

MERKITSEE JO TOSI PALJON SE, ETTÄ
NÄKEE MUITA, ON JUTTUSEURAA JA
LAPSELLA LEIKKIKAVEREITA

Äitien kokemuksia PerheSantran tarpeellisuudesta

LAHDEN AMMATTIKORKEAKOULU
Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosiaalipedagoginen lapsi- ja nuorisotyö
Opinnäytetyö
Kevät 2007
Liisa Hynninen

Lahden ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma

HYNNINEN LIISA:

Merkitsee jo tosi paljon se,
että näkee muita, on juttuseuraa
ja lapsella leikkikavereita
- Äitien kokemuksia PerheSantran
tarpeellisuudesta

Sosiaalipedagogisen lapsi- ja nuorisotyön suuntautumisvaihtoehdon opinnäytetyö,
51 sivua, 3 liitesivua

Kevät 2007

TIIVISTELMÄ

Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää äitien kokemuksia lapsiperheiden kohtaamispaikan, PerheSantran, tarpeellisuudesta. Tarpeellisuutta tarkasteltiin PerheSantrassa käymisen syiden, saadun tuen sekä toiminnan kehittämisen pohjalta. Äitien kokemuksia haluttiin selvittää, koska PerheSantraa kokonaisuutena ei ollut vielä tutkittu.

Teoriaosassa käsiteltiin PerheSantraa osana valtakunnallista PERHE – hanketta, vanhemmuuden tukemista eri keinoin sekä sosiaalista tukea ja verkostoja lapsiperheiden elämässä. Lisäksi teoriaosaan sisällytettiin aihepiiriä sivuavia aiemmin tehtyjä tutkimuksia.

Tutkimuksen aineisto kerättiin seitsemän äidin kirjoittamista päiväkirjoista. Äidit vastasivat päiväkirjoissa avoimiin kysymyksiin, jotka liittyivät PerheSantrassa käymiseen, siellä käymisestä saatuun tukeen ja kehittämideoihin. Tutkimustulokset osoittivat, että äidit kokivat PerheSantran tarpeelliseksi. PerheSantraa tarvittiin muun muassa keskusteluseuran saamiseksi sekä lapsen sosiaalisen kasvun tukemiseksi. Äidit kokivat PerheSantran tärkeäksi niin itselleen kuin lapsilleenkin. PerheSantrassa käymisestä oli muodostunut osa heidän arkeaan. Äidit toivoivat, että PerheSantra saisi jatkaa mahdollisimman pitkään vielä hankkeen päätyttyäkin.

Tutkimuksen tulosten perusteella voidaan todeta, että PerheSantran kaltaisia lapsiperheiden kohtaamispaikkoja todella tarvitaan. Tällaiset matalan kynnyksen paikat ovat tärkeitä, sillä niissä käymällä voidaan ennaltaehkäistä ongelmien kasaantumista. Muiden samassa elämäntilanteessa olevien vanhempien näkeminen auttaa suhteuttamaan omia ongelmia ja näkemään, että muidenkin perheiden arki on välillä samanlaista. Yhteiskunnan tulisi panostaa ennaltaehkäisevään työhön ja peruspalveluiden kehittämiseen, sillä vanhempien tukemisella voidaan parantaa koko perheen hyvinvointia.

Avainsanat: ennaltaehkäisevä työ, lapsiperheet, PERHE-hanke, sosiaalinen tuki, sosiaaliset verkostot, vanhemmuuden tukeminen,

Lahti University of Applied Sciences
Faculty of Social and health care

HYNNINEN, LIISA

It makes a big difference to meet other people whom to talk to and to have playmates for children
- Mothers' experiences about the necessity of PerheSantra

Bachelor's Thesis of Socialpedagogical child and youthwork
51 pages, 3 appendixes

Spring 2007

ABSTRACT

Purpose of the thesis was to explore experiences of mothers who visit regularly PerheSantra, which is a meeting place for families with children. Main interest was to find out the necessity of PerheSantra, which was reviewed on the basis of cause to visit, the achieved support as well as the development of the service. Mothers' experiences were sought after since PerheSantra had not been researched as a whole this far.

The theory describes PerheSantra as a part of the national PERHE-plan, different methods for supporting parenthood, social support and the social networks of families with children. In addition, some earlier studies on similar topics were included as support material for this thesis.

The material for this study was gathered from diaries of seven mothers. Mothers were asked to write about reasons why they visit PerheSantra, the support they get from visiting PerheSantra, development ideas for the place and so on. Results indicated that the mothers felt that PerheSantra was a needed service. PerheSantra was needed among other things as a social meeting ground for the parents and for supporting the social development of the child. In their opinion the service was needed for both themselves and for their children. Visiting PerheSantra was already a part of their weekly routine and they hoped that PerheSantra could continue even after the project ends.

Based on this study, there is an apparent need for meeting places like PerheSantra. These kinds of places with low threshold for participation are important as they can provide help before problems build up. Talking to other parents in similar situations help to compare their problems and come to a realization that others have the same kind of problems in their everyday lives. Society should concentrate on preemptive work by developing basic services for families, since supporting parents improves the well-being of the whole family.

Keywords: preemptive work, families with children, PERHE- plan, social support, social networks, supporting parenthood

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	1
2 PERHESANTRA OSANA PERHE-HANKETTA	3
2.1 PERHE-hanke	3
2.1.1 Perhekeskus	4
2.1.2 Lahden Perhe-hanke	5
2.2 PerheSantra lapsiperheiden kohtaamispaikkana	6
2.2.1 Osallisuus nostaa perheet yhteistyökumppaneiksi	7
2.2.2 Yhteisöllisyys lisää perheiden vuorovaikutusta	8
3 VANHEMMUUTEEN TUKEA ERI KEINOILLA	8
3.1 Vanhemmuus voimavaroja vaativana tehtävänä	8
3.2 Ennaltaehkäisevällä työllä tukea lapsiperheille	10
3.3 Vanhemmuuteen tukea sosiaalisista verkostoista	11
4 SOSIAALINEN TUKEA JA VERKOSTOT	12
4.1 Sosiaalinen tuki	12
4.1.1 Sosiaalisen tuen lähteet	13
4.1.2 Sosiaalisen tuen muodot	14
4.1.3 Vertaisverkostot ja vertaistuki	15
4.2 Pienten lasten äitien sosiaaliset verkostot	15
4.2.1 Äitiryhmät	16
4.2.2 Äidit verkossa	18
5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT	19
6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	20
6.1 Kohderyhmä	20
6.2 Tutkimusmenetelmä	21
6.3 Aineiston hankinta	22
6.4 Aineiston käsittely ja analysointi	23
6.5 Tutkimuksen luotettavuus	24
7 TUTKIMUKSEN TULOKSET	25
7.1 Syyt PerheSantrassa käymiseen	26
7.1.1 Helppo ja mukava tulla	26
7.1.2 Päivää piristäviä keskusteluja ja tietoa äideille	27
7.1.3 Lapselle tukea sosiaaliseen kasvuun	28
7.2 PerheSantrassa käymisestä saatu tuki äitien kokemana	29
7.2.1 Emotionaalinen tuki	30
7.2.2 Tiedollinen tuki	31
7.2.3 Sosiaalinen tuki	33

7.3 Äitien mielipiteitä PerheSantran toiminnasta ja sen kehittämisestä.....	35
7.3.1 Tyytyväisyys toimintaan.....	35
7.3.2 Toiminnan kehittäminen.....	36
8 JOHTOPÄÄTÖKSET	38
8.1 PerheSantraa tarvitaan	38
8.2 Tukea PerheSantrassa käymisestä	39
8.3 Hankkeelle jatkoa	41
9 POHDINTA.....	42
LÄHTEET	46
LIITTEET	52

1 JOHDANTO

Lapsiperheiden hyvinvointia pyritään parantamaan lähivuosina, sillä hallitusneuvotteluissa 15.4.2007 sovittuun uuden hallituksen ohjelmaan sisältyy lasten, nuorten ja perheiden hyvinvoinnin -politiikkaohjelma. Kyseisen politiikkaohjelman tavoitteena on ehkäistä ja vähentää pahoinvointia sekä syrjäytymistä parantamalla lapsiperheiden taloudellista asemaa ja palveluja. Perheiden hyvinvointia tuetaan vahvistamalla yhteisöllisyyttä, vanhemmuutta sekä keskinäistä vastuuta lasten ja nuorten hyvinvoinnista. Lasten ja perheiden ongelmiin pyritään puuttumaan nykyistä aikaisemmassa vaiheessa, sillä tavoitteena on vähentää korjaavien erityispalveluiden tarvetta. Hallituksen painopisteeksi nostetaan varhainen puuttuminen ja ehkäisevä työ. Pitkällä aikavälillä voidaan näin vähentää myös syrjäytymisen aiheuttamia kustannuksia. (Neuvottelutulos hallitusohjelmasta 2007, 60.)

Peruspalvelujen kehittäminen on keino, jolla perheiden hyvinvointia voidaan edistää, sillä monia ongelmia pystytään ehkäisemään ennalta. Jokaisessa perheessä on joskus lasten kasvatukseen, vanhemmuuteen tai perhe-elämään liittyviä pulmatilanteita, joissa on kyse aivan tavallisista arkisista asioista, eikä varsinaisista ongelmista. Tällaisissa tilanteissa auttavat keskustelut ja kokemusten vaihto toisten perheiden kanssa. (PERHE-hanke 2005, 14.) Vanhempien toisiinsa tutustumisen mahdollistaville kohtaamispaikoille on selkeä tarve. Pakarisen (2004) mukaan vanhemmat kaipaavat avoimia paikkoja, joissa on mahdollista kohdata toisia perheitä ja jakaa kokemuksia. Keskustelut toisten samassa elämäntilanteessa olevien kanssa auttavat huomaamaan, että muidenkin lapsiperheiden arki pyörii samanaisten asioiden ympärillä.

Perheiden keskusteluja ja kokemusten vaihtoa mahdollistavia paikkoja on jo perustettu hankkeina eri puolille Suomea. Tällaisten perhekeskusten jatkorahoitus tulisi turvata myös hankkeen päätyttyä. Perhekeskukset ovat matalankynnyksen paikkoja ja niiden toiminnalla voidaan ennaltaehkäistä perheiden ongelmien kasautumista. Lahteen avattiin perheitä varten marraskuussa 2005 PerheSantra, joka on lapsiperheiden avoin kohtaamisen ja yhdessä toimimisen paikka. PerheSantrassa käy paljon perheitä keskustelemassa, leikkimässä ja tapaamassa toisiaan.

Opinnäytetyöni tarkoituksena on selvittää äitien kokemuksia PerheSantran tarpeellisuudesta. Kiinnostuin selvittämään äitien kokemuksia, sillä PerheSantraa kokonaisuutena ei ole vielä tutkittu. Tämä opinnäytetyö tuo näin esille uutta tietoa. PerheSantraa vastaavat perhekeskukset ovat sopivia työkenttiä sosionomeille. Opinnäytetyöni valottaa kävijöiden näkökulmaa, joka auttaa työntekijää toimimaan perheitä tukevalla ja kannustavalla tavalla. Opinnäytetyöni tuloksia hyödynnetään PerheSantran kehittämisessä sekä hankkeen arviointitutkimuksen teos-
sa, josta on hyötyä jatkorahoitusta haettaessa.

Teoriaosassa käsittelem PerheSantraa osana valtakunnallista PERHE-hanketta, vanhemmuuden tukemista eri keinoin sekä sosiaalista tukea ja verkostoja lapsiperheiden elämässä. Olen sisällyttänyt teoriaosuuteen myös aiempia aihepiiriin liittyviä tutkimuksia, joiden avulla tuon esille muun muassa vanhempien tarvetta toistensa kohtaamiseen.

2 PERHESANTRA OSANA PERHE-HANKETTA

2.1 PERHE-hanke

Sosiaali- ja terveysministeriön käynnistämällä PERHE- hankkeella edistetään lapsiperheiden peruspalveluiden verkottumista sekä perheiden arkiselle kanssakäymiselle ja eri toimijatahojen yhteistyölle rakentuvaa toimintamallia. Tilaa ja tukea halutaan antaa vanhemmuudelle, ihmissuhteille, perheiden keskinäiselle vuorovaikutukselle ja yhteisöllisyyden syntymiselle. (Hyssälä 2004, 6.) PERHE-hankkeessa on kyse peruspalvelujen kehittämisestä ja perustyön ennaltaehkäisevyyden vahvistumisesta. Painopiste on tavallisissa peruspalveluissa, joita lähes kaikki perheet yleisesti käyttävät elämänkaaren eri vaiheissa. Vanhemmuuden tueksi tarvitaan palvelurakenne, joka edistää sosiaalista hyvinvointia ja antaa tilaa vanhempien omalle äänelle. (Viitala 2006a, 75–76.)

Hankkeen yleisenä tavoitteena on vahvistaa vanhemmuutta ja lisätä perheiden hyvinvointia. Päämääränä on paikallisella tasolla toimiva perhepalveluverkosto tai perhekeskustoimintamalli, joka perustuu eri toimijoiden aikaisempaa tiiviimpään yhteistyökumppanuuteen sekä perheiden vahvuuksien, omien voimavarojen ja vertaistuen hyödyntämiseen. Samalla tavoitteena on vahvistaa yhteiskunnan lapsi- ja perhemyönteisyyttä, lisätä yhteisvastuuta lasten kasvuedellytysten turvaamisesta ja edistää yhteisöllisyyttä. (PERHE-hanke, 2005, 11.)

PERHE-hanke on osa Sosiaalialan kehittämishanketta ja se kytkeytyy terveydenhuollon kehittämishankkeeseen. PERHE-hanke toteutetaan vuosina 2005 - 2007. Hankkeen piiriin kuuluvat lasta odottavat perheet ja perheet, joissa on alle 18-vuotias lapsi. Hankkeessa uudistetaan palvelurakenteita vauhdittamalla perhekeskusten rakentumista kuntiin ja seutukuntiin. Perhekeskukset perustuvat perheiden, peruspalvelujen, järjestöjen, vapaaehtoistoimijoiden, seurakuntien ja muiden toimijoiden kumppanuuteen; tiiviiseen ja sitoutuneeseen yhteistyöhön. (Sosiaaliportti 2007.)

2.1.1 Perhekeskus

Perhekeskus on kumppanuuteen perustuva toimintamalli, joka kokoaa eri toimijoiden voimavarat yhteiseksi verkostoksi. Yhteistyön taustalla vaikuttavat oletukset siitä, että lasten ja nuorten hyvinvointia voidaan edistää parhaiten toimimalla yhdessä kotien kanssa ja vahvistamalla vanhemmuutta sekä ennaltaehkäisemällä perheiden ongelmia perustyötä ja peruspalveluja kehittämällä. Toimijoiden yhteistyötä lisäämällä voidaan myös edistää yhteisvastuullisuutta ja yhteisöllisyyttä. (Viitala 2006a, 75.) Perheiden omaa asiantuntemusta ja osallistumista toiminnan suunnitteluun, toteuttamiseen ja arviointiin pidetään tärkeänä. Tarkoituksena on, että perhekeskuksen toiminta edistää ja mahdollistaa perheiden omien sosiaalisten verkostojen ja vertaistuen syntymistä. (Pietilä-Hella & Viinikka 2006, 11.)

Muljun (2002, 27) mukaan perhekeskusten toiminnassa olennaisinta on perheiden tukeminen varhaisessa vaiheessa jo ennen kuin mitään ongelmallista on tapahtunut. Perhekeskukset ovat toimintaperiaatteiden mukaisesti sijainniltaan helppoja kohtaamispaikkoja, jotka vahvistavat lasten ja vanhempien sosiaalista verkostoa, luovat työmuotoja, joissa lapset ja vanhemmat ovat osallisia sekä tarjoavat helposti saavutettavaa tukea ja tietoa lapsiperheille.

Pakarinen (2004) on tutkinut Raisiossa toimivaa matalan kynnyksen perhepalveluksikköä, Perhekeskus Pihapiiriä. Vanhemmat hakeutuivat toimintaan väsymyksen, eristäytyneisyyden ja epävarmuuden tuntemusten takia sekä tutustuakseen muihin perheisiin. Lähes kaikki vastaajat toivoivat saavansa perhekeskuksesta samassa elämäntilanteessa olevia uusia ystäviä sekä laajempaa sosiaalista verkostoa asuinympäristössään. Perheiden osallistuminen toimintaan syntyi lasten tarpeista. Vanhemmat kokivat tärkeänä lasten ystävystymisen ja sosiaalistumisen lapsiryhmässä.

Pakarisen (2004) tutkimuksen tulosten mukaan vanhemmat olivat saaneet ystäviä sekä vertaistukea Pihapiiristä. Vanhempien ongelmat suhteellistuivat ja he saivat vahvistusta itsetunnon, kun he vaihtoivat kokemuksia toisten vanhempien kanssa. Vanhemmat tunsivat hyötyneensä erityisesti juuri keskustelumahdollisuuksista. Perhekeskuksessa korostui arkipäiväisten kasvatuspulmien tukeminen.

Vanhemmat saivat Pihapiiristä myös voimavaroja arjessa jaksamiseen, sillä perhekeskuksen toiminta piristi arkipäivää ja toi perheille virikkeitä sekä toimintamahdollisuuksia. Perhekeskuksesta saatu tuki keskittyi sosiaaliseen ja emotionaaliseen tukeen. Konkreettinen tuki ilmeni satunnaisena lastenhoitoapuna. Erityisen tärkeää perhekeskuksen tuki oli uutena paikkakunnalle muuttaneille, esikoisäideille ja yksinhuoltajille.

2.1.2 Lahden Perhe-hanke

Lahdessa toimivan Lahden Perhe – hankkeen tavoitteena on vahvistaa ja luoda kumppanuuteen pohjautuvaa toimintakulttuuria, kehittää perhettä osallistavia työmenetelmiä ja kuvata perheiden voimavaroja vahvistavia prosesseja alle kouluikäisten lasten ja perheiden palveluissa. Tavoitteena on myös vahvistaa yhteisöllisyyttä ja tukea perheitä omaehtoiseen selviytymiseen arjessa. Lahden Perhe – hankkeen tuloksena on tarkoitus syntyä uudenlaista kumppanuutta, yhtenäinen lapsiperheiden palveluvalikoima, joka tukee perheitä itsenäiseen selviytymiseen ja mahdollistaa laadukkaan moniammatillisen työn perustasolla sekä varhaisen puuttumisen perheiden ongelmiin. (Lahden Perhe-hanke 2005, 4.)

