

Eveliina Laino

ERO-OPAS LAPSIPERHEIDEN VANHEMMILLE

Sosiaalialan koulutusohjelma

2015

ERO-OPAS LAPSIPERHEIDEN VANHEMMILLE

Laino, Eveliina
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Sosiaali-alan koulutusohjelma
Lokakuu 2015
Ohjaaja: Hautala, Päivi-Maria
Sivumäärä: 25
Liitteitä: -

Asiasanat: perhe, vanhempien ero, opas

Opinnäytetyö on toiminnallinen kehittämistyö, jonka tarkoituksena oli tuottaa ero-opas lapsiperheiden vanhemmille. Opinnäytetyön toimeksiantaja on Porin perusturva-keskus. Opinnäytetyö koostuu raportista ja toiminnallisesta osuudesta eli oppaasta. Opinnäytetyöraportissa kuvataan opinnäytetyöprosessi ja teoreettinen viitekehys. Oppaan tavoite on ohjata perheitä palveluiden käyttäjiksi ja ennaltaehkäistä eron kielteisiä vaikutuksia perheenjäseniin välittämällä vanhemmille tietoa, mitä heidän pitää huomioida ja mistä he voivat hakea apua erotilanteessa.

Oppaaseen koottiin erotilanteessa oleville lapsiperheille suunnatut julkisen ja kolmannen sektorin palvelut sekä teoreettiseen viitekehukseen perustuvaa tietoa. Oppaassa käsitellään vanhempien eroa parisuhteen päättymisen, eron juridiikan, vanhemmuuden, lasta koskevien sopimusten ja lapsen tukemisen näkökulmasta. Palveluiden tuottajia ovat Porin sosiaali- ja terveystyöpalvelut, Satakunnan käräjäoikeus, oikeusaputoimisto, Porin evankelis-luterilainen seurakuntayhtymä ja yhdistykset. Lisäksi oppaaseen koottiin valtakunnallisia eroaiheisia www-sivuja sekä aikuisille ja lapsille suunnattua kirjallisuutta.

Porin perheneuvola, perheasioiden yksikkö, Mannerheimin Lastensuojeluliitto ja Satakunnan käräjäoikeus aloittivat lokakuussa 2015 avoimet Eron edessä -illat. Opas toimii tiedottamisen välineenä Eron edessä -illoissa. Lisäksi opasta voidaan käyttää perusturvan muissa yksiköissä tai sähköisessä muodossa.

A GUIDE ON SEPARATION FOR PARENTS

Laino, Eveliina
Satakunta University of Applied Sciences
Degree Programme in Social Services
October 2015
Supervisor: Hautala, Päivi-Maria
Number of pages: 25
Appendices: -

Key words: family, parents' separation, guide

The purpose of this thesis was to produce a guide on separation for parents. This development work was commissioned by the Basic Security Centre of Pori. The thesis consists of a report and a guide. The report describes the thesis process and the theoretical framework of the thesis. The aim of the guide was to encourage families to use the services provided by the Basic Security Centre so as to prevent the negative effects of separation. The guide gives information to parents of what they should take into consideration and where they can get help from in issues related to separation.

The guide gives information of the services provided by the public and third sector as well as other information related to the framework. The guide deals with separation from different perspectives, for example in terms of ending a relationship, jurisdiction and parenthood. In addition, it discusses the agreements related to children and how to support children in the divorce process. The services presented in the guide are provided by social and health care services, the District Court of Satakunta, the public legal aid office, the parish union of Pori Lutheran Church and different societies. In addition, the guide includes national web pages on separation and literature intended for children and adults.

The family counselling unit of Pori, the Mannerheim League for Child Welfare and the District Court of Satakunta started open evenings called *Facing Separation* in October 2015. The guide is used as an information source in these evenings. In addition, the guide can be used in other units of basic security or in electronic form.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET	6
3	LAPSI JA VANHEMPIEN ERO	7
3.1	Vanhempien ero lapsen kokemana	7
3.2	Lapsen tukeminen vanhempien erotilanteessa.....	8
4	PARISUHTEEN PÄÄTTYMINEN.....	10
4.1	Parisuhteen päättyminen kriisinäkökulmasta.....	11
4.2	Selviytymiskeinot erokriisissä	12
4.3	Eron juridiikka	13
5	ERO JA VANHEMMUUS	14
5.1	Yhteistyövanhemmuus.....	14
5.2	Lasta koskevat sopimukset	15
6	OPINNÄYTETYÖPROSESSI.....	17
6.1	Toiminnallinen opinnäytetyö	17
6.2	Opinnäytetyön eteneminen	18
6.3	Oppaan tuottaminen	19
6.3.1	Hyvä terveysaineisto	19
7	POHDINTA.....	21
7.1	Ammatillinen kasvu	21
7.2	Eettisyys ja luotettavuus	22
7.3	Opinnäytetyöprosessin ja oppaan arviointi	22
	LÄHTEET.....	24

1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni on toiminnallinen kehittämistyö, jonka tarkoitus on tuottaa opas eroa suunnitteleville tai eronneille lapsiperheiden vanhemmille. Opinnäytetyön toimeksiantaja on Porin perusturvakeskus. Opinnäytetyö koostuu raportointiosuudesta ja toiminnallisesta osuudesta eli oppaasta. Raportti käsittelee työn teoreettista taustaa ja opinnäytetyöprosessia. Lähestyn opinnäytetyössä vanhempien eroa lapsen huomioimisen, vanhemmuuden, lasta koskevien sopimusten, parisuhteen päättymisen ja eron juridiikan näkökulmasta.

Lapsiperheiden erojen tilastointi on vaikeaa, koska avopariien erot eivät näy tilastoissa. Suomalainen lapsi 2007 – julkaisun arvion mukaan noin 16 000 lapsiperheen vanhemmat erosivat vuonna 2005 ja näissä perheissä oli noin 30 000 lasta. Tilastojen perusteella voidaan arvioida lukumäärän olevan samaa luokkaa vuonna 2015, koska avioerojen määrä on pysynyt samalla tasolla.

Kiianmaa (2008, 19–20) esittää erojen yleisyyden syyksi liian suuret odotukset parisuhdetta kohtaan, yhteiskunnalliset olosuhteet sekä henkilökohtaisen onnen tavoittelun. Lapsiperheiden erot ovat yleisiä, mutta henkisesti kuormittavia prosesseja. Ero koskettaa koko perhettä, niin vanhempia kuin lapsia. Vanhemmat tarvitsevat erotilanteessa tietoa, jotta heidän toimintansa ja ratkaisunsa olisivat mahdollisimman rakentavia. (Kiianmaa 2008, 7.) Jos vanhempien omat voimavarat tai olemassa olevan aikuisverkoston tuki ei ole riittävää, vanhemmat voivat saada apua erotilanteessa oleville lapsiperheille suunnatuista palveluista.

Hyvin hoidetulla erolla voi olla positiivisia vaikutuksia perheenjäsenten elämään. Ero voi lapsen kohdalla olla positiivinen kasvukokemus, jos lasta tuetaan oikealla tavalla. Parhaimmillaan lapsi oppii parisuhteen realiteetteja ja sitä kautta solmimaan kestäviä parisuhteita sekä käsittelemään ja selviytymään menetyksistä. (Kiianmaa 2008, 143–148.) Vanhemmille erokriisi on mahdollisuus henkiseen kasvuun, itsetuntemuksen vahvistumiseen ja sitä kautta onnen ja toimivan parisuhteen löytymiseen (Kiianmaa 2008, 17).

