

Tukena synnyttäjälle -

Doulatoiminnan anti vapaaehtoisena toimivien näkökul-
masta

Maria Tirkkonen

EXAMENSARBETE	
Arcada	
Utbildningsprogram:	Vård
Identifikationsnummer:	4471
Författare:	Maria Tirkkonen
Arbetets namn:	Stöd åt föderskan – deltagarnas upplevelser av frivillig doula verksamhet
Handledare (Arcada):	Pernilla Stenbäck
Uppdragsgivare:	Förbundet för mödra- och skyddshem
<p>Sammandrag: Svenska sammandraget som bilaga (Liite 3)</p>	
Nyckelord:	doula, stödperson, motiv, frivillig verksamhet, engagemang, förlossning, Förbundet för Mödra- och skyddshem
Sidantal:	59
Språk:	Finska
Datum för godkännande:	24.4.2014

DEGREE THESIS	
Arcada	
Degree Programme:	Nursing
Identification number:	4471
Author:	Maria Tirkkonen
Title:	Labour companion - women's experiences of volunteering as doulas
Supervisor (Arcada):	Pernilla Stenbäck
Commissioned by:	The Federation of Mother and Child Homes and Shelters
<p>Abstract: The subject of this study is women's experiences of volunteering as doulas. The objective of this study is to describe women's individual experiences of volunteering as doulas. The aim is to describe which motives voluntary doulas experience having when they began as volunteers, which motives they have at the moment for helping and why they choose to participate also in future. The aim is also to describe which needs and motives volunteering serves for the participants at different times of volunteering. The study is limited to voluntary doulas who participate in voluntary work organized by sub organizations of The Federation of Mother and Child Homes and Shelters. The study is made in collaboration with the federation. The results will be used to develop their doula activities. A doula is a trained labour companion who offers help for women under their pregnancy and birth. Sub organizations of the federation offer volunteer services for families who need additional support outside the health care system. Volunteer work is defined as offered help towards unknown people, without salary and in organized manner. The theoretical framework of this study consists of a qualitative view of motives and doulas care about and care for her client. The research is done by using qualitative research method, to be precise phenomenology. Interpretative Phenomenological analysis is used to analyze the data. The data consists of semi-structured interviews of three doulas. The results retell the theoretical framework. Doulas have several individual motives to participate the doula activity. Own birth has been important life event for every participant and initiation for becoming a doula. The most essential motives through time for every doula are helping others and nurturing the mothers birthing experience. Being a doula becomes an important way of life. When doulas have participated a while the support for the pregnant woman gets even more essential. During participation the motives change. These changes are connected also with doula identity that forms after a while, ones personal development as a doula, personality and life situation. Voluntary doulas needs are very individual and volunteering serves different needs for different doulas at different times.</p>	
Keywords:	doula, continuous support, motive, voluntary work, birth, motive fulfilment, The federation of mother and child homes and shelters
Number of pages:	59
Language:	Finnish
Date of acceptance:	24.4.2014

OPINNÄYTE	
Arcada	
Koulutusohjelma:	Hoitotyön koulutusohjelma
Tunnistenumero:	4471
Tekijä:	Maria Tirkkonen
Työn nimi:	Tukena synnyttäjälle - Doulatoiminnan anti vapaaehtoisena toimivien näkökulmasta
Työn ohjaaja (Arcada):	Pernilla Stenbäck
Toimeksiantaja:	Ensi- ja turvakotien liitto
<p>Tiivistelmä:</p> <p>Opinnäytetyön aihe on doulatoiminnan anti vapaaehtoisena toimivien näkökulmasta. Opinnäytetyön tarkoitus on kuvata doulatoiminnan antia, eli vapaaehtoisena tukihenkilönä toimivien kokemuksia toiminnan antoisuudesta ja syitä, eli motiiveja, toimintaan osallistumisen taustalla. Tutkimus rajoittuu Ensi- ja turvakotien liiton jäsenjärjestöjen toimintaan osallistuvien doulien kokemuksiin. Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Ensi- ja turvakotien liiton kanssa. Tuloksia on tarkoitus käyttää liiton jäsenjärjestöjen kordinoiman doulatoiminnan kehittämiseen. Doula, eli synnyttäjän tukihenkilö, tarjoaa tulevalle äidille tukea raskauden, synnytyksen ja lapsivuodeajan aikana perheen tarpeista riippuen. Ensi- ja turvakotien liiton jäsenjärjestöt tarjoavat vapaaehtoisen doulatoiminnan kautta virallisen terveydenhuoltojärjestelmän ulkopuolista tukea perheille, jotka sitä odotuksen ja synnytyksen aikana tarvitsevat. Vapaaehtoistoiminnalla tarkoitetaan tavallisen ihmisen tiedoilla ja taidoilla tehtävää palkatonta työtä, jota tehdään yksittäisten ihmisten, yhteisöjen tai ympäristön hyväksi ilman rahallista korvausta. Opinnäytetyön teoreettisena viitekehyksenä toimii kvalitatiivinen motiivinäkemys, sekä käsite hyvästä huolenpidosta. Opinnäytetyö on toteutettu laadullisena tutkimuksena käyttäen fenomenologista tutkimusmetodia. Aineisto analysoinnissa on sovellettu tulkitsevaa fenomenologista analyysimenetelmää (<i>Interpretative Phenomenological Analysis</i>). Tutkimusaineisto muodostuu kolmen vapaaehtoisen doulan puolistrukturoidusta haastattelusta. Tulokset mukailevat hyvin työn teoreettisia lähtökohtia. Toimintaan osallistumista ohjaa useampi yksilöllinen motiivi ja motiivit muuttuvat toimintaan osallistumisen aikana. Oma synnytys on vaikuttanut kaikkien hakeutumiseen doulatoimintaan. Tärkeimpinä kokemuksina motiivien osalta esiin nousevat muiden auttaminen ja tuettavan synnytyskokemuksen vaaliminen. Kun toiminnassa on oltu mukana jonkin aikaa, korostuu myös odotusajan tuki. Motiiveissa tapahtuu ajan kuluessa muutosta. Nämä muutokset ovat kiinteässä yhteydessä doulaidentiteetin muodostumiseen, doulana kehittymiseen, doulan persoonallisuuteen ja elämäntilanteeseen. Kaikilla on muodostunut toimintaan tunneside. Doulatoiminnan merkitys on elämänsisältönä suuri ja doulana toimiminen osa jokaisen identiteettiä. Doulatoiminnan antoisuus vaihtelee hyvin paljon kunkin doulan henkilökohtaisista toiveista riippuen.</p>	
Avainsanat:	doula, synnyttäjän tukihenkilö, motiivi, vapaaehtoistoiminta, anti, synnytys, Ensi- ja turvakotien liitto
Sivumäärä:	59
Kieli:	Suomi
Hyväksymispäivämäärä:	24.4.2014

SISÄLLYSLUETTELO

1	JOHDANTO	9
2	TUTKIMUKSEN TAUSTAA.....	10
2.1	Doula - synnyttäjän tukihenkilö.....	10
2.2	Doulatoiminta vapaaehtoistoiminnan muotona	11
2.3	Vapaaehtoistoimintaan osallistumisen motiivit ja toiminnan anti	13
3	TUTKIMUKSEN TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	14
4	TEOREETTINEN VIITEKEHYS.....	14
4.1	Yeungin motiivinäkemys.....	14
4.2	Hyvä huolenpito.....	15
5	MENETELMÄT.....	16
5.1	Fenomenologia tutkimuksen lähestymistapana	18
5.2	Tutkimuksen ihmiskäsitys.....	19
5.3	Tulkitseva fenomenologinen analyysimenetelmä.....	20
5.4	Puolistrukturoitu haastattelu aineistonkeruumenetelmänä.....	22
6	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	22
6.1	Haastateltavien valinta	22
6.2	Haastattelujen toteutuminen.....	23
6.3	Haastateltavat.....	24
6.4	Analyysin kulku.....	25
7	EETTINEN POHDINTA	27
8	TUTKIMUSTULOKSET	28
8.1	Motiivit ja antoisuus koko aineistossa	28
8.2	Motiiveja vapaaehtoiseksi doulaksi ryhtymisen taustalla	30
8.3	Vapaaehtoisena doulana toimimisen motiiveja nykyhetkessä	31
8.4	Vapaaehtoisena doulana jatkamisen motiiveja	33
8.5	Doulatoiminnan antoisuus	35
9	POHDINTA.....	36
9.1	Motiiveista doulatoimintaan osallistumisen taustalla	37
9.2	Motiivien muutos doulatoimintaan osallistuessa	38
9.3	Toiminnan antoisuus	38
9.4	Tulosten reflektointi	39

10	TUTKIMUKSEN ARVIOINTI	41
10.1	Luotettavuuden arviointi	42
10.2	Kriittinen arviointi	44
	LÄHDELUETTELO	47
	LIITTEET	50
	LIITE 1: Tutkimusesite.....	50
	LIITE 2: Haastattelurunko.....	51
	LIITE 3: Ruotsinkielinen tiivistelmä / Svenskt sammandrag	52
	LIITE 4: Tulostaulukot	59

Taulukot

Taulukko 1. Vapaaehtoiseen doulatointaan osallistuvien kokemuksia osallistumisen motiiveista koko toimintaan osallistumisen ajalta.....	29
Taulukko 2. Vapaaehtoiseen doulatointaan osallistuvien kokemuksia toiminnan antoisuudesta koko toimintaan osallistumisen ajalta.....	30

1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni aihe on doulatoiminnan anti vapaaehtoisena toimivien näkökulmasta. Opinnäytetyön tarkoitus on kuvata doulatoiminnan antia, eli synnyttäjän vapaaehtoisena tukihenkilönä toimivien kokemuksia toiminnan antoisuudesta ja syitä, eli motiiveja, toimintaan osallistumisen taustalla nyt ja toimintaan mukaan lähtiessä, sekä toiveita tulevaisuuden suhteen. Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Ensi- ja turvakotien liiton kanssa. Opinnäytetyöni tuloksia on tarkoitus käyttää Ensi- ja turvakotien liiton jäsenjärjestöjen doulatoiminnan kehittämiseen.

Suomessa Ensi- ja turvakotien liiton jäsenjärjestöt ja Folkhälsan tarjoavat perheille vapaaehtoistoimintaan perustuvaa doula -tukihenkilötoimintaa (Doula)(Doula - stödperson vid förlossning). Tukitoiminta on tarkoitettu vauvaa odottaville perheille, jotka kaipaavat lisätukea raskauden ja synnytyksen aikana, ja jonkin aikaa vauvan syntymän jälkeen (Vapaaehtoistoiminnan tehtävänkuvaus). Doula, eli synnyttäjän tukihenkilö, tarjoaa tulevalle äidille tukea raskauden, synnytyksen ja imetyksen aikana perheen tarpeista riippuen ja toimii kanssakulkijana tällä matkalla (Campbell-Voytal et al. 2011) (Pascali-Bonaro et al. 2004 s. 19). Doula ei kuitenkaan osallistu äidin lääketieteelliseen hoitoon (Klaus et al. 2002 s.3-12). Vapaaehtoistoiminnalla tarkoitetaan tavallisen ihmisen taidoilla ja taidoilla tehtävää palkatonta työtä, jota tehdään yksittäisten ihmisten, yhteisöjen tai ympäristön hyväksi. (Henttonen & Keinänen 2012 ss.10) Kaiken vapaaehtoistoiminnan yhtenä tavoitteena on edistää myös siihen osallistuvien hyvinvointia tarjoamalla kiinnostavia tehtäviä ja mielekkäitä osallistumismahdollisuuksia erilaisissa elämänvaiheissa. (Henttonen & Keinänen 2012 s.10) Kiinnostukseni aihetta kohtaan heräsi toimiessani Folkhälsanin vapaaehtoisena doulana. Huomasin, että alkuperäinen motiivini osallistua muuttui toiseksi, kun olin ollut toiminnassa jonkin aikaa mukana.

Opinnäytetyöni on toteutettu laadullisena tutkimuksena. Tutkimusmetodiksi olen valinnut fenomenologian, jonka avulla tutkimuskohdetta on mahdollista lähestyä yksilöiden kokemuksista käsin. Tutkimuksen teoreettisena viitekehyksenä toimii Yeungin motiivinäkemyks (Yeung 2005 s.87) sekä Sarvimäen ja Stenbock-Hultin määritelmä hyvästä huolenpidosta (Sarvimäki & Stenbock-Hult 2009 s.24–28). Tutkimusaineisto muodostui kolmen vapaaehtoisen doulan puolistrukturoidusta haastattelusta. Aineiston analysoin-

nissa on hyödynnetty tulkitsevaa fenomenologista analyysimenetelmää (*Interpretative Phenomenological Analysis*)(Smith & Osborn 2008 s.53).

2 TUTKIMUKSEN TAUSTAA

Tähän opinnäytetyöhön liittyvät kiinteästi muun muassa seuraavat käsitteet: doula, vapaaehtoistoiminta, doulatoiminta ja vapaaehtoistoiminnan anti. Avaan seuraavissa luvuissa näitä käsitteitä ja esittelen niiden avulla opinnäytetyöni teoreettista taustaa.

2.1 Doula - synnyttäjän tukihenkilö

Useimmissa kulttuureissa synnyttäjää on tuettu ja autettu olemalla läsnä muiden naisten toimesta (Pascali-Bonaro et.al 2004 s. 19)(Klaus et al. 2002 s. 4). Synnytysten siirrettyä sairaaloihin on tästä käytännöstä kuitenkin ollut pakko luopua (Klaus et al. 2002 s. 4). Vaikka jatkuvan läsnäolon ja tuen on kiistatta huomattu vaikuttavan edullisesti mm. synnytyksen kulkuun, naisen kivuntuntemuksen kokemukseen ja keisarileikkausten alhaisempaan määrään (Hodnett et al. 2012) (Pascali-Bonaro et.al 2004 s. 19) ei sairaalan hoitohenkilökunnalla kuitenkaan useinkaan ole mahdollisuutta tarjota synnyttäjälle tarpeelliseksi todettua jatkuvaa läsnäoloa (Klaus et al. 2002 s. 4).

Osa synnyttäjistä kokee tarpeelliseksi ottaa mukaansa puolisonsa lisäksi ylimääräisen hoitohenkilökunnan ulkopuolisen tukihenkilön, joka on kouluttautunut tarjoamaan tulevalle äidille tukea raskauden, synnytyksen ja imetyksen aikana perheen tarpeista riippuen ja toimii kanssakulkijana tällä matkalla. Tällaista ulkopuolista synnyttäjän tukihenkilöä kutsutaan *doulaksi*. (Pascali-Bonaro et.al 2004 s. 19) Doula ei kuitenkaan osallistu äidin lääketieteelliseen hoitoon (Klaus et al. 2002 s.3-12). Doula käsitteenä on syntynyt 1970 -luvulla, kun amerikkalaiset lääkärit huomasivat Guatemalalaisten synnyttäjien hyötyvän ulkopuolisen tukihenkilön jatkuvasta läsnäolosta (Thomassen et al. 2003 s.4268). Doula sanana on alkuperältään kreikkaa ja merkitsee naista joka auttaa tai palvelee toista naista (Klaus et al. s. 4).

Doula tukee perhettä synnytyksen aikana ja rohkaisee heitä osallistumaan aktiivisesti omaan hoitoonsa ja päätöksentekoon. Doula auttaa äitiä löytämään itselleen sopivat ki-

vunlievitysmenetelmät ja jakaa synnytyskokemuksen perheen kanssa. (Pascali-Bonaro 2004 s. 19) (Dona International) (Lundgren, I. 2010) Doulana voi toimia myös ilman minkäänlaista taustajärjestöä ja doulaksi itseään voi kutsua kuka tahansa. Itsenäisenä doulana toimivan osaamiselle ei ole virallisia vaatimuksia. (Klaus et al.. 2002 s.22–29) Doulien kansainvälinen kattojärjestö Dona International tarjoaa doulaksi ryhtyville koulutusta, josta doula saa sertifikaatin osaamisestaan (Dona International). Doula vastaa kuitenkin aina itse omasta koulutuksestaan ja perhe siitä, että doulan osaaminen vastaa heidän odotuksiaan (Klaus et al. 2002 s.22–29). Suomalainen synnyttäjä voi valita doulakseen ystävän tai tutun, itsenäisenä yrittäjänä toimivan doulan, jolle maksetaan rahallinen palkkio tai doulan vapaaehtoistoiminnan kautta.

Tässä työssä käytän termiä doula viittaamaan vapaaehtoistoiminnan piirissä toimiviin douliin, ellei toisin mainita, sillä he ovat pääosassa työssäni. Kutsun doulan tuen kohdetta tässä työssä tuettavaksi tai synnyttäjäksi. Doulan tuki voi kuitenkin ajoittua myös vain odotusaikaan, synnytykseen tai lapsivuodeaikaan, tai esimerkiksi näihin kaikkiin, tukiperheen tarpeista riippuen.

2.2 Doulatoiminta vapaaehtoistoiminnan muotona

Opinnäytetyöni koskee ainoastaan Ensi- ja turvakodin jäsenjärjestöjen organisoimaan vapaaehtoistoimintaan osallistuvien doulien näkemyksiä toiminnan annista. Tässä luvussa esittelen doulatoimintaa vapaaehtoistyön muotona. Vapaaehtoistoiminnalla tarkoitetaan tavallisen ihmisen tiedoilla ja taidoilla tehtävää palkatonta työtä, jota tehdään yksittäisten ihmisten, yhteisöjen tai ympäristön hyväksi. Vapaaehtoistoiminnan sijaan voidaan käyttää termiä vapaaehtoistyö. (Henttonen & Keinänen 2012 s.10)(Nylund & Yeung 2005 s.15) Historiallisesti vapaaehtoistoiminnasta on käytetty myös termejä talikootyö, hyväntekeväisyys sekä vapaahuoltotyö (Nylund & Yeung 2005 s. 14). Tässä yhteydessä käytän termiä vapaaehtoistoiminta.