Lahden Perhe-hanke koostuu Ankkurin neuvolasta, oppilaitosten koulutuskokeilusta ja PerheSantrasta. Nämä toimenpidekokonaisuudet muodostavat Lahden perhekeskusmallin, jossa yhdistyvät uudella tavalla eri toimijoiden välinen yhteistyö ja sen avulla kehitettävät toimintamallit. Ankkurin neuvolassa, toimii ydintöissä terveydenhoitajien ja perhetyöntekijöiden lisäksi sosionomi (AMK). Toiminnassa painotetaan varhaisvaiheen ohjausta ja tukea. Vanhemmaksi kasvamista tuetaan erityisesti vertaistukea ja arjen tukemista vahvistamalla. Uudentyyppinen koulutuskokeilu tarkoittaa oppilaitosten, neuvolan ja PerheSantran yhteistyötä tarjoamalla sosionomi- ja terveydenhoitajaopiskelijoille harjoittelupaikkoja. Harjoitteluihin sisältyy työparityöskentelyä ja opiskelijoiden yhteisiä keskusteluforummeja. Opiskelijoilla on myös mahdollisuus tehdä opinnäytetyönsä Lahden Perhe-hankeeseen liittyen. Lapsiperheiden avoimena kohtaamispaikkana toimii PerheSantra, jossa on tarjolla myös tilapäistä lastenhoitoa sekä vertaisryhmiä. (Lahden Perhe-hanke 2005, 5-6.)

2.2 PerheSantra lapsiperheiden kohtaamispaikkana

PerheSantra on lapsiperheiden avoin kohtaamisen ja yhdessä toimimisen paikka, joka on avattu Lahteen marraskuussa 2005. Lapsiperheiden yhteisessä olohuoneessa toimii muun muassa perhekahvila, tilapäistä lastenhoitoa ja vertaisryhmiä. PerheSantrassa voi käydä esimerkiksi syöttämässä lasta, leikkimässä ja tapaamassa muita perheitä. PerheSantrasta saa myös tietoa lapsiperheille tarjolla olevista toiminnoista ja palveluista. (Lahden Perhe-hanke 2005, 6.)

PerheSantrassa on perheille tarjolla yhteisen olohuoneen lisäksi järjestettyä toimintaa viikoittain. Tilapäistä lastenhoitoa on kolmena päivänä viikossa, musiikki-tuokiot sekä vauvoille että leikki-ikäisille ja kerran viikossa avoin neuvola, jolloin vanhemmilla on mahdollisuus keskustella Ankkurin neuvolan terveydenhoitajan sekä sosionomin (AMK) kanssa. PerheSantran tiloja voi myös varata perheiden omien vertaisryhmien käyttöön. (PerheSantran esite, 2007.)

PerheSantra toteutetaan laaja-alaisena ja moniammatillisena yhteistyönä. Yhteistyökumppaneina ovat Lahden kaupunki, Lahden ensi- ja turvakoti ry, Lahden Pelastakaa Lapset ry, Lahden seurakuntayhtymä ry, Harjulan Setlementti ry, Mannerheimin Lastensuojeluliiton Lahden yhdistys ry ja Lahden ammattikorkeakoulun Sosiaali- ja terveysalan laitos. (PerheSantra, 2007.) Moniammatillisella perheyöllä pyritään tukemaan perheitä niiden tarpeista lähtien. Moniammatillinen työ tuo laaja-alaista näkemystä ja osaamista tiimityöhön ja se lisää alueellista yhteistyötä. Moniammatillisen työn etuja ovat muun muassa tiedonkulun lisääntyminen eri asiantuntijoiden välillä, asiakkaiden tietouden paraneminen palvelutarjonnasta, yhtenäisen näkemyksen syntyminen lapsiperheiden tarpeista, päällekkäistarjonnan välttäminen, kustannusten jakaminen ja eri tahojen osaamisalueiden hyödyntäminen. (Häggman-Laitila, Ruskomaa & Euramaa 2000, 153.)

PerheSantran toiminnassa pyritään moniammatillisuuden ohella luomaan myös yhteisöllisyyttä ja osallisuutta. Viitalan (2006a, 75) mukaan perheiden omaa osallisuutta ja palveluissa mukana oloa painotetaan nykyään yhä enemmän. Osallisuudella tarkoitan tässä tutkimuksessa Perheiden osallistumista toiminnan suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin. Näin perheet itse olisivat mukana luomassa

heidän tarpeisiinsa vastaavaa toimintaa. Viitalan (2006b, 13) mukaan myös yhteisöllisyyden vahvistaminen on yksi perheiden tukemisen perustekijöistä, sillä luonnolliset tukiverkostot kuuluvat hyvinvointiin. Perheille tulisikin tarjota tiloja, jotka mahdollistavat vuorovaikutusta ja kohtaamista perheiden välillä.

2.2.1 Osallisuus nostaa perheet yhteistyökumppaneiksi

Osallisuus perustuu tasaveroiseen ja toiset hyväksyvään kumppanuuteen, joka edellyttää myös keskinäistä kunnioitusta. Osallisuudessa oleellista on vuorovaikutus, yhteistyö ja koetusta oppiminen. Osallisuuteen sisältyy ajatus siitä, että yhteisten keskustelujen, tekemisen ja havaintojen kautta syntyy kokemuksia, joiden avulla voidaan tarkastella omia käsityksiä, näkemyksiä ja tekoja. Tämä prosessi yhdistää ihmisiä ja mahdollistaa muutoksen sekä uuden oppimisen. (Helminen 2006, 204.) Kansalaisten tulisi olla yhä enemmän oman osallistumisensa tekijöitä ja aitoja asiantuntijoita, eikä enää vain suunnittelun tai osallistumisen kohteita. He ovat vastuussa omasta kohtalostaan ja vaikuttavat omaa elämäänsä koskeviin asioihin ja tekevät itse päätöksensä. (Salmikangas 2002, 100.)

Vertaisuus, vastavuoroisuus ja vuorovaikutteisuus ovat tärkeitä osallisuudessa, sillä samanlaisessa tilanteessa olevat ihmiset voivat saada sosiaalista tukea toisiltaan jakamalla kokemuksiaan toistensa kanssa. Vertaisuus mahdollistaa molemminpuolisen vuorovaikutuksen saman kokemusmaailman jakavien ihmisten kanssa. Ammattilaiset voivat toimillaan tukea lasten, nuorten ja vanhempien vertaisuuteen pohjaavien toimintamuotojen rakentumista, esimerkiksi kokoamalla ja ohjaamalla erilaisia toimintamuotoja sekä kannustamalla ihmisiä omaehtoisuuteen. Ihmisillä tulisi olla mahdollisuus vuoropuheluun, kokemusten jakamiseen, palautteen saamiseen ja uusien näkökulmien sekä toimintatapojen löytämiseen. Vertaisten yhteisten keskustelujen pohjalta yksilöt voivat peilata omia käsityksiään ja toimintaansa. (Helminen 2006, 204–205.)

2.2.2 Yhteisöllisyys lisää perheiden vuorovaikutusta

Yhteisöllisyys tarkoittaa yhteisissä sosiaalisissa verkostoissa toimimista samat arvot jakaen. Vertaistoiminnalla voidaan saada aikaan elämisen laatua lisäävää yhteisöllisyyttä ja lisätä koko yhteisön kollektiivista vastuuta lapsista ja nuorista. Perhepalveluissa tulisikin panostaa sellaiseen toimintaan, jossa vanhempien on mahdollista tutustua toisiinsa. (PERHE-hanke, 2005, 16.)

Yhteisöllisyyden merkitystä perheiden hyvinvointiin on ryhdytty korostamaan, sillä hyvinvointi rakentuu perheiden arjen ympärille, ihmisten omissa elinympäristöissä ja sosiaalisissa verkostoissa. Perheet itse arvostavat toistensa tukea ja vuorovaikutusta samassa elämäntilanteessa olevien kanssa. Yhteisöllisyys ilmenee henkisenä ja sosiaalisena voimavarana, sillä tukevat sosiaaliset verkostot ehkäisevät myös perheiden syrjäytymistä. (Viitala 2006a, 76.)

Yhteisön jäsenyys tarjoaa tunteen siitä, että kuuluu johonkin ja on kontaktissa muiden yhteisöön kuuluvien kanssa. Tunne siitä, että voi itse antaa yhteisölle jotain, on merkityksellinen itsetunnon ja itsensä hyväksymisen kannalta. Yhteisöissä ihmiset kohtaavat toisensa avoimempina, kuin arkisessa kanssakäymisessä. Omin heikkouksien, ongelmien ja vahvuuksien tiedostaminen mahdollistuu, kun niitä peilataan yhteisön muiden jäsenien ominaisuuksiin. (Hyypä 2002, 25–26.) Haapamäen (2000, 14) mukaan yhteisöllisyyttä voidaan pitää ilmauksena ihmisten myönteisestä yhdessäolosta ja vuorovaikutuksesta. Yhteisössä voi muun muassa kokea yhteenkuuluvuutta, tulla ymmärretyksi, saada tukea ja olla omana itsenään.

3 VANHEMMUUTEEN TUKEA ERI KEINOILLA

3.1 Vanhemmuus voimavaroja vaativana tehtävänä

Vanhemmuus on onnistunutta silloin, kun lapsi saa riittävästi rakkautta, ohjausta, rajoja sekä huolenpitoa vanhemmiltaan (Kristeri 1999, 69–71). Bardyn (2002, 39) mukaan vanhemmuuteen kasvaminen on yksi ihmiselämän vaativimmista

kehitystehtävistä. Myös Kekkosen (2001, 97) mukaan vanhemmuuteen kasvetaan ja kehitytään vähitellen. Kun lapsi voi hyvin ja vanhempien oma kokemus vanhemmuudesta on myönteinen, ei useimmiten ole tarvetta pohtia vanhemmuuden osa-alueita, motiiveja tai lähtökohtia. Kuitenkin yhä useampi äiti ja isä kokevat vanhemmuuden vaativaksi, omat voimavarat ja kyvyt ylittäväksi tehtäväksi. Korhosen (2002, 59) mukaan vanhemmuus onkin moninaistunut. Nykyvanhemmuus on aiempaa tietoisempaa ja vastuullisempaa. Vanhemmuuden edellytykset ovat käyneet entistä ongelmallisemmiksi. Vanhemmuudesta on samoin tullut aiempaa velvoittavampi tehtävä.

Vanhemmuuden toteuttamista on tarkasteltu Väestöliiton vuoden 1999 Perhebarometrissa. Lähes puolet kyselyyn vastanneista vanhemmista koki itsensä jossain määrin epävarmaksi lastensa kasvattajana ja tarvitsivat tukea lastensa kasvattamiseen. Yksinhuoltajat kokivat suurempaa epävarmuutta kasvatuksessa kuin avio- ja avoliitossa elävät vanhemmat. Tulosten mukaan vanhemmat katsoivat olevansa itse vastuussa lastensa kasvatuksesta, eivätkä halunneet siirtää kasvatusvastuuta päiväkodille. Yhteiskunnan tarjoama tuki lapsiperheille koettiin kuitenkin tarpeelliseksi. (Reuna 1999.)

Kailan (2001, 17) mukaan lapsiperheiden elämä on yleensä voimavaroja koettelevaa aikaa. Perheiden voimavarat koostuvat vanhempien ja lasten voimista, kyvyistä ja toimintamahdollisuuksista, joita he tarvitsevat arjessaan. Perheen sisäiset voimavarat ovat yksilön tai perheen yksilöllisiä tai henkilökohtaisia voimavaroja. Perheen ulkoisia voimavaroja ovat perheen ulkopuolisilta ihmisiltä tai yhteisöltä saatu sosiaalinen tuki tai sosiaaliset verkostot.

Omien voimavarojen ehtyessä vanhemmat tarvitsevat apua ja vastuun jakajaa. Tuen antajina voivat toimia perheen jäsenten ja muun lähiyhteisön ohella myös perheiden kanssa työskentelevät julkisen, yksityisen ja kolmannen sektorin toimijat. Lapsen tulisi pienestä pitäen saada kokea läheisyyttä ja läsnäoloa turvallisten ja pysyvien aikuissuhteiden kautta. Lapsella on myös oikeus olla osa vertaisryhmää ja saada ohjausta vertaisryhmässä toimimiseen sekä näiden myötä oikeus sosiaalisiin kokemuksiin: osallisuuteen ja yhteisöllisyyteen. Monilla perheillä kaittava tuki ja apu saadaan lähiverkostoista, mutta jos verkostot ovat ohuita, voi

tukea löytyä esimerkiksi perhekeskustoiminnan tai seurakunnan tarjoamien toimintamuotojen kautta jo ennen haasteellisten elämäntilanteiden muodostumista. Ammattilaisten ja perheiden keskinäisen yhteistyön avulla voidaan muodostaa yhteisöjä, jotka tukevat vanhemmaksi kasvua ja vanhempana olemista. (Helminen 2006, 204.)

3.2 Ennaltaehkäisevällä työllä tukea lapsiperheille

Heino, Berg ja Hurtig (2000, 58, 190) ovat määritelleet ennaltaehkäisevän perhetyön työmuodoksi, johon asiakkaat pääsääntöisesti itse hakeutuvat ja ovat motivoituneita saamaan tukea. Ennaltaehkäisevälle perhetyölle on tyypillistä, että asiakkaana on erilaisissa muutostilanteissa eläviä perheitä, mutta huoli lapsesta on vähäistä ja perhetyön työmuoto on pääasiassa perheen tukemista. Perheiden tuen tarve vaihtelee. Asiakasperheenä voi olla esimerkiksi lasta odottavat vanhemmat, jotka tuntevat epävarmuutta uudessa elämäntilanteessaan ja haluavat tietoa tai perhe, jolla on suhteellisen rajattu huoli, kuten vauvan koliikki tai lapsen uhmaikä.

Peruspalvelut ovat niitä perhepalveluja, joita jokainen lapsi tai kaikki perheet tavallisesti käyttävät, kuten äitiys- ja lastenneuvola, päivähoido, esiopetus ja koulu. Juuri nämä palvelut ovat avainasemassa ennaltaehkäisevän työn, vanhemmuuden ja kasvatuksellisen tuen vahvistajina. Tässä yhteistyössä perheet ovat tasavertaisia kumppaneita. Toiminta on tarkoitettu kaikille, eivätkä palvelut lähtökohtaisesti erottele perheitä, sillä olettamuksena on, että näin toiminta on laajasti ennaltaehkäisevää. (PERHE-hanke 2005, 14.) Sosiaalipalvelut ovat usein muita ongelmia ennaltaehkäiseviä tai hyvinvointia tukevia toimia, joilla ongelmiin päästään tarttumaan jo alkuvaiheessa ja kohtuullisin kustannuksin. Erityisesti ennaltaehkäisevää toimintaa ovat lapsille ja lapsiperheille tarjottavat palvelut, joilla päästään puuttumaan ajoissa esimerkiksi syrjäytymiseen. (Kantola 2002, 123.) Pulkkinen (2002, 9) mukaan investointi ennaltaehkäisevään toimintaan kannattaa.

Monia ongelmia voidaan ehkäistä ennalta. Perheiden ja ammatillisten toimijoiden yhteistyön tavoitteena on moniammatillisen ja monitoimijaisen kumppanuusyhteistyön avulla löytää ennaltaehkäisevään työhön uusia, perheitä palvelevia,

ratkaisuja vanhemmuuden, kasvatuksellisen tuen, parisuhteessa kasvamisen, perheiden neuvonnan sekä tarvittaessa varhaisen puuttumisen ja avun saannin varmistamiseksi. Perheiden omaa yhteydenottokynnystä voidaan madaltaa tiedottamalla käytettävissä olevista palveluista. Painopisteenä perhepalvelujen kehittämisessä on ennaltaehkäisevien palvelurakenteiden, työtapojen ja työmenetelmien käyttöön ottaminen ja kehittäminen. Perus- ja erityispalvelujen liitoskohtaa tulisi tarkastella ennakkoluulottomasti. Perheitä voidaan tukea ja auttaa myös tekemällä laadukasta perustyötä. (PERHE-hanke 2005, 14.)

Viitalan (2006b, 13) mukaan perhelähtöisessä toimintakulttuurissa vanhemmuus otetaan huomioon siten, että palveluiden sisään muodostetaan rakenteita, jotka mahdollistavat vanhempien osallistumisen ja palveluiden sisältöön vaikuttamisen. Syrjäytymistä ja lasten pahoinvointia voidaan ehkäistä, kun eri toimijoiden voimavarat kootaan yhteen. Järjestöt ja kunnat ovat valmiita etsimään yhteisiä toimintamuotoja, mutta ehkäisevään työhön panostamisen tärkeyttä ei vielä ole täysin ymmärretty. Painopiste tulisikin siirtää peruspalveluiden kehittämiseen, sillä loputon erityispalveluiden ja korjaavan työn lisääminen voi vaikeuttaa ongelmien hallitsemista.

3.3 Vanhemmuuteen tukea sosiaalisista verkostoista

Vanhemmat elävät muuttuvissa sosiaalisten suhteiden verkostoissa, joten arkipäivän kanssakäyminen ja vanhempana toimiminen eivät tapahdu ainoastaan perheiden sisällä, lasten ja vanhempien tai puolisoitten välisenä vuorovaikutuksena. Vaikka yksilön tietoisuus itsestään äitinä tai isänä on olennaista vanhemmuuden muotoutumisessa, myös erilaiset sosiaaliset suhteet rakentavat vanhemmuuden kokemuksia ja merkityksiä. (Böök, 2001, 12–13.) Sosiaalinen verkosto ja tuki vaikuttavat merkittävästi vanhemmuuden laatuun sekä äitinä ja isänä jaksamiseen. Toimiva sosiaalinen tukiverkko parantaa vanhempien mahdollisuuksia vastata vanhemmuuden haasteisiin. (Viljamaa 2003, 25–26.) Verkostoituminen antaa myös voimia vanhempana toimimiseen, sillä se laajentaa omaa kontaktipintaa ja lisää turvallisuuden tunnetta. Yhteydet muihin vanhempiin auttavat ymmärtämään

omaa käyttäytymistä ja tarjoavat helpotusta ja turvaa monessa asiassa. (Sihvola 2002, 174–175.)

