

Marissa Haapala ja Anniina Koivumäki

”Mun elämän tarkoitus oli kyllä tulla äidiksi”

Esikoiskahvilassa käyneiden äitien kokemuksia

Opinnäytetyö

Syksy 2017

SeAMK Sosiaali- ja terveystieteiden
sosiologi

Sosionomi (AMK)

SeAMK 

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Sosiaali- ja terveysala

Tutkinto-ohjelma: Sosionomi (AMK)

Suuntautumisvaihtoehto:

Tekijät: Marissa Haapala ja Anniina Koivumäki

Työn nimi: ”Mun elämän tarkoitus oli kyllä tulla äidiksi” Esikoiskahvilassa käyneiden äitien kokemuksia

Ohjaaja: Tiina Tiilikka

Vuosi: 2017 Sivumäärä: 63 Liitteiden lukumäärä: 4

Opinnäytetyömme tavoitteena oli tutkia Mannerheimin Lastensuojeluliiton Seinäjoen paikallisyhdistyksen Esikoiskahvilassa käyneiden äitien kokemuksia kahvilan toiminnasta, esikoislapsen äitiydestä sekä varhaisen vuorovaikutuksen merkityksestä ja sen tuen tarpeesta esikoislapsen kanssa. Tutkimuksemme lähtökohtana oli saada Mannerheimin Lastensuojeluliiton Seinäjoen paikallisyhdistykselle tutkimustuloksia Esikoiskahvilassa käyneiden kokemuksista kahvilan toiminnasta ja mahdollisista kehittämiskohteista. Tutkimuksella halusimme tuoda esille sitä, miten tärkeä merkitys varhaisella vuorovaikutuksella on esikoisen ja äidin välillä sekä koetaanko siihen tarvitsevan tukea.

Toteutimme tutkimuksemme laadullista tutkimusmenetelmää käyttäen. Laadullisessa tutkimuksessamme käytimme puolistrukturoitua teemahaastattelua ja avointa kyselylomaketta. Haastatteluun osallistui kolme esikoislapsen äitiä ja vastauksia kyselylomakkeisiin saimme kahdeksan. Opinnäytetyön teoriaosassa tuomme esille sitä, miten Mannerheimin Lastensuojeluliitto toimii vanhemmuuden tukijana. Käsittelemme myös esikoislapsen äitiyttä, äitiyden riskitekijöitä ja tukea sekä Esikoiskahvilan merkitystä äitiyden tukena. Teoriaosassa tuomme esille myös varhaisen vuorovaikutuksen merkitystä ja sen tukemista. Tutkimustulosten ja tutkimusaineiston analyysivaiheen pohjalta muotoutuivat opinnäytetyömme tuloslukujen teemat.

Tutkimuksessamme selvisi, että Esikoiskahvilassa käyneet äidit olivat kahvilan toimintaan tyytyväisiä eikä kehittämiskohteita tullut tutkimuksessa ilmi. Äidit pitivät erityisesti vertaistukea merkittävänä tuen keinona Esikoiskahvilassa, ja heille oli tärkeää arkipäiväisten asioiden sekä kokemusten jakaminen. Tutkimuksessamme äidit kokivat merkitykselliseksi vuorovaikutuksessa esikoislapsensa kanssa turvallisuuden, luottamuksen sekä myönteisen ja mukavan yhdessäolon, mutta kuitenkin erityisesti äitiyden alkumetreillä hieman haastavaksi. Onnellisuus äitiydestä ja rakkaus omaa lasta kohtaan nousi vahvasti esiin äideillä oman äitiyden kokemisessa. Äitiyttä luonnehdittiin jopa elämäntarkoituksena.

Avainsanat: Mannerheimin Lastensuojeluliitto, Esikoiskahvila, varhainen vuorovaikutus, äitiys

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Thesis abstract

Faculty: School of Health Care and Social Work

Degree programme: Degree Programme in Social Services

Specialisation: Bachelor of Social Services

Author/s: Anniina Koivumäki and Marissa Haapala

Title of thesis: "My life's purpose was to become a mother" Experiences of Mothers Who Visit the Firstborn Café

Supervisor(s): Tiina Tiilikka

Year: 2017 Number of pages: 63 Number of appendices: 4

The purpose of this thesis was to research mothers who had visited Firstborn Café in Seinäjoki local association of the Mannerheim League for Child Welfare. Our purpose was to study mothers' experiences with the Firstborn Café, motherhood of the firstborn and early mother-infant interaction. We also researched mothers' needs for support in early mother-infant interaction, in motherhood altogether and what kind of support mothers needed. The basis of our research was to get results for Seinäjoki local association of the Mannerheim League for Child Welfare. Our study contributes this way to help them improve their Firstborn Café.

In our study we used a qualitative method. Our qualitative methods were semi-structured themed interview and open questionnaire. We interviewed three mothers and we got eight answers to our questionnaire. In the theoretical part of this thesis, we explain how the Mannerheim League supports parenthood. We deal with motherhood of the firstborn, risk factors in motherhood and support. We describe how important the Firstborn Café is in supporting motherhood. In the theoretical part of this thesis, we also demonstrate the meaning of early mother-infant interaction and its support.

Our study indicated that mothers who visited Firstborn Café were very pleased with the café. Mothers in Firstborn Café considered that peer support was the main way of support. It was important to the mothers that they could share everyday things and experiences with others in the Café. The study indicated that the feeling of trust and safety between mother and firstborn were meaningful to the mothers, but especially slightly challenging after the child was born. The study showed that happiness because of motherhood and love towards the firstborn were important. Motherhood was even described as a life's purpose.

Keywords: The Mannerheim League for Child Welfare, Firstborn Café, early interaction, motherhood

SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä.....	2
Thesis abstract.....	3
SISÄLTÖ.....	4
1 JOHDANTO.....	6
2 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT.....	8
2.1 Opinnäytetyön tausta, tavoitteet ja tutkimuskysymykset.....	8
2.2 Tutkimuksen yhteistyötaho.....	10
2.3 Tutkimuksessa käytetyt tutkimusmenetelmät.....	10
2.4 Aineiston analysointi.....	12
2.5 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus.....	14
3 MANNERHEIMIN LASTENSUOJELULIITTO VANHEMMUUDEN TUKIJANA.....	16
3.1 Mannerheimin Lastensuojeluliiton historia.....	16
3.2 Mannerheimin Lastensuojeluliitto nykyisin.....	17
3.3 Mannerheimin Lastensuojeluliitto osana varhaiskasvatusta.....	18
3.4 Kolmannen sektorin lapsiperheitä tukevat palvelut.....	20
4 ESIKOISLAPSEN ÄITIYS.....	21
4.1 Äitiyden roolin muuttuminen.....	21
4.2 Ensiraskaudesta äitiyteen siirtyminen.....	23
4.3 Äitiyden ensihetket ja tunteet.....	24
4.4 Äitiyden riskitekijät.....	25
4.5 Äitiyden tukeminen.....	27
4.6 Esikoiskahvila äidin tukena.....	28
5 VARHAINEN VUOROVAIKUTUS.....	30
5.1 Esikoislapsen ja äidin varhainen vuorovaikutus.....	30
5.2 Varhaiseen vuorovaikutukseen vaikuttavia tekijöitä.....	32
5.3 Varhaisen vuorovaikutuksen merkitys lapsen kasvuun ja kehitykseen.....	34
5.4 Varhaisen vuorovaikutuksen tuki ja sen keinot.....	36
6 TUTKIMUSTULOKSET.....	40
5.5 Äitien kokemukset Esikoiskahvilasta.....	40

5.6 Varhainen vuorovaikutus esikoislapsen kanssa	43
5.7 Äitiyden tunteet ja kokemukset.....	46
7 JOHTOPÄÄTÖKSET	51
8 POHDINTA	55
LÄHTEET	59
LIITTEET.....	63

1 JOHDANTO

Opinnäytetyömme tavoitteena on tutkia Mannerheimin Lastensuojeluliiton Seinäjoen paikallisyhdistyksen Esikoiskahvilassa käyneiden äitien kokemuksia kahvilan toiminnasta, esikoislapsen äitiyttä sekä varhaisen vuorovaikutuksen merkitystä ja tuen tarvetta. Selvitämme sitä, miten tärkeä merkitys varhaisella vuorovaikutuksella on esikoislapsen ja äidin välillä sekä tarvitaanko siihen tukea.

Tammisen (2004, 46) mukaan lapsen kasvu, kehitys ja koko hengissä säilyminen on riippuvainen siitä, miten lapsen lähellä olevat ihmiset ja läheiset suhtautuvat häneen. Hän tuo esiin, että varhaiset ihmissuhteet ovat perusta pienelle lapselle ja hänen koko tulevaisuudelleen. Varhainen vuorovaikutus on yhdessä oloa: nukuttamista, syöttämistä, vaippojen vaihtoa, kylpemistä sekä leikkimistä. Näistä toistuvista vuorovaikutushetkistä kasvaa vähitellen elämänmittainen kiintymyssuhde äidin ja lapsen välille. Varhainen vuorovaikutus on kaiken perusta ja pohja lapsen elämässä ja siihen on erityisen tärkeää meidän tulevien varhaiskasvatuksen ammattilaisten kiinnittää huomiota. Opinnäytetyömme aihe valikoitui juuri tämän perusteella, koska nämä asiat ovat hyvinkin tärkeitä lapsen ja myös äidin elämässä. Äidin tuen tarpeeseen ja sen tarjoamiseen on myös tärkeä kiinnittää huomiota. Jotta lapsi voi hyvin, on myös äidin voitava hyvin. Opinnäytetyössämme tutkimme myös sitä, tarvitsevatko Esikoiskahvilassa käyneet äidit tukea äitiydessään ja jos tarvitsevat, niin millaista tukea.

Opinnäytetyömme alussa tuomme esille opinnäytetyön lähtökohdat, jossa käsittelemme taustaa, tavoitteita sekä tutkimuskysymyksiä. Kerromme tutkimuksen yhteistyötahosta sekä tutkimuksessa käytetyistä tutkimusmenetelmistä ja –kysymyksistä. Tuomme esille myös sitä, miten analysoimme tutkimusaineistomme sekä pohdimme tutkimuksen eettisyyttä ja luotettavuutta. Luvussa kolme kerromme opinnäytetyömme yhteistyökumppanin järjestön, Mannerheimin Lastensuojeluliiton toiminnasta ja siitä, miten MLL toimii vanhemmuuden tukijana ja osana varhaiskasvatusta. Luvussa neljä keskitymme äitiyteen esikoislapsen kanssa sekä siihen, miten äidiksi synnyttään, kasvetaan ja mitkä ovat äitiyden riskitekijät sekä niiden tukemisen keinot. Tuomme myös esiin sen, miten Esikoiskahvila toimii äidin tukena.

Viidennessä luvussa kerromme varhaisesta vuorovaikutuksesta äidin ja esikoislapsen välillä, sen merkityksestä lapsen kasvuun, kehitykseen sekä koko elämään. Tuomme tässä luvussa myös esille varhaiseen vuorovaikutukseen vaikuttavia tekijöitä sekä varhaisen vuorovaikutuksen tuen keinoja. Luvussa kuusi käsittelemme opinnäytetyömme tutkimustuloksia teemoittain. Teemoina ovat: äitien kokemukset Esikoiskahvilasta, varhainen vuorovaikutus esikoislapsen kanssa sekä äitiyden tunteet ja kokemukset. Nämä teemat kulkevat opinnäytetyössämme alusta loppuun, myös teoriaosuudessa.

Viimeisenä tuomme esiin opinnäytetyömme johtopäätöksiä ja pohdintaa. Tuomme esiin opinnäytetyömme tutkimuskysymysten pohjalta saatuja johtopäätöksiä ja pohdimme omaa opinnäytetyöprosessiamme, sen tuomia ajatuksia sekä millaisia asioita olemme oppineet tämän prosessin aikana. Näissä luvuissa kerromme myös tutkimuksen toteutukseen ja tuloksiin liittyviä asioita. Lopussa vielä pohdimme opinnäytetyömme näkökulmasta sosionomi (AMK) osaamisen kompetensseja.

2 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT

Tässä kappaleessa käsittelemme opinnäytetyömme taustaa, sen tavoitteita sekä tutkimuskysymyksiä. Lisäksi kerromme yhteistyökumppanistamme sekä tutkimuksessa käyttämistämme tutkimusmenetelmistä ja aineiston sisällön analysointivasta. Kerromme myös, kuinka olemme noudattaneet eettisyyden ja luotettavuuden periaatteita opinnäytetyötä tehdessämme.

2.1 Opinnäytetyön tausta, tavoitteet ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyömme aiheen valinta oli meille selvä, koska olimme molemmat päättäneet tehdä opinnäytetyön varhaisen vuorovaikutuksen näkökulmasta. Teimme ammatilliset esseemme varhaisesta vuorovaikutuksesta, mutta eri näkökulmista. Halusimme jatkaa tätä aihetta myös opinnäytetyössämme. Yhteistyökumppanin saatamme aihe muotoutui paremmin ja lopulliseksi opinnäytetyön aiheeksi tuli Mannerheimin Lastensuojeluliiton Seinäjoen paikallisyhdistyksen Esikoiskahvilassa käyneiden äitien kokemukset kahvilan toiminnasta, esikoislapsen äitiydestä sekä varhaisen vuorovaikutuksen merkityksestä ja tuen tarpeesta.

Varhainen vuorovaikutus on hyvin merkityksellinen lapselle ja hänen koko elämänsä. Oleellisen tärkeää lapsen kehitykselle on lapsen tunnekokemukset syntymästä lähtien. Lapsi tarvitsee heti synnyttyään hoivaa, rakkautta ja huolenpitoa, jotta hän tuntee itsensä tärkeäksi. Hyvän varhaisen vuorovaikutuksen avulla äidin ja lapsen välille syntyy luottamuksellinen suhde, joka turvaa lapsen kasvua ja kehitystä. Ilman varhaista vuorovaikutusta tai sen ollessa puutteellista, lapsi kokee turvattomuutta ja jäävänsä yksin. Hänen tarpeisiinsa ei tällöin vastata, mikä aiheuttaa lapselle stressireaktion. Lapsi tarvitsee ympärilleen ihmisen, joka on hänen kanssaan vuorovaikutuksessa. Ilman tällaista ihmistä lapsi ei selviä, koska hänen voimavaroinsa ovat rajalliset. Varhainen vuorovaikutus on elintärkeää lapselle.

Käsittelemme myös opinnäytetyössämme esikoislapsen äitiyttä, sillä se on olennainen osa tutkimustamme. Kaikki Esikoiskahvilassa käyneet olivat ensimmäisen lapsen saaneita äitejä. Halusimme tutkia näiden äitien tuen tarvetta, koska on tärkeää huomioida myös äidin jaksaminen ja avun tarve. Jos äiti kokee tarvitsevansa tukea,

on tärkeä puuttua siihen ajoissa, jotta äidin ja lapsen välille voitaisiin taata turvallinen suhde. Varhainen vuorovaikutus opinnäytetyössämme koskee sekä äitiä että esikoislapsia, ja täten myös äitiys on hyvä ottaa tutkimuksessamme yhdeksi teemaksi ja teorian pääluvuksi.

Näiden asioiden vuoksi halusimme tehdä opinnäytetyömme tästä aiheesta. Lisäksi suoritamme opintojemme yhteydessä lastentarhanopettajan pätevyyden ja molempien tavoitteena on työskennellä tulevaisuudessa lasten parissa. Opinnäytetyömme aihe lisää ammatillista osaamistamme varhaisesta vuorovaikutuksesta, sen merkityksestä ja äidin tuen tarpeista. Opinnäytetyömme aiheeseen perehtyminen sekä tutkiminen ovat meille merkityksellisiä ammatillisen osaamisen ja tulevien työkenttien kannalta.

Aihe on mielestämme ajankohtainen, sillä varhainen vuorovaikutus on aina oleellinen osa lapsen elämää. Varhaisella vuorovaikutuksella on kauaskantoiset vaikutukset lapsen elämässä. Lasten kanssa työskentelevien ammattilaisten tulisi ymmärtää ja tunnistaa näiden merkitys. Jotta pystyttäisiin takaamaan lapselle turvallinen kasvuympäristö, on todella tärkeää tietää varhaisen vuorovaikutuksen vaikutukset lapsen elämään.

Tutkimustulostemme avulla Esikoiskahvila pystyy mahdollisesti kehittämään toimintaansa kävijöiden kokemusten, mielipiteiden ja ajatusten avulla. Ensisijaisen tärkeää on tutkia lapsen ja äidin välistä vuorovaikutusta, sen merkitystä ja tuen tarvetta niin varhaiseen vuorovaikutukseen kuin äitiyteen. Näitä asioita tutkimme opinnäytetyöllemme asetettujen tutkimuskysymysten avulla:

1. Mitä Esikoiskahvila tarjoaa esikoislapselle ja hänen äidilleen?
2. Millainen merkitys varhaisella vuorovaikutuksella on äidin ja lapsen välillä? Millaiseksi vuorovaikutus koetaan?
3. Millaisia kokemuksia esikoislapsen äidillä on äitiydestä? Millaista tukea äitiyteen tarvitaan?