Suomessa Ensi- ja turvakotien liiton jäsenjärjestöt ja Folkhälsan tarjoavat perheille vapaaehtoistoimintaan perustuvaa doula -palvelua. Osa jäsenyhdistyksistä veloittaa doula -palvelusta pienen maksun (Doula)(Doula - stödperson vid förlossning). Tämä kolmannen sektorin, eli julkisten palveluiden ulkopuolinen taho, kouluttaa vapaaehtoisia toi-

mimaan doulina. Kummallakin järjestöllä on vapaaehtoista doulatoimintaa koskeva tehtävänkuvauk-
se (Vapaaehtoistoiminnan tehtävänkuvauk-
se) (von Koskull 2013). Tehtävänkuvauk-
sesta mukaan:

- Toiminnan lähtökohdaksi on tuettavan tarve ja vapaaehtoinen, tasavertainen ja vastavuoroinen kumppanuus.
- Toiminnan tavoite on antaa äidille tukea vauvan odotuksessa, vanhemmuuteen kasvussa sekä synnytyksen ja pikkuvauvavaiheeseen valmistautumisessa.
- Vapaaehtoisena toimiva henkilö eli doula on tavallinen, välittävä aikuinen, joka tukee perhettä tavallisilla taidoilla omalla ainutlaatuisella tavallaan sekä antaa aikansa, kokemustaan, osaamistaan silloin, kun tuettava sitä tarvitsee.
- Tukihenkilön konkreettinen toiminta vaihtelee tuettavan tarpeen mukaan. Doula kuuntelee, keskustelee, kannustaa, kulkee rinnalla, osallistuu, tarjoaa apua synnytyksen aikana ja jakaa synnytyskokemuksen, sekä tapaa perhettä synnytyksen jälkeen. Doula myös etsii perheelle apua, jos ei itse voi auttaa.

Doulatoiminnan tehtävänkuvaukseen ei sisälly lääketieteellisiä tai kodinhoidollisia tehtäviä. (Vapaaehtoistoiminnan tehtävänkuvauk-
se) (von Koskull 2013) Doula ei ole hoitoalan ammattilainen, vaan toimii perheiden tukena virallisen neuvolajärjestelmän ja synnytyssairaaloiden ohella. Tukisuhteen pituudesta sovitaan aina erikseen. Doulalla on tukena järjestön järjestämät tapaamiset, joissa hänellä on mahdollisuus saada tukea toiminnan koordinaattorilta ja kokeneemmilta douloilta. (Vapaaehtoistoiminnan tehtävänkuvauk-
se)

Kuten doulatoiminnan tehtävänkuvauksesta käy ilmi, on doulatoiminnan tehtävän perusajatuksena äidin ja perheen tarpeiden ja toiveiden tunnistaminen ja perheen auttaminen. Vaikka vapaaehtoistoimintaan osallistumisen taustalla voi olla monenlaisia motiiveja (Nylund & Yeung 2005 s.15)(Yeung 2005a), on jokainen toimintaan osallistuva tietoinen toiminnan luonteesta ja sitoutunut auttamistyöhön. Kysymyksessä on tuki- ja hoivasuhde (Vapaaehtoistoiminnan tehtävänkuvauk-
se) (von Koskull 2013).

2.3 Vapaaehtoistoimintaan osallistumisen motiivit ja toiminnan anti

Vapaaehtoistoiminnan ydinpiirteitä ja vahvuuksia ovat vapaaehtoisuus, vapaamuotoisuus, joustavuus ja riippumattomuus. Toisaalta nämä samat piirteet ovat riski sen jatkuvuudelle. (Nylund & Yeung 2005 s.31) Tietämys osallistumisen syistä, eli motiiveista, helpottaa vapaaehtoistoiminnan suunnittelua. (Nylund & Yung 2005 s.31) Motiiveilla viitataan psykologiassa sellaisiin ulkoisiin ja sisäisiin tekijöihin, jotka saavat ihmisen toimimaan. Kun ihmisellä on motiivi, eli pelkistetyksi syy tai tarkoitus toimintaansa, muodostuu motivaatio eli ikään kuin sisäinen ”halu” toimia kyseisen asian eteen. (Yeung 2005a, s. 83–97)

Vapaaehtoistoiminnan motiiveja, sitoutumista ja rooli-identiteettiä on tutkittu paljon. Auttaminen on vapaaehtoistyössä keskeistä, mutta motiivien on useimmiten kuvattu olevan sekoitus altruismia (epäitsekkyyttä) ja egoismia (itsekkyyttä) (Yeung 2005a, s. 83–97). Perinteisesti näiden aiheiden tutkimusta on toteutettu määrällisin menetelmin. Tutkimuksissa on usein pyritty mallintamaan vapaaehtoistoimintaan osallistuvien käyttäytymistä esimerkiksi osallistumistyytyväisyyden tai motivaation avulla. (Finkelstein et al. 2005) (Finkelstein 2008) (Chacón et al. 2007)

Nylundin ja Yeungin näkemyksen mukaan tulisi toiminnan suunnittelussa olla keskiössä osallistujien kokemus. Tämän vuoksi he ovat toteuttaneet omia tutkimuksiaan laadullisin menetelmin. (Nylund & Yeung 2005 s.31) Yeung (2005a s.97) on todennut seuraavaa vapaaehtoistoiminnan motiiveihin liittyen:

”Auttaminen koetaan vapaaehtoistoiminnassa keskeiseksi, mutta olisi tunnistettava tarkemmin, mistä tällainen motivaatio oikein kumpuaa, mitä se yksilölle merkitsee.”

Vapaaehtoistoimintaan päädytään usein eri syistä ja erilaisten sattumien kautta. Vapaaehtoistyön taustalla olevat motiivit, siihen sitoutuminen sekä toiminnan anti, arvot ja henkilökohtainen merkitys ovat niin kiinteästi yhteydessä toisiinsa, että pelkkien motiivien tutkiminen on vaikeaa (Nylund & Yeung 2005 s. 16)(Yeung 2005a &2005b)(Utti 2008). Tämän vuoksi opinnäytetyön keskiöön on motiivien sijaan valittu toiminnan anti. Nylund ja Yeung (2005 s.16) ovat avanneet antia käsitteenä seuraavasti: Mitä toiminta

yksilölle antaa? Miksi osallistujat ovat lähteneet mukaan ja miksi he haluavat jatkaa mukana?

3 TUTKIMUKSEN TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Edellä kuvatun taustatiedon pohjalta opinnäytetyöni lopulliseksi aiheeksi muodostui doulatoinnin anti vapaaehtoisena toimivien näkökulmasta. Keskiössä on vapaaehtoisten oma kokemus. Tutkimukseni avulla pyrin ymmärtämään doulien kokemuksia toiminnan annista niin kokonaisvaltaisesti kuin mahdollista. Tavoitteeni on muodostaa käsitys doulatoinnista osallistumisen motiiveista eri aikaperspektiiveissä sekä toiminnan antoisuudesta. Pyrin selvittämään toimintaan lähtemisen syitä ja toiminnan antoisuutta vapaaehtoisuran alkuvaiheessa ja myöhemmin kun toiminnassa on oltu jo pidemmän aikaa mukana, sekä sitä miksi doulat haluavat jatkaa toiminnassa mukana. Tutkimuskysymykseni jakautuu kolmeen kysymykseen, jotka ovat:

1. Millaisia motiiveja doulatoinnista osallistumisen taustalla on doulien itsensä kuvailemana?
2. Miten motiivit muuttuvat doulatoinnista osallistuessa?
3. Millaisia kokemuksia doulatoinnista osallistujilla on toiminnan antoisuudesta?

4 TEOREETTINEN VIITEKEHYS

Alla esittelen ensin valitsemani teoreettisen viitekehyksen motiivien osalta ja sen jälkeen hyvä huolenpidon käsitettä. Tutkimuksen ihmiskäsityksen määrittelen erikseen menetelmissä fenomenologian esittelyn yhteydessä, sillä se on kiinteässä yhteydessä tutkimusmetodiin.

4.1 Yeungin motiivinäkemykset

Motiivien osalta työni teoreettisena viitekehyksenä toimii Yeungin motiivinäkemykset (2005a s.87). Esittelen alla muutaman perusajatuksen, jotka ovat ohjanneet Yeungin

laadullista tutkimusta ja jotka olen valinnut opinnäytetyöni teoreettiseksi viitekehyyksi vapaaehtoistyön motiivien osalta:

- Ihmisen toiminnan taustalla voi olla useampia motiiveja ilman, että se sulkevat toisiaan pois.
- Motiivit voivat muodostaa ryhmiä ja teemoja, ja hyvinkin monimutkaisia yhdistelmiä.
- Yksilö toimii suhteessa ympäristöönsä (vrt. Sarvimäki & Stenbock-Hult 2009 s.23–24).
- Vapaaehtoistoiminnan motiiveja tulee tarkastella kolmessa aikaperspektiivissä: menneisyydessä, nykyisyydessä, tulevassa.

4.2 Hyvä huolenpito

Teoreettinen viitekehys tämän työn osalta sisältää määrittelyn hyvästä huolenpidosta. Esittelen hyvän huolenpidon taustaa tässä luvussa.

Määrittelin vapaaehtoisen doulan ja tuettavan välisen suhteen tuki- ja hoivasuhteeksi. Sarvimäki ja Stenbock-Hult kuvaavat kirjassaan *Hoitotyön etiikka* (2009 s.24-28) huolenpidon käsitteen kahta eri merkitystä (Tronton mukaan): välittämistä toisesta ihmisestä (*care about*) ja asioiden tekemistä toisen ihmisen hyväksi (*care for*). Näiden esiintyessä yhdessä voidaan heidän mukaansa puhua hyvän huolenpidon käsitteestä.

Hyvä huolenpito perustuu kunnioitukselle, huomioimiselle ja hyväksynnälle. Se on kahden ihmisen välinen suhde, jossa toinen haluaa toiselle hyvää, tahtoen ymmärtää toista ja hyväksyen toisen tämän tilanteen ehdoilla. Hoivaava osapuoli on valmis käyttämään voimavarojaan tämän toisen eteen. Huolenpito voi olla myös vastavuoroista tai sisältää useita ihmisiä, jotka tällöin välittävät toisistaan. Hyvä huolenpito ei ole sidoksissa ammatilliseen toimintaan, vaan voi näyttäytyä erilaisena eri yhteyksissä. Sarvimäki ja Stenbock-Hult esittelevät huolenpidon neljä kategoriaa (yksityinen, ammatillinen, spontaani ja reflektoitu). (Sarvimäki & Stenbock-Hult 2009 s.24-28)

Näkemykseni mukaan doulan ja tukiperheen välinen suhde sisältää edellä esitellyn vapaaehtoistoiminnan tehtävänkuvauksen mukaisesti huolenpidon molemmat merkitykset. Haluankin tässä työssä määritellä doulan ja synnyttäjän välisen tuki- ja hoivasuhteen hyväksi huolenpidoksi. Oletan, että jokainen doulatoimintaan mukaan lähtevä yksilö tietää toiminnan tarkoituksen, eli perheiden tukemisen ja auttamisen perheen lähtökohdista käsin, ja on sitoutunut tähän. Tämän mukaisesti doula on lähtökohtaisesti aina läsnä äitiä ja perhettä varten (välittäminen, *care*) ja pyrkii tehtävässään konkreettisesti tukemaan ja auttamaan perhettä (tekeminen toisen hyväksi, *care for*).

5 MENETELMÄT

Opinnäytetyön alkuperäisenä aiheena oli doulaksi ryhtymisen taustalla olevat motiivit. Aiheen valinta tehtiin yhdessä Folkhälsanin doulatoiminnan koordinaattorina vuoden 2012 alussa toimineen Malin von Koskullin kanssa. Pohdimme aihetta myös yhdessä Ensi- ja turvakotien liiton doulatoiminnan silloisen suunnittelijan Jaana Wikgrenin kanssa. Koska kaikki doulat eivät toimi vapaaehtoistoiminnan piirissä, koimme tässä vaiheessa parhaana ratkaisuna rajata tutkimuskohteeksi vain motiivit vapaaehtoisena doulana toimimiseen. Yhteistyöhön Ensi- ja turvakotienliiton kanssa Folkhälsanin sijaan päädyttiin, jotta työ voitaisiin tehdä suomeksi ja siitä olisi hyötyä myös suomenkielisille doula -ryhmille, joita on ruotsinkielisiä huomattavasti enemmän. Tutkimustuloksia ajateltiin kuitenkin voitavan soveltaa myös Folkhälsanin doulatoiminnan kehittämiseen.

Lähdekirjallisuuden etsimisen aloitin kirjallisuushauilla keväällä 2012. Lähdekirjallisuutta on tämän jälkeen etsitty pääosin nk. ”lumipallomenetelmällä”, eli aiempien lähteiden lähdeluetteloita hyödyntämällä. Tähän työhön valikoitunut doulia koskeva lähdekirjallisuus on pääosin peräisin Malin Von Koskullin arkistosta. Käytin alkuun myös eri tietokantoja, kuten PubMed -tietokantaa. Hyödynsin Google Scholaria kokonaisten artikkeleiden etsimiseen. Viitteiden organisoinnissa hyödynsin RefWorks -ohjelmistoa (RefWorks). Tärkeimmät hakusanat alussa olivat *doula* tai *continuous support* doulia koskevien lähteiden osalta. Kävin läpi 32 viiteettä. Tähän työhön lähteeksi näistä valikoitui viisi artikkelia (Pascali-Bonaro et.al 2004) (Thomassen et.al. 2003) (Hodnett et.al. 2012)(Campbell-Voytal et al. 2011) (Lundgren, I. 2010), joista kolme olin jo saanut aiemmin von Koskullilta. Löytämäni suomalaiset doulia koskevat viitteet olivat

vuosilta 2000 (Sillankorva, J.) ja 1992 (Hemminki, E.). Vapaaehtoistoiminnan motiiveista etsin tietoa hakusanoilla ”volunteer” ja “work” ja “motive” sekä ”volunteer” ja “work” ja “motivation”. PubMed ei antanut tuloksia näistä aiheista, joten käytin EBSCO-tietokantaa. Tuloksia tuli yhteensä satoja ja rajoitinkin hakuja vuosiin 2005–2013 vs. 2003–2013 jolloin ensimmäinen haku tuotti 57 ja jälkimmäinen haku 81 artikkelia. Näistä artikkeleista tämän työn lähdemateriaaliksi valikoitui ainoastaan kolme artikkelia (Finkelstein et al. 2005)(Finkelstein 2008)(Chacón et al. 2007).

Lähdemateriaaliin tutustuessani havaitsin, että vapaaehtoistoiminnan motiivit ja niiden taustalla olevat tekijät ovat hyvin moninaisia. Tällöin esiin nousi myös osallistujien terveyden ja hyvinvoinnin lisääntyminen yhtenä vapaaehtoistoiminnan tavoitteena. Aiheen lähestyminen pelkistä motiiveista käsin vaikutti liian haastavalta. Tästä syystä laajensin aiheeni koskemaan toiminnan antia. (Nylund & Yeung 2005 s. 16)(Yeung 2005a & 2005b) Anti antaa myös pelkkiä motiiveja paremman kuvan toiminnan merkityksestä osallistujille ja heidän hyvinvoinnilleen, minkä koin olevan merkityksellinen näkökulma hoitotieteellisessä opinnäytetyössä.

Vapaaehtoistointaan liittyvää motiivitutkimusta on eniten tehty sosiologian tai psykologian tieteenalojen piirissä (Yeung 2005a s.84). Opinnäytetyössäni doulatointaan osallistumisen motiiveja lähestytään hoitotieteen näkökulmasta. Hoitotiede voidaan määritellä humanistiseksi tieteeksi, jossa arvostetaan osallistujien näkökulmaa (Janhonen & Nikkonen 2001 s.15) Laadullisten menetelmien voidaan ajatella antavan ensiarvoisen tärkeää tietoa vapaaehtoistoiminnan merkityksestä siihen osallistuville yksilöille. Tällöin korostuu yksittäisen yksilön kokemus kyseisestä vapaaehtoistoiminnan muodosta. (Nylund & Yeung 2005 s.22) Valitsinkin edellä olevin perustein tutkimukseni lähestymistavaksi laadulliset menetelmät. Laadullisista tutkimusmenetelmistä valitsin sopivimmaksi fenomenologian. (Lukkarinen 2001 s.116–125).

Fenomenologiaa on käytetty runsaasti hoitotieteellisissä tutkimuksissa ja sen avulla on saatu arvokasta tietoa hoitajien ja potilaiden kokemuksista ja kokemusten merkityksistä liittyen mm. hoitamisen ilmiöön (Lukkarinen 2001 s.122). Metodia ei ole kovin paljon hyödynnetty vapaaehtoistoiminnan tutkimuksessa (Yeung 2005a s89). Kun tutkimusaihetta lähestytään fenomenologian keinoin, ei ole välttämätöntä erotella tieteenaloja

(Lukkarinen 2001 s.116–125). Aluksi harkitsin etnografista tutkimusmetodia (Nikkonen et al. 2001), mutta koska en päätenytään tutkimaan omaa doula -ryhmääni, luovuin tästä ajatuksesta. Myös Grounded theory oli alussa yhtenä menetelmävaihtoehtona, sen liittyessä hoitamisen sosiaalisiin yhteyksiin (Janhonen & Latvala 2001), mutta en valinnutkaan tätä metodin, koska pyrkimyksenäni ei ollut tuottaa teoriaa doulatoiminnan annista näin suppealla aineistolla. Valitsin fenomenologian Yeungin (2005a) ja Uttin (2008) esimerkin rohkaisemana.

Fenomenologisista lukuisista analyysimenetelmistä (Yeung 2005a s.90) valitsin tulkitsevan fenomenologisen analyysimenetelmän, eli IPA:n (*Interpretative Phenomenological Analysis*) (Smith & Osborn 2008)(Utti 2008). Menetelmä soveltuu motiivien kaltaisiin monimutkaisiin ilmiöihin. Sen avulla pyritään ymmärtämään kuinka yksilöt jäsentävät henkilökohtaista ja sosiaalista maailmaansa ja näihin liittyviä prosesseja tai muutoksia. Koin menetelmän soveltuvan doulatoiminnan annin tutkimiseen, koska aihetta on tutkittu vähän ja ymmärtääkseni doulaksi ryhtyminen ja doulana toimiminen ovat prosesseja, jotka ovat kiinteässä yhteydessä aiempiin elämäntapahtumiin ja sosiaalisiin suhteisiin. Oma roolini doulana vaikutti myös menetelmän valintaan, sillä IPA:ssa tutkijan ja tutkittavan rooli on dynaaminen prosessi, jossa tutkijalla on aktiivinen rooli.

5.1 Fenomenologia tutkimuksen lähestymistapana

Fenomenologian avulla pyrin tarkastelemaan yksilöiden kokemuksia doulatoiminnasta ja heidän niille antamia merkityksiä (Yeung 2005a)(Smith & Osborn 2008) (Lukkarinen 2001). Fenomenologia on käynyt läpi useita kehitysvaiheita ja sillä on pitkä historia ja vakaa filosofinen tausta. Sen perustajana pidetään saksalaista Edmund Husserlia. (Lukkarinen 2001 s.117). Tässä työssä en esittele fenomenologian filosofista taustaa kuin pintapuolisesti tärkeimmiltä, omaan työhöni keskeisesti liittyviltä, osin.