Vanhemmuuden tukeminen kohdistuu aikuisen kykyyn olla yhteydessä lapseen ja huolehtia lapsesta. Vanhemmuuden tukemisen tulee parantaa näitä kykyjä sekä antaa tietoa siitä, miten asiat saadaan sujumaan paremmin. Vanhemmat tarvitsevat tuen lisäksi tietoa vanhemmuuden taidoista sekä mahdollisuuden jakaa kokemuksia vastaavassa elämäntilanteessa elävien vanhempien kanssa. He tarvitsevat jotta-kin konkreettista mihin kiinnittyä, kun eivät vielä osaa ohjautua vanhemmuudessaan sisältä käsin, omia tunteitaan ja tarpeitaan kuunnellen. (Kristeri 1999, 69–71.)

Monet äidit ja isät pitävät puolisoaan läheisimpänä ja tärkeimpänä aikuisihmissuhteenaan, mutta korostavat silti, että koko perheen hyvinvoinnin kannalta on kuitenkin erittäin tärkeää ylläpitää sosiaalisia suhteita myös ydinperheen ulkopuolisiin ihmisiin. Ihmissuhteet tarjoavat nimittäin voimavaroja, joiden avulla jaksetaan pitää huolta toimivasta perhe-elämästä ja läheisistä ja lämpimistä suhteista perheenjäseniin. (Oinonen 1999, 186–187.)

4 SOSIAALINEN TUKI JA VERKOSTOT

4.1 Sosiaalinen tuki

Määttä (1999, 110) määrittelee sosiaalisen tuen toisten henkilöiden tarjoamaksi resurssiksi, jota voidaan käyttää tai josta on tarvittaessa apua. Vanhempien saama tuki voi olla virallista tai epävirallista. Samoin tuki voi olla joko epäsuoraa tai suoraa ja sillä on vaikutusta vanhempien ja perheen toimintaan, vanhempien ja lasten välisiin suhteisiin sekä viime kädessä lapsen käyttäytymiseen ja kehitykseen.

Sosiaalinen verkostoituminen ei tarkoita samaa kuin sosiaalinen tuki, sillä tuen tarjoamisen sijaan verkkosuhteet voivat olla myös stressaavia. Pienessä kunnassa eläminen voi olla painostavaa, koska kaikki tuntevat toisensa ja tieto toisten

asioista leviää nopeasti. Suurkaupungin anonymiteettiin vetäytyminen houkuttaa monia. Sosiaalisella tuella tarkoitetaan henkilön kokemusta siitä huolenpidosta, rakkaudesta ja arvostuksesta, jota hän saa verkostonsa jäseniltä. (Pulkkinen, 2002, 41.)

Sosiaalisen tuen kautta ihmiset, lähiyhteisöt ja julkisen järjestelmän toiminnot luovat edellytyksiä elämänhallinnalle (Kinnunen 1999, 102). Sosiaalinen tuki on toiminnallinen käsite, joka viittaa niihin toimintoihin, joiden kautta yksilö, hänen lähiyhteisönsä tai yksityiset ja julkiset toimijat pyrkivät turvaamaan ihmisten hyvinvoinnin sosiaalisen tuen toimintakäytännöillä (Kinnunen 1998, 28–29).

4.1.1 Sosiaalisen tuen lähteet

Kinnunen (1998) on tutkinut sosiaalisen tuen verkostojen jäsentymistä 1990-luvun lopun Suomessa. Tutkimuksessa on tarkasteltu muun muassa sosiaalisen tuen merkitystä ja sosiaalisen tuen tuottajia. Sosiaalisen tuen tuottajat voidaan jakaa kolmeen ryhmään. Sosiaalista tukea voi saada henkilökohtaiseen tuttavuuteen perustuvilta toimijoilta, vertaisuuteen perustuvilta toimijoilta, tai syy- ja normiperusteisilta toimijoilta. Henkilökohtaiseen tuttavuuteen perustuvilla toimijoilla tarkoitetaan perheenjäseniltä, sukulaisilta ja naapureilta saatua sosiaalista tukea. Vertaisuuteen perustuvaa tukea voi saada lähiyhteisöjen ja järjestöjen jäseniltä. Lähinnä palkkatyönään sosiaalista tukea tuottavat julkisen ja yksityisen sektorin ammattiauttajat puolestaan tarjoavat syy- ja normiperusteista tukea. Tutkimuksen mukaan sosiaalisen tuen tuottajien merkitys vaihteli, mutta sukulaisilla ja tuttavilla oli suuri merkitys sosiaalisen tuen tuottamisessa. Viljamaan (2003) tutkimuksen mukaan tärkein sosiaalisen tuen lähde sekä naisilla että miehillä oli oma puoliso. Sukulaisten ja ystävien osuus tuen antajina oli myös huomattava.

Myös Seppäsen (2001) tutkimus osallisuudesta ja osattomuudesta lähiössä osoitti, että merkittävä osa sosiaalisesta tuesta saadaan sukulaisilta ja ystäviltä. Tutkimuksessa tarkasteltiin asuinalueen sosiaalista merkitystä lahtelaisen Liipolan lähiön asukkaille. Konkreettinen tuen saaminen erosi siitä, millainen luottamus ihmisellä

oli tuen saantiin tarvittaessa. Puolisolta, ystäviltä ja sisaruksilta saatavaan tukeen luotettiin eniten. Vähemmän tukea uskottiin saatavan muilta sukulaisilta, naapureilta ja ammattiauttajilta. Vaikka naapurit eivät olleet tuen lähteenä kovin korkealla, heiltä saatavaan tukeen luotettiin kuitenkin enemmän kuin viranomaisten tukeen.

4.1.2 Sosiaalisen tuen muodot

Sosiaalinen tuki voi olla esimerkiksi aineellista, tiedollista, toiminnallista, henkistä tai emotionaalista. Sosiaalinen tuki on vuorovaikutteista silloin, kun se tapahtuu erilaisissa yksittäisten ihmisten, lähiyhteisöjen, järjestöjen, kunnallisten ja valtiollisten toteuttajien toiminnassa. (Kinnunen 1998, 29.)

Tarkka (1996) on jaotellut tutkimuksessaan sosiaalisen tuen emotionaaliseksi ja konkreettiseksi tueksi. Tutkimuksen mukaan emotionaalista tukea äidit saivat eniten heti lapsen syntymän jälkeen ja konkreettista tukea lapsen ollessa kolmen kuukauden ikäinen. Emotionaalista tukea äidit saivat puolisoiltaan sekä omilta tai puolison vanhemmilta. Päätöksen tekoon tukea saatiin paitsi puolisoilta niin myös terveydenhuoltoalan työntekijöiltä.

Tikkasen (2003) tutkimus vanhemmuudesta masennuksen aikana toi esiin, että keskusteluavun ja yksilöllisen ohjaamisen ohella vanhemmuutta tukevaksi asiaksi koettiin konkreettinen lasten- ja kodinhoitoapu. Tutkimuksessa tuotiin esille myös vanhempien omia odotuksia tuen muodoista. Pääosin vanhemmat odottivat konkreettisia neuvoja siitä, kuinka toimia lasten kanssa. He kokivat tarvitsevansa myös enemmän toisten aikuisten seuraa. Vanhemmat toivoivat vertaisryhmiä ja paikkoja, joissa voisivat tavata toisia vanhempia. Tukimuodoista mainittiin keskusteluapu, konkreettinen hoitoapu sekä tiedollinen tuki. Vanhemmuuden kokemusten jakaminen koettiin tärkeäksi ja voimavaraistavaksi. Samalla syntyi kokemus siitä, että voi itse olla apuna ja jakaa toisten vaikeuksia.

4.1.3 Vertaisverkot ja vertaistuki

Vertaistukea on olemassa monessa muodossa: kahden henkilön välillä, ryhmissä tai verkostoissa. Kahden samassa elämäntilanteessa olevan henkilön vertaissuhde voi syntyä spontaanisti, esimerkiksi ystävien, sukulaisten, työkavereiden tai naapureiden kesken. Vertaisverkot puolestaan muodostuvat omaehtoisesti esimerkiksi internetissä tai leikkipuistoissa. Niihin osallistutaan oman mielenkiinnon ja aikataulun mukaisesti. Vertaisryhmillä taas tarkoitetaan säännöllisesti kokoontuvia ryhmiä. Vertaisryhmän perustajina voivat toimia kansalaiset ja ammattilaiset yksin tai yhdessä. Ryhmissä ei voida keskittyä vain omaan tilanteeseen, vaan tarkoituksena on jakaa kokemuksia toisten kanssa. (Nylund 2005, 203–204.)

Vertaisryhmää laajempänä käsitteenä on käyttänyt Hyväri (2005, 215). Vertaisryhmä tarkoittaa myös sellaisia vertaistoiminnan muotoja, joissa tuki ja auttaminen eivät välttämättä ole tapaamisten keskeisimpiä asioita. Vertaisryhmiä voi muodostua samaan ikäryhmään kuuluvien, samaa työtä tekevien tai samanlaista elämäntapaa harjoittavien keskuudessa. Vertaistukiryhmä puolestaan on ryhmä, jossa pyritään yhdessä, vastavuoroisesti, toisten auttamiseen ja tukemiseen. Varsinaiseen vertaistukeen perustuvien suhteiden luominen edellyttää kokemusten jakamista ja vuorovaikutteista kohtaamista. Tarvitaan yhteisesti jaettu sosiaalinen tila, jossa myös vastaanottajat ovat aktiivisia osallistujia.

4.2 Pienten lasten äitien sosiaaliset verkostot

Äitien sosiaalista tukiverkostoa ja tuen saantia tukiverkoston jäseniltä on tutkinut Tarkka (1996). Äidin sosiaaliseen tukiverkostoon kuuluvien tukihenkilöiden määrä vaihteli yhdestä viiteentoista tukijaan. Keskimäärin äideillä oli seitsemän tukihenkilöä. Perheenjäsenet mainittiin useimmiten tukiverkostoon kuuluviksi. Puolison tai lapsen isän lisäksi tärkeimpiä tukijoita olivat äidin omat tai puolison vanhemmat. Myös sisarukset ja muut sukulaiset mainittiin tukiverkostoon kuuluviksi. Äidin tukiverkostoon kuului lukumääräisesti eniten ystäviä, joita oli vaihdellen yhdestä yhteentoista ystävää. Lisäksi pieni osa äideistä mainitsi naapurinsa, terveydenhoitajan tai seurakunnan työntekijän tukiverkostoonsa kuuluvaksi.

Tutkimuksen mukaan äidit tarvitsivat sekä konkreettista apua jokapäiväisistä tehtävistä selviytymiseen että päätöksenteon tukea, ohjausta, kannustusta ja rohkaisua. Emotionaalinen tuki läheisiltä lisäsi äidin itsevarmuutta ja rohkeutta toimia vanhempana.

Lasta odottavan ja vauvaikäisen lapsen äidin ainoaksi päivittäiseksi tueksi jää usein vain lapsen isä, sillä sukulaissuhteet ovat nykyään monilla etäiset. Usein perheen ystävät ovat samassa elämäntilanteessa omine lapsineen tai toimivat työelämässä, jolloin vapaa-aika käytetään omiin tarpeisiin. Sosiaalisten tukiverkkojen murenemisen vuoksi yhteiskunnassa tulisi kantaa enemmän huolta siitä, miten äidit jaksavat tai millaiset eväät isät saavat vanhemmuuteensa. (Sevon ja Huttunen 2002, 95.) Reinholmin mukaan (2000, 13–14) koko perheen hyvinvointi riippuukin juuri äidin jaksamisesta, psyykkisestä ja fyysisestä hyvinvoinnista ja luottamuksesta itseensä äitinä. Tätä palautetta ja vahvistusta nykypäivän äidit tuntuvat joskus saavan uskomattoman vähän. Sen sijaan vaatimuksia, ihannemalleja ja liian korkealle asetettuja tavoitteita äiti kohtaa usein.

Päijähämäläisten hyvinvoinnin tilaa ja alueellista jakautumista on tutkittu alueellisessa hyvinvointibarometrissa (2003). Tutkimuksen tulosten mukaan tiiviit ystävyysuhteet ja luottamus perheen sisäisiin voimavaroihin toimivat tärkeinä tukipilareina. Henkilökohtaisten ja perheen sisäisten ongelmien käsittely on selkeästi privatisoitunutta, sillä ongelmia pyritään ratkomaan lähipiirissä perheenjäsenten ja ystävien kesken. Huomiota herättävää on, että lähisukulaisten rooli ongelmien käsittelyssä on selvästi vähäisempi kuin ystävien. Ystäviin pidetäänkin aktiivisemmin yhteyttä kuin sukulaisiin. Sosiaaliset verkostot ovat näin ollen myös jatkuvasti muuttuvia. (Hirvonen, Konttinen, Haapola & Karisto 2003, 177–179.)

4.2.1 Äitiryhmät

Järvinen (1998) on tutkinut äitien kokemuksia lastenneuvolan vanhempainryhmistä. Tutkimuksen perusteella äidit kokivat vanhempainryhmät tärkeiksi ja omaa vanhemmuuttaan tukeviksi. Äidit halusivat vaihtaa kokemuksia samassa elämäntilanteessa olevien kanssa ja kokea yhteisyyden tunnetta. Haastateltavat kokivat,

että vanhempainryhmät auttoivat heitä jaksamaan paremmin äitinä ja vanhempainryhmänä. Ryhmään sai tulla omana itsenään. Lapsille vanhempainryhmä toimi sosiaalisten taitojen harjoittelupaikkana, mitä äidit pitivät tärkeänä asiana. Äidit itse puolestaan saivat ryhmältä sosiaalista tukea, joka ilmeni tiedollisena, henkisenä ja positiiviseen palautteeseen perustuvana tukena sekä käytännöllisenä tukena. Saadusta tuesta henkinen tuki oli äitien kertoman perusteella ryhmän tärkein anti. Pienten lasten äitien väsymyksen ja neuvottomuuden uusien asioiden edessä ymmärtää parhaiten sellainen, joka elää itse samaa vaihetta elämässään. Jo tietoisuus siitä, että oma tilanne ei olekaan mitenkään erikoista tai vaarallista ja että toisilla oli ihan samanlaista, helpotti äitejä ja sai heidät tuntemaan itsensä normaaleiksi ja kyllin hyväksi äideiksi. Myös tietoisuus siitä, että äitinä olo voi olla hyvin erilaista eri äitien kohdalla, eikä yhtä ainuttakaan oikeaa mallia hyvästä äidistä ole, laajensi äitien ajatusmaailmaa.

Äitien kokemuksissa korostui sekä tiedollisen tuen, että ymmärretyksi tulemisen tarve suhteessa sosiaaliseen verkostoon. Ryhmältä saatu tuki oli yhtä arvokasta huolimatta luonnolliselta verkostolta saamasta tuesta. Vanhempainryhmät ovat näin ollen hyödyllisiä kaikille niihin osallistuville, oli heidän sosiaalinen verkostonsa millainen tahansa. Ryhmätoiminnan seurauksena äitien sosiaalinen verkosto laajeni ja lujittui. Vaikka ryhmästä ei useinkaan seurannut pysyviä ystävyys-suhteita jäsenten välille, palveli ryhmä hyvin sosiaalisen eristäytymisen ehkäisijänä. Ryhmässä äidit saivat osakseen hyväksyntää, tulivat kuulluiksi ja saivat puhua, nauttivat yhteisyyden tunteesta, kokivat mielihyvää ja iloa yhdessä. Ryhmä vahvisti äitien kasvua vanhemmaksi ja äidiksi. Ryhmässä vierailleiden asiantuntijoiden kanssa käytyjen keskustelujen avulla äitien ajatusmaailma laajeni ja he saivat uusia näkökulmia omien ratkaisujensa tueksi. Äitien ongelmanratkaisukyky parani. He huomasivat, etteivät ole yksin ongelmiansa kanssa ja toisten avulla oppivat suhteuttamaan omaa elämäänsä normaalin lapsiperheen elämään. Ryhmässä annettu tassa ja nyt apu auttoi äitejä selviämään arjen rutiineista ja vahvisti tunnetta siitä että he pärjäävät ja ovat riittävän hyviä äitejä. Näin syyllisyys ja epävarmuus pienen lapsen äitinä vähenivät. Pienten lasten äidit totesivat olevansa usein hyvin yksin. Vanhempainryhmään lähteminen antoi äideille hyvän syyn lähteä kotoa toisten aikuisten seuraan. (Järvinen 1998.)

Vuosina 1998–2000 toteutettu väestöliiton Perheverkko-projekti tarjosi pikkulapsiperheille nopeaa apua ja neuvontaa ongelmatilanteisiin. Perheverkon tavoitteena oli löytää keinoja pikkulasten perheille selviytyä arjen solmukohdista. Äitiverkko-nimisissä äitiryhmissä tutustutettiin samassa elämäntilanteessa olevia pikkulasten äitejä toisiinsa ja luotiin heille uusia verkostoja. Suljetun ryhmän tavoitteena oli vertaisryhmän muodostuminen ja ryhmän jäsenten välisten tapaamisten jatkuminen ohjattujen kokoontumisten jälkeenkin. Myös yksinäisyyden ja eristäytyneisyyden vähentäminen koettiin tärkeäksi tehtäväksi, sillä monet äideistä olivat muuttaneet oman tai puolisonsa työn tai opiskelun perässä pääkaupunkiseudulle jättäen sukujuurensa ja tukiverkkonsa kotiseudulle. Lapsen saamisen jälkeen ystäväpiiri monesti kaventuu. Vähitellen huomataan sosiaalisen verkoston muutokset. Riskinä on vaikeuksien ilmetessä jäädä kotiin avun hakemisen sijasta. Puhumisen, jakamisen ja avautumisen merkitys alakulun itsehoidossa ja masennuksen ennaltaehkäisyssä on todettu tärkeäksi. (Reinholm 2000, 11–12.)

