

Emmi Rautio ja Maria Suuntala

Doulakoulutus pääkaupunkiseudulla

Doulien näkökulma

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Kätilö (AMK)

Hoitotyön koulutusohjelma

Opinnäytetyö

30.11.2015

Tekijä(t) Otsikko	Emmi Rautio, Maria Suuntala Doulakoulutus pääkaupunkiseudulla – Doulien näkökulma
Sivumäärä Aika	40 sivua + 3 liitettä 30.11.2015
Tutkinto	Kätilö (AMK)
Koulutusohjelma	Hoitotyön koulutusohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	Kätilötyön suuntautumisvaihtoehto
Ohjaaja(t)	Lehtori, TtT Pirjo Koski
<p>Opinnäytetyömme tarkoituksena oli kuvata doulakoulutusta, doulien kokemuksia käymästä koulutuksesta sekä koulutuksen merkitystä doulille. Opinnäytetyömme tavoitteena oli kerätä tietoa doulakoulutuksen kehittämisen pohjaksi.</p> <p>Opinnäytetyömme toteutettiin laadullisena tutkimuksena, ja siihen osallistui viisi (N=5) doulakoulutuksen käynnyttä ja synnytyksissä doulannutta yrittäjädoulaa. Aineisto kerättiin yksilohaastatteluina toteutettuina teemahaastatteluina heinä-syyskuussa 2015. Haastattelut tallennettiin digitaaliseen muotoon ja litteroitiin sanatarkasti tekstiksi. Saatu aineisto analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä.</p> <p>Keskeiset tulokset osoittivat, että doulakoulutuksista sai paljon tietoja ja taitoja, ja että ne tukivat doulien ammatillista kasvua. Koulutuksissa käytettiin monipuolisia koulutusmenetelmiä, ja niissä toteutettiin vaihtelevaa palautteenantoa. Doulakoulutukset mukautuivat hyvin paljon kunkin koulutusryhmän mukaan. Doulien koulutuskokemukset olivat pitkälti positiivisia, mutta doulat mainitsivat myös muutamia doulakoulutuksiin liittyviä haasteita ja kehitysehdotuksia. Doulat kertoivat koulutuksen merkityksen liittyvän sosiaalisuuteen, doulana toimimiseen sekä heidän yksityiselämäänsä.</p> <p>Tulokset osoittavat, että doulakoulutus on hyvää ja merkityksellistä doulille. Koulutuksissa olisi kuitenkin myös kehittämisen varaa. Opinnäytetyön jatkotutkimusaiheena voisi esimerkiksi olla doulakoulutus muilla paikkakunnilla tai koko Suomessa. Tuloksia voidaan hyödyntää doulakoulutuksen kehittämisessä ja doulakoulutusten yhtenäistämässä. Tulokset lisäävät tietoisuutta doulakoulutuksesta sekä sen sisällöstä, ja tuloksista hyötyvät kätilöt, kätilöopiskelijat, muut aiheesta kiinnostuneet sekä sellaiset henkilöt, jotka suunnittelevat doulaksi ryhtymistä.</p>	
Avainsanat	doula, koulutus, pääkaupunkiseutu, kokemus, merkitys

Author(s) Title	Emmi Rautio, Maria Suuntala Doula Training Course – The Doulas' Point of View
Number of Pages Date	40 pages + 3 appendices 30 November 2015
Degree	Bachelor of Health Care
Degree Programme	Nursing and Health Care
Specialisation option	Midwifery
Instructor(s)	Pirjo Koski, Senior Lecturer, Ph.D. (Health Science)
<p>The purpose of our thesis was to describe doula training course, the experiences that doulas have regarding their training courses and the significance of doula training course to doulas. The aim was to gather information with which doula training course could be improved.</p> <p>Our thesis was carried out by using a qualitative approach. Five (N=5) professional doulas who had participated in a doula training course and had worked as a doula took part in our study. The data was collected by performing individual theme interviews from July to September 2015. The interviews were recorded and then transcribed word by word into text. The collected data was analysed by using the inductive content analysis.</p> <p>Key results showed that doula training courses provided a lot of information and many skills to doulas and they supported doulas' professional growth. The teaching methods were diverse and the evaluation and the giving of feedback was variable. Doula training courses adjusted very much to each group of trainees. Doulas' experiences regarding their training courses were mostly positive but doulas also brought up some challenges and developmental suggestions. Doulas told that the significance of doula training course is in its social aspects, in the actual doula activity and in doulas' private lives.</p> <p>The results indicate that doula training course is good and meaningful to doulas. However, there also seems to be a margin for some improvements. The subject should be researched further for instance from the viewpoint of doula training course in other areas or in the entire Finland. These results can be used in the developing of doula training course and in the standardisation of doula training courses. The results increase the awareness of doula training course and its contents and the results benefit midwives, student midwives, others who are interested in the subject and those who are planning to become a doula.</p>	
Keywords	doula, training course, experience, significance

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Doulaus	2
2.1	Doulan määritelmä	2
2.2	Doulan merkitys	3
2.3	Doulatoiminta	4
2.4	Doulakoulutus	4
2.5	Yhteistyö sairaalassa	6
3	Koulutuksen teoriaa	6
3.1	Koulutuksen tavoitteet	7
3.2	Koulutuksen oppiaines	7
3.3	Koulutusmenetelmät	8
3.4	Koulutuksen ja oppimisen arviointi	9
4	Työn tarkoitus ja tavoite	10
5	Työn toteutus	10
5.1	Tiedonantajat	10
5.2	Aineistonkeruu	12
5.3	Aineiston analysointi	13
6	Tulokset	16
6.1	Doulien taustatiedot	16
6.2	Doulakoulutuksen kuvaus	16
6.2.1	Tietojen ja taitojen saaminen	16
6.2.2	Ammatillisen kasvun tukeminen	19
6.2.3	Monipuolisten koulutusmenetelmien käyttäminen	20
6.2.4	Vaihteleva palautteen antaminen	22
6.2.5	Mukautuva koulutus	22
6.3	Koulutuskokemuksia	23
6.3.1	Koulutusten hyvät puolet	24
6.3.2	Koulutusten haasteet ja kehitysehdotukset	25
6.4	Koulutuksen merkitys	27

7	Pohdinta	29
7.1	Tulosten pohdinta ja johtopäätökset	30
7.2	Opinnäytetyön eettisyys	32
7.3	Opinnäytetyön luotettavuus	34
7.4	Opinnäytetyön hyödynnettävyys ja jatkotutkimusaiheet	37
	Lähteet	38
	Liitteet	
	Liite 1. Saatekirje	
	Liite 2. Kirjallinen suostumus	
	Liite 3. Haastattelurunko	

1 Johdanto

Kautta aikojen ja kulttuurista riippumatta on synnyttäjillä ollut synnytyksissään mukana muita naisia tukemassa heitä. Jatkuva synnytyksen aikainen tuki on kuitenkin harvinaistunut synnytysten siirryttyä kotoa sairaalaan. (Hodnett – Gates – Hofmeyr – Sakala 2013: 2.) Doulien eli synnytystukihenkilöiden käyttö synnytyksissä onkin lisääntymässä. Esimerkiksi Suomessa vuonna 2012 pelkästään Ensi- ja turvakotien liitolla oli lähes 180 vapaaehtoista doulaa. Tämän lisäksi on olemassa kaupallisia yrityksiä, jotka tarjoavat doulapalveluita. (Doulat yleistyvät myös suomalaisissa synnytyksissä 2012.) Doulien lisääntynyt käyttö synnytyksissä on johtanut siihen, että kätilöiden ja doulien välinen yhteistyö lisääntyy.

Doulia on tutkittu paljon ja on todettu, että tällaisen perheen ulkopuolisen synnytystukihenkilön läsnäolo synnytyksen aikana on muun muassa lyhentänyt synnytyksiin kuluva-aikaa ja vähentänyt tarvetta lääketieteellisille interventioille, kuten sektioille (Campbell – Lake – Falk – Backstrand 2006: 460). Toisaalta on tullut ilmi, että siinä missä doulista on kätilöille ja synnyttävälle äideille suurta apua, voi heistä olla myös haittaa. Haittaa voi aiheuttaa esimerkiksi doulan vääränlaiset motiivit tai doulan epätietoisuus omasta roolistaan synnytyssalissa. (Hellsten – Jokinen 2014: 21–25.)

Doulien koulutusta ei ole tutkittu juuri lainkaan, mutta aiheesta on kuitenkin raportoitu useampaan eri otteeseen (esimerkiksi Bainbridge 2010: 57). Kätilöliitto on antanut doulien koulutuksesta lausunnon, jonka mukaan doulakoulutuksen tulisi antaa doulalle perustiedot synnytyksen kulusta. Lausunnossa korostetaan myös doulan roolia synnytyksen aikana: doula on synnyttäjän tukihenkilö kun taas kätilö on synnytystä hoitava ja siitä vastaava ammattihenkilö. (Kätilöliiton lausunto doulakoulutuksen sisällöstä 2012.)

Kätilöliiton lausunto ja doulakoulutuksesta löytyvä vähäinen tutkimustieto saivat meidät kiinnostumaan siitä, millaista doulakoulutus on Suomessa. Keskitymme kuvaamaan, millaista koulutusta doulat ovat saaneet, millaisia kokemuksia doulilla on käymästään koulutuksesta, ja mikä merkitys koulutuksella on doulille. Menetelmiksemme valikoituivat teemahaastattelu ja aineistolähtöinen sisällönanalyysi.

2 Doulaus

Monissa maissa jatkuva synnytyksen aikainen tuki on harvinaistunut, koska suurin osa naisista synnyttää sairaalassa kotinsa sijaan. Huolet naisten synnytyskokemusten epäinhimillisyydestä ovat johtaneet pyyntöihin jatkuvan, henkilökohtaisen tuen palauttamisesta mukaan synnytykseen. Jatkuvaa tukea voivat tarjota sairaalan henkilökunta, synnyttävän naisen sosiaalisesta verkostosta valikoidut henkilöt sekä naiset, jotka eivät työskentele sairaalalle eivätkä tunne synnyttäjää entuudestaan. (Hodnett ym. 2013: 2–3.) Tällaisia sairaalan ja tyyppillisimmin myös äidin sosiaalisen verkoston ulkopuolelta synnytykseen mukaan tulevia naisia kutsutaan douliksi.

2.1 Doulan määritelmä

Doula tulee kreikan kielen sanoista *doulos* tai *doule*, jotka tarkoittavat palvelijatarta. Nykyään doulaksi kutsutaan koulutettua synnytystukihenkilöä, joka tarjoaa synnyttäjälle ja tarvittaessa tämän perheelle emotionaalista, fyysistä sekä sosiaalista tukea ennen synnytystä, synnytyksen aikana ja sen jälkeen. (Bianchi – Adams 2004: 24; Adams – Bianchi 2004: 12.)

Doula siis tarjoaa synnytystukitoimintaa, neuvoja ja rohkaisua, helpottaa kommunikointia asiakkaan ja terveydenhuollon ammattilaisten välillä sekä yrittää ymmärtää synnyttäjän tarpeita, pelkoja ja huolia. Doula tapaa asiakasta raskauden aikana tehdäkseen tämän kanssa synnytyssuunnitelman. Hän kunnioittaa asiakkaansa kulttuuria ja uskontoa, tarjoaa jatkuvaa hoivaa synnytyksessä ja arvostaa synnytyksen merkitystä naisen kokemuksien ja muistojen kannalta. Doula voi käyttää synnyttäjän tukemisessa musiikkia, aromaterapiaa, ystävällisiä sanoja ja rauhoittelua. Hän antaa synnyttäjän ilmaista vapaasti tunteitaan, tarjoaa lääkkeettömiä vointia helpottavia menetelmiä ja rohkaisee äitiä asentoihin, jotka tukevat lapsen laskeutumista sekä kääntymistä synnytyskanavassa. Doula voi hyödyntää myös hierontaa, vettä tai muita rentoutuskeinoja synnyttäjän tukemisessa. Hän auttaa imetyksessä ja tukee äiti-lapsisuhteen kehittymistä. Doula ei kuitenkaan tee lääketieteellisiä toimenpiteitä tai päätöksiä, tarjoa mielipiteitä tai osoita minäänlaista paheksuntaa äidin tekemiä päätöksiä kohtaan. (Adams – Bianchi 2004: 12.)

Doulaksi voi ryhtyä kuka tahansa. Doulalle ei siis ole mitään pohjakoulutusvaatimusta. Kyse on omasta halusta ja motivaatiosta auttaa tulevia perheitä raskaudesta synnytyksen jälkeiseen aikaan. (Doulatoiminta Helsingin ensikodissa.)

2.2 Doulan merkitys

Synnyttäjä voi haluta doulan mukaan synnytykseen useasta eri syystä. Voi olla, että hän haluaa mukaansa henkilön, joka on luotettava ja ennalta tuttu, mutta jolla on myös kokemusta ja tietoa synnyttämisestä. Toisaalta synnyttäjä saattaa haluta vain varmistaa, että hän saa jatkuvaa tukea synnytyksensä aikana. Kätilöllä ei tähän ole useinkaan mahdollisuutta. Doula voi toimia myös synnyttäjän toiveiden ja tarpeiden välittäjänä hoitohenkilökunnalle tai jopa tulkkina, jos synnyttäjä ei puhu suomea. Doula voidaan ottaa synnytykseen mukaan myös siksi, että hän tukisi synnyttäjän puolisoa, jolloin tämä voisi tukea paremmin synnyttäjää. Joskus doula voidaan haluta mukaan synnytykseen, koska oma puoliso ei syystä tai toisesta pääse synnytykseen mukaan tai puolisoa ei yksinkertaisesti ole. (Miksi ottaisin doulan?; Lynch 2010: 22–23; Adams – Bianchi 2004: 12; Bainbridge 2010: 57.)

Useat tutkimukset ovat osoittaneet, että jatkuvasta tuesta synnytyksen aikana on kliinisesti merkittäviä hyötyjä. Jatkovaa synnytyksen aikaista tukea saaneet naiset synnyttävät todennäköisemmin spontaanisti alateitse, saavat pienemmällä todennäköisyydellä synnytyksen aikaista kipulääkitystä tai raportoivat harvemmin tyytymättömyyttä. Lisäksi heidän synnytyksensä ovat lyhempiä ja johtavat harvemmin sektioon, operatiiviseen synnytykseen tai alhaisiin vastasyntyneen Apgar-pisteisiin. (Hodnett ym. 2013: 1–2.) On myös havaittu, että doulan tukemilla äideillä on enemmän aikomuksia imettää, ja he myös aloittavat imetyksen aikaisemmin (Mottl-Santiago – Walker – Ewan – Vragovic – Winder – Stubblefield 2008: 374–375).

Ehkä tärkein huomio jatkuvasta synnytyksen aikaisesta tuesta on se, että sillä ei ole tunnettua haittaa. Tämän vuoksi jokaisen naisen tulisi saada jatkuvaa tukea koko synnytyksensä ajan. Koska sairaala jo organisaationa vähentää henkilökunnan mahdollisuuksia tarjota jatkuvaa tukea, sairaaloiden pitäisi sallia ja kannustaa naisia ottamaan valitsemansa henkilö mukaan synnytykseen. (Hodnett ym. 2013: 2, 16.) Toki tulee huomioida, että doula tuen antajana voi joissain tilanteissa olla myös haitaksi (esimerkiksi Hellsten – Jokinen 2014: 21–25).