Fenomenologian alle on kehittynyt erilaisia tutkimustraditioita ja analyysimenetelmiä, joissa kaikissa pääpaino on kokemuksissa ja kokemuksellisuudessa (Yeung 2005a s.90). Lukkarisen (2001 s.117–118) kuvailemana keskeisintä fenomenologiassa on ihmisen intentionaalisuus. Tämä merkitsee tietoisuutta. Yksilön tietoisuus on relationaalista eli suuntautuu johonkin kohteeseen. Husserlin ajatuksen mukaan tätä tietoisuutta voidaan

tutkia inhimillisen kokemuksen kautta. Tutkimus antaa tällöin tietoa siitä, miten ihminen jäsentää maailmaansa ja millaisia kokonaisuuksia eri asiat ihmisen mielessä muodostavat. (Lukkarinen 2001 s. 118)

Tietoisuuden käsitteeseen liittyy vahvasti fenomenologinen käsite reduktio. Reduktion tavoitteena on tuottaa paljastava ja jäsentynyt kuvaus osallistujien kokemuksista, eli tietoisuudesta. Reduktion ensimmäinen vaihe sisältää ennakko-oletusten sivuuttamisen. Aineistonkeruun aikana pyritään ”unohtamaan” jo kerätty tieto tutkittavasta aiheesta, eli tutkimuksen teoreettinen viitekehys. Reduktion toisessa vaiheessa kerätystä tutkimusaineistosta etsitään olennainen reflektoiden sekä mielikuvitusta ja intuitiota hyödyntäen. (Lukkarinen 20014 s.119)

Martin Heidegger toi fenomenologiseen perinteeseen hermeneutiikan ja eksistentialismin käsitteet (Lukkarinen 20014 s.119). Hermeneutiikalle keskeistä on tulkinta ja ymmärrys sen sijaan, että ilmiötä pyrittäisiin kuvaamaan suoraan ja puhtaasti (deskriptio) ilman tulkintaa. Keski-Luopa (2009 s.8-9) kuvailee eksistentialismia seuraavasti:

Eksistentialistisen näkemyksen mukaan ihmisyyttä ei ole ennalta määrätty, vaan jokainen ihminen on vapaa valitsemaan olemisen tapansa itse, mutta toisaalta on siihen myös pakotettu, koska jokainen ihminen on omiin henkilökohtaisiin lähtökohtiinsa sidottu.

Eksistentialismi sisältää situationalisuuden käsitteen. Se merkitsee, että ihmisen ajattelun olevan osa silloista elämäntilannettaan. (Lukkarinen 20014 s.119)(vrt. Sarvimäki & Stenbock-Hult 2009 s.15–16)

5.2 Tutkimuksen ihmiskäsitys

Fenomenologian käyttö tutkimusmenetelmänä edellyttää ihmiskäsityksen määrittelyä. Tutkimukseni kohteena on ihminen ja hänen kokemusmaailmansa. Tällöin oma tapani ymmärtää tutkimukseni kohde vaikuttaa merkittävästi tutkimukseen. Ihmisnäkemyksen määrittely lisää tutkimuksen luotettavuutta. (Utti 2008 s. 33) (Lukkarinen 2001 s.154–156)

Fenomenologian perusajatukseen kuuluu, että tutkijana ymmärrän tutkimukseeni osallistuvien kokemukset ainutkertaisia ja muuttuvina. Jokaisen yksilön kokemukset ovat aiempiin kokemuksiin ja nykyiseen elämäntilanteeseen liittyviä. Tutkimukseeni osallis-

tujat käsitän tavoitteellisina ja tiedollisina yksilöinä. IPA -menetelmä määrittelee ihmisen fyysiseksi, tajunnalliseksi (kognitiiviseksi) ja tunteelliseksi yksilöksi, joka käyttää kieltään tunteen ja ajatuksen ilmaisuun. Kielellinen ilmaisu ei kuitenkaan koskaan pysty täydellisesti välittämään tutkimukseen osallistujan tunnetilaa tai ajatuksia, joten tutkijana minun täytyy pyrkiä tulkitsemaan yksilön tunteita ja ajatuksia kielen avulla. (Smith & Osborn 2008 s.54)

Koska kuvailen doulia huolenpidon antajina, haluan täydentää opinnäytetyöni ihmiskäsitystä Sarvimäen ja Stenbock-Hultin määrittelemällä ihmiskäsityksellä, joka perustuu myös eksistentialismiin. Ymmärrän tutkimukseen osallistuvat haavoittuvina sekä osallisina ja suhteissa elävinä yksilöinä (Sarvimäki & Stenbock-Hult 2009 s.14–23). Haavoittuvuus on osa ihmisyyttä ja ihmisenä olemisen perusehto. Huolenpito on vastaus ihmisen haavoittuvuuteen. Tähän liittyen ihmisellä ei ole pelkästään itsekkäitä motiiveja, vaan myös aito tarve huolehtia muista. Haavoittuvuus tekee meistä kykeneviä aitoihin ihmissuhteisiin ja autenttiseen elämään. Tietoisuus omasta haavoittuvuudesta voi aiheuttaa ahdistusta ja muita negatiivisia tunteita, jolloin ihminen suojautuu eri tavoin, esimerkiksi roolia esittämällä tai välttelemällä aitoon ihmissuhteeseen antautumista. (Sarvimäki & Stenbock-Hult 2009 s.14–23)

Yksilön osallisuus ja suhteissa eläminen (Sarvimäki & Stenbock-Hult 2009 s.23) merkitsee, että ihminen on dialogissa maailman kanssa. Yksilö on suhteessa luontoon ja eläimiin, muihin ihmisiin, itseensä ja henkiseen maailmaan. Inhimillinen huolenpito ilmenee näissä kaikissa suhteissa ja hoitotyö, eli siis myös doulan asiakastaan kohtaan osoittama huolenpito, on osa inhimillistä maailmaa. Myös Yeung kuvailee motivaatiokäsityksessään (2005a s.87) ihmisen toimivan suhteessa ympäristöönsä, kuten myös Lukkarinen kuvaillessaan ihmistä situationaalisenä yksilönä (2001 s.119).

5.3 Tulkitseva fenomenologinen analyysimenetelmä

Fenomenologisen tulkitsevan analyysimenetelmän (*Interpretative Phenomenological Analysis, IPA*) ovat luoneet Jonathan A. Smith ja Mike Osborn (2008). IPA:ssa hyödynnetään tarkoituksenmukaisesti valituilta osallistujilta kerättyä aineistoa. Pyrkimys on tuottaa idiografista tietoa, eli ymmärtää tietyn ryhmän kokemuksia ja näille kokemuksil-

le annettuja merkityksiä. Aineiston keräämisessä ei pyritä saturaatioon, eli kylläisyyteen, koko ilmiön kohdalla vaan jokaisesta aineistosta tuotetaan mahdollisimman syvälinen analyysi. Aineistoa voidaan tulkita empaattisesti tai kyseenalaistavasti, eli yksilön kokemuksia pyritään ymmärtämään, mutta voidaan myös kysyä miksi tutkittava toimii niin kuin toimii ja mitä hän toiminnallaan pyrkii saavuttamaan. Menetelmän tavoitteena ei tarvitse olla teorianmuodostus. (Smith & Osborn 2008 s.57) Smith ja Osborne (2008) ovat määritelleet tarkat ja konkreettiset ohjeet. Tosin he mainitsevat, että he eivät voi määrittää yhtä oikeaa tapaa tehdä tutkimusta vaan ohjeet ovat sovellettavissa.

Analyysi etenee eri vaiheissa. Jokainen aineisto voidaan analysoida erikseen ja vasta lopussa etsiä yhteisiä teemoja. Smith ja Osborn suosittelevat aineistoksi haastatteluja. Haastattelumateriaali suositellaan litteroitavaksi kokonaisuudessaan, myös haastattelijan kysymysten osalta. Ensimmäisessä vaiheessa aineistosta etsitään mielenkiintoisia kohtia. Nämä merkitään aineiston vasempaan marginaaliin. Toisessa vaiheessa merkinnät muutetaan teemoiksi, jotka merkitään oikeaan marginaaliin. Näihin teemoihin tiivistyy tekstin olennainen sisältö. Kolmannessa vaiheessa teemat listataan erilliselle paperille tekstissä esiintyvään järjestykseen ja näiden välisiä yhteyksiä tarkastellaan. Jokaiselle teemalle annetaan tunnistenumero ja avainsanat, jotta teemojen järjestäminen helpottuu ja teema on mahdollista löytää myöhemminkin alkuperäisestä tekstistä. Alkuperäiseen tekstiin tulee palata useita kertoja analyysiprosessin aikana, jotta varmistutaan tutkijan tulkinnan vastaavan haastateltavan kokemusta. Neljännessä vaiheessa teemat taulukoidaan aiheittain ja nimetään sopivalla yläotsikolla, eli yläteemalla. Muiden haastattelujen analyysi voidaan aloittaa käyttäen tukena ensimmäisen analyysin teemoja, tai kokonaan alusta itsenäisenä analyysinä ilman tukiteemoja. Kummassakin tapauksessa tulee kiinnittää huomiota aineiston yhteneväisyyksiin ja eroavaisuuksiin. Kun kaikki aineistot on analysoitu, muodostetaan lopullinen taulukko yläteemoista ja teemoista. Tuloksista voidaan karsia otsikoita ja teemoja, joiden tutkija kokee ilmaantuvan aineistossa liian pinnallisina tai kuvaavan ilmiötä huonosti. Lopullisissa tuloksissa ei siis välttämättä esitetä kaikkia aineistosta esiin tulleita teemoja, vain ainoastaan ilmiötä parhaiten kuvaavat teemat. Lopuksi tulokset pyritään saamaan kertomuksen muotoon. (Smith & Osborne 2008 s. 68–76)

5.4 Puolistrukturoitu haastattelu aineistonkeruumenetelmänä

Harkittuani eri aineistonkeräysmenetelmiä koin haastattelun parhaaksi keinoksi saavuttaa doulien kokemuksia ja heidän niille antamiaan merkityksiä. Haastattelua suositellaan valitsemani aineiston analyysimenetelmän kuvauksessa (Smith & Osborn 2008 s.55) Harkitsin myös ryhmähaastatteluja, sähköpostihaastattelua ja aineistotriangulaatiota, eli aineiston keräämistä useista eri lähteistä, sillä Ensi- ja Turvakodin jäsenjärjestöjen doulia on haastateltu mm. muutamissa radio-ohjelmissa (Yle Areena 2013) ja Folkhälsan on julkaissut doulista kertovan kirjan (Doulaboken 2012), mutta totesin, että yksilöhaastatteluilla saan myös taustalla olevat, ei niin itsestään selvät, motiivit paremmin esille. Fenomenologisessa haastattelussa on hyvä olla luonnollinen ja keskustelunomainen tapahtuma, joka etenee haastateltavan ehdoilla (Smith & Osborn 2008 s.57–64). Päädyin käyttämään puolistrukturoitu haastattelua, joka antaa tilaa haastattelijan ja osallistujan vuoropuhelulle ja sitä kautta osallistujan kokemuksille ja omin sanoin kertomiselle. (Smith & Osborn 2008 s.57–64)

6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Teoreettisen viitekehyksen rakentamisen jälkeen pyrin fenomenologian periaatteiden mukaisesti tarkastelemaan yksilöiden kokemuksia vapaana ennakko-oletuksista. (Lukkarinen 2001 s.119).

6.1 Haastateltavien valinta

Ensi- ja turvakotien liiton eri jäsenjärjestöjen douliin sain yhteyden internetissä olevan suljetun sosiaalisen Facebook -ryhmän kautta. Ensi- ja turvakotien liiton projektikoordinaattori Jaana Wikgren, joka toimi myös opinnäytetyöni ohjaajana Ensi- ja turvakotien liiton puolesta, välitti ryhmän Facebook -sivulle tutkimusesitteen opinnäytetyöstä (Liite 1). Osallistujiksi haluavat doulat voivat ottaa suoraan yhteyttä minuun.

Osallistumiskriteereinä oli doulan osallistuminen Ensi- ja turvakotien liiton jäsenyhdistysten järjestämiin tapaamisiin yli puolen vuoden ajan niin, että tutkimukseen osallistujalla on ollut vähintään yksi tukisuhde. Pyrin tämän kriteerin avulla saamaan esiin aika-

perspektiivin motiivien osalta (Yeung 2005a s.87). Osallistumiskriteerinä oli myös riittävä suomen kielen taito niin, että osallistuja pystyy ilmaisemaan itseään sujuvasti suomen kielellä, jotta varmistetaan kokemuksen ilmaisun vaivattomuus ja tutkimuksen luotettavuus tältä osin. Haastateltavaksi ajattelin ottaa aluksi kolme doulaa Ensi- ja turvakotien suomenkielisistä ryhmistä ja harkita tämän jälkeen aineiston riittävyttä ja resurssejani lisähaastatteluihin. IPA - menetelmälle on tyypillistä hyvinkin pieni otanta ja Smith ja Osborn suosittelivat opinnäytetyön kaltaisiin tutkimuksiin kolmen haastattelun otantaa (2008 s.57).

6.2 Haastattelujen toteutuminen

Ensimmäisen viikon aikana minuun otti yhteyttä kaksi doulaa, joiden kanssa sovin haastatteluajan sähköpostitse. Yhteen doulaan otin itse yhteyttä tässä vaiheessa, koska hän oli aiemmin ilmaissut kiinnostuksensa osallistumiseen. Soitin kahdelle ennalta tuntemattomalle haastateltavalle ennen varsinaista haastattelua, jotta heillä olisi mahdollisuus tehdä kysymyksiä opinnäytetyöhön liittyen. Lähetin haastattelupohjan nähtäväksi, mutta muistutin että pääosassa on heidän oma kokemuksensa, eikä tarkoitus ole miettiä vastausta jokaiseen lomakkeen kohtaan. Näin halusin antaa haastateltaville mahdollisuuden miettiä historiaansa doulana jo ennen haastattelua. Ymmärsin myös tässä piilevän riskin, että osallistuja valmistelee vastauksia, joita haluan kuulla, mutta päätin kuitenkin antaa haastattelukysymykset etukäteen nähtäville.

En ehtinyt suorittaa koehaastattelua ajanpuutteen vuoksi. Haastattelurunkoni on samankaltainen kuin Uttin pro gradu -työssä (2008) ja toivoin haastattelurungon toimivan kohdallani yhtä hyvin. Kävin ennen haastatteluja läpi haastattelurungon vastaten itse kysymyksiin. Tein tämän perusteella vielä pieniä muutoksia, jotta haastattelu etenisi loogisesti doulatoimintaa silmällä pitäen.

Haastatteluilmapiiri oli kaikkien haastattelujen kohdalla hyvin rento. Kaksi kolmesta haastateltavasti oli minulle ennalta täysin tuntemattomia. Ennen haastattelua juttelimme kaikkien haastateltavien kanssa omista taustoistamme, ja haastattelun jälkeen jäimme vielä keskustelemaan eri aiheista. Taustatiedot keräsin ennen varsinaista haastattelua muistiinpanoiksi. Koin onnistuneeni luomaan mahdollisimman avoimen ja luottamuk-

sellisen haastatteluilmapiirin, kuten fenomenologiseen metodiin kuuluu (Lukkarinen 2001 s.126) (Smith & Osborn 2008 s. 63), koska haastateltavat kertoivat minulle myös hyvin luottamuksellisia ja henkilökohtaisia asioita.

Jokaisen haastattelun alussa pyysin haastateltavaa muistelemaan ryhtymistään doulaksi ja kertomaan miksi halusi ryhtyä synnytystukihenkilöksi. Käytin avoimia kysymyksiä, ja pyysin kuvailemaan millaista doulana toimiminen on ollut ja mitä se on haastateltavalle antanut eri vaiheissa toimintaa. Haastattelulomake toimi hyvin haastatteluissa. Otin tarvittaessa esille haastattelurungon teemoja, niin että keskustelumme käsittelisi varmasti kaikkia aikaperspektiivejä. Jokaisen haastattelun aikana koin saavani hyvän kuvan kunkin haastateltavan kokemuksista tutkimusaiheeseen liittyen. Tein varmentavia kysymyksiä, jos en ollut varma siitä mitä haastateltava todella tarkoittaa välttääkseni tekemästä tulkintoja omista lähtökohdistani käsin. Ajoittain tuntui, että keskustelut ajautuivat sivuraiteelle, mutta yllättäen nämä sivuraiteet usein johtivatkin uusiin asioihin tutkimuskysymyksiin liittyen.

6.3 Haastateltavat

Haastateltavista kaikki olivat naisia. Kaikki elivät parisuhteessa. Kaikilla oli omia lapsia. Työelämässä haastatteluhetkellä osallistujista oli kaksi, ja yksi opiskeli täysipäiväisesti. Kaikilla oli koulutuksena vähintään alempi korkeakoulututkinto. Osalla oli sosiaali- tai terveystieteiden koulutus.

Ensi - ja turvakotien liiton jäsenjärjestön doulatoiminnassa osallistujat olivat olleet mukana puolesta vuodesta yli viiteen vuoteen. Toimintaan mukaan lähtiessä kaksi haastateltavista oli ollut kotiäitinä ja yksi haastateltavista työelämässä. Tapaamisia eri doulatoimintaa järjestävillä järjestöillä oli neljä kertaa vuodessa tai kuukausittain. Tukisuhteita osallistujilla oli ollut alle viidestä tukisuhteesta jopa useaan kymmeneen. Moni tukisuhteista oli ollut haastavia, esimerkiksi maahanmuuttajia, jolloin yhteistä kieltä ei ollut, tai yksinäisiä äitejä vaikeissa elämäntilanteissa. Osalla on ollut myös puoliso, tai esimerkiksi toinenkin doulaa tukenaan. Kaksi osallistujista oli toiminut doulana myös toiminnan ulkopuolella, myös tällöin ilman taloudellista korvausta. Yksi tutkimukseen osallistujista aikoi jatkossa luopua doulan roolista henkilökohtaisista syistä johtuen ja

jatkaa toimintaan osallistumista muilla tavoin. Kaksi muuta suunnittelivat haastatteluhetkellä toiminnassa jatkamista entiseen tapaan. Yksi osallistujista oli aiemmin osallistunut myös toiseen doulatointia koskevaan tutkimukseen.

6.4 Analyysin kulku

Tutkimukseni aineisto muodostui kolmen vapaaehtoistoiminnan piirissä doulana toimivan yksilöhaastattelusta. Aloitin jokaisen haastattelun litteroinnin heti haastattelun jälkeen. Merkitsin litteroinneissa omat kommenttini ja kysymykseni nimikirjaimillani (MT) ja haastateltavan kommentit tunnuskirjaimella (H, V, E). Kirjasin tekstiin kaikki haastateltavien äänneet, esimerkiksi naurahdukset, sulkuihin tekstin sekaan. Tauot sanojen välissä merkitsin kolmella pisteellä [...]. Litteroitua tekstiä kertyi 32 sivua 5 cm marginaaleilla ja 1pt rivivälillä. Jätin harkinnan jälkeen litteroinnista pois merkityksetömäksi arvioimani pienet äänneet, kuten hymähdykset, joita itse tein hyvin paljon. Ne vaikeuttivat tekstin lukemista, koska olin hymähdellyt haastateltavan lauseiden väliin. Muuten, ja etenkin haastateltavien osalta, pyrin litteroimaan haastattelut sanatarkasti ja kokonaisuudessaan. Yhdessä haastattelussa keskustelu kuitenkin ajautui monta kertaa haastatteluaiheen ulkopuolelle. Useamman kuuntelukerran ja tarkan arvioinnin jälkeen jätin tällaiset kohdat litteroimatta, jos oli täysin selvää, ettei siitä ole haittaa aineistolle. Tarkistin vielä nauhalta analyysin jälkeen, ettei pois jätetyistä osissa ollut mitään aineistoa täydentävää.