4.2.2 Äidit verkossa

Internet on yksi vertaistuen ilmenemisen väylä. Internetissä keskustelevat pienten lasten äidit saavat toisiltaan neuvoja ja vinkkejä. Munnukka, Kiikkala ja Valkama (2005) ovat tutkineet Internetin postituslistoja sekä keskustelupalstoja pienten lasten äitien arjen apuna. Äidit olivat saaneet uudenlaista tukea ja apua kasvatuspulmiin vertaisiltaan. Tutkimuksen mukaan keskustelu verkossa merkitsi kotona oleville äideille kokemusten jakamista, yksinäisyyden lievittymistä sekä ajanviettotapaa. Äidit kaipasivat ympäristöä, johon he voivat kiinnittyä sekä apua ja tukea vertaistuen muodossa. Vanhemmat arvostivat saamaansa tietoa, sillä se lisäsi heidän varmuuttaan vanhempina. Tutkimuksen mukaan äitien vertaistuen tarve oli ilmeinen, sillä sosiaalisen tuen vaikutus äitiyden kehitykseen on merkittävää.

Myös Sinkkonen (2003, 297) mainitsee yhdeksi vertaistuen ilmentymismuodoksi internetin. Erityisesti nuoret vanhemmat ovat yhteyksissä toisiinsa internetissä. Keskustelupalstoilta haetaan toisilta vinkkejä ja tietoa erilaisista vanhemmuuteen tai lastenhoitoon liittyvissä asioissa. Netissä on paljon helpompaa kysyä asioista

toisilta, samassa elämäntilanteessa olevilta, kuin lähestyä jokaisen pienen asian takia neuvolan terveydenhoitajia. (Pollari & Puustinen 2003, 347.)

Internetin postituslistoilla keskustelunaiheet liittyivät useimmiten päivittäisen elämän iloihin, ongelmiin ja käytännön kysymyksiin. Äidit kokivat tullessa ymmärretyksi ja saaneensa hyväksyntää kertoessaan omista kokemuksista ja auttaessaan toisia neuvoja antamalla. Äitien väliset keskustelut vahvistivat itsenäistä ja omaehtoista toimintaa, kokemus saadusta tuesta antoi voimaa ja selviytymisen tunteita. Toisten antamia neuvoja käytettiin harkiten, omaa elämää hyödyttävällä tavalla. Internetin keskustelupalstoilla käydyillä mielipiteiden ja tunteiden jakamisella oli pienten lasten äideille korvaamaton merkitys. Toisilta saatu tieto ja myötätunto auttoivat äitien omaa harkintaa ja päätöksentekoa sekä äitinä kehittymistä. (Munnukka ym. 2005.)

Vilpitöntä auttamishalua, ymmärrystä ja hyväksyntää voidaan viestiä vertaisille niin, että nykytekniikkaa käytetään sujuvasti yhteyksien luojana ja välineenä sovitessa esimerkiksi konkreettisia tapaamisia. (Munnukka ym. 2005, 248.) Tuomen (2005, 158–159) mukaan Internetissä tapahtuva kommunikaatio jatkaa ja täydentää muita kommunikaation tapoja. Tietoyhteiskunnassa on uusia tapoja verkostoitua ja muodostaa yhteisöllisyyttä. Nettiäidit ovat löytäneet internetin keskustelupalstoilta yhteisöllisyyden, joka mahdollistaa keskustelijoiden voimaantumisen. (Munnukka ym. 2005, 250.)

5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT

Tutkimukseni tarkoituksena on selvittää äitien kokemuksia PerheSantran tarpeellisuudesta. Tarkastelen tarpeellisuutta kolmen tutkimustehtävän pohjalta. Ensimmäkin tavoitteena on saada selville miksi äidit lapsineen tulevat PerheSantraan, toisin sanoen mihin he PerheSantraa tarvitsevat. Toisena tavoitteena on selvittää äitien PerheSantrassa käymisestä saamaa tukea. Näiden lisäksi kolmantena tavoitteena on saada tietoa siitä, miten PerheSantran toimintaa pitäisi äitien mielestä kehittää. Tutkimukseni tuloksia hyödynnetään PerheSantran kehittämisessä.

Opinnäytetyötäni käytetään myös hankkeen arviointitutkimuksen teossa, josta on hyötyä jatkorahoitusta haettaessa. Tutkimustehtäväni ovat:

1. Miksi äidit lapsineen tulevat PerheSantraan?
2. Mihin asioihin äidit kokevat saavansa tukea PerheSantrassa käymisestä?
3. Miten PerheSantraa tulisi kehittää äitien mielestä?

6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

6.1 Kohderyhmä

Laadulliseen tutkimukseen osallistuvien kohderyhmä valitaan usein harkinnanvaraisesti. Kohteeksi valitaan sellaisia, joiden kautta tarkasteltavaan ilmiöön voidaan perehtyä syvällisesti. (Kiviniemi 2001, 68.) Tässä tutkimuksessa kohderyhmä oli valittu harkitusti. Tutkimukseen osallistuminen oli kuitenkin vapaaehtoista.

Kävin syksyllä 2006 viikoittain PerheSantrassa seuraamassa toimintaa sekä siellä käyviä lapsiperheitä saadakseni tutkimukseeni sopivan kohderyhmän selville. Valitsin kävijöiden joukosta sellaisia äitejä, jotka kävivät PerheSantrassa säännöllisesti, vähintään kerran viikossa, koska säännöllisesti käyvillä äideillä on enemmän kokemusta paikan merkityksestä kuin satunnaisesti käyvillä. Halusin saada kohderyhmään mukaan äitejä, jotka ovat käyneet PerheSantrassa jo useita kuukausia sekä vasta syksyllä 2006 käymisen aloittaneita äitejä. Näin oli mahdollista saada monipuolista tietoa PerheSantrassa käymisen vaikutuksista niin pitkältä aikaväliltä kuin lyhyeltäkin.

Lokakuussa 2006 kerroin muutamille äideille opinnäytetyöstäni ja kysyin heidän halukkuuttaan osallistua päiväkirjatyöskentelyyn. Äitien valintaan vaikutti siis myös heidän halukkuutensa kirjoittaa kokemuksiaan sekä sitoutua päiväkirjatyöskentelyyn. Kaikilta niiltä äideiltä, joilta kysyin, löytyi kiinnostusta päiväkirjan kirjoittamiseen. Kohderyhmäksi valikoitui vain äitejä, sillä en tavannut isiä, vaikka heitäkin välillä PerheSantrassa käy. Isien käynnit PerheSantrassa eivät myöskään olleet yhtä säännöllisiä kuin äitien. Tutkimukseen osallistui kahdeksan äitiä

ja heistä seitsemän palautti päiväkirjan. Pyysin tutkimusluvan (Liite 1) jokaiselta äidiltä erikseen.

6.2 Tutkimusmenetelmä

Opinnäytetyöni on laadullinen tutkimus. Laadullinen tutkimus on kokonaisvaltaista tiedon hankintaa. Aineisto kootaan luonnollisissa ja todellisissa tilanteissa, joissa tarkoituksenmukaisesti valittujen tutkittavien näkökulmat pääsevät esille. (Hirsjärvi, Remes, Sajavaara 2001, 155.) Laadullisen tutkimuksen lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen ja tutkimuksen kohdetta pyritään kuvaamaan mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Laadullisen tutkimuksen päämääränä on tutkimuskohteen ymmärtäminen syvemmin ja monesta eri näkökulmasta. Tutkimuksessa pyrkimyksenä on löytää ja paljastaa tosiasioita. Aineisto, jota laadullisella tutkimuksella saadaan, on ainutlaatuista, tilanteeseen ja hetkeen sidottua. Kvalitatiiviselle tutkimukselle on ominaista käyttää metodeja, joissa tutkittavien omat näkemykset tutkittavasta aiheesta pääsevät esille. (Hirsjärvi ym. 2001, 152, 155.) Tässä tutkimuksessa tutkimusmenetelmä mahdollisti tutkittavien omien näkemysten esille tulon. Tutkimuksen aineisto on ainutlaatuista ja perustuu vain tutkimukseen osallistuneiden näkemyksiin, eikä näin ollen ole yleistettävissä.

Laadullisessa tutkimuksessa tutkijan pyrkimyksenä on tavoittaa tutkittavien näkemys tutkittavana olevasta ilmiöstä. Tyypillisiä aineistonkeruun muotoja ovat haastattelu ja havainnointi, mutta myös päiväkirjat ja muu arkipäivän elämäntilanteissa syntynyt materiaali voi olla tutkijan analysoinnin kohteena. (Kiviniemi 2001, 68.) Laadulliselle aineistolle on tyypillistä sen ilmaisullinen rikkaus ja moniulotteisuus (Alasuutari 2001, 84). Laadullista aineistoa ovat haastattelun ohella myös päiväkirjat, omaelämäkerrat ja kirjeet (Eskola & Suoranta 1998, 15). Päiväkirja vastaa tutkimusaineistona itseohjattua kyselylomaketta, jossa on käytetty avointa vastaustapaa. Päiväkirja voi sisältää täysin strukturoimattomia osia tai joukon vastauksia spesifisiin kysymyksiin. Tutkimuksessa tutkittavia voidaan pyytää pitämään päiväkirjaa kokemuksistaan, tapahtumista tai opituista asioista. (Hirsjärvi ym. 2001, 205.)

Päiväkirja on hyödyllinen tapa saada tietoa asiakkailta ja palveluiden toteuttamisesta vastaavalta henkilöstöltä heidän mielipiteistään, vaikutelmistaan ja toimintaan osallistumisestaan. Keskeistä menetelmässä on, että ihmisiä rohkaistaan kirjoittamaan päiväkirjaan säännöllisesti, mikä helpottaa saamaan varsinaisesta kokemuksesta välitöntä palautetta. Päiväkirjan muoto voi vaihdella huomattavasti. Päiväkirjan pitäminen helpottaa omien kokemusten pohdintaa ja analysointia. (Robson 2001, 134.)

Valitsin päiväkirjatyöskentelyn tutkimusmenetelmäksi, koska se mahdollistaa asioiden pohtimisen ja kysymyksiin laajemmin vastaamisen aivan toisella tavalla kuin nopeatempoinen haastattelu. Päiväkirjoissa vastausten ympärille rakentuu perheiden omaa tarinaa, joista voi lukea perusteluja ja päätellä miksi kysymyksiin on vastattu juuri näin. Kyselylomakkeista nämä perustelut ja asioiden syvällisempi pohdiskelu jäävät yleensä puuttumaan. Näin ollen koin päiväkirjan hyväksi aineistonkeruumenetelmäksi. Koen, että päiväkirjoista sain arvokasta tietoa, kunkin äidin omakohtaisista kokemuksista, tunteuksista ja ajatuksista.

6.3 Aineiston hankinta

Aineiston tutkimukseeni keräsin PerheSantrassa käyviltä äideiltä. Marraskuussa 2006 jaoin A5 kokoisia Marimekon kierrekansivihkoja tutkimuksesta kiinnostuneille äideille. Jaoin vihkoja kahden viikon ajan, sillä osa alustavasti tutkimukseen lupautuneista äideistä tuli PerheSantraan vasta marraskuun toisella viikolla. Jaoin yhteensä kahdeksan vihkoa. Vihkon sisäkanteen olin liimannut saatekirjeen (Liite 2), jossa oli ohjeita päiväkirjan kirjoittamiseen sekä yhteystietoni. Ensimmäiselle sivulle olin liimannut avoimia kysymyksiä (Liite 3), joihin pyysin äitejä vastaamaan. Muodostin kysymykset tutkimuskysymyksieni pohjalta ja muokkasin niitä moneen kertaan ennen päiväkirjojen jakamista. Testasin kysymykset muutamalla äidillä ja muutin niitä saamani palautteen avulla vielä selkeämmiksi. Pyrin muodostamaan sellaisia kysymyksiä, joihin äidit vastaisivat useammalla lauseella. Kävin kysymykset ja ohjeet läpi äitien kanssa henkilökohtaisesti ja varmistin, että he ovat ymmärtäneet ne oikein sekä tietävät mistä asioista heidän tulee kirjoittaa.

Korostin äideille, että tarkoituksena on kirjoittaa omien mielipiteiden ja näkemysten mukaisesti.

Jatkoin PerheSantrassa käyntejäni viikoittain, jotta olin tarvittaessa tavattavissa ja pystyin olemaan yhteydessä äiteihin. Pohdin muutaman äidin kanssa päiväkirjan kirjoittamisen vaikeutta ja kannustin heitä jatkamaan kirjoittamista ja palaamaan aika ajoin asettamiini kysymyksiin. Joidenkin äitien kanssa keskustelin aivan muista asioista. Päiväkirjat olivat äideillä noin yhden kuukauden. Päiväkirjojen kirjoittaminen tapahtui marras-joulukuussa 2006 perheiden kotona heille parhaiten sopivaan aikaan. Näin äideillä oli aikaa pohtia kokemuksiaan ja he saivat kirjoittaa ajatuksiaan omassa tahdissaan. Äidit kirjoittivat päiväkirjaa yleensä niiltä päiviltä, jolloin he olivat PerheSantrassa käyneet, mutta välillä myös muina päivinä kertoen arjestaan. Keräsin päiväkirjoja takaisin kolmen viikon ajan, sillä osa aloitti kirjoittamisen myöhemmin kuin toiset. Sairastelun ja matkustamisen vuoksi osalla tuli taukoa PerheSantrassa käymiseen, joten päiväkirjan kirjoittamista oli aiheellista jatkaa vielä joulukuussa. Kaikkiaan sain seitsemän päiväkirjaa takaisin.

6.4 Aineiston käsittely ja analysointi

Tutkimuksen analysointivaiheessa valitaan sellainen analyysitapa, joka tuo vastauksia tutkimustehtäviin (Hirsjärvi ym. 2001, 210). Analyysin tarkoituksena on tiivistää ja jäsentää aineistoa siten, että siitä saadun informaation määrä on mahdollisimman suuri, eikä mitään olennaista kuitenkaan jää pois (Eskola 2001, 146).

Laadullisen aineiston analyysin päämäärä on luoda aineistoon selkeyttä ja tuottaa siten uutta tietoa tutkittavasta asiasta. Selkeyden luominen tarkoittaa aineiston tiivistämistä kadottamatta silti sen sisältämää tietoa. Analyysin onkin tarkoitus kasvattaa aineiston informaatioarvoa selkeyttämällä hajanainen aineisto mielekkääksi. (Eskola & Suoranta 1998, 138.) Tematisoinnilla pyritään luokittelemaan aineisto siten, että siitä nousee esiin tutkimustehtävän kannalta oleelliset asiat (Eskola 2001, 146).

Tutustuin tutkimusaineistoon heti saatuani viimeisenkin päiväkirjan takaisin lukemalla kaikki päiväkirjat läpi. Varsinaisen aineiston käsittelyn aloitin tammi-kuussa 2007. Luin päiväkirjat uudelleen ajatuksella läpi ja päätin kirjoittaa ne tietokoneelle, sillä siten aineiston käsittely oli helpompaa. Varsinaisiin päiväkirjoihin en olisi voinut tehdä omia merkintöjä, sillä osa äideistä halusi päiväkirjan takaisin itselleen. Palautinkin päiväkirjan niille äideille, jotka sen halusivat. Koneelle kirjoitettua tekstiä päiväkirjoista syntyi 25 sivua rivivälillä 1,5. Tulostin aineiston ja ryhdyin alleviivaamaan tutkimuskysymysteni kannalta oleellisia asioita kirjoitusten joukosta. Päiväkirjoihin liittämäni kysymykset toimivat eräänlaisina teemoina. Käytin erivärisiä tusseja ja kirjoitin tekstikappaleen sivuun mihin kysymykseen se vastasi. Kirjoitin teemat koneelle ja siirsin aineistosta kunkin kysymyksen alle sopivat tekstit päiväkirjoista. Osa lauseista sopi vastaukseksi useampaan kohtaan, joten kopioin lauseita. Kävin koko aineiston läpi ja otin mukaan kaiken, mikä liittyi tutkimuskysymyksiini.

6.5 Tutkimuksen luotettavuus

Laadullisen tutkimuksen pääasiallinen luotettavuuden kriteeri on tutkija itse, sillä tutkija on tutkimuksen keskeisin tutkimusväline (Eskola & Suoranta 1998, 211). Tässä tutkimuksessa olen ollut tietoinen omista käsityksistäni PerheSantran tarpeellisuudesta ja siellä käymisestä saatavasta tuesta ja käynyt ennakko-oletukseni läpi ennen aineistoon tutustumista. Tutkimuksen eri vaiheissa olen pyrkinyt tietoisesti vähentämään omien käsityksieni vaikutusta olemalla uskollinen tutkimusaineistolle. Laadullisen tutkimuksen luotettavuus lisääntyy, mikäli tutkija kuvaa tutkimuksen toteuttamisen vaiheet riittävän tarkasti (Hirsjärvi ym. 2001, 214). Tässä tutkimuksessa pyrin lisäämään tutkimuksen luotettavuutta kuvaamalla tutkimuksen vaiheet mahdollisimman tarkasti.

Luotettavuuden arvioinnissa uskottavuudella tarkoitetaan sitä, että tutkijan on tarkastettava vastaavatko hänen tekemänsä käsitteellistykset ja tulkinnat tutkittavien käsityksiä. Vahvistuvuus puolestaan tarkoittaa sitä, että tehtyihin tulkintoihin saadaan tukea muistakin vastaavaa ilmiötä tarkastelleista tutkimuksista. (Eskola & Suoranta 1998, 212–213.) Tässä tutkimuksessa pyrin tekemään tulkinnat varoen,

tutkittavien käsitykset huomioiden. Tutkittavien henkilökohtainen tapaaminen ja PerheSantrassa käyntien havainnoiminen vähensivät väärinymmärrysten riskiä. Vahvistuvuutta tuon esille tutkimuksen johtopäätöksissä.