2.2 Tutkimuksen yhteistyötaho

Teimme opinnäytetyömme yhteistyössä Mannerheimin Lastensuojeluliiton (MLL) Seinäjoen paikallisyhdistyksen Kivirikon kanssa. Saimme idean tästä yhteistyökumppanista tehdessämme Yhteisölliset ja luovat sosiaalityön menetelmät -harjoittelun MLL:n Koko Suomi Leikkii- hankkeeseen. Mannerheimin Lastensuojeluliitto on merkittävä kolmannen sektorin järjestö osana varhaiskasvatusta ja sen palveluita. Pidimme tärkeänä tehdä opinnäytetyömme tutkimuksen MLL:n Seinäjoen paikallisyhdistyksen Esikoiskahvilaan, koska Esikoiskahvilassa käyneiden kokemuksia ei ole tutkittu aikaisemmin Seinäjoella. Halusimme tämän ohella tutkia Esikoiskahvilassa käyneiden kokemuksia esikoislapsen äitiydestä ja varhaisesta vuorovaikutuksesta esikoislapsen kanssa.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto Seinäjoki on toiminut jo vuodesta 1922 Seinäjoisten lapsiperheiden hyväksi. Seinäjoen paikallisyhdistys Kivirikko kuuluu Mannerheimin lastensuojeluliiton Pohjanmaan piiriin. Pohjanmaan piirin tarkoituksena on tukea paikallisyhdistyksiä vapaaehtoistyössään ja se tarjoaa aika ajoin koulutuksia, tapaamisia sekä neuvontaa ja ohjausta. (Toiminta, [viitattu 12.9.2017].) Kivirikossa tehdään yhteistyötä MLL:n paikallisyhdistysten sekä muiden lapsiperhetoimijoiden kesken. Toiminnan tarkoituksena on vahvistaa lapsiperheiden ennaltaehkäisevää tukea, hyvinvointia sekä lisätä vapaaehtoistoimijoiden osaamista. (Perhetalo Kivirikko, [viitattu 12.9.2017].)

Kivirikossa järjestettävää lapsiperheiden toimintaa ovat muun muassa lapsiparkki; johon voi tuoda lapsensa hoitoon, avoin leikkitoiminta, erilaiset kahvilat, kuten esikoiskahvila, taaperokahvila, perhekahvila, maitokahvila sekä isä ja lapsi -kahvila, tapaamiset; muun muassa kestovaippatapaamiset, keskosperheiden tapaamiset ja yksin- ja yhteishuoltajien tapaamiset. (Kivirikon perhetalo, [viitattu 12.9.2017].)

2.3 Tutkimuksessa käytetyt tutkimusmenetelmät

Teimme opinnäytetyömme tutkimuksen kvalitatiivista eli laadullista tutkimusmenetelmää käyttäen. Laadullisessa tutkimuksessamme käytimme puolistrukturoitua tee-

mahaastattelua ja avointa kyselylomaketta. Tuomen ja Sarajärven (2009, 85) mukaan laadullisessa tutkimuksessa pyritään muun muassa ymmärtämään tiettyä toimintaa ja kuvaamaan jotain ilmiötä tai tapahtumaa, siinä ei pyritä tilastollisiin yleistyksiin. Heidän mukaan laadullisessa tutkimuksessa on tärkeää, että henkilöt, joilta tietoa kerätään, tietävät tutkittavasta asiasta mahdollisimman paljon ja heillä on myös kokemusta siitä.

Valitsimme opinnäytetyöhömmme laadullisen tutkimusmenetelmän, koska tutkimme Esikoiskahvilassa käyneiden äitien kokemuksia kahvilan toiminnasta, äitiydestä sekä varhaisen vuorovaikutuksen merkityksestä ja tuen tarpeesta. Laadullisessa tutkimuksessa tutkittavilla henkilöillä tulee olla kokemusta tutkittavasta asiasta. Tutkimuksessamme Esikoiskahvilan äidit ovat juuri näitä henkilöitä, joilla on tietämys tästä asiasta. He ovat oikeita henkilöitä kuvaamaan ja kertomaan kokemuksista äitiydestä ja varhaisesta vuorovaikutuksesta esikoislapsen kanssa.

Keräsimme tutkimusaineiston puolistrukturoidun teemahaastattelun ja avoimen kyselylomakkeen avulla. Tuomen ja Sarajärven (2009, 75) mukaan teemahaastattelussa edetään tiettyjen keskeisten teemojen ja niihin liittyvien tarkentavien kysymysten mukaisesti. Teemahaastattelussa ei voi kuitenkaan kysellä mitä tahansa, vaan siinä pyritään löytämään vastauksia juuri tutkimustehtävän aiheeseen. Pyrimme saamaan teemahaastattelun lisäksi avoimien kyselylomakkeiden avulla enemmän vastauksia Esikoiskahvilan kokemuksista. Teemahaastattelun avulla pyrimme puolestaan saamaan enemmän tietoa äitiydestä ja varhaisesta vuorovaikutuksesta esikoislapsen kanssa. Kyselylomakkeemme (Liite 3) sisälsi kysymyksiä Esikoiskahvilan toiminnasta, kokemuksista, tuen ja tiedon saamisesta sekä kehittämiskohteista. Kyselylomakkeessamme tutkimme myös varhaisen vuorovaikutuksen kokemuksia esikoislapsen kanssa.

Tutkimuksessa haastattelimme kolmea Esikoiskahvilassa kävijää. Nämä haastattelut kestivät 7–15 minuuttia. Teemahaastattelussamme (Liite 4) oli kolme teemaa. Ensimmäinen teema käsitteli Esikoiskahvilan kokemuksia ja kehittämiskohteita, toisessa teemassa tutkimme varhaisen vuorovaikutuksen merkitystä ja tuen tarvetta sekä kolmannessa teemassa äitiyden tunteita ja kokemuksia. Teemahaastattelussa pyrimme luomaan rennon ilmapiirin, jotta haastateltavilla olisi mahdollisimman

helppo saada äänensä kuuluviin ja tuoda esiin omia kokemuksia ja ajatuksia monipuolisesti, kuitenkin vastaamalla teemojemme mukaisiin kysymyksiin. Halusimme, että haastattelutilanne olisi mahdollisimman positiivinen kokemus myös haastateltaville.

2.4 Aineiston analysointi

Opinnäytetyömme aineiston analysointiin käytimme aineistolähtöistä sisällönanalyysiä. Sisällönanalyysiä kuvaillaan aineistolähtöiseksi, teorialähtöiseksi ja teoriaohjaavaksi. Sisällönanalyysin tarkoituksena on luoda sanallinen ja selkeä kuvaus tutkittavasta ilmiöstä. Sen avulla pyritään järjestämään aineisto selkeään ja tiiviiseen muotoon, kuitenkin kadottamatta sisällön informaatiota. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 108.)

Hirsjärven, Remeksen & Sajavaaran (2009, 222) mukaan laadullinen aineisto useimmiten kirjoitetaan tarkoituksenmukaisesti puhtaaksi sanasta sanaan, tätä kutsutaan litteroinniksi. He esittävät, että litterointi voidaan tehdä kirjoittamalla auki koko kerätystä aineistosta tai teema-alueiden mukaan valikoimalla. Litterointi onkin olennainen osa aineistoon tutustumista ja sen avulla aineistomassa muuntuu helpommin hallittavaan muotoon (Ruusuvuori, Nikander & Hyvärinen 2010, 13). Opinnäytetyössämme käytimme litteroimista. Videokuvassimme haastattelut, jos haastateltava siihen suostui, muuten käytimme sanelulaitetta. Haastattelujen jälkeen litteroimme näiden tallenteiden avulla jokaisen haastattelun.

Aineistolähtöistä laadullista eli induktiivisen aineiston analysointia kuvataan kolmivaiheiseksi prosessiksi. Näitä vaiheita ovat aineiston pelkistäminen, aineiston ryhmittely ja teoreettisten käsitteiden luominen eli abstrahointi. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 108). Litteroinnin jälkeen luimme haastattelut läpi ja perehdyimme niiden sisältöön, jonka jälkeen etsimme haastatteluista pelkistettyjä ilmaisuja ja alleviivasimme niitä. Aineiston pelkistämässä analysoitava haastatteluaineisto pelkistetään siten, että aineistosta karsitaan tutkimukselle epäolennainen osa. Etsimme auki kirjoitetusta haastatteluaineistosta haastattelukysymystemme avulla niitä kuvaavia ilmaisuja ja merkitsimme nämä ilmaisut eri väreillä.

Pelkistämisen jälkeen siirryimme aineiston ryhmittelyyn, jossa aineistosta kerätyt ilmaukset käydään tarkasti läpi ja aineistosta etsitään samankaltaisuuksia ja/tai eroavaisuuksia kuvaavia käsitteitä. Tämän jälkeen samaa tarkoittavat käsitteet ryhmitellään sekä yhdistetään omaksi luokaksi, minkä jälkeen ne nimetään luokan sisältöä kuvaavan käsitteen avulla. Luokitteluyksikkönä voi olla tutkittavan ilmiön ominaisuus tai piirre. Luokittelun avulla aineisto tiivistyy ja luodaan pohja tutkimuksen rakenteelle sekä kuvataan alustavasti tutkittavaa ilmiötä. Näistä käsitteiden ryhmittelystä käytetään nimitystä alaluokka ja alaluokkien ryhmittelystä yläluokka ja taas yläluokkien yhdistämisestä käytetään nimitystä pääluokka. Aineiston ryhmittelyn jälkeen seuraa aineiston abstrahointi eli luodaan teoreettisia käsitteitä. Abstrahoinnin avulla erotetaan tutkimuksen kannalta sen olennainen tieto ja niiden perusteella muodostetaan käsitteitä. Ryhmittely on osa teoreettisten käsitteiden muodostamisprosessia. Tässä käsitteellistämisessä edetään kielellisistä ilmauksista teoreettisiin käsitteisiin ja johtopäätöksiin sekä sitä jatketaan yhdistelemällä luokituksia niin kauan, kuin se on aineiston sisällöstä mahdollista. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 110.)

Listasimmekin seuraavaksi pelkistetyt ilmaukset ja aloimme etsimään niistä samankaltaisuuksia sekä eroavaisuuksia. Yhdistimme samankaltaiset ilmaukset yhteen ja muodostimme niistä alaluokkia ja alaluokkien ryhmittelystä muodostimme yläluokat. Yläluokkien yhdistämisen avulla meille syntyi kolme pääluokkaa. Pääluokiksi muodostui: kokemukset Esikoiskahvilasta, vuorovaikutus ja äitiys. Pääluokat osoittautuivat samoiksi kuin tutkimuksessa käytetyt teemamme.

2.5 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tutkimuksen tekijän on otettava huomioon monia eri eettisiä kysymyksiä, jotka liittyvät tutkimuksen tekemiseen. Eettisesti hyvä tutkimus edellyttää, että hyvää tieteellistä käytäntöä noudatetaan tutkimusta tehdessä. Tutkimuksen periaatteiden tunteminen sekä niiden mukaan toimiminen on jokaisen tutkimuksen tekijän vastuulla. (Hirsjärvi ym. 2009, 23.)

Jo opinnäytetyötämme ja tutkimustyötä aloittaessamme olemme keskittyneet opinnäytetyön eettisyyteen ja eettisten arvojen noudattamiseen. Ennen tutkimustyön aloittamista teimme tutkimuslupahakemuksen (Liite 1) yhteistyökumppanillemme Mannerheimin Lastensuojeluliiton Seinäjoen paikallisyhdistykselle ja saimme siihen suostumuksen. Ennen tutkimuksen aloittamista tapasimme yhteyshenkilömme, jonka kanssa keskustelimme eri tutkimustavoista ja päädyimme haastatteluun sekä kyselylomakkeeseen. Sovimme myös, että olemme mukana Esikoiskahvilassa kolmena kertana, jolloin kahvilassa olisi teemana varhainen vuorovaikutus. Mukana ollessamme kahvilakerroilla pystyimme havainnoimaan äitien ja esikoislasten toimintaa kahvilassa ja täten myös saamaan kattavampaa tietoa kahvilassa käyneiden kokemuksista.

Näinä kolmena kertana Esikoiskahvilassa oli vauvamuskaria, vauvajumppaa sekä tietoa vauvan temperamentista. Esikoiskahvilakerroilla meillä oli mukana saatekirje (Liite 2), joka kertoi, keitä olemme ja mitä tutkimme. Mukana olivat myös kyselylomakkeet (Liite 3) sekä haastattelulomakkeet (Liite 4). Näin ollen tutkimukseen osallistuvat henkilöt pystyivät ennakkoon katsomaan kysymyksiä ja valmistautumaan niihin. Jokaisella Esikoiskahvilakerralla esittelimme itsemme sekä opinnäytetyömme tutkimuksen aiheen, sillä Esikoiskahvilassa oli uusia äitejä eri kerroilla.

Hirsjärven ym. (2009, 25) mukaan lähtökohtana tutkimuksessa on ihmisarvon kunnioittaminen ja jokaisen ihmisen itsemääräämisoikeutta tulee kunnioittaa antamalla heidän itse päättää, osallistuvatko tutkimukseen vai ei. Haastatteluun ja lomakkeeseen vastanneista ketään ei pakotettu, vaan vastaaminen oli täysin vapaaehtoista. Opinnäytetyössämme emme kerro nimiä tai muita merkittäviä asioita, joista haastattavamme voitaisiin tunnistaa. Kyselylomakkeeseen emme nimiä edes kysyneet, sillä se tieto oli epäolennainen. Tutkimuksessa käytimme henkilöistä eri koodeja.

Haastatelluista henkilöistä käytimme H1, H2 ja H3, siinä järjestyksessä, jossa olimme henkilöt haastatelleet. Kyselylomakkeisiin vastanneista henkilöistä käytimme koodeja K1–K8. Tutkimukseemme osallistuneet henkilöt pysyivät näin anonyymeina.

Noudatamme myös meitä koskevaa salassapitovelvollisuutta eli emme kerro tutkimuksessa siihen osallistuneista henkilöistä asioita, joista heidät voitaisiin tunnistaa. Käydessämme Esikoiskahvilassa ja tavatessamme Esikoiskahvilan kävijöitä, pyrimme luomaan ilmapiirin, jossa kaikilla olisi tervetullut olo. Käyttäydymme kunnioittavasti äitejä kohtaa ja kunnioitimme vaitiolovelvollisuutta ja kaikkien kävijöiden yksityisyyttä. Olemme olleet huolellisia myös siitä, että haastattelumateriaalit, kuten videot ja nauhoitukset eivät päädy kenenkään muun käsiin kuin meidän. Poistimme materiaalit heti videokamerasta ja sanelulaitteesta, kun haastattelut ja nauhoitukset oli litteroitu. Olemme pitäneet opinnäytetyömme aineistot hyvin säilytettyinä ja niin, ettei niihin ole päässyt kukaan ulkopuolinen käsiksi.

Tieteellisen kirjoittamisen eettiset ja luotettavuuden vaatimukset toteutuvat opinnäytetyössämme myös siinä, että olemme käyttäneet Seinäjoen ammattikorkeakoulun kirjallisten töiden ohjeita. Olemme pitäneet huolen siitä, että olemme kirjoittaneet lähteet näiden ohjeiden mukaisesti sekä tekstimme yhteyteen että lähdeluetteloon. Näin ollen käyttämämme lähteet ovat tarkistettavissa ja löydettävissä tarvittaessa myöhemmin. Lähteitä etsiessämme olemme myös olleet lähdekriittisiä, jotta käyttäisimme opinnäytetyöhömmme luotettavia lähteitä sekä mahdollisimman uutta tietoa.

3 MANNERHEIMIN LASTENSUOJELULIITTO VANHEMMUUDEN TUKIJANA

Tässä luvussa kerromme Mannerheimin Lastensuojeluliitosta (MLL) ja sen historiasta. Kerromme myös MLL:n tekemästä työstä lapsiperheiden hyväksi ja käsittelemme Mannerheimin Lastensuojeluliittoa osana varhaiskasvatusta. Luvussa tuomme esille myös muita kolmannen sektorin palveluita lapsiperheille.

3.1 Mannerheimin Lastensuojeluliiton historia

Mannerheimin Lastensuojeluliiton perustana on vapaaherratar Sophie Mannerheimin vuonna 1918 perustama yhdistys Äidin huoltoa lapselle. Sophie Mannerheim osti Helsingin Toiselta linjalta puuseppä Grönqvistiltä tontin, johon avattiin turvapaikaksi yksinhuoltajaäideille Lastenlinna. (Heydemann 1980, 8.)

Sophie Mannerheim kokosi vuoden 1918 maaliskuussa työryhmän keskustelemaan Suomen lastensuojeluongelmista. Työryhmään osallistui kouluneuvos Erik Mandelin, joka julkaisi syksyllä 1919 lastensuojeluohjelman. Siinä hän painotti ennaltaehkäisevää työtä. Sophie Mannerheim ja Erik Mandelin tekivät hyvin laajan suunnitelman, johon sisältyi muun muassa neuvolaverkoston luominen ja erilaisten laitosten perustaminen. Tämän suunnitelman he esittelivät Sophien veljelle kenraali Carl Gustaf Mannerheimille, joka epäröi suunnitelman toteutumista. Tässä vaiheessa mukaan tuli lastentautiopin asiantuntija, dosentti Arvo Ylppö, mikä olikin oleellinen sysäys liiton perustamiselle. (Historia, [viitattu 26.9.2017].)

Lokakuun 4. päivänä vuonna 1920 pidettiin perustava kokous kenraali Mannerheimin kotona Helsingissä. Järjestön nimeksi tuli Kenraali Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Liiton kunniapuheenjohtajaksi nimettiin kenraali Mannerheim ja hallituksen puheenjohtajaksi Sophie Mannerheim. Perustamisessa mukana olleet Mandelin ja Ylppö valmistelivat järjestölle ohjelman, jonka lähtökohtana oli, että jokaisella lapsella on oikeus asiantuntevaan huoltoon. Mandelin ja Ylppö suunnittelivat ohjelman lisäksi organisaation sekä säännöt. Mannerheimin Lastensuojeluliiton tarkoituksiksi

kirjattiin kaikki lastensuojelutyö, mikä ei lain mukaan kuulunut kunnalle tai valtiolle. (Historia, [viitattu 26.9.2017].)

Järjestön ensimmäiset tehtävät olivat imetystä ja hygieniaa koskeva valistus. Valistustyöllä oli suuri merkitys hygienian kohottamisen ja imetyksen lisäämisen saavuttamisessa. (Historia, [viitattu 26.9.2017].) Erityisen tärkeä tehtävä oli taistelu imeväiskuolleisuutta vastaan, sillä imeväiskuolleisuus oli tuolloin jo 12 prosenttia Suomessa. Lastenneuvontatyön tullessa kunnalliseksi vuonna 1944 imeväiskuolleisuus oli laskenut jo 6 prosenttia, joten Mannerheimin Lastensuojeluliitolla oli suuri merkitys kuolleisuuden alenemiselle. Nykyisin imeväiskuolleisuus on vain alle puoli prosenttia Suomessa. (Lammi-Taskula 2011, 107.)