2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Opinnäytetyön toimeksiantaja on Porin perusturvakeskus. Porissa alkavat perheneuvolan, perheasioiden yksikön, Mannerheimin lastensuojeluliiton ja Satakunnan käräjäoikeuden yhteistyönä Eron edessä – illat. Illat ovat avoimia eroa suunnitteleville tai eron kokeneille vanhemmille. Opas toimii tiedottamisen välineenä eroseminaareissa. Opasta voi käyttää myös muissa konteksteissa, esimerkiksi terveyskeskuksessa tai sähköisessä muodossa, mikä parantaa sen saatavuutta.

Tein opinnäytetyöhön liittyen koosteen erotilanteessa oleville perheille suunnatuista Porin kaupungin, kolmannen sektorin ja oikeudellisista palveluista. Olen ottanut koosteessa huomioon myös valtakunnalliset www-sivut. Selvityksen perusteella voin todeta erotilanteessa oleville perheille olevan kattavasti palveluja ja tukea. Auttajatahot ja palvelut ovat kuitenkin hajanaisia.

Opas sisältää tietoa lapsiperheen vanhempien eroon liittyvistä keskeisistä teemoista. Tieto on tiivistettyä ja sen tarkoitus on johdattaa vanhemmat tärkeiden teemojen äärelle. Oppaan tekstiosuudet perustuvat opinnäytetyöraportin teoreettiseen viitekehyyseen. Palveluiden osuus oppaassa on noin puolet, koska opas sisältää viittauksia valtakunnallisiin www-sivuihin ja kirjallisuuteen, joista löytyy yksityiskohtaisempaa tietoa. Hankkiessani aineistoa luin aikuisille ja lapsille suunnattua erokirjallisuutta. Näen kirjallisuudessa potentiaalia sekä aikuisten että lasten sopeutumisen kannalta ja sen takia liitin oppaaseen myös kirjallisuuslistan.

Tietoa välittämällä ja palveluojauksen kautta opas edistää perheenjäsenten selviytymistä ja vanhempien yhteistyötä haastavassa elämäntilanteessa. Oppaan tavoite on vastata vanhempien tarpeeseen saada tietoa siitä, mitä heidän tulee huomioida erotilanteessa ja mistä he voivat hakea apua. Opas edistää tiedon saatavuutta palveluista ja tuesta kokoamalla palvelut yhteen. Oppaan tavoite on ohjata perheitä palveluiden piiriin mahdollisimman oikea-aikaisesti ja varhaisessa vaiheessa sekä ennaltaehkäistä eron kielteisiä vaikutuksia perheenjäseniin.

3 LAPSI JA VANHEMPIEN ERO

Lapsen suhtautuminen vanhempien eroon on yksilöllistä. Siihen vaikuttavat lapsen ikä, persoonallisuus, temperamentti, kasvuhistoria ja oleellisesti se, millainen perheen tilanne ja perhesuhteet ovat olleet ennen eroa. Lapsi käy läpi vanhempien erossa monenlaisia muutoksia, menetyksiä ja niihin liittyviä tunteita. Sopeutumisen kannalta oleellista on, miten vanhemmat tukevat lasta erotilanteessa. (Koskela 2008, 23; Lippinen & Wesaniemi 2005, 127.)

3.1 Vanhempien ero lapsen kokemana

Vanhempien ero merkitsee lapselle muutoksia ja menetyksiä, jotka liittyvät kotiin, kouluun tai päiväkotiin, arkeen sekä vanhempi-, sukulaisuus- ja kaverisuhteisiin (Linnankoski & Valtonen 2008, 70; Niemelä 2008, 40–41). Vanhempien ero aiheuttaa lapsessa hämmennystä ja epävarmuutta. Elämäntilanne tuntuu lapsesta sekavalta eikä lapsi ymmärrä, mitä perheessä tapahtuu ja miksi. (Lehtinen & Lähti 2011b, 19.)

Lapsi tuntee usein häpeää ja syyllisyyttä, joka on sitä voimakkaampi, mitä pienempi lapsi on kyseessä. Vasta noin 9-vuotias lapsi kykenee itsereflektiiviseen ajatteluun ja sitä kautta erottamaan omat tunteensa ja omien tekojensa seuraukset vanhempien tunteista ja teoista. Lapselle pitää kertoa, että ero ei ole lapsen syytä vaan vanhempien päätös. (Niemelä 2008, 39–40.) Lapsen ikä vaikuttaa siihen, millä tavalla ja voimakkuudella lapsi reagoi vanhempien eroon. Pienet lapset näyttävät tunteensa suuremmin ja isommat lapset kehittävät usein selviytymiskeinoja, jotka eivät ole kehityksen kannalta suotuisia. (Lehtinen & Lähti 2011b, liite1.)

Muutokset pelottavat ja aiheuttavat lapsessa tunteen turvattomuudesta. Lapsi suree ja ikävöi poissa olevaa vanhempaa, mikä saattaa näkyä lapsen vetäytymisenä, käyttäytymishäiriöinä tai psykosomaattisena oireiluna. Lapsi saattaa olla vihainen vanhempien erosta ja asioista, joista hän on joutunut luopumaan. (Lehtinen & Lähti 2011b, 20; Royal College of Psychiatrists 2015.)

Vanhempien ero on lapselle yleensä pettymys ja lapsi toivoo vanhempien palaavan takaisin yhteen. Lapselle pitää kertoa, että vanhemmat eivät palaa yhteen, mutta ero ei silti poista perheen onnellisia ja yhteisiä muistoja. Lapsen kanssa voi muistella menneitä ja katsella valokuvia. Jos vanhempien välit ovat olleet ennen eroa riitaiset, saattaa lapsi olla myös helpottunut tilanteen ratkaisemisesta. (Lehtinen & Lätti 2011b, 20.)

3.2 Lapsen tukeminen vanhempien erotilanteessa

Vanhemman on erotettava lapsen tunteet omista tunteistaan ja ymmärrettävä, että lapsi käsittelee vanhempien eroa omassa tahdissa. Usein lapsi kantaa huolta vanhemman jaksamisesta ja odottaa vanhemman voimaantumista ennen kuin reagoi eroon. Huoli ja vastuunkantaminen vanhemmasta kuormittavat lasta ja ovat riski lapsen kehitykselle. Lasta ei saa jättää yksin selviämään, vaikka mitään huolta herättävää ei ilmenisi. (Koskela 2008, 23; Linnankoski & Valtonen 2008, 71.)

Vanhemman tehtävä on huolehtia omasta jaksamisestaan, hakea tukea aikuisverkostosta tai ammattilaisilta ja näyttää lapselle esimerkkiä selviytymisessä. Vanhempien käyttäytymisen muuttuminen, masentuminen ja päihteidenkäyttö ahdistavat lasta ja ovat haitallisia lapsen kehitykselle. (Niemelä 2008, 37.)

Erosta ja sen syistä kertominen lapselle on tärkeää, koska muuten lapsi tuottaa asioille selityksiä mielikuvituksensa perusteella tai luulee olevansa syy vanhempien eroon. Eroa on käsiteltävä lapsen kanssa ikätasoisesti välttäen vaikeita käsitteitä ja käyttäen vertauskuvia. (Niemelä 2008, 29–63.) Lapselle on tärkeää saada tietää konkreettisista muutoksista, joita erosta seuraa. Mitä vähemmän muutoksia erosta koituu lapsen elämään, sen parempi. Esimerkiksi kodin, sukulais- ja kaverisuhteiden sekä päiväkodin tai koulun säilyminen ennallaan on lapselle tärkeää. (Linnankoski & Valtonen 2008, 69–70.) Lapsen hämmennyksen vähentäminen ja kuulluksi tuleminen edistävät vanhempien erosta selviytymistä. (Kääriäinen ym. 2009, 94–95.)