Sisäisellä validiteetilla eli pätevyydellä arvioidaan tutkimuksen teoreettisten ja käsitteellisten määrittelyjen tasapainoa. Sisäinen validiteetti osoittaa tutkijan tieteellisen otteen ja teorian hallinnan voimakkuutta. Ulkoinen validiteetti puolestaan tarkastelee tehtyjen tulkintojen ja johtopäätösten pätevyyttä suhteessa aineistoon. Tutkimuksen luotettavuuden arvioinnin sanastoon kuuluu myös reliabiliteetin käsite. Aineisto on reliaabeli silloin, kun se ei sisällä ristiriitaisuuksia. (Eskola & Suoranta 1998, 214.) Pyrin lisäämään tämän tutkimuksen pätevyyttä huolellisella tutkimusmenetelmän valinnalla. Päiväkirjoihin liittämälläni kysymyksillä ja ohjeilla oli suuri merkitys tutkimuksen pätevyyden kannalta, sillä ilman niitä en olisi saanut vastauksia tutkimuskysymyksiin. Äidit olisivat saattaneet kirjoittaa pelkästään omasta arjestaan, eivätkä niinkään PerheSantrassa käymisestä. Tutkimuksen tulosten esittämisessä käytin runsaasti lainauksia päiväkirjoista tulkintojen perustelemiseksi.

7 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tutkimuksen tulokset muodostuvat seitsemän äidin päiväkirjoista. Äideistä osa oli aloittanut PerheSantrassa käynnit jo alkuvuodesta 2006 ja osa syksyllä 2006. Kaksi päiväkirjoja kirjoittaneista äideistä oli vastikään Lahteen muuttaneita. Äidit olivat saaneet tietää PerheSantrasta ystäviltään tai neuvolasta ja yksi äideistä oli itse etsinyt Lahdesta avoimen päiväkodin tapaista kohtaauspaikkaa. Äitien käynnit PerheSantrassa vaihtelivat yhdestä kolmeen kertaan viikossa.

7.1 Syyt PerheSantrassa käymiseen

7.1.1 Helppo ja mukava tulla

Kynnys PerheSantraan lähtemiseen oli äitien mielestä hyvin matala. Osalle PerheSantraan lähtemistä helpotti tieto siitä, että siellä oli jo ennestään tuttuja perheitä. Jotkut äideistä tulivat yhdessä toisen perheen kanssa. Osa äideistä sopi tapaa- vansa ystävänsä PerheSantrassa, sillä siellä ystävän kanssa keskustelu oli paljon helpompaa kuin kahvilassa tai kotona. Lasten viihtyminen PerheSantrassa vähensi myös kynnystä lähteä. Äitien mukaan lapset käyttäytyivät eri tavalla PerheSantrassa kuin kotona. Lapset maltoivat leikkiä pidempään, eivätkä hakeneet äidin huomiota yhtä paljon kuin kotona. PerheSantraan oli helppo ja mukava lähteä myös hyvien aukioloaikojen vuoksi, oli vapaus tulla ja mennä. PerheSantraan tule- misen pystyi aikatauluttamaan lapsen aamupäivärytmiin sopivaksi. Sinne ei tar- vinnut kiirehtiä. Äidit kehuivat myös PerheSantran tiloja ja sijaintia.

Kynnys lähteä käymään PerheSantrassa oli hyvin matala, kun täällä on tuttuja jo valmiiksi.

Perhesantrassa on mukava ja helppo käydä, koska se on niin joustavasti auki, ts. sinne ei ole pakko mennä minään tiettyinä kellon lyö- mänä.

Kynnys on matala, santraan on helppo tulla. Aukioloajat ovat sopi- vat, sijainti on hyvä jne.

PerheSantraan on mukava tulla ja tilat ovat aivan mahtavat, lapsi viihtyy ja itsellenikin on kiva kun on puheseuraa.

Ihan kiva kun voi sopia treffit santraan, ettei tarvitse mennä kum- mankaan kotiin, molemmille neutraali paikka ja lasten perään ei tarvitse niin paljon katsoa kuin kotona, koska tietenkin niiden käyt- täytyminen santrassa on ihan erilaista kuin kotiympyröissä.

Äitien mukaan PerheSantraan tuli lähdettyä myös siitä syystä, että siellä ei tarvin- nut tuhlata rahaa. Monet harrastukset ovat todella kalliita, joten pienituloisille,

esimerkiksi opiskelijaperheille, oli helpotus voida käydä maksuttomassa ajanviettopaikassa.

Perhesantrassa on mukava käydä, koska siellä on hyvä henki ja juttu kulkee ja sitä paitsi rahaa ei tarvitse tuhlata siellä.

Kuitenkin mikä parasta, muskari on ilmainen. Se on meidän opintotukitaloudellemme aika iso asia.

7.1.2 Päivää piristäviä keskusteluja ja tietoa äideille

Äidit nimesivät useita PerheSantraan lähtemisen syitä, sillä motiivit vaihtelivat päivästä riippuen. Välillä sinne lähdettiin kotinurkista pois pääsemiseksi, vain kuluttamaan aikaa tai piristymään ja välillä tarkoituksella saamaan keskusteluseuraa. Suurimpana vetovoimana äideille oli rauhallinen kahvihetki aikuisessa seurassa. PerheSantraan lähdettiin välillä myös rentoutumaan. Joistain äideistä lapsen hoito tuntui helpommalta PerheSantrassa, joten se ei vienyt voimia yhtä paljon kuin kotona. Lasten viihtyessä äideillä oli mahdollisuus rentoutua.

Suurin syy kerhossa (PerheSantrassa) käymiseen on minulle se, että saan juoda pari kertaa viikossa aamukahvin rauhassa ja keskustella muiden aikuisten kanssa.

Tänään lähdimme santraan ihan vain rentoutuaksemme. Pois kotona pyörivien pölyhiukkasten ja kasaantuvien tiskien luota. Ja koska vauvan syöttö, vaipanvaihto ja hoito muutenkin tuntuvat sujuvan santrassa helpommin.

Tähän asti olen käynyt PerheSantrassa, koska siellä lapset viihtyvät ja itse saan aikuista juttuseuraa. Pojat ovat aina innoissaan kun saavat leikkiä erilaisilla leluilla ja minä saan juoruta muiden äitien kanssa.

PerheSantraan lähdettiin myös erilaisten keskusteluteemojen, musiikkituokion tai askartelun vuoksi. Monta kertaa viikossa PerheSantrassa käyvät äidit mainitsivat, että viikkoon tuli eräänlaista rutiinia, kun oli jotain selkeää tekemistä. PerheSantraan oli myös mukava tulla syömään eväitä ja leikkimään sisätiloihin, kun ulkoilu kyllästytti tai sää oli huono.

Tänään lähdettiin perhesantraan isänpäiväaskartelun takia. Tai siis se oli yksi syy. Kaikkein tärkein motiivi taitaa kuitenkin olla muiden lasten ja äitien tapaaminen.

Tiistaisin mennään muskarin takia. Keskiviikkoisin on ollut tapana käydä, koska päiviin ja viikkoihin tulee mukavaa rutiinia, on jotain selkeää tekemistä.

PerheSantrasta haettiin myös tietoa ja apua lapsiperheitä koskettaviin asioihin. Terveystenhoitajan ja muiden asiantuntijoiden käynnit PerheSantrassa oli koettu hyviksi. Äitien mielestä oli hienoa voida kysellä ja keskustella terveydenhoitajan kanssa. Muiden kysymyksistä saattoi olla hyötyä myös itselleen, joten kuuntelemisestakin oli apua.

Tänään lähdimme seuran lisäksi santraan hakemaan apua lapsen nukahtamisvaikeuksiin ja yöheräilyyn.

Keskustelu asiantuntijan kanssa oli antoisa, tunsin hetken olevani maailman paras äiti. Minulle tuli todella hyvä mieli, tunsin olevani erittäin kekseliäs ja perheen äitinä onnistunut.

Tänään oli mukavaa santrassa. Siellä oli terveydenhoitaja juttelemassa, oli mukavaa kerrankin saada kysellä ja jutella terveydenhoitajan kanssa rauhassa. Muutenkin oli paljon ihmisiä ja hyvä tunnelma.

7.1.3 Lapselle tukea sosiaaliseen kasvuun

Äidit kokivat PerheSantrassa käymisen tärkeäksi myös lapsilleen. Yhtenä PerheSantraan tulemisen syynä olikin lapsen sosiaalisten taitojen kehittäminen. PerheSantraan lähdettiin usein tarkoituksella etsimään lapselle leikkikavereita. Lapsen totuttaminen toisiin lapsiin, leikkiseuran löytäminen ja mahdollisuus vapaaseen leikkiin erilaisilla leluilla olivat asioita, joita äidit mainitsivat. Äideistä oli tärkeää, että lapsi sai leikkikavereita, pääsi leikkimään uusilla leluilla ja oppi toisilta lapsilta.

PerheSantrassa vapaan leikin mahdollisuus takaa meidän lasten viihtyvyyden.

Santra vastaa hyvin oman perheeni tarpeeseen. Voimme lähteä, joskus isä joskus äiti, silloin kun tuntuu leikkimään sisätiloihin toisten lasten kanssa. Lapsen voi syöttää ja vaipat voi vaihtaa. Tilat ovat hyvät. Itse en piipahda kauppareissulla Santraan. Kun lähdemme, lähdemme tarkoituksella leikkimään toisten lasten kanssa.

Santra on meille tärkeä paikka. Vaikka käymme siellä epäsäännöllisesti ja välillä säännöllisesti, katsomme kaipaavamme tämän tapaista toimintaa ennen kaikkea lapsen sosiaaliseen kasvuun.

Olen päässyt juttelemaan ihmisille, nauttimaan kahvista ja muista herkuista, saanut tukea vauvan kanssa jaksamiseen ja vauva on varmasti oppinut paljon uutta muilta lapsilta, saanut leikkiä uusilla leluilla, vastustuskykyä kaikkien kiertoflunssien kautta ja kaikkein tärkeimpänä rennomman ja iloisemman äidin.

PerheSantraa tarvittiin äitien mielestä lapsen sosiaalisen kasvun tukemiseen. Äidit kokivat lapsen sosiaalisten taitojen kehittymisen todella tärkeäksi. Äitien mielestä Lapset hyötyivät PerheSantrassa käymisestä myös siinä mielessä, että he saivat näin rennomman ja iloisemman äidin.

7.2 PerheSantrassa käymisestä saatu tuki äitien kokemana

PerheSantrassa käymisestä saatu tuki oli enimmäkseen vertaistukea ja muodoltaan emotionaalista, tiedollista tai sosiaalista. Tutkimukseen vastanneet äidit kokivat saavansa tukea vanhemmuuteensa eniten puolisoiltaan. Myös ystäviltä ja lasten isovanhemmilta saatiin tukea. Näin ollen äidit eivät ottaneet PerheSantrassa puheeksi ainakaan mitään kovin suuria ongelmia. Vaikka kaikki äideistä eivät tietoisesti mene hakemaan tukea PerheSantrasta tai eivät koe olevansa tuen tarpeessa, tietävät he kuitenkin, että tarvittaessa tukea on saatavilla. Äidit mainitsivat, että tukea ja tietoa saa muiden kävijöiden kanssa käytävien keskustelujen lisäksi PerheSantran henkilökunnalta sekä pöydillä olevista kansioista ja esitteistä.

Saan vanhemmuuteen, arkeen jne. tuen puolisoiltani, jonka kanssa hoidamme lasta kahdestaan.

Tukea varmaan henkilökunnalta ja muilta kävijöiltä olisi saatavilla, mutta en erityisesti ole tukea vailla.

Tänään en saanut santrasta mitään varsinaista tukea vanhemmuuteen. Siellä kyllä oli jotain unikeskustelua, mutta aihe ei onneksi ole meillä nyt ajankohtainen. Vertaistukea toisilta vanhemmilta kyllä saan. Ja on kiva huomata, että muillakin lapsilla on hyviä ja huonoja hetkiä.

7.2.1 Emotionaalinen tuki

Osa äideistä nimesi selkeästi mihin asioihin koki saaneensa tukea PerheSantrassa käymisestä. Yksi äideistä esimerkiksi sai apua lapsen univaikeuksiin keskustelemalla terveydenhoitajan kanssa ja kuunneltuaan toisten äitien kokemuksia. Vertaistuki toimi tässä tilanteessa hyvin, sillä juuri toisten äitien kokemusten kuuleminen auttoi ja tuntui lohduttavalta. Kyseinen äiti koki, ettei neuvolakäynti olisi ollut yhtä antoisa.

Jo pelkästään toisten uupuneiden äitien kokemusten kuuleminen lohduttaa ja univaikeuksista jo selvinneiden äitien kertomukset antavat toivoa paremmasta. Tämä on tärkeää, sillä siitä tulee sellainen tunne, että ei haittaa jos vauva nukkuu välillä huonosti: vauvassa ei ole vikaa, eikä minussa. Tällaista tämä vauvaelämä on. Yöitkut ovat vain yksi osa sitä, eikä niitä ilmenny pelkästään meillä. Pelkistä neuvolakäynneistä ei aina ole näin suurta apua esim. ”uupumukseen” tai väsymykseen.

Muiden vanhempien tapaaminen oli äitien mielestä tärkeää, sillä silloin näki, ettei ole yksin. Äideistä oli mukava huomata, että muillakin oli samanlaisia ongelmia, iloja ja suruja. Jos itseä väsytti, niin oli lohduttavaa nähdä muitakin väsyneitä äitejä. Omaa väsymystä sai purkaa sellaiselle, joka todella tiesi ja ymmärsi mistä on kyse. Toisaalta myös iloisten asioiden ja kokemusten vaihtaminen oli äideille mukavaa.

Minulle on tärkeää tavata muita äitejä, huomaan etten ole yksin. Ja jos on ongelmia, voin jakaa ne sellaisten ihmisten kanssa, jotka varmasti ymmärtävät mistä on kyse.

On kiva huomata, että muillakin on samoja ongelmia (nukkuminen, ruokailu, kiukuttelut).

On tosi kivaa kun saa jutella ja vaihtaa ajatuksia! Monessa asiassa huomaa, että muillakin on samanlaisia ”ongelmia”.

Minulle on tärkeää keskustella onko muilla pienten lasten äideillä samoja iloja ja suruja kuin minulla. Jos joskus väsyttää ja suututtaa on mukava kuulla, että muitakin väsyttää ja suututtaa.

Yhdessä päiväkirjassa tuotiin esille myös isän näkökulmaa. Tässä perheessä PerheSantraan lähti välillä isä lapsen kanssa, välillä äiti tai koko perhe. Isän kokemuksen mukaan keskustelut toisten vanhempien kanssa olivat vähäisiä. Hänestä tuntui, että lapset kaipasivat miespuolista seuraa. Näin ollen myös muiden lapset leikkivät kyseisen isän ja lapsen kanssa.

Isän kokemus on, että Santrassa eivät vanhemmat paljon puhu. Hän saa leikkiä hyvin rauhassa sekä oman että muiden lasten kanssa. Lapset tuntuvat kaipaavan miespuolista seuraa.

7.2.2 Tiedollinen tuki

Äidit vaihtoivat PerheSantrassa kokemuksiaan ja neuvoivat tarvittaessa toisiaan. Yksi äideistä sai toiselta äidiltä tietoa esimerkiksi lasten päiväkerhoista. Äidit kävivät yhdessä eri vaihtoehtoja läpi ja mieltivät mihin kerhoon kannattaisi laittaa hakemus. Vinkkejä toisilta äideiltä oli saatu myös esimerkiksi taloudelliseen ruuanlaittoon sekä lastenhoitoon.

Vinkkejä kuinka selvitä muutamalla satasella kauppakäynneistä kuukaudessa ja vinkkejä siitä, mistä säästää, jotta pärjää.

Tiedollista tukea kaverilta kerhoista, joihin esikoisen voisi viedä ja vinkkejä lastenhoitoon liittyvissä asioissa

Pakko vielä mainita, että santrasta saaduista unikoulu neuvoista on kuin onkin ollut todella hyötyä. Vauva ei enää heräile huutamaan öisin ja nukahtaa iltaisin paljon paremmin. Siitä on ollut suuri apu! Ja parempi mieli.

Tukea lasten kasvatukseen saatiin eniten äideiltä, joilla oli saman ikäisiä ja samoissa kehitysvaiheissa olevia lapsia. Tällöin kokemusten ja kuulumisten vaihtaminen oli antoisinta. Leikki-ikäisen lapsen äiti saattoi kyllästyä nopeasti vauvaiheisiin keskusteluihin ja toisaalta aivan tuoretta äitiä eivät uhmaikäisten kiukuttelut vielä koskettaneet. PerheSantrassa saman ikäisten lasten äidit ryhmittäytyvätkin välillä yhdessä istumaan.

Tukea lasten kasvatukseen saan enemmän äideiltä, joilla on samanikäisiä lapsia, samoissa kehitysvaiheissa.

Nyt huomaa hyvin, kuinka muodostuu eri ryhmittymiä. Aika paljon ollaan ryhmitetty sen mukaan, kuinka toisen tuntee ja monelta tulee paikalle, Ja sitten vaikuttaa ryhmittymiseen myös lasten iät.

Äitien keskustelut liittyivät pääsääntöisesti lapsiin: esimerkiksi lapsiperheen arkeen, vauvan kehitykseen, univaikeuksiin ja ruuan laittoon. Lapsiin liittyviin keskusteluihin oli helppo liittyä mukaan, vaikkei toisia vielä tuntenutkaan. Tutkimukseen osallistuneet äidit toivoivat kuitenkin, että välillä puhuttaisiin jostain aivan muusta kuin lapsista tai lastenhoidosta. Antoisinta olikin tavata sellaisia äitejä, joiden kanssa pystyi juttelemaan mistä tahansa aiheesta.

Keskustelut liittyvät useimmiten kaikille tuttuun aiheeseen: lapsiin, jotenkin juttuun on helppo liittyä, vaikkei äitejä kummemmin tuntisi-kaan.