3.2 Mannerheimin Lastensuojeluliitto nykyisin

Mannerheimin Lastensuojeluliitto on avoin kansalaisjärjestö, jonka tavoitteena on edistää lasten, nuorten sekä lapsiperheiden hyvinvointia. Järjestö on poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton. MLL toimii lasten oikeuksien puolesta ja rakentaa kumppaneidensa kanssa yhteistyössä yhteiskuntaa, jossa lapsia sekä lapsuutta arvostetaan. MLL:n arvoja sekä periaatteita ovatkin lapsen sekä lapsuuden arvostaminen, yhteisvastuu, inhimillisyys, yhdenvertaisuus, avoimuus, ilo, kumppanuus, osallisuus sekä arjen arvostus. MLL pyrkii olemaan helposti lähestyttävä ja toimimaan mahdollisimman avoimesti, jotta ihmisillä olisi mahdollisuus tavoittaa järjestön palvelut. (MLL:n strategia, [viitattu 6.9.2017].)

Mannerheimin Lastensuojeluliiton työn perustana ovat liiton oma perustamisjulistus, YK:n lapsen oikeuksien sopimus, erilaiset säännöt sekä MLL:n suunta 2024. MLL:n työssä korostuu jokaisen lapsen oikeus onnelliseen lapsuuteen. MLL:n suunta 2024:n visiona on Suomi lapsiystävällisenä yhteiskuntana, jossa lapset sekä lapsen etu asetetaan etusijalle. Visiona on yhteiskunta, jossa lapset, lapsiperheet ja nuoret voivat hyvin. Onnellinen ja hyvinvoiva lapsuus rakentuu perheen turvallisista ihmissuhteista sekä laadukkaista peruspalveluista, kuten varhaiskasvatuksesta, koulusta ja harrastuksista. Mannerheimin Lastensuojeluliitto keskittyy lasten sekä lapsiper-

heiden hyvinvoinnin edistämiseen, sillä lapsuuden olosuhteet ja lapsuus luovat perustaa myöhemmälle hyvinvoinnille. Koko Suomen hyvinvointi perustuukin näin ollen hyvinvoiviin perheisiin, lapsiin sekä nuoriin. (MLL:n strategia, [viitattu 6.9.2017].)

3.3 Mannerheimin Lastensuojeluliitto osana varhaiskasvatusta

Varhaiskasvatus on yhteiskunnallinen palvelu, jonka tehtävänä on edistää lasten kokonaisvaltaista kasvua, kehitystä ja oppimista. Sen tarkoituksena on edistää lasten tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta sekä ehkäistä syrjäytymistä yhteistyössä huoltajien kanssa. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016, 14.) Mannerheimin Lastensuojeluliitto myös korostaa jokaisen lapsen oikeutta onnelliseen lapsuuteen ja yhdenvertaisuuteen, joka onkin yksi MLL:n keskeisimmistä arvoista (MLL:n strategia, [viitattu 19.9.2017]).

Varhaiskasvatuslain (L 19.1.1973/36, 2. luku, a §) mukaan varhaiskasvatuksen tavoitteena on muun muassa edistää jokaisen lapsen iän ja kehityksen mukaista kasvua, terveyttä ja hyvinvointia. Kuten aikaisemmin jo mainitsimme, MLL:n tehtävänä on edistää lasten ja perheiden hyvinvointia. Lapsen hyvinvointi koostuu varhaiskasvatuspalveluista sekä perheen turvallisista ihmissuhteista. (MLL:n strategia, [viitattu 19.9.2017].)

Varhaiskasvatuslain (L 19.1.1973/36, 2. luku, a §) mukaan tavoitteena on myös toteuttaa lapsen leikkiin, liikkumiseen, taiteisiin sekä kulttuuriperintöön perustuvaa pedagogista toimintaa; varmistaa kehittävä, oppimista edistävä, terveellinen sekä turvallinen varhaiskasvatusympäristö. Mannerheimin Lastensuojeluliitto tukee myös lapsen mahdollisuuksia leikkiin ja taiteisiin. MLL järjestää vuosittain Leikkipäivän, johon kutsutaan aikuisia ja lapsia viettämään kiireetöntä aikaa leikin merkeissä (Leikki tekee hyvää. Kaikille, [viitattu 20.9.2017]). Järjestöllä oli myös yhteistyössä Punaisen Ristin kanssa kolmivuotinen Koko Suomi leikkii- hanke, jonka tavoitteena oli innostaa kaikenikäisiä suomalaisia leikkimään (Koko Suomi leikkii- hanke (2014–2016), [viitattu 20.9.2017]).

Varhaiskasvatuslain (L 19.1.1973/36, 2. luku, a §) tavoitteena on myös turvata lasta kunnioittava tapa toimia sekä mahdollisimman pysyvät vuorovaikutussuhteet varhaiskasvatushenkilöstön ja lapsen välillä; edistää sukupuolten tasa-arvoa ja antaa valmiuksia ymmärtää sekä kunnioittaa kulttuuriperinnettä ja kunkin kielellistä, uskonnollista, kulttuurista ja katsomuksellista taustaa. Sen mukaan on tärkeää myös tunnistaa lapsen yksilöllisen tuen tarve sekä järjestää tarkoituksenmukaista tukea varhaiskasvatuksessa sekä kehittää lapsen vuorovaikutus- ja yhteistyötaitoja: edistää toimimista vertaisryhmissä, ohjata toisten ihmisten kunnioittamiseen sekä yhteiskunnan jäsenyyteen. Mannerheimin Lastensuojeluliiton perustana on avoin toiminta, johon on helppo tulla mukaan. Tavoitteena on olla helposti lähestyttävä järjestötoiminta, johon kaikki voivat tulla uskonnosta, kulttuurista tai elämäntilanteesta riippumatta. MLL pyrkii siihen, että lapsilla ja perheillä olisi tukena turvallisia aikuisia, vertaisryhmiä sekä lähiyhteisöjä. (MLL:n strategia, [viitattu 20.9.2017].)

Lapsella on varhaiskasvatuslain (L 19.1.1973/36, 2. luku, a §) mukainen oikeus saada suunnitelmallista ja tavoitteellista opetusta, hoitoa sekä kasvatusta. Vaikka Mannerheimin Lastensuojeluliitto on kolmannen sektorin järjestö, he tarjoavat tavoitteellista sekä suunnitelmallista toimintaa lapsiperheille ja lapsille ympäri Suomea. Jo pelkästään Mannerheimin Lastensuojeluliiton verkkosivuilla on paljon erilaista materiaalia perheille, vanhemmille, nuorille sekä ammattilaisille ja opiskelijoille. Sivuilla on erilaisia vinkkejä lapsiperheen arkeen, tietoa lapsen kasvusta ja kehityksestä sekä erilaisia tukikeinoja perheen huoliin ja kriiseihin. Vanhemmat voivat muun muassa hakea tuki- ja vertaistoimintaa eri paikallisyhdistyksiltä, puhelimitse soittamalla vanhempainpuhelimeen tai hakeutumalla vertaistukiryhmään. MLL:n verkkosivuilla on materiaalia myös varhaiskasvatuksen parissa työskenteleville alan ammattilaisille. Materiaaleissa käsitellään varhaiskasvatuksessa ajankohtaisia asioita, kuten mediakasvatusta tai kiusaamisen ehkäisyä päiväkodeissa.

Varhaiskasvatuslaissa on määritetty, että varhaiskasvatusta on järjestettävä kokopäiväisesti, jos lapsen vanhemmat tai huoltajat työskentelevät tai opiskelevat kokoaikaisesti, toimivat yrittäjinä tai ovat omassa työssä päätoimisesti. Lapsella on myös oikeus laajempaan varhaiskasvatukseen, kun se on tarpeellista lapsen vanhemman tai huoltajan osa-aikaisen tai väliaikaisen työssäkäynnin, työllistymistä edistävään palveluun osallistumisen tai kuntoutuksen vuoksi. (L 19.1.1973/36, 2. luku, 11a §.)

Useimmiten tilanne on kuitenkin se, että varhaiskasvatusta tarjotaan vain, jos molemmat vanhemmat ovat jollain tapaa työelämässä. Mannerheimin Lastensuojeluliitto taas on avoin kaikille lapsiperheille ja lapsille. Kahvilatoimintaan ja tapahtumiin voivat osallistua kaikki halukkaat. Myös maksullista lastenhoitoapua ja lapsiparkkia voivat käyttää kaikki niitä tarvitsevat perheet. Näin MLL tukee myös pienlapsiperheitä, joissa toinen vanhempi on kotona äitiys-, isyys- tai hoitovapaalla.

3.4 Kolmannen sektorin lapsiperheitä tukevat palvelut

Julkisen ja yksityisen sektorin lisäksi lasten ja heidän perheidensä kanssa yhteistyössä työskentelevä Mannerheimin Lastensuojeluliitto on kolmannen sektorin palvelu. MLL:n lisäksi kolmannen sektorin palveluna toimii seurakunnan järjestämä lapsi- ja perhetyö. Seurakunnat järjestävät pyhäkoulua ja päiväkerhotoimintaa lapsille sekä vanhempi-lapsikerhoja lapsille ja vanhemmille. Seurakunnan tarjoama vanhempi-lapsikerho tarjoaa mahdollisuuden vertaistukeen niille vanhemmille, jotka hoitavat lapsia kotona. (Lindholm 2007, 27–28.)

Vapaaehtoisjärjestöt toimivat kolmantena sektorina tuottaen sosiaali- ja terveysalan palveluja ja edistävät kansalaisyhteiskunnan vahvistumista. Kolmas sektori on tärkeä lasten- ja perheiden palveluiden tuottaja. Järjestöjen projekteista saadaan usein alkuun uudenlaisia työmuotoja, jotka ajan myötä vakiintuu yleiseksi käytännöksi. Yhtenä kolmannen sektorin palveluna toimii myös Lastensuojelun Keskusliitto. Se on järjestö, jonka tavoitteena on toimia lasten puolestapuhujana ja vaikuttaa lapsia koskevaan päätöksentekoon ja koota eri toimijoiden vahvuudet yhteen. (Lindholm 2007, 28–29.)

Lisäksi Ensi- ja turvakotiliiton kolmannen sektorin toiminta on perinteisesti ollut lastensuojelutyötä, jota tehdään koko perheen kanssa. Tämän tavoitteena on turvata hyvä alku lapsen ja vanhempien yhteiselle elämälle, tarjota mahdollisuus harjoitella perhe-elämään ja tukea vanhemmaksi kasvua. Ensi- ja turvakodin toiminta alkoi yksinhuoltajaäitien ja heidän lastensa asuin- ja tukitoiminnan järjestämisestä. Kolmannen sektorin palveluina toimii myös muita lukuisia järjestöjä ja säätiöitä, kuten Väestöliitto ja Äidit irti masennuksesta Äimä Ry. (Lindholm 2007, 28–29.)

4 ESIKOISLAPSEN ÄITIYS

Äitiyden käsite voidaan englannin kielellä jakaa kahteen eri sanaan ”motherhood” ja ”mothering”. ”Motherhood” kuvaa äitiyttä yhteiskunnallisena instituutiona ja ”mothering” taas kuvaa äitiyttä toimintana tai äidillisenä hoivaamisena. (Berg 2008, 21.) Äitiyttä on hankala kuvata yhdellä oikealla tavalla, koska jokainen kokee äitiyden omalla tavallaan. Tässä luvussa käsittelemmekin äitiyden erilaisia tuntemuksia ja sitä, että jokainen on omanlainen äiti. Luvun alussa tuomme esiin sitä, miten äitiyden rooli on muuttunut vuosikymmenten aikana. Tämän jälkeen kerromme, miten jo raskaudenajan tuntemukset vaikuttavat äitiin ja sitä kautta lapseen. Tuomme esiin myös äitiyden riskitekijöitä ja sitä, miten Esikoiskahvila toimii äidin tukena.

4.1 Äitiyden roolin muuttuminen

Lapsen ja perheenäidin rooli muuttui, kun syntyvyys Suomessa oli laskenut ensimmäisestä maailmansodasta lähtien. Lapsista haluttiin tällöin huolehtia paremmin kuin aikaisemmin, sillä heitä oli entistä vähemmän. 1800-luvulla tärkeäksi nousi äidin ja lapsen suhde. Tällöin lapsen asemaan ryhdyttiin kiinnittämään enemmän huomiota ja lapsuus nähtiin erillisenä elämänvaiheena. Pidettiin ensiarvoisen tärkeänä sitä, että lapsi kasvatettiin tulevaan rooliinsa yhteiskunnan jäsenenä. Tällöin syntyi ihanne rakastavasta ja lempeästä äidistä sekä ankarasta ja etäisestä isästä. (Ollila 1994, 286–287.)

Mitä useampia raskauksia naisella oli, sitä suuremmaksi kasvoi riski kuolla synnytykseen. Naisilla oli hyvä syy rajoittaa syntyvyyttä. Vasta 1800-luvun lopulla hygienia parantui, mikä laski lapsikuolleisuutta. Syntyvyyden rajoittaminen vaikutti merkittävästi naisten kokemuksiin avioliitosta ja äitiydestä. Kun huolestuttiin syntyvyyden laskemisesta, korostettiin, että jokaisen naisen velvollisuus ja tehtävä oli synnyttää niin monta lasta kuin mahdollista. (Ollila 1994, 300–301.)

Sodan loputtua alkoikin näkyä väestönkasvua, kun elämä elpyi ja voitiin suunnitella tulevaisuutta. Syntyvyys oli huipuissaan vuonna 1948, jolloin syntyi 109 640 uutta suomalaista. Tällaisia väestönkasvulukuja ei sen jälkeen ole ylitetty. Nämä kuuluvatkin ns. suureen ikäluokkaan. Sodan jälkeen syntyvyys oli suuri ja tällöin kodin ja

perheen arvostus oli korkealla. (Piensoho 2001, 85.) Vaikka perhettä ja kotia tällöin arvostettiin, äitiyttä pidettiin kuitenkin vain urana ja ammattina. Äidin tehtävänä oli hoitaa koti ja lapset eikä äitiyttä arvostettu riittävästi. (Ollila 1994, 289.)

Kuitenkin ehkäisyvälineiden sekä asennemuutosten myötä myös naisen seksuaalinen vapautuminen mahdollistui ja 1960-luvun yhteiskunnassa nainen sai mahdollisuuden valita sekä työn että perheen, kun aikaisemmin piti valita vain toinen (Piensoho 2001, 90). 1960- ja 1970-lukujen vaihteessa Pohjoismaissa tapahtui äitiyden modernisaatio, jolloin naiset hakeutuivat työmarkkinoille ja jakoivat kasvatusta ja hoivastuun hyvinvointivaltion ammattilaisten kanssa (Nätkin 1997, 230). Raskaus ja lapsen synnyttäminen olivat entistä enemmän naisen päätettävissä 1980-luvulle siirryttäessä, jolloin uudet ehkäisymenetelmät ja uudistunut aborttilainsäädäntö tulivat ajankohtaisiksi (Piensoho 2001, 94).

Nykyään sosiaali- ja terveydenhuoltopalvelut ovat meillä Suomessa korkeatasoisia ja sekä julkiselta, yksityiseltä että kolmannelta sektorilta saa hyvän seurannan, tuen ja hoidon äitiyteen. Vasta 1930-luvulla äitiysneuvoloiden yleistyttyä äideille on saatu parempaa hoitoa ja tukea sekä nämä palvelut ovat kehittyneet koko ajan. Ennen ei äitiyteen saatu tukea niin kuin nykyisin ja se oli erilaista. Ennen tukea sai enemmänkin vanhemmilta, isovanhemmilta ja muilta sukulaisilta, kun nykyään tukea saa myös erilaisten palveluiden kautta sekä sosiaalisesta mediasta.

Tärkeä osa suomalaista lapsuutta ja vanhemmuutta on nykyisin äitiys- ja lastenneuvolan palvelujen käyttäminen. Lasten terveydenhuoltoa sekä äitiyshuoltoa kehitettiin 1900-luvun alussa alempien sosiaaliluokkien naisia ja lapsia varten. Ensisijaisena tavoitteena tässä oli laskea korkea lapsikuolleisuus. Valtiovallan huolestuttua syntyvyyden laskusta sekä korkeasta lapsikuolleisuudesta äiti ja lapsi nousivat sosiaalisen mielenkiinnon kohteiksi. Äitiyshuoltotyön aloitusvuosikymmen muodostui 1930-luvusta, jolloin myös äitiysneuvolat yleistyivät. Vuonna 1937 säädettiin äitiysavustuslaki (L 28.5.1993/477), jonka avulla myös varattomat ja vähävaraiset äidit saatiin neuvoloihin. (Piensoho 2001, 83.)

Äitiyttä arvostetaan eri tavalla kuin ennen. Ennen äitiyden arvostus vaihteli eri näkemysten mukaan. Äidit olivat niitä, jotka jäivät kotiin hoitamaan lastaan tai lapsiaan, kun nykyään myös isät voivat jäädä kotiin ja äidit voivat mennä töihin sekä olla

tienaava osapuoli perheessä. Ennen äitiys nähtiin velvollisuutena, kun nykyään ei välttämättä haluta lapsia lainkaan. Näin ollen äitiyden näkemykset ja roolit ovat muuttuneet vuosikymmenten aikana.