Lapsen tarve on säilyttää molemmat vanhemmat elämässään ja lapsi kaippaa erotilanteessa erityisen paljon vanhempien läsnäoloa, mukavaa yhdessä tekemistä, rakkautta, hyväksyntää ja huomiota (Kyrönlampi-Kylmänen 2007, 165; Royal College of

Psychiatrists 2015). Vanhempien asiallinen ja kunnioittava suhtautuminen toisiinsa sekä hyvä yhteistyö suojaavat lasta eron kielteisiltä vaikutuksilta (Linnakoski & Valtonen 2008, 72). Lapsi on jätettävä vanhempien välisten riitojen ulkopuolelle. Lapsen kuullen ei saa puhua pahaa tai arvostella toista vanhempaa, koska lapsi on lähtökohdaisesti lojaali molemmille vanhemmilleen ja ajattelee olevansa puoliksi äidin ja puoliksi isän kaltainen. Lapsella on tarve säilyttää kaunis kuva vanhemmistaan ja hän saattaa tulkita muiden ihmisten eleitä, sanoja ja tekoja vihjailuina hänelle kipeistä asioista. (Niemelä 2007, 62; Kiianmaa 2008, 99.)

Vanhemmat tukevat lasta vastaamalla tämän tunteisiin ikätasoisesti (Koskela 2008, 23). Lapsen tunteiden säätely on vajavaista ja hän tarvitsee siihen aikuisen tukea. Aikuinen voi toimia lapsen tukena tunteita sanoittamalla sekä ohjaamalla lasta tunteiden ilmaisussa ja säätelyssä. (Koskela 2008, 23; Kerola, Kujanpää & Kallio 2007.) Lapsen haastavaa käytöstä, kuten henkistä tai fyysistä väkivaltaa, ei pidä sallia vaan lasta on ohjattava ilmaisemaan tunteensa rakentavalla tavalla. (Kiianmaa 2008, 96.) Leikki ja mielikuvitus ovat lapsen kykyjä käsitellä asioita (Niemelä 2008, 57; Kyrönlampi-Kylmänen 2007, 150). Satujen avulla lapsi voi lähestyä ja käsitellä eroon liittyviä asioita symbolisen etäisyyden avulla. Eron käsittely satujen avulla soveltuu noin 4-10-vuotiaille lapsille (Niemelä 2007, 5-7). Alle kouluikäisen lapsen kanssa tunteita voi käsitellä leikin ja piirtämisen avulla (Koskela 2008, 23).

Lasten eroryhmässä tukeminen perustuu aikuisjohtoisuuteen, tarinallisuuteen ja monikanavaisuuteen. Puheeksi ottaminen, tilanteen ohjaaminen ja rajojen asettaminen ovat aikuisen vastuulla. Lapsella on tarve luoda vanhempien erosta ehyt kertomus ymmärtääkseen mitä on tapahtunut. Eroryhmässä lapsi jäsentää erotarinaa aikuisen johdolla. Asioita ja tunteita lähestytään monen aistikanavan kautta ja työskentely tapahtuu tiedon, tunteen ja toiminnan tasolla. (Lehtinen & Lähti 2011a, 9.)

Säännöllinen päivärytmi ja arjen rutiinien säilyminen vahvistavat lapsen turvallisuuden tunnetta vanhempien erotilanteessa. Turvallisuutta tuovat myös tutut lelut ja tavarat sekä arjessa iloa tuottavat asiat. Ikätasoinen arki suojaa lasta eron kielteisiltä vaikutuksilta ja sillä viitataan arjen palautumiseen ennakoitavaksi ja oikeuteen kasvaa lapsen asemassa vanhempien erotilanteesta huolimatta. (Niemelä 2008, 50–51.)

Riittävä tukiverkosto on lasta suojaava tekijä vanhempien erotilanteessa. Vanhempien voimavarat ovat tilapäisesti vähissä, joten lapsella on hyvä olla myös muita aikuisia, jotka tukevat häntä. Koulun tai päiväkodin ja kodin välinen yhteistyö on tärkeää, jotta lapsi saa tukea myös kodin ulkopuolella. Psykologit ja psykoterapeutit auttavat tilanteissa, joissa olemassa olevan verkoston tuki ei ole riittävää. Lisäksi vertaistuki on osoittautunut toimivaksi auttamisen muodoksi ja lasten eroryhmät ovat yleistyneet. (Kiiänmaa 2008, 130–131.)

4 PARISUHTEEN PÄÄTTYMINEN

Parisuhteen päättymiseen ei yleensä ole olemassa yksiselitteistä syytä vaan ero on sarja tapahtumia ja valintoja (Koskela 2008, 28; Kiiänmaa 2008, 55). Eron läpikäyminen on yksilöllinen prosessi, johon vaikuttavat eroamisen tapa ja aiemmat elämäkokemukset (Ensi- ja turvakotien liitto 2013, 19). Eroamiselle tyypillistä on, että osapuolet käyvät eroa läpi eriaikaisesti. Toinen osapuoli on saattanut pohtia eroa pitkään ja työstänyt eroon liittyviä tunteita, jolloin toinen kokee tullessa yllätetyksi, kun ero käytännössä tapahtuu. Ero on erityisen vaikeaa puolisolle, joka tulee jätetyksi ja toivoisi yhteiselämän jatkuvan. Eron syyt ja taustat ovat moninaisia, mutta läpikäytävät tunteet usein samoja. Eronnut kokee yksinäisyyttä, turvattomuutta, surua ja vihaa erotessaan puolisoista, joka on ollut oleellinen osa hänen elämäänsä. (Lastensuojelun keskusliitto 2011, 23–25.)

Parisuhteen päättymisen on parhaimmillaan kasvuprosessi, jonka aikana oppii tunnistamaan omia käyttäytymistapoja, ymmärtämään parisuhteen päättymisen syitä ja luomaan tulevaisuudessa paremman ja kestävämmän suhteen (Nyyti ry:n www-sivut 2015). Omaan kasvuun keskittyminen, vastuun kantaminen omasta elämästä, eron ja siihen liittyvien tunteiden läpikäyminen ja sitä kautta itsetuntemuksen vahvistuminen sekä asiallinen suhtautuminen entiseen puolisoon ovat hyvän eron tunnusmerkkejä (Kiiänmaa 2008, 45–46). Sopeutuakseen ja hyödyntääkseen muutoksen tuomat mahdollisuudet eronneen on käytettävä rakentavia keinoja eron ja siihen liittyvien tunteiden käsittelemiseen (Kiiänmaa 2008, 81).

4.1 Parisuhteen päätyminen kriisinäkökulmasta

Parisuhteen päättymistä voidaan tarkastella kriisinäkökulmasta. Kriisi on luonnollinen reaktio kokemuksiin, joita psyyke ei pysty sellaisenaan vastaanottamaan. Kriisin vaiheita ovat shokkivaihe, reaktiovaihe, käsittelyvaihe ja uudelleen orientoituminen. (Linnankoski & Valtonen 2008, 40.)

Shokkivaiheessa ihminen ei kykene käsittämään tilannetta tai kieltää sen. Ihminen saattaa lamaanua tai käyttäytyä mekaanisesti ja sulkea tunteet pois. Jotkut reagoivat voimakkaalla kiihtymystilalla, esimerkiksi huutamalla tai itkemällä paniikinomaisesti. Lamaantuminen ja kiihtyminen voivat myös vaihdella vuoronperään. Shokkivaiheessa olevaa voi tukea tarjoamalla konkreettista turvaa ja kokemuksen siitä, että läsnä olevat ihmiset hallitsevat tilanteen. Shokkivaiheessa olevan kanssa on keskusteltava rauhallisesti, selkeästi ja yksinkertaisesti, koska hänen kykynsä vastaanottaa tietoa on tilapäisesti heikko. (Mielenterveysseuran www-sivut 2015.)