Juttelen muiden kävijöiden kanssa yleensä lapsista. Yllätys! Niin kaikki tuntuvat tekevän. No lasten takiahan siellä käydään.

Joskus olisi mukavaa puhua jostain aivan muusta kuin lapsista.

Juttelimme vauvojen kehityksestä ja yöunista. Perinteistä mamma-puhetta. Joskus on hiukan harmikin. että puhutaan vain lapsista ja vauvoista, eikä ollenkaan äideistä tai isistä, mutta tänään se ei mi-nua haitannut, olin tullut vain kuluttamaan aikaa.

Musta on ihaninta jos joskus törmää sellaiseen äitiin jonka kanssa on kiva puhua ihan mistä vaan aiheesta, eikä vaan niistä lapsista.

Hedelmällisimmät keskustelut käytiin silloin, kun kävijöitä oli sopivasti ja tunnelma mukava. Äidit pohtivat keskustelujen ja muiden kokemusten kuulemisen perusteella omaa elämäänsä. Oma perhe-elämää verrattiin muiden kertomaan.

Oli kiva päivä santrassa, koska nyt siellä oli sellaisia äitejä joiden kanssa on aina mukavaa ja luontevaa jutella. En oikein tiedä miksi, mutta musta tuntuu, että monesti juuri perjantaisin on ollut erityisen mukava tunnelma, ehkä silloin on yleensä sopivan verran porukkaa, ei liikaa ruuhkaa, eikä liian hiljaistakaan.

PerheSantrassa käymieni keskustelujen perusteella olen huomannut, että meidän perheellä on loistava sosiaalinen verkosto apuna.

On kiva puhua päivän aikana muiden aikuisten kanssa edes jostain, vaikka maailmaa parannettaisikaan. On myös kiva nähdä minkälaisia muiden lapset ovat.

7.2.3 Sosiaalinen tuki

Tutkimukseen osallistuneiden äitien mukaan toisiin vanhempiin tutustuminen jäi PerheSantrassa usein pintapuoliseksi. Varsinainen ystävystyminen oli harvinaista. Osa äideistä koki ystäväpiirinsä riittäväksi, eivätkä hakeneet PerheSantrasta uusia ystäviä. Yhtenä tutustumisen ja ystävystymisen esteenä pidettiin sitä, että monet äideistä keskustelivat pääasiassa vanhojen tuttujen kanssa, sellaisten joihin olivat tutustuneet jo ennen PerheSantraa. Keskustelut vieraampien äitien kanssa olivat harvinaisempia. Näin ollen uusia ystävyysuhteita ei muodostunut kovin helposti.

Vaikka santrassa käy paljon äitejä lapsineen, en koe, että siellä helposti ystävystyisi kenenkään kanssa. Mielestäni minulla on kyllä jo tarpeeksi ystäviä, joten en kyllä kaipaakaan santrasta ketään, jota tavata sen ulkopuolella.

En tiedä onko kerhossa (PerheSantrassa) muodostunut uusia tuttavaperheitä. Itse kun löpöttelen pääasiassa vanhojen tuttujen kanssa. Vieraampien äitien kanssa jutustelu on harvinaisempaa.

Äidit, joilla oli tukena vahva sosiaalinen lähiverkosto, eivät kokeneet uusien ystävyysuhteiden muodostamista yhtä tärkeäksi kuin sellaiset, joilla verkosto sijaitsi useiden kymmenien kilometrien päässä. Lahteen juuri muuttaneet äidit olivatkin avoimempia uusien tuttavuuksien muodostamiselle. Lahteen muuttaneille perheille PerheSantra oli paikka tavata ihmisiä ja tutustua muihin lahtelaisiin. Lahteen muuttaneet äidit kertoivat tutustuneensa PerheSantrassa moniin samassa elämäntilanteessa oleviin vanhempiin. Yksi äideistä koki saaneensa muodostettua ympärilleen vähän verkostoa PerheSantrassa käyvistä perheistä.

Minulle santra on täällä lahdessa kyllä suuri lohtu ja apukeino päästä lahtelaisesta elämänsyrjästä kiinni. Tuntee kuuluvansa johonkin joukkioon eikä vain jää kotiin murjottamaan, kun on paikka johon lähteä ”tuulettumaan”.

Olin iloinen kun ”löysin” perhesantran, koska siellä olen tutustunut moniin samassa elämäntilanteessa oleviin vanhempiin. Perhesantrassa olen onnistunut kasvattamaan ympärille vähän ”turvaverkkoa”.

Yleisesti äidit kokivat PerheSantrassa ystävystymisen kuitenkin vaikeaksi, sillä vaikka siellä tapasi paljon samassa elämäntilanteessa olevia vanhempia, joiden kanssa oli mukava keskustella, ei tuttavuus sen syvemmäksi lähtenyt muodostumaan. Toisten perheiden näkemistä pidettiin kuitenkin tärkeänä.

Oli kuitenkin mukava nähdä taas uusia kasvoja santrassa, vaikka usein tutustuminen jääkin vain pintapuoliseksi. Monet käyvät santrassa vain silloin tällöin, eikä niin säännöllisesti kuin me. Onneksi ilmapiiri ja työntekijät tekevät tunnelman aina tutuksi ja meidät tervetulleeksi.

PerheSantran hyviin puoliin äidit laskivat myös sen, että sinne voi mennä kuka vain, saa uskoa mihin haluaa ja olla muutenkin oma itsensä. Äideistä oli mukavaa, voida tutustua erilaisiin ihmisiin ja kuulla muiden kokemuksia ja perheiden tarinoita. PerheSantrassa oli äitien mielestä aina lämmin vastaanotto ja hyvä ilmapiiri kävijöiden kesken. Siellä huomioitiin kaikki äidit, eikä kukaan jäänyt täysin sivuun. Äidit kokivat, että keskustelun aloitus oli PerheSantrassa aina helppoa, koska siellä oli mukavan leppoisa ja iloinen ilmapiiri. Monet äideistä osallistuivat keskusteluihin aktiivisesti ja nostivat itse sopivia aiheita esille. Keskusteluja aloitettiin kertomalla omista kokemuksistaan ja esittämällä muille kysymyksiä. Jotkut äideistä seurasivat keskusteluja sivusta, mutta eivät osallistuneet niihin. Äitien mielestä PerheSantrassa sai olla oma itsensä ja sivusta seuraaminen oli yhtä hyväksyttävää kuin ahkera puhuminenkin.

Olen huomannut että osa kerhossa(PerheSantrassa) käyvistä äideistä ei paljoa muiden kanssa juttele, osa taas pälpättää koko ajan. Kerhossa (PerheSantrassa) onkin juuri se hyvä puoli, että pystyy juttelemaan muiden kanssa jos haluaa tai voi vaan seurailta muiden touhuja. Jokainen saa olla juuri oma itsensä.

Tästä pääsemmekin taas yhteen perhesantran hyvistä puolista: sinne voi mennä kuka vain, saa uskoa mihin haluaa ja muutenkin olla oma itsensä. On mukavaa, että siellä tutustuu erilaisiin ihmisiin ja kuulee erilaisia tarinoita.

Perhesantrassa vallitsi jälleen ystävällinen ja ymmärtäväinen tunnelma. Tuntuu, että tervehdykset käyvät joka kerta ystävällisemmiksi, niin se kai kuuluukin.

PerheSantran ilmapiiriä äidit kuvasivat hyväksi, tunnelma oli lämmin ja hyväksyvä. Varsinaista yhteisöllisyyttä ei kuitenkaan koettu vielä muodostuneen. Yhteisvastuuta tiloista toivottiin, sillä viimeisenä lähtevän vastuulle jätettiin useimmiten lelujen kerääminen. Olisi hyvä jos kaikki keräisivät leluja takaisin koreihin ennen lähtöä.

Yhteishenki on hyvä! En ole huomannut esim. kateutta tms. ”Kuppikuntia” joskus muodostuu kun on paljon porukkaa.

Pikkuhiljaa alkaa tutustua muihinkin äiteihin. En tiedä voiko santran yhteydessä puhua yhteishengestä. Ihmisiä tulee ja menee. ja huomio täytyy yleensä kuitenkin olla lapsissa.

7.3 Äitien mielipiteitä PerheSantran toiminnasta ja sen kehittämisestä

7.3.1 Tyytyväisyys toimintaan

Tutkimukseen osallistuneiden äitien mukaan PerheSantra vastasi hyvin lapsiperheiden tarpeisiin. Merkittävintä tuntui olevan muiden ihmisten tapaaminen ja mahdollisuus juoda rauhassa kupillinen kahvia lasten leikkiessä. Äidit mainitsivat tarvitsevansa tunnetta johonkin kuulumisesta, muiden kanssa seurustelua ja välillä vain ajan kuluttamista. Päivät pelkästään lapsen kanssa kahden tuntuivat joskus pitkiltä ja yksitoikkoisilta. PerheSantrassa käyminen toi äitien mukaan energiaa ja piristystä arjen rutiinien keskelle.

Kuinka tärkeäksi PerheSantrassa käynti on osoittautunutkaan. Merkitsee jo tosi paljon se, että näkee muita, on juttuseuraa ja lapsella leikkikavereita.

Ennen kaikkea perhesantra vastaa yhteenkuuluvuuden ja muiden ihmisten kanssa seurustelun tarpeisiin.

Kyllä nämä kerhoaamut (PerheSantrassa) ovat ihania rauhoittavia hetkiä arjen keskellä. Vaikka aamulla väsyttäisi, niin täällä piristyy aina.

Äidit olivat nykyiseen toimintaan tyytyväisiä. He viihtyivät PerheSantrassa ilman sen kummempaa ohjelmaakin. Monille oli tärkeää pelkkä kiireetön oleminen. PerheSantrassa sai vain olla. Kotona sellainen oli lähes mahdotonta, sillä tekemättömiä kotitöitä löytyi jokaiselta.

Mielestäni homma toimii hyvin ilman ihmeellistä ohjelmaakin. Toisaalta muskari on ihan huippu juttu!

Nyt ei ollutkaan niin paljon porukkaa, mutta ei se mitään, ihan kivaa saada välillä vain olla ihan rauhassa, kun lapsella on omaa puuhaa.

PerheSantran tarjoaman lastenhoidon äidit kokivat tarpeelliseksi. Äidit käyttivät saamansa vapaa-ajan hyödyllisesti, pankkiasioiden hoitamiseen, tenttiin lukemiseen tai kuntosalilla käymiseen. Muutamassa tunnissa ehti monenlaista.

Hienosti meni, lapsi ei jännittänyt yhtään, eikä hän ollut ikävöinyt meitä ollenkaan. Kahdessa tunnissa ennätin käydä pankissa ja lukea tenttiä varten. On tosi hienoa että lyhytaikaista hoitoa saa nopeasti ja edulliseen hintaan.

7.3.2 Toiminnan kehittäminen

Äidit keksivät paljon ideoita PerheSantran toiminnan kehittämiseksi. Äitien mielestä PerheSantra vastaisi paremmin lapsiperheiden tarpeisiin, jos se olisi edes jonain päivänä pidempään auki. Iltapäivän ja illan vertaisryhmäkokoontumiset voisi joltain päivältä siirtää aamulle ja pitää näin esimerkiksi perhekahvilaa pidempään auki. Myös lastenhoitoa haluttaisiin välillä illaksi. Näin vanhemmilla olisi mahdollisuus käydä kahdestaan esimerkiksi kahvilla ja keskustella rauhassa. Maanantain aukiolo olisi joillekin tärkeää, sillä viikonlopun jälkeen arjen aloittaminen tuntuisi helpommalta PerheSantrassa.

On harmi, että santra on auki vain kahteen. Eikö kokoontumisia voisi joskus pitää aamusta ja vastaavasti perhekahvila voisi olla pidempään auki.

Olenkin huomannut, että juuri silloin maanantaisin kun santra on kiinni, niin silloin kaipaisi jotain paikkaa minne mennä lapsen kanssa. Että saisi sen arjen jotenkin mukavasti taas aloitettua viikonloppun jäljiltä. Ja mitään muutahan paikkaan lahdesa ei kerta kaikkiaan ole mihin mennä.

Mieleeni tuli ajatus kerran viikossa järjestettävästä iltahoitomahdollisuudesta, esim. klo: 16–19. Voisi isi ja äiti mennä yhdessä vaikkapa juomaan rauhassa kupilliset kahvia ja keskustelemaan ilman lasten tuomaa meteliä.

Jos vois olla joinakin päivinä auki pitempään.

Lahteen muuttaville perheille toivottiin esitettä PerheSantrasta suoraan kotiin. Tämä koettaisiin mukavaksi tavaksi, jolla Lahden kaupunki voisi lähestyä lapsiperheitä ja toivottaa heidät tervetulleeksi kaupunkiin. Toiminnan kehittämiseksi ehdotettiin yhteistyötä vanhusten PalveluSantran kanssa. Vanhukset saattaisivat piristyä lasten näkemisestä ja voisivat kertoa lapsille tarinoita. Äitien mielestä saisi myös olla lisää samanikäisten lasten tuokioita, sillä niissä lasten ja kokemusten vertailu on kiinnostavampaa ja antoisampaa. Erilaiset jumppa- ja laululeikki-tuokiot tuntuivat mielisimmiltä. Äidit olivat keskustelleet terveydenhoitajan kanssa aiheista, joista halusivat saada lisää tietoa. Näin äidit olivat itse mukana suunnittelemassa tulevaa toimintaa.

Minusta olisi hyvä jos santrasta esim. lähetettäisiin kotiin jonkinlainen esite lahteen muuttaville. Näin kaikki ne hyvät palvelut tavoittaisivat paremmin ja kenties nopeammin esim. lahteen muuttavat perheet.

Juttelimme muiden äitien ja terveydenhoitajan kanssa tulevista teemapäivistä ja esiin nousi aiheita kuten: lasten/vauvojen ensiapukurssi, taloudellinen ruuanlaitto ja mitä ruokaa lapsille ja myös hierontaa toivottiin äideille. Kaikki hyviä ideoita.

Äidit kokivat omat vaikuttamismahdollisuutensa hyväksi. Ehdotus viikoittaisen musiikkituokion järjestämiseksi oli tullut PerheSantrassa käyvältä äidiltä. Ehdotuksesta tulikin toimintakäytäntö, josta saatiin paljon hyvää palautetta. Äitien mielestä henkilökunta teki hyvää työtä, joten omaa vaikuttamista ei koettu niin oleelliseksi. PerheSantran tulevaisuudelta toivottiin, että toiminta saisi jatkua pitkään myös hankkeen päätyttyä, sillä äidit kokivat PerheSantran todella tärkeäksi paikaksi.

Santra on minulle tosi tärkeä paikka.

Kaikin puolin perhesantra on ollut meidän perheellemme ja eritoten minulle erityisen hyvä juttu.

PerheSantra on onnistunut kokonaisuus, toivottavasti toiminta jatkuu pitkään.

Puhuttiin juuri yhtenä päivänä siitä, että toivottavasti tämä hanke kestäisi pitkään ja olisi mahdollisimman monta vuotta.

Toivon että santra jatkuu samanlaisena tai että se ylipäättään saa jatkaa!

8 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimustulokset osoittivat PerheSantran olevan äitien mielestä tarpeellinen, sillä sinne lähdettiin selkeästi jonkin tarpeen vuoksi. Äidit kokivat PerheSantrassa käymisen myös vastanneen näihin tarpeisiin. PerheSantrassa käymisestä saatiin monenlaista tukea niin äideille kuin lapsillekin. Äidit olivat tämän hetkiseen toimintaan tyytyväisiä, mutta toivat myös omia kehittämisideoitaan esille.

8.1 PerheSantraa tarvitaan

Tutkimustulosten mukaan kynnyks PerheSantraan lähtemiseen oli matala. PerheSantraan oli helppo ja mukava tulla. Tärkeimpinä PerheSantraan lähtemisen syinä olivat muiden perheiden tapaaminen ja leikkikavereiden saaminen lapselle. Myös mahdollisuus rauhalliseen aamukahvin juomiseen koettiin tärkeäksi. Lapsille PerheSantrassa käyminen merkitsi sosiaalisten taitojen kehittymistä toisten lasten kanssa leikkiessä. Äidit kokivat lapsen sosiaalisen kasvun tärkeäksi. Myös Pakarisen (2004) tutkimuksen mukaan vanhemmat kokivat lasten ystäväystymisen ja sosiaalistumisen merkittäväksi. Perheiden osallistuminen perhekeskuksen toimintaan olikin syntynyt lasten tarpeista. Järvisen (1998) tutkimuksessa äidit kokivat vanhempainryhmän olevan lapsille sosiaalisten taitojen harjoittelupaikka, mitä äidit pitivät tärkeänä asiana.

Keskustelut ja kokemusten vaihtaminen toisten samassa elämäntilanteessa olevien kanssa koettiin antoisiksi. Tutkimustulosten mukaan äideillä oli tarve saada aikuista keskusteluseuraa itselleen. Äidit hakivat PerheSantrassa käymisestä keskustelukumppanien lisäksi tunnetta johonkin kuulumisesta. Äideistä oli hienoa, että PerheSantraan sai tulla omana itsenään. Myös Järvisen (1998) tutkimuksen mukaan äidit kokivat voineensa tulla ryhmään omana itsenään. Äideillä oli tarve vaihtaa kokemuksia muiden vanhempien kanssa ja kokea yhteisyyden tunnetta. Selkeää tarvetta kokemusten jakamiseen, yksinäisyyden lievittämiseen sekä neuvon kysymiseen oli myös Munnukan, Kiikkalan ja Valkaman (2005) tutkimukseen osallistuneilla äideillä. Internet on yksi keino saada tukea vanhemmuuteen, jos oma lähiverkosto on pieni, eikä ole paikkaa missä muita vanhempia voisi tavata kasvotusten. Internetissä keskustelevat äidit hakivat keskustelupalstoilta ymmärretyksi tulemisen ja hyväksynnän kokemuksia, toisilta samassa elämäntilanteessa olevilta.