Koin analysointiprosessin melko haastavana. Analysoin haastattelut yksitellen, mutta hyödynsin edellisestä analyysistä löytyneitä teemoja. Jokaisesta haastattelumateriaalista nousi selvästi esiin asioita, jotka liittyivät motiiveihin tai toiminnan antoisuuteen. Merkitsin ne sellaisenaan vasempaan marginaaliin. Seuraavalla lukukerralla merkitsin nämä ja kaikki uudet löytämäni asiat teemoiksi oikeaan marginaaliin. Kolmannella lukukerralla siirsin lainauksen tekstistä, alkuperäiset ilmaukset ja teemat taulukoiksi Microsoft Office Excel 2003 ohjelmistoon. Tässä vaiheessa jaoin antoisuutta kuvaavat teemat erillisen motiiveja kuvaavista, lähinnä haastateltavan käyttämiin ilmauksiin perustuen. Merkitsin taulukkoon jokaisen teeman kohdalle haastattelun sivunumeron ja rivin, jotta alkuperäiseen ilmaisuun olisi helppo palata (esimerkiksi sivu 2, rivi 15 merkittiin näin: 2.15). Nyt muodostin teemojen perusteella yläteemat. Analyysin suurin haaste oli ero-

tella mitkä esiin nousseista teemoista kuvasivat motiiveja ja mikä toiminnan antoisuutta. Motiivina toimintaan osallistumiselle saattoi olla esimerkiksi ”mukavat tapaamiset”, joka samana ilmaisuna on myös toiminnasta antoisuus, kun se toteutuu. Smith ja Osborn (2008, s.67–68) toteavatkin, että tässä vaiheessa kaikki riippuu tutkijan taidosta. Koin itseni prosessin alussa hyvin taitamattomaksi ja aihevalintani haasteelliseksi, koska analysoitavia asioita oli kaksi, joita oli vaikea erottaa toisistaan. Lisäksi kolme eri aikaperspektiiviä sotki analyysia. Jouduin vahvasti nojautumaan haastateltavien käyttämiin ilmaisuihin pohtiessani onko kyseessä motiivi vai antoisuus, mikä vei paljon aikaa. Päädyinkin löyhään jaotteluun, koska olen määritellyt toiminnan annin kattamaan sekä motiivit, että sen mitä toimintaa osallistujalle antaa.

Muodostin kustakin haastattelusta oman taulukon. Ensin kirjoitin teemat kronologiseen järjestykseen jokaisen aikaperspektiivin alle, motiivit ja toiminnan antoisuus erikseen. Kopioin taulukot uusille työkirjan sivuille. Lajittelin taulukoiden tiedot yläteemojen perusteella aakkosjärjestykseen. Tämän jälkeen tein jokaiselle aikaperspektiiville (menneisyys, nykyisyys, tulevaisuus) vielä uuden oman sivun, jonne keräsin kaikkien haastateltujen yläteemat ja teemat. Merkitsin tässä yhteydessä ylös kuhunkin yläteeman liittyvien teemojen lukumäärän tekstissä, vaikka Smith ja Osborn (2008 s. 72) korostavatkin, että ilmaisujen määrällä ei ole väliä. Sain näin yleiskuvan siitä, kuinka monta kertaa kunkin yläteeman osat esiintyivät tekstissä. Tässä vaiheessa poistin joitakin teemoja ja yläteemoja, joiden en kokenut sopivan kokonaiskuvaan (Smit & Osborn 2008 s.72 & s.74). En arastellut tehdä näin, koska koin alusta asti, että tavoitin jokaisen haastateltavan ajatusmaailman ja pääsin syvälle heidän kokemusmaailmaansa jo haastattelutilanteessa.

Nyt listasin kaikki motiiveja ja toiminnan antoisuutta kuvaavat yläteemat yhdelle sivulle omiin taulukoihinsa, jotta voisin tarkastella kokonaisuutta ja karsia päällekkäisyyksiä. Lopullisia motiiveja muodostui 18 ja toiminnan antoisuuden yläteemoja 13 kappaletta, joista kahdeksan oli samankaltaisia kuin motiiveissa. Tässä kohtaa poikkesin IPA:n neljästä analyysin perusvaiheesta ja vein analyysin vielä astetta ylemmäs (Smit & Osborn 2008 s. 75) ja loin yläteemojen perusteella vielä viisi kategoriaa: auttaminen, saaminen, tieto/kehitys, toiminta ja tuettavan hyvä. Hyödynsin näitä jäsentämään suurta määrää yläteemoja. Lopullisten tulosten auki kirjoitusta varten minulla oli nyt siis kolme eri taulukkoa käytössäni. Edellisen yhteenvetotaulukon lisäksi pystyin tarkastelemaan ku-

takin aikaperspektiiviä itsenäisenä kokonaisuutena (yläteemat ja teemat), sekä kunkin haastattelun kokonaisuutta (lainaus tekstistä, teema, yläteema) eri aikaperspektiiveissä. Tässä vaiheessa tulostin taulukot lopullista tulkintaa varten.

7 EETTINEN POHDINTA

Koko opinnäytetyöprosessin ajan pyrin noudattamaan Arcadassa yhteisesti sovittuja eettisiä tutkimuskäytäntöjä (God vetenskaplig praxis vid Arcada). Oppilaitokselta haettiin asianmukaiset tutkimusluvut, kun kyseessä oli ihminen tutkimuskohteena. Tutkimusta varten ei tarvittu erillistä tutkimuslupaa Ensi- ja turvakotien liitolta. Osallistujat tiesivät, että tutkimukseen osallistuminen oli vapaaehtoista. Heitä informoitiin asianmukaisesti ennen tutkimukseen osallistumista. Kiinnitin huomiota tutkimukseen osallistuvien yksilöllisyyden suojaamiseen ja tulosten muotoiluun, niin ettei tutkittaville aiheudu tutkimukseen osallistumisesta haittaa. Pyrin käyttämään luotettavaa lähdemateriaalia ja kunnioittamaan lähdemateriaalien sanomaa kuitenkin kopioimatta sisältöä sellaisenaan. Olen noudattanut tässä työssä lähdemateriaaliin viittaamisen osalta sovittuja sääntöjä.

Doulien rooliin synnyttäjän tukihenkilönä liittyy monia mielenkiintoisia eettisiä kysymyksiä. En kokenut tarpeelliseksi syventyä yleisiin eettisiin kysymyksiin doulan roolia koskien tässä työssä. Tutkimuskohteeni oli toinen ihminen. Minulla tutkijana oli suuri vastuu tulkitessani toisen ihmisen maailmaa omista lähtökohdistani käsin (Lukkarinen 2001 s. 125). Tämän vuoksi koin tärkeäksi määritellä oman paikkani suhteessa douliin. Kerroin tietoisesti haastateltaville toimivani itse vapaaehtoisena doulana. Tiedostin, että tutkimukseni tulos on riippuvainen omasta elämäkulustani ja aineiston tulkinnasta. Koin eettisen vastuuni suurena siltä osin, kuinka esitän tulokset valmiissa työssä. Koin tärkeäksi suojata haastateltavien yksityisyyttä. En henkilökohtaisesti kokenut omaa rooliani eettiseksi ongelmaksi vaan koin sen olevan tärkeä tieto luottamuksen syntymisen kannalta. Kuten mainitsin aiemmin, on fenomenologisen tutkimusmenetelmän käytössä tärkeää ennen kaikkea luottamuksen syntyminen. Aihetta en kokenut myöskään liian läheiseksi tai eettisesti ristiriitaiseksi, koska tutkimus ei kohdistunut omaan doulatointimaani.

8 TUTKIMUSTULOKSET

Tässä luvussa esitetään tutkimuksen empiiriset tulokset analyysiin perustuen. Tulokset ovat täysin aineistolähtöiset. Ensin esitellään tulokset koko aineistossa eli yleiskuva toiminnan annista (eli osallistumisen motiiveista ja toiminnan antoisuudesta) osallistujien kokemana ja tutkijan tulkitsemana. Tämän jälkeen esitellään motiivit eri aikaperspektiiveissä ja lopuksi osallistujien kokemuksia toiminnan antoisuudesta. Pohdinta -osiossa tarkastellaan tulosten yhteyttä tutkimuskysymyksiin, aiempiin tutkimuksiin ja tutkimukseen teoreettiseen viitekehykseen. Yhteenveto kaikista aikaperspektiiveistä on koottu taulukkomuotoon liitteeseen neljä (Liite 4). Tekstiin on sisällytetty lainauksia haastateltavien kertomuksista. Tarkennukset on merkitty hakasten ([]) sisään. Turhat täytesanat ja toistot, kuten ”niinku” ja ”että, että” on ajoittain korvattu kahdella katkoviivalla [--]. Haastateltavat tai haastattelut on johdonmukaisesti nimetty järjestysnumerolla sen mukaan missä järjestyksessä haastattelut on tehty.

8.1 Motiivit ja antoisuus koko aineistossa

Taulukko 1 ja Taulukko 2 antavat yleiskuvan doulatoimintaan liittyvistä motiiveista ja toiminnan antoisuudesta. Näihin liittyvät viisi motiivien kategoriaa avataan lyhyesti tässä kappaleessa. Osallistujien kokemukset toimintaan osallistumisen motiiveista jakautuivat viiteen kategoriaan: 1) auttaminen, 2) saaminen, 3) tieto/kehitys, 4) toiminta ja 5) tuettavan hyvä. Auttaminen kategoriana sisälsi motiiveja, jotka liittyivät haluun auttaa muita. Siihen sisältyi yläteemat: *Annettavaa muille omien kokemusten kautta, Oman osaamisen hyödyntäminen muiden hyväksi, Kokemus omasta synnytyksestä merkittävänä elämäntapahtumana, Muiden auttaminen ja Vapaaehtoistyö elämäntapana.*

Saaminen kategoriana sisälsi motiiveja, jotka sisälsivät ajatuksen osallistujien oman hyvinvoinnin edistämisestä. Tähän ryhmään kuului seuraavia motiiveja: *Doulatoiminta tärkeänä elämänsisältönä, Omaa aikaa ja Sosiaaliset kontaktit.* Tieto/kehitys kategoriana sisälsi motiiveja, jotka liittyivät uuden oppimiseen tai henkilökohtaiseen ja ammatilliseen kehittymiseen.

Taulukko 1. Vapaaehtoiseen doulatoimintaan osallistuvien kokemuksia osallistumisen motiiveista koko toimintaan osallistumisen ajalta

Kategoria	Yläteema
Auttaminen	Annettavaa muille omien kokemusten kautta
	Oman osaamisen hyödyntäminen muiden hyväksi
	Kokemus omasta synnytyksestä merkittävänä elämäntapahtumana
	Muiden auttaminen
	Vapaaehtoistyö elämäntapana
Saaminen	Doulatoiminta tärkeänä elämänsisältönä
	Omaa aikaa
	Sosiaaliset kontaktit
Tieto/kehitys	Uuden oppiminen / kehittyminen
Toiminta	Doulaidentiteetin vahvistaminen
	Halu kokea synnytystilanne
	Järjestön tuki
	Ohjaajien tuki tarvittaessa
	Sopiva vapaaehtoistyön muoto
Tuettavan hyvä	Odotusajan vaaliminen
	Synnyttäjän itseluottamuksen vahvistaminen
	Synnytyskokemuksen vaaliminen
	Varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen

Toiminta kategoriana muodostui motiiveista, jotka liittyivät doulatoiminnan erityispiirteisiin vapaaehtoistoiminnan muotona ja siihen, miksi osallistujat halusivat osallistua tukisuhteiden ohella myös doulatapaamisiin ja toimia nimenomaan Ensi- ja Turvakotien liiton jäsenjärjestöjen doulina. Tällaisia motiiveja olivat *Doulaidentiteetin vahvistaminen*, *Halu kokea synnytystilanne*, *Järjestön tuki*, *Ohjaajien tuki tarvittaessa* ja *Sopiva vapaaehtoistyön muoto*. Viides kategoria, tuettavan hyvä, muodostui motiiveista, jotka liittyivät jotenkin tuettavan hyvään. Tällaisia motiiveja olivat *Odotusajan vaaliminen*, *Synnyttäjän itseluottamuksen vahvistaminen*, *Synnytyskokemuksen vaaliminen* ja *Varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen*.

Toiminnan antoisuuden kokemuksista muodostui vastaavat viisi kategoriaa (Taulukko 2). Auttaminen kategoriana sisälsi osallistujien kokemuksen mahdollisuudesta hyödyntää omaa ammatti- tai muuta osaamistaan muiden hyväksi. Saaminen kuvasi osallistujien kokemusta siitä, mitä toiminta antoi heille henkilökohtaisella ja tunnetasolla. Se sisälsi useamman yläteeman: *Arvostus ja hyväksyntä*, *Kokemus hyödyksi olemisesta*, *Toiminnan sosiaalinen merkitys* ja *Tärkeä elämänsisältö*. Tieto/kehitys -kategoria sisälsi uuden oppimiseen ja henkilökohtaiseen kehittämiseen liittyviä kokemuksia. Toiminta -

kategoria kuvasi tässä yhteydessä niitä asioita, joita osallistujat kokivat saavansa doula-toiminnasta tukisuhteiden ulkopuolella (*Doulaidentiteetin vahvistuminen, Doulayhteisön tuki, Mahdollisuus vaikuttaa käytäntöihin ja Ohjaajien tuki tarvittaessa*) Tuettavan hyvä -kategoria kuvasi asioita, jotka osallistujat kokivat itselleen tärkeänä tukisuhteisiin liittyen ja toisen hyvän kautta. Tällaisia asioita olivat *Synnyttäjän itseluottamuksen vahvistuminen, Hyvä synnytyskokemus, Luottamuksen syntyminen*.

Taulukko 2. Vapaaehtoiseen doulatoimintaan osallistuvien kokemuksia toiminnan antoisuudesta koko toimintaan osallistumisen ajalta

Kategoria	Yläteema
Auttaminen	Oman osaamisen hyödyntäminen muiden hyväksi
Saaminen	Arvostus ja hyväksyntä
	Kokemus hyödyksi olemisesta
	Toiminnan sosiaalinen merkitys
	Tärkeä elämän sisältö
Tieto /kehitys	Uuden oppiminen/kehittyminen
Toiminta	Doulaidentiteetin vahvistuminen
	Doulayhteisön tuki
	Mahdollisuus vaikuttaa käytäntöihin
	Ohjaajien tuki tarvittaessa
Tuettavan hyvä	Hyvä synnytyskokemus
	Luottamuksen syntyminen
	Synnyttäjän itseluottamuksen vahvistuminen

8.2 Motiiveja vapaaehtoiseksi doulaksi ryhtymisen taustalla

Tässä luvussa avataan osallistujien kokemuksia omista motiiveistaan ryhtyä vapaaehtoiseksi doulaksi. Tähän aikaperspektiiviin liittyneitä motiiveja (yläteemoja ja teemoja) voi tarkastella taulukkomuodossa liitteessä neljä (Liite 4).

Kaikkien haastateltavien kohdalla pääsyyt toimintaan hakeutumiseen olivat halu auttaa muita ja tukea synnyttäjiä saamaan parempi synnytyskokemus. Muita haluttiin auttaa omien kokemusten pohjalta. Yksi vastaajista totesi auttamisesta näin:

”Ihmisen tehtävä on -- jollain tavalla... Siel vaik missä on ja niitten ihmisten kanssa ketä kohtaa, niin tehdä tätä elämää jotenkin siedettävämmäksi toinen toisille ja -- auttaa jos pystyy.”

Jokainen haastateltava koki lähteneensä mukaan toimintaan, koska synnyttäjien tukeminen ja synnytyskokemuksen vaaliminen oli heille tärkeää. Kaikki ilmaisivat omien synnytystensä olleen merkittäviä tapahtumia doulaksi hakeutumisen kannalta. Synnytys koettiin naisen elämässä hyvin merkitykselliseksi tapahtumaksi. He kokivat omien synnytystensä perusteella, että hyvin pienetkin asiat (kuten läsnäolo, synnytyskokemuksen jakaminen, sekä synnyttäjän toiveiden ajaminen ja toteuttaminen synnytyksen suhteen) voivat vaikuttaa hyvin paljon synnyttäjän kokemuksiin. Heidän mielestään lisätukea kaipaavien tulee sitä synnytykseen saada. Esimerkkejä haastatteluista:

"No kyllä se varmaan lähti siitä, että -- ne omat synnytykset oli niin -- hienoja kokemuksia. Et jotenki oli semmonen olo et niin pienillä asioilla mua saatettiin auttaa."

"Et jos -- joku kokee, että se tarvii sinne mukaan tukea syystä tai toisesta, niin tuli semmonen olo, että synnytys on niin -- merkittävä kokemus naisen elämässä, että jos -- joku kokee, et se tarvii siihen ulkopuolista apua, niin sit sen pitää sitä saada."

Kahdelle haastateltavista vapaaehtoistyö oli elämäntapa. Doulatoiminnan he kokivat olleen mm. kiinnostava ja heille luonnollinen vapaaehtoistyön muoto ja sopivan omaan elämäntilanteeseen lyhyiden tukisuhteiden vuoksi. Yhteisistä motiiveista huolimatta haastateltavien vastauksissa ilmeni myös eroja. Nämä erot johtuivat pääosin elämäntilanteesta ja persoonallisuuden piirteistä. Ensimmäinen haastateltavista koki tarvetta sosiaaliselle yhteisölle ja omaan harrastukseen. Synnytykset ja niihin liittyvät asiat olivat hänelle suuri mielenkiinnon kohde. Hän halusi myös päästä kokemaan ainutlaatuisen synnytystilanteen tukihenkilönä. Toisen kokemuksissa korostui ainoastaan vahvana halu olla muiden synnyttäjien tukena, ettei kenenkään tarvitsisi kokea odotusta tai synnytystä yksin. Kolmas haastateltava koki, että toimintaan mukaan lähteminen oli aluksi ollut melko itsekäs ajatus. Oman elämäntilanteen pohdintaan liittyen oli mukava päästä kuulemaan lisää synnytyksistä ja mahdollisesti kokemaan synnytystilanteen tukihenkilön silmin.