Reaktiovaiheessa ihminen alkaa vähitellen kohdata todellisuutta ja käsitellä eroa. Tunteet vaihtelevat epätoivon ja hetkellisen rauhoittumisen välillä ihmisen tasapainoillessa erokokemukselta suojautumisen ja sen käsittelemisen aloittamisen välillä. Reaktiovaiheelle on tyypillistä ylikierroksilla käyminen, korostunut tarve keskustella tapahtuneesta ja psykosomaattiset reaktiot, jotka ovat tavallisia reaktioita voimakkaaseen tunnekokemukseen ja stressitilaan. Reaktiovaiheessa olevaa voi tukea kuuntelemalla ja keskustelemalla. (Linnankoski & Valtonen 2008, 57.)

Käsittelyvaihe alkaa, kun ihminen hyväksyy ja käsittää eron lopullisuuden. Käsittelyvaiheessa kriisi kääntyy sisäänpäin, akuutti hätä hellittää, tarve puhua vähenee ja ihminen työstää eroa mielessään. Käsittelyvaiheeseen voi liittyä muisti- ja keskittymisvaikeuksia, ärtyneisyyttä sekä sosiaalisista suhteista vetäytymistä. Surun ja vihan tunteet ovat ominaisia käsittelyvaiheelle. Niiden tarkoitus on auttaa irtaantumaan puoliosasta sekä kiintymyksen ja riippuvuuden tunteista. (Linnankoski & Valtonen 2008, 57; Mielenterveysseuran www-sivut.) Surun ja vihan tunteiden käsittely on tärkeää, koska pitkittynyt suru johtaa masennukseen ja viha katkeruuteen (Linnankoski & Valtonen 2008, 45). Käsittelyvaiheessa keskeistä on työ- ja normaalielämään palaaminen. Eron

käsittelemättä jättäminen johtaa siihen, että ero nousee esiin myöhemmin ja vaivaa, kunnes se on käsitelty. (Linnankoski & Valtonen 2008, 48–53.)

Uudelleen orientoitumisen vaiheessa ihminen on hyväksynyt ja sopeutunut muutokseen. Erosta on tullut osa omaa elämäntarinaa, mutta se ei enää hallitse tunne- ja ajatusmaailmaa. Uudelleen orientoitumisen vaiheeseen liittyvät elämänilon palautuminen, itsetunnon ja voimavarojen vahvistuminen sekä tulevaisuuteen keskittyminen. (Linnankoski & Valtonen 2008, 56; Mielenterveysseuran www-sivut.) Kriisin läpikäyminen on vahvistanut itsetuntemusta, koska eronnut on joutunut tarkastelemaan omaa toimintaa, valintoja, arvoja, tarpeita ja toiveita uudesta näkökulmasta (Lastensuojelun keskusliitto 2011, 26).

4.2 Selviytymiskeinot erokriisissä

Selviytymiskeinot perustuvat tunteiden hallintaan ja säätelyyn. Selviytymiskeinojen tunnistaminen ja käyttöönotto edistävät vaikeista elämäntilanteista, kuten erosta, selviytymistä. (Mielenterveystalon www-sivut 2015.) Tunteita voi säädellä oppimalla uusia ajattelutapoja ja omaksumalla positiivisen elämänasenteen. Liikunta auttaa monia ja musiikilla voi vaikuttaa mielialaan. Jonkin maiseman, taulun tai valokuvien katselu, fyysinen toiminta ja käsillä tekeminen voivat rauhoittaa mieltä. Kertomalla ja keskustelemalla voi jäsentää omia tunteita ja ajatuksia. Mielikuvitus on ehtymätön lähde, josta voi löytää lohdutusta ja hyvää mieltä. (Kerola, Kujanpää & Kallio 2007.) Jos omat selviytymiskeinot ja sosiaalisen verkoston tuki ei riitä, psykologit, psykoterapeutit ja vertaistukiryhmät auttavat erokriisin läpikäymisessä (Kiiänmaa 2008, 41).

Psykoterapeutti Ofra Ayalon on erottanut toisistaan älyllisesti, tunteellisesti, sosiaalisesti, luovasti, henkisesti ja fysiologisesti suuntautuneen selviytymiskeinon. Selviytymiskeinoja on mahdollista käyttää samanaikaisesti. (Mielenterveysseuran www-sivut 2015.)

Älyllisesti suuntautunut selviytyjä keskittyy selviytymään pohtimalla, hankkimalla tietoa ja yrittämällä löytää tilanteeseen uusia näkökulmia. Tunteellisesti suuntautunut

selviytyjä ilmaisee tunteitaan esimerkiksi itkemällä, puhumalla tai käyttämällä ei-kielellisiä keinoja, kuten musiikkia, kirjoittamista tai kuvataidetta, tunteiden ilmaisemiseen. (Mielenterveystalon www-sivut 2015.)

Sosiaalisesti suuntautunut selviytyjä hakee tukea ryhmästä joko kuulumalla siihen tai ottamalla roolin. Sosiaalinen selviytyjä keskittyy organisoimaan asioita ja ottaa vastaan muiden tukea. Luova selviytyjä käyttää mielikuvitustaan ratkaisukeskeisesti, ajattelee positiivisia asioita ja luo selviytymistä tukevia mielikuvia. (Mielenterveystalon www-sivut 2015.)

Henkisesti suuntautuneelle selviytyjälle uskonto, arvojärjestelmä tai ideologia antavat tukea ja merkitystä elämään. Fysiologisesti suuntautunut selviytyjä toimii fyysisesti, liikkuu, yrittää rentoutua, syö ja nukkuu paljon. Lisäksi luonnossa liikkuminen on usein tärkeää fysiologisesti suuntautuneelle selviytyjälle. (Mielenterveystalon www-sivut 2015.)

4.3 Eron juridiikka

Avioero laitetaan vireille käräjäoikeuteen toimitettavalla kirjallisella hakemuksella. Hakemuksen voivat tehdä puoliset yhdessä tai toinen heistä. Hakemuksen jättämisestä alkaa kuuden kuukauden harkinta-aika. Puolisot tuomitaan avioeroon, jos harkinta-aika on päättynyt ja puoliset tai toinen heistä hakee avioeroa uudella hakemuksella. Avioeroasia raukeaa, jos uutta hakemusta ei toimiteta käräjäoikeuteen vuoden kuluessa harkinta-ajan alkamisesta. Puolisoilla on oikeus saada avioero ilman harkinta-aikaa, jos he ovat asuneet erillään keskeytyksettä viimeiset kaksi vuotta. Avioeroon riittää asianosaisten päätös. (Ensi- ja turvakotien liitto 2013, 6.)

Avioeron yhteydessä tehdään omaisuuden ositus. Ositus voidaan toimittaa sopimusosituksena tai toimitusosituksena, kun harkinta-aika on alkanut. Sopimusosituksessa osapuolet toimittavat osituksen keskenään tekemänsä sopimuksen mukaisesti. Sopimus on allekirjoitettava kahden esteettömän todistajan läsnä ollessa. Toimitusosituksessa osituksen toimittaa pesänjakaja, jota haetaan käräjäoikeudesta. (Oikeuslaitoksen www-sivut 2015.)

Avio-oikeuden perusteella puolisoiden omaisuus on yhteistä ja lähtökohtaisesti avio-
liiton päättyessä puolisoiden omaisuus jaetaan puoliksi, jos he eivät ole tehneet avio-
ehtosopimusta. Avioehtosopimus kumoaa avio-oikeuden. Omaisuuden ositusta voi-
daan kuitenkin sovittaa, jos se johtaa kohtuuttomaan lopputulokseen tai siihen, että
toinen puoliso saisi perusteettomasti taloudellista etua. (Oikeuslaitoksen www-sivut
2015; Oikeusministeriön www-sivut 2015.)