2.3 Doulatoiminta

Suomessa maksuttomia doulapalveluita järjestävät esimerkiksi Ensi- ja turvakotien liitto sekä Folkhälsan. Maksullisia doulapalveluita tarjoavat muun muassa Doules ja Doulakka. (Doulatoiminta Helsingin ensikodissa; Doula - stödperson vid förlossningen; Doula; Synnytysdoulapalvelut.) Esimerkiksi Englannissa doulatoiminta on muutamia vapaaehtoishjelmia lukuun ottamatta pääasiallisesti maksullista toimintaa (Bainbridge 2010: 57).

Helsingin Ensikoti ry on tarjonnut asiakkailleen mahdollisuuden saada Ensikodin työntekijän tukihenkilöksi synnytykseen jo vuodesta 1981. Nykyisin Helsingin Ensikoti ry:llä on noin 30 doulaa. Vapaaehtoistyön luoteen vuoksi toiminnasta peritään vain pienehkö maksu, jolla katetaan doulalle aiheutuvia kuluja. (Doulatoiminta Helsingin ensikodissa.) Folkhälsanin doulatoiminta on aloitettu vuonna 2004. Toiminta on hyvin Ensikodin toiminnan tapaista, erona on lähinnä se, että Folkhälsan tarjoaa palvelujaan pääasiassa ruotsiksi. Folkhälsanin ja Ensi- ja turvakotien liiton doulat tekevät yhteistyötä keskenään. (Doula - stödperson vid förlossningen.)

Alalla toimii nykyään myös doulapalveluita tarjoavia kaupallisia yrityksiä (Doulat yleistyvät myös suomalaisissa synnytyksissä 2012), jotka määrittelevät itse palvelujensa sisällön ja hinnan. Hinnat voivat nousta korkeiksikin, mikä rajaa maksullisten doulapalveluiden käyttäjäkuntaa.

2.4 Doulakoulutus

Suurimmalle osalle doulista koulutuksellinen valmistautuminen koostuu luentoihin osallistumisesta tai koulutusohjelmista, joiden aiheina ovat esimerkiksi naisen anatomia, synnytyksen fysiologia ja vaiheet sekä imetystuki. Doulat saattavat myös oppia lääketieteellistä sanastoa sekä saada yleistä tietoa sairaaloiden rutiinitoimenpiteistä, kipulääkityksestä ja keisarileikkauksesta kirurgisena toimenpiteenä. Vaikka tuen antamisen muodot vaihtelevat, pääpaino on siinä, että kannustetaan fysiologista suhtautumista synnytykseen ja vähennetään synnytykseen kohdistuvaa medikalisaatiota. (Low – Moffat – Brennan 2006: 26.)

Suomessa doulia kouluttavat erilaiset järjestöt, kuten Ensi- ja turvakotien liitto sekä Folkhälsan. Doulakoulutusta tarjoavat lisäksi yksityiset yritykset ja yrittäjät, kuten Suomen

Doulat ry ja Doulakka. (Haluatko auttaa?; Bli doula - stödperson vid förlossningen; Minustako doula?; Doulakoulutus.) Doulaksi voi myös sertifioidua. Vanhin ja suurin sertifiointikoulutusta tarjoava järjestö lienee Doulas of North America eli DONA International. Suomessa doulasertifiointia tarjoaa Doulakka. (DONA International Certification; Synnytysdoulasertifiointikurssi.)

Tutkimuksissa on todettu, että doulan ei tarvitse saada kovin laajaa koulutusta. Jo vähäisellä koulutuksella hänen antamastaan tuesta saadaan selkeästi havaittavissa olevia positiivisia tuloksia aikaiseksi. Kun esimerkiksi synnyttäjien naispuolisille ystäville tai perheenjäsenille järjestettiin vain neljän tunnin pituinen koulutus, todettiin, että heidän läsnäolonsa avulla synnytykseen kuluva aika lyheni, synnyttäjien kohdunsuu oli avautuneempi epiduraalin laittoon mennessä ja vastasyntyneet saivat korkeampia 1 ja 5 minuutin Apgar-pisteitä. (Campbell ym. 2006: 456.) Lisäksi synnyttäjät, jotka olivat saaneet doulatukea ennen ja jälkeen synnytyksen sekä synnytyksen aikana, raportoivat enemmän positiivisia odotuksia synnytyksestään ja positiivisia näkemyksiä vastasyntyneistään. He kokivat saavansa enemmän tukea toisilta ihmisiltä ja heidän itsetuntonsa oli parempi. Doulatukea saaneet olivat hyvin tyytyväisiä sairaalassa saamaansa hoitoon ja myös imettivät todennäköisemmin kuin he, jotka eivät saaneet doulatukea. (Campbell – Scott – Klaus – Falk 2007: 220.)

Suomen Kätilöliitto on antanut lausunnon doulakoulutuksesta. Lausunnon mukaan doulien tulisi saada koulutusta ainakin normaalin synnytyksen etenemisestä ja fysiologiasta, lääkkeettömistä kivunlievitysmenetelmistä ja synnytyksen luonnollisen etenemisen tukemisesta. Lisäksi heille pitäisi kertoa lääkkeellisestä kivunlievityksestä, hengityksestä synnytyksen eri vaiheissa ja oikean hengitystekniikan tukemisesta, oikeasta ajasta siirtyä sairaalaan sekä doulan roolista synnytyksessä synnyttäjän ja tämän kumppanin tukena. Lausunnossa korostetaan myös doulan ja kätilön välistä roolijakoa: doulakoulutuksessa olisi hyvä painottaa, että nimenomaan kätilö hoitaa ja on vastuussa synnytyksestä, jolloin doulan tehtävänä on vain ja ainoastaan synnyttäjän tukeminen. Tukemisessa tulisi huomioida synnyttäjän toiveet ja tunteet sekä suunnitelmien muuttumisesta aiheutuvat haasteet. Koulutuksessa tulisi myös korostaa doulan roolia tilanteessa, jossa hänen arvonsa eivät täsmää synnyttäjän toiveiden kanssa. Olisi myös tärkeää, että doula loisi suhteen sairaalaan ja oppisi sen toimintatavat sekä hoitokäytännöt. (Kätilöliiton lausunto doulakoulutuksen sisällöstä 2012.)

2.5 Yhteistyö sairaalassa

Jatkuva synnytyksen aikainen tuki on harvinaistunut maailmanlaajuisesti (Hodnett ym. 2013: 1). Australiassa tehdyssä kättilöiden ja doulien näkemyksiä selvittäneessä tutkimuksessa doulat kertoivat, että he kokevat täyttävänsä terveydenhuollossa olevaa aukkoa tarjoamalla synnyttäjille jatkuvaa tukea, suojelemalla normaalia synnytystä ja antamalla neuvoja imetyksestä. Kättilöt taas kuvailivat, että doulat muuttavat kättilön ja synnyttäjän välistä suhdetta muun muassa astumalla yli doulan roolin rajojen ja pitämällä valtaa synnytyksissä. (Stevens – Dahlen – Peters – Jackson 2011: 509.)

Suomalaisessa opinnäytetyössä kättilöt kertoivat ajatuksistaan doulien läsnäolosta synnytyssalissa. He kokivat sen yleisesti ottaen positiivisena. Doulan koettiin luovan synnytyssaliin hyvää ilmapiiriä ja energiaa, ja doulan antaman tuen ja läsnäolon koettiin edistävän synnytystä ja voimaannuttavan synnyttäjää. Doulan koettiin tarjoavan synnyttäjälle sitä tukea ja läsnäoloa, jota kättilö itse ei pysty nykyisten resurssien puitteissa tarjoamaan. Doulan läsnäolosta koettiin olevan huomattavasti enemmän hyötyjä kuin haittoja, joskin doulan toiminta koettiin toisinaan myös haitalliseksi. Haitat liittyivät tilanteisiin, joissa doulan motiivit olivat väärät, doula ei tuntenut omaa rooliaan synnytyksessä tai doula kritisoi hoitohenkilökuntaa. (Hellsten – Jokinen 2014: 21–25.)

3 Koulutuksen teoriaa

Ensimmäinen askel suunniteltaessa koulutusta on selvittää, mitä siitä on etukäteen säädetty tai sovittu. Jos tällaista virallista opetussuunnitelmaa ei ole esimerkiksi koulutuksen satunnaisuuden vuoksi, on koulutuksen pitäjän selvítettävä, mitä koulutuksen tilaaja tai järjestäjä koulutukselta vaatii. Joskus koulutuksen pitäjän täytyy luoda koulutuksen tavoitteet, sisältö ja rakenne alusta asti itse. (Pruuki 2008: 32.)

Koulutuksen suunnittelussa on otettava kantaa moniin eri asioihin. On muun muassa huomioitava, kenelle koulutus järjestetään, mitkä ovat sen tavoitteet ja keskeinen sisältö sekä miten vuorovaikutus kouluttajan ja koulutettavien välillä toteutetaan. Myös koulutusmenetelmät ja arvioinnin suorittaminen on huomioitava koulutusta suunniteltaessa. Tällaiset koulutusta koskevat ennakkosuunnitelmat toteutuvat harvoin sellaisenaan, koska koulutusryhmä vaikuttaa aina omalla tavallaan koulutukseen. Tämä on usein vain hyvä asia. (Pruuki 2008: 33.)

3.1 Koulutuksen tavoitteet

Tavoitteiden tarkoituksena on selventää, mihin koulutuksella ja kouluttautumisella pyritään. Jos tämä ei ole selvää, onnistumiset jäävät satunnaisiksi. Jos kouluttajia on useampia, on heidän keskenään sovittava yhtenäiset tavoitteet, jotta he pystyvät viemään oppimista riittävän samaan suuntaan. Myös koulutukseen käytettävän ajan tulee näkyä asetetuissa tavoitteissa. (Pruuki 2008: 34; Kupias – Koski 2012: 11, 53.)

Koulutettavilla on oikeus tietää, minkälaisia tavoitteita organisaatio tai kouluttaja on asettanut. Heillä on myös oikeus osallistua tavoitteiden laatimiseen, koska se edistää oppimistulosten saavuttamista. Käytännössä tavoitteita on helppo alkaa asettaa sen jälkeen, kun on kartoitettu, millaisia odotuksia koulutettavilla on koulutuksesta. Olisi kuitenkin tärkeää, että koulutettavat asettaisivat myös omia, henkilökohtaisia tavoitteita. (Pruuki 2008: 34.)

Tavoitteita voi olla monenlaisia. Olivatpa tavoitteet minkälaisia tahansa, niitä asetettaessa tulee huomioida eri tavoitealueet: on eri asia vaikuttaa koulutettavan tietoihin kuin asenteisiin tai vaikkapa taitoihin. Varsinaisten oppimista koskevien tavoitteiden rinnalle olisi hyvä asettaa tavoitteita myös oppimisen taustatekijöille, kuten vuorovaikutukselle ja eri työtapojen käytölle. Lisäksi on hyvä muistaa, että jos tavoitteita ei konkretisoida tarpeeksi, ne eivät voi aidosti vaikuttaa käytännön opetukseen. (Pruuki 2008: 35–40.)

3.2 Koulutuksen oppiaines

Oppiaineksella tarkoitetaan koulutuksen oppimissisältöä. Sen luonteeseen vaikutetaan jo tavoitteita asetettaessa, mutta luonnetta on yksilöitävä vielä pidemmälle. Sisällön valintakriteereinä toimivat sisällön määrä, vaikeustaso sekä koulutukselle annettu aika. Kouluttajan on siis päätettävä, mikä on koulutuksen kannalta keskeistä sisältöä, mikä täydentävää, ja minkä voi jättää kokonaan koulutettavan oman mielenkiinnon ja oppimisen varaan. (Pruuki 2008: 41–42; Kupias – Koski 2012: 53.)

Kouluttajan suorittama sisällön ennakkopohdinta ei kuitenkaan yksinään riitä. Hänen on oltava avoin myös koulutettavien näkemyksille, koska opettamisessa tulisi aina lähteä liikkeelle koulutettavien kysymyksistä sekä aikaisemmista tiedoista ja kokemuksista. (Pruuki 2008: 42–43.) On siis esimerkiksi eri asia kouluttaa sen takia, että koulutettavalla ei ole mitään aiempaa tietoa aiheesta kuin sen takia, että koulutettava tarvitsee lisätietoa

vanhan osaamisen lisäksi tai kokonaan uutta tietoa vanhan tilalle (Kupias – Koski 2012: 28–31).

Sisällön valintaa seuraa juonen rakentaminen asiasisällöstä. Sisällön tulisi siis muodostaa looginen kokonaisuus eikä vain hyppiä asioiden välillä miten sattuu. Juoni voidaan rakentaa esimerkiksi ajalliselle jatkumolle tai vaikkapa yksityiskohdista kokonaisuuksiin etenevästi. (Pruuki 2008: 43.)

3.3 Koulutusmenetelmät

Koulutusta järjestetään erilaisten koulutusmenetelmien avulla. Käytännössä kouluttaja käyttää aina jotakin menetelmää kouluttaessaan. Koulutusmenetelmää valittaessa on suhteutettava keskenään asetetut tavoitteet, valittu oppiaines sekä se, mihin koulutuksella pyritään. Valintaan vaikuttavat myös kaikki ryhmän koosta ja koostumuksesta kouluttajan omaan osaamiseen ja mieltymyksiin saakka. Tärkeää on lisäksi se, että samaa koulutusmenetelmää ei käytetä jatkuvasti, ja että koulutettavien toiveita ja palautetta käytetyistä menetelmistä pyydetään ja hyödynnetään. (Pruuki 2008: 55; Kupias – Koski 2012: 98–99, 102–104.)

Koulutusmenetelmiä voidaan jakaa monella eri tavalla, ja niitä on useita erilaisia. Ensimmäiseksi tulisi kuitenkin päättää, koulutetaanko ihmisiä suurryhmissä, pienryhmissä, parityöskentelyn vai yksilötyöskentelyn avulla. Tästä riippuen koulutusmenetelmiksi voidaan valita esimerkiksi aktivoivat tai asiantuntijaluennot, kysymykset tai kyselyt, opetuskeskustelut tai dialogit, caset eli tapauskertomukset sekä arvostus- tai ongelmanratkaisutehtävät. (Pruuki 2008: 64–80, 82–93, 98–104; Kupias – Koski 2012: 110–122.)

Kaikki edellä mainitut koulutusmenetelmät ovat puhumiseen perustuvia, mutta myös kirjoittamiseen perustuvia menetelmiä voidaan hyödyntää kouluttamisessa. Tällaisia ovat esimerkiksi esseet tai referaatit, käsittekartat ja mind mapit sekä internet-työskentelyn eri muodot. (Pruuki 2008: 108–111, 114–116; Kupias – Koski 2012: 111.)

Myös valmiita kuvia, videoita, musiikkia, laulua sekä ilmaisuharjoituksia on mahdollista käyttää koulutusmenetelminä. Hieman toiminnallisempina koulutusmenetelminä taas voidaan hyödyntää roolipelejä, rastityöskentelyä, tutustumiskäyntejä ja toimintaan osallistumista sekä erilaisia rentoutusmenetelmiä. (Pruuki 2008: 118–128, 132–142, 145–146; Kupias – Koski 2012: 114, 119.)

3.4 Koulutuksen ja oppimisen arviointi

Arvioinnin avulla voidaan kehittää niin koulutustoimintaa kuin edistää osallistujien kehittymistä. Arviointi ja palautteen antaminen ovatkin tärkeä osa koulutusta ja siksi on merkityksellistä, miten niitä toteutetaan. Arviointia ja palautetta antavat koulutettavat sekä kouluttajat. (Kupias – Koski 2012: 163–164.) Erityisesti pitkäkestoisen koulutuksen aikana arviointia tulisi tehdä niin koulutuksen aikana kuin sen päättyessäkin (Pruuki 2008: 58).