4.2 Ensiraskaudesta äitiyteen siirtyminen

Sinkkosen & Kallandin (2011, 96–97) mukaan ensiraskaudessa äitiyteen siirtymisen voi jakaa neljään eri biologis-psykososiaaliseen vaiheeseen, joissa otetaan huomioon naisen fyysiset sekä psyykkiset muutokset. Hän esittää, että kahdentoista ensimmäisen viikon aikana naisen hormonituotanto muuttuu ja nainen tulee tietoiseksi kehossa tapahtuneista tuntemuksista ja muutoksista. Heidän mukaan tätä vaihetta kutsutaan heilahdus- tai häiriövaiheeksi. Varhaisraskaudessa äiti kokee lapsen osaksi itseään ja halu suojella lasta kasvaa. Tänä aikana naisen identiteetti alkaa muovaantua. Suhteet puolisoon, sukulaisiin sekä tuttaviiin muuttuvat ja käsitykset omasta itsestä, elinkaaresta ja asioiden tärkeysjärjestyksestä muokkaantuvat.

Kahdennentoista raskausviikon jälkeen alkaa äidillä sovittautumisvaihe, joka kestää 20. raskausviikolle saakka. Sovittautumisvaiheessa nainen alkaa hankkimaan tietoa ja vertaistukea raskauteen sekä synnytykseen. Nainen tutustuu äitiyteen ja pyrkii vähentämään stressiä sekä ulkoisia vaatimuksia. Tänä aikana sikiön kasvu on erityisen voimakasta ja raskaus tulee yhä todellisemmaksi kun äiti tutustuu tulevaan lapseen sikiön liikkeiden lisäksi ultraäänikuvien sekä sydänäänten kuuntelun kautta. (Sinkkonen & Kalland 2011, 97.)

Äiti alkaa tuntea vauvan liikkeitä sekä omaksua tämän valveen ja unen rytmin keskittymisvaiheessa viikoilla 20–32. Tässä vaiheessa äidin kiintymyssuhde tulevaan lapseen kasvaa ja äiti kokee, että vauva on hänestä erillinen. Suhdetta luodaan lapseen puhumalla tälle ääneen tai mielessä. Keskittymisvaiheessa muutokset alkavat olla vaativia naisen keholle, mutta moni äiti tuntee siitä huolimatta olonsa hyväksi ja energiseksi. (Sinkkonen & Kalland 2011, 97.)

Viimeisessä vaiheessa eli ennakointi- ja valmistautumisvaiheessa (32. raskausviikosta lapsen syntymään) naisen keho alkaa valmistautua synnytykseen ja lapsi siirtyy kohdussa alemmas. Tuleva äiti valmistautuu uuteen rooliinsa, kun tunteet siirtyvät mielikuvien kohtuvauvasta todelliseen lapseen. (Sinkkonen & Kalland 2011, 97.)

Äiti alkaa luoda suhdetta omaan lapseen, kun lapsi on syntynyt. Tällöin vauvan tarvitsevuus herättää äidissä omat kokemukset lapsuudesta. Omat hyvät muistikuvat lapsuudesta auttavat äitiä ymmärtämään lasta ja löytämään myönteisen ja vastavuoroisen suhteen lapseen. Tällöin äidin on mahdollista mukautua lapsen erilaisiin tarpeisiin. (Vilén ym. 2013, 97.)

4.3 Äitiyden ensihetket ja tunteet

Äitiyteen liittyy monenlaisia tunteita. Raskaana oleva nainen miettii monesti tulevia päiviä vauvan kanssa. Tuleva äiti ostelee tavaroita sekä vaatteita ja valmistautuu mielikuvien avulla arkeen vauvan kanssa. Ensimmäisen lapsen syntymää edeltävä muutos on suurempi kuin myöhemmissä raskauksissa. Tuleva äiti ei ole välttämättä valmis luopumaan kaikesta muusta elämästä lapsen syntymän jälkeen, vaan on halukas jatkamaan elämää kuten ennenkin. Olo voi olla ensimmäisen raskauden aikana myös kiukkuinen sekä haikea. Tunne voi johtua suuresta halusta saada lapsi tai siitä, että äiti joutuu luopumaan jostain muusta elämässään lapsen myötä, kuten työstä tai harrastuksista. Tulevana äitinä näiden tunteiden läpikäyminen on tärkeää, jotta lapsi saa tilaa tulla. (Haataja 2011, 126.)

Äidiksi tuleminen on useimmiten iloinen sekä onnellinen elämäntapahtuma. Usein ajatellaan, että äiti heti rakastaa syntynyttä lastaan ja osaa tyydyttää lapsen tarpeet. Omasta ensimmäisestä ja ainutlaatuisesta lapsesta vastuu on suurempi kuin koskaan ennen ja hänestä täytyykin nyt pitää huolta ja rakastaa ehdoitta. (Vilén ym. 2013, 94.) Kuitenkin äidiksi tuleminen ravistelee naisen mieltä ja ruumista, nainen joutuu omaksumaan ruumiinsa muutokset osaksi minuuttaan raskauden alettua. Naisen ruumis laajenee, rinnat suurenevät ja vatsa kasvaa, naisen ruumiin rajat ovat joustavat ja muuntuvaiset. Muutokset saattavat kauhistuttaa naista, koska nainen ei itse voi niitä hallita. (Reenkola 2012, 81.)

Vauvan saapumisen ensimmäiset päivät ovat täynnä erilaisia tunteita ja myllerrystä. Tunteet liikkuvat ihastuksesta väsymykseen ja hämmennykseen muuttuneesta miinudesta ja identiteetistä. Äidin vastuulla on nyt pieni vieras ihminen, joka on täysin riippuvainen hänestä. Myös kehossa ilmenee muutoksia, joita ei ole aikaisemmin kokenut. Äitiyden alku on hämmentävää ja epätoivon aikaa sekä epävarmuuden tunteita voi tulla, jos ei tiedä miten vastata vauvan tarpeisiin. (Haataja 2011, 127–128.)

Niemelän, Siltalan ja Tammisen (2003, 244–246) mukaan äiti voi kuitenkin kokea elämänsä vielä pirstaleiseksi juuri synnytyssairaalaan kotiin tultua, kun kaikki on ihan uutta ja ihmeellistä. He toteavat, että pikku hiljaa äiti saa otetta omaan elämäänsä ja arkeensa vauvan kanssa. Äiti voi jo jonkin verran ennustaa, mitä lähitunteina tulee tapahtumaan ja tietää, mitä vauva tarvitsee. Äiti alkaa tuntea vauvan tarpeita tarkemmin. Kun vauva itkee tietystä syystä, äiti tunnistaa tällöin vauvan itkun ja osaa vastata itkuun ja lapsen tarpeeseen. Tällöin äiti ei enää tunne olevansa kokonaan vauvan armoilla. Äiti voi tällöin tuntea myös oman itsensä kokonaisuudeksi. Onhan äiti juuri kokenut suuria muutoksia itsessään ja kehossaan.

Naiset ovat äiteinä yksilöitä, heillä on omat tarpeensa ja tunne-elämänsä. Kielteisiin tunteisiin voi johtaa äitiyden myötä tulleet suuret muutokset vastuussa, identiteetissä ja työmäärässä. Kielteisten tunteiden myötä, äiti voi kokea pettymystä, yksinäisyyttä, ahdistusta ja masentuneisuutta. Kaikki tämä voi olla osa normaalia äitiyttä, joka ei ehkä näy aina päällepäin. (Janhunen & Oulasmaa 2008, 19.) Tärkeää äitiydessä on olla omanlaisensa äiti. Uutena äitinä ei niinkään tarvitse valmiita ratkaisuja sekä neuvoja vaan enemmänkin tukea omaan äitiyteen. Tällöin lähipiirin antama tuki on tärkeämpi kuin äidin saamat neuvot muilta. (Haataja 2011, 128.)

4.4 Äitiyden riskitekijät

Ensimmäisen lapsen syntymä on ennen kokematon tilanne, johon liittyy paljon mielikuvia ja odotuksia. Lapsen syntymän yhteydessä äiti odottaa kokevansa voimakkaita tunteita. Äidille on voinut tulla omia odotuksia kuulemiensa perusteella, miten joku läheinen on esimerkiksi kokenut synnytyksensä. Äiti on voinut lukea synnytyks-

kertomuksia tai kuulla neuvolassa tarinoita, joista on syntynyt omat odotukset synnytystä kohtaan. Joillakin äideillä omat odotukset täyttyvät, mutta jotkut voivat kokea sen taas aivan erilaisena mitä oli odottanut. Tällöin moni äiti voi kokea syyllisyyttä siitä, jos äidinrakkaus ei heti synnykään. Äidin täytyy ymmärtää, että jokainen kokee yksilöllisesti nämä kaikki asiat. Äidin kokemuksiin ja tunteisiin liittyy niin monia tekijöitä, joihin ei äiti itse voi vaikuttaa. Raskausajan vointi vaihtelee äideillä, toiset voivat hyvin ja tuntevat olonsa virkeäksi, mutta toiset voivat taas kärsiä paljon pahoinvoinnista ja väsymyksestä. Ei voi siis tietää ennalta, miten raskaus ja synnytys kulakin etenevät. (Janhunen & Oulasmaa 2008, 31–32.)

Vanhemmuuteen kasvaminen on suuri muutos äidille. Vaikka muutos olisikin ihmisen mielestä positiivinen, muutokset ovat silti stressaavia. Elämäntilanne ja muut suuret asiat, kuten se, onko vanhemmuus suunniteltua vai onko tieto raskaudesta tullut yllätyksenä, vaikuttavat siihen, miltä uusi elämänmuutos tuntuu. Useimmiten raskaaksi tulo koetaan positiivisena, mutta omat lapsuuskokemukset vaikuttavat siihen, miten tieto raskaudesta, uudesta ihmisestä ja tulevasta äitiydestä koetaan. Omat hyvät kokemukset ja muistot omasta lapsuudesta tuovat positiivisia mielikuvia tulevasta lapsesta ja raskausajasta. Jos taas tuleva äiti on kuullut negatiivisia kokemuksia raskaudesta ja vauva-ajasta, voi äidille herätä myös negatiivisia mielikuvia. (Vilén ym. 2013, 93.)

Sarkkinen & Juutilainen (2007, 318–319) toteavat, että äidin negatiiviset mielikuvat voivat olla yksi osasy siihen, että tuore äiti saattaa kokea depressiivisyyttä. Heidän mukaansa depressiivisyyden kokemukset voivat liittyä äidin elämäntilanteeseen ja ajankohtaisiin elämäntilanteisiin. Erilaiset yksilölliset riskitekijät ja niiden kasaantuminen saattavat aiheuttaa äidille synnytyksen jälkeistä masennusta. Yksilöllisiä riskitekijöitä ovat muun muassa ongelmat vuorovaikutussuhteissa, tukea vaille jääminen, vaikeudet vauvaan kiinnittymisessä, traumaattiset synnytyskokemukset, raskaudenaikainen psyykinen oirehdinta sekä oma elämäntilanne.

Nämä äitiyden riskitekijät saattavat aiheuttaa äidille ongelmia, jotka myöhemmin voivat kasaantua ja aiheuttaa masentuneisuutta. Äidin ja vauvan välillä voi olla ongelmia vuorovaikutussuhteissa. Ensihetket ovat vauvan kanssa erityisen tärkeitä, mutta äidillä saattaa silti olla vaikeuksia vauvaan kiinnittymisessä. Kuten aikaisemmin mainitsimme, äidillä saattaa olla omia mielikuvia tulevasta vauvastaan. Jos

nämä äidin mielikuvat eivät vastaa todellista vauvaa, voi äidin olla vaikea kiinnittyä vauvaan ja luoda hyvää vuorovaikutussuhdetta. (Sarkkinen & Juutilainen 2007, 319.)

4.5 Äitiyden tukeminen

Äidin saama tuki läheisiltä ja muilta äideiltä on tärkeää. Tuki voidaan jakaa käytännölliseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen tukeen. Näitä eri tukimuotoja äidit voivat saada julkisesta, yksityisestä sekä kolmannen sektorin palveluista. Näitä tukea antavia palveluita ja ammattilaisia ovat muun muassa äitiys- ja lastenneuvolat; terveydenhoitajat, neuvolan perhetyöntekijät ja neuvolapsykologit, lastensuojelun perhetyö avohuollon tukitoimenpiteenä, Mannerheimin Lastensuojeluliiton ja Väestöliiton lastenhoitopalvelut, ryhmät ja kahvilat sekä erilaisten yksityisten palveluiden tarjoamat ohjaukset. (Sarkkinen & Juutilainen 2007, 332–333.)

Ennen äidin tuen saaminen oli erilaista kuin nykyisin. Ennen äidit saivat enemmän tukea kotona vanhemmiltaan ja muilta sukulaisilta. Maatalousvaltaisessa yhteiskunnassa oli tavallista, että lapset olivat kotona. Tilan töitä hoidettiin niin, että lapset olivat pienestä pitäen tilan töissä mukana ja sisarukset hoitivat tällöin toisiaan. Ennen ei äideillä ollut tarvetta samanlaisiin tukimuotoihin. Nykyisin tukea saadaan sosiaali- ja terveysalan palveluista. Palveluiden saatavuus on tärkeää äideille, joilla ei ole lähellä tukiverkostoa. Äidit saavat paljon tietoa ja tukea sosiaalisesta mediasta, mikä ei ennen ollut mahdollista. On tutkittu, että sosiaalinen media sisältää paljon erilaisia vertaistuellisia ryhmiä, joista äidit saavat sosiaalista tukea. Sosiaalisen median ja älylaitteiden avulla tuki on äideille nopeasti ja helposti saatavilla sekä se on koettu vertaistuellisesti merkityksellisenä. (Karjalainen & Virtanen 2015, 40.)

Äidit ovat oikeutettuja saamaan myös Kelasta rahallista tukea. Suomessa lapsen syntyessä työsopimuslaissa (L 26.1.2001/55) ja virka- ja työehtosopimuksissa on turvattu oikeus äitiys-, isyys- ja vanhempainvapaaseen ajalta, kun vanhempi saa Kelasta äitiys-, isyys- tai vanhempainrahaa. Tämän vapaan voi saada raskauden, synnytyksen tai lapsen hoidon perusteella. (Aholainen 2007, 386.) Aikaisintaan äitiysvapaa voi alkaa 50 arkipäivää ja viimeistään 30 arkipäivää ennen laskettua aikaa. Äitiysvapaan voi itse valita, milloin sen haluaa alkavaksi. Äitiysvapaan ajalta

äitiysrahaa maksetaan 105 arkipäivältä. Äitiysvapaan jälkeen alkaa vanhempainvapaata, jolle voi jäädä joko äiti tai isä tai vanhemmat vuorotellen. Kela maksaa vanhempainvapaan ajalta vanhempainrahaa 158 arkipäivää. (Vanhempainpäivärahat, [viitattu 11.10.2017].)

4.6 Esikoiskahvila äidin tukena

Äidille on tärkeää, että hän kokee olevansa arvostettu ja tuettu ja tietää saavansa tarvittaessa apua, ohjausta ja neuvontaa. Äiti tarvitsee myös tukea toisilta naisilta. Vertaistuki on äidille tärkeää, jotta hän selviytyisi äitiyden tunteiden kirjosta sekä omasta psyykkisen kasvun haasteesta. (Sarkkinen & Juutilainen 2007, 320.)

Koistisen (2007, 437) mukaan vertaistuki on yksi sosiaalisen tuen osa-alue ja sen on todettu vaikuttavan äidin jaksamiseen ja vanhemmuuden laatuun merkittävästi. Vertaistuki voi auttaa selviämään stressaavista tilanteista sekä suhtautumaan luotavaisemmin vanhemmuuteen ja lasten hoitoon. Vertaistukea saaneiden äitien päivittäiset hoitokäytännöt on havaittu parantuneen ja herkkyys lasten hoidossa on lisääntynyt.

Esikoiskahvilalla on tärkeä rooli äitien välisen vertaistuen järjestäjänä. Se on tarkoitettu ensimmäistään odottaville ja ensimmäisen vauvan saaneille. Kahvilassa on mahdollista tavata ja tutustua muihin esikoisäiteihin ja-isiin tai muihin esikoistaan odottaviin äiteihin. Kahvila on vertaistuellista toimintaa, sillä siellä voi vaihtaa kokemuksia sekä onnea että murheita toisille esikoista odottaville tai jo saaneille vanhemmille. Tukea ja neuvoa saa myös Esikoiskahvilan työntekijöiltä sekä vierailijoilta. Jokaisella Esikoiskahvila kerralla on oma teemansa ja kahvilassa on usein vierailijoina eri asioiden asiantuntijoita sekä tuotteiden esittelijöitä. (Esikoiskahvila, [viitattu 12.9.2017].)

Esikoiskahvilasta saa tuen ja neuvojen lisäksi myös paljon muutakin. Esikoiskahvilassa äiti voi tulla viettämään aikaa esikoisensa kanssa ja irtaantua hetkeksi arjen askareista. Siellä voidaan viettää aikaa yhdessä muiden äitien ja esikoislapsen sekä työntekijöiden kanssa. Esikoiskahvilassa järjestetyt teemat tukevat äitiyteen liittyviä asioita ja vuorovaikutusta äidin ja esikoislapsen välillä. Sieltä äidit voivat saada uutta

ja tarpeellista tietoa sekä kuulla muilta äideiltä kokemuksia heidän arjestaan ja äitiydestään.

Äidit voivat Esikoiskahvilassa ottaa puheeksi itseään askarruttavia asioita, huolia tai ongelmia. Niitä voidaan miettiä yhdessä toisten äitien kanssa ja työntekijät ovat tukemassa näissä asioissa äitejä. Esikoiskahvilassa voidaan yhdessä pohtia ja ratkaista ongelmia. Tulevalla äidillä voi olla synnytykseen tai tulevaan paljon pelkoja. On ensiarvoisen tärkeää käsitellä näitä tunteita. Jos äiti pelkää koko raskauden ajan itsensä ja lapsen puolesta, hän saattaa viettää koko raskauden ajan pelokkaana ja ahdistuneena. Tämän vuoksi on tärkeää, että äiti saa keskustella peloista ja purkaa niitä muille äideille. Jo raskaana ollessaan äidin on tärkeä käsitellä omia tunteitaan, ja juuri Esikoiskahvilassa saa käsitellä ja jakaa näitä omia tunteita ja ajatuksia. Esikoiskahvila toimii äidin tukena monin eri tavoin.