Pakarisen (2004) tutkimuksen mukaan perhekeskuskäynnit piristivät äitien arkipäivää. Myös tässä tutkimuksessa tuli esille, että äidit kokivat piristyneensä PerheSantrassa. Joillekin PerheSantrassa käynti puolestaan oli rentouttavaa, sillä lapsen hoito onnistui siellä helpommin kuin kotona. Lasten leikkiessä ikätovereidensa kanssa, saivat äidit keskustella rauhassa keskenään. Järvisen (1998) tutkimuksen mukaan äidit kokivat ryhmässä mielihyvää ja iloa yhdessä sekä nauttivat näistä tunteista.

8.2 Tukea PerheSantrassa käymisestä

Tutkimustulosten perusteella äidit kokivat saaneensa tukea PerheSantrassa käymisestä. Tuki oli vertaistukea ja muodoltaan emotionaalista, tiedollista tai sosiaalista. Toisilta äideiltä saatu tuki tuli keskustelujen kautta. Myös Pakarisen (2004) tutkimuksessa Perhekeskuksesta saatu tuki keskittyi sosiaaliseen ja emotionaaliseen tukeen. Toisten vanhempien kanssa vaihdetut kokemukset auttoivat suhteuttamaan omia ongelmia. Vanhemmat tunsivat hyötyneensä erityisesti juuri keskustelumahdollisuuksista.

Tutkimustulosten mukaan äidit saivat eniten tukea puolisoltaan sekä tarvittaessa myös ystäviltä. Vastaava tulos on löydettävissä Seppäsen (2001), Tarkan (1996) ja Viljamaan (2003) tutkimuksista. Äidit, joilla oli laaja sosiaalinen lähiverkosto tukenaan, eivät kokeneet tarvitsevansa PerheSantrasta uusia ystävyysuhteita. Vertaistukea kuitenkin osattiin arvostaa ja se koettiin tärkeäksi. Vaikka uusien ystävyysuhteiden muodostaminen koettiin PerheSantrassa vaikeaksi, totesivat äidit pikkuhiljaa tutustuneensa toisiinsa.

Pakarisen (2004) tutkimuksen mukaan perhekeskuksen tuki oli erityisen tärkeää uutena paikkakunnalle muuttaneille, esikoisäideille ja yksinhuoltajille. Omassa tutkimuksessani nousi myös esiin PerheSantran tärkeys juuri Lahteen muuttaneille perheille. Heille PerheSantra toimi sosiaalisen verkoston rakennuspaikkana. PerheSantrassa käyminen auttoi sosiaalisten suhteiden muodostamisessa ja vähensi yksinäisyyden tunnetta.

Oinosen (1999, 186–187) mukaan perheen hyvinvoinnin kannalta on erittäin tärkeää ylläpitää sosiaalisia suhteita myös ydinperheen ulkopuolisiin ihmisiin. Eli vaikka äidillä olisi tukenaan vahva sosiaalinen lähiverkosto, on silti hyvä olla yhteydessä myös muihin ihmisiin ja tutustua toisiin vanhempiin. Myös Järvinen (1998) on todennut samaa. Omassa tutkimuksessa tuli esille, että äidit arvostivat muiden vanhempien tapaamista, vaikka osalla olikin vahva lähiverkosto tukenaan.

Äidit pitivät tärkeänä mahdollisuutta tavata samassa elämäntilanteessa olevia vanhempia. Heistä oli helpottavaa, voida puhua asioistaan sellaisen kanssa, joka varmasti ymmärsi mistä oli kyse. Myös Järvisen (1998) tutkimuksen mukaan äidit kokivat, että pienten lasten äitien väsymyksen ja neuvottomuuden uusien asioiden edessä ymmärtää parhaiten sellainen, joka elää itse samaa vaihetta elämässään. PerheSantrassa tukea lasten kasvatukseen saatiin eniten äideiltä, joilla oli saman ikäisiä ja samoissa kehitysvaiheissa olevia lapsia. Tällöin kokemusten ja lasten kehityksen vertailu sekä neuvojen vaihto oli erityisen mielekästä ja hyödyllistä.

Tutkimustulosteni mukaan äitejä auttoi tunne ymmärretyksi ja kuulluksi tulemisesta sekä tieto siitä, että muillakin on samanlaisia ongelmia. Mahdollisuus keskustella muiden samassa elämäntilanteessa olevien kanssa auttoi äitejä esimerkik-

si jaksamaan vauvan kanssa. Ongelmien jakaminen toisten kanssa lohdutti ja helpotti oloa. Tavatessaan toisia vanhempia, äidit näkivät, etteivät olleet yksin. Äideistä oli huojentavaa huomata, että muillakin oli samoja ongelmia. Järvisen (1998) tutkimus toi esiin vastaavia tuloksia. Äitejä helpotti tietoisuus siitä, että oma tilanne ei olekaan mitenkään erikoista tai vaarallista ja, että toisilla oli ihan samanlaista. Tämä sai heidät tuntemaan itsensä normaaleiksi ja kyllin hyväksi äideiksi.

Äitien saama tiedollinen tuki oli muilta kävijöiltä tai vierailevilta asiantuntijoilta saatuja tietoja, neuvoja ja vinkkejä. Lisäksi äidit kokivat saavansa tarvittaessa tukea ja ohjeita myös työntekijöiltä sekä pöydillä olevista kansioista ja esitteistä. Äidit vaihtoivat kokemuksiaan lasten kasvatuksesta, ruuanlaitosta ja muista arkipäivän asioista. Myös Pakarisen (2004) tutkimuksen mukaan Perhekeskuksessa korostui käytännön ja arkipäiväisten kasvatuspulmien tukeminen.

8.3 Hankkeelle jatkoa

PerheSantran tulevaisuuteen liittyviä keskusteluja oli käyty äitien keskuudessa. Äidit toivoivat PerheSantran saavan jatkaa vielä hankkeen päätyttyäkin, sillä he todella kokivat PerheSantran tarpeelliseksi ja tärkeäksi. PerheSantran nykyiseen toimintaan oltiin tyytyväisiä. Siellä viihdyttiin hyvin myös ilman järjestettyä ohjelmaakin. Esitteitä toivottiin kotiin lähetettäväksi, jotta PerheSantrasta saisivat tietää heti myös Lahteen muuttavat perheet. Järjestetystä toiminnasta musiikkituokiota kehuttiin paljon ja samanlaista toimintaa toivottiin myös lisää. Omat vaikuttamismahdollisuudet koettiin hyväksi, mutta tarvetta omien ideoiden toteuttamiseen ei koettu kovin suureksi, sillä henkilökunnan toimiin oltiin tyytyväisiä.

PerheSantran kehittämiseksi äidit toivoivat, että PerheSantra voisi olla jonain päivänä pidempään auki. Lastenhoitoakin saisi olla välillä myös ilta-aikaan, jotta äiti ja isä pääsisivät kahdestaan hetkeksi jonnekin. Aukioloaikojen muuttamiseen liittyi vielä toive maanantain aukiolosta. Viikko lähtisi helpommin käyntiin, jos sen voisi aloittaa PerheSantrassa. Äitien ehdottamat kehittämisideat vaikuttivat asialli-

silta toiveilta, jotka voidaan ottaa huomioon PerheSantraa kehitettäessä. Myös äitien odotuksilla PerheSantran tulevaisuudesta on jatkon kannalta suuri merkitys.

9 POHDINTA

Tutkimukseni tarkoituksena oli selvittää äitien kokemuksia PerheSantran tarpeellisuudesta. Tarkastelin tarpeellisuutta PerheSantraan tulemisen syiden, siellä käymisestä saadun tuen sekä toiminnan kehittämisen pohjalta.

Tutkimustulokset osoittivat, että PerheSantra on tarpeellinen sekä äideille itselleen että heidän lapsilleen. Äidit kokivat tarvitsevansa PerheSantraa muun muassa lapsen sosiaalisen kasvun tukemiseksi sekä tavatakseen itse muita samassa elämäntilanteessa olevia vanhempia. Toisten vanhempien tapaamisessa arvokkainta olivat keskustelut ja kokemusten vaihtaminen. Äideistä oli piristävää voida juoda rauhassa kahvia ja keskustella toisten kanssa. Toisilta vanhemmilta saatiin vertaistukea, joka auttoi äitinä jaksamisessa.

Tutkimustulosten mukaan PerheSantraan oli helppo tulla ja siellä sai olla omana itsenään. Aukioloaikoja toisaalta keuhuttiin ja toisaalta toivottiin, että PerheSantra voisi olla edes yhtenä päivänä viikossa pidempään auki. Äidit toivoivat lisää musiikkituokioiden kaltaista toimintaa, mutta arvostivat myös mahdollisuutta vain olla, ilman sen kummempaa ohjelmaa. Osa äideistä käy PerheSantrassa kolme kertaa viikossa, mikä kertoo siitä, että se on iso osa heidän arkeaan. Tutkimukseni tulosten mukaan PerheSantra on onnistunut tehtävässään olla helposti lähestyttävä matalan kynnyksen paikka, jonne perheiden on mukava tulla.

Vaikka kaikki äideistä eivät saaneetkaan PerheSantrasta uusia ystävyys-suhteita, kokivat he toisten vanhempien tapaamisen ja keskustelumahdollisuuden tärkeäksi itselleen. PerheSantrassa käyminen lisäsi äitien sosiaalista kanssakäymistä, sillä monilla äideillä olisi muuten ollut päivän aikana vain vähän kontakteja toisiin aikuisiin. Erityisen tärkeää PerheSantrassa käyminen oli uutena paikkakunnalle muuttaneille äideille. Heillä omat ystävät ja tuttavat asuivat niin kaukana, että toisten vanhempien tapaaminen PerheSantrassa oli todella merkittävää. Vaikka

PerheSantrassa ei äitien mukaan varsinaista yhteisöllisyyttä ilmennyt, niin osallisuutta ja yhteenkuuluvuuden tunnetta muiden kävijöiden kanssa kuitenkin koettiin. Yhteisöllisyyden muodostuminen vie aikaa, eikä se aina olekaan silmin nähtävää. PerheSantran yhteisöllisyys rakentuu hyvästä ilmapiiristä, toisten kunnioittamisesta, ystävällisyydestä ja muiden huomioimisesta. Osallisuutta PerheSantrassa puolestaan muodostetaan ottamalla perheiden toiveet huomioon toimintaa suunniteltaessa sekä kannustamalla perheitä itsenäiseen ja oma-aloitteiseen toimintaan. PerheSantrassa toivotaan, että siellä käyvät perheet osallistuisivat enemmän toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen sekä toisivat toiveitaan ja mielipiteitään esille.

Tutkimukseni tulokset olivat paljolti samansuuntaisia kuin aiemmat aihepiiriä sivuavat tutkimukset. Tämä seikka lisää tutkimuksen pätevyyttä, sillä omat tulokset saavat vahvistusta aiemmista tutkimuksista. Aiempien tutkimusten mukaan vanhemmat tarvitsevat enemmän toisten aikuisten seuraa. Vertaisryhmille ja paikoille, joissa toisia vanhempia voisi tavata, on selkeä tarve. Perheet itse arvostavat toistensa tukea ja vuorovaikutusta samassa elämäntilanteessa olevien kanssa, sillä toisilta vanhemmilta saatu vertaistuki tarjoaa helpotusta ja auttaa ymmärtämään omaa tilannetta. Keskustelujen pohjalta äidit voivat huomata, että muillakin on samanlaisia ongelmia. PerheSantran merkitys perheiden hyvinvoinnin edistämiseen oli näiden ongelmien kasaantumisen ennaltaehkäiseminen. Äideillä oli paikka jonne lähteä yhdessä lapsen kanssa. Pelkkä kotona oleminen voisi ennen pitkää johtaa syrjäytymiseen, varsinkin jos sosiaalinen lähiverkosto on hyvin pieni. PerheSantran tärkeys ennaltaehkäisevän työn muotona korostui, sillä äidit toivat päiväkirjoissaan esille aivan tavallisia lapsiperheiden ongelmatilanteita, jotka saatiin ratkottua toisten kokemuksia ja neuvoja kuuntelemalla. Suuria huolenaiheita äideillä ei niinkään ollut.

Tälle opinnäytetyölle oli tarvetta, sillä PerheSantraa koskevat, tehdyt tai tekeillä olevat, opinnäytetyöt käsittelevät enimmäkseen perheiden omia vertaistukiryhmiä, jotka kokoontuvat aukioloaikojen jälkeen. PerheSantran avointa toimintaa ei ole vielä tutkittu, joten tämä tutkimus toi uutta tietoa. Opinnäytetyötäni käytetään hankkeen arviointitutkimuksen teossa, sillä on tärkeää voida osoittaa PerheSantran tarpeellisuutta tuomalla äitien mielipiteitä ja toiveita esille.

Päiväkirjatyöskentely tutkimusmenetelmänä oli melko hyvä. Haastattelusta en olisi välttämättä saanut yhtä pohdittuja vastauksia, sillä äidit olisivat saattaneet vastata kysymyksiin sen kummemmin miettimättä. Haastattelijana olisin voinut myös olla liian johdatteleva, sillä olisin ohjannut lisäkysymyksillä liiaksi äitien vastauksia. Kyselylomake olisi voinut olla hyvä aineistonkeruumenetelmä, mutta PerheSantrassa kerättiin juuri marraskuussa 2006 kävijöiltä palautetta kyselylomakkeilla. Näin ollen toinen lomakekysely olisi voinut tuntua äideistä pitkästyttävältä. Toisaalta kyselylomakkeella olisi saanut nopeasti ison aineiston ja monipuolisen näkökulman aiheeseen. Olen kuitenkin tyytyväinen tutkimusmenetelmän valintaani.

Päiväkirjojen anti tutkimusaineistona oli pitkälti avointen kysymysten varassa. Huolellisesta pohdinnasta ja testauksen jälkeen tehdyistä muutoksista huolimatta kysymyksiä olisi ollut syytä hioa vielä lisää. Osa äideistä nimittäin kirjoitti kysymyksistä ja ohjeista huolimatta paljon tutkimuskysymysteni kannalta tarpeettomista asioista. Muutamassa päiväkirjassa ei ollut vastauksia kaikkiin kysymyksiin. Äidit saattoivat kirjoitukseen vauhtiin päästyään unohtaa kysymyksiin vastaamisen tai sitten tarkoituksella jättivät vastaamatta sellaisiin, joihin eivät heti keksineet sopivaa vastausta. Kysymysten läpikäyminen äitien kanssa oli hyödyllistä ja se olisikin täytynyt tehdä vielä perusteellisemmin. Koin, että tutkijana olin äideille helposti lähestyttävä ja heidän motivaatiotaan saattoi lisätä se, että olin heille näkyvä. Viikoittaiset käyntini PerheSantrassa olivat tutkimuksen kannalta hyödyllisiä. Jos olisin vain jättänyt päiväkirjat ohjeineen PerheSantraan, ei äitien osallistumis- tai sitoutumismotivaatio olisi ollut yhtä suuri. Tutkimuksen luotettavuuden kannalta ajateltuna se, että äidit tiesivät kenelle he päiväkirjaa kirjoittavat ja mihin tarkoitukseen sitä käytetään, saattoi vaikuttaa heidän kirjoitustyyliinsä. Äitien tekstit olivat kuitenkin rehellisiä kuvauksia lapsiperheen elämästä, enkä huomannut niissä mitään epäluotettavalta tuntuvaa tietoa. Päiväkirjaa kirjoitettiin paitsi tätä opinnäytetyötä niin myös äitejä itseään varten. Osa äideistä halusi päiväkirjan muistoksi itselleen.

Oma työskentelyni opinnäytetyöprosessin aikana oli huolellista. Lähdekirjallisuuden perehtyminen oli ehkä jopa liian perinpohjaista. Aiheeseen sopivien tutkimusten ja kirjallisuuden etsimistä oli vaikea lopettaa, sillä niitä tuntui löytyvän

koko ajan lisää. Hyvien kirjojen löytäminen auttoi innostumaan vielä lisää aiheesta. Aihevalintaan olen tyytyväinen, sillä mielenkiinto tai työskentelymotivaatio ei kadonnut missään vaiheessa. Työskentelyyn ei myöskään tullut pitkiä taukoja, vaan pääsin aina taukopäivien jälkeen melko nopeasti kiinni aiheeseen. Käytin kuitenkin paljon vaadittua enemmän aikaa työskentelyyn, sillä esimerkiksi kirjallisuuden tutustuminen oli hidasta. Myös asioiden pohtiminen ja lauseiden pyöritteleminen vei paljon aikaa. Välillä kirjoittaminen tuntui vaikealta, eikä tekstiä syntynyt montaakaan riviä tunnissa. Yritin kuitenkin saada aina jotain kirjoitettua, sillä seuraavana päivänä oli helpompi aloittaa, kun kappaleessa oli jo pientä alkua.

Jatkotutkimusaiheena voisi olla erilaisten tilojen merkitys äitien sosiaaliseen kanssakäymiseen, sillä PerheSantra muutti maaliskuussa 2007 uusiin tiloihin, jotka ovat aiempia pienemmät. Olisi mielenkiintoista tietää, muodostuuko pienemmissä tiloissa helpommin ystävyssuhteita. Äidit istuvat uusissa tiloissa tiiviimmin, joten vuorovaikutuskin saattaisi olla aktiivisempaa. Toisaalta voisi myös tutkia syitä siihen miksi uusien ystävyssuhteiden muodostaminen on niin vaikeaa. Olisi kiinnostavaa selvittää johtuuko, esimerkiksi suomalaisesta kulttuurista tai kaupunkiympäristöstä se, että tutustuminen ei etene ystävydeksi. Maahanmuuttajat nimittäin kutsuvat uusia tuttavuuksia kotiinsa kylään ja myös maaseudulla on pienempi kynnyks pyytää toisia kotiinsa. Lisäksi äitien sosiaalisten verkostojen laajuutta voisi tutkia, sillä oman tutkimuksen kohderyhmän äideillä lähiverkostojen suuruus tuntui vaihtelevan.