Arvioinnin tulisi aina tapahtua suhteessa koulutuksen tavoitteisiin. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että kouluttajan on jo tavoitteiden asettamisen yhteydessä pohdittava myös arviointia. (Pruuki 2008: 56–57; Kupias – Koski 2012: 168.) Luonteeltaan arviointi voi olla hyvinkin monenlaista, mutta sen tausta-ajatuksena on aina se, että ihminen ei pysty kehittymään taikka kehittämään ilman palautetta. Toisaalta pelkkä palaute ei riitä, jos ihmisellä ei ole kykyä vastaanottaa ja käsitellä sitä. (Kupias – Koski 2012: 164–165.)

Esimerkiksi kouluttajan kyky ottaa vastaan erityisesti kriittistä palautetta on opiskeluilma-
piirin kannalta tärkeää. Jos kouluttaja torjuu saamansa palautteen suoralta kädeltä, voi se johtaa joko kritiikin lisääntymiseen tai koulutettavien vaikenemiseen kokonaan. Toisaalta myös kouluttajan palautteella on suuri merkitys koulutettavalle, siksi palautetta tulisikin antaa rakentavasti ja niin, että se kohdistuu asiaan tai käyttäytymiseen koulutettavan persoonan sijaan. (Pruuki 2008: 59–60.)

Arviointia voidaan suorittaa ja palautetta antaa muun muassa palautelomakkeisiin vastaamalla, palautetiimeissä tai -piireissä keskustelemalla, erilaisia kokeita pitämällä sekä draamaa ja autenttisia tilanteita hyödyntämällä. Niin koulutettavat kuin kouluttajatkin voivat tehdä itsearviointia tai pyytää vertaisarviointia muilta ryhmän jäseniltä tai kollegoiltaan. Toisaalta jo koulutettavien ilmeet, eleet ja äänensävyt voivat toimia kouluttajalle hyvänä palautteena siitä, onko oppimista tapahtumassa. (Pruuki 2008: 58, 148–155; Kupias – Koski 2012: 180–186.)

4 Työn tarkoitus ja tavoite

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata doulakoulutusta doulien näkökulmasta. Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa doulakoulutusta koskevaa tietoa sen kehittämisen pohjaksi.

Opinnäytetyötä ohjaavat kysymykset ovat:

1. Millaista doulakoulutus on?
2. Millaisia kokemuksia doulilla on käymästään doulakoulutuksesta?
3. Mikä merkitys doulakoulutuksella on doulille?

5 Työn toteutus

Teimme opinnäytetyön käyttäen laadullista eli kvalitatiivista lähestymistapaa. Kvalitatiivisella tutkimuksella tarkoitetaan ihmisten kokemusten, tulkintojen, käsitysten tai motivaatioiden tutkimista sekä ihmisten näkemysten kuvausta. Kvalitatiivinen tutkimus käsittelee siis uskomuksia, asenteita ja käyttäytymisen muutoksia. (Kankkunen – Vehviläinen-Julkunen 2013: 65–66.) Päädyimme kvalitatiiviseen lähestymistapaan, koska sen käyttöaiheita ovat uudet tutkimusalueet (Kankkunen – Vehviläinen-Julkunen 2013: 66), ja doulakoulutus on aiheena juuri sellainen, josta ei löydy nimeksikään aiemmin tutkittua tietoa.

5.1 Tiedonantajat

Kvalitatiivisen tutkimuksen ehkä keskeisin kysymys on se, miten suuri tiedonantajien lukumäärä tutkimuksessa tulisi olla, jotta se olisi riittävä. Aineistot ovat yleensä pieniä, koska tutkimuksessa ei tavoitella tilastollista yleistettävyyttä vaan esimerkiksi teoreettista yleistettävyyttä. (Kankkunen – Vehviläinen-Julkunen 2013: 110.) Alkuperäisenä tavoitteenamme olikin hankkia kuusi tiedonantajaa (N=6) opinnäytetyötämme varten. Nämä tiedonantajat oli tarkoitus valita kahdella eri tavalla, koska myös doulat voidaan jakaa kahteen eri pääryhmään: vapaaehtoistyötä tekeviin (N=3) ja yksityisinä yrittäjinä toimiviin (N=3) douliin (katso luku 2.3).

Vapaaehtoistyötä tekevät doulat oli tarkoitus valita lumipallo-otannalla, jolloin yksi tuntemamme avainhenkilö olisi johdattanut meidät uusien tiedonantajien pariin (Tuomi – Sarajärvi 2009: 86). Ajattelimme tämän otantatavan olevan tarkoituksenmukainen vapaaehtoisdoulien kohdalla, koska heistä ei ole löydettävissä yleisiä yhteystietoja esimerkiksi internetistä, emmekä siten olisi saaneet heihin yhteyttä yksinämme. Tämä otantatapa osoittautui oletettua vaikeammaksi: emme onnistuneet saamaan kuin yhden vapaaehtoisdoulun mukaan opinnäytetyöhömmme. Koska käytettävissämme oleva aika oli rajallinen, päätimme lopulta keskittyä vain siihen, että saisimme tarpeeksi suuren tiedonantajien määrän yrittäjädoulien keskuudesta.

Käytimme niin kutsuttua eliittiotantaa yrittäjädoulien valinnassa. Valitsimme siis itse ne doulat, joiden oletimme parhaiten voivan vastata opinnäytetyötämme ohjaaviin kysymyksiin. Tämän valintaprosessin mahdollistamiseksi meidän piti ensiksi kehittää opinnäytetyömme tarkoituksen saavuttamisen kannalta sopivat valintakriteerit. (Tuomi – Sarajärvi 2009: 86.) Ensinnäkin, doulilla piti olla jonkinlainen koulutus doulaamiseen liittyen, koska juuri koulutuksesta olimme kiinnostuneita. Koulutuksesta ei kuitenkaan saanut olla noin viittä vuotta enempää. Jotta doulat osasivat arvioida koulutuksen merkitystä, edellyttimme myös, että heillä oli doulauskokemusta ainakin kahdesta eri synnytyksestä, ja että he toimivat aktiivisesti doulana nykypäivänäkin. Lisäksi rajasimme tiedonantajat pääkaupunkiseudulla asuviin ja suomea puhuviin douliin.

Juuri eliittiotannan käyttäminen yrittäjädoulien hankinnassa oli mielestämme järkevintä, koska heillä on internetissä erittäin hyvät esittelysivut itsestään. Sivuja lukemalla ja valintakriteerit mielessä pitämällä pystyimme siis helposti etsimään opinnäytetyömme kannalta parhaita mahdollisia tiedonantajia. Heitä löytyikin yhteensä seitsemän.

Yhteydenotto kyseisiin douliin tapahtui sähköpostitse touko-kesäkuun 2015 välisenä aikana. Sähköpostissa kerroimme lyhyesti siitä, keitä olemme, ja miksi otamme heihin yhteyttä. Sähköpostin liitteeksi laitoimme *Haastattelu doulakoulutusta koskien* -saatekirjeen (Liite 1) sekä *Kirjallinen suostumus* -lomakkeen (Liite 2). Pyysimme doulia lukemaan kyseiset asiakirjat ja ottamaan yhteyttä, jos he kiinnostuivat opinnäytetyöhömmme osallistumisesta. Seitsemästä doulasta viisi vastasi myöntävästi, ja siten saimme opinnäytetyöllemme viisi (N=5) tiedonantajaa. Tämän jälkeen ryhdyimme sopimaan kullekin osapuolelle sopivaa haastattelu-aikaa ja -paikkaa niin sähköpostin kuin Facebook-sivuston yksityisten viestien välityksellä.

5.2 Aineistonkeruu

Kun halutaan tietää, mitä joku ajattelee, yksinkertaisinta on kysyä sitä häneltä itseltään (Eskola – Vastamäki 2010: 26). Monista laadullisista aineistonkeruumenetelmistä valitsimme siis teemahaastattelun, jossa korostuvat ihmisten asioille antamat merkitykset ja tulkinnat (Kankkunen – Vehviläinen-Julkunen 2013: 125). Teemahaastattelussa eli puolistrukturoidussa haastattelussa edetään tiettyjen keskeisten, etukäteen valittujen teemojen ja niihin liittyvien tarkentavien kysymysten varassa. Pyrkimyksenä on löytää merkityksellisiä vastauksia tutkimuksen tarkoituksen ja ongelmanasettelun kannalta. (Tuomi – Sarajärvi 2009: 75.)

Tuomi ja Sarajärvi (2009: 73) rohkaisevat siihen, että tiedonantajille annettaisiin mahdollisuus tutustua haastattelun teemoihin ja kysymyksiin etukäteen. Tästä huolimatta päätimme jo opinnäytetyön suunnitelmavaiheessa, että haastattelurunkoa ei lähetä etukäteen tiedonantajille, jotta se ei ohjaisi heitä liikaa. Tiedonantajamme kuitenkin tiesivät teemahaastattelun aiheen ennalta, joten voimme olettaa, että he pystyivät valmistautumaan haastatteluun.

Suoritimme teemahaastattelut heinä-syyskuun 2015 välisenä aikana, ja haastattelupaikkoina toimivat tiedonantajien kodit, työpaikat sekä kirjastojen ryhmätyötilat. Teemahaastattelumme kestivät noin 30 minuutista tuntiin, ja nauhoitimme ne digitaaliseen muotoon. Käytimme haastattelujen pohjana keväällä 2015 tekemäämme haastattelurunkoa (Liite 3). Rungon teemoja olivat itse doulakoulutus, koulutuskokemukset kehitysehdotukseen sekä koulutuksen merkitys.

Se, esitetäänkö kaikille tiedonantajille samat kysymykset samassa järjestyksessä samoja sanamuotoja käyttäen, on toisaalta niin makukysymys kuin laadullisen tutkimuksen perinteisiin liittyvä kysymys. Taustalla on vaatimus yhdenmukaisuuden asteesta, johon itse koimme olevan tärkeää panostaa opinnäytetyömme luotettavuuden lisäämiseksi. (Tuomi – Sarajärvi 2009: 75.) Esitimme teemat ja niitä koskevat kysymykset joka tiedonantajan kohdalla kutakuinkin samoin sanoin haastattelurungon mukaisessa järjestyksessä. Tarvittaessa tarkensimme esittämiämme kysymyksiä lisäkysymyksillä.

Kaikki teemahaastattelumme olivat yksilöhaastatteluja. Ryhmähaastattelu olisi varmasti toiminut yhtä hyvin, koska kaikki tiedonantajamme edustivat samaa ammattiryhmää, ja

halusimme saada jokaiselta tiedonantajalta vastaukset samoihin kysymyksiin. Ajattelimme yksilöhaastattelujen olevan kuitenkin helpompia toteuttaa muun muassa kaikille sopivan haastatteluajan ja -paikan löytämisen kannalta. Toisaalta koimme, että yksilöhaastatteluilla pystyimme paremmin varmentumaan siitä, että saisimme kultakin tiedonantajalta tietoa juuri hänen omista kokemuksistaan. Koska tilanteessa ei olisi minkäänlaista ryhmäpainetta, tiedonantaja pystyisi tuomaan esiin mahdollisesti myös sensitiivisempiä asioita kokemuksestaan. (Kankkunen – Vehviläinen-Julkunen 2013: 123–124.)

Olimme molemmat mukana kaikissa haastatteluissa, mutta niin kutsutun päähaastattelijan rooli vaihteli: toinen meistä haastatteli kolmea ja toinen kahta tiedonantajaa. Ajattelimme molempien läsnäolon haastatteluissa takaavan paremmin sen, että persoonamme ja omat ajatusmaailmamme eivät vaikuttaisi liikaa haastattelun kulkuun.

5.3 Aineiston analysointi

Tyypillisin kvalitatiivisen aineiston analyysimenetelmä on sisällönanalyysi. Sisällönanalyysillä tarkoitetaan dokumentin sisällön sanallista kuvaamista. Tavoitteena on siis ilmiön laaja, mutta tiivis esittäminen, jolloin tulokseksi syntyy käsiteluokituksia, -järjestelmiä, -karttoja tai erilaisia malleja. (Kankkunen – Vehviläinen-Julkunen 2013: 165–166.)

Sisällönanalyysi voi olla aineisto- tai teorialähtöistä. Aineistolähtöinen eli induktiivinen sisällönanalyysi koostuu sanojen luokittelusta niiden teoreettisen merkityksen perusteella. Tällainen lähtökohta toimii, kun asiasta ei juuri tiedetä tai aikaisempi tieto on hajanaista. Syntyvät kategoriat johdetaan siis tutkimusongelmien ohjaamina kerätystä aineistosta. Pyrkimyksenä on luoda teoreettinen kokonaisuus siten, että aikaisemmat havainnot, tiedot tai teoriat eivät ohjaa analyysiä. (Kankkunen – Vehviläinen-Julkunen 2013: 167.)

Koska opinnäytetyömme aihetta ei ole juuri tutkittu aiemmin, aineistolähtöinen sisällönanalyysi oli mielestämmeärkevin tapa keräämämme aineiston analysointiin. Analysointimme eteni tiettyjen, aineistolähtöiselle sisällönanalyysille tyypillisten vaiheiden kautta. Näitä vaiheita olivat aineiston redusointi, klusterointi ja abstrahointi. (Tuomi – Sarajärvi 2009: 109.)

Ennen varsinaisen sisällönanalyysin aloittamista litteroimme eli kirjoitimme auki haastatteluista saadut nauhoitteet (Tuomi – Sarajärvi 2009: 109). Jaoimme nauhoitetun aineiston keskenämme puoliksi, jolloin molemmille tuli suunnilleen yhtä paljon litteroitavaa. Tässä vaiheessa kiinnitimme erityisesti huomiota litterointitapaamme. Jotta aineiston luotettavuus säilyisi, oli molempien litteroitava nauhoitteet samalla tavalla. Valitsimme litterointitavaksi tarkan, sanasta sanaan litteroinnin, vaikka myös muunlaisia ratkaisuja olisi ollut mahdollista tehdä. (Kankkunen – Vehviläinen-Julkunen 2013: 163–164.) Litteroimme nauhoitteet mahdollisimman pian kunkin haastattelun jälkeen, ja yhden nauhoitteen litterointiin kului keskimäärin 4–8 tuntia. Litteroitua tekstiä syntyi yhteensä 50 sivua.

Seuraavaksi luimme haastattelut läpi, perehdyimme niiden sisältöön ja valitsimme analyysiyksikön. Analyysiyksikkö voi olla yksittäinen sana, lauseen osa, lause tai ajatuskokonaisuus, joka sisältää useita lauseita. Sen määrittämiseen vaikuttavat niin tutkimuskysymykset kuin kerätyn aineiston laatu. (Tuomi – Sarajärvi 2009: 109–110.) Päädyimme valitsemaan analyysiyksiköksi ajatuskokonaisuuden, sillä vastaukset opinnäytetyötä ohjaaviin kysymyksiin olivat eripituisia.