5 VARHAINEN VUOROVAIKUTUS

Varhainen vuorovaikutus muodostuu vanhemman hoivakäyttäytymisestä ja lapsen kiintymyskäyttäytymisestä. Varhaisessa vuorovaikutuksessa on kyse lapsen ja vanhemman vuorovaikutuksen vastavuoroisuudesta ja samantahtisuudesta. Äidillä on taito sovittaa oma toimintansa lapsen tarpeisiin, rytmiin ja vuorovaikutuksellisiin taitoihin. Vuorovaikutus on jatkuva tulkintaprosessi, jossa kukin viestii itselleen tärkeistä asioista ja yrittää vaikuttaa toiseen. Varhaisessa vuorovaikutuksessa sekä aikuinen että lapsi ovat aktiivisia osapuolia, mutta varsinkin alussa aikuinen on se, joka on vastuussa vuorovaikutuksen onnistumisesta sekä halusta sovittaa toimintansa lapsen tarpeisiin. (Antikainen 2007, 376.) Seuraavaksi käsittelemmekin esikoislapsen ja äidin välistä varhaista vuorovaikutusta ja siihen vaikuttavia tekijöitä. Tuomme esiin varhaisen vuorovaikutuksen merkitystä lapsen kehitykseen ja kasvuun sekä varhaisen vuorovaikutuksen tukemista ja tukemisen keinoja.

5.1 Esikoislapsen ja äidin varhainen vuorovaikutus

Lapsen kasvu, kehitys ja koko hengissä säilyminen riippuu siitä, miten lapsen lähellä olevat ihmiset ja läheiset suhtautuvat häneen. Varhaiset ihmissuhteet ovat perusta pienelle lapselle ja hänen koko tulevaisuudelleen. Varhainen vuorovaikutus on siis yhdessä oloa: nukuttamista, syöttämistä, vaippojen vaihtoa, kylpemistä sekä leikkimistä. Elämänmittainen kiintymyssuhde kasvaa vähitellen näistä toistuvista vuorovaikutushetkistä. (Tamminen 2004, 46.) Sinkkonen (2001, 34) on esittänyt, että tiettyjen tapahtumasarjojen toistuminen riittävän monta kertaa, synnyttää lapsen mielessä syy-seuraussuhteita, eli ilmiölle, kokemukselle ja asioille tulee mieli. Kun vauva itkee, äiti tulee ruokkimaan tai lohduttamaan. Turvallisen kiintymyssuhteen kannalta välttämätöntä on vanhempien kyky reflektoida. Äidin täytyy eläytyä eri tavoin lapsen tunnetiloihin, jotta lapsi oppii oman eläytymiskyvyn.

Vanhemman täytyy ymmärtää vauvan ilmaisemat tunteet ja reagoida niihin, jotta hyvä vuorovaikutus syntyy. Hyvässä suhteessa vauva kokee, että häntä rakastetaan, arvostetaan ja ihaillaan. Ensimmäisen vuoden aikana vauvan ja vanhemman välinen vuorovaikutussuhde rakentuu pitkälti sanattomaan yhdessäoloon. Vauvan

kanssa eläminen on jatkuvaa vuorovaikutusta. Hoitaminen, tutkiminen, ihaileminen ja rakastaminen rakentavat hyvää suhdetta vauvan ja äidin välille. Olemalla läsnä sekä tarjoamalla hyvää oloa vauvalle läheinen auttaa tällä tavoin tukemaan lapsen kehitystä. Siksi vauvalle on elintärkeää hyvät vuorovaikutushetket. (Salo & Tuomi 2008, 9–10.) Nämä asiat osoittavat, miten tärkeää varhainen vuorovaikutus on vauvalle ja miten se vaikuttaa häneen. Vuorovaikutus täytyy alkaa jo varhaisessa vaiheessa, että saadaan luotua vauvalle turvalliset suhteet läheisiin, jotta hän saa rakkautta, hoivaa sekä läheisyyttä.

Vauvan ja äidin yhteisten hetkien kokemus toteutuu, jos kummankin osapuolen toiminnot täydentävät toisiaan ja kun kumpikin samanaikaisesti tavoittaa toisen mielentilan, molemmilla on sama käsitys siitä, mitä nyt tapahtuu. Vauva siis tulee tietoiseksi siitä, että äiti on myös tullut tietoiseksi, mistä vauva on sisäisesti tietoinen. Tämä johtaa havaintojen, uusien kokemusten syntymiseen, sekä sitä kautta kokemukseen itsensä olemisesta ensin toisen kanssa. Mahdollisuus syntyy uudenlaisiin vuorovaikutuskokemuksiin ja voimakkaisiin tunnelatauksiin näistä hetkistä. (Niemi ym. 2003, 29.)

Kun äiti on herkkä pienen lapsensa viesteille, tulkitsee niitä lapsen tarpeiden kannalta oikein ja vastaa niihin johdonmukaisesti, syntyy lapselle mielikuva: minä olen hyvä, tarpeeni ovat tärkeitä, minusta on iloa. Tämä luottamuksen ja perusturvallisuuden kokemus heijastuu lapsen myöhempiinkin ihmissuhteisiin ja luo pohjaa hyvälle itsetunnolle ja minäkuvalle sekä se kehittää empatiakykyä. Lapsi kykenee ympäristönsä tutkimiseen ja valloittamiseen, kun lapsella on riittävä perusturva. Lapsi oppii myös hakemaan ja vastaanottamaan hoivaa ja tukea silloin, kun hän sitä tarvitsee. Lapsen on vaikea oppia luottamaan elämään tai itseensä, jos lapsen tarpeet laiminlyödään jatkuvasti tai niihin vastataan hyvin puutteellisesti tai arvaamattomasti. (Lapsen ja vanhemman varhainen vuorovaikutus, [viitattu 19.4.2017].)

Jos taas kyllin hyvää vastavuoroisuutta ei löydy vauvan ja äidin välillä, herättää se vauvassa ahdistusta. Vauva reagoi vetäytymällä, jos äiti on jatkuvasti poissaoleva. Vauvan keho on jatkuvassa jännitystilassa, kunnes se lamaantuu, kiinnostus ympäristöön katoaa, ilo katoaa sekä liikkeet hidastuvat. Vauva yrittää itkeä ja huutaa omaa tuskaansa herättämällä äitiä itselleen. Vähitellen vauvan itku kuitenkin hiipuu

ja vauva joutuu sisäistämään emotionaalisesti kuolleen äidin minäkuvan. Emotionaalisesti kuolleen, mutta konkreettisesti läsnä olevan äidin kanssa lapsi ei saa itselleen riittävästi mielihyvää sekä yleensä tunnekokemuksia, jotka voisivat vahvistaa lapsen verenkiertoa tai hengitystä. Vauvan unettomuus, levottomuus, yölliset kauhut ja pelot ovat ilmausta tästä puutteellisesta vuorovaikutuksesta. On siis äitejä, isiä ja vauvoja, joiden välillä kyllin hyvää vuorovaikutusta ei vain synny. Jotkut äidit eivät tunne iloa vauvastaan tai ovat muusta kiinnostuneita. (Niemelä ym. 2003, 33.)

Mäntymaa (2006, 65) on tutkinut, kuinka varhaisen vuorovaikutuksen laatu vaikuttaa lapsen terveyteen toiseen ikävuoteen mennessä. Lapsilla, joiden äidit ovat välitelleet aktiivista ja positiivista kommunikointia, ennustettiin kroonisia ja toistuvia terveysongelmia. Lisäksi lapsilla, joiden äidit ovat olleet varhaisissa vuorovaikutustilanteissa jopa vihamielisiä, oli suurentunut riski saada tunne-elämän ja käytöksen häiriöitä.

Lapsen kanssa oleminen, huomioiminen ja rakastaminen tukevat lapsen kehitystä ja auttavat myöhemmässä vaiheessa monessa asiassa. Pidämme hyvin tärkeänä laadukasta ja hyvää varhaista vuorovaikutusta. Jokainen äiti tekee sen omalla tavallaan, mutta se riittää, että lapsi saa rakkautta, huomiota sekä hoivaa. Se vaikuttaa jo suuresti lapsen hyvinvointiin. Varhaiseen vuorovaikutukseen ei tarvita erikoisia taitoja ja voimavaroja, vaan se lähtee liikkeelle ainoastaan yhdessä tekemisestä ja kokemisesta. Ajattelempa sen niin, että varsinkin äidillä se tulee luonnostaan lapsen synnyttyä. Äidillä on halu auttaa, olla lähellä, hoivata sekä rakastaa. Tämä on elintärkeää lapsen kannalta, ja se antaa myös paljon äidille.

5.2 Varhaiseen vuorovaikutukseen vaikuttavia tekijöitä

On tärkeä tietää ja tunnistaa niitä tekijöitä, jotka edistävät tai vaurioittavat vanhemman ja lapsen välistä varhaista vuorovaikutusta häiriöiden ennaltaehkäisemisen kannalta. Näitä tekijöitä voidaan tarkastella useammasta eri näkökulmasta; raskaus, synnytys, vanhemmuus, perhe ja laajempi sosiaalinen ympäristö. Lapsen kannalta merkittävimmät tekijät ovat perheen sisäiset tekijät, jotka saattavat vaikuttaa lapsen kehitykseen välittömästi. (Antikainen 2007, 378.)

Antikainen (2007, 378) korostaa, että äidin ja lapsen turvallisen suhteen syntymistä voivat uhata raskauteen ja synnytykseen liittyvät kielteiset, voimavaroja kuluttavat tekijät, naisen odottamaton ja suunnittelematon raskaus, lasta odottavan äidin sairaus sekä odotusajan elämäntapoihin liittyvät tekijät kuten huumeiden käyttö. Hänen mukaan myös äidin vaikea taloudellinen tilanne tai ongelmallinen parisuhde voi vaikuttaa suurelta osin siihen, millainen on äidin ja vauvan välinen varhainen vuorovaikutus. Äidin kielteinen mielikuva vauvasta tai se, että hänellä ei ole mitään mielikuvaa, voivat olla vuorovaikutuksen kehittymisen esteenä. Äidin omat puutteelliset hoivakokemukset voivat aktivoitua raskausaikana ja täten vaikuttaa myös vuorovaikutukseen ja kiintymyssuhteen luomiseen oman vauvan kanssa.

Varhaisen vuorovaikutuksen onnistumista voi vaikeuttaa myös ennenaikainen synnytys. Vauva voi tuntua äidistä etäiseltä hoitojakson aikana, jos äiti ei saa olla paljoakaan kosketuksessa ja hoivasuhteessa vauvan kanssa. Äidin pelko tilanteesta saattaa myös vaikeuttaa hoivasuhteen syntymistä vauvaan. Vuorovaikutuksen häiriöt saattavat johtua siitä, että äiti ei osaa tulkita lapsen viestejä tai äidiltä puuttuu kyky hoivata vauvaa. Äidiltä voi puuttua riittävä herkkyys omien ongelmiansa ja puutteellisten hoivakokemuksiensa pohjalta kuunnella ja tulkita lapsen viestejä sekä vastata lapsen tarpeisiin. (Antikainen 2007, 378.)

Lapseen liittyvät ominaisuudet saattavat myös haitata turvallisen hoivasuhteen syntymistä ja varhaista vuorovaikutusta. Lapsen vammaisuus, erilainen temperamentti tai se, jos vauva on haasteellinen, voi aiheuttaa äidille ja vanhemmille surua ja pettymystä. Nämä vanhempien kokemat tunteet vaikuttavat taas suhteeseen lapsen kanssa. Vuorovaikutus saattaa olla ongelmallista ja haastavaa vanhempien tunteiden vuoksi ja turvallista hoivasuhdetta ja hyvää vuorovaikutusta on täten vaikea saada äidin ja lapsen välille. (Antikainen 2007, 378–379.)

Kuitenkin varhaisen vuorovaikutuksen suojaavia tekijöitä tulee esille jo raskausaikana, kun äiti valmistautuu myönteisesti äidin tehtäväänsä ja vauvan tuloon. Äiti syö terveellisesti, lepää riittävästi ja lopettaa esimerkiksi tupakanpolton. Äiti luo vauvasta myönteisen mielikuvan ja iloitsee sekä on ylpeä omasta vauvastaan. Nämä kokemukset äiti voi jakaa yhdessä lapsen isän kanssa tai muun lähiverkoston. Äiti ymmärtää myös vastuun tulevasta vauvastaan ja siitä, että vauva on riippuvainen

hänestä. Tärkeimpiä suojaavia tekijöitä vanhemman näkökulmasta varhaisessa vaiheessa on se, että vanhempi on sensitiivinen lapsen tarpeille ja pitää huolta lapsesta psyykkisesti kuin fyysisestikin. Tärkeää on, että vanhempi soinnuttaa oman toimintansa lapsen tarpeisiin. Äidin tehtävänä on hoivata lasta ja saada hänelle turvallinen ja rakastettu olo. Äiti käyttää syliä ja kosketusta lapsen rauhoittamisessa ja luo täten varhaisen vuorovaikutuksen avulla turvallisen suhteen vauvaansa. (Antikainen 2007, 379.)

On erityisen tärkeää, että lapsi voi kokea saavansa lohtua ja turvaa niitä tarvitessaan. Äiti auttaa lasta tunnistamaan omia tarpeitaan ja tunnetilojaan vastaamalla herkästi lapsen viesteihin. Tässä lapselle välittyy kokemus siitä, että on hyväksyttävää viestittää omia tunteita ja kokemuksia toiselle ja että se johtaa myönteiseen lopputulokseen. Lapselle välittyy myös hyvinolontunne, kun äiti hymyilee, koskettaa sekä ilmaisee rakkauttaan, iloaan ja ylpeyttään siitä, että lapsi on juuri se ainutkertainen ihminen, joka hän on. Nämä kokemukset ovat lapsen itsetunnon ja toisiin ihmisiin kohdistuvan luottamuksen tärkeimpiä asioita. (Launonen 2007, 19.)

5.3 Varhaisen vuorovaikutuksen merkitys lapsen kasvuun ja kehitykseen

Syntymän jälkeiset ensimmäiset minuutit ovat ihmeellisiä, kun äitinä toive toteutuu. Äiti saa ensimmäisen kerran oman lapsensa syliin ja tuntee hänet rinnalla. Vauvan ollessa äidin rinnalla ihokontaktissa, on vauvalle helpompaa kokea uusi maailma ilman kohdun lämpöä. Vauva tuntee olonsa turvalliseksi äidin rinnalla kokiessaan tutun tuoksun ja äänen. Äidin rinnalla vauva pysyykin lämpimänä ja saa rauhassa tutustua äitiinsä. (Haataja 2011, 122–123.)

Dumas ym. (2012, 322–327) ovat tutkineet, että heti syntymän jälkeen ihokontaktissa vauvan kanssa olleet äidit ovat olleet hellempää käsitellessään vastasyntyntä vauvaa. Tutkimuksessa todettiin syntymän jälkeisellä ihokontaktilla olevan positiivisia vaikutuksia sekä äidin että vauvan terveyteen ja heidän väliseensä vuorovaikutukseen.

Vauvalle ja hänen kehitykselleen on erityisen tärkeää vastavuoroinen vuorovaikutus. Lapsi luo varhaisten hoivakokemusten perusteella itselleen vuorovaikutusmallin, joka sisältää lapsen sisäistyneen käsityksen omasta itsestään, häntä hoivaavista aikuisista sekä vuorovaikutuksesta. Myös aivojen kehityksen kannalta keskeistä on varhainen vuorovaikutus, kosketus ja katse. Oleellisen tärkeitä lapsen kehitykselle on lapsen tunnekokemukset syntymästä lähtien. Näitä lapsen tunnekokemuksia säätelevät ja ohjaavat varhainen vuorovaikutus ja sen laatu, joka tapahtuu juuri aivojen kiihkeän kypsymisen aikana eli ensimmäisinä ikävuosina. (Antikainen 2007, 376.)

Vanhempien välinen vuorovaikutus ja muut lapsuudenaikaiset kasvuolosuhteet ohjaavat lapsen tapaa vastata ympäristön taholta tuleviin vaatimuksiin ja paineisiin. Lapselle aiheutunut stressi voi ilmentyä muun muassa levottomuutena, unihäiriöinä tai erilaisina fyysisinä oireina. Pitkään jatkuessaan stressi aiheuttaa lapsen elintoinnoissa muutoksia. Varhaisella vuorovaikutuksella ja lapsen tunnekokemuksilla on vaikutusta aivojen toiminnalliseen kehittymiseen. Varhaiset negatiiviset kokemukset lapsen elämässä voivat jopa muuttaa aivojen rakennetta ja toimintaa, kun taas turvallinen ja hyvä varhainen vuorovaikutus voi suojata lapsen elimistöä stressin haittavaikutuksilta. (Antikainen 2007, 377.)

Kun vauva stressaa, hän ei pysty pitämään itse itseään hengissä, koska hänen voimavaransa ovat rajalliset. Vauvalle on hyvin stressaavaa, jos äiti ei ole läsnä tai vastaa nopeasti hänen tarpeisiin. Kun äiti ei vastaa näihin tarpeisiin, vauva saattaa tulla tietoisiksi voimattomuuden ja avuttomuuden tunteesta. Vauvalle stressi voi merkitä jopa traumaa, ja ilman vanhemman tukea hän voisi kuolla. (Gerhardt 2004, 86.)

Vauvan kokemukset yksinjäamisestä ovat pelottavia vauvalle. Turvattomuuden tunne, joka tästä syntyy, viestittää aivoihin, että tällöin täytyy olla varuillaan. Aivot reagoivat tällöin stressireaktiolla, joka ei mene ohi. Kun turvallisuuden tunne palaa, vauvan stressireaktio jää toisin kuin aikuisilla. Huonojen hoivakokemusten vuoksi, vauvan täytyy olla jatkuvassa hälytysvalmiudessa, kun taas hyvät kokemukset vastaavasti ohjelmoivat aivot vastaanottamaan sosiaalista vuorovaikutusta. (Keltikangas-Järvinen 2012, 23.)