Tutkimuksen perusteella voidaan todeta, että PerheSantralle on tarvetta. Äidit lapsineen saavat siellä käymisestä monenlaista tukea ja kokevat sen tärkeäksi ja tarpeelliseksi. On siis toivottavaa, että uusi hallitus toteuttaa suunnitelmansa lapsiperheiden hyvinvoinnin edistämisestä. Ennaltaehkäisevään toimintaan panostaminen kannattaa.

LÄHTEET

Alasuutari, P. 2001. Laadullinen tutkimus. 3. uudistettu painos. Tampere: Vastapaino.

Bardy, M. 2002. Mistä vanhemmuus tehdään? Teoksessa Kolbe, L. & Järvinen, K.(toim.). Onks ketään kotona? Kasvatuksen suuntaa etsimässä. Helsinki: Tammi, 35–53.

Böök, M-L. 2001. Vanhemmuus ja vanhemmuuden diskurssit työttömyystilanteessa. Jyväskylä: Jyväskylä studies in education, psychology and social research 182. Jyväskylän yliopisto.

Eskola, J. 2001. Laadullisen tutkimuksen juhannustaiat. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus, 133–157.

Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.

Haapamäki, J. 2000. Yhteisö kasvattaa. Päivähoito oppimis- ja kasvatusyhteisönä. Helsinki: Tammi.

Heino, T., Berg, K. & Hurtig, J. 2000. Perhetyön ilo ja hämmennys. Lastensuojelun perhetyömuotojen esittelyä ja jäsennyksiä. Helsinki: Stakes. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus Aiheita monistussarja 14/2000.

Helminen, J. 2006. Jälkisanat. Teoksessa Helminen, J. (toim.) 2006. Elämä koettelee, tuki kannattelee. Sosiaali- ja terveysalan työ monimuotoisissa perhesuhteissa. Jyväskylä: PS-kustannus, 204–206.

Hirsjärvi, S. , Remes, P. , Sajavaara, P. 2001. Tutki ja kirjoita. 6.-7. painos. Helsinki: Tammi.

Hirvonen, J., Konttinen, R., Haapola, I. & Karisto, A. 2003. Alueellinen hyvinvointibarometri. Teknillinen korkeakoulu, Lahden keskus.

Hyssälä, L. 2004. Rakkaalla lapsella on monta nimeä. Teoksessa Paavola, A. (toim.) 2004. Perhe keskiössä. Ideoita perheiden parhaaksi; kokemuksia Ruotsin Leksandista ja useista Suomen kunnista. Helsinki: Lastensuojelun keskusliitto, 6-7.

Hyväri, S. 2005. Vertaistuen ja ammattiauttamisen muuttuvat suhteet. Teoksessa Nylund, M. & Yeung, A. (toim.) 2005. Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 214–236.

Hyypä, M. T. 2002. Elinvoimaa yhteisöstä. Sosiaalinen pääoma ja terveys. Jyväskylä: PS-kustannus.

Häggman-Laitila, A., Ruskomaa, L., & Euramaa, K-I. 2000. Varhaista tukea lapsiperheille. Kokemuksia Lapsiperhe-projektin perhetyöstä. Helsinki: Mannerheimin lastensuojeluliitto & Raha-Automaattiyhdistys.

Järvinen, R. 1998. Äitien kokemuksia lastenneuvolan vanhempainryhmistä. Ryhmästä tukea arjessa selviytymiseen. Tampere: Tampereen yliopisto. hoitotieteen laitos. Pro gradu-tutkielma.

Kaila, P. 2001. Leikki-ikäisen lapsen hoito- ja kasvatusneuvonnan kehittäminen perhekeskeisessä neuvolatyössä. Turun yliopiston julkaisuja. Turku.

Kantola, A. 2002 Julkiset palvelut tienhaarassa. Teoksessa. Kantola, A. & Kautto, M. Hyvinvoinnin valinnat. Suomen malli 2000-luvulla. Helsinki: Edita. 112–138.

Kekkonen, M. 2001. Vanhemmuuden roolikartta ja elämäkerrallisuus. Teoksessa Rautiainen, M. Vanhemmuuden roolikartta, syvennä ja sovelle. Helsinki: Suomen kuntaliitto, 97–102.

Kinnunen, P. 1998 Hyvinvoinnin ruletti. Tutkimus sosiaalisen tuen verkostojen jäsentymisestä 1990-luvun lopun Suomessa. Rovaniemi: Lapin Yliopisto.

Kinnunen, P. 1999 Sosiaalinen tuki ja kolmas sektori. Teoksessa Hokkanen, L. , Kinnunen, P. & Siisiäinen, M. (toim.) Haastava kolmas sektori. Pohdintoja tutkimuksen ja toiminnan moninaisuudesta. Jyväskylä: Gummerus. Sosiaali- ja terveyturvan keskusliitto, 102–116.

Kiviniemi, K. 2001. Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus, 68–85.

Korhonen, 2002. Aina oli joku kotona. Teoksessa Teoksessa Kolbe, L. & Järvinen, K.(toim.). Onks ketään kotona? Kasvatuksen suuntaa etsimässä. Helsinki: Tammi, 53–75.

Kristeri, I. 1999. Näe minut. Vanhemmuus ja lapsen kohtaaminen. Helsinki: Karas-Sana Oy.

Munnukka, T., Kiikkala, I., Valkama, K. 2005. Vertaiset verkossa. Nettiäidit virtuaalihiikkalaatikolla. Teoksessa Nylund, M. & Yeung, A. (toim.) 2005. Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 236–255.

Määttä, P. 1999. Perhe asiantuntijana. Erityiskasvatuksen ja kuntoutuksen käytännöt. Jyväskylä: Atena.

Nylund, M. 2005. Vertaisryhmät kokemusten ja tiedon jäsentäjinä. Teoksessa Nylund, M. & Yeung, A. (toim.) 2005. Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 195–214.

Oinonen, E. 1999. Perheet ja pärjääminen. Teoksessa Blom, R. (toim.) Mikä Suomessa muuttui? Sosiologinen kuva 1990-luvusta. Helsinki: Gaudeamus. Oy Yliopistokustannus University Press Finland Ltd. Hanki ja jää –sarja, 164-193.

Paajanen, P. 2005. Perhebarometri 2005. Eri teitä vanhemmuuteen. Kaksikymppisenä ja kolmekymppisenä lapsen saaneiden näkemyksiä perheellistymisestä ja vanhemmuudesta. Helsinki: Väestöliitto.

Pakarinen, E. 2004 Avoimen foorumin kasvatuskumppanuus. Vanhempien kokemukset Perhekeskus Pihapiirin toiminnasta vanhemmuuden kasvun ja perhekasvatuksen tukemisessa. Turku: Turun yliopisto. Pro gradu –tutkielma.

PERHE-hanke. 2005. Perhepalvelujen kumppanuusohjelma. Sosiaali- ja terveysministeriön monisteita 2005:4. Helsinki.

Pietilä-Hella, R. & Viinikka, A. 2006 Kumppanuus kannattaa. Verkostot voimavarana uudessa perhevalmennuksessa. Raportti Espoon kaupungin ja Diakoniamattikorkeakoulun kumppanuushankkeesta. Helsinki: Suomen Kuntaliitto.

Pollari, R. & Puustinen, M. 2003. Perheessämme elää vapaamatkustaja. Teoksessa Sinkkonen, J. (toim.) Pesästä lentoon. Kirja lapsen kehityksestä kasvattajalle. Helsinki: WSOY, 343–354.

Pulkinen, L. 2002 Mukavaa yhdessä. Sosiaalinen alkupääoma ja lapsen kehitys. Jyväskylä: PS-kustannus.

Reinholm, M. 2000 Ihanat äidit verkossa. Teoksessa Reinholm, M., Sipponen, M., Cacciatore, R. Perheverkkoja kokemassa 1998-2000. Väestöliiton seksuaaliterveysklinikan pikkulapsiperheprojektin loppuraportti. Nykypaino Oy, 10–25.

Reuna, V. 1999. Perhebarometri 1999. Vanhemmuutta toteuttamassa. Väestötutkimuslaitoksen katsauksia E 7/1999. Helsinki: Väestöliitto.

Robson, C. 2001. Käytännön arvioinnin perusteet. Helsinki: Tammi.

Salmikangas, A-K. 2002. Teoksessa Gretschel, A. (toim.). Lapset, nuoret ja aikuiset toimijoina. Artikkeleita osallisuudesta. Humanistinen ammattikorkeakoulu. Helsinki: Suomen kuntaliitto, 90–106.

Sihvola, S. 2002 Voimaa vanhemmuuteen. Gummerus kustannus Oy (ajatuskirjat) Helsinki.

Sinkkonen, J. 2003. Vanhemmuuden vaikea pesti. Teoksessa Sinkkonen, J. (toim.) Pesästä lentoon. Kirja lapsen kehityksestä kasvattajalle. Helsinki: WSOY, 291–297.

Seppänen, M. 2001. Liipolan onni. Asuinalueen sosiaalinen erilaistuminen ja merkitys asukkaille. Helsinki: Palmenia- kustannus.

Sevon, E. & Huttunen, J. 2002. Odottavan äidin vastuu. Teoksessa Rönkä, A. & Kinnunen, U. (toim.) Perhe ja vanhemmuus. Suomalainen perhe-elämä ja sen tutkiminen. Jyväskylä: PS-kustannus, 72–98.

Tarkka M-T. 1996. Äitiys ja sosiaalinen tuki. Ensisynnyttäjän selviytyminen äitiyden varhaisvaiheessa. Tampere: Tampereen yliopisto.

Tikkanen, M. 2003. Vanhemmuus ja vanhemmuudelle saatu tuki masennuksen aikana. Pro gradu- tutkielma. Kuopio: Kuopion yliopisto. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta.

Tuomi, I. 2005. Yhteisöllisyyden paluu tietoyhteiskuntaan. Teoksessa Hautamäki, A., Lehtonen, T., Sihvola, J., Tuomi, I., Vaaranen, H. & Veijola, S. 2005. Yhteisöllisyyden paluu. Helsinki: Gaudeamus, 132–163.

Viitala, R. 2006a. Kumppanuutta – jotain uutta? Stakes. Teoksessa Pietilä-Hella, R. & Viinikka, A. Kumppanuus kannattaa. Verkostot voimavarana uudessa perhevalmennuksessa. Raportti Espoon kaupungin ja Diakonia-ammattikorkeakoulun kumppanuushankkeesta, 74–76.

Viitala, R. 2006b. Haastattelu artikkelissa Suoninen- Erhiö, L. 2006 Perhehanke ehkäisee ongelmia ennen kuin niitä onkaan. Sosiaaliturva 10/2006, 13.

Viljamaa, M-L. 2003. Neuvola tänään ja huomenna. Vanhemmuuden tukeminen, perhekeskeisyys ja vertaistuki. Jyväskylä: Jyväskylä studies in education, psychology and social research. 212.

JULKAISEMATTOMAT LÄHTEET

Lahden Perhe-hanke, 2005. Hankesuunnitelma.

PerheSantran esite. 2007. Kevät.

SÄHKÖISET LÄHTEET

Neuvottelutulos hallitusohjelmasta. 15.4.2007. [verkkajulkaisu]. Valtioneuvosto. [viitattu 18.4.2007]. Saatavilla www-muodossa:
<<http://www.vn.fi/tiedostot/julkinen/hallitusneuvottelut/fi190670.pdf>>.

PerheSantra. 2007. [verkkajulkaisu]. Lahden kaupunki. [viitattu 20.4.2007]. Saatavilla www-muodossa:
<<http://www.lahti.fi/www/cms.nsf/pages/93568583D25F5219C22571FD003869FA>>.

Sosiaaliportti. 2007. Hanke-sivusto. PERHE-hanke. [verkkajulkaisu]. [viitattu 20.4.2007]. Saatavilla www-muodossa: <<http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/PERHE-hanke>>.

LIITTEET

LIITE 1

Sosionomiopiskelija
Liisa Hynninen
liisa.hynninen@lpt.fi

31.10.2006

OPINNÄYTETYÖ PERHESANTRASTA

Olen viimeisen vuoden sosionomiopiskelija Lahden ammattikorkeakoulun Sosiaali- ja terveystieteiden laitokselta. Teen parhaillaan opintoihini kuuluvaa opinnäytetyötä, joka on laajuudeltaan 15 opintopistettä. Opinnäytetyöni tarkoituksena on selvittää äitien kokemuksia siitä, mihin asioihin he saavat tukea PerheSantrassa käymisestä ja miten tarpeelliseksi he kokevat PerheSantran.

Kerään aineiston tutkimukseeni päiväkirjatyöskentelyä hyödyntämällä. Päiväkirjoja käytetään ainoastaan tässä opinnäytetyössä ja kirjoittajien nimiä ei mainita.

Opinnäytetyöni ohjaajana toimii Lahden ammattikorkeakoulun opettaja Helena Hatakka. Häneen voi tarvittaessa ottaa yhteyttä puhelimitse (03) 828 2783 tai sähköpostitse helena.hatakka@lamk.fi.

Ystävällisin terveisin

Liisa Hynninen
Sosionomiopiskelija
Lahden ammattikorkeakoulu

Helena Hatakka
Opinnäytetyön ohjaaja
Lahden ammattikorkeakoulu

TUTKIMUKSEEN OSALLISTUMINEN**Osallistun tutkimukseen ja sitoudun päiväkirjatyöskentelyyn**

Paikka ja aika

Allekirjoitus

Päiväkirjan palauttamista ja mahdollisten lisätietojen kysymistä varten täytähän myös yhteystietosi!

Puhelinnumero: _____

Sähköpostiosoite: _____

KIITOS YHTEISTYÖSTÄSI!

SAATEKIRJE

Olen viimeisen vuoden sosionomiopiskelija Lahden ammattikorkeakoulun Sosiaali- ja terveysalan laitokselta. Teen parhaillaan opintoihini kuuluvaa opinnäytetyötä, joka on laajuudeltaan 15 opintopistettä. Opinnäytetyöni tarkoituksena on selvittää äitien kokemuksia siitä, mihin asioihin he saavat tukea PerheSantrassa käymisestä ja miten tarpeelliseksi he kokevat PerheSantran.

Kerään aineiston tutkimukseeni etsimällä päiväkirjoista vastaukset tutkimuskysymyksiini. Päiväkirjoja käytetään ainoastaan tässä opinnäytetyössä ja kirjoittajien nimiä ei mainita.

Jos päiväkirjan kirjoittaminen tuntuu hankalalta tai antamissani teemoissa on jotain epäselvää niin minuun voi ottaa yhteyttä sähköpostilla: liisa.hynninen@lpt.fi. Lisäksi olen tavattavissa PerheSantrassa ainakin keskiviikkoisin koko marraskuun ajan.

Palauta päiväkirja PerheSantraan minulle tai Merja Airoille viikolla 49 (5- 8.12 2006) Halutessasi voit saada päiväkirjan takaisin itsellesi tammikuussa 2007.

TAUSTATIEDOT

Vastaa näihin kysymyksiin alla oleville viivoille

Mistä sait idean tulla PerheSantraan?

Mistä lähtien olet käynyt PerheSantrassa?

Kuinka usein käyt PerheSantrassa?

Oletko kertonut PerheSantrasta myös muille tai pyytänyt jotain tuttavaperhettä tulemaan mukaan?

PÄIVÄKIRJATYÖSKENTELY

Päiväkirjaa kirjoitetaan omista kokemuksista ja omasta (tai oman perheen) näkökulmasta. Kirjoita päiväkirjaa vähintään muutaman kerran viikossa kuukauden ajalta. Sisällytä tekstiisi vastaukset alla oleviin teemoihin. Pohdi aiheita monipuolisesti, eri päivinä voi tulla mieleen eri asioita. Voit keskittyä PerheSantrassa käynnin jälkeen niihin teemoihin, jotka nousivat sillä kertaa eniten pinnalle. Päiväkirjaa voi kirjoittaa myös sellaisina päivinä, jolloin ei ole PerheSantrassa käynyt. Toivon löytäväni päiväkirjastasi vastauksen kaikkiin alla oleviin teemoihin, mutta kirjoitathan myös esimerkiksi lapsiperheen arjesta, vanhemmuudesta, hyvinvoinnista sekä sosiaalisista verkostoistasi ja lopuksi pohdi PerheSantran vaikutusta niihin. Kiitos vaivannäöstäsi!

PERHESANTRASTA SAATAVA TUKE

- Kuvaile syitä miksi PerheSantraan tulee lähdeyttä? (eri päivinä voi olla eri syitä)
- Millaisiin asioihin olet saanut tukea PerheSantrassa käydessäsi? (esim. vanhemmuus, arjessa jaksaminen, lasten kasvatus, jne.)
- Millaista tukea olet saanut? (esim. tiedollista, taidollista, emotionaalista, toiminnallista, jne.)
- Kuvaile millaista kanssakäymistä PerheSantrassa käyvien kesken muodostuu?
- Minkälaisista asioista olet keskustellut muiden PerheSantrassa käyvien kanssa?
- Minkälaisista asioista vielä haluaisit keskustella toisten vanhempien kanssa?
- Millainen merkitys tällaisella kokemusten ja kuulumisten vaihtamisella on?
- Kuvaile suhteitasi PerheSantrassa tutustumiisi perheisiin? (esim. ystäväystyminen, yhteydenpito jne.)
- Millainen yhteishenki (yhteisöllisyys) PerheSantrassa käyvien kesken on?

PERHESANTRAN TARPEELLISUUS

- Mihin tarpeisiisi PerheSantra vastaa? (esim. tilojen käyttäminen, tiedon saanti, kokemusten vaihtaminen, vertaistuki jne.)
- Kuvaile PerheSantrassa käymisestä saamaasi hyötyä?
- Kuvaile PerheSantran merkitystä ja tarpeellisuutta omaa perhettäsi ajatellen?
- Millainen on PerheSantraan lähtemisen/tulemisen kynnys?
- Millaisiksi koet omat osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuutesi PerheSantraa koskien?
- Miten kehittäisit PerheSantraa vastaamaan paremmin lapsiperheiden tarpeisiin?
- Mitä odotuksia ja toiveita sinulla on PerheSantran tulevaisuuden suhteen?