8.3 Vapaaehtoisena doulana toimimisen motiiveja nykyhetkessä

Tässä luvussa avataan osallistujien kokemuksia omista motiiveistaan osallistua vapaaehtoiseen doulatoimintaan nykyhetkessä. Tähän aikaperspektiiviin liittyneitä yläteemoja

voi tarkastella taulukkomuodossa liitteessä neljä (Liite 4). Kaksi motiivia sisältyi jokaisen kokemukseen: *Odotusajan vaaliminen* ja *Synnytyskokemuksen vaaliminen*.

Odotusajan vaaliminen merkitsi odotusajan aikaista tukea. Doulat näkivät tärkeänä sen, että odottajalla oli joku kulkemassa rinnalla ja jakamassa odotusta ja iloa vauvasta sekä kuuntelemassa murheita. Yksi doulista koki hyvin tärkeäksi sen, että odottajat kokevat, että joku on olemassa heitä varten koko odotusajan. Edelleen kaikille tärkeää oli synnytyskokemuksen vaaliminen, kuten toimintaan mukaan lähtiessäkin. Tärkeänä nähtiin aiempien asioiden lisäksi pelkojen lievittäminen. Kaikki kokivat oman roolinsa tärkeänä ja hyödyllisenä ja kokivat tärkeäksi edelleen jatkossa vastata synnyttäjien tuen tarpeeseen.

Myös tässä vaiheessa toimintaan osallistumisen taustalla oli yksilöllisiä syitä liittyen pääosin elämäntilanteeseen ja henkilökohtaisiin ominaisuuksiin. Ensimmäisessä haastattelussa nousi tärkeäksi motiiviksi intohimo doulana toimimista kohtaan. Doulana toimiminen ja itse toiminta oli hänelle tärkeä elämänsisältö. Hän koki tärkeäksi myös heikossa asemassa olevien tukemisen. Yksi motiiveista oli myös varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen:

"-- niin sit jotenki sitä niinku halua kuulostella, et minkälainen se suhde on siihen vauvaan. Ja tuoda esiin sitä vauvan näkökulmaa. Ja tukee sitä suhdetta. Et sekin kuuluu siihen doulana olemiseen."

Tälle vastaajalle merkityksellistä oli se, että taustalla on järjestö, joka vastaa toiminnasta ja johon myös synnyttäjä voi ottaa yhteyttä tarvittaessa.

" Mut mä oon ollu sitä mieltä, et [järjestön] doulana on kuitenkin niin paras olla. Se on mulle toisaalt tärkeätä, et on se [järjestö] siellä taustalla."

Toisessa haastattelussa korostui muista poiketen tärkeänä motiivina *Synnyttäjän itseluottamuksen vaaliminen*. Tärkein doulana toimimista ohjaava motiivi hänelle oli tuettavan hyvä synnytyskokemus. Ajatuksensa hän ilmaisikin näin:

"Mutta, siis... jokainen ansaitsee sen hyvän synnytyksen."

"Joo, mä oon sitä mieltä, että kukaan ei saa synnyttää yksin, tai kulkee sitä odotusta yksin."

Hän ilmaisi haluaan tukea perhettä jo odotusaikana niin vahvasti, että he pärjäisivät synnytyksessä ilman doulaa. Nyt kokeneena doulana hänen tavoitteenaan oli synnyttäjän itseluottamuksen vahvistuminen. Samaan yläteemaan sisältyi myös teemoina pelon lievittäminen ja tiedon antaminen.

Kolmas haastateltavista koki tässä vaiheessa järjestön taustatuen tärkeänä uskottavuutta tuovana tekijänä. Hänen kertomuksessaan korostui vahvasti *Muiden auttaminen* motiivina. Se tuntui haastateltavasta hänelle hyvin omalta ja tärkeältä asialta ja oli vahvistunut toimintaan osallistumisen aikana.

8.4 Vapaaehtoisena doulana jatkamisen motiiveja

Tässä luvussa avataan osallistujien kokemuksia omista motiiveistaan osallistua vapaaehtoiseen doulatoimintaan tulevaisuudessa. Kaikkia tähän aikaperspektiiviin liittyneitä yläteemoja voi tarkastella taulukkomuodossa liitteessä neljä (Liite 4). Kaikki haastateltavat aikoivat myös jatkossa osallistua toimintaan. Yksi haastateltavista oli kuitenkin lopettamassa tukisuhteet, mutta aikoi jatkaa kuitenkin doulatoiminnassa mukana.

Kaikkien kertomuksissa tulevaisuuden osallistumisen motiiveina aiemmin esiin otettujen motiivien taustalla ilmeni uuden oppiminen ja kehittyminen, sekä toiminnan sosiaalinen merkitys. Kaikki ilmaisivat halukkuutta osallistua doulailtoihin, joissa on mahdollisuus tavata läheisiksi tulleita ihmisiä, kuulla synnytyskertomuksia ja saada lisäkoulutusta. Jokainen koki, ja toivoi myös jatkossa saavansa doulatoiminnasta tukea ammatilliseen osaamiseen. Kahdelle pitkään toiminnassa mukana olleelle doulalle oman osaamisen hyödyntäminen nousi yhdeksi tärkeimmistä motiiveista osallistua toimintaan. Molemmat kokivat vahvasti, että heillä oli paljon osaamista, jota he tahtoivat hyödyntää muiden hyväksi.

Edelleen motiivit olivat myös hyvin yksilöllisiä johtuen pääosin haastateltavien elämäntilanteeseen ja henkilökohtaisista ominaisuuksista. Tässä vaiheessa ilmeni selvästi, että kaikille doulatoiminnasta oli tullut tärkeä elämänsisältö ja doulana toimimisesta omaa identiteettiä, mutta hiukan eri tavoin.

Ensimmäiselle haastateltavalle synnytyskokemuksen vaaliminen tuntui erittäin tärkeältä. Hän koki, että synnyttäjillä on nimenomaan oikeus lisätukeen:

"Mutta mä niinku ajattelen niin, et kaikilla pitäis olla mahdollisuus ja oikeus doulaan, jotka sellast tarvii ja haluaa."

Hänelle doulana toimiminen, synnyttäjän hyvä, doulatoiminta ja -ryhmä olivat henkilökohtaisella tasolla hyvin tärkeitä. Hän koki itselleen tärkeäksi voida tulevaisuudessa hyödyntää sekä omaa doulakokemustaan, että ammattikokemustaan sekä ryhmän että tuettavien hyväksi. Hän olisi valmis toimimaan nykyistä aktiivisemmin doulatoiminnassa ja sen kehittämisessä:

"Ja mä niinku antaisin tavallaan sille ryhmälle mielellään enemmän..."

Toinen haastateltavista oli päättänyt lopettaa tukisuhteiden ottamisen henkilökohtaisista syistä. Hän aikoi osallistua kuitenkin tapaamisiin. Hän halusi jatkaa mukana toiminnassa ja hyödyntää omaa osaamistaan ryhmän hyväksi. Hän koki voivansa lisätä kokemattomampien doulien tietoa, jakaa omaa ammattinäkemystään ryhmässä ja tukea muita toimimaan doulina. Hän toivoi itse saavansa toiminnasta rikkautta ammatilliseen osamiseen. Doulaidentiteetin hän koki pysyvän itsessään, vaikka hän ei nyt voinut tukisuhteita ottaa.

Kolmas haastateltavista koki, että hänellä olisi jatkossa annettavaa omien kokemustensa kautta (oma synnytyskokemus, odotuskokemus ja äitiys). Hän ei ollut vielä päässyt mukaan synnytyksiin, mutta oli toiminut tukisuhteissaan varadoulana toisen doulan kanssa. Keskustelussa tuli esiin oman doulaidentiteetin muodostuminen ja valmius ja halu ottaa enemmän vastuuta doulana:

"Mutta jotenkin mulla on silti sillee hirveen luotto itseeni tavallaan täs tilantees, mikä on mun persoonalle aika poikkeuksellista. -- mul on jotenki hirveen vahva luotto ja tieto -- Ja käsitys miten se toimis se homma."

Muiden auttaminen ilmeni hänen kertomuksessaan useilla tavoilla. Hän koki jatkossakin tärkeäksi odotusajan ja synnytyskokemuksen vaalimisen. Toiminnan kannalta tärkeää hänelle oli työnohjaus ohjaajien puolelta, eli doulatapaamiset.

8.5 Doulatoinnin antoisuus

Tässä luvussa avataan osallistujien kokemuksia doulatoinnin antoisuudesta. Kaikkia toiminnassa aloittamiseen ja nykyhetken liittyviä yläteemoja antoisuuden osalta voi tarkastella taulukkomuodossa liitteessä neljä (Liite 4). Kokemukset toiminnan annista vaihtelivat ajan kanssa, esimerkiksi oman persoonan, elämäntilanteen ja toiminnassa tapahtuneiden muutosten johdosta.

Kaikkien kokemuksia toiminnan antoisuudesta yhdisti alussa tunne doulayhteisön tuesta. Merkityksellistä oli pääosin mm. vertaistuki, synnytyskertomukset ja mukavat säännölliset tapaamiset. Yhdelle haastateltavalle ryhmä oli erittäin tärkeä ajatusten reflektointikanava sekä omien ajatusten että tukisuhteisiin liittyvien asioiden suhteen, sekä sosiaalisesti merkittävä yhteisö. Ryhmän ”me henki” ja tapaamisissa koettu luottamus ja hyväksyntä olivat hänelle henkilökohtaisesti tärkeitä kokemuksia. Hän koki toiminnan myös muita innostavammaksi ja nautti mahdollisuudesta jakaa poikkeuksellisen vahva kiinnostus synnytyksiin. Näin hän kuvaili ensiaikojen ajatuksia:

"Et se ryhmä on sellanen, -- et sä voit niinku tuoda siellä myös ne epävarmuudet esille. Ja sitte kertoo innoissas sen ekan doulakokemuksen ja muut niinku ottaa sen vastaan... Ja se ryhmä ottaa sen vastaan sillä lailla, -- et sä oon niinku ihan yks meistä niinku muutkin."

Myöhemmin kaikille tärkeimpänä esiin nousi uusien asioiden oppiminen ja oma henkilökohtainen kehitys. Toiminta tarjosi haasteita ja kehittymismahdollisuuksia, ja tilaisuuden pohtia omia elämänvalintoja. Koulutusteemat ja synnytyskertomukset lisäsivät osaamista doulana ja jokainen koki oman ammattiosaamisensa lisääntyneen tukisuhteiden ja toimintaan osallistumisen ansiosta.

Kaikki kokivat toiminnalla antavan elämään myös sosiaalista sisältöä ja tunteen hyödyksi olemisesta. Sosiaalinen sisältö muodostui mm. ihanista tukiperheistä ja mielenkiintoisiin ihmisiin tutustumisesta. Kaikille pitkä-aikaiset ihmissuhteet doulayhteisössä olivat tärkeitä. Pitkään doulana toimineiden kertomuksissa korostui tärkeänä kokemus siitä, että heidän hänen osaamistaan arvostettiin ryhmässä:

"Se on vähän niinku toinen perhe: Ne doulat ja vetäjät, mitkä nyt on ollu sen koko matkan..."

Kaikki osallistujat saivat mielihyvää perheiltä saadusta positiivisesta palautteesta ja siitä, että kokivat olevansa hyödyksi ja avuksi muille. Yksi doulista kuvaili palautteen saamista näin:

"... Se äiti laitto, että mun ja tän päädoulun... -- Et meistä oli tosi iso hyöty niinku kummastakin, vaikka en ollu siel synnytyksessä. Se kiitti kovasti ja sano, että ilman -- meitä olis ollu paljon rankempaa se synnytys... Sillä [perheiden palautteella] jaksaa jatkaa aika pitkälle"

Kaksi pitkään doulana toimineista kokivat antoisana synnyttäjän hyvän synnytyskokemuksen. He kokivat ylpeyttä, kun synnyttäjä pärjäsiikin ilman doulaa. Toinen kertoi erityisen hienoksi tunteeksi luottamuksen ja yhteyden syntymisen tukisuhteen kuluessa:

"... Et joskus alussa voi tuntuu, et mihin tää ihminen oikein tarvii doulaa. Mut sit jossain vaihees tulee se hetki kun se ilmasee sen, et hän tarvii... Niinku ihan tosi paljon!"

Jokainen ilmaisi, että toimintaan osallistuessa muodostui voimakas doulaidentiteetti, jota doulatapaamisiin osallistuminen vahvisti. Luottamus omiin taitoihin lisääntyi tukisuhteiden ja tapaamisiin osallistumisen myötä ja jokainen löysi oman tapansa toimia doulana. Mielekästä oli myös oman ammattiosaamisen hyödyntäminen tukisuhteissa. Kahdelle haastateltavista antoisaa oli ohjaajilta saatu tuki, jota he kokivat saavansa aina tarvittaessa itselleen sopivalla tavalla. Yksi olisi kaivannut tukea ja reflektointimahdollisuuksia enemmänkin.

9 POHDINTA

Tulevissa luvussa pyrin tiivistämään tulokset helposti ymmärrettäväksi kokonaisuudeksi. Reflektoin tulosten vastaavuutta tutkimuksen kysymyksenasettelujen kanssa, sekä tulosten suhdetta aiempaan tutkimustietoon. Tutkimuskysymykseni olivat seuraavanlaiset:

1. Millaisia motiiveja doulatoimintaan osallistumisen taustalla on doulien itsensä kuvailemana?
2. Miten motiivit muuttuvat doulatoimintaan osallistuessa?
3. Millaisia kokemuksia doulatoimintaan osallistujilla on toiminnan antoisuudesta?

9.1 Motiiveista doulatoimintaan osallistumisen taustalla

Toimintaan mukaan lähtemistä ohjasi jokaisen osalta vapaaehtoistyön muoto, omat synnytykset ja halu vaalia muiden synnytyskokemuksia omien kokemusten pohjalta. Auttaminen oli keskeistä. Itsekkäitäkin motiiveja ilmeni, mutta niiden taustalla oli esimerkiksi läsnäolo ja kokemuksen jakaminen, tai synnytys tukihenkilön silmin.

Nykyhetken keskiössä oli edelleen tuettavan hyvä. Haastateltavat halusivat synnytyskokemuksen ohella vaalia myös odotusaikaa. Muiden auttaminen oli kaikille edelleen tärkeää. Keskiössä oli nyt omien taitojen ja vahvuuksien hyödyntäminen tässä tehtävässä, ei niinkään omien kokemusten hyödyntäminen. Jokainen oli löytänyt oman tapansa toimia doulana. Doulana toimiminen oli tärkeä osa identiteettiä, etenkin jos toiminnassa oli oltu mukana useita vuosia.

Tulevaisuudessa doulat toivoivat voivansa kehittyvänsä doulina ja ihmisinä. Yksi doulista oli lopettamassa tukisuhteet, eikä synnyttäjän hyvä näin ohjannut hänen osallistumistaan muuta kuin välillisesti (muiden doulien auttaminen). Muiden doulien kertomuksissa painottui edelleen vahvimmin muiden auttaminen ja oman osaamisen hyödyntäminen muiden hyväksi, sekä äidin odotus- ja synnytyskokemuksen vaaliminen. Kaikki toivoivat oppivansa uutta ja kehittyvänsä toimintaan osallistuessaan. Pitkään mukana olleet toivoivat voivansa hyödyntää omaa saamistaan koko ryhmän hyväksi ja olivat valmiita sitoutumaan toimintaan tälläkin tavoin.

Mielestäni edellä oleva yhteen veto yhdessä taulukon yksi (Taulukko 1) kanssa vastaa ensimmäiseen tutkimuskysymykseen: millaisia motiiveja doulatoimintaan osallistumisen taustalla on doulien itsensä kuvailemana? Motiiveja on monenlaisia ja ne painottuvat eri lailla eri yksilöiden kokemuksissa. Yhteneväisyyksiä löytyi silti paljon ja muiden auttaminen oli keskeistä ja vahvistui entisestään toimintaan osallistuessa. Keskeistä oli myös kyseisen vapaaehtoistoiminnan muoto, synnyttäjän tukeminen. Yeung (2005 s.87 & s.92) ja Utti (2008) ovatkin todenneet omien motiivitutkimustensa yhteydessä, että motiivit ja sitoutuminen liittyvät vahvasti yhteen. Aineistoni perustella voidaan havaita tämä sama ilmiö. Osallistujien motiiveita täytyy tarkastella laajalla näkökulmalla ja nii-

den täytyy ymmärtää olevan vahvasti yhteydessä toimintaan sitoutumiseen ja mielestäni myös doulaidentiteetin muodostumiseen.

9.2 Motiivien muutos doulatoimintaan osallistuessa

Toinen tutkimuskysymykseni käsitteli motiivien muutosta: miten motiivit muuttuvat doulatoimintaan osallistuessa? Keskeistä motiivien muutoksessa oli doulaidentiteetin muotoutuminen ja haastateltavan kehittyminen doulana, sekä toiminnan henkilökohtainen merkitys osallistujalle. Alussa haastateltavat kokivat haluavansa hyödyntää omia kokemuksiaan toisten hyväksi, mutta kun toiminnassa oli oltu mukana jonkin aikaa, korostui kokemusten sijaan oman osaamisen hyödyntäminen. Kun tukisuhteita oli jo ollut ja tapaamisiin oli osallistuttu pidempään oli jokaiselle kokemuksensa mukaan muodostunut doulaidentiteetti. Tätä kautta muodostui oma tapa toimia doulana ja vahva luottamus omiin taitoihin synnyttäjän tukihenkilönä.

Koko osallistumisen aikana motiivien painopiste oli tuettavan synnytyskokemuksessa. Kun osaaminen lisääntyi, alkoi tämän ohella odotusajan tukeminen ja synnyttäjän itsetuottamuksen lisääminen korostua haastateltavien kertomuksissa. Pitkään doulana toimineiden kokemuksissa tulevaisuuden osalta korostui mahdollisuus käyttää omaa osaamistaan myös ryhmän hyväksi. Toimintaan oli sitouduttu vahvasti henkilökohtaisella tasolla. Alun kiinnostus oli osalla muodostunut intohimoksi ja toiminnan merkitys omassa elämässä oli hyvin suuri. Doulatoiminta itsessään (tapaamiset ja toiminnan luonne) oli jokaisella alussa vahva motiivi olla mukana toiminnassa, mutta sen merkitys oli hyvin erilainen erilaisille yksilöille. Tapaamisilta kaivattiin eri asioita. Ryhmän tuen ja synnytystarinoiden merkitys väheni osalle haastateltavista siinä vaiheessa, kun doulaidentiteetti ja oma toimintatapa oli muodostunut. Tässä vaiheessa alkoivat sen sijaan korostua jo muodostuneet henkilökohtaiset sosiaaliset suhteet. Mielestäni edellä oleva tiivistelmä ja tulokset kokonaisuudessaan vastaavat toiseen tutkimuskysymykseeni.