Avoerossa puolisoilla ei ole oikeutta toistensa omaisuuteen ja lähtökohtaisesti kumpi-
kin puoliso pitää oman omaisuutensa. Omistusoikeus on todistettava riitatilanteessa tai
omaisuus katsotaan yhteiseksi. Puolisot voivat laatia omaisuuden erottelusta erottelu-
kirjan, jonka osapuolet allekirjoittavat ja kaksi esteetöntä todistajaa todistavat oike-
aksi. Jos avoliitto on kestänyt vähintään viisi vuotta tai avoparilla on yhteisiä lapsia,
voidaan hakea käräjäoikeudesta pesänjakajaa omaisuuden erottelua varten. (Oikeus-
laitoksen www-sivut 2015.)

5 ERO JA VANHEMMUUS

5.1 Yhteistyövanhemmuus

Vanhemmuussuhde ei pääty parisuhteen päättyessä eroon. Parisuhteen päättymisestä
seuraa kuitenkin muutoksia ja haasteita vanhemmuuteen. Eron jälkeen vanhempien
välinen suhde muuttuu yhteistyövanhemmuudeksi. (Kääriäinen 2008, 93.) Vanhem-
pien yhteistyö edellyttää keskusteluyhteyttä ja halua toimia yhteistyössä lapsen par-
haaksi. Vanhempien on sovittava lasta koskevista asioista, yhteisistä kasvatuseriaat-
teista sekä ymmärrettävä ja hyväksyttävä toisen vanhemman merkitys lapselle. (Kää-
riäinen 2008, 94; Lastensuojelun keskusliitto 2011, 35.) Yhteistyövanhemmuuden on-
nistuminen on erityisen tärkeää lapsen edun ja hyvinvoinnin kannalta, koska lapsi on
lähtökohtaisesti lojaali ja haluaa säilyttää molemmat vanhemmat elämässään (Linna-
koski & Valtonen 2008, 69; Koskela 2008, 25).

Eroamisen tapa vaikuttaa vanhemmuuden muotoutumiseen. Eroa yhteisesti suunnitelmalla, erosta keskustelemalla ja apua hakemalla on mahdollista saada aikaan vanhemmuutta säilyttäviä ratkaisuja. (Kääriäinen 2008, 114.) Parisuhteen päättyminen merkitsee parhaimmillaan vanhemmuuden selkiytymistä ja vahvistumista. Vanhemmuus konkretisoituu ja siitä tulee uudelleen löydetty osa identiteettiä, kun tietoisuus vanhemman roolista ja vastuusta lapsen kasvatuksessa nousevat esiin vanhemmuuden muotoutuessa uudelleen erotilanteessa. (Kääriäinen 2008, 82–86.)

Vanhempien riitaisat välit johtavat lojaliteettiristiriitaan, jossa lapsi tuntee syyllisyyttä yrittäessään ylläpitää tasapuolisia suhteita molempiin vanhempiin ja pyrkii suojelemaan vanhempia omilta tunteiltaan, joiden uskoo loukkaavan heitä. (Lehtinen & Lähti 2011b, liite9.) Vieraannuttamisella tarkoitetaan erotilanteessa vanhemman tietoista toimintaa, jonka seurauksena lapsen ja toisen vanhemman suhde vaikeutuu tai katkeaa kokonaan. Eroa on edeltänyt vieraannutetun vanhemman ja lapsen normaali ja tunteävyiltään myönteinen suhde. Vieraannuttajan motiivi on yleensä viha ja katkeruus eron toista osapuolta kohtaan, jolloin lapsen etu ja suojeleminen jäävät toissijaisiksi. Lojaliteettiristiriidan ja vieraannuttamisen on osoitettu olevan yhteydessä lapsen kehityksen häiriintymiseen. (Duodecim www-sivut, 2015.)

5.2 Lasta koskevat sopimukset

Parisuhteen päättyessä vanhemmat sopivat lasta koskevista asioista eli lapsen huollosta, asumisesta, elatuksesta ja etävanhemman tapaamisesta. Laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta, laki lapsen huoltoa ja tapaamisoikeutta koskevan päätöksen täytäntöönpanosta, laki lapsen elatuksesta, elatusturvalaki, lapsilisälaki sekä lastensuojelulaki säätelevät lapsen asemaa vanhempien erotilanteessa (Ensi- ja turvakotien liitto 2013, 11).

Vanhemmat tekevät sopimuksen yleensä kunnan lastenvalvojan luona tai avioerohakemuksen yhteydessä. Lastenvalvoja auttaa sopimuksen tekemisessä, vahvistaa sopimuksen ja huolehtii, että se on lapsen edun mukainen. Sopimuksen tekeminen lasten-

valvojan luona ei ole pakollista, mutta vanhempien keskinäinen sopimus ei ole juridisesti pätevä. Riitatilanteissa vanhemmat saavat tukea perheasioiden sovittelusta. (Ensi- ja turvakotien liitto 2013, 10.)

Käräjäoikeus päättää lasta koskevat asiat, kun muuta vaihtoehtoa ei ole. Käräjäoikeudessa on vielä mahdollista osallistua lapsiasioiden tuomioistuinsovitteluun oikeudenkäynnin sijaan. Käräjäoikeuden päätös perustuu sosiaaliviranomaisten laatimaan olosuhdeselvitykseen, jossa arvioidaan vanhemmuutta ja lapsen kasvuympäristöä. Vanhempien on harkittava vakavasti oikeusprosessiin ryhtymistä, koska huoltajuuskiistat ja oikeustaistelut ovat yhteydessä lapsen vaikeaan kriisiin ja pitkäkestoisiin ongelmiin. Joskus lasta koskevien asioiden ratkaiseminen oikeudessa on kuitenkin ainoa keino turvata lapsen oikeus vanhempiinsa. (Ensi- ja turvakotien liitto 2013, 17; Lipponen & Wesaniemi 2005, 128.)

Lapsella on lakiin perustuva oikeus tulla kuulluksi ja ilmaista mielipiteensä häntä koskevissa asioissa. Vastuu päätöksenteosta on kuitenkin vanhemmilla eikä lasta saa pakottaa ilmaisemaan mielipidettään. Lapsi haluaa olla lojaali molemmille vanhemmilleen, joten mielipiteen ilmaisu on lapselle erityisen vaikeaa, jos vanhemmat riitelevät häntä koskevista asioista. Joskus lapsella ei ole selvää mielipidettä asioihin vaan hän luottaa vanhempien kykyyn ratkaista asiat. (Ensi- ja turvakotien liitto 2013, 14–15.)

Lapsen huoltomuotoja ovat yhteishuolto ja yksinhuolto. Yhteishuollossa molemmilla vanhemmilla on lasta koskeva tiedonsaanti- ja päätöksenteko-oikeus. Yksinhuolto ei poista elatusvastuuta tai rajoita lapsen tapaamisoikeutta. (Ensi- ja turvakotien liitto 2013, 11–12.) Lapsen on asuttava virallisesti toisen vanhemman luona. Lapsilisä maksetaan lähivanhemmalle, jonka luona lapsi asuu. Tapaamisoikeuden perusteella lapsella on oikeus pitää yhteyttä ja viettää aikaa etävanhemman kanssa. Tapaamissopimukseen vaikuttavat muun muassa lapsen ikä, päivärytmi, vanhempien työajat ja asuinpaikkojen välimatkat. Lapsi voi erosta huolimatta viettää aikaa joustavasti molempien vanhempien luona, jos vanhemmat ovat motivoituneita ylläpitämään lapsen suhdetta etävanhempaan. (Ensi- ja turvakotien liitto 2013, 13–14)

Lain mukaan molemmat vanhemmat ovat velvollisia huolehtimaan lapsen elatuksesta eron jälkeen. Käytännössä se tarkoittaa yleensä, että etävanhempi maksaa lähivanhemmalle elatusapua. Myös muunlaiset elatusratkaisut ovat mahdollisia. Elatusavun määrää arvioitaessa huomioidaan vanhempien elatuskyky sekä lapsen elatuksen tarve. Jos elatusapu on vahvistettu elatustukea pienemmäksi, sitä ei ole vahvistettu lainkaan elatusvelvollisen heikon taloudellisen aseman vuoksi tai elatusvelvollinen laiminlyö elatusavun, voi lapselle hakea Kelasta elatustukea. Elatustuen maksamisen edellytys on vahvistettu elatussopimus tai tuomioistuimen päätös. Jos kyseessä on elatusavun laiminlyönti, elatusmaksu peritään elatusvelvolliselta ulosottoimin (Ensi- ja turvakohtien liitto 2013, 15–16.)