Äidin ja vauvan välille täytyy taten syntyä vastavuoroisuutta, jotta vuorovaikutus voi olla heidän välillään toimivaa. Kun äiti mukautuu vauvan huomion kohteeseen ja tunnetiloihin, vauvan halu sekä taito ilmaista itseään kehittyvät. (Silvén 2010, 55.) On tärkeää, että vauvalla on tasapainoinen kehitys ensimmäisten ikävuosien aikana, jolloin se antaa paljon resursseja ihmisen myöhemmälle elämälle. Ei kuitenkaan riitä vain se, että kehityksen häiriöt estetään. Vaikka monista asioista ei pystytä osoittamaan seuraavan lapselle mitään varsinaista häiriötä, ne eivät silti tue lapsen kehitystä. Tällaiset tilanteet tulevat näkymään vielä myöhemmässä elämässä selviytymisen resursseina. (Keltikangas-Järvinen 2012, 24.)

Varhaisilla vuorovaikutuskokemuksilla voi olla kauaskantoiset vaikutukset. Varhaisista hetkistä alkaen lapsen ja vanhemman välinen tunneside ohjaa lapsen aivojen toiminnallista kehitystä. On tärkeää tunnistaa tilanteet, jolloin vanhemman ja vauvan välinen varhainen vuorovaikutus on vaikeutunut, jotta voidaan tarjota apua riittävän ajoissa. Lapsen kiihkein kasvun ja kehityksen vaihe on 2–3 ensimmäistä elinvuotta. Kuitenkin toiminnallista muovautumista tapahtuu oppimisen ja muiden uusien kokemusten kertymisen mukana koko ajan, mikä merkitsee sitä, että vahingollisten kokemusten seurauksena syntyneitä haitallisia vaikutuksia on mahdollista hoitaa ja korjata myöhemmin. (Hautamäki 2001, 27.)

Myös Tamminen (2004, 64) korostaa, että turvattomissakin suhteissa lapsi selviää kehittämällä erilaisia keinoja, joiden avulla hän pärjää. Tamminen mukaan jo pienikin lapsi oppii välttämään liian vaikeita tilanteita, asioita ja tunteita. Lapsi alkaa tällöin rakentamaan vältteleviä kiintymyssuhteita. Samoin Sinkkonen ja Kalland (2001, 9) esittävät, että äärimmäisen turvattomissa oloissa kasvanut lapsi on omaksunut, että hän itse sekä koko maailma ovat pahoja eikä kehenkään voi luottaa. Heidän mukaansa kuitenkin tällainenkin lapsi voi hyvissä olosuhteissa oppia, että maailmassa on myös hyvää ja joihinkin ihmisiin voikin turvautua.

5.4 Varhaisen vuorovaikutuksen tuki ja sen keinot

Keskeisenä äidin tukemisessa on riittävän tiedon tarjoaminen ja emotionaalinen tuki sekä kannustaminen ja motivoiminen kaikin tavoin osallistumaan lapsen hoitoon ja

läsnäoloon lapsen kanssa. Molemminpuolista kiintymystä lapsen ja vanhemman välillä vahvistaa vanhemman läheisyys, sylissä pitäminen sekä kosketus. Äidit tarvitsevat vanhemmuutensa tueksi läheisiä, hyviä ja tukevia ihmissuhteita, jotka vahvistavat vanhempien voimavaroja ja auttavat jaksamaan sekä sitä kautta myös vanhempi-lapsikiintymyssuhteet lujittuvat. Yhden vanhemman perheet saattavat tarvita erityisesti tukea. Tämä vanhempien tarvitsema tuki voi olla tunnetukea, välineellistä tukea, vahvistavaa tukea, tietoa antavaa tukea, läsnäoloa, suhdetukea ja parisuhdetukea sekä sosiaaliseen toimintaan liittyvää tukea. Tärkeää on myös tarvittaessa tarjota vanhemmalle keskusteluapua vaikeissa tilanteissa, jotta vanhempi voisi käsitellä tunteitaan ja pohtia omaan vanhemmuuteen, kokemuksiin sekä lapseen liittyviä huolia psykologin, sosiaalityöntekijän, muun ammattilaisen tai vertaistukijan kanssa. (Vanhempien tukeminen, [viitattu 16.3.2017].)

On saatu hyviä kokemuksia vanhempien ja lasten vuorovaikutuksen parantamisessa mm. kenguruhoitosta, vauvahieronnasta ja videoavusteisesta vuorovaikutuksen ohjauksesta, jota kutsutaan VIG-menetelmäksi. Tässä menetelmässä lapsen ja perheen vuorovaikutusta videoidaan muutaman minuutin ajan, ja näitä videointeja katsotaan ja analysoidaan yhdessä. Tavoitteena on vahvistaa ja tukea vanhempien sensitiivisyyttä kasvatustilanteessa. Yhteiset keskustelut ja vuorovaikutustilanteet mahdollistavat myös lapsen osallistumisen ja tarjoavat mahdollisuuden myös tunteiden käsittelylle sekä vuorovaikutuksen parantumiselle. On olemassa myös Kiikku-vauvaperhetyö, jolla voidaan tukea turvallisen kiintymyssuhteen muodostumista. Vauvaperhetyö toteutetaan toistuvina kotikäynteinä, jotka tehdään perheen tarpeista lähtien sekä perheen suostumuksella. Tämä tapahtuu perheen kanssa yhteistyösuhteessa, johon vauvaperhetyö tuo ammatillisen osaamisensa sekä perhe oman elämänsä asiantuntemuksen. (Menetelmiä vuorovaikutuksen kehittymisen tukemiseksi, [viitattu 24.3.2017].)

On olemassa siis menetelmiä sekä tapoja, joiden avulla voidaan tukea vanhempia varhaisessa vuorovaikutuksessa. Vanhempien on tärkeä saada apua, jos he eivät itse pysty sitä luomaan lapsen kanssa. On tärkeää, että meillä Suomessa on myös tarjolla tällaista tukea sekä apua vanhemmille. Esikoiskahvilassa vanhemmat saavat tukea muilta äideiltä ja työntekijöiltä ja etenkin vertaistukea on pidetty tärkeänä tukena äideillä.

Seuraavaksi tarkastelemme vauvan tarpeita, jotka vanhemman täytyy tiedostaa varhaisen vuorovaikutuksen ja hoivasuhteen luomisen kannalta. Nämä ovat myös apuna vanhemmille suhteen luomisessa. Kun vanhempi kykenee tarjoamaan näitä lapselleen, syntyy luottamussuhde lapsen ja vanhemman välille helposti.

Vauva tarvitsee vuoroin rauhoittamista, vuoroin innostamista, sillä vauva ei osaa itse säädellä tunteitaan. Jos vauva on itkuinen ja levoton, hän ilmaisee rauhoittamisen tarpeensa. Tällöin vanhempi käyttää koko kehoa vauvan rauhoittamiseen, eli vanhempi ottaa lapsen syliin ja heijaa vauvaa sekä puhuu rauhoittavalla äänellä. Rauhattomana vauva ei pysty suuntautumaan toiseen ihmiseen tai yhteiseen tekemiseen. Tällöin on tärkeää, että vanhempi rauhoittaa vauvan aina uudelleen, silloin kun se on tarpeellista. Vauva tarvitsee myös aktiivisuutta, sillä vauva ei vielä osaa suuntautua ympäristöönsä tai leikkeihin. Vauva on ensisijaisesti kiinnostunut oppimaan vanhemmistaan. Vanhempi voi innostaa vauvaa laulamalla tai vaikka nauramalla. (Salo & Tuomi 2008, 10.)

Vauva tarvitsee myös jatkuvuutta sekä pysyvyyttä. Vauva tarvitsee päivittäin kokemuksia siitä, että vanhempi pysähtyy vauvan äärelle katsomaan, koskemaan sekä olemaan läsnä. Näin vauva saa perusturvallisuuden kokemusta, joka on lapselle välttämätöntä. Hän tarvitsee siis myös hoivaa ja kosketusta. Hoiva on vauvan pahan olon huomioimista, lohduttamista ja suojaamista. Vanhemman täytyy ottaa tällöin huomioon vauvan rytmi sekä mukauttaa omat toimensa siihen. Vauvan koskeminen on hoivaamisessa erityisen tärkeää, ja se on myös kaikista tärkein rauhoittamiskeino. (Salo & Tuomi 2008, 10–11.)

Koskettamisella on tärkeä osuus stressihormonin säätelyssä. Äidin kosketus rauhoittaa lasta ja saa positiivisen kokemuksen lapselle. Tämä toistuva fyysinen aistimus turvallisesta kosketuksesta tukee keskushermoston toimintaa. Lasta tyyntyy myös tasainen rytmisen liike, kun taas voimakas ja tempova liike vahvistaa lapsen kiihtymystilaa. Kosketus vahvistaa lapsen kognitiivista kehitystä hermosolujen runsaan haaroittumisen kautta sekä itsesäätelyä. Rauhoittava kosketus vahvistaa lapsen kiinnittymistä hoitavaan aikuiseen. (Antikainen 2007, 377.)

Vauvalle on myös erityisen tärkeää saada seurata vanhemman ilmeitä. Olemalla siis vauvan äärellä, juttelemalla sekä viestimällä lapselle ilmeillä, vanhempi opettaa

elämässä tarvittavia taitoja. Vauvan arjessa myös hyvin tärkeänä asiana nousee esille leikki. Leikki vauvan kanssa on siis yhdessäoloa, vuoroin ääntelyä, päristelyä ja keinumista. Mistä tahansa arkisesta tilanteesta voi tehdä vauvan kanssa leikkihetken pysähtymällä vauvan ääreen, tarttumalla vauvan hymyyn sekä jatkamalla sitä. Oleellisinta tässä on kokemus yhdessä tekemisestä. (Salo & Tuomi 2008, 11.)

Äidin tai muun aikuisen antama hoiva ja hyvän vuorovaikutuksen kokemus lapselle voivat suojata lasta haitallisten emootioiden kehittymiseltä vahingollisissa elämäntilanteissa. Äidin antama hyvä hoiva tarjoaa säätelyapua lapsen hermoston kehittymiseen. Äiti voi tasapainottaa lapsen kiihtymystä oikea-aikaisella lapsen hätävies-tien lukemisella. Emootioiden yhteensovittaminen auttaa lasta ja äitiä virittäytymään samaan tunnetilaan ja mielihyvän jakamiseen sekä yhdistää äidin ja lapsen rytmit. Hyvä hoiva vähentää lapsen stressiä ja auttaa lasta kokemaan hyvän ja onnistuneen kiintymyssuhteen varhaisen vuorovaikutuksen avulla. (Antikainen 2007, 377.)

Varhaisen vuorovaikutuksen tärkeä tukemisen keino on myös myönteisen vuorovaikutuksen vahvistaminen kannustavan, positiivisen ja rohkaisevan palautteen avulla. Palautetta voi saada läheisiltä, lapsen isältä, neuvolasta tai vaikka kolmannen sektorin tuottamista palveluista, esimerkiksi Esikoiskahvilasta. Näiden palautteiden avulla voidaan vuorovaikutustilanteista löytää, tunnistaa ja vahvistaa esimerkiksi äidin katsekontaktin ja hymyn hetkiä ja kertoa niiden vaikutuksesta vauvaan. Näin voidaan kannustaa ja lisätä äidin tai muun vanhemman aloitteellisuutta vuorovaikutukseen, jos vanhempi ei itse jostain syystä koe sitä luontevaksi tai hyväksi. Palautteen avulla voidaan myös kannustaa äitiä kehumalla hänen tapaansa olla vauvan kanssa ja auttaa äitiä arvostamaan itseään äitinä. (Antikainen 2007, 382.)

Nämä asiat ovat siis tärkeitä muistaa varhaisessa vuorovaikutuksessa. Vauva tarvitsee vastavuoroisuutta sekä luottoa siihen, että vanhempi huolehtii hänestä. Vauva tarvitsee perusturvallisuuden, jota kautta myös turvallinen hoivasuhde syntyy. Tämä kaikki tapahtuu siis varhaisessa vuorovaikutuksessa lapsen kanssa. Kun vauvalla on tarpeeksi hoivaa ja rakkautta ympärillä, hän kasvaa ja kehittyy turvallisessa suhteessa.

6 TUTKIMUSTULOKSET

Tässä kappaleessa esittelemme tutkimuksemme tulokset teemoittain. Teemahaastattelu sekä kyselylomakkeet koostuivat kolmesta eri teemasta: Äitien kokemukset Esikoiskahvilasta, varhaisen vuorovaikutuksen tuen tarve sekä äitiyden tunteet ja kokemukset. Esittelemme tutkimuksemme tulokset näiden kolmen eri teeman kautta, jotka nousivat esille myös tuloksissamme. Luvun loppuun olemme koonneet taulukon (Taulukko 1), jossa esittelemme tutkimustulostemme keskeisimmät tulokset.

5.5 Äitien kokemukset Esikoiskahvilasta

Haastateltavien ja kyselylomakkeeseen vastanneiden Esikoiskahvilassa käyvien äitien ikä oli 26–35 vuotta. Esikoisista nuorin oli 7- viikkoinen ja vanhin 9 kuukautta. Kaikki tutkimukseemme osallistuneet asuivat Seinäjoella.

Esikoiskahvilan toimintaan oli päädytty, koska äidit halusivat vaihtelua arkeen ja tavata toisia äitejä. Lapselle haluttiin myös sosiaalisia kontakteja. Esikoiskahvilan toiminta oli löydetty useimmiten ystävien suositusten kautta. Yksi kävijöistä oli tullut perhetyöntekijän kanssa ja yksi ensisynnyttäjien-kerhon ohjaajan kautta.

Kaverin kautta kuulin, että tällainen kahvila on olemassa. Halusin vaihtelua arkeen, vertaistukea ja että vauva näkee muita vauvoja. (K3)

Kuulin toiminnasta kaverilta, jolla on vuoden vanhempi lapsi ja itse kävin viime vuonna. (K7)

Esikoiskahvilassa kävijät olivat kaikki tyytyväisiä kahvilan toimintaan. Suurimmalla osalla haastateltavien ja kyselylomakkeisiin vastanneiden kesken nousi esille toisten äitien tarjoama sosiaalinen tuki, arkipäiväisten asioiden ja eri kokemusten jakaminen. Vertaistuki, jota äidit saivat Esikoiskahvilassa muilta äideiltä, oli tärkeässä asemassa. Tutkimuksessamme tuli esille, että kokemusten jakaminen muiden äitien kanssa oli tärkeää, joten vertaistuen merkitys oli suuri.

Olen käynyt 4kk esikoiskahvilassa ja olen todella tyytyväinen toimintaan. Työntekijät on mukavia ja aina saa jutteluseuraa ja vertaistukea. (K2)

No parasta on ollu ehkä tietysti noi toiset äidit, että se tuota saa vertaistukea ja kyllä mä oon käyny täälä joissain niissä teemajutuissakin, mutta että jotenki on aika sitte mukavaa et no nyt saa vaan niinku jutella ja olla rennosti, mutta toiset äidit ja niiden lapset tietysti on parasta. (H1)

Vertaistuki on samanlaisessa elämäntilanteessa olevien ihmisten kokemusten ja tiedon jakamista. Se voidaan määritellä myös muutosprosessina tai voimaantumisenä, jonka kautta ihminen tunnistaa ja löytää omia voimavarojaan sekä vahvuuksiaan. (Vertaistuki, [viitattu 20.9.2017].) Vertaistuki on sosiaalisen tuen muoto ja voi toteutua organisoidusti vertaistukipalveluissa tai osana normaalia vuorovaikutusta läheisissä ihmissuhteissa arkipäiväisissä tilanteissa (Mykkänen-Hänninen & Kääriäinen 2009, 10–11).

Koistisen (2007, 437–438) mukaan erilaisissa ryhmänohjauksissa saavutetaan monesti parempia tuloksia kuin yksilöllisessä ohjauksessa ja ryhmissä syntyneet ihmissuhteet ovat laajentaneet perheiden omaa sosiaalista verkostoa. Hän kertoo, että keskeinen voimaannuttava tekijä tällaisissa ryhmätilanteissa onkin vertaistuki. Vertaisryhmissä vanhemmat ovat usein pitäneet toisilta saatavaa tietoa käytännölläheisempänä, kuin tietoa, jota ovat saaneet ammattilaisilta. Vertaistukiryhmissä jäsenet saavat itsensä kuuluviin ja itsensä ymmärretyksi.

Esikoiskahvila järjestetään viikoittain ja useimmille kahvilakerroille on järjestetty erilaisia teemoja. Tekemämme tutkimuksen aikana teemoina oli vauvamuskari, vauvajumppa ja vauvan temperamentti. Kaikki nämä teemat ovat yhteydessä äidin ja esikoislapsen väliseen vuorovaikutukseen. Esimerkiksi musiikki ja laulu kantavat vanhemman ja lapsen vuorovaikutusta ensimmäisten elinvuosien aikana. Lapsi ei vielä ymmärrä sanojen merkitystä, mutta vanhempi voi laulun avulla kommunikoida tunteitaan lapselle. Täten laulun tai musiikin avulla vanhempi pystyy innostamaan lasta leikkiin tai vastavuoroisesti rauhoitella tätä. (Huotilainen 2009, 127.) Myös Esikoiskahvilassa järjestettävät teemat lisäävät musiikin ja liikunnan iloa lapsille ja vanhemmille.

Äiti ja lapsi saavat molemmat nauttia yhteisestä ajasta muiden kahvilassa kävijöiden kanssa ja sekä äidit että lapset saavat erilaisia kokemuksia näiden teemojen kautta. Esikoiskahvilassa käyneet äidit olivat tyytyväisiä järjestettyihin teemoihin ja niiden monipuolisuuteen sekä myös henkilökuntaa kehuttiin. Kuitenkin yksi vastaajista oli sitä mieltä, että sai enemmän tukea muilta äideiltä kuin työntekijöiltä.

...kyllä mä tietysti näiltä ohjaajiltakin muttaku heillä on sitte tää lapsiparkkikin joskus, että ehkä he on vähä niinku siinä kiinni jollainlailla ja se on ihan ymmärrettävää tietysti tottakai ku ollaan kuitenkin ihan lasten kanssa ja heillä ei oo vanhempia mukana. Mutta että muilta äideiltä nyt enimmäkseen. (H1)

No siis mä tykkään, että täällä on tämmösiä teemaluentojuuttuja ja näitä. Että on kiva, että välillä on kaikkea tämmöstä. Niin emmä osaa sanoa mitään yksittäistä asiaa, mutta siis ylipäätään oon tykänny näistä ku on ollu jotaki ku on ollu justii joku vauvahieronta tai mitä ny kaikkee on ollu nii kaikki semmoset on ollu mukavia. (H3)

Toiminta monipuolista ja kiinnostavaa. Hyvää vertaistukea ja seuraa äidille. (K2)

Aineistossa tuli esille se, että äitien mielestä on tärkeää myös esikoislasten välinen vuorovaikutus. Vaikka äidit saavat itse paljon vertaistukea vuorovaikutuksessa muiden äitien kanssa, myös lapset saavat kokemuksia sosiaalisesta kanssakäymisestä muiden lasten kanssa.

No uusia ystäviä ja mä uskon, että (lapsen nimi) on semmonen, että jos me ollaan koko päivä kotona kahdestaan, niin se niinku kaipaa jotakin muutaki. Vaikka onki näin pieni, niin silti kuitenkin kaipaa semmosta, että on muitaki ihmisiä ympärillä ja lapsia niin se on sillekki, että on seuraa. (H3)

Halusin vaihtelua arkeen, vertaistukea ja että vauva näkee muita vauvoja. (K3)

Esikoiskahvila tarjoaa äidille ja myös esikoislapselle sosiaalisia kontakteja ja uusia kokemuksia muiden äitien ja lasten kanssa. Äidit ja esikoislapset voivat saada Esikoiskahvilasta tärkeitä ystävyysuhteita ja vertaistuen tarjoajia. Sieltä äidit saavat

arkeensa vaihtelua ja pääsevät jakamaan omia mieltä askarruttavia asioita. Kahvilasta äidit saavat myös erilaista ja uutta tietoa sekä taitoa kahvilassa järjestettyjen teemojen kautta.

Ilmapiiri Esikoiskahvilassa oli rento ja äidit sekä työntekijät keskustelivat tuttavallisesti kuulumisistaan. Uudet kahvilassa kävijät otettiin hyvillä mielin vastaan osaksi ryhmää ja näin myös he tunsivat olonsa tervetulleeksi. Hyvä ilmapiiri ja rento toiminta edesauttoivat, että äidit viihtyivät Esikoiskahvilassa ja haluavat edelleen käydä siellä. Sieltä äidit saavat tukea niin itselleen kuin esikoislapselleenkin.

5.6 Varhainen vuorovaikutus esikoislapsen kanssa

Esikoiskahvilassa käyneiden äitien varhainen vuorovaikutus esikoisen kanssa oli enimmäkseen luontevaa. Kyselyyn vastanneet ja haastatellut äidit toivat esiin aidon läsnäolon esikoislapsensa kanssa. Vastanneista äideistä suurin osa oli hyvässä vuorovaikutuksessa esikoislapsensa kanssa silittelemällä, juttelemalla, halimalla, suukottelemalla, leikkimällä, laulamalla ja katsekontaktilla. Vastauksista tuli myös esiin perushoidosta huolehtiminen, kosketus, pelleily lapsen kanssa, naureskelu, jumppaaminen, hyväily ja sylissä pitäminen.

”Keskustelemalla” tai lähinnä vastaamalla lapselle, kun se jokeltaa, halilemalla, pusuttelemalla, leikkimällä ja laulamalla. Aina katsotaan silmiin, kun ”jutellaan”. Aina ottamalla myös syliin, kun lapsi sitä vaatii, hyssyttelemällä kun itkee. (K7)

...(lapsen nimi) ei oikeen hirveesti viihdy yksin niin mä aika paljo sen kans oon ku son hereillä ja just mitä me tehdään; hörskötetään, leikitään ja silitellään ja sitä se aika pitkälti on, että koskettamista ja leikkimistä. Ku mä aina tääläki välillä mietin, että annanks mä liian vähän virikettä, että pitäiskö mun antaa niinku enemmän mut ilmeisesti ei, et se ihan vaan piisaa se läsnäolo. Tietysti sit ku vähä kasvaa niin tarpeet on vähä erilaisia, mutta että täs vaihees se syli ja se läsnäolo on kaikista niinku tärkeintä. (H1)

No emmä tiedä. Eihän tän kans voi olla muutaku vuorovaikutuksessa että sehän tulee luonnostaan kyllä. Että tietysti monet varmasti jos on jotain masennusta tai jotain niin siihen ei pysty ottaa sitä kontaktia, että tota mut onneks itellä ei oo ollu mitää semmosia. Niinii. Tosi paljo tulee tämän kans pelleiltyä ja väännettyä. Mä oon nauranukki, että mä oon

varmaan ku yleensä isät on niitä, jotka paljo hypyyttää ja pomputtaa, mutta tää tykkää vauhdista nii sitä tulee hypytettyä ja pompotettua. (H2)

Vastauksista ja haastatteluista tuli esille, että leikki oli suurimmalla osalla äideistä tärkeänä osana varhaista vuorovaikutusta esikoislapsen kanssa. Leikki toimii yhtenä osana vanhemman ja esikoisen välistä vuorovaikutusta. Se auttaa lasta hahmottamaan ympäristöään ja itseään sekä leikin avulla lapsi voi käsitellä turvallisesti tunteitaan. Lapsi myös tutustuu omaan kehoonsa ja toimintaan sekä lapsen hermosto kehitty ja aistit aktivoituvat. (Honkaranta 2007, 140.)

Lapsen kasvu, kehitys ja koko hengissä säilyminen on riippuvainen siitä, miten lapsen lähellä olevat ihmiset ja läheiset suhtautuvat häneen. Varhaiset ihmissuhteet ovat perusta pienelle lapselle ja hänen koko tulevaisuudelleen. Varhainen vuorovaikutus on siis yhdessä oloa: nukuttamista, syöttämistä, vaippojen vaihtoa, kylpemistä sekä leikkimistä. Elämänmittainen kiintymyssuhde kasvaa vähitellen näistä toistuvista vuorovaikutushetkistä. (Tamminen 2004, 46.)

Hyvän vuorovaikutussuhteen luomiseksi vanhemman täytyy ymmärtää vauvan ilmaisemat tunteet ja reagoida niihin. Hyvässä suhteessa vauva kokee, että häntä rakastetaan, arvostetaan ja ihaillaan. Ensimmäisen vuoden aikana vauvan ja vanhemman välinen vuorovaikutussuhde rakentuu pitkälti sanattomaan yhdessäoloon. Olemalla läsnä sekä tarjoamalla hyvää oloa vauvalle läheinen auttaa tukemaan lapsen kehitystä. Siksi vauvalle on elintärkeää hyvät vuorovaikutushetket. (Salo & Tuomi 2008, 9–10.)

Äideistä huomasin, miten luonnostaan he olivat vuorovaikutuksessa esikoislapsensa kanssa Esikoiskahvilassa. Lapset näyttivät nauttivan ja kahvilassa kuului paljon naurua sekä iloista jokeltelua, mikä osoitti, että esikoislapsetkin viihtyivät kahvilassa. Äidit olivat läsnä esikoislapsen toiminnassa, vaikka juttelivatkin ja olivat kanssakäymisessä muiden äitien kanssa. Voi olla, että äidit eivät välttämättä ajattele vuorovaikutusta ja sen merkitystä lapsen kanssa, koska se on luontevaa ja aina läsnä lapsen kanssa toimimisessa ja olemisessa. Niin kuin tutkimuksemme osoitti, niin äidit eivät olleet ajatelleet varhaisen vuorovaikutuksen merkitystä päivittäisissä toiminnoissa.

Vaikka varhainen vuorovaikutus esikoislasten kanssa tuntui luontevalta, jokaisella haastateltavista oli vuorovaikutus joissain tilanteissa haastavaa. Kuitenkin haasteet koettiin niin, että niihin ei tarvitsisi ammatillista tukea, vaan vertaistuki muilta äideiltä riittäisi. Haastateltavat kokivat haasteellisiksi yleensä sellaiset tilanteet, joissa lapsi itki ja vauvan itkua oli vaikea tulkita, mistä se johtuu.

No mä sanoisin, että aluksi oli hankalaa tietysti ku ei tunne sitä lasta eikä se tunne mua. Oli välillä että ku se itki ja itki että mikä sulla on ku mä en sua tunne, että mä sanoisin että nyt se on paljo helpompaa. Tottakai on tilanteita ku se itkee että no millekkä sä ny niinku itket, mutta että paljo helpompaa on nyt ku joistaki esimerkiksi ne itkun sävyt tunnistaa, mikä on paniikki ja mikä on nyt vaan niinku sellasta, että ota mut syliin ja mä haluan huomiota tai jotain tällästä. (H2)

No ehkä siis se jos vaikka itkee ja sitte ei oikeen tiedä, mistä se johtuu. Niin sitte on tavallaan, tottakai lohduttaa, mutta tavallaan silti on semmonen huoli, että mistä se johtuu. Ku jos ei vaikka auta se, että syö tai nukkuminen nii sitte sillai, siitä tulee semmonen olo, että mitä sun pitäis tehdä tälle. Nii nii semmosta ehkä. Haasteellisempia tilanteita. (H3)

Tutkimukseen osallistuneista äideistä erityisen tärkeää vuorovaikutuksessa lapsen kanssa oli turvallisuus, myönteinen ja mukava yhdessäolo, huumori sekä luottamus. Kun äiti ja lapsi luottavat toisiinsa ja lapsi voi luottaa siihen, että hänestä huolehditaan ja pidetään huolta, tuo se lapselle turvallisuuden tunnetta. Yhdelle äideistä oli tärkeää se, että hän näyttää positiivista mallia lapselle eikä anna omien negatiivisten tunteiden vaikuttaa suhteeseen esikoislapsen kanssa.

No kyllähän sen pitää olla sellasta myönteistä, että sitte olis tämmöstä mukavaa yhdessäoloa eikä mitää kiukuttelua tai että ite vanhempana oo sit semmonen känkkäränkkä tai näytä ees semmosta mallia. (H2)

No mun mielestä semmonen turvallisuus. Että sillä olis turvallinen olo nii sit mä ajattelen, et jos sillä on niinku turvallinen olo niin sitte kestäis tavallaan niinku kaikenlaiset muutki asiat, oli hyviä tai huonoja asioita nii sitte niitä. (H3)

... et sellanen niinku luottamus molemmin puolin olis niinku hyvä saavuttaa ja tottakai se on nyt (lapsen nimi) tiedostamatonta luottamista, mutta että se on tärkeää ja mun elämässä huumori on aina tärkeä asia. Sitä pitää olla ja tuota miks, no siks että se on hirvittävän tärkeää. (H1)

Tutkimuksessa selvitimme, millaista tietoa ja tukea äidit ovat saaneet Esikoiskahvilasta varhaiseen vuorovaikutukseen lapsen kanssa. Kyselylomakkeista nousi esille, että tietoa ja tukea on saatu muun muassa syömiseen, nukkumiseen ja vauva-arkeen. Tässäkin kysymyksessä nousi esille muiden äitien antama vertaistuki.

Vertaistukea muilta äideiltä, kokemuksia syömisistä, nukkumisesta yms. Esikoiskahvilan tädeiltä hyvää tietoa esim. unikoulusta. (K3)

Olen käynyt vasta pari kertaa aiemmin, joten lähinnä kokemuksia vauva-arjesta yleensä on tullut vaihdettua. (K7)

Vaikka äidit eivät välttämättä ajattele vuorovaikutusta esikoisen kanssa kaikissa tilanteissa, he kuitenkin tiedostivat sen olemassa olon jokaisessa hetkessä lapsen kanssa. Haastatteluissa äidit oivalsivat, että he ovat vuorovaikutuksessa lapsen kanssa jokaisessa arjen toiminnassa. Äitien vuorovaikutus esikoisen kanssa oli enimmäkseen luontevaa ja positiivista. Nämä kokemukset ovat juuri niitä tärkeimpiä hetkiä lapselle ja äidille sekä heidän vuorovaikutussuhteelleen. Varhainen vuorovaikutus kehittyy näissä tilanteissa ja siitä syntyy äidin ja lapsen välille luottamus- ja kiintymyssuhde.

5.7 Äitiyden tunteet ja kokemukset

Tutkimuksessa suurin osa haastateltavista äideistä olivat joissain tilanteissa epävarmoja äitiydestään. Erityisesti äitiyden alkumetreillä äidit kokivat epävarmuutta. Vaikka äiti valmistautuukin lapsen tuloon, voi silti äidille tulla tunne siitä, että pärjääkö hän lapsen kanssa. Näitä hetkiä voivat olla esimerkiksi sairaalasta kotiin palaaminen esikoisen kanssa ensimmäisen kerran. Epävarmuutta äitiyteen voi tuoda myös se, miten elämä tulee muuttumaan esikoisen synnyttyä.

Aluksi ehkä vähän niinku sitä ajattelee koko raskauden ajan, että minkälainen äiti musta tulee ja osaanko mä. Ja mielestäni ajattelin että osaan ja sitte ku se tuli, niin oliko aiva ku me lähdettiin sairaalasta, että ne päästi mut kotiin tän kanssa, että mun pitää nyt oikeesti tämän kanssa pärjätä. (H1)

No mä huomasin ehkä aluksi et mä oon vähä epävarma ja mikä on varmasti ihan normaalia et vähä liikaa oli sellasta, että mitäköhän muut ajattelee jos mä teen näin. (H1)

Epävarmuutta ilmenee etenkin silloin, kun tuore äiti ei tiedä, kuinka vastata vauvan tarpeisiin. Äidin mielen voi vallata epätoivo, kun mikään ei tunnu auttavan esimerkiksi vauvan itkuun. Vauva voi tällöin aistia äidin epävarmuuden ja tuntee olonsa turvattomaksi, jolloin itkee sen vuoksi. (Haataja 2011, 9.) Suurimmalla osalla haastateltavista epävarmuutta toi juuri vauvan itku ja sen sävyn tunnistamattomuus. Äitiyden alkumetreillä äidin oli vaikeampaa tulkita vauvaa ja syitä sille, miksi vauva itkee.

Äitiys koettiin myös jonkinlaisena luopumisena omista tutuista käytännöistä. Äidit toivat kuitenkin esille sen, että lapsen saaminen antaa paljon enemmän, kuin mistä joutuu luopumaan. Ensimmäisen lapsen syntymää edeltävä muutos on suuri ja äidin elämä muuttuu. Omista harrastuksista ja vapaa-ajasta voi joutua luopumaan.

Just oli puhetta mun miehen kans siitä, että koska me ollaan molemmat oltu kovia lukemaan, niin me ei olla luettu yhtää kirjaa täs puolen vuoden aikana eikä sekään siis, mutta se on niinku luopumista ja se antaa kuitenkin paljo enemmän, mitä se on se mistä sä luovut. (H1)

...oon tottunu kuitenkin jo elämään niiku vähä niiku haluaa, että se oli sillai niiku kauan odotettu ja toivottu lapsi, mutta ensin se oli vähä niiku apua, mites tässä kaikki niiku muuttuu ja näin. (H3)

Äitiydessä voi tulla epävarmuuden tunteita eri syistä ja voidaan joutua luopumaan joistakin harrastuksista ja käytännöistä. Kuitenkin kaikkia äitejä haastateltaessa esiin nousi onnellisuus äitiydestä ja rakkaus omaa lasta kohtaan. Äidiksi tulemistä luonnehdittiin onnelliseksi ja ihanaksi tapahtumaksi, ja sitä pidettiin tärkeänä asiana, jopa elämäntarkoituksena. Esikoislasten äidit toivat esiin, miten paljon omaa lasta rakastaa. Yhdellä haastateltavalla oli jo entuudestaan sukulaislapsen huoltajuus ja hän toi esille sen, miten erilaista rakkaus on omaa lasta kohtaan.

Olihan se siis tosi ihanaa...Miten paljon erilainen se rakkaus on sitä omaa kohtaan. Vaikka tosi paljon rakastan tietysti (sukulaisen lapsen nimi) mutta se, että ei se oo, ei se vaan oo samanlaista mitä sitte (oman lapsen nimi) kohtaan on. (H2)

...siis tottakai oli heti ilonen, mut siis niiku sitä mielti tietenkä ku oli eläny, sillätavalla omaa elämää, mutta siis jotenki todella todella onnellinen. Ja varsinki sen jälkeen ku synty, nii voi että, ei kyllä tee muuta mielikää tehdä. (H3)

...sit ku se alko rullata niin oli sillai että tää on mahtavaa ja niinku että tää on mun elämän tarkoitus. Mä en tiedä onks se niinku kaikkien äitien elämän tarkoitus tai ihmisten, mutta mun elämän tarkoitus oli kyllä tulla äidiksi. (H1)

Kaksi haastateltavaa odotti äitiyden ja vauva-arjen olevan haasteellisempaa, kuin mitä se oli. Äidit voivat tehdä omia mielikuvia kuulemansa ja toisten kokemusten pohjalta, jolloin he odottavat myös oman arjen olevan samankaltaista. Äitien mielikuvat ovat mukana koko raskauden ajan ja vauvan synnyttyä voikin tulla yllätyksenä arjen erilaisuus. Tutkimuksessamme äideistä arki oli kuitenkin pääosin ihanaa ja helppoa.

...siis ihanaa arkea pääosin, on välillä tietysti kaikilla on välillä huonoja päiviä ja se kuuluu tähän asiaan... (H1)

...odotin niiku vaikeempaa. Mä odotin että se olis ollu mulle vaikeempi, mutta sitä se ei ollukkaa ja se on tietenkä positiivinen asia näin päin. Ja tavallaan ku jos on kuullu joltain toiselta jotain semmosta, että ei saa nukkua ja ei saa tehdä. Toki ei meilläkään yöt ny oo aina menny välttämättä kauheen hyvin. (H3)

Arjessa tuen saamisen oli tärkeää, vaikka arki oli pääosin sujuvaa. Tuen saaminen ja sen merkitys oli suuri tutkimuksessa haastateltaville äideille. Miehen tuki oli tärkeässä asemassa. Yhdelle äideistä miehen tuki arjessa oli tärkeää, koska äiti sai tällöin myös omaa aikaa. Äidin on hyvä saada myös omaa aikaa, jotta hän voi hyvin. Äidin hyvinvointi vaikuttaa hänen ja esikoisen väliseen suhteeseen sekä vuorovaikutukseen. Kun äiti voi hyvin, niin myös lapsi voi hyvin.

En kai oikeestaan muuta, mutta tietysti miehen rooli on tosi tosi isossa arvossa meillä...Mut se on niiku suuressa roolissa et se ottaa ja tulee töistä nii se antaa mulle sen tunnin puoltoista siinä, et saan tehdä mitä haluan. (H2)

Myös Romppanen (2000, 55–56) on tutkinut äitien tunteita ja kokemuksia raskausajalta sekä esikoisen syntymän jälkeen. Hänen tutkimuksessaan tuli esille, että äideille oli erityisen tärkeää raskausaikana sekä vauvan syntymän jälkeen puolison tuki. Kaikilla tutkimukseen osallistuneilla äideillä puolison rooli äidin henkisenä tukena sekä lapsenhoitajana oli suuri. Puolison oleminen kotona vauvan synnyttyä oli haastateltujen äitien mukaan auttanut sopeutumista äitiyteen.

Lisäksi äideille sosiaalisen tuen saaminen sekä arkipäiväisten asioiden ja kokemusten jakaminen toisten samassa tilanteessa olevien kanssa oli hyväksi äidin jaksamiselle. Äideille oli tärkeää huomata, että toiset äidit käyvät läpi samoja asioita kuin itse ja toisilta äideiltä sai myös hyödyllisiä vinkkejä omaan arkeen lapsen kanssa.

Mut ehkä just tämmönen vertaistuki on semmosta mitä kaipaa. Sellasta, että voi niiku vaan semmosia arkipäiväisiä ja tavallisia asioita jakaa, niiku arkipäivän ongelmia. Että sellaseen ehkä kaipaa tukea joo. Et sitä just niiku tämmösistä paikoista saa, niiku tääläki tää Esikoiskahvila. (H3)

...sit tääläki ihan sama juttu, niin huomaa että ihanaa ku joku tekee samalla tavalla ja sit huomaa että toiki tekee noin, että pitääköhän meidänki kokeilla...niin tietyllälaila joo mut ehkä niinku just tällästä äitien välistä, että ei mitään välttämättä tällästä ammatillista apua. Tietysti neuvolahan on eri juttu mutta. Vertaistuki on ehkä se tärkein ku tietää, että joku muuki käy tätä samaa asiaa läpi ku minä. (H1)

Myös muut tutkimukset ovat osoittaneet, että äitien oli tärkeää saada vertaistukea toisilta samassa elämäntilanteessa olevilta. Harrison, Neufeld ja Kushner (1995, 858) toteuttivat tutkimuksen naisten käyttämistä tukimuodoista tutkimalla ensimmäisen lapsen saaneita. Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää elämän eri muutostilanteissa olevien naisten tapaa hakea tukea muuttuneessa elämässään ja millaista tukea he suosivat. Tutkimuksessa selvisi, että naiset halusivat tukea enemmän läheiseltä perheen jäseneltä tai henkilöltä, joka on samanlaisessa tilanteessa kuin hän itse. Esimerkiksi vastasyntyneen esikoisen äiti puhui mielellään muille äideille, jotka olivat vastikään saaneet ensimmäisen lapsensa. Näin ollen he pystyivät heijastamaan omaa tilannettaan toisen äidin tilanteeseen. Toiselta samassa tilanteessa olevalta äidiltä voi saada ohjeita, mutta yleensä jo se helpottaa, että kuulee toisen olevan samanlaisessa tilanteessa ja käyvän läpi samanlaisia asioita.

Vaikka äitiydessä onkin haasteita, erilaisia tunnetiloja ja siinä joudutaan luopumaan joistakin asioista, oli se tutkimuksessamme äideille kuitenkin ihanaa ja onnellista aikaa. Äideille tuli yllätyksenä se, miten paljon omaa lastaan voi rakastaa. Esikoiskahvilassa äideistä huomasin sen, että he todella rakastavat omaa lastaan ja ovat onnellisia ja ylpeitä äitiydestään. Niin kuin yksi äideistä luonnehti äidiksi tulemistakin jopa hänen elämän tarkoituksenaan, se osoittaa, että äidiksi tuleminen voi olla joillekin tärkeintä elämässä.

Kaikkien näiden tulostemme pohjalta olemmekin koonneet alla olevaan taulukkoon tutkimuksemme keskeisimmät tutkimustulokset.

Teemat	Äitien kokemukset Esikoiskahvilasta	Varhainen vuorovaikutus esikoislapsen kanssa	Äitiyden tunteet ja kokemukset
Keskeisimmät tulokset	Kaikki olivat tyytyväisiä kahvilan toimintaan. Erityisesti teemoista pidettiin.	Äidit kokivat varhaisen vuorovaikutuksen enimmäkseen luontevaksi.	Suurin osa äideistä koki jossain vaiheessa epävarmuutta äitiydessään.
	Vertaistuki toisilta äideiltä.	Hyvässä vuorovaikutuksessa koettiin olevan esikoisen kanssa mm. silittelemällä, juttelemalla, halimalla, suukottelemalla ja katsekontaktilla.	Äitiys koettiin jonkinlaisena luopumisena, mutta siitä koettiin saavan enemmän kuin mistä jouduttiin luopumaan.
	Äitien tarjoama sosiaalinen tuki, arkipäiväisten asioiden ja eri kokemusten jakaminen.	Varhainen vuorovaikutus koettiin joissain tilanteissa haastavaksi, erityisesti äitiyden alkumetreillä.	Vertaistuki ja puolison tuki oli tärkeää äideille.
	Myös lapset saavat kokemuksia sosiaalisesta kanssakäymisestä muiden lasten kanssa.	Tärkeäksi vuorovaikutuksessa koettiin turvallisuus, luottamus ja myönteinen yhdessäolo.	Onnellisuus äitiydestä ja rakkaus omaa lasta kohtaan.
	Äidit saivat Esikoiskahvilasta tukea ja tietoa varhaiseen vuorovaikutukseen mm. syömiseen, nukkumiseen ja vauva-arkeen.		Äitiyttä luonnehdittiin jopa elämän tarkoituksena.

Taulukko 1. Keskeisimmät tutkimustulokset

7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tässä luvussa käsittelemme opinnäytetyömme tutkimuskysymysten pohjalta saatuja johtopäätöksiä. Tutkimuksemme tavoitteena oli tutkia Mannerheimin Lastensuojeluliiton Seinäjoen paikallisyhdistyksen Esikoiskahvilassa käyneiden äitien kokemuksia kahvilan toiminnasta, esikoislapsen äitiydestä sekä varhaisen vuorovaikutuksen merkitystä ja sen tuen tarvetta. Opinnäytetyössämme selvitimme sitä, miten suuri merkitys varhaisella vuorovaikutuksella on äidin ja esikoislapsen välillä ja koettiinko siihen tarvitsevan tukea. Myös äidin saama tuki omaan äitiyteen on ensiarvoisen tärkeää, minkä vuoksi käsitelimme tutkimuksessamme myös tätä aihetta. Tässä luvussa tarkastelemme myös vastauksia tutkimuskysymyksiimme.

Ensimmäisenä tutkimuskysymyksenämme oli: Mitä Esikoiskahvila tarjoaa esikoislapselle ja hänen äidilleen? Tämän tutkimuskysymyksen pohjalta tutkimuksessamme tuli esille, että suurin osa äideistä sai Esikoiskahvilasta vertaistukea ja heille oli tärkeää arkipäiväisten asioiden ja kokemusten jakaminen. Äideistä oli tärkeää huomata toisten äitien käyvän läpi samoja asioita kuin he itse, ja toisilta äideiltä sai hyödyllisiä vinkkejä omaan arkeen esikoisen kanssa. Suurimmaksi asiaksi nousi esiin Esikoiskahvilan tarjoama vertaistuki äideille.

Harrison ym. (1995, 858) mukaan tärkeimpiä äidin saamia tukimuotoja on juuri muilta äideiltä saatu vertaistuki. On koettu, että toisilta äideiltä on saatu enemmän tukea, ja se on ollut käytännönläheisempää kuin ammattilaisilta saatu tuki. Äidin on helpompi keskustella samassa elämäntilanteessa olevien toisten äitien kanssa, koska heillä on molemminpuolinen ymmärrys äitiyteen liittyvissä asioissa. Yhdessä haastattelussa tuli myös ilmi, että Lapsiparkin toiminta vei työntekijöiltä osan huomiosta, minkä vuoksi haastateltava koki saavansa tukea äideiltä enemmän kuin työntekijöiltä.

Vertaistuen lisäksi Esikoiskahvilassa käyvät äidit saivat vaihtelua arkeen, kun pääsivät käymään kahvilassa. Heidän mielestään oli hienoa se, että sai istua alas ja juoda kahvin rauhassa, samalla kun työntekijä vietti aikaa lapsen kanssa. Tai vaikka lapsi oli kahvinjuonti hetkellä mukana, äidit saivat seuraa toisilta äideiltä ja lapsilta. Myös heidän lapsensa pääsivät sosiaaliseen kanssakäymiseen toisten esikoislasten kanssa. Äideistä tämä oli tärkeä asia, vaikka lapset eivät sitä itse vielä ymmärrä.

Jo nämä varhaiset kokemukset vuorovaikutuksesta vaikuttavat lapseen ja hänen kokemuksiinsa.

Esikoiskahvilassa käyneet kokivat kahvilan toiminnan hyväksi ja olivat tyytyväisiä siellä järjestettyyn toimintaan sekä teemoihin. Myös työntekijöitä keuhuttiin mukaviksi. Esikoiskahvilassa järjestettyihin teemoihin oltiin erityisen tyytyväisiä. Äideistä erilaiset teemat olivat monipuolisia ja kiinnostavia. Nämä Esikoiskahvilassa järjestetyt teemat tukevat äidin ja esikoisen välistä varhaista vuorovaikutusta. Myös näiden teemojen kautta Esikoiskahvila toimii äidin ja esikoisen tukena.

Näiden edellä mainittujen asioiden pohjalta toteamme, että Esikoiskahvilan toiminta on tukena äitiydessä sekä siihen liittyvissä kysymyksissä. Siellä äidit voivat jakaa ilot ja surut yhdessä muiden äitien ja työntekijöiden kanssa. Toteuttaessamme tutkimustamme kolmena Esikoiskahvila kertana huomioimme, että kahvilassa kävi uusien äitien lisäksi samoja äitejä. Tämä osoittaa sen, että Esikoiskahvilassa viihdytään ja siellä halutaan vieraila.

Toisena tutkimuskysymyksenämme oli: Millainen merkitys varhaisella vuorovaikutuksella on äidin ja lapsen välillä? Millaiseksi vuorovaikutus koetaan? Varhaisella vuorovaikutuksella ja sen laadulla on kauaskantoiset vaikutukset lapsen elämässä. Lapselle on elintärkeää, että hänellä on lähellä rakastava ja huolehtiva vanhempi. Kun heidän välilleen syntyy luotettava vuorovaikutussuhde, voi lapsi luottaa siihen, että hänestä välitetään ja hänen tarpeistaan huolehditaan. Lapsen kasvu, kehitys ja ylipäättään hengissä säilyminen on riippuvainen näistä asioista.

Äideistä varhainen vuorovaikutus oli esikoisen kanssa enimmäkseen luontevaa ja aito läsnäolo esikoisen kanssa nousi tutkimuksessamme esiin. Hyvässä vuorovaikutuksessa esikoisen kanssa oltiin: silittämällä, juttelemalla, halimalla, suukottelemalla, leikkimällä, laulamalla ja katsekontaktilla. Erityisesti leikki toimi yhtenä osana äidin ja esikoisen välistä vuorovaikutusta. Leikin avulla lapsi oppii hahmottamaan itseään, tunteitaan ja ympäristöään.

Kuitenkin varhainen vuorovaikutus oli joissain tilanteissa haastavaa, mutta äitien mukaan niihin ei tarvittu ammatillista tukea, vaan muiden äitien antama vertaistuki riitti. Haastaviksi tilanteiksi äidit pitivät tilanteita, joissa lapsi itki ja itkun sävyä ei osattu tunnistaa. Näitä tilanteita tuli enimmäkseen lapsen syntymän jälkeen, kun

taas myöhemmin äidit osasivat tunnistaa itkun eri sävyt paremmin. Tällaiset tilanteet voivat vaikuttaa äidin ja esikoislapsen vuorovaikutukseen. Jos äiti kokee haastavat tilanteet ylitsepääsemättömiksi, avun ja tuen hakeminen varhaisessa vaiheessa on tärkeää.

Tutkimuksessamme äideistä oli erityisen tärkeää vuorovaikutuksessa turvallisuus, myönteinen ja mukava yhdessäolo sekä luottamus esikoislapsen kanssa. Lapsi tarvitsee jatkuvuutta sekä pysyvyyttä varhaisen vuorovaikutuksen kokemuksissa. Hän tarvitsee päivittäin kokemuksia vanhemman läsnäolosta, koskettamisesta ja hoi- vasta, jotka ovat tärkeitä rauhoittamisen keinoja. Hoiva on vauvan lohduttamista, pahan olon huomioimista ja suojaamista. (Salo & Tuomi 2008, 10–11.)

Lapsen turvallisuuden tunne lisää luottamusta äidin ja esikoislapsen välille. Luotta- mus heidän välillään on tärkeää siksi, että lapsen täytyy saada luottaa siihen, että vanhempi on lähellä hoivaamassa ja takaamassa lapsen perusturvallisuuden. Luot- tamuksen ja perusturvallisuuden tunteet lapsella heijastuvat hänen myöhempiinkin ihmissuhteisiin ja omaan minäkuvaan.

Kolmas tutkimuskysymyksemme oli: Millaisia kokemuksia esikoislapsen äidillä on äitiydestä? Kokeeko äiti tarvitsevänsä siihen tukea? Suurimmalla osalla äideistä oli erityisesti äitiyden alkumetreillä jonkinlaista epävarmuutta. Yksi äideistä toikin tutki- muksessamme esille epävarmuuden kokemuksen siitä, kun hänet päästettiin kotiin esikoisen kanssa sairaalasta. Hän oli epävarma siitä, miten pärjätä kotona lapsen kanssa. Äideille epävarmuutta toi etenkin muuttunut elämäntilanne esikoisen syn- nyttyä.

Onnellisuus äitiydestä ja rakkaus omaa lasta kohtaan nousi esiin kaikilla haastatel- tavilla äideillä. Äidiksi tulemistä luonnehdittiin jopa elämän tarkoituksena. Tutkimuk- sessamme tuli esille vain positiivia kokemuksia äidiksi tulemisesta sekä äitiydestä. Kaikilla äideillä tämä kokemus ei ole aina kuitenkaan niin onnellinen ja positiivinen. Äiti voi myös kokea alakuloisuutta ja masentuneisuutta lapsen synnyttyä.

Äidin tuen saaminen ja sen merkitys oli tutkimuksessa haastateltaville äideille tär- keää. Tutkiessamme äidin tuen tarvetta, nousi vahvasti esiin vertaistuki muilta äi- deiltä. Tärkeää oli myös puolisolta saatu tuki. Myös Romppasen (2000, 55–56) tut-

kimuksessa on selvinnyt, että äidille puolison rooli lapsenhoitajana sekä äidin henkisenä tukena on suuri. Esikoiskahvilassa käyneet äidit tulivat kahvilaan muun muassa muiden äitien seuran ja kahvilassa järjestettävien teemojen vuoksi. Tutkimuksemme osoitti, että suurempaa tuen tarvetta Esikoiskahvilan äideillä ei ollut. Äitien arki sujui pääosin hyvin esikoislapsen kanssa ja he vaikuttivat hyvinvoivilta ja tyytyväisiltä.

8 POHDINTA

Tässä luvussa pohdimme omaa opinnäytetyöprosessiamme, sen tuomia ajatuksia sekä millaisia asioita olemme tämän prosessin aikana oppineet. Tuomme esiin myös tutkimuksen toteutukseen liittyviä asioita ja pohdimme, miten ne vaikuttivat tutkimustuloksiimme. Lisäksi pohdimme sosionomi (AMK) – osaamisen kompetensseja opinnäytetyömme näkökulmasta.

Opinnäytetyöprosessimme on kestänyt kokonaisuudessaan noin vuoden. Tämä prosessi on tuntunut pitkältä, työläältä ja haasteelliselta, mutta kuitenkin mielenkiintoiselta, antoisalta ja kaiken kaikkiaan opettavaiselta. Olemme oppineet paljon ammatillisen kasvumme kannalta tärkeitä asioita ja tämän opinnäytetyöprosessin aikana näitä asioita on tullut pohdittua syvällisemmin ja sitä kautta niitä on sisäistänyt paremmin. Opinnäytetyöprosessi on opettanut paljon tutkimuksen tekemisestä, sen menetelmistä, analysoinnista ja muutenkin koko tutkimusprosessista. Tämän kaiken lisäksi olemme oppineet sinnikkyyttä, periksi antamattomuutta ja paljon myös itsestämme.

Opinnäytetyömme teimme parityöskentelynä, joka oli meille hyvä ratkaisu. Parin kanssa työskentely toi prosessiin omat haasteensa ja omat positiiviset puolensa. Haastetta