9.3 Toiminnan antoisuus

Kolmas tutkimuskysymykseni käsitteli doulatoiminnan antoisuutta: millaisia kokemuksia doulatoimintaan osallistujilla on toiminnan antoisuudesta? Doulatoiminnan antoi-

suus vaihteli hyvin paljon kunkin doulan henkilökohtaisista toiveista riippuen. Joillekin toiminnan sosiaalinen anti, ohjaajien saatavilla olo ja kokemus hyväksytyksi ja arvostetuksi tulemisesta oli paljon tärkeämpää kuin toisille. Jotkut olivat palavasti kiinnostuneita kehittymisestä doulana, kun taas toiset luottivat nykyiseen osaamiseensa ja uuden oppiminen painottui oman ammattiosaamisen kehittymiseen doulatoiminnan kautta. Kaikilla oli toimintaan tunneside, kuten myös jokaiseen tukisuhteeseen. Doulatoiminnan merkitys elämänsisältönä suuri ja doulana toimiminen osa jokaisen identiteettiä. Yksi vastaajista kertoikin osuvasti doulaidentiteetistä:

"Tää menee aika silleen ihon alle tää doulahomma ja vaikuttaa -- identiteettiin ja kaikkeen mun mielestä niinku positiivisella tavalla. Ja, -- et vaikka sitä ei oo niinku lähtenyt hakemaan, kun on lähtenyt mukaan tähän toimintaan, -- se on semmonen yks mikä muodostuu tärkeeks täs matkan varrella."

Tulosten ja tämän yhteenvedon perusteella koen löytäneeni vastaukset tutkimuskysymyksiini. Seuraavassa luvussa reflektoin tuloksia aikaisempiin tutkimuksiin ja teoreettiseen viitekehukseen.

9.4 Tulosten reflektointi

Havaitsin, että motiiveja oli mahdotonta analysoida irrallaan toiminnan merkityksestä, antoisuudesta, doulaidentiteetistä ja toimintaan sitoutumisesta. Tämän havaitseminen ei välttämättä kuitenkaan ole tulosten kannalta huono asia. Hannu Sorri kuvaa artikkelissaan (Sorri 2005 s.131) Gisela Jakobin ajatuksia vapaaehtoisuudesta osana elämäkerrallisia prosesseja. Motiivin laaja-alainen määrittely on hänen mielestään tarpeen, jotta se ei jää irralliseksi ja vaille yhteyttä tutkittavan elämäntilanteeseen. Jakobin näkemyksen mukaan vapaaehtoisuutta ei tulisi nähdä sisäisenä yllykkeenä, vaan tuloksena, jonka elämänhistorian kokemukset ovat tuoneet mukanaan. Tämä ajatus tukee tulkintaani tuloksista.

Kaikkien doulien kertomuksissa omasta roolistaan ja omista tavoitteistaan ja motiiveistaan nousivat vahvana esiin doulatoimintaa koskevassa vapaaehtoistoiminnan tehtävänkuvauksessa mainitut asiat. (Vapaaehtoistoiminnan tehtävänkuvaus) (von Koskull 2013). Anneli Sarvimäen ja Bettina Stenbock-Hultin (2009 s.24-28) määritelmä hyvästä huolenpidosta toteutui doulien kertomuksissa. Jokainen kuvasi tukisuhteita kahden ih-

misen välisenä suhteena, jossa he haluavat synnyttäjälle hyvää tämän ehdoilla ja elämäntilanteen mukaan. Jokainen doula oli valmis käyttämään voimavarojaan tukisuhteen eteen, ajoittain jopa oman perheensä ja jaksamisensa kustannuksella. Tukisuhteet olivat usein vastavuoroisia, ja doula koki saavansa suhteista myös itse.

Määritellesäni opinnäytetyöni ihmiskäsitystä mainitsin yksilön haavoittuvuuden yhtenä inhimillisenä piirteenä. (Sarvimäki & Stenbock-Hult 2009 s.14–23) Aineistostani ilmenee, että toimintaan osallistumiseen liittyi ajoittain myös negatiivisia tunteita jolloin puolustusmekanismit aktivoituivat. Tällöin esimerkiksi tapaamisiin meneminen aiheutti stressiä hyvän mielen sijaan. Jokainen haastateltavista kertoi negatiivisia asioita toimintaan liittyen, mutta yksilöllisistä ominaisuuksista ratkaisivat miten tunteiden kanssa toimittiin ja millaisiin ratkaisuihin osallistuja päätyi.

Hannu Sorri kuvailee artikkelissaan (2005 s.138–139) vapaaehtoisuutta, jolla on suhde elämänhistorian käännteisiin ja jonka sisältönä on henkisen tuen antaminen. Tulosten perusteella voisin ajatella doulatoiminnan kuuluvan tähän kategoriaan. Omat synnytykset olivat johtaneet elämänarvojen uudelleen arviointiin. Doulat kokivat tarvetta auttaa muita samassa tilanteessa olevia ryhtymällä doulaksi. Sorrin (2005 s.138–198) mukaan tällaisessa vapaaehtoistoiminnassa erityispiirteenä on se, että toimija kokee tekevänsä jotakin merkittävää toiselle ihmiselle henkilökohtaisen kokemuksen tasolla. Osallistujien kokemukset vastaavatkin vahvasti tätä ajatusta esimerkiksi teemoilla odotusajan jakaminen ja iloitseminen vauvasta yhdessä äidin kanssa. Tähän liittyi myös keskusteluissa ilmennyt halu toimia doulana nimenomaan vapaaehtoistoiminnan kautta.

Sorrin (2005 s.138–198) näkemyksen mukaan tällainen vapaaehtoistoiminnan muoto on hyvin erityislaatuinen. Henkilökohtainen kosketus aiheeseen on niin merkittävä, että ilman sitä koko vapaaehtoisuus saattaisi kadottaa oman mielekkyytensä. Vapaaehtoisuus tukee oman identiteetin vahvistumisesta ja itsensä toteuttamisesta. Vaikka toiminta voi ulkopuolisesta vaikuttaa myös hyvin raskaalta, kokee vapaaehtoistoimija tulevansa jopa onnelliseksi toimiessaan tehtävässä. Tämä voitaisiin tulkita hyödyn tavoitteluksi ja hendonismiksi, mutta pikemminkin on kysymys elämänarvojen ja onnellisuuden uudesta määrittelystä. Eli onnellisuus ei löydy itsekeskeisyydestä vaan kokemuksesta jonkin asian jakamisesta toisten kanssa ja lämmöstä, jonka hän vapaaehtoistoimija kokee itsen-

sä ja autettavan välisessä suhteessa. Sama onnentunne voi tulla myös toiminnasta vapaaehtoisuhteisön hyväksi. (Sorri 2005 s.138–139)

Kaikki haastateltavat kokivatkin poikkeuksetta, että doulatoinnasta oli tullut merkityksellisempää, kuin he olisivat ikinä osanneet kuvitella mukaan lähtiessään. Doulan roolista oli tullut merkityksellinen osa omaa identiteettiä. Kaikille oli merkityksellistä myös tuettavalta saatu palaute ja ammattiosaamisen hyödyntäminen tuettavan hyväksi. Vaikka yksi doulista oli päätyneet luopumaan tukisuhteiden ottamisesta tulevaisuudessa, toivoivat kaikki pitkään toiminnassa mukana olleet voivansa jatkossa hyödyntää omaa ammattiosaamistaan ja doulakokemustaan toiminnan ja ryhmän muiden jäsenten hyväksi. Molemmat olivat valmiita antamaan omaa aikaansa ja panosta toiminnan parantamiseen ja molemmille oli tärkeää omalle osaamiselle annettu tunnustus ja arvostus. Toimintaa järjestävän tahon tulisikin ymmärtää toiminnan syvä merkitys siihen osallistujille.

Merkityksellistä Sorrin kuvauksessa (2005 s.138–198) kyseisessä vapaaehtoistoiminnan muodossa oman tutkimukseni tulosten kannalta on myös se, että vapaaehtoinen lähestyy toista oman kokemuksensa näkökulmasta, pystyy tunnustamaan oman heikkoutensa sekä kohtaamaan haavoittuneen ihmisen avoimesti. (2005 s.138–139). Haastatteluissa nousi esiin doulien kokemuksia omasta riittämättömyyden tunteesta tuettavien vaikeiden elämäntilanteiden edessä. Doulat olivat oppineet hyväksymään sen, että heidän kykynsä auttaa on rajallinen. Omia kokemuksia pyrittiin hyödyntämään tuettavan odotuksen, synnytyksen ja vanhemmuuden tukemisessa. Doulat kuvasivat pyrkimystä avoimeen lämpimään suhteeseen tukisuhteissaan - kanssakulkemiseen - jossa luottamus, avoin keskusteluyhteys ja pelkojen esiin tuominen olivat tärkeitä. Luottamuksen syntyminen ja oman osaamisen hyödyntäminen esimerkiksi pelkojen lievittämisessä antoi doulille itselleenkin.

10 TUTKIMUKSEN ARVIOINTI

Tässä osiossa tarkastelen tutkimukseni luotettavuutta fenomenologisten luotettavuuskriteereiden mukaisesti. Toisessa luvussa arvioin tutkimustani kriittisesti. Tutkimukseni

tekoon ja aiheeseen liittyviä eettisiä näkökohtia käsittelemällä omassa luvussaan ennen tulosten esittelyä.

10.1 Luotettavuuden arviointi

Tutkimuksen luotettavuutta arvioidessa on tarkoitus määritellä, kuinka totuudenmukaisesti tietoa tutkimus on tuottanut. Laadullisten tutkimusten luotettavuuskriteereille ei ole yksiselitteisiä kriteereitä, koska tämän tyyppiset tutkimukset perustuvat tutkijan määrittelemään todellisuuteen (ontologia) ja tietoon (epistemologia). (Kylmä 2003 s.613) Lukkarisen (2001) mukaan laadullisen tutkimuksen luotettavuuskriteereitä ei voida sellaisenaan soveltaa fenomenologisessa tutkimuksessa, vaan on aiheellista arvioida tutkimusprosessin aineistolähtöisyyttä, tutkimusprosessin johdonmukaisuutta ja kontekstisidonnaisuutta, tavoiteltavan tiedon laatua, tutkimusprosessin reflektointia sekä tutkijan vastuullisuutta ja subjektiivisuutta. (Lukkarinen 2001 s.154)

Aineistolähtöisyys tarkoittaa sitä, että tutkimusaineisto on keskeisimmässä asemassa koko tutkimusprosessissa (Lukkarinen 2001 s.154). Olen pyrkinyt asettamaan aineiston, eli haastateltavien subjektiivisen tiedon, tärkeimpään asemaan tutkimuksessani. Pyrin haastatteluissa ja niiden analysoinnissa jättämään kaikki ennakkooajatukset syrjään, ja vasta lopussa arvioimaan sopivatko haastateltavien kokemukset siihen tietoon, jota olin saanut aiemmista tutkimuksista.

Tutkimusprosessin johdonmukaisuus tarkoittaa, että tutkittavan ilmiön ja aineiston hankinnan, teoreettisten lähtökohtien, analyysimenetelmän ja raportointitavan välillä vallitsee havaittava logiikka, eli johdonmukaisuus. (Lukkarinen 2001 s.155) Valitsemani teoreettiset lähtökohdat korostivat eri yksilöiden ajatusten, valintojen ja kokemusten ainutlaatuisuutta ja motiivien moninaisuutta. Lukkarisen mukaan tutkijan ja haastateltavien luottamukselliset suhteet lisäävät myös tutkimuksen luotettavuutta (2001 s.155). Koin haastateltavien tuntevan luottamusta, koska keskustelimme haastatteluiden yhteydessä myös hyvin henkilökohtaisista asioista. He avasivat minulle avoimesti henkilökohtaisia kokemusmaailmaansa. Pyrin myös tarkoituksellisesti tekemään haastattelut rauhallisessa paikassa, jossa läheisen ja avoimen ilmapiirin luominen oli mahdollista.

Tutkimusprosessin kontekstisidonnaisuuden (Lukkarinen 2001 s.155) ja siirrettävyyden arvioinnin (Kylmä et al. 2003 s.613) suhteen pyrin lisäämään luotettavuutta tekemällä yksilöhaastatteluja, jotta muiden doulana toimivien sanomiset eivät vaikuttaisi haastateltavien ajatuksiin. Pyrin näin saavuttamaan tutkimustilanteesta irtonaisen, haastateltavan ainutkertaista, koettua maailmaa vastaavan tutkimustuloksen. Tutkimustulokseni on kuitenkin sinänsä sidonnainen kontekstiin, että se kertoo vain näiden tiettyjen yksilöiden kokemuksista ja on sidoksissa doulatoimintaan, eikä tutkimustuloksia voida näin siirtää toisiin olosuhteisiin. Pyrin kuitenkin antamaan riittävät taustatiedot osallistujista ja heidän elämäntilanteistaan.

Tavoiteltavan tiedon laatu merkitsee opinnäytetyöni yhteydessä ihmiskäsitykseen liittyvää, persoonakohtaista ja käsitteellistä yleistä tietoa (Lukkarinen 2001 s.156). Määrittelin tutkimuksessani ihmiskäsityksen ja tavoitin mielestäni hyvin persoonakohtaisen tiedon, eli jokaisen haastateltavan kokemusmaailman ilmaisut. Onnistuin luomaan kolmesta haastattelusta käsitteiden verkoston, joka on yleistä tietoa osallistujien kokemuksista. Tuottamani tiedon yleisyys rajoittuu tiettyyn vapaaehtoistoimintaan, ja tiettyjen henkilöiden kokemusmaailmoihin tässä hetkessä. Koen kuitenkin saavuttaneeni tavoittelemani tiedon laadun, eli käsityksen tähän toimintaa liittyvistä kokemuksista ja osallistujien niille antamistaan merkityksistä.

Tutkimusprosessin aikana olen pyrkinyt jatkuvasti reflektoimaan (Lukkarinen 2001 s.156) (Kylmä et al. 2003 s.613) oman taustani vaikutusta tutkimukseen. Olen pohtinut ja avannut tekemiäni valintoja. Olen pyrkinyt perustelevaan lukijalle kaiken, jotta jokainen valinta hahmottuisi mahdollisimman helposti ja olisi perusteltu. Tein ajatuksistani merkintöjä muistikirjaan, josta minun oli myöhemmin mahdollista seurata ajatusten kulkua ja tutkimuksen lähtökohtien hahmottumista.

Vastuullisuuden ja subjektiivisuuden (Lukkarinen 2001 s.157) suhteen pyrin koko tutkimuksen ajan pitämään omat kokemukseni erillään tutkimuksestani. Toimin mielestäni vastuullisesti. Omien kokemusteni koin lisäävän tutkimukseni luotettavuutta. Pystyin nostamaan haastatteluissa keskusteluun asioita, joita en olisi osannut nostaa esille, jos minulla ei olisi tätä tietoa doulatoiminnasta. Pyrin jatkuvasti varmistamaan lisäkysymyksillä, että olen ymmärtänyt haastateltavan kokemuksen oikein. Kielivalinta oli luo-

tettavuuden kannalta merkityksellinen, sillä Ensi- ja turvakotien liitolta toivottiin suomenkielistä opinnäytetyötä luotettavuuden lisäämiseksi, sillä useimmat doulat ovat äidinkieleltään suomenkielisiä.

10.2 Kriittinen arviointi

Koen onnistuneeni hyvin opinnäytetyössäni. Tavoitteena oli kuvata doulatoiminnan antia, eli synnyttäjän vapaaehtoisena tukihenkilönä toimivien kokemuksia toiminnan antoisuudesta ja syitä, eli motiiveja, toimintaan osallistumisen taustalla nyt ja toimintaan mukaan lähtiessä, sekä toiveita tulevaisuuden suhteen. Koin aiheen hiukan liian laajana ja motiivit ja toiminnan annin niin monisyisinä käsitteinä, jotka ovat sidoksissa niin moneen asiaan, että tulosten yksiselitteinen esittäminen tuntui mahdottomalta. Tulokset ovatkin oma subjektiivinen tulkintani osallistujien kokemuksista ja joku muu voisi saada samalla lähdemateriaalilla hyvin erilaiset tulokset (Lukkarienen 2001 s.125) Fenomenologiassa tosin pyritään kuvaamaan ilmiöitä, ei selittämään niitä (Yeung 2005a s.90) Yeung toteaa myös, että motiivit ovat erittäin vaativa tutkimusalue (2005a s.83).

Tutkimuksen taustan, teoreettisen viitekehyksen ja ihmiskäsityksen rakentaminen olivat työläitä prosesseja, eikä epätoivon hetkiltä vältytty. Yksi kerrallaan palaset kuitenkin asettuivat kohdalleen. Koen nyt työn valmistuttua onnistuneeni löytämään onnistuneen teoreettisen viitekehyksen, jota olisi ollut mahdollista myös syventää paljon. Laadullista tutkimusta koskeva lähdemateriaali perusteleo mielestäni hyvin laadullisen tutkimusotteen. Fenomenologia sopi hyvin opinnäytetyöni lähestymistavaksi. Onnistuin myös peilaamaan tuloksia aiempiin tutkimuksiin. Suureksi haasteeksi kirjoitusprosessissa muodostui tekstimäärän rajoittaminen. Työ on edelleen liian pitkä opinnäytetyöksi. Silti valmiista tekstistä ei ehkä välity kuinka paljon taustatyötä opinnäytetyö vaati.

Haastattelut olivat hyvä valinta aineiston keräämiseksi. Haastattelutekniikkani ei ollut paras mahdollinen, koska keskustelut ajautuivat ajoittain kauas aiheesta ja litteroitavaa materiaalia kertyi paljon. Olin haastattelijana ensimmäisessä haastattelussa liian aktiivinen, mikä vaikeutti litterointia. Pyrin liiaksi tarkentamaan kysymyksiäni, usein tarpeettomasti. Haastateltavien määrä valikoitui opinnäytetyön yleisten tavoitteiden, omien ressurssieni ja analyysimenetelmän mukaisesti. Olisin halunnut tehdä syvällisempää ja laa-

jempaa tutkimusta, mutta koska kysymys on ainoastaan 15 opintopisteen opinnäytetyöstä, ei laajemman materiaalin käyttäminen ollut mahdollista.