6 OPINNÄYTETYÖPROSESSI

6.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallinen opinnäytetyö on työelämälähtöinen, käytännönläheinen ja tutkimuksellisella asenteella toteutettu kehittämistyö. Toiminnallinen opinnäytetyö koostuu toiminnallisesta osuudesta eli produktista ja sen opinnäytetyöraportista, joka sisältää prosessin kuvauksen ja täyttää tutkimusviestinnän kriteerit. Produktin on perustuttava teoriaan ja raportin tulee sisältää teoreettinen viitekehysosuus. Tässä opinnäytetyössä produkti on Ero-opas lapsiperheiden vanhemmille. (Hakala 2004, 28–29; Vilka & Airaksinen 2004, 9-10.)

Tutkimusviestinnän kriteereitä toiminnallisen opinnäytetyön raportissa ovat argumentointi, käsitteiden tai termien määrittely ja käyttö, lähteiden käyttö ja lähdeviitteiden merkintä, persoona- ja aikamuotojen tarkoituksenmukainen valinta, tiedon varmuuden asteen ilmaisu ja metateksti. Tutkimusteksti on rakenteeltaan ja ilmaisultaan asiakielistä, johdonmukaista, yksiselitteistä ja selkeää. (Vilka & Airaksinen 2004, 101.)

Toiminnallisen opinnäytetyön kaksijakoisuudella viitataan produktin ja raportin erilaisiin tekstuaalisiin ominaisuuksiin. Produktin ilmaisu on kohderyhmää palvelevaa ja

raportti laaditaan tutkimusviestinnän keinoin. Toiminnallisen opinnäytetyön toteutustavoille yhteistä on, että viestinnällisin ja visuaalisin keinoin pyritään luomaan kokonaisilme, josta voi tunnistaa tavoitteelliset päämäärät. (Vilka & Airaksinen 2004, 40–65.) Käyn läpi tässä opinnäytetyössä käytettyjä viestinnällisiä ja visuaalisia keinoja luvussa 6.3 Hyvä terveysaineisto.

6.2 Opinnäytetyön eteneminen

Aloitin opinnäytetyöprosessin tammikuussa 2015. Tammi-helmikuun aikana valitsin aiheen, laadin opinnäytetyösuunnitelman ja hain tutkimusluvan Porin perusturvakeskukselta. Olin rajannut aiheen lapsiin tai erityisryhmiin oman osaamisen ja mielenkiinnon perusteella. Selasin Porin perusturvakeskuksen www-sivuilta opinnäytetöiden aiheita. Ero-opas lapsiperheiden vanhemmille aiheena ja toiminnallinen lähestymistapa herättivät mielenkiintoni. Otin yhteyttä lastensuojelun johtavaan sosiaalityöntekijään Carita Koivula-Pukkilaan ja sain häneltä perheneuvolan johtajan Tarja Leskelän yhteystiedot. Laitoin Tarja Leskelälle sähköpostia ja varasin aiheen itselleni. Kerroin Tarja Leskelälle aikataulustani ja sain lisätietoa oppaasta.

Maalis-toukokuun aikana hankin aineistoa, jolla viitataan aiheesta tehtyyn kirjallisuuteen, tutkimuksiin ja Internet – lähteisiin. Aineiston hankinnassa arvioin lähteen luotettavuutta ja tiedon ajankohtaisuutta. Aineistoa oli paljon, koska vanhempien ero lapsiperheessä on aiheena laaja. Käytin aineiston käsittelyyn paljon aikaa. Vähitellen hahmottui kokonaiskuva aiheesta ja luonnostelin teoreettisen viitekehyksen rakenteen. Oppaan tekstiosuudet perustuvat teoreettiseen viitekehykseen, joten viitekehykseen panostaminen oli mielestäni tärkeää.

Kesä-elokuun aikana kirjoitin teoreettisen viitekehyksen ja tapasin yhteyshenkilön. Suunnittelimme yhdessä oppaan pituutta, sisältöä ja ulkoasua. Lisäksi keskustelimme oppaan kohderyhmästä ja tarkoituksesta. Syyskuussa kirjoitin oppaan tekstiosuudet teoreettisen viitekehyksen ja yhteyshenkilön toiveiden pohjalta. Lisäksi laadin koosteen palveluista ja tuesta sekä listan aikuisille ja lapsille suunnatusta kirjallisuudesta. Kirjallisuuslistan tekeminen sujui nopeasti, koska olin aineiston hankinnan vaiheessa

tutustunut erokirjallisuuteen. Palveluiden koonti oli haasteellisempaa, koska auttajatahoja, yhdistyksiä ja valtakunnallisia www-sivuja oli paljon ja jouduin valikoimaan joukosta sopivimmat kohderyhmää ajatellen. Tapasin yhteyshenkilön syyskuun lopussa. Kävimme läpi oppaan sisällön ja teimme siihen pieniä muutoksia. Opas lähetettiin Porin perusturvan viestintäsihteerille, joka vastasi oppaan taitosta. Ennen oppaan julkaisemista lastensuojelun johtava sosiaalityöntekijä, yhteyshenkilö ja perheasioiden yksikkö antoivat kehittämis ehdotuksia ja hyväksyivät valmiin oppaan. Lokakuun aikana kirjoitin opinnäytetyöraportin loppuun muilta osin.

Etenemisaikataulu oli minulle suuntaa antava ja prosessia selkiyttävä työväline. Tein opinnäytetyötä koulun ja työn ohella ja aikataulussa pysyminen osoittautui haasteelliseksi. Työn eteneminen vaati sitoutumista, organisointi- ja ongelmanratkaisutaitoja sekä paineensietokykyä. Välillä työ eteni suunnitelmien mukaan ja välillä eteneminen oli hidasta.

6.3 Oppaan tuottaminen

Ero-opas lapsiperheiden vanhemmille koottiin teorian tiedon sekä yhteyshenkilön toiveiden ja palautteen pohjalta. Opas on 11-sivuinen ja A5-kokoinen. Oppaan kehittämisessä käytin terveysaineiston tuottamiseen liittyviä lähteitä. Oppaan taitosta vastasi Porin perusturvan viestintäsihteerin, jolle toimitin oppaan tekstiosuudet. Olisin tehnyt taiton itse, mutta minulla ei ollut tietokoneella taitto-ohjelmaa. Sain kuitenkin antaa palautetta ja esittää toiveita oppaan ulkoasusta. Käsittelem seuraavaksi oppaan tuottamista hyvän terveysaineiston näkökulmasta sekä oppaan viestinnällisiä ja visuaalisia keinoja.