Valittuamme analyysiyksiköiksi ajatuskokonaisuudet ryhdyimme etsimään litteroimastamme aineistosta niitä alkuperäisilmauksia, jotka parhaiten vastasivat opinnäytetyötä ohjaaviin kysymyksiin. Erotimme nämä ilmaukset muusta tekstistä yliviivaamalla ne erivärisin kynin. Kun tämä oli tehty, siirryimme sisällönanalyysin ensimmäiseen vaiheeseen: aineiston pelkistämiseen eli redusointiin (Taulukko 1). Redusoinnin aikana tiivistimme alkuperäisilmaukset opinnäytetyön kannalta tarkoituksenmukaiseen muotoon eli karsimme lauseista kaiken turhan ja epäolennaisen. (Tuomi – Sarajärvi 2009: 109.)

Saatuamme lauseiden pelkistämisen päätökseen listasimme pelkistetyt ilmaukset erillisille papereille ja etsimme pelkistysten joukosta samankaltaisuuksia ja eroja. Tässä vaiheessa yhdistimme siis useamman pelkistetyn ilmauksen yhdeksi, kaikkia ilmauksia kuvaavaksi alaluokaksi (Taulukko 1). Tätä kutsutaan aineiston ryhmittelyksi eli klusteroinniksi, joka on sisällönanalyysin toinen vaihe. (Tuomi – Sarajärvi 2009: 109–110.)

Taulukko 1. Alkuperäisilmauksista alaluokkiin – aineiston redusointi ja klusterointi.

Alkuperäinen ilmaus	Pelkistys	Alaluokka
"Kyl se oli tosi tärkeet, et nähtiin fyysisesti, tai et niit tehtävii oli, ni sitte että myös iha niinku näki muitaki doulaksi opiskelevia."	Oli todella tärkeää nähdä muita doulaopiskelijoita fyysisesti	Muiden doulaopiskelijoiden näkeminen merkityksellistä

"Oli se mun mielest hyvä just se, et siin pääs vähän muodostumaan semmost ryhmää, kun tavattiin useamman kerran."	Oli hyvä, että pääsi tapahtumaan ryhmäytymistä useiden tapaamisen ansiosta	
"Oli tosi kivaki nähdä aina kerran kuus niitä muita doulia."	Oli mukava nähdä muita doulia kerran kuussa	
"Ja on siin semmonen sosiaalinen tavote myöskin -- ja se ryhmän muodostuminen ja ryhmä, joka tapaa useemman kerran -- Ja sit semmonen verkostoituminen muiden kanssa, niin on varmasti yks tavote ihan sille kurssillekin --"	Kurssilla oli toisaalta myös sosiaalinen tavoite: ryhmäytyminen ja verkostoituminen muiden doulaksi opiskelevien kanssa	Syntyi kollegaporukka
"Syntyy vähän niinku semmonen kollegaporukka tai työporukka, joka on niinku samaa."	Syntyi kollega- tai työporukka	
"-- ja semmoset sosiaaliset verkostot on kans tärkeä osa sitä kurssia, mitkä sitte kantaa pidemmällekin."	Sosiaaliset verkostot ovat tärkeä ja kauaskantoinen osa kurssia	
"Niistä on tullu tosi hyvii kontakteja ja edelleen ystäviä ja hyviä kollegoita ni... Joo. Tosi tärkeetä se."	Koulutuksesta saadut kontaktit, ystävät ja kollegat ovat todella tärkeitä	
"Ja kyl se sosiaalinen puoli ja ne verkostot oli myös semmosia, että siitä niinku se puoli oli kyl semmonen, et ihan ehdottomasti yks sellanen kauaskantonen plussa."	Sosiaalinen puoli ja sosiaaliset verkostot olivat koulutuksen kauaskantoinen hyöty	Saadut sosiaaliset verkostot tärkeitä ja kauaskantoisia
"Kyl mä koen, et sil on iso merkitys, koska se tulee just vähän siihen niinku heimoon, ja siihen, että mis mä seison."	Koulutuksella on iso merkitys saadun "heimon" ja oman aseman kannalta	

Alaluokkia syntyi yhteensä 175. Jatkaessamme niiden yhdistämistä keskenään, muodostimme pikkuhiljaa uusia yläluokkia ja edelleen niitä yhdistäviä pääluokkia. Yläluokkia muodostui lopulta 46 ja pääluokkia 10. Tätä vaihetta kutsutaan aineiston abstrahoinniksi eli teoreettisten käsitteiden luomiseksi, joka on aineistolähtöisen sisällönanalyysin kolmas ja siten viimeinen vaihe (Taulukko 2). (Tuomi – Sarajärvi 2009: 110–111.)

Taulukko 2. Alaluokista pääluokkiin – aineiston abstrahointi.

Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Muiden doulaopiskelijoiden näkeminen merkityksellistä	Sosiaalisen verkoston saaminen	Sosiaalinen merkitys
Syntyi kollegaporukka		
Saadut sosiaaliset verkostot tärkeitä ja kauaskantoisia		
Saatu sosiaalinen verkosto merkityksellinen yksinäisyyden väistymisen kannalta	Sosiaalisen verkoston edut	
Saatu sosiaalinen verkosto merkityksellinen saadun tuen ja työnohjauksen kannalta		

6 Tulokset

Aloitamme kertomalla doulien taustatiedoista, minkä jälkeen esittelemme saamamme tulokset opinnäytetyötä ohjanneiden kysymysten mukaisessa järjestyksessä. Havainnollistamme tuloksia suurin lainauksin sekä referoimalla haastatteluaineistoa. Lisäksi kaikki tulokset näkyvät taulukoissa tekstin lomassa (Taulukot 3–10).

6.1 Doulien taustatiedot

Tiedonantajina toimineet doulat olivat iältään 28–39-vuotiaita. Kullakin doulalla oli erilainen taustakoulutus: yksi ylioppilas, kaksi ammattikorkeakoulututkinnon ja kaksi yliopistokoulutuksen suorittanutta. Doulat olivat käyneet erilaisia doulakoulutuksia. Lähes kaikki heistä olivat käyneet useamman doulatyön perusteita käsittelevän koulutuksen. Osa doulista oli käynyt saman koulutuksen, mutta eri aikoihin. Monilla oli käytynä myös muita doulatyötä tukevia kursseja. Doulat olivat käyneet koulutuksissa 2009–2015 välisenä aikana. Doulauskerrat vaihtelivat kunkin doulan kohdalla kahdesta viiteentoista, ja osalla oli lisäksi kokemusta varadoulana toimimisesta. Yksi doulista kertoi myös itse järjestävänsä erilaisia doulakoulutuksia. Suurimpana syynä osallistua doulakoulutukseen oli tietojen ja taitojen hankkiminen doulatyötä varten.

6.2 Doulakoulutuksen kuvaus

Doulien koulutuskuvauksista oli löydettävissä viisi erilaista pääluokkaa, jotka kuvasivat tietojen ja taitojen saamista, ammatillisen kasvun tukemista, monipuolisten koulutusmenetelmien käyttämistä, vaihtelevaa palautteen antamista sekä koulutusten mukautuvuutta.

”Siin oli kaikkee just, et minkälainen doula niinku yleensä on ja mitkä on ne doulan tärkeimmät työkalut.”

6.2.1 Tietojen ja taitojen saaminen

Kaikki doulat kuvasit monipuolisesti käymiensä koulutusten sisältöä ja koulutuksista saamia tietoja ja taitoja. Doulien koulutuksista saamat tiedot liittyivät sairaalamaailmaan, raskauteen, synnytykseen ja lapsivuodeaikaan sekä tietoon doulaamisesta ja doulan

roolista. Doulat kertoivat saaneensa myös käytännön taitoja sekä eettisiä ja vuorovaikutustaitoja.

”Et hahmottaa sen, että just mikä on doulan rooli, mikä on kättilön rooli, mikä on puolison rooli, mikä on synnyttäjän rooli.”

Raskauteen, synnytykseen ja lapsivuodeaikaan liittyvään tietoon sisältyi doulien mukaan synnytyksen fysiologia, synnytyshormonit, aktiivinen synnyttäminen, lääkkeellinen ja erityisesti lääkkeetön kivunlievitys sekä synnyttäjän synnytyskokemus. Monet käytännön taidot, kuten akupainanta ja gua sha -kamman käyttö, liittyivät lääkkeettömään kivunlievitykseen. Lääkkeettömän kivunlievityksen lisäksi doulat kertoivat harjoitelleensa muun muassa synnytysaltaan pystyttämistä sekä täyttämistä. Koulutuksissa puhuttiin myös sairaalassa tehtävistä toimenpiteistä ja tutustuttiin siellä käytettäviin välineisiin.

Doulaamiseen liittyvä tieto sisälsi doulaamiseen taustaa, tutkimustietoa doulaamisesta sekä esimerkkejä siitä, kuinka doulasopimus tehdään, ja mitä synnytykseen mukaan otettava doulakassi voi sisältää. Doulan roolista puhuttiin kaikissa koulutuksissa paljon. Koulutuksissa keskusteltiin esimerkiksi siitä, mikä on doulan rooli synnytyssalissa, mitä doulatyöhön kuuluu, ja mitkä ovat doulan tehtävät. Käytiin läpi myös omien rajojen asettamista ja omaa jaksamista sekä doulaidentiteettiä ja sitä, millainen doula yleensä on.

Vuorovaikutus- ja yhteistyötaitoja käytiin koulutuksissa läpi niin synnyttäjän kuin muidenkin synnytykseen osallistuvien kannalta. Opit vuorovaikutuksesta synnyttäjän kanssa jakautuivat yleiseen kanssakäymiseen, synnyttäjän tukemiseen ja rauhoitteluun, läsnäolon ja paikallaanolon taitoon sekä turvallisen tilan luomiseen synnyttäjälle. Doulat kertoivat, että koulutuksissa painotettiin erityisesti läsnäolon ja tukemisen taidon merkitystä. Opit vuorovaikutuksesta muiden synnytykseen osallistuvien kanssa jakautuivat heidän rooliensa hahmottamiseen ja sen käsittämiseen, mikä on heidän suhteensa doulaan. Kättilön ja doulan välistä yhteistyötä käsiteltiin lähinnä sairaalaympäristössä.

Doulat kuvailivat koulutusten käsitelleen myös eettisiä taitoja. Koulutuksissa puhuttiin yleisesti doulaamisen etiikasta sekä mahdollisesti vastaan tulevista hankalista tilanteista. Koulutuksissa käytiin läpi esimerkiksi sitä, mitä doula saa ja ei saa tehdä, sekä keskusteltiin doulan hyvästä toiminnasta ja käytännöistä eettisesti ristiriitaisissa tilanteissa. Etiikkaa käsiteltiin myös hankalia doulasuhteita kuvaavien esimerkkien kautta, ja doulat kertoivatkin saaneensa koulutuksista paljon eväitä hankalissa tilanteissa toimimiseen.

Taulukko 3. Tietojen ja taitojen saaminen.

Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Raskaus ja synnytys	Raskauteen, synnytykseen ja lapsivuodeaikaan liittyvä tieto	
Synnytyksen fysiologia		
Synnytyshormonit		
Aktiivinen synnyttäminen		
Lääkkeettömät ja lääkkeelliset kivunlievitysmenetelmät		
Synnyttäjän synnytyskokemus		
Synnytyksen jälkeinen doulatyö		
Sairaalarutiinit	Sairaalamailmaan liittyvä tieto	Tietojen ja taitojen saaminen
Sairaalatoimenpiteet		
Välineisiin tutustuminen		
Lääketieteelliset asiat		
Vähän doulaamisen taustasta	Doulaamiseen liittyvä tieto	
Doulaamisen perusasiat		
Doulakassin sisältö		
Doulasopimuksen tekeminen		
Doulaamista koskeva tutkimustieto		
Doulan rooli	Doulan rooliin liittyvä tieto	
Doulan toiminta käytännössä		
Mitä doulatyöhön kuuluu		
Mikä on (Mitkä ovat) doulan tehtävä(t)		
Doulana oleminen synnytyssalissa		
Synnyttäjän ohjaaminen lääketieteellisiin asioihin liittyen		
Käsiteltiin doulan olemusta		
Omat rajat ja jaksaminen	Käytännön taitojen oppiminen	
Koskettamisen harjoittelu		
Akupainannon harjoittelu		
Erialaisten hieronnan muotojen harjoittelu		
Gua shan harjoittelu		
Tens-laitteen käytön harjoittelu		
Synnytyslaulu- ja hengitysharjoitukset		
Synnytysasentojen harjoittelu		
Synnytysammeen täyttämisen harjoittelu	Vuorovaikutus- ja yhteistyötaitojen oppiminen	
Synnytykseen osallistuvien roolit		
Kätilön ja doulan yhteistyö sairaalassa		
Kanssakäyminen doulattavan kanssa		
Synnyttäjän tukeminen eri tavoin		
Läsnäolon ja paikallaan olon taito		
Synnyttäjän rauhoittelu	Eettisten taitojen oppiminen	
Turvallisen tilan luominen synnyttäjälle		
Doulaamisen etiikka		
Hankalat tilanteet		

6.2.2 Ammatillisen kasvun tukeminen

Ammatillista kasvua tuettiin koulutusten aikana hyvin monenlaisilla tavoilla. Haastatteluaineistosta nousevia ammatillista kasvua tukevia tekijöitä olivat kouluttajalta sekä ryhmältä saatu palaute ja tuki, doulatyöstä saatu palaute sekä itsensä kehittäminen.

”No nyt ku mä mietin, ni kyl me niinku jonku verran saatiin sellast yleistä palautetta ja sellasta niinku kannustusta ehkä enemmänki --”

Kouluttajalta saatu palaute ja tuki ilmeni doulien kommentteissa yleisesti saatuna palautteena ja kannustuksena, suoraan saatuna palautteena, mahdollisuutena ottaa yhteyttä kouluttajaan sekä loppukeskustelun pitämisenä. Suoraa palautetta sai kouluttajalta esimerkiksi itsenäisistä tehtävistä. Osa doulista kuitenkin sanoi, että varsinaista palautetta koulutuksessa olemisesta ei koulutuksen aikana annettu.

Doulat kertoivat saaneensa doulatyötä koskevaa palautetta lähinnä perheiltä, mutta jonkin verran myös kättilöiltä. Tyypillisimmin palaute tuli kouluttajan kautta doulille, ja yksi doulista mainitsi, että hänen käymässään koulutuksessa palautteita luettiin myös ryhmän kuullen ääneen.

Eräs doulista kertoi, että myös ryhmän sisällä sai palautetta. Doulilla mainittiin olevan myös oma Facebook-ryhmä, jossa he saavat tukea muilta koulutuksen käyneiltä douliilta ja voivat luottamuksellisesti esittää kysymyksiä toisilleen.

Itsensä kehittäminen toteutui doulauskertojen itsearviointina, omien kokemusten peilailmisena ja tuntemusten läpikäymisenä sekä lisätiedon hankkimisena niin koulutusten aikana kuin niiden jälkeenkin. Omia tuntemuksia sai käydä läpi myös kouluttajan kanssa loppukeskustelun yhteydessä. Lisätiedon hankkimista käsiteltiin esimerkiksi siltä kannalta, mistä luotettavaa tietoa voi etsiä. Toisaalta doulat hankkivat lisätietoa myös itsenäisten tehtävien osana, jolloin saatu tieto täydensi koulutuksessa opittua.

Taulukko 4. Ammatillisen kasvun tukeminen.

Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Yleisen palautteen ja kannustuksen saaminen	Kouluttajalta saatu palaute ja tuki	Ammatillisen kasvun tukeminen
Kouluttajan antama palaute		
Kouluttajaan mahdollisuus ottaa yhteyttä eri asioissa		

Tähänastisten tekemisien ja tulevaisuudensuunnitelmien läpikäynti loppukeskustelussa		
Doulauksesta sai palautetta perheiltä ja kätilöiltä	Doulatyöstä saatu palaute	
Doulauksesta saatu palaute kouluttajan kautta koulutettavalle		
Doulauskertojen itsearviointi	Itsensä kehittäminen	
Omien kokemusten peilaaminen		
Omien tuntemusten läpikäynti		
Koulutuksessa opitun täydentyminen itsenäisten tehtävien kautta		
Lisätiedon hankkiminen		
Sai palautetta ryhmältä	Ryhmältä saatu palaute ja tuki	
Facebook-ryhmä keskustelua varten		

6.2.3 Monipuolisten koulutusmenetelmien käyttäminen

Tietoja ja taitoja opetettiin doulien mukaan hyvin monipuolisia koulutusmenetelmiä käyttämällä. Havaittavissa oli kuusi eri yläluokkaa: kuunteluun perustuvat koulutusmenetelmät, osallistavat koulutusmenetelmät, tapauskertomukset, käytännön kautta oppiminen, yksilötehtävät sekä yleisesti ottaen teorian ja käytännön yhdistäminen lähiopetuksessa.

Kuunteluun perustuvia koulutusmenetelmiä oli koulutuksissa eri määrin ja osittain myös eri tavoin toteutettuina. Suurimassa osassa koulutuksista oli käytetty varsinaisen kouluttajan lisäksi myös ulkopuolista luennoitsijaa. Esimerkiksi eräässä koulutuksessa oli kätilö luennoimassa fysiologisesta synnytyksen kulusta. Luennoinnin osuus vaihteli koulutusten kesken melko paljonkin. Ainakin kahdessa eri koulutuksessa oli käytetty myös videoiden katsomista koulutusmenetelmänä.

Suurin osa koulutuksista oli hyvin osallistavia. Esimerkiksi pari- ja pienryhmätyöskentelyä hyödynnettiin kaikissa koulutuksissa. Pistetyöskentelyä ja ryhmätehtäviä taas käytettiin vain yhdessä koulutuksista. Keskustelu oli kaikissa koulutuksissa hyvin suuressa osassa, ja sitä toteutettiin tyypillisimmin koko ryhmänä. Eräs doulista kertoi, että keskustelun soljuvuuden vuoksi välillä oli pikemminkin vain lyhyt alustus käsiteltävästä aiheesta ja sen jälkeen keskustelua. Yhden doulan mukaan hänen käymässään koulutuksessa hyödynnettiin myös aiheesta jo olemassa olevan tiedon listaamista. Päivän teeman käsittely aloitettiin siis selvittämällä, mitä koulutettavat siitä jo tiesivät. Toinen doulista taas kertoi, että hänen käymässään koulutuksessa myös koulutettavat jakoivat omaa osaamistaan toisilleen.

Tapauskertomukset olivat osa kaikkia koulutuksia. Asioita käytiin läpi niin yksittäisten esimerkkien kautta kuin kuuntelemalla koulutettavien ja kouluttajan omia doulaamiskokemuksia. Erityisesti jaettujen synnytyskokemusten kautta doulat kertoivat oppineensa paljon. Myös muunlaista case-työskentelyä hyödynnettiin koulutusten aikana, ja jotkut tapauskertomukset käytiin läpi rooliharjoitusten avulla.

Käytännön kautta oppiminen oli merkittävässä roolissa kaikissa koulutuksissa. Tämän koulutusmenetelmän käyttämisessä oli havaittavissa kahta eri tapaa. Toisaalta koulutettavat harjoittelivat käytännön taitoja lähiopetuksen yhteydessä, mutta osaan koulutuksista kuului myös käytännön doulatyössä oppiminen.

Yhdessä koulutuksista oli yksilötehtävien tekemistä. Tehtävät koostuivat pääosin kouluttajan antamista itsenäisistä tehtävistä. Tehtävien muotoja olivat erityylisiin kysymyksiin vastaaminen, kirjojen lukeminen sekä tiivistelmien tekeminen luetuista kirjoista. Erään doulan mukaan kirjojen lukemisen vaihtoehtoisena suoritusmuotona oli jonkun muun doulatyötä tukevan kurssin suorittaminen.

Taulukko 5. Monipuolisten koulutusmenetelmien käyttäminen.

Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Lähiopetus	Teorian ja käytännön yhdistäminen lähiopetuksessa	Monipuolisten koulutusmenetelmien käyttäminen
Yhdistelmä teoriaa ja käytäntöä		
Ulkopuoliset luennoitsijat	Kuunteluun perustuvat koulutusmenetelmät	
Eri määrin luennointia		
Videot		
Koulutus osallistava	Osallistavat koulutusmenetelmät	
Pari- ja pienryhmätyöskentely		
Pistetyöskentely		
Ryhmätehtävien tekeminen		
Koulutuksen teemat keskustelun pohjana		
Paljon keskustelua		
Koko ryhmän kanssa keskusteleminen		
Aiheesta jo olemassa olevan tiedon listaa-	Tapauskertomukset	
minen		
Osaamisen jakaminen koulutettavien kes-		
ken		
Asioiden läpikäyminen esimerkkien avulla	Käytännön kautta oppiminen	
Case-työskentely		
Doulaamiskokemuksien jakaminen		
Jaettujen synnytyskokemusten kautta oppiminen		
Rooliharjoitukset		
Käytännön taitojen harjoittelu	Yksilötehtävät	
Käytännön työssä oppiminen		
Itsenäiset tehtävät		
Erityylisiin kysymyksiin vastaaminen		

Kirjojen lukeminen		
Tiivistelmien tekeminen luetuista kirjoista		
Doulatyötä tukevan kurssin käyminen		

6.2.4 Vaihteleva palautteen antaminen

Kouluttajalle annettava palaute vaihteli doulien käymien koulutusten kesken. Havaitsimme palautteenantoa koskien kaksi eri yläluokkaa: eri määrin ja eri menetelmin annettu palaute.

Kaksi doulista kertoi, että heidän käymissään koulutuksissa palautteenantoa ei juuri ollut koulutusten aikana. Toisessa näistä sitä ei ollut lainkaan, kun taas toisessa palautteenanto ei ollut kovin järjestelmällistä eikä siten merkittävä osa kurssia. Yhdessä koulutuksessa palautteenanto taas oli hyvinkin suuressa osassa, ja kouluttaja halusi aktiivisesti palautetta koulutettavilta.

Palautteenantoa toteutettiin pääasiallisesti kahdella eri tavalla; suullisesti ja kirjallisesti. Suullinen palautteenanto toteutettiin esimerkiksi pitämällä palautekierros jokaisen koulutuspäivän tai koko koulutuksen päätteeksi. Kirjallista palautetta koulutettavat antoivat joko sähköpostitse suoraan kouluttajalle tai täyttämällä palautelomakkeen koulutuksesta.

Taulukko 6. Vaihteleva palautteen antaminen.

Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Ei juuri palautteenantoa	Eri määrin palautteenantoa	Vaihteleva palautteen antaminen
Kouluttaja halusi palautetta		
Suullinen palautteen antaminen	Eri menetelmin annettu palaute	
Kirjallinen palautteen antaminen		

6.2.5 Mukautuva koulutus

Löytämämme yläluokat kuvasivat hyvin koulutusten mukautuvuutta: vaikka koulutukset olivat etukäteen suunniteltuja, kullakin ryhmällä oli oma vaikutuksensa koulutuksiin.

”Et semmosii pienii juttui sitte pysty siel sitte iteki toivoo.”

Järjestelmällisyys oli eri koulutusten kesken vaihtelevaa. Siinä missä eräs doula kertoi käymänsä koulutuksen olevan erittäin järjestelmällinen kokonaisuus, toinen taas kuvaili,

että yksi hänen käymistään koulutuksista ei ollut muovautunut kovinkaan järjestelmälliseksi. Kuitenkin kaikissa koulutuksissa sisältö oli etukäteen suunniteltu ja eteni teemoittain. Myös koulutusmenetelmien kerrottiin olevan pitkälti etukäteen suunniteltuja. Siitä huolimatta, että kouluttajat olivat päättäneet etukäteen koulutusten kulusta, ryhmän vaikutus näkyi niin tavoitteissa, sisällössä, koulutusmenetelmissä kuin aikataulussakin.

Doulat sanoivat, että kouluttajat huomioivat esimerkiksi jo tavoitteita asetettaessa, millainen koulutustausta koulutettavilla oli, ja muokkasivat tavoitteita sen mukaisesti. Sisältö taas muovautui koulutettavien aiemman tietämyksen ja mielenkiinnonkohteiden sekä sen mukaan, mitä koulutettavat halusivat opiskella itse ja mitä ryhmässä. Koulutusten aikana sai aina esittää kysymyksiä myös aiheen ulkopuolelta.

Doulat kertoivat, että koulutusmenetelmiin oli mahdollisuus vaikuttaa, ja osittain tehtiinkin pieniä muutoksia esimerkiksi ryhmätehtävien ryhmäkokoon liittyen. Ryhmän vaikutus näkyi myös siinä, että keskustelu oli pitkälti koulutettavien oman puhumisen tarpeen ohjaama.

Taulukko 7. Mukautuva koulutus.

Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Koulutusten järjestelmällisyys vaihtelevaa	Etukäteen suunniteltu koulutus	Mukautuva koulutus
Sisältö etukäteen suunniteltu		
Koulutusmenetelmät kouluttajan etukäteen suunnittelema		
Teemoittain eteneminen	Ryhmän vaikutus koulutukseen	
Tavoitteet muovautuivat koulutettavien mukaan		
Sisällön muokkautuminen koulutettavien mukaan		
Sai esittää kysymyksiä aiheen ulkopuolelta		
Valittuihin koulutusmenetelmiin pystyi vaihtamaan		
Koulutettavien oma puhumisen tarve ohjasi keskustelua		
Aikataulun muokkautuminen koulutettavien mukaan		

6.3 Koulutuskokemuksia

Doulat kokivat käymänsä koulutukset pääosin toimiviksi ja hyviksi. Kuitenkin myös koulutuksiin liittyviä haasteita ja kehitysehdotuksia esitettiin.

6.3.1 Koulutusten hyvät puolet

Koulutusten hyväksi puoliksi koettiin niiden yleinen toimivuus, osaavat kouluttajat, sopiva sisältö, muille jakamisen mahdollisuus, toimivat koulutusmenetelmät, hyvä arviointi ja palautteenanto sekä koulutusten vaativuus. Yksi doulista mainitsi käymänsä koulutuksen hyväksi puoleksi myös sen maksuttomuuden.

”Ja must se [koulutus] oli hyvä, et se oli sen verran laaja ja niinku monelta eri ikäänku kantilta.”

Koulutusten yleinen toimivuus koostui muun muassa niiden laajuudesta, sisällön prosessoinnille annetusta ajasta sekä koulutusten innostavuudesta. Eräs doula kertoi suositelleensa käymäänsä koulutusta myös muille aiheesta kiinnostuneille.

Kaikki kouluttajat koettiin osaaviksi, vaikka heillä oli eri taustakoulutus. Kouluttajien mainittiin olevan innostavia ja kokeneita, ja heidän koettiin osaavan vastata kysymyksiin.

Koulutusten sisältöjä keuhuttiin yleisesti. Niiden koettiin olevan jo tavoitteiden asettamisesta lähtien sopivia. Erityisesti hankalien tilanteiden läpikäyntiä pidettiin todella tärkeänä. Eräs doula mainitsi, että hänen käymänsä koulutuksen sisällössä oli jonkin verran myös tuttua asiaa, mutta hän ei kokenut sen olevan haitaksi.

Doulat kehuivat koulutusmenetelmiä toimiviksi, koska ne olivat monipuolisia. Kaikille siis löytyi jokin mieluinen tapa oppia. Doulat kehuivat etenkin ryhmän kanssa keskustelemista, synnytyskertomuksista kuulemista sekä käytännön taitojen harjoittelemista. Myös oman äänen kuuluminen sekä omien kokemusten jakaminen ryhmän kesken oli tärkeää.

Doulat kokivat hyväksi sen, että arviointia ja palautteenantoa toteutettiin koulutusten aikana. He kertoivat niiden olevan avointa ja toimivaa. Erityisesti perheiltä ja kättilöiltä saatu palaute koettiin hyväksi. Eräs doula piti siitä, että alusta asti kannustettiin pyytämään perheiltä palautetta, koska tällöin se jää itsellekin herkemmin käytännöksi.

Eräeseen koulutukseen kuului laajojen itsenäisten tehtävien tekeminen. Tämän koulutuksen käyneet doulat kuvailivat, että tehtävät vaativat paljon paneutumista, mutta tehtäviin paneuduttua oli laaja tiedollinen osaaminen taattua. Toisaalta sanottiin, että kyseinen koulutus vaati muutenkin sitoutumista. Doulat pitivät koulutuksen vaativuutta hyvänä ominaisuutena.

Taulukko 8. Koulutusten hyvät puolet.

Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Tavoitteet toteutuneet suunnitelman muutoksista huolimatta	Toimiva koulutus	
Koulutus laaja ja kattava		
Koulutuksen laajuus hyvä		
Oli aikaa prosessoinnille		
Koulutus hyvä sellaisenaan		
Melko tyytyväinen koulutukseen		
Innostava koulutus		
Muille suosittelu		
Kouluttajilla omat näkökulmat	Osaava kouluttaja	Koulutusten hyvät puolet
Hyvä, että kouluttajana kokenut doula		
Hyvä, että kouluttajana innostava kätilö		
Kouluttaja osasi vastata kysymyksiin		
Tavoitteet sopivat	Sopiva sisältö	
Sisältö sopiva		
Ei haitannut, vaikka asia oli tuttua		
Hankalien tilanteiden läpikäynti hyvä asia		
Oman äänen kuuluminen tärkeää	Muille jakaminen tärkeää	
Oman kokemuksen jakaminen muiden kanssa tärkeää		
Hyvä, että oli erilaisia koulutusmenetelmiä	Toimivat koulutusmenetelmät	
Hyvä, että oli sekä käytäntöä että teoriaa		
Koulutusmenetelmät toimivia ja hyviä		
Koko ryhmän kanssa keskusteleminen hyvä asia		
Osaamisen jakaminen ryhmässä hyvä asia		
Synnytyskertomukset tärkeitä		
Käytännön doulatyöstä kuuleminen hyvä asia		
Käytännön harjoitukset hyvä asia		
Arviointi toimivaa	Hyvä arviointi ja palautteenanto	
Palautetta kuunneltiin hyvin		
Palautteenanto avointa		
Palautteenanto hyvä asia		
Hyvä, että sai kouluttautumista tukevaa palautetta palautejärjestelmän kautta		
Hyvä, että rohkaistiin pyytämään palautetta		
Itsenäiset tehtävät tiedollisesti laajoja	Vaativa koulutus	
Itsenäiset tehtävät vaativat paneutumista		
Koulutus vaatii sitoutumista		
Maksuttomuus koulutuksen hyvänä puolena	Ilmainen koulutus	

6.3.2 Koulutusten haasteet ja kehitysehdotukset

Vaikka doulat olivat pääosin tyytyväisiä käymiinsä koulutuksiin, he kertoivat, että haasteitakin on. Haasteet liittyivät kouluttajan vetovastuuseen ja ilmapiiriin vaikutukseen. Yhden doulan mielestä hänen käymänsä koulutuksen haasteena voidaan pitää myös sen

hintaa. Koulutusta koskevat kehitysehdotukset liittyivät tavoitteiden selkeyttämiseen, sisällön kehittämiseen ja sisällöstä tiedottamiseen. Myös koulutusmenetelmiä, itsenäisiä tehtäviä ja ajankäyttöä toivottiin kehitettävän.

”Ja sitä kautta niinku se semmonen molemminpuolinen [kättilön ja doulan] ammatimainen kunnioitus jotenki olis niinku mikä... täytyis saada jotenkin siihen koulutukseen sisällytettyä.”

Doulat kokivat hyvänä sen, että koulutuksissa oli paljon keskustelua. Eräs doulista kuitenkin koki, että keskustelussa jotkut osallistujat olivat muita enemmän esillä. Hänen mielestään kouluttaja olisi joissakin tilanteissa voinut ottaa enemmän vetovastuuta koulutuksen etenemisestä.

Doulat kokivat, että koulutusten yleinen ilmapiiri oli hyvä. Jotkut korostivat sitä, kuinka suuri merkitys hyvällä ilmapiirillä oikeastaan on. Heidän mielestään hyvän ilmapiirin luomista ja säilyttämistä voisi pitää myös haasteena. Ilmapiirin merkitystä korostettiin silloin, kun koulutuksista annetaan palautetta suullisesti ryhmässä. Erityisesti kriittisen palautteenannon yhteydessä tämä koettiin haasteeksi.

Yksi doulista ehdotti doulakoulutusten kehittämistä ja yhtenäistämistä yleisellä tasolla. Tätä varten voisi hänen mielestään perustaa isomman ryhmän, joka kehittäisi doulakoulutusta doulilta kerätyn palautteen perusteella.

Osa doulista koki, että heidän käymiensä koulutusten tavoitteet eivät olleet kovin selkeästi määriteltyjä. Nämä doulat ehdottivatkin, että tavoitteet voitaisiin tehdä selkeiksi ja konkreettisiksi, ja että myös doulia voitaisiin informoida tavoitteista.

Doulien mielestä koulutusten sisältö oli pääosin hyvä. Eräs doula olisi kuitenkin toivonut laajempaa sisältöä käymäänsä koulutukseen. Muilla doulilla oli yksittäisiä sisältötoiveita, kuten kotisynnytyksissä doulaamisen sekä doulan ja kättilön välisen suhteen käsittelyn lisääminen. Yhden doulan mielestä olisi hyvä, jos koulutuksen sisällöstä tiedotettaisiin myös julkisesti.

Doulien yleinen kokemus käytetyistä koulutusmenetelmistä oli positiivinen. Yksi doulista tosin toivoi synnytyskertomuksien lisäämistä, kun taas kaksi heistä ehdotti enemmän käytännön harjoituksia. Useampi doula kritisoi erääseen koulutukseen liittyvien itsenäis-

ten tehtävien suurta määrää, vaikka ne tekemällä saikin laajan tietopohjan. Lisäksi tehtävien teko koettiin hankalaksi itsenäisen tekemisen ja ajankäytön organisoimisen kannalta. Tämän vuoksi he ehdottivat tehtävien tekemisen kehittämistä esimerkiksi opintopiiriin tai vaihtoehtoisten suoritustapojen luomisella.

Eräs doulista mainitsi myös ajankäytön ongelmia. Siitä huolimatta, että kaikki oleellinen pystyttiin hänen mielestään käymään läpi, aikataulu olisi voinut olla väljempi ja koulutukseen olisi voinut käyttää enemmän aikaa.

Taulukko 9. Koulutusten haasteet ja kehitysehdotukset.

Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Huonoa, että keskustelussa jotkut veivät enemmän tilaa	Kouluttajan vetovastuun merkitys	Koulutusten haasteet ja kehitysehdotukset
Vetovastuu tiukemmin kouluttajalle		
Kriittisen palautteen antamiseen ryhmässä kynnys	Ilmapiirin vaikutus	
Ilmapiirillä merkitys		
Kalleus huonona puolena	Suhteellisen kallis koulutus	
Doulakoulutusta pitäisi kehittää	Doulakoulutuksen kehittäminen	
Ei selkeitä tavoitteita	Tavoitteiden selkeyttäminen	
Voisi olla selkeät tavoitteet		
Sisältö olisi voinut olla laajempi	Sisällön kehittäminen ja sisällöstä tiedottaminen	
Enemmän doulan ja kättilön välisen suhteen käsittelyä		
Enemmän tietoa kotisyntytyksissä doulaamisesta		
Enemmän tiedottamista koulutuksen sisällöstä		
Enemmän aikaa synnytyskertomuksille	Koulutusmenetelmien kehittäminen	
Enemmän käytännön harjoitusta		
Itsenäisten tehtävien ongelmana niiden suuri määrä ja ajankäytön organisoiminen	Itsenäisen työskentelyn kehittäminen	
Itsenäisten tehtävien tekemisen kehittämisen		
Enemmän aikaa koulutukseen	Ajankäytön kehittäminen	
Aikataulu olisi voinut olla väljempi		

6.4 Koulutuksen merkitys

Doulat kokivat koulutukset eri tavoin merkityksellisiksi. Havaitsimme merkityksissä kolme erilaista pääluokkaa. Koulutukset olivat merkityksellisiä niin sosiaaliselta, doulana toimimisen kuin yksityiselämänkin kannalta.

Lähes jokainen doula korosti koulutusten sosiaalista merkitystä. Siihen liittyen oli tunnistettavissa sosiaalisen verkoston saaminen ja siihen liittyvät edut. Doulat kokivat tärkeäksi muiden doulaopiskelijoiden näkemisen. He kuvasivat ryhmästä muodostuneen kollega-porukan, joka on yksi koulutusten kauaskantoisista hyödyistä. Osa doulista kertoi, että koulutusten myötä syntyi myös tärkeitä ystävyysuhteita. Saadun sosiaalisen verkoston eduksi doulat kertoivat muilta doulilta saadun tuen ja työnohjauksen. Osa doulista taas koki doulayrittäjyyteen liittyvän yksinäisyyttä, joka väistyi koulutuksen myötä.

”-- jos ois ilman sitä koulutusta lähteny synnytykseen, ni ainaki se niinku no, miten sen nyt sanois, ois ollu vähemmän sitä tietoo, miten toimia siellä sairaalassa.”

Käytyjä koulutuksia pidettiin hyödyllisinä doulana toimiessa. Niistä saatu laaja tiedollinen osaaminen sekä konkreettiset taidot ja vinkit tietyissä tilanteisissa toimimiseen koettiin tärkeiksi. Eräs doulista totesikin, että vain omalta kokemuspohjalta ei olisi voinut mennä doulaamaan.

Doulat kertoivat saaneensa koulutuksista ammattitaitoa, joka lisäsi varmuutta ja uskallusta. Käyty koulutus olikin peruste doulana toimimiselle, ja siten vahvisti doulan asemaa synnytysjärjestelmässä. Kouluttautumalla doulat kokivat myös ansainneensa paikkansa doulana. Eräs doulista koki, että kouluttautuneisuus on yleisesti ottaen hyvä asia, vaikka se ei ole doulana toimimisen edellytys.

Doulat pitivät tärkeänä sitä, että he voivat kouluttautumisen ansiosta mainostaa omaa toimintaansa ja pyytää parempaa palkkiota kuin kouluttamattomat doulat. He pitivät tärkeänä myös sitä, että käydyn koulutuksen avulla erottuu muista doulista, ja että synnyttäjällä on tieto doulan kouluttautuneisuudesta.

”Ja sitte sen kautta sitte pystyy toimii tälleen yksityisestiki sitte ku... osaa ne asiat jo.”

Koulutuksilla oli merkitystä doulien yksityiselle elämälle. Eräs doula oli onnellinen siitä, että ylipäättään pääsi osallistumaan synnytyksiin. Lisäksi mainittiin doulaksi kouluttautumisen vaikutus omaan ammattiin.

Taulukko 10. Koulutuksen merkitys.

Alaluokka	Yläluokka	Päälouokka
Muiden doulaopiskelijoiden näkeminen merkityksellistä	Sosiaalisen verkoston saaminen	Sosiaalinen merkitys

Syntyi kollegaporukka		
Saadut sosiaaliset verkostot tärkeitä ja kauaskantoisia		
Saatu sosiaalinen verkosto merkityksellinen yksinäisyyden väistymisen kannalta	Sosiaalisen verkoston edut	
Saatu sosiaalinen verkosto merkityksellinen saadun tuen ja työnohjauksen kannalta		
Käyty koulutus hyödyllinen ensimmäisellä doulauskerralla	Hyödyllinen doulaamiselle	
Ollut hyödyllinen doulaamisen kannalta		
Laaja tiedollinen osaaminen tärkeää	Saadut tiedot ja taidot tärkeitä	Merkitys doulana toimimiselle
Yleiskuva doulaamisesta		
Tiedon ja vinkkien saaminen		
Saadut käytännön vinkit merkityksellisiä		
Koulutuksesta saanut taitoja		
Käytännön taitojen saaminen hyvä asia		
Koulutuksesta saatu osaaminen mahdollistanut yksityisdoulana toimimisen		
Doulan kouluttautuneisuus hyvä asia	Ammattitaidon saaminen	Merkitys doulana toimimiselle
Ammattitaidon saaminen		
Koulutuksen myötä tullut varmuutta ja uskallusta		
Peruste doulana toimimiselle	Doulan aseman vahvistaja	
Antaa aseman		
Tekee doulan aseman arvoiseksi		
Synnyttäjä tietää doulan olevan koulutettu	Osoitus muille omasta pätevydestä	
Peruste pyytää enemmän rahaa		
Voi mainostaa itseään koulutettuna doulana		
Muista doulistista erottuminen		
Todiste koulutuksesta tärkeä maailmalla		
Synnytyksiin mukaan pääseminen merkityksellistä	Vaikutus muuhun elämään	Merkitys yksityiselämälle
Koulutuksella vaikutus uraan		

7 Pohdinta

Opinnäytetyön tulokset täsmäävät hyvin teoreettisen viitekehyksen kanssa. Vertailemme tuloksia teoreettisessa viitekehyksessä mainittuun doulan osaamiseen ja rooliin sekä koulutuksen teoriaan. Tarkastelemme tuloksia myös suhteessa Suomen Kätilöliiton lausuntoon doulakoulutuksesta. Lisäksi pohdimme opinnäytetyömme eettisyyttä, luotettavuutta, hyödynnettävyyttä sekä mahdollisia jatkotutkimusaiheita.

7.1 Tulosten pohdinta ja johtopäätökset

Adams ja Bianchi (2004: 12) määrittivät doulaksi henkilön, joka tarjoaa tukea synnytyksestä lapsivuodeaikaan asti. Heidän mukaansa doula antaa neuvoja ja rohkaisua, tekee synnyttäjän kanssa synnytyssuunnitelman, käyttää synnytyksen edistämiseksi niin lääkkeettömiä kivunlievityskeinoja kuin eri synnytysasentoja sekä tukee imetystä ja äitilapsisuhteen kehittymistä. Saamissamme tuloksissa näkyvät kaikki nämä eri doulatyön aspektit, tosin joitakin niistä oli käsitelty koulutuksissa selvästi enemmän kuin toisia.

Suomen Kätilöliiton antaman lausunnon mukaan doulakoulutuksessa tulisi käsitellä ainakin normaalin synnytyksen fysiologiaa, lääkkeettömiä kivunlievitysmenetelmiä ja synnytyksen luonnollisen etenemisen tukemista. Lisäksi doulille pitäisi kertoa lääkkeellisestä kivunlievityksestä, oikean hengitystekniikan tukemisesta, sairaalaan siirtymisen ajankohdasta sekä doulan roolista. Myös doulan ja kätilön välistä roolijakoa korostetaan lausunnossa. Kätilöliiton mukaan synnyttäjää tukiessa on erityisen merkittävää noudattaa hänen toiveitaan sekä huomioida suunnitelmien mahdollisten muutosten aiheuttamat haasteet. Doulakoulutuksessa tulisi myös korostaa doulan roolia tilanteessa, jossa hänen arvonsa eivät täsmää synnyttäjän toiveiden kanssa. (Kätilöliiton lausunto doulakoulutuksen sisällöstä 2012.) Tuloksista käy ilmi, että koulutukset vastasivat suurelta osin Kätilöliiton antamaa lausuntoa. Esimerkiksi synnytykseen ja synnytyksessä tukemiseen liittyvät tiedot käytiin doulakoulutusten aikana hyvin laajasti läpi. Vaikka lähes kaikki Kätilöliiton lausunnossa mainitsemat aihealueet näkyvät myös saamissamme tuloksissa, niitä painotettiin koulutuksissa eri tavalla kuin Kätilöliiton lausunnossa.

Pruuki (2008: 34) korostaa, että koulutettavilla on oikeus tietää kouluttajan asettamat tavoitteet sekä osallistua tavoitteiden laatimiseen. Tuloksista käy ilmi, että laadittuihin tavoitteisiin pystyi vaikuttamaan, ja että kouluttajakin huomioi koulutettavien lähtötason tavoitteita laatiessaan. Koulutusten tavoitteet eivät kuitenkaan olleet kaikilla doulilla tiedossa, ja siksi osa heistä totesi, että tavoitteista olisi voitu informoida paremmin.

Tulosten mukaan kaikissa koulutuksissa oli kouluttajan etukäteen määrittelemä sisältö sekä etenemisaikataulu. Tuloksista voidaan kuitenkin päätellä, että sekä koulutusten sisältöön että niiden etenemiseen pystyttiin vaikuttamaan. Teoria tukee saamiamme tuloksia. Pruukin (2008: 42–43) sekä Kupiaksen ja Kosken (2012: 53) mukaan kouluttajan on päätettävä, mikä on koulutuksen kannalta keskeistä sisältöä, mutta tämä kouluttajan suorittama ennakkopohdinta ei kuitenkaan yksinään riitä. Heidän mukaansa kouluttajan

on siis oltava avoin myös koulutettavien näkemyksille, koska opettamisessa tulisi aina lähteä liikkeelle koulutettavien kysymyksistä, aikaisemmista tiedoista ja kokemuksista.

Koulutusmenetelmää valittaessa on suhteutettava keskenään asetetut tavoitteet, sisältö sekä se, mihin koulutuksella pyritään. On myös huomioitava, että samaa koulutusmenetelmää ei käytetä jatkuvasti, ja että koulutettavien toiveita ja palautetta käytetyistä menetelmistä pyydetään ja hyödynnetään. (Pruuki 2008: 55.) Saamamme tulokset osoittavat, että kaikissa doulakoulutuksissa toimittiin edellä kuvatulla tavalla. Koulutusmenetelmät vaihtelivat eri koulutuskertoina. Vaikka koulutusmenetelmät olivat kouluttajan etukäteen valitsemissa, oli koulutettavilla mahdollisuus vaikuttaa niihin koulutusten aikana. Tulosten mukaan doulakoulutukset olivat enimmäkseen tyydyttäviä koulutuksissa käytettyihin koulutusmenetelmiin, joita olivat muun muassa luennot, opetuskeskustelut, tapauskertomukset, rooliharjoitukset sekä erilaiset kirjalliset yksilötehtävät. Myös Pruuki (2008: 64–146) sekä Kupias ja Koski (2012: 110–122) ovat luetelleet kaikki edellä mainitut koulutusmenetelmät omista koulutuksista koskeissa teoksissaan.

Kupiaksen ja Kosken (2012: 163–164) mukaan arvioinnin avulla voidaan kehittää niin koulustoittoa kuin edistää osallistujien kehittymistä. Arviointia ja palautetta antavat koulutettavat sekä kouluttajat. Pruuki (2008: 148–155) sekä Kupias ja Koski (2012: 180–186) kuvaavat, että arviointia voidaan suorittaa ja palautetta antaa muun muassa palautelomakkeisiin vastaamalla, palautetiimeissä tai -piireissä keskustelemalla, erilaisia kohteita pitämällä sekä draamaa ja autenttisia tilanteita hyödyntämällä. Heidän mukaansa niin koulutettavat kuin kouluttajatkin voivat tehdä itsearviointia tai pyytää vertaisarviointia muilta ryhmän jäseniltä tai kollegoiltaan. Opinnäytetyön tuloksista käy ilmi, että arviointi ja palautteenanto vaihtelivat koulutusten kesken. Osassa koulutuksista ei annettu juuri lainkaan palautetta doulille, mutta toisaalta doulakoulutukset mainitsivat, että se ei heitä haitannutkaan. Toisissa koulutuksissa taas kouluttaja antoi suoraa palautetta tai yleistä kannustusta niin ryhmälle kuin yksittäisille doulillekin. Doulakoulutukset saivat palautetta myös doulakoulutukselta perheiltä ja kättilöiltä koulutuksen aikana. Kouluttajalle annettiin palautetta sähköpostitse, palautekaavake täyttämällä tai suullisesti esimerkiksi koulutuspäivien päätteeksi. Toisaalta joissakin koulutuksissa kouluttajalle ei annettu palautetta lainkaan, tai sitä annettiin hyvin vähäisesti. Osassa koulutuksista koulutettavia kannustettiin myös itsearviointiin.

Doulakoulutus on saamiemme tulosten perusteella hyvää ja täyttää suurilta osin Kättilöliiton sille antamat kriteerit. Tuloksissa on kuitenkin havaittavissa myös doulakoulutusten

kehittämisen tarve. Eräs haastattemistamme doulista vei ajatusta doulakoulutuksen kehittämisestä niinkin pitkälle, että doulakoulutuksen käyminen voisi tulevaisuudessa johtaa viralliseen doulatutkintoon. Vaikka kouluttautumisella oli doulille suuri merkitys, haastatteluissa korostettiin myös käytännön työssä oppimisen tärkeyttä. Esimerkiksi eräs doula kertoi oppineensa paljon tapaamiltaan kätilöiltä ja doulaamiltaan synnyttäjiltä.

7.2 Opinnäytetyön eettisyys

Kaikki päätökset tutkimusongelmien valinnasta tutkimustulosten julkaisuun asti vaativat eettistä pohdintaa. Tutkimuseettiset kysymykset voidaan siten jakaa tutkimusprosessin vaiheiden mukaan. (Vehviläinen-Julkunen 2006: 28–31.)

Ensimmäinen vastaan tuleva eettinen ongelma on aiheen valinta. Koska tutkimuksen tehtävänä on tuottaa ympäröivästä maailmasta tietoa, on peruskysymyksenä se, mitä tutkittavaksi valitaan ja mitä ei. (Vehviläinen-Julkunen 2006: 28.) Tutkijan on myös pohdittava aiheen merkitystä yhteiskunnallisesti sekä erityisesti siltä kannalta, miten tutkimus vaikuttaa siihen osallistuviin (Kankkunen – Vehviläinen-Julkunen 2013: 218). Opinnäytetyömme aiheeksi valikoitui doulakoulutus, jota rajasimme mielenkiintomme ja resurssiemme mukaan. Eettinen pohdintamme kohdistui lähinnä siihen, onko koulutus aiheena arka. Tiedonantajat olisivat voineet esimerkiksi kokea, että kysymme koulutuksesta vain koulutusta tai heitä arvostellaksemme. Yritimme huomioida tämän haastattelurunkoa ja kysymyksenasettelua tehdessämme sekä esittäessämme kysymyksiä tiedonantajille.

Toinen vastaan tuleva eettinen kysymys on tutkijan ja tutkittavan välinen suhde. Koska tutkimukseen osallistuvilla on oikeus tietää, mitä heille tapahtuu tai tehdään, eettistä pohdintaa aiheuttaa muun muassa se, miten haastateltavia informoidaan. (Vehviläinen-Julkunen 2006: 29–30.) Käytimme tiedonantajien informoimiseen saatekirjettä, jossa kerroimme opinnäytetyön aiheesta, haastattelujen vapaaehtoisuudesta ja keskeyttämismahdollisuudesta, haastattelumetodista sekä aineiston säilytyksestä (Liite 1). Lähetimme saatekirjeen liitteenä myös mallin kirjallisesta suostumuksesta. Varmistimme vielä ennen haastatteluiden aloittamista ja kirjallisen suostumuksen allekirjoittamista, että tiedonantajat olivat ymmärtäneet opinnäytetyömme kannalta oleelliset asiat. Tiedonantajilla oli mahdollisuus olla meihin yhteydessä niin puhelimitse kuin sähköpostitsekin koko opinnäytetyöprosessin ajan.

Silloin kun tutkimukseen osallistuu yksityishenkilöitä, ei tarvita organisaation myöntämää tutkimuslupaa, vaan ainoastaan osallistujien tietoinen suostumus (Kankkunen – Vehviläinen-Julkunen 2013: 222). Koska opinnäytetyömme tiedonantajat olivat yksityisinä yrittäjinä toimivia doulia, meidän ei tarvinnut hakea minkään organisaation tutkimuslupaa. Meille siis riitti tiedonantajien suostumus, jonka pyysimme kirjallisesti laatimallamme suostumuslomakkeella (Liite 2).

Anonymiteetti on tärkeä tutkimustyössä huomioitava asia. Sillä tarkoitetaan sitä, että tutkimustiedot eivät ole kenenkään tutkimusprosessin ulkopuolisen saatavilla. Aineisto siis säilytetään joko lukitussa paikassa tai salasanalla suojattuna tietokoneella. (Kankkunen – Vehviläinen-Julkunen 2013: 221.) Säilytimme tiedonantajien tunnistetietoja sisältävän materiaalin sekä nauhoitetun haastatteluaineiston lukitussa paikassa sekä salanasuojatusti tietokoneella koko opinnäytetyöprosessin ajan. Lisäksi käsitelimme aineistoa litteroinnin ja analysoinnin aikana suljetuissa tiloissa siten, että ulkopuolisilla ei ollut mahdollista kuulla tai nähdä tunnistetietoja sisältävää aineistoa.

Anonymiteetti voidaan huomioida myös siten, että otoksen ollessa pieni tiedonantajien taustatiedot kuvataan vain pieninä alaryhminä. Tarkempi ryhmittäisten erojen raportointi ei pienessä otoksessa ole eettisesti aiheellista, koska tällöin tutkittavia on mahdollista tunnistaa herkemmin. (Kankkunen – Vehviläinen-Julkunen 2013: 221.) Olemme huomioineet myös tämän puolen opinnäytetyössämme. Meillä oli vähän tiedonantajia, jotka ovat kaikki melko pienestä ryhmästä ja siten suhteellisen helposti tunnistettavissa. Taustatietoja raportoidessa olemmekin esimerkiksi kertoneet vain yliopistokoulutuksesta varsinaisen yliopistotutkinnon sijaan.

Tulosten julkaisussa yleisenä periaatteena on tulosten raportointi avoimesti ja rehellisesti, kuitenkin tutkittavien tietosuojaa huomioiden (Vehviläinen-Julkunen 2006: 31). Olemme pyrkineet tähän liittämällä työhömmme taulukoita, joissa näkyvät niin tulokset kuin suorat lainaukset ja niiden matka teoreettisiksi käsitteiksi. Suoria lainauksia käyttäessämme olemme huomioineet sen, että lainauksen sanojaa ei ole mahdollista tunnistaa lainauksesta. Tämän vuoksi kaikki lainauksemme ovat mahdollisimman neutraaleja eli niissä ei esiinny tiedonantajien käyttämiä murteita tai slangeja, joista heidät voisi tunnistaa. Toisaalta emme myöskään käytä tiedonantajillemme annettuja tunnistetietoja (esimerkiksi H1) tulosten esittelyn yhteydessä.

Myös käytettyjen lähteiden merkitseminen ja raportointi vaatii eettistä pohdintaa, ja esimerkiksi väärentäminen ja plagiointi ovat tutkimuseettisiä väärinkäytöksiä (Tuomi – Sarajärvi 2009: 133; Kuula 2011: 29). Ilmoitamme kaikki käyttämämme lähteet lähdeluettelossa opinnäytetyön lopussa. Olemme referoineet lähteitä tekstissä sen sijaan, että olimme käyttäneet suoria lainauksia. Lisäksi viittaamme lähteisiin selkein tekstiviitein tekstin lomassa. Työmme on myös tarkistettu Turnitin-ohjelman kautta.

Tutkijan on kyettävä näyttämään alkuperäinen aineistonsa siinä tapauksessa, että tutkimusraportti herättää epäilyksen vilpistä (Kankkunen – Vehviläinen-Julkunen 2013: 226). Tämän vuoksi säilytämme tunnistetietoja sisältämättömät, auki kirjoitetut haastattelut opintojemme loppuun asti salasanasuojatussa paikassa. Tunnistetietoja sisältävän aineiston sekä nauhoitteet hävitämme heti opinnäytetyön julkaisemisen jälkeen.

7.3 Opinnäytetyön luotettavuus

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arviointiin voidaan joidenkin tutkijoiden mukaan käyttää samoja arviointikriteerejä kuin määrällisessä tutkimuksessa. Toiset tutkijat taas esittävät, että määrällisen tutkimuksen arviointia varten laaditut kriteerit eivät sovellu lainkaan laadulliseen tutkimukseen. Yleisesti hyväksytyjä kriteereitä ei siis ole, mutta tästä huolimatta voidaan esittää joitakin kriteerejä, joiden avulla laadullisen tutkimuksen luotettavuutta on mahdollista arvioida. Tällöin arviointi kohdistetaan tutkimusaineiston keräämiseen, aineiston analysointiin ja tutkimuksen raportointiin. (Nieminen 2006: 215.)

Luotettavuuden pohdinta lähtee liikkeelle otantatavan valinnasta. Laadullisen tutkimuksen kannalta on järkevintä käyttää tarkoituksenmukaista otantaa satunnaisotannan sijaan, sillä tarkoituksena on kuvata ilmiötä koko moninaisuudessaan. Tutkimusraportissa tulisi kuitenkin ilmetä, minkä periaatteiden mukaan tutkittavat on valittu. (Nieminen 2006: 216.) Valitsimme tiedonantajat eliittiotannalla. Otantatapa oli tarkoituksenmukainen, koska koimme saavamme sen avulla syvällistä ja luotettavaa tietoa tutkimastamme ilmiöstä. Toisaalta tiedonantajissamme ei ollut ainuttakaan vapaaehtoisdoulua, mikä heikentää tulosten luotettavuutta, koska opinnäytetyöstä jäi kokonaan pois yksi doularyhmä.

Tuomi ja Sarajärvi (2009: 73) suosittelevat, että tiedonantajat saisivat tutustua kysymyksiin, teemoihin tai vähintään haastattelun aiheeseen etukäteen. Kerroimme saatekirjeessä haastattelun koskevan doulakoulutusta, joten aihe oli tiedonantajilla tiedossa.

Voidaan kuitenkin pohtia, olisiko opinnäytetyön tuloksiin vaikuttanut se, jos olisimme lähettäneet haastattelurungon tiedonantajille ennen haastattelua.

Olettamuksena on yleensä se, että tiedonantajat ovat rehellisiä. On kuitenkin mahdollista, että he esimerkiksi jättävät kertomatta joitakin haastattelun kannalta olennaisia asioita, muuntelevat totuutta tai pyrkivät miellyttämään tutkijaa sosiaalisesti hyväksyttävillä kertomuksilla. (Nieminen 2006: 217.) Emme kokeneet, että tällaista ongelmaa olisi esiintynyt haastatteluissa. Lisäksi aineistoa analysoidessa huomasimme, että se alkoi toistaa itseään, mikä vahvistaa kokemustamme tiedonantajien rehellisyydestä. Toisaalta on pidettävä mielessä, että koulutusten ja haastattelujen välillä oli aikaviive, jonka vuoksi tiedonantajat eivät välttämättä muistaneet kaikkea oleellista.

Hirsjärven ja Hurmeen (2008: 35) mukaan haastattelijan rooliin ja tehtäviin pitäisi koulutautua, koska haastattelijalta vaaditaan taitoa ja kokemusta aineistonkeruun joustavaan säätelyyn tilanteen edellyttämällä tavalla ja vastaajia myötäillen. Itse olimme haastattelijoina kokemattomia, mikä heikentää tulosten luotettavuutta. Huomasimmekin, että auki kirjoitetussa aineistossa oli kommentteja, jotka olivat haastattelun aikana jääneet tarkentamatta. Tämän vuoksi jouduimme jättämään pienen osan muuten soveltuvasta materiaalista analyysin ulkopuolelle.

Eskola ja Suoranta (2008: 88) suosittelevat, että haastattelukäytännöt hiotaan ja testataan etukäteen. Tämän vuoksi esihaastattelujen tekeminen olisi paikallaan. Opinnäytetyömme luotettavuutta olisikin lisännyt testihaastattelujen pitäminen. Tällöin olisimme päässeet testaamaan haastattelurunkoa, ja pystyneet karsimaan sekä muokkaamaan haastattelujen yhteydessä hankaliksi osoittautuneita kysymyksiä.

Haastattelujen kannalta luotettavuutta lisää se, että haastattelijat ovat samoja joka haastattelussa, ja se, että haastattelijat ovat sisäistäneet haastattelurungon ja ymmärtävät sen samalla tavalla. Litterointi taas tulisi suorittaa mahdollisimman nopeasti haastattelujen jälkeen. Kun litteroitava materiaali jaetaan eri henkilöiden kesken, tulee lisäksi huolehtia siitä, että kaikki tietävät aivan varmasti, mitä kirjoitetaan puhtaaksi ja millä tavalla. (Hirsjärvi – Hurme 2008: 140, 184–185.) Sisäistimme haastattelurungon jo sen tekovaiheessa, koska olimme molemmat sitä tekemässä ja pohtimassa. Lisäksi olimme molemmat mukana kaikissa haastatteluissa, ja litteroimme tallennetut nauhoitteet mahdollisimman pian kunkin haastattelun jälkeen. Olimme sopineet yhteiset litterointiperiaatteet ennen litteroinnin aloittamista.

Haastatteluteemojen tulisi ilmetä raportissa, sillä tutkimuksen luotettavuuteen vaikuttaa, jos kysymykset ovat liian suppeita tai laajoja. Esimerkiksi liian suppeat haastatteluteemat saattavat vaikeuttaa tutkittavan oman näkemyksen esiintuloa ja tuoda esiin vain sen näkökulman, joka on tutkijan mielestä olennaisin. (Nieminen 2006: 217.) Olemme kertoneet avoimesti käyttämistämme haastatteluteemoista opinnäytetyössä, ja olemme liittäneet käyttämämme haastattelurungon opinnäytetyön loppuun. Näin myös lukija pystyy itse arvioimaan haastatteluteemojen osuvuutta opinnäytetyötämme ohjaavien kysymysten kannalta.

Olemme lisänneet aineiston analysoinnin luotettavuutta raportoimalla siitä selkeästi ja kattavasti. Esitämme raportissamme alkuperäishavaintoja sekä niiden analysointia teoreettisiksi käsitteiksi, sillä luotettavuus syntyy empiiristen havaintojen ja käsitteellisten luokitusten loogisesta yhteensopivuudesta. Tällainen dokumentointi antaa myös lukijalle mahdollisuuden arvioida luokittelun onnistuneisuutta. (Nieminen 2006: 218–219.) Olemme pyrkineet lisäämään analysoinnin luotettavuutta tekemällä sitä yhdessä sekä erikseen. Lisäksi olemme olleet yksimielisiä analyysin lopputuloksista. Olemme myös konsultoineet opinnäytetyötä ohjaavaa opettajaa analysoinnin aikana.

Tulosten rehelliseen ja avoimeen raportointiin liittyy myös tutkijan pyrkimys mahdollisimman suureen objektiivisuuteen sekä subjektiivisuuden tunnistaminen (Vehviläinen-Julkunen 2006: 31). On kuitenkin muistettava, että laadullisessa tutkimuksessa tuotettu tulkinta on tutkijan persoonallinen näkemys, jossa näkyvät hänen tunteensa ja intuitionsa, minkä vuoksi tulkinta ei ole siirrettävissä eikä toistettavissa (Nieminen 2006: 215). Tulosten tuottamiseen ja niistä raportointiin onkin vaikuttanut oma, joskin vähäinen, taustatietomme doulaamisesta sekä persoonalliset näkemyksemme käsitteiden suhteista toisiinsa. Niillä on ollut vaikutusta siitä huolimatta, että olemme pyrkineet mahdollisimman suureen objektiivisuuteen koko opinnäytetyöprosessin ajan.

Lähteiden käytössä pidetään nyrkkisääntönä yleensä sitä, että lähteiden tulisi olla alle kymmenen vuotta vanhoja (Tuomi – Sarajärvi: 159). Olemme valinneet opinnäytetyöhömme pääasiassa lähteitä, jotka täyttävät tämän kriteerin. Osa doula-aiheisista tutkimuksista on hieman yli kymmenen vuotta vanhoja. Näitä lähteitä on kuitenkin vähän, joten emme koe opinnäytetyön luotettavuuden heikentyneen sen vuoksi.

7.4 Opinnäytetyön hyödynnettävyys ja jatkotutkimusaiheet

Opinnäytetyömme julkaistaan kokonaisuudessaan Theseus-tietokannassa, jossa on näkyvillä kaikkien Suomen ammattikorkeakoulujen opinnäytetöitä. Tämän lisäksi teimme opinnäytetyön tuloksista tiivistetyn esityksen Metropoliasissa joulukuussa 2015 järjestetyille kättilökahveille, jonne oli kutsuttu kättilöopiskelijoiden lisäksi myös työhön osallistuneet doulat.

Opinnäytetyön tuloksia voidaan hyödyntää doulakoulutuksen kehittämisessä ja doulakoulutusten yhtenäistämässä. Tulokset lisäävät tietoisuutta doulakoulutuksesta sekä sen sisällöstä, ja tuloksista hyötyvät kättilöt, kättilöopiskelijat, muut aiheesta kiinnostuneet sekä sellaiset henkilöt, jotka suunnittelevat doulaksi ryhtymistä.

Koska opinnäytetyössämme oli pieni otanta ja kaikki tiedonantajat olivat käyneet koulutuksensa pääkaupunkiseudulla, eivät tulokset ole yleistettävissä koko Suomeen. Jatkotutkimusaiheena voisikin olla doulakoulutus muilla paikkakunnilla tai koko Suomessa. Pääkaupunkiseudullakin voisi aihetta tutkia edelleen esimerkiksi tutkimalla joko vapaaehtoisdoulien koulutusta tai vapaaehtois- ja yrittäjädoulien käymien koulutusten eroja.

Lähteet

Adams, Ellise – Bianchi, Ann 2004. Can a nurse and a doula exist in the same room? *International Journal of Childbirth Education* 19 (4). 12–15.

Bainbridge, Jane 2010. Doulas: supportive, calm birth partners or obstructive to clinicians? *British Journal of Midwifery* 18 (1). 57.

Bianchi, Ann – Adams, Ellise 2004. Doulas, labour support, and nurses. *International Journal of Childbirth Education* 19 (4). 24–30.

Bli doula - stödperson vid förlossningen. Folkhälsan. Verkkodokumentti. <<http://www.folkhalsan.fi/startside/Du-behovs/Jobba-som-frivillig/Doula---stodperson-vid-forlossningen1/>>. Luettu 23.11.2015.

Campbell, Della – Lake, Marian – Falk, Michele – Backstrand, Jeffrey 2006. A Randomized Control Trial of Continuous Support in Labor by a Lay Doula. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing* 35 (4). 456–464.

Campbell, Della – Scott, Kathryn – Klaus, Marshall – Falk, Michele 2007. Female relatives or friends trained as labor doulas: outcomes at 6 to 8 weeks postpartum. *Birth: Issues in Perinatal Care* 34 (3). 220–227.

DONA International Certification. How to get started. DONA International. Verkkodokumentti. <<http://www.dona.org/develop/certification.php>>. Luettu 23.11.2015.

Doula - stödperson vid förlossningen. Folkhälsan. Verkkodokumentti. <<http://www.folkhalsan.fi/startside/Var-verksamhet/Barn--familj/Doula-stodperson-vid-forlossningen/>>. Luettu 11.3.2015.

Doula. Doules. Verkkodokumentti. <<http://doules.fi/palvelut-2/doula/>>. Luettu 26.11.2015.

Doulakoulutus. Doulakka. Verkkodokumentti. <<http://www.doulakka.fi/index.php/doula-koulutus>>. Luettu 23.11.2015.

Doulat yleistyvät myös suomalaisissa synnytyksissä 2012. Väestöliitto. Verkkodokumentti. <<https://vastaamo.fi/admin/perhenetti/jutut/lapsi-tulossa/synnytys/doulat-yleistyvat-myos-suomalaisissa-synnytyksissa/>>. Luettu 25.2.2015.

Doulatoiminta Helsingin ensikodissa. Helsingin Ensikoti ry. Verkkodokumentti. <<http://www.helsinginensikoti.fi/files/esitteet/Doulatoiminta.pdf>>. Luettu 25.2.2015.

Eskola, Jari – Suoranta, Juha 2008. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Osuuskunta Vastapaino.

Eskola, Jari – Vastamäki, Jaana 2010. Teemahaastattelu: opit ja opetukset. Teoksessa Aaltola, Juhani – Valli, Raine (toim.): Ikkunoita tutkimusmetodeihin I – Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS Kustannus. 26–44.

Haluatko auttaa? Tule doulaksi. Helsingin Ensikoti ry. Verkkodokumentti. <<http://www.helsinginensikoti.fi/haluatko-auttaa>>. Luettu 23.11.2015.

Hellsten, Jenna – Jokinen, Jannica 2014. Kätilön ja doulan yhteistyö synnytysosastolla. Opinnäytetyö. Helsinki: Metropolia Ammattikorkeakoulu. Sosiaali- ja terveysala. Hoitotyön koulutusohjelma.

Hirsjärvi, Sirkka – Hurme, Helena 2008. Tutkimushaastattelu: tutkimushaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Hodnett, Ellen – Gates, Simon – Hofmeyr, Justus – Sakala, Carol 2013. Continuous support for women during childbirth (Review). Cochrane Database of Systematic Reviews 10. 1–118.

Kankkunen, Päivi – Vehviläinen-Julkunen, Katri 2013. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Kupias, Päivi – Koski, Mia 2012. Hyvä kouluttaja. Espoo: SanomaPro Oy.

Kuula, Arja 2011. Tutkimusetiikka: aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Jyväskylä: Vastapaino.

Kättilöliiton lausunto doulakoulutuksen sisällöstä 2012. Doulakka. Verkkodokumentti. <<http://www.doulakka.fi/index.php/doulakoulutus-2/41-doulakoulutuksen-sisalto>>. Luettu 25.2.2015.

Low, Lisa Kane – Moffat, Amy – Brennan, Patty 2006. Doulas as community health workers: Lessons learned from a volunteer program. The Journal of Perinatal Education 15 (3). 25–33.

Lynch, Elizabeth 2010. Mothering the mother. Nursing standard 24 (23). 22–23.

Miksi ottaisın doulan? Doulakka. Verkkodokumentti. <<http://www.doula.fi/index.php/mika-doula-on/miksi-doula>>. Luettu 25.2.2015.

Minustako doula? Suomen Doulat ry. Verkkodokumentti. <<http://suomendoulat.fi/minustako-doula/>>. Luettu 23.11.2015.

Mottl-Santiago, Julie – Walker, Catherine – Ewan, Jean – Vragovic, Olivera – Winder, Suzanne – Stubblefield, Philip 2008. A hospital-based doula program and childbirth outcomes in an urban, multicultural setting. Maternal & Child Health Journal 12. 372–377.

Nieminen, Heli 2006. Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuus. Teoksessa Paunonen, Marita – Vehviläinen-Julkunen, Katri (toim.): Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. Helsinki: WSOY. 215–221.

Pruuki, Lassi 2008. Ilo opettaa: tietoa, taitoa ja työkaluja. Helsinki: Edita.

Stevens, Jeni – Dahlen, Hannah – Peters, Kath – Jackson, Debra 2011. Midwives' and doulas' perspectives of the role of the doula in Australia: A qualitative study. Midwifery 27. 509–516.

Synnytysdoulapalvelut. Doulakka. Verkkodokumentti. <<http://www.doulakka.fi/index.php/doulapalvelut-2/synnytysdoulapalvelut-perheille>>. Luettu 30.11.2015.

Synnytysdoulasertifiointikurssi. Doulakka. Verkkodokumentti.
<<http://www.doulakka.fi/index.php/doulakoulutus-2/synnytysdoulasertifiointikurssi>>. Luettu 19.11.2015.

Tuomi, Jouni – Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Vehviläinen-Julkunen, Katri 2006. Hoitotieteellisen tutkimuksen etiikka. Teoksessa Paunonen, Marita – Vehviläinen-Julkunen, Katri (toim.): Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. Helsinki: WSOY. 26–34.

Saatekirje

HAASTATTELU DOULAKOULUTUSTA KOSKIEN

Hyvä Doula!

Olemme kolmannen vuoden kättilöopiskelijoita Metropolia Ammattikorkeakoulusta, tarkoituksenamme on valmistua syksyllä 2016. Teemme parhaillaan opinnäytetyötä, jonka tarkoituksena on kuvailla doulakoulutusta doulien näkökulmasta. Osallistumisesi on meille erittäin arvokasta, jotta onnistuisimme keräämään tietoa doulakoulutuksen kehittämisen pohjaksi.

Etsimme pääkaupunkiseudulta haastateltavaksi viittä yrittäjädoulaa (N=5), joilla on taustallaan vähintään perusdoulakoulutus. Koulutuksesta tulisi olla kulunut korkeintaan viisi vuotta. Lisäksi doulalla pitäisi olla käytännön kokemusta doulaamisesta vähintään kahdesta synnytyksestä, ja hänen tulisi toimia tälläkin hetkellä aktiivisesti doulana.

Haastattelut tehdään puoliavoimen haastattelurungon avulla. Haastateltavana saat osallistua itsellesi sopivan haastattelupaikan valintaan, ja haastattelun ajankohta sovitaan molempien aikataulujen mukaisesti väliltä kesä-syyskuu 2015. Haastatteluihin varataan aikaa 1-2 tuntia ja ne nauhoitetaan puhtaaksikirjoitusta sekä analysointia varten. Sinun on hyvä varautua uusintahaastatteluun, jos ensimmäisellä haastattelukerralla ei jostain syystä saadakaan kerättyä tarpeeksi aineistoa opinnäytetyötämme varten.

Haastateltavaksi ryhtyminen on vapaaehtoista, joten voit kieltäytyä tai keskeyttää osallistumisesi missä tahansa vaiheessa. Osallistuessasi opinnäytetyöhömmme, sinun tulee allekirjoittaa ohessa oleva kirjallinen suostumus ennen haastattelua ja antaa se opinnäytetyön tekijöille säilöön.

Haastattelut perustuvat luottamuksellisuuteen, joten nimesi tai muut henkilötietosi eivät tule esille missään opinnäytetyön vaiheessa, eikä haastatteluja kuuntele tai lue kukaan muu kuin opinnäytetyön tekijät. Analysoinnin ja tulosten raportoinnin jälkeen nauhoitteet, suostumukset ja muut opinnäytetyössä käytetyt tunnistetietoja sisältävät materiaalit hävitetään.

Mikäli sinulle tulee kysyttävää opinnäytetyötämme koskien, vastaamme mielellään kysymyksiisi.

Ystävällisin terveisin

Emmi Rautio, p. 050 372 XXXX, emmi.rautio@metropolia.fi

Maria Suuntala, p. 050 525 XXXX, maria.suuntala@metropolia.fi

Työtämme ohjaa lehtori Pirjo Koski p. 040 630 XXXX, pirjo.koski@metropolia.fi

Kirjallinen suostumus

Olen saanut kaiken tarvitsemani tiedon Emmi Raution ja Maria Suuntalan opinnäytetyöhön liittyvää haastattelua koskien.

Haluan osallistua tähän doulakoulutusta koskevaan haastatteluun ja tiedän, että osallistuminen on vapaaehtoista. Voin myös keskeyttää osallistumiseni milloin tahansa.

Aika

Paikka

Allekirjoitus ja nimenselvennys

Allekirjoittajan tausta- ja yhteystiedot

Ikä:

Korkein koulutus:

Osoite:

Puh.:

Sähköposti:

Haastattelurunko

Taustatiedot:

Millaisia koulutuksia olet käynyt doulaukseen liittyen?

Minkä pituinen doulakoulutuksesi oli?

Missä doulakoulutus järjestettiin/kuka doulakoulutuksen järjesti?

Milloin kävit doulakoulutuksen?

Kuinka paljon sinulla on kokemusta doulaamisesta?

1. Doulakoulutus

Tavoitteet

- ❖ Millaisia tavoitteita koulutukselle asetettiin?
 - Millaisia tavoitteita sinulla itselläsi oli?
 - Millaisia tavoitteita kouluttaja asetti?
 - Millaisia tavoitteita asetitte ryhmänä?

Sisältö

- ❖ Miten sisältö asetettiin?
- ❖ Miten koulutus eteni (esim. kokonaisuuksista yksityiskohtiin, ajallisella jatkumolla)?
- ❖ Mitä asioita koulutuksessa käsiteltiin?

Koulutusmenetelmät

- ❖ Millaisia koulutusmenetelmiä käytettiin?
- ❖ Miten koulutusmenetelmät valittiin?

Arviointi ja palautteen antaminen

- ❖ Miten arvioitiin/annettiin palautetta?
- ❖ Milloin arvioitiin/annettiin palautetta (pitkin koulutusta, koulutuksen päätyttyä...)?

2. Koulutuskokemukset

- ❖ Miten koit käymäsi doulakoulutuksen?
 - Miten/millaisina koit asetetut tavoitteet?
 - Miten/millaisena koit koulutuksen sisällön?
 - Miten/millaisina koit käytetyt koulutusmenetelmät?
 - Miten/millaisena koit arvioinnin ja palautteenannon?
 - Miten/millaisena koit koulutukseen käytetyn ajan?

3. Koulutuksen merkitys

- ❖ Mikä merkitys koulutuksella oli sinulle
 - doulana toimimisen kannalta?
 - oman elämän kannalta?

4. Kehitysehdotuksia

- ❖ Millaisia kehitysehdotuksia antaisit koulutukselle?

5. Muita lisäyksiä aiheeseen liittyen?