Tutkimukseen osallistujia informoitiin asianmukaisesti ennen tutkimusta. Olin valmistellut osallistujia varten myös tutkimussuostumuksen, jonka kuitenkin unohdin antaa allekirjoitettavaksi ennen kahta ensimmäistä haastattelua jännityksestä johtuen. En kokenut tarpeelliseksi pyytää suostumusta jälkikäteen enkä pyytää sitä myöskään ennen kolmatta haastattelua, koska olin antanut saman informaation sekä suullisesti puhelimitse että ennen haastattelua. Kaikki osallistujat olivat myös nähneet kirjallisen tutkimusesitteen (Liite 1) Facebook -ryhmässä. Tutkimus on myös anonymisoitu, eli haastateltavien henkilöllisyydet eivät tule tutkimuksessa tule ilmi, joten perusteita erilliselle tutkimussuostumukselle ei ole (Tutkimusaineistojen tiedonhallinnan käsikirja).

Haastateltavat sopivat mielestäni tutkimukseen hyvin. He täyttivät haastateltaville asetamani kriteerit. Yhtä haastateltavaa pyysin haastateltavaksi omien kontaktieni kautta, koska ajattelin hänen soveltuvan hyvin tutkimukseeni ja täydentävän materiaalia sopivalla tavalla. Emme olleet tavanneet useampaan vuoteen. Emme myöskään koskaan aiemmin olleet keskustelleet hänen kanssaan hänen kokemuksistaan doulatoiminnasta, joten en kokenut tuttavuuttamme ongelmalliseksi tutkimuksen eettisyyden kannalta. En voinut työssäni kertoa haastateltavien tarkka ikähaitaria heidän toivomuksestaan. Haastateltavat olivat hyvin erityyppisiä haastateltavina, mutta jokaisen kokemuksista muodostui rikas aineisto. Puolen vuoden kriteeri toiminnassa mukana olemiselle oli mielestäni hiukan lyhyt. Nykyhetken ja toiminnassa aloituksen välille ei näin tullut suurta eroa ajallisesti, minkä koin vaikuttavan tuloksiin. Noin vuosi olisi mahdollisesti ollut parempi mukanaoloaika.

Analyysimetodi oli mielestäni tähän yhteyteen sopiva, kun aineisto määrä oli pakko pitää pienenä. Selkeää ohjeistusta oli helppo seurata. Kysymyksessä oli menetelmä, jonka tarkoituksena on syväanalyysi (Smith & Osborn 2008). Analysointia, tulosten tulkintaa ja auki kertomista vaikeutti kolme eri aikaperspektiiviä ja motiivin ja toiminnan antoisuuden tiukka yhteensulautuminen. Aihe oli opinnäytetyön kannalta ehkä liian laaja. En kokenut saavuttaneeni rajallisista resursseista johtuen niin syvää analyysia kuin olisin toivonut.

Opinnäytetyöprojektin alkuvaiheessa olin hiukan epävarma siitä, onko tästä aiheesta perusteltua tehdä tutkimusta opinnäytetyön muodossa. Ensi- ja turvakotien liiton puolelta sain selkeän viestin aiheen tärkeydestä. Samaan aikaan oman projektini kanssa Ensi- ja turvakotien liitolla on ollut myös muita aihetta käsitteleviä opinnäytetyöprojekteja vireillä. Lähteet osoittivat mielestäni myös vapaaehtoistoimintaan annin tutkimuksen merkityksen. Nyt työn valmistuttua koen sillä olevan tarkoitus ja tehtävä doulatoiminnan kehittämisessä.

Doulatoiminnan kaltaisen vapaaehtoistoiminnan kohdalla on aiheellista tuoda esiin elämän tyydytystä ja rikkautta tuottavaa näkökulmaa ja vapaaehtoisten oman äänen kuuntelemisen tärkeys. Toiminnan järjestäjän tulisi hyväksyä osallistujien oikeus käyttää toimintaa oman elämänsä hyvinvoinnin tukemisessa (Sorri 2005 s.138–139). Yhdyn Sorrin näkemykseen erityisesti doulatoiminnan kohdalla, sillä kysymys on erittäin erityislaatuista vapaaehtoistoiminnan muodosta, jossa osallistujat ovat tunnetasolla sitoutuneita toimintaan ja toiminnalla on heille suuri henkilökohtainen merkitys. Sorri (2005 s.138–139) rohkaisee ottamaan tämän näkökulman huomioon vapaaehtoisten rekrytoinnissa ja koulutuksessa. Yhdyn myös tässä Sorrin näkemykseen opinnäytetyöni, sekä omien kokemusteni pohjalta. Toivonkin tämän opinnäytetyön tuovan esiin osallistujien kokemuksen ja antavan työkaluja suomalaisen doulatoiminnan kehittämiseen, jotta doulatoiminta voi jatkossa yhä paremmin tarjota elämän tyydytystä ja rikkautta myös siihen osallistujille. Sorri (2005 s.138–139) mainitsee tärkeänä tutkimuskohteena sen millä tavoin tämän tyyppinen vapaaehtoisuus tulee yksilön omaksi voiman ja merkityksen lähteeksi. Tämä voisikin olla hyvä opinnäytetyön tai pro gradun aihe jatkossa.

Suuremmalla aineistolla olisi mielenkiintoista tarkastella miten doulaidentiteetti syntyy ja onko prosessi yhteneväisyyksiä samaan aikaan vapaaehtoistoiminnassa aloittaneiden välillä. Sen muodostumisessa on mielestäni oman aineistoni perusteella selkeitä vaiheita. Myös doulan tehtävään liittyvät eettiset kysymykset ja doulan toiminnassa ilmenevät arvot olisivat mielenkiintoinen tutkimusaihe.

LÄHDELUETTELO

- Campbell-Voytal, K., Fry McComish, J., Visger J.M., Rowland, C.A., Kelleher, J., Postpartum doula: motivations and perceptions of practice, *Midwifery*, 2011, 27, 6, s. 214-21, Elsevier Ltd, Scotland Saatavana <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21055853> Viitattu 11.12.2013
- Chacón, F., Vecina, M. L., Dávila, M. C., 2007, The three-stage model of volunteers duration of service, Social behavior and personality, Society for Personality Research (Inc.), 35(5), s. 627-242
- Dona International [internetsivu], <http://www.dona.org/>
- Doula* [internetsivu], Ensi- ja turvakotien liitto http://www.ensijaturvakotienliitto.fi/jasenyhdistykset/oulun_ensija_turvakotiry/alavalikko/baby-blues/doula-synnytystukihenkilotoimint/
- Doula - stödperson vid förlossning* [internetsivu], Folkhälsan, 2013, <http://folkhalsan.fi/doula>
- Doulaboken*, Folkhälsan, 2012, Saatavana: <http://www.fram.fi/flipbooks/166/> Viitattu 3.2.2014
- Finkelstein, M., Penner, L. & Brannick, M. 2005, Motive, role identity, and prosocial personality as predictors of volunteer activity, *Social behaviour and personality*, Society for Personality Reserch (Inc.), 33(4), s. 403-418
- Finkelstein, M. 2008, Volunteer satisfaction and volunteer action: A funktional approach, *Social Behaviour and Personality*, Society for Personality research (Inc.), 36 (1), s. 9-18
- God vetenskaplig praxis vid Arcada, Arcada, Saatavana: http://studieguide.arcada.fi/webfm_send/510 Viitattu 20.3.2014
- Hemminki, E., Virta, AL., Koponen, P., Malin, M., Kojo-Austin, H. & Tuimala, R. 1992, "Tukihenkilö synnytyksessä : suomalainen tutkimus", *Kättilölehti - Tidskrift för barnmorskor*, vol. 97, no. 1, pp. 4-6.
- Henttonen, T. & Keinänen, T. 2012, *Kansalaistoiminta Ensi- ja turvakotien liitossa, Kansalaistoiminnan kyselyn tuloksia 2011*, Työpapereita 1/2012, Ensi- ja turvakotien liitto ry, Helsinki, Saatavana: http://www.e-julkaisu.fi/ensija_turvakotien_liitto/kansalaistoiminnan_tyopaperi/ Viitattu 17.1.2014
- Hodnett Ellen, D., Gates, S., Hofmeyr, G.J. & Sakala, C. 2012, *Continuous support for women during childbirth*, John Wiley & Sons, Ltd. Saatavana <http://childbirthconnection.org/pdfs/CochraneDatabaseSystRev.pdf> Viitattu: 3.1.2014

- Interpretative Phenomenological Analysis [internetsivu], Birbeck University of London, 2011, Saatavana: <http://www.ipa.bbk.ac.uk/> Viitattu 14.1.2014
- Janhonen, S. & Latvala, E. 2001, Hoitaminen sosiaalisessa yhteydessään: Grounded theory -tutkimusmetodologia, Teoksessa *Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä*, Janhonen, S & Nikkonen, M. (toim.), Werner Söderström Osakeyhtiö, s.165–207
- Janhonen, S. & Nikkonen, M. 2001, Johdanto: Laadullinen metodologia hoitotieteellisen tiedon tuottamisessa, Teoksessa *Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä*, Janhonen, S & Nikkonen, M. (toim.), Werner Söderström Osakeyhtiö, s.7-20
- Keski-Luopa, L. 2009, Kohti kokonaisvaltaista ihmiskäsitystä - Minä filosofiasta dialogiseen filosofiaan, *Psykoterapia*, 28(4), ss. 277–298
- Klaus, M.H., Kennell, J.H., Klaus, P.H. 2002 *The Doula Book - How a Trained Labor Companion Can Help You Have a Shorter, Easier, and Healthier Birth*, 2nd edition, Da Capo Press 243 s.
- Kylmä, J., Vehviläinen-Julkunen, K. & Lähdevirta, J. 2003, Laadullinen terveystutkimus - mitä, miten ja miksi?, *Duodecim*, 119, s. 609–15
- Lukkarinen, H. 2001, Ihmisten kokemukset hoitotieteellisenä tutkimusilmionä: Fenomenologinen lähestymistapa. Teoksessa *Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä*, Janhonen, S & Nikkonen, M. (toim.), Werner Söderström Osakeyhtiö, s.116–164
- Lundgren, I. 2010, Swedish women's experiences of doula support during childbirth, *Midwifery*, vol. 26, nro. 2, ss. 173-180. Saatavana: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0266613808000533> Viitattu 2.12.2013
- Nikkonen, M., Janhonen, S. & Juntunen, A. 2001, Hoitokulttuurin tutkimuksesta: Etnografia hoitotieteellisessä tutkimuksessa, Teoksessa *Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä*, Janhonen, S & Nikkonen, M. (toim.), Werner Söderström Osakeyhtiö, s.44–80
- Nylund, M. & Yeung, A.B. 2005, Vapaaehtoisuuden anti, arvot ja osallisuus murroksessa, Teoksessa *Vapaaehtoistoiminta - Anti, arvot ja osallisuus*, Nylund, M., & Yeung, A.B. (toim), Vastapaino, Tampere, s.13–38
- Pascali-Bonaro, D. & Kroeger, M. 2004, Continuous Female Companionship During Childbirth: A Crucial Resource in Times of Stress or Calm, *Journal of Midwifery & Women's Health*, Jul-Aug;49(4 suppl 1), s. 19-27 Saatavana: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1016/j.jmwh.2004.04.017/full> Viitattu: 24.3.2013
- RefWorks [Internetsivua], <http://www.refworks.com/>

- Sarvimäki, A. & Stenbock-Hult, B. 2008, *Omvårdnadens etik, Sjuksköterskan och det moraliska rummet*, Liber AB, 187 s.
- Sarvimäki, A. & Stenbock-Hult, B. 2009, *Hoitotyön etiikka*, Edita Publishing, 200 s.
- Sillankorva, J. 2000, *Vaikea synnytyksenhoitotilanne - analyysi synnyttäjään ja tukihenkilöön liittyvistä tekijöistä*, Turun yliopisto.
- Smith, J.A. & Osborn, M. 2008, Interpretative Phenomenological analysis. Teoksessa Smith, J.A. (toim.), *Qualitative Psychology. A Practical Guide to Research Methods*, 2. painos, Sage Publications, s. 53-80 Saatavana: <http://research.familymed.ubc.ca/research-resources/> ja http://books.google.fi/books?id=D5xHYpXVDaAC&printsec=frontcover&hl=fi&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false Viitattu 11.2.2013
- Sorri, Hannu. 2005, Elämän käänneet, Arvojen ja identiteetin muutokset, Teoksessa *Vapaaehtoistoiminta - Anti, arvot ja osallisuus*, Nylund, M. & Yeung, A.B. (toim.), Vastapaino, Tampere, s. 126-140
- Thomassen, P., Lundwall, M., Wiger, E., Wollin, L. & Uvnäs-Moberg, K. 2003, Doula - ett nytt begrepp inom förlossningsvården, *Läkartidningen*, Nr 51-52, Volym 100, s.4268-4271 Saatavana: <http://ww2.lakartidningen.se/old/index.php?di=0351&ar=-1> Viitattu 18.1.2014
- Tutkimusaineistojen tiedonhallinnan käsikirja*, Tampere : Yhteiskuntatieteellinen tietarkisto, Saatavana: <http://www.fsd.uta.fi/tiedonhallinta> Viitattu 13.1.2014
- Utti, E-J. 2008, *Vapaaehtoistyöntekijän sitoutuminen lastensuojelun tukihenkilötoiminnassa*, Helsingin yliopisto, Valtiotieteellinen tiedekunta, Sosiaalipsykologia, Pro gradu -tutkielma, 117 s. Saatavana: <http://www.kansalaisareena.fi/index.php?sivu=tutkimus#artikkelit> Viitattu 2.12.2013
- Vapaaehtoistoiminnan tehtäväkuvaus*. Ensi- ja turvakotien liitto.
- von Koskull, M. 2013, *Doulans och doulakoordinatorns uppgiftsbeskrivning*, utkast 6.4.2013. Folkhälsan
- Yeung, A.B.. 2005a, Tutkimustyökaluja vapaaehtoisuuden mysteerin. Teoksessa *Vapaaehtoistoiminta - Anti, arvot ja osallisuus*, Nylund, M., & Yeung, A.B. (toim), Vastapaino, Tampere, s. 83–103
- Yle Areena, 2013. YLE, Radio, Saatavana: <http://areena.yle.fi/?q=doula&media=audio> , Hakusana: doula, viitattu 2.2.2014

LIITTEET

LIITE 1: Tutkimusesite

HYVÄ DOULA

Olen hoitoalan opiskelija ammattikorkeakoulu Arcadasta. Teen opinnäytetyötä vapaaehtoisten doulien kokemuksista doulatoimintaan osallistumisesta. Tutkimuksessani pyrin kuvaamaan doulatoiminnan antia ja osallistumisen motiiveja doulien omasta näkökulmasta. Tutkimus kohdistuu järjestöjen koordinoimaan vapaaehtoistoimintaan. Tutkimuksen tavoitteena on kehittää doulatoimintaa. Olen itsekin toiminut Folkhälsanin vapaaehtoisena doulana vuodesta 2011 asti.

Voisitko osallistua tutkimukseeni? Etsin 2-4 vapaaehtoista doulaa haastateltavaksi helmi-maaliskuun 2014 aikana. Osallistumiskriteerit:

- Olet ollut mukana Ensi- ja turvakotien liiton jäsenyhdistyksen doulatoiminnassa yli puoli vuotta ja sinulla on ollut vähintään yksi asiakasperhe.
- Ilmaiset itseäsi sujuvasti suomeksi.
- Voin haastatella sinua Helsingissä tai korkeintaan n. tunnin matkan päässä Helsingistä esim. Hämeenlinnassa, Lahdessa, Hyvinkäällä tms.

Mikäli olet halukas kertomaan minulle omista kokemuksistasi doulana, ota minuun yhteyttä mahdollisimman pian. Yhteystietoni löydät esitteen lopusta. Olen erittäin kiitollinen osallistumisestasi tutkimukseen. Tutkimus suoritetaan haastattelututkimuksena. Haastattelussa otan esille erilaisia teemoja esimerkiksi doulaksi ryhtymiseen ja tukihenkilönä toimimiseen liittyen. Haastattelu kestää arvioilta n. 60-120min ja nauhoitetaan. Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista ja osallistujalla on mahdollisuus milloin tahansa ilmoittaa tutkimuksesta vetäytymisestä. Tutkimus on täysin luottamuksellinen. Haastattelu kirjataan tekstitiedostoksi ja siinä yhteydessä haastateltavien ja haastatteluissa esille tulleiden muiden henkilöiden nimet muutetaan. Tarvittaessa muutetaan tai poistetaan myös paikkatietoja ja muita yksityiskohtia. Haastateltavien yhteystiedot ja äänitallenteet hävitetään. Mikäli Sinulle ilmenee kysyttävää tutkimuksesta, vastaan mielelläni tiedusteluihin.

Ystävällisin terveisin,
Maria Tirkkonen
- yhteystiedot -

Tutkimukseni ohjaajina toimivat:
Pernilla Stenbäck, hoitotyön lehtori
- yhteystiedot -

Ensi- ja turvakotien liiton projektikoordinaattori Jaana Wikgren
- yhteystiedot -

LIITE 2: Haastattelurunko

TAUSTATIEDOT (vapaaehtoisia tietoja)

(sukupuoli)

syntymävuosi

perhesuhteet

koulutus (hoitoalalla/ ei hoitoalalla)

ammatti (hoitoalalla / ei hoitoalalla)

Koska aloittanut vapaaehtoisena doulana

Kuinka montaa synnyttäjää tukenut vapaaehtoisena doulana

Onko toiminut doulana myös vapaaehtoistoiminnan ulkopuolella

1. RYHTYMINEN DOULAKSI

Muistele ryhtymistäsi doulaksi...

Miksi halusit ryhtyä tukihenkilöksi?

Millainen kuva tuolloin doulatoiminnasta?

(Elämäntilanne tuolloin, Elämäkokemukset, -käännekohtat, vaikutukset doulaksi ryhtymiseen, ihanteiden ja arvojen vaikutus, omat henkilökohtaiset ominaisuudet)

Odotukset tukihenkilötoiminnasta / tuettavasta synnyttäjästä / doula-synnyttäjäsuhteesta

2. DOULATOIMINTA

Mistä sai tietoa

Aiempi tieto tai kokemukset Ensi- ja turvakotien liiton toiminnasta

Vastaavuus odotusten kanssa /mahdolliset hankaluudet

2. TUKIHENKILÖNÄ TOIMIMINEN

Kuvaile millaista on toimia doulana?

(Miten kokenut / millaisia tunteita herättää Toiminnan anti, Vapaaehtoistyön merkitys, Tukisuhteen merkitys itselle, Merkitys tuettavalle / auttaminen /auttamisen merkitys, Ihanteet ja arvot, Vaikutus tuettavan elämään, Eteen tulleet haastavat tilanteet)

Sitoutuminen / motiivit, näiden muutos

Muutokset itsessä / maailmankuvassa / elämäntilanteissa / ihmissuhteissa toimintaan osallistumisen myötä

3. TULEVAISUUS

Tulevaisuus doulana (millaisena näet)

Jatkaminen tukihenkilönä / mitkä tekijät vaikuttavat, sitoutuneisuus

Tavoitteet itselle tukihenkilönä

LIITE 3: Ruotsinkielinen tiivistelmä / Svenskt sammandrag

Svensk rubrik: Stöd åt föderskan – deltagarnas upplevelser av frivillig doula verksamhet

Ämnet för mitt examensarbete är deltagarnas upplevelser av frivillig doula verksamhet. Studien strävar efter att beskriva deltagarnas erfarenheter över sina individuella motiv till att engagera sig i frivillig doula verksamhet samt vad de upplever sig att få tillbaka av sitt engagemang. Studien strävar också efter att beskriva hur motiven ändras under deltagandet i verksamheten. Studien är gjord i samarbete med Förbundet för mödra- och skyddshem och handledd av Jaana Wikgren från förbundets sida. Resultatet används till att utveckla doula verksamhet som ordnas av medlemsorganisationer till Förbundet för mödra- och skyddshem. Jag blev intresserad av att göra mitt slutarbete av detta ämne när jag själv deltog i Folkhälsans doula verksamhet. Jag märkte att mitt ursprungliga motiv att delta i verksamheten ändrades efter att jag hade varit med en tid. Få forskningar tar i beaktande doulornas synvinkel i sin roll (Campbell-Voytal et al. 2011).

På 1970 -talet introducerades termen *doula* som betyder en stödperson för föderskan. Ursprungligen kommer ordet doula från grekiska och betyder ”en kvinna som sköter om en annan kvinna”. (Thomassen et.al. 2003 s.4268) Doulans roll och betydelsen av den ständiga närvaron i förlossningen har forskats omfattande (Hodnett et.al. 2012) (Pascali-Bonaro et.al 2004 s. 19).

I Finland erbjuder både Folkhälsan och medlemsorganisationer till Förbundet för mödra- och skyddshem stöd för gravida kvinnor och familjer i form av doula verksamhet . Den här stödformen erbjuds utanför det offentliga hälsovårdssystemet (Vapaaehtoistoinnin tehtävänkuvaukset) (von Koskull 2013). Tjänsten baserar sig på frivilligverksamhet vilket innebär att individer som deltar i verksamheten gör detta utan lön och av frivilja och att nyttan riktas mot främmande människor och verksamheten är organiserad (Strategi för frivilligverksamhet)(Henttonen, T. & Keinänen 2012). Den frivilliga doulan fungerar främst som stöd, informationskälla och medvandrare under graviditeten, förlossningen och barnsängstiden. Doulan gör inga medicinska bedömningar eller vård-

handlingar, fungerar inte som terapeut eller fattar några beslut för mamman eller hennes familj. (Vapaaehtoistoiminnan tehtävänkuvauus) (von Koskull 2013).

Doula verksamhet innebär skolning och regelbundna träffar för dem som är intresserade av att fungera som doulor. (Vapaaehtoistoiminnan tehtävänkuvauus) (von Koskull 2013). Som doula kan man fungera också utan någon bakgrundsorganisation (Klaus et al. 2002 s.3-12)

Doula verksamhetens syfte är att erbjuda stöd till väntande mammor och meningsfull och intressant sysselsättning åt dem som deltar i verksamheten (Vapaaehtoistoiminnan tehtävänkuvauus) (von Koskull 2013). Att förstå varför man vill engagera sig i frivillig verksamhet och varför man väljer att fortsätta i verksamheten är viktigt för att kunna planera och utveckla frivillig verksamhet och hålla deltagarna motiverade (Yeung 2005a s.83).

I samband med frivillig verksamhet har bakomliggande motiv undersökts omfattande. Också bland annat frivilligas identitet, engagemang i verksamheten samt frivillig verksamhetens betydelse har varit mycket forskade ämnen. Man har traditionellt använt kvantitativa metoder. (Finkelstein et al. 2005)(Finkelstein 2008)(Chacón et al. 2007) De bakomliggande motiven, engagemang i verksamheten och andra företeelser i samband med frivillig verksamhet upplevs vara mycket komplicerade och starkt bundna till varandra (Nylund & Yeung 2005 s. 16). Att försöka förklara endast en av dem oberoende andra uppfattas som mycket krävande, om inte omöjligt enligt Nylund och Yeung (2005 s.16). De anser att kvalitativa metoder är mera lämpliga för forskning inom frivillig verksamhet. De anser också att man skall ha deltagarnas individuella upplevelser i centrum. (Yeung 2005a &2005b)(Utti 2008). I studien söks svar till följande frågor:

- Hurdana motiv ligger bakom deltagandet i frivillig doula verksamhet ur deltagarnas synvinkel?
- Hur ändras motiven under doula verksamhetstiden?
- Vad ger engagemanget i doula verksamhet till deltagarna?

Som teoretisk referensram i mitt arbete fungerar Anne B. Yeungs motivsyn (2005a s.87 & 98) och begreppet av den goda omsorgen enligt Sarvimäki och Stenbock-Hult (2008 s.22-27). Yeung anser att man skall beakta motivelement i tre tidsperspektiv: det förflutna, nutid och framtid. Yeung konstaterar också att deltagarna inte kan svara entydigt på frågan: ” Varför deltar du frivillig verksamhet?”. Hon anser att motiven bildas i växelverkan med människans omgivning och flera motiv kan ligga bakom deltagandet utan att utesluta varandra. (Yeung 2005a s.87-97)

Sarvimäki och Stenbock-Hult (2008 s.22-27) anser att omsorgen är ett svar på människans sårbarhet. Enligt dem innebär den goda omsorgen både att känna omsorg om (care about) och att göra någonting för (care for) en annan. Den goda omsorgen bildar en del av den teoretiska referensramen i detta arbete. I mitt arbete utgår jag ifrån att doulans handlingar mot den gravida kvinnan är uttryck av den goda omsorgen som innebär att doulan både känner omsorg för kvinnan och gör någonting för denna (Sarvimäki & Stenbock-Hult 2009 s.24-26). Bakom doulans akt finns individuella orsaker, dvs. motiv, för denna akt. Motiven kan ändras med tiden och är resultat av människans växelverkan med sin omgivning (Yeung 2005a s.87 & 98) (Sarvimäki & Stenbock-Hult 2009 s.14-23)(Smith&Osborn 2008 s.54).

Detta examensarbete är en kvalitativ studie med fenomenologisk ansats. Grunden till valet av den kvalitativa metoden är Marianne Nylunds och Anne B. Yeungs resoneringar över att deltagarnas upplevelser är mycket värdefulla när man är intresserad av motiven i samband med frivilligverksamhet. (Nylund & Yeung 2005 s.22)(Yeung 2005a s.89) Som analysmetod har valts en hermeneutisk fenomenologisk analysmetod (Interpretative Phenomenological analysis)(Smith & Osborn 2008) Enligt fenomenologins tradition har jag närmat mig forskningsfrågorna fri från teoretiska förhandsuppfattningar (Yeung 2005a s.90).

I samband med användning av den fenomenologiska metoden skall man definiera sin människosyn (Utti 2008 s. 33) (Lukkarinen 2001 s.154–156). Människosynen i mitt examensarbete baserar sig på den existencialistiska människosynen. Enligt den har människan en individuell upplevelsevärld som är bunden till människans bakgrund och nuvarande livssituation (Keski-Luopa 2009 s.8-9). Användning av den hermeneutiska ana-

lysmetoden (Interpretative Phenomenological analysis) förutsätter att människan ses som en kognitiv, språklig och emotionell individ (Smith&Osborn 2008 s.54). Människosynen kompletteras med den människosynen som Anneli Sarvimäki och Bettina Stenbock-Hult beskriver i sin bok om omvårdnadens etik. Människosynen som de beskriver baserar sig också på den existentialistiska filosofin och definierar människan bland annat som sårbar, delaktig och relationell. (Sarvimäki & Stenbock-Hult 2009 s.14-23)(Sarvimäki & Stenbock-Hult 2008 s.22-27)

I centrum i detta examensarbete är deltagarnas egna upplevelser. Studien har genomförts med semistrukturerade intervjuer av tre doulor, som är aktiva inom frivillig doula verksamhet i någon av medlemsorganisationer till Förbundet för mödra- och skyddshem. Doulor som deltog i studien uppfyllde följande kriterier: doulan hade varit aktiv inom doula verksamheten över sex månader, hade haft minst ett stödförhållande och kunde uttrycka sig på finska på ett tillförlidligt sätt. Doulorna kontaktades via ett slutet forum på Facebook där informations om examensarbetet publiceras i form av forskningsbroschyr av arbetets handledare från Förbundet för mödra- och skyddshems sida. De doulor som önskade sig att fungera som informanter kontaktade mig direkt. En av informanterna kontaktades direkt via personliga kontakter. Före deltagandet fick informanterna muntligt och skriftligt information om forskningen och deltagandet (Tutkimusaineistojen tiedonhallinnan käsikirja). Intervjuerna bandades. För att antalet informanter var så få och antagandet var att det kommer fram sensitivt material i intervjuerna användes inga namn i intervjuerna och bakgrundsinformationen fingerades så att deltagarnas identiteter förblev skyddade (Tutkimusaineistojen tiedonhallinnan käsikirja). Intervjuerna renskrevs i sin helhet och de ursprungliga bandningarna raderades. I analysen utnyttjades IPA -metoden (Interpretative Phenomenological Analysis) som är en hermeneutisk analysmetod med vilken man strävar efter att förstå individernas upplevelser. Analysen utfördes i fyra steg enligt IPA -metoden (Smith & Osborn 2008). Databehandlingen gjordes med Microsoft Office Excel 2003 program.

Under hela forskningsprocessen uppföljdes de forskningsetiska reglerna som jag som Arcada studerande har som plikt att följa (God vetenskaplig praxis vid Arcada).

Deltagarnas upplevelser över sina motiv bildade fem överkategorier. Dessa var: att hjälpa, att få, verksamheten, att lära sig/utveckling, den andras väl. "Att hjälpa" - kategorin bestod av motiv som beskrev viljan att hjälpa andra. "Att få" -kategorin bestod av motiv som var bundna till deltagarnas egen välmående. "Verksamheten" som kategori bestod av motiv som var bundna till själva verksamheten och dess specialdrag som frivillig verksamhet samt till organisationen. I kategorin "att lära sig/utveckling" ingick motiv som bestod av viljan att lära sig något nytt eller utvecklas som person. Den femte kategorin "den andras väl" bestod av motiv som beskrev viljan att göra gånget för föderskan och påverka hennes upplevelser över sin graviditetstid, förlossning eller barnsängstid. Dessa kategorier tillsammans med resultatet nedan bildar svaret till den första forskningsfrågan: hurdana motiv ligger bakom deltagandet i frivillig doula verksamhet ur deltagarnas synvinkel?

Resultaten visade att alla deltagare upplevde sig ha flera bakomliggande motiv till att engagera sig i den frivilliga doula verksamheten. Egen förlossning hade varit betydelsefull för alla. Detta var en av orsakerna varför de valde sig att bli frivilliga doulor. I början var de mest betydelsefulla motiv bakom deltagandet i frivillig doula verksamhet viljan att hjälpa andra och hjälpa till födande kvinnor att få en bättre förlossningsupplevelse. Frivillig verksamhet hade alltid varit en viktig del av del flestas liv och doula verksamheten verkade som passlig form av frivillig verksamhet i den livssituationen de var i. Det fanns också en del individuella motiv som t.ex. behov av ett socialt nätverk.

I samband med nutida motiv kom det fram ett nytt motiv: viljan att göra gånget för den gravida kvinnan. Stöd under förlossningen var fortfarande viktigt, men det blev lika viktigt för doulorna i det här skedet att finnas till som stöd redan under graviditeten och försöka stöda den gravida kvinnans självförtroende. I stället för att använda sina egna upplevelser som stöd i detta upplevde alla att de hade kunnande som de ville utnyttja för den andras väl. Alla informanter upplevde sig att ha en stark identitet som doula och sitt eget sätt att finnas till som stöd. Det var fortfarande viktigt för alla att hjälpa andra. Doulaverksamheten hade blivit en viktig del av allas liv.

Alla informanter planerade att delta i den frivilliga doula verksamheten också i framtiden. En av doulorna hade dock bestämt sig att inte ta flera stödförhållanden för per-

sonliga skäl. Alla upplevde att verksamheten skulle ha en socialt betydelse för dem också i framtiden. Alla önskade sig att få lära sig något nytt och att kunna utvecklas professionellt eller som doulor. De som varit med flera år upplevde möjligheten att använda sina kunskaper för hela gruppens väl som mycket viktig sak och var färdiga att engagera sig i verksamheten på det sättet. Att hjälpa andra och finnas till som stöd för den gravida och födande kvinnan skulle vara fortfarande mycket viktiga motiv att delta i verksamheten för dem som skulle också i framtiden ta stödförhållanden.

Den andra forskningsfrågan var: hur ändras motiven under doula verksamhetstiden? På grund av forskningsmaterialet kan konstateras att motiven ändrades under tiden och var starkt sammankopplade till deltagarnas doula identitet och dess utveckling, personlighet och livssituation. När identiteten hade bildats kände doulorna sig kompetenta som doulor och ville använda sin kunskap till att stöda den gravida kvinnan och erbjuda stöd till andra doulor i gruppen. Motiven ändrades från att erbjuda sin erfarenhet och sitt stöd under förlossningen till att erbjuda sitt kunnande och sin kompetens för den gravida kvinnan under graviditet, förlossning och barnsängstiden. Med erfarenheten som doula kom också önskan att kunna använda sitt kunnande för de andra i gruppen och för verksamheten. I början upplevde alla de gemensamma träffarna som ett viktigt stöd i att bli doula men med tiden blev den sociala aspekten viktigare för en del.

Den tredje forskningsfrågan var: vad ger engagemanget i doula verksamhet till deltagarna? Vad doulorna upplevde sig att få tillbaka var mycket individuellt och beroende av doulans personliga egenskaper. Individuella önskemål ändrades också med tiden. Doula gruppen och dess stöd spelade en stor roll, men på olika sätt, för alla doulor. Tydligt var att doula verksamheten gav ett viktigt livsinnehåll för alla och ett starkt doula identitet hade bildats hos var och en. Alla upplevde att det var värdefullt att få lära sig nya saker och utvecklas som person och doula. Organisationens stöd spelade också en stor roll för de flesta. Familjernas tacksamhet över doulornas hjälp gav en känsla av att kunna vara till nytta.

I materialet visade sig motiven vara starkt sammankopplade med bl.a. doulaidentitet, engagemang och verksamhetens personliga betydelse för deltagarna. Resultatet sammanfaller med Yeungs (2005 s.87 & s.92) konstateranden om motiv. Hon har kommit

fram till att motiven är mycket starkt bundna till engagemang i verksamheten och därför skall motiven granskas med bred synvinkel och förstå detta samband.

Sorri (2005 s.131) beskriver liknande sammankoppling mellan ovan nämnda begrepp. I sin artikel beskriver han Gisela Jacobs bred definition av motiv i samband med frivillig verksamhet. Jacobsen anser att man skall uppfatta motiven bakom deltagandet i frivillig verksamhet som starkt sammankopplade med i individens livssituation. Motiven skall inte ses som orsak, utan som resultat av livshistorian. Jag anser att mina resultat sammanfaller med denna tanke.

Sorri beskriver i sin artikel (2005 s.138–139) också en speciell typ av frivillig verksamhet. I den här typen av frivillig verksamhet har deltagandet en stark sammankoppling till människans livshistoria och dess innehåll består av att erbjuda psykiskt stöd åt andra. På grund av mina resultat skulle jag påstå att doula verksamhet och deltagandet i det är av den här typen.

Mina resultaten sammanfaller också bra med den teoretiska referensramen som definierades ovan (Sarvimäen & Stenbock-Hultin 2009 s.24-28)(Yeung 2005a s 89). Den goda omsorgen realiserades i doulornas berättelser. Det skulle vara intressant att göra vidare forskning inom hur doula identitet bildas, eller doula verksamhetens personliga betydelse för deltagarna och deras välmående.

Sökord:

doula, stödpersoner, motiv, frivilligt arbete, engagemang, förlossning, Förbundet för mödra- och skyddshem

LIITE 4: Tulostaulukot

VAPAAEHTOISEKSI DOULAKSI RYHTYMISEN MOTIIVEJA	
Yläteema	Kuinka monessa haastattelussa esiintyi
Sopiva vapaaehtoistyön muoto	3
Kokemus omasta synnytyksestä merkittävänä elämäntapahtumana	3
Synnytyskokemuksen vaaliminen	3
Annettavaa muille omien kokemusten kautta	2
Muiden auttaminen	1
Vapaaehtoistyö elämäntapana	2
Halu kokea synnytystilanne	2
Odotusajan vaaliminen	1
Omien elämänvalintojen pohdinta	1
Sosiaaliset kontaktit	1
Omaa aikaa	1
VAPAAEHTOISENA DOULANA TOIMIMISEN MOTIIVEJA	
Yläteema	Kuinka monessa haastattelussa esiintyi
Synnytyskokemuksen vaaliminen	3
Odotusajan vaaliminen	3
Järjestön tuki	2
Muiden auttaminen	2
Doulatoiminta tärkeänä elämänsisältönä	1
Varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen	1
VAPAAEHTOISENA DOULANA JATKAMISEN MOTIIVEJA	
Yläteema	Kuinka monessa haastattelussa esiintyi
Uuden oppiminen/kehittyminen	3
Toiminnan sosiaalinen merkitys	3
Muiden auttaminen	2
Oman osaamisen hyödyntäminen muiden hyväksi	2
Synnytyskokemuksen vaaliminen	2
Annettavaa muille omien kokemusten kautta	1
Doulaidentiteetin vahvistaminen	1
Ohjaajien tuki tarvittaessa	1
VAPAAEHTOISTEN KOKEMUKSIA DOULATOIMINNAN ANTOISUDESTA, KUN TOIMINNASSA ON JUURI ALOITETTU	
Yläteema	Kuinka monessa haastattelussa esiintyi
Doulayhteisön tuki	2
Toiminnan sosiaalinen merkitys	1
Arvostus ja hyväksyntä	1
Tärkeä elämänsisältö	1
Ohjaajien tuki tarvittaessa	
VAPAAEHTOISTEN KOKEMUKSIA DOULATOIMINNAN ANTOISUDESTA NYKYHETKESSÄ, KUN TOIMINNASSA ON OLTU MUKANA YLI PUOLI VUOTTA	
Yläteema	Kuinka monessa haastattelussa esiintyi
Toiminnan sosiaalinen merkitys	3
Kokemus hyödyksi olemisesta	3
Doulaidentiteetin vahvistaminen	3
Uuden oppiminen/kehittyminen	2
Hyvä synnytyskokemus	2
Ohjaajien tuki tarvittaessa	2
Synnyttäjän itseluottamuksen vahvistaminen	1
Doulayhteisön tuki	1
Luottamuksen syntyminen	1