6.3.1 Hyvä terveysaineisto

Terveysaineiston käsite on laaja ja terveysaineistona voidaan pitää ihmisen hyvinvointia, elämää tai päätöksiä käsittelevää aineistoa (Rouvinen-Wilenius 2007, 3). Näin ollen myös ero-opasta lapsiperheiden vanhemmille voidaan tarkastella terveysaineistona. Terveysaineisto voi olla joko voimavara- tai riskilähtöistä. Voimavara lähtöinen

aineisto kohdentuu kohderyhmän voimavarojen vahvistamiseen ja riskilähtöinen riskitekijöihin. (Rouvinen-Wilenius 2007, 3.) Opas on kirjoitettu voimavaralähtöisesti, mutta se sisältää piirteitä myös riskilähtöisestä lähestymistavasta. Voimavaralähtöinen lähestymistapa näkyy siinä, että opas lisää yksilön ymmärrystä terveyttä tukevista tekijöistä ja auttaa yksilöä ymmärtämään omia mahdollisuuksia vaikuttaa näihin tekijöihin. Riskilähtöisyys näkyy vanhempien eroon liittyvien riskien esiin tuomisena.

Tarkastelen opasta Terveiden edistämisen keskuksen terveysaineiston laatukriteerien kautta. Laatukriteerit voidaan jakaa sisältöön, kieliasuun, ulkoasuun ja terveysaineiston kokonaisuuteen liittyviin kriteereihin. Sisällöltään onnistuneella oppaalla on konkreettinen terveystavoite ja sen tieto on oikeaa, virheetöntä ja määrältään sopivaa. (Parkkunen, Vertio & Koskinen-Ollonqvist 2001, 10.) Oppaan tavoitteet käyvät ilmi luvusta 2 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet. Tiedon oikeellisuus perustuu lähdekriittiseen aineiston hankintaan. Perheneuvolan johtaja, lastensuojelun johtava sosiaalityöntekijä ja perheasioiden yksikkö antoivat kehittämissuhteita ja hyväksyivät oppaan sisällön tiedon oikeellisuuden ja virheettömyyden varmistamiseksi. Tiedon määrän suhteen päädyimme yhteyshenkilön kanssa noin 10 sivuun. Oppaan kokonaispituudeksi tuli on 11 sivua, joista 5 sivua on käytetty aiheen käsittelyyn, 5 sivua palveluiden ja 1 sivu kirjallisuuden esittämiseen.

Kieliasuun liittyvä laatukriteeri on helppolukuisuus (Parkkunen ym. 2001, 10). Helppolukuisuuteen pyrin muokkaamalla lauserakenteita ytimekkäiksi ja käyttämällä helppoja käsitteitä. Oppaan helppolukuisuuden kehittämiseksi kysyin palautetta myös henkilöiltä, joilla ei ole ammatillista näkökulmaa aiheeseen. Opasta kirjoitettaessa pohdin, tuliko tekstistä liian asiapitoista tai tiivistä. Aikataulullisista syistä en kuitenkaan alkanut rakentaa tekstiä uudelleen. Asioiden esitystapa vaikuttaa helppolukuisuuteen ja asiat kannattaa esittää positiivisesti, jos se on mahdollista (Parkkunen ym. 2001, 14). Kiinnitin huomiota positiiviseen ilmaisuun, jotta teksti olisi kannustavaa ja kohderyhmää kunnioittavaa.

Ulkoasuun liittyvät laatukriteerit ovat selkeä ja helposti hahmotettavissa oleva esitystapa sekä tekstiä tukeva kuvitus (Parkkunen ym. 2001, 10). Oppaassa on sisällysluettelo, lyhyt aloituspuhe ja selkeyteen pyritään lisäksi otsikoinnin ja kappalejaon avulla. Kuvituksella voidaan vaikuttaa lukijan tunteisiin ja asenteisiin sekä vahvistaa tekstin

sanomaa (Parkkunen ym. 2001, 17). Valitsin Pixabay -kuvakirjastosta oppaaseen tunteisiin vetoavia, myönteisiä mielikuvia herättäviä ja mielenkiintoisia kuvia. Pixabayn kuvat ovat ilmaisia, kuvaajat ovat antaneet luvan kuvien julkiseen käyttöön ja luopuneet tekijänoikeuksistaan. Porin perusturvalla on kuitenkin käytäntö, ettei kuvakirjaston kuvia käytetä julkaisuissa, joten kuvitus perustuu viestintäsihteerin ottamiin valokuviin.

Terveysaineiston kokonaisuuden kannalta hyvää laatua osoittavat selkeästi määritellyt kohderyhmä, kohderyhmän kulttuurin kunnioittaminen, huomiota herättävyys ja hyvä tunnelma (Parkkunen ym. 2001, 10). Oppaan kohderyhmä on eroa suunnittelevat tai eronneet lapsiperheiden vanhemmat. Oppaan aihe on arkaluontoinen, joten oppaan toteutuksessa on kiinnitetty erityistä huomiota siihen, että teksti ja kuvitus ovat vanhempia kunnioittavia. Kuvien ja voimavaralähtöisyyden avulla pyritään herättämään huomiota ja luomaan hyvää tunnelmaa.

7 POHDINTA

7.1 Ammatillinen kasvu

Opinnäytetyön tekeminen vahvisti ammatillisia valmiuksia monella tavalla. Opin tuntemaan paremmin sosiaalialan palvelujärjestelmää ja sain uutta tietoa aiheesta vanhempien ero lapsiperheessä. Valmiudet kohdata ja tukea erotilanteessa olevia tai eronkokeneita perheitä sosiaalialan ammattihenkilönä vahvistuivat opinnäytetyön tekemisen myötä. Lapsen huomioimiseen ja tukemiseen liittyviä taitoja on mahdollista soveltaa myös muissa kuin vanhempien erotilanteessa.

Opinnäytetyöprosessista opin projektinhallintataitoja, kuten organisointia, kokonaisuuden hallintaa, tiedonhankintaa, ajanhallintaa ja yhteistyötaitoja. Työskentely opetti pitkäjänteisyyttä ja ongelmanratkaisutaitoja. Toimeksiannettu ja julkinen opinnäytetyö lisäsivät vastuunottoa ja motivaatiota. Työskentely kehitti kirjallista ilmaisutaitoa

ja opin terveystieteiden tuottamisen perusteita, mistä on hyötyä työelämässä. Opin-
näytetyöstä noussut jatkokehitysidea on suunnitella ja toteuttaa lapsille suunnattu ero-
ryhmä. Tällä hetkellä Porissa ei ole lapsille suunnattua eroryhmää.

7.2 Eettisyys ja luotettavuus

Lupien ja sopimusten allekirjoittaminen on osa eettistä käytäntöä. Minulla on opin-
näytetyön tekemisestä Porin perusturvakeskuksen hyväksymä tutkimuslupa ja Samkin
sopimus opinnäytetyön tekemisestä, jonka ovat allekirjoittaneet lisäksi toimeksian-
taja, osaamisalueen johtaja ja ohjaava opettaja.

Eettisyys opinnäytetyössä näkyy tekijänoikeuksien kunnioittamisena lähdemateriaalia
käytettäessä. Olen tehnyt lähdeviittaukset ja lähdeluettelon Samkin ohjeistuksien mu-
kaan merkatien lähdeviittaukset asianmukaisesti viitatessa tai referoidessa lähdemate-
riaalia. Etsiessäni kuvia oppaaseen otin huomioon tekijänoikeudet ja käytin Pixabayn
kuvakirjastoa, jossa kuvien ottaja on luopunut tekijänoikeuksistaan ja luovuttanut ku-
vat julkiseen käyttöön. Aineiston hankinnassa olen huomionut lähdekritiikin arvioi-
malla lähteiden luotettavuutta ja ajankohtaisuutta. Luotettavuutta lisää sekin, että op-
paan ovat tarkistaneet ja hyväksyneet perheneuvolan johtaja, perheasioiden yksikkö ja
lastensuojelun johtava sosiaalityöntekijä.

