Keltikangas – Järvinen, L. 2008. Temperamentti, stressi ja elämänhallinta. Helsinki: WSOY.

Krister, I. 2002. Vahvaan vanhemmuuteen. Helsinki: Kirjapaja.

Kuosmanen, S. (toim.) 2009. Vauvan ääntä etsimässä. Ensi- ja turvakotien liiton raportti 11.: 8, 9, 29. Helsinki: Nykypaino Oy.

Kvale, S. & Brinkmann, S. 2009. Interviewes. Learning the Craft of Qualitative Research Interviewing. SAGE Publications, Inc.

Laatunen, K. 2013. Vauvaperhetyöntekijä. Lahden ensikoti. Haastattelu 8.2.2013.

Lahden ensi- ja turvakoti ry. 2012. [viitattu 20.3.2013]. Saatavissa: www.lahdenensijaturvakoti.fi/ensikoti.php

Laine, K. 2006. Lapsen sosiaalinen maailma päivähoitossa. Teoksessa Häkkä, A., Kuokkanen, H. & Virolainen, A. (toim.) Lapsen parhaaksi. Lähihoitaja varhaiskasvattajana. Helsinki: Edita, 66 – 104.

Lammi-Taskula, J. & Bardy, M. 2009. Vanhemmuuden ilot ja murheet. Teoksessa Lammi-Taskula, J.; Karvonen, S. & Ahlström, S. (toim.) Lapsiperheiden hyvinvointi 2009. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus, 11, 60 - 67. Saatavissa myös <http://www.thl.fi> > Haku > Lapsiperheiden hyvinvointi > Lapsiperheiden hyvinvointi 2009

Lastensuojelulaki 2007/417

Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2013. Lahden paikallisyhdistys [viitattu 1.8.2013]. Saatavissa: <http://www.mll-lahti.fi/>

Marjanen, P., Marttila, M. & Varsa, M. Pienten piirissä : yhteisöllisyyden merkitys lasten hyvinvoinnille. Jyväskylä: PS - kustannus.

Maslow, A. 2000. A Theory of Human Motivation. Classics in the History of Psychology. Originally Published in Psychological Review 50, 370-396 [viitattu 19.8.2013]. Saatavissa: <http://psychclassics.yorku.ca/Maslow/motivation.htm#r13>

Moisio, P., Karvonen, S., Simpura, J. & Heikkilä, M. (toim.) 2008. Suomalaisten hyvinvointi 2008. Vammala. Stakes.

Myllykylä, M. 2006. Ensikodista kotiin. Ensikoti Aliisassa olleiden äitien sosiaalisen tuen muodot. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö [viitattu 6.10.2013]. Saatavissa: <http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/17762/TMP.objres.356.pdf?sequence=2>

Nurmola, P. 2011. Ensikotiperheen arjenhallinta. Tukeminen palveluoppaan avulla. Opinnäytetyö. Diakonia- ammattikorkeakoulu, Diak Etelä Helsinki [viitattu 6.10.2013]. Saatavissa: https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/36437/Helsinki_PetraNurmola_2011.pdf?sequence=1

Ojala, T. & Uutela, A. 1993. Rakentava vuorovaikutus. Porvoo: WSOY.

Päijät - Hämeen sosiaali- ja terveysyhtymä. 2013. Lastenneuvola [viitattu 15.10.2013]. Saatavissa: <http://www.phsotey.fi/kunnat/index.php?id=32532&vy=9412&ryhma=543&alaryhma=467&lara=1&level=4>

Raijas, A. 2008. Arjen hyvinvointi ja mahdollisuuksia sen mittaamiseen. Työselosteita ja esitelmää. 110/2008. Kuluttajatutkimuskeskus.

- Raitasalo, R., Salminen, J., Saarijärvi, S & Toikka, T. 2004. Masennuspotilaiden elämänhallinta, toipuminen ja työkyky. Suomen lääkärilehti Vol. 59 No. 30 - 32/2004, 2795–2801.
- Remsu, N. & Törrönen, M. 2007. Varhainen vastuunotto. Helsinki: Mannerheimin lastensuojeluliitto ja Nuorten kuntoutussäätiö.
- Rautiainen, M. 2001. Vanhemmuuden roolikartta - syvennä ja sovela. 1. painos. Helsinki: Suomen kuntaliitto
- Remsu, N. & Rimpelä, M. 2013. Kasvatuskaaoksesta yhteiseen ymmärrykseen. Teoksessa Lämsä, A-L. (toim.) Verkosto vahvaksi. Toimiva vuorovaikutus perheiden kanssa. Juva, 17 - 47.
- Rönkä, A., Malinen, K & Lämsä, T. 2009. Pikkulapsiperheiden arjen paletti. Teoksessa Lämsä, T., Malinen, K & Rönkä, A. (toim.) Perhe-elämän paletti, vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa. Jyväskylä: PS- kustannus, 11 - 13.
- Salmi, M. 2004. Arkielämä kokoaa yhteen työn ja perheen. Teoksessa Salmi, M. & Lammi-Taskula, J. (toim.) Puhelin, mummo vai joustava työaika? Työn ja perheen yhdistämisen arkea. Helsinki: Stakes, 11 - 29.
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2004. Lastenneuvola lapsiperheiden tukena. Suuntaviivat lastenneuvolan järjestämisestä kunnille. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2004:13. Helsinki 2004.
- Sosiaaliportti. 2013a. Ehkäisevä lastensuojelu. [viitattu 14.10.]. Saatavissa: <http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/lastensuojelunkasikirja/tyoprosessi/ehkaisevatyo/>
- Sosiaaliportti. 2013b. Lastensuojelun käsikirja. Vanhemmuuden roolikartta. [viitattu 2.10.2013]. Saatavissa: <http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/lastensuojelunkasikirja/tyovalineet/tyomenetelmat/vanhemmuudenroolikartta/>
- Sosiaaliportti. 2013c. Sosiaalialan kompetenssit [viitattu 5.10.2013]. Saatavissa: http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/sosiaalialanamkverkosto/sosiaaliala_ammattikorkeakouluissa/sosionomi_amk_tutkinto/ects_kompetenssit/

Suomen virallinen tilasto (SVT): Perheet [verkojulkaisu].

ISSN=1798-3215. 2012. Helsinki: Tilastokeskus [viitattu: 12.8.2013].

Saatavissa: http://www.stat.fi/til/perh/2012/perh_2012_2013-05-24_tie_001_fi.html

Tekijänoikeuslaki. 1961/404

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

Törrönen, M. 2001. Lapsuuden hyvinvointi; Yhteiskuntapoliittinen puheenvuoro. Vantaa: Tummavuori.

Törrönen, M. 2012. Onni on joka päivä: lapsiperheen arki ja hyvinvointi. Helsinki: Gaudeamus.

Törrönen, M. & Pärnä, K. (toim.) 2010. Voimaannuttavat suhteet perhekuntoutuksessa. Porvoo: Mannerheimin Lastensuojeluliiton lasten ja nuorten kuntoutussäätiö.

Uimonen, T. 2003. Taitoa tekijälle tehoa teksteihin. Opas tiedottavaan kirjoittamiseen. Tampere: Tammer - Paino Oy.

Vaarama, M., Siljander, E., Luoma, M-L. & Meriläinen, S. 2010. Suomalaisten kokema elämänlaatu nuoruudesta vanhuuteen. Teoksessa: Vaarama, M., Moisio, P. & Karvonen, S. (toim.) Suomalaisten hyvinvointi 2010. Helsinki: Yliopistopaino, 126 - 148.

Vainio, H. 2005. Ensikodista omaan kotiin. Pro gradu -tutkielma; Turun ensikodissa olleista teiniäideistä ja heidän arkielämässä selviytymisestään. Turun yliopisto, Sosiaalipolitiikan laitos.

Varto, J. 1992. Laadullisen tutkimuksen metodologia. Helsinki: Kirjayhtymä Oy.

Veijalainen, E., Heino, T., Kalland, M., Kammonen, H., Paasikannas, L. & Salo, S. Huhtala, K. (toim.) 2008. Päihdeongelmaisten vauvaperheiden auttaminen

- kotona. Mallin ja osaamisen kehittäminen Tosi-projektissa [viitattu 26.3.2013].
Saatavissa: <http://www.ensijaturvakotienliitto.fi/@Bin/2147320/TOSI-raportti.pdf>
- Vilén, M., Leppämäki, P. & Ekström, L. 2008. Vuorovaikutuksellinen tukeminen.
Helsinki: WSOY.
- Vilén, M., Vihunen, R., Vartiainen, J., Sivén, T., Neuvonen, S. & Kurvinen, A.
2006. Lapsuus, erityinen elämänvaihe. Helsinki: WSOY.
- Vilén, M., Seppänen, P., Tapio, N. & Toivanen, R. 2010. Kohtaamisia
lapsiperheissä: menetelmiä perhetyöhön. Helsinki: Kirjapaja.
- Vilkka, H. 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Tammi.
- Vilkka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä:
Gummerus Kirjapaino Oy.
- Vilkka, H & Airaksinen, T. 2004. Toiminnallisen opinnäytetyön ohjaajan
käsikirja. Helsinki: Tammi.
- Wilskman, K. 2012. Syrjäytymisen stigma. Tesso. Sosiaali- ja terveystieteellinen
aikakauslehti nro 5/ 2012, 23.
- Yleissopimus lastenoikeuksista. 2013. Unicef [viitattu 29.9.2013]. Saatavissa:
http://www.unicef.fi/Lapsen_oikeuksien_sopimus_koko

LIITTEET

Liite 1: Suostumus haastatteluun

Liite 2: Asiakkaiden haastattelukysymykset

Liite 3: Asiantuntijoiden haastattelukysymykset

Liite 4: Opinnäytetyöprosessin aikataulu

LIITE 1

Suostumus haastatteluun

Olen osallistumassa haastatteluun ja annan luvan käyttää siitä saatua aineistoa syksyllä 2013 valmistuvassa opinnäytetyössä, jonka aiheena on Eväitä arkeen ensikotijakson jälkeen.

Osallistumiseni haastatteluun on vapaaehtoista ja voin keskeyttää sen milloin tahansa. Haastattelijoina toimivat sosionomi-opiskelijat Anne Sirkka, Heidi-Maaret Taalo ja Minna Tuovinen. Olen saanut etukäteen tiedon haastattelun tarkoituksesta ja haastattelukysymyksistä.

Haastattelussa noudatetaan sosiaalialan eettisiä käytänteitä sekä niihin liittyviä lakeja. Haastattelijat ovat vaitiolovelvollisia haastattelun kautta esille tulleista asioista, jotka eivät ole suorassa yhteydessä oppaan sisällön rakentamiseen.

Haastattelut nauhoitetaan ja nauhoitteet sekä niihin mahdollisesti liittyvä muu kirjallinen aineisto säilytetään lukollisessa kaapissa anonymisti ja hävitetään asianmukaisesti opinnäytetyön valmistuttua.

Lisätietoja: anne.sirkka@student.lamk.fi, heidi-maaret.taalo@student.lamk.fi tai minna.tuovinen1@student.lamk.fi

Päivämäärä ja paikka

Osallistuja

Nimen selvennys

LIITE 2

Asiakkaiden haastattelukysymykset

TAUSTATIEDOT:

- Miksi olet ensikotijaksolla / miten hakeuduit ensikotijaksolle?
- Minkä ikäisenä sinusta tuli äiti/ isä?
- Ovatko molemmat vanhemmat mukana arjessa?
- Kuinka pitkä jakso sinulla on ensikodissa?
- Minkälaiset suunnitelmat sinulla / sosiaalityöntekijällä on kotiutumisesi suhteen?
- Mihin olet tällä hetkellä tyytyväinen? Mistä asioista olet onnellinen?

KOTIUTUMINEN:

- Miten ja missä perheenne tulee asumaan kun kotiudutte omaan kotiin? Muuttuuko paikkakunta? Millaista on mielestäsi vauvaperheen hyvä arki?
- Kerro suunnitelmistasi esimerkein, miten aiot toteuttaa vauvan kanssa päivä / viikkorytmiä? Ts. mitä teet kotona vauvan kanssa?

ARJEN HAASTEET:

- Millaisiin arkiongelmiin olet vauvan kanssa törmännyt? Ek:ssa / kotona?
- Mikä on ollut yllättävää vanhemmuudessa? Mitä et osannut odottaa ennalta?
- Miten vauvan syntymä on vaikuttanut mm. parisuhteeseen ja taloudelliseen tilanteeseen?

MISTÄ APUA?

- Kenelle sinun on helpoin puhua avoimesti arjen iloista tai murheista?
- Mitä lapsiperheille suunnattuja palveluita tunnet?
- Aiotko käyttää palveluita / haluaisitko tutustua uuteen palveluun / mikä estää palveluiden käytön, miksi?

OPASLEHTINEN:

- Mitä toivot / haluat opaslehtisen sisältävän? Miksi?
- Millaista opaslehtistä lukisit mielelläsi, entä millainen opaslehtinen jää lukematta?

LIITE 3

Asiantuntijoiden haastattelukysymykset

KOTIUTUMINEN:

Missä vaiheessa kotiutumistaan asiakkaat kohtaavat eniten haasteita?

- Millaisia haasteita?

ARJEN HAASTEET:

Millaisia tuntomerkkejä on havaittavissa kun perheessä arjen turvallisuus ja toimivuus on vaarantunut?

- Salailevatko perheet ongelmia?

Mitkä on yleisimpiä syitä / mitä arjessa on tapahtunut kun lapsi joudutaan ottamaan huostaan?

Mitä haasteita näet työssäsi?

- Millaisia haasteita on perheiden arjen tukemisessa?

PALVELUT:

Miten asiakkaita ohjataan palveluiden pariin / miten asiakkaat ottavat ohjauksen vastaan?

Miten palvelun tarpeellisuus näyttäytyy asiakkaan arjessa?

Minkälaisia palveluita asiakkaat haluavat / toivovat eniten?

OPASLEHTINEN:

Ajatuksia siitä, mitä opaslehtisessä olisi hyvä olla?

LIITE 4

Opinnäytetyöprosessin aikataulu 2012 - 2013

LIITE 4	Aikataulu 2012 - 2013
Joulukuu	Pohdintaa aiheen valinnasta ryhmän jäsenten kesken. Opinnäytetyöohjeisiin tutustumista.
Tammi-helmikuu	Päätös aiheesta ja opinnäytetyöprosessin käynnistäminen. Tapaaminen toimeksiantajan kanssa ja toimeksiantosopimuksen kirjoittaminen. Ohjaajan nimeäminen opinnäytetyöllemme. Aloitettu aineistonkeruu.
Maalis-huhtikuu	Suunnitelmaseminaari sekä opinnäytetyön tiedotustilaisuus Lahden ensikodilla.
Toukokuu	Väliarviointipalaveri. Saavutettujen tavoitteiden ja aikataulujen pitävyyden arviointia. Kysely sähköisen opaslehtisen yhteistyökumppanista liiketalouden laitokselle.
Kesä-heinäkuu	Haastatteluja, teoriaan perehtymistä, aineiston hankintaa ja opinnäytetyöraportin kirjoittamista.
Elokuu	Yhteydenotto sähköisen opaslehtisen yhteistyökumppanilta. Opaslehtisen ulkoasua ja sisältöä koskevien valintojen toteuttamista Aikataulujen pitävyyden arviointia uudelleen, johtuen kesälomien aiheuttamista viivästyksistä työssämme.
Syyskuu	Materiaali paperiseen ja sähköiseen opaslehtiseen valmiina. Opinnäytetyöraportin kirjoittamista.
Lokakuu	Opaslehtiset valmiina, samoin opaslehtisen sähköinen versio. Valmiin opinnäytetyön raportti lähetetty toimeksiantajalle, Lahden ensikodille, Lahden Ensi- ja turvakotien yhdistyksen toiminnanjohtaja Jukka Ihalaiselle, opinnäytetyön opponoijille sekä opinnäytetyön ohjaajalle ja opinnäytetyön toiselle tarkastajalle. Julkaisuseminaari.
Marraskuu	Kypsyysnäyte.
Joulukuu	