Opas on kirjoitettu kohderyhmää kunnioittavasti ja mahdollisimman voimavara-
lähtöisesti. Lapsiperheiden tukeminen vanhempien erotilanteessa on eettisestä näkökul-
masta tärkeä aihe, koska ero on riski vanhempien hyvinvoinnille ja lasten kehitykselle.
Olen kirjoittanut opinnäytetyön huolellisesti ja tunnollisesti tehnyt parhaani työn eri
vaiheissa. Luovutan opinnäytetyön tuloksena syntyneen ero-oppaan tekijänoikeudet
Porin perusturvalle, jotta opasta voidaan tarvittaessa päivittää tai kehittää.

7.3 Opinnäytetyöprosessin ja oppaan arviointi

Opinnäytetyön tarkoitus tuottaa Porin perusturvakeskukselle ero-opas lapsiperheiden
vanhemmille toteutui. Tavoitteiden toteutumista on vaikea arvioida, koska opas on
vasta otettu käyttöön. Asiasisällöltään ja ulkoasultaan opas on kuitenkin tavoitteiden

mukainen. Perheneuvolan johtaja ja lastensuojelun johtava sosiaalityöntekijä antoivat oppaasta hyvää palautetta.

Suunnitelman tekemiseen olisi voinut käyttää enemmän aikaa, koska se vaikutti työn etenemiseen. Opinnäytetyö ja opas valmistuivat ajoissa, mutta aikataulu meni tiukaksi. Olisin voinut käyttää enemmän aikaa oppaan tekstiosuuksien kehittämiseen ja suunnitella oppaan taittoa aikaisemmin. Kehityin aineistonhankinnassa ja tämänhetkisillä taidoilla osaisin hankkia parempaa lähdemateriaalia. Opettajan ohjausta olisi kannattanut hyödyntää työn kaikissa vaiheissa. Opettajan kannustus auttoi työn loppuun saattamista. Olisin myös halunnut osallistua taittoon ja käyttää Pixabaysta lataamiani kuvia, mutta olen kuitenkin tyytyväinen oppaaseen.

Opinnäytetyöraportti on mielestäni onnistunut ja tekijänsä näköinen. Minulla on tapana kirjoittaa tiivistä ja selkeää tekstiä. Kiinnitin raportissa huomiota tekstin yhtenäisyyteen, loogisuuteen ja johdonmukaisuuteen, mikä edellytti kokonaisuuden hallintaa, tekstin muokkaamista ja asioiden toiston välttämistä. Onnistuin mielestäni rajaamaan työmäärän opinnäytetyön työmäärää vastaavaksi. Opinnäytetyön aloittamiseen, tiedonhankintaan ja teoreettisen viitekehysten kirjoittamiseen kului silti enemmän aikaa kuin odotin.

Toiminnallisen opinnäytetyön tekeminen kiinnosti sen käytännönläheisyyden vuoksi. Opinnäytetyön tuloksena syntynyt konkreettinen tuote eli opas siirtyi suoraan käytäntöön kohderyhmän käytettäväksi. Toiminnallisella ja tutkimuksellisella opinnäytetyöllä on paljon yhteistä. Molemmissa opinnäytetyöissä tehdään suunnitelma, kirjoitetaan teoreettinen viitekehys ja toteutuksessa käytetään menetelmän käyttöön liittyvää lähdemateriaalia. Tässä opinnäytetyössä käytin toiminnallisen opinnäytetyön tekemiseen ja terveysaineiston tuottamiseen liittyvää lähdemateriaalia. Sekä tutkimuksellisesta että toiminnallisesta opinnäytetyöstä tehdään raportti, joka kirjoitetaan tutkimusviestinnän keinoin. Vaikka produkti on käytännönläheinen, toiminnallisen opinnäytetyön tekemiseen liittyi sekä teoreettista että tutkimuksellista työskentelyä.

LÄHTEET

Ensi- ja turvakotien liitto. 2013. Vanhemman opas: tietoa ja tukea lapsiperheen eroon. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liitto.

Duodecim www-sivut. Viitattu 26.8.2015. <http://www.duodecim.fi/>

Hakala, J. 2004. Opinnäytetyöopas ammattikorkeakouluille. Helsinki: Gaudeamus.

Kerola, K., Kujanpää, S. & Kallio, A. 2007. Tunteesta tunteeseen. Helsinki: Opetushallitus.

Kiianmaa, K. 2008. Hyvä ero, uusi elämä. Helsinki: Multikustannus Oy.

Koskela, R. 2008. Ero lapsiperheessä. 2. painos. Helsinki: Lastensuojelun keskusliitto.

Kyrönlampi-Kylmänen, T. 2007. Arki lapsen kokemana. Eksistentiaalis-fenomenologinen haastattelututkimus. Acta Universitas Lapponiensis 111. Rovaniemi: Lapin yliopisto.

Kääriäinen, A. 2009. Ero, vanhemmuus ja tukeminen. Helsinki: Lastensuojelun keskusliitto.

Kääriäinen, A. 2008. Ero haastaa vanhemmuuden. Helsinki: Lastensuojelun keskusliitto.

Lastensuojelun keskusliitto. 2011. Vanhemman opas: tietoa ja tukea lapsiperheen eroon. Helsinki: Lastensuojelun keskusliitto

Lehtinen, T. & Lätti, E. 2011a. Entäs minä? Erosurun palasista ehjäksi tarinaksi. Lasten eroryhmän käsikirja.

Lehtinen, T. & Lätti, E. 2011b. Entäs minä? Kuinka tuen lastani erossa. Vanhempien ryhmän käsikirja.

Linnankoski, J. & Valtonen, M. 2008. Erosta elossa: ero-opas miehille. Helsinki: Miessakit ry.

Lipponen, P. & Wesaniemi, P. 2005. Lapsi ja ero: kertomuksia lapsesta ja avioerosta. Helsinki: Kirjapaja Oy.

Mielenterveystalon www-sivut. 2015. Viitattu 23.8.2015. <https://www.mielenterveystalo.fi/>

Mielenterveysseuran www-sivut. 2015. Viitattu 28.8.2015. <http://www.mielenterveysseura.fi/>

Niemelä, S. 2008. Millan isä ja äiti eroavat –miten lasta voi auttaa vanhempien erotilanteessa. Helsinki: Suomen kasvatus- ja perheneuvontaliitto ry.

Niemelä, S. 2007. Satulaivan matkassa: sadut lapsen apuna vanhempien erotessa. Helsinki: Suomen kasvatustieteiden tutkimuskeskus ja perheneuvontaliitto ry.

Nyyti ry:n www-sivut. 2015. Viitattu 28.8.2015. <https://www.nyyti.fi/>

Oikeuslaitoksen www-sivut. 2015. Viitattu 29.8.2015. <http://www.oikeus.fi/>

Oikeusministeriön www-sivut. 2015. Viitattu 29.8.2015. <http://www.oikeusministerio.fi/>

Parkkunen, N., Vertio, H. & Koskinen-Ollonqvist, P. 2001. Terveysaineiston suunnittelun ja arvioinnin opas. Helsinki: Terveysten edistämisen keskus.

Rouvinen-Wilenius, P. 2007. Tavoitteena hyvä ja hyödyllinen terveysaineisto. Terveysten edistämisen keskus ry. Viitattu 26.10.2015. <http://www.researchgate.net/>

Royal College of Psychiatrists. 2015. Divorce or separation of parents - the impact on children and adolescents. Viitattu 2.11.2015. <http://www.rcpsych.ac.uk/>

Tilastokeskuksen www-sivut. Viitattu 1.8.2015. <https://www.tilastokeskus.fi/>

Vilkka, H. & Airaksinen, T. 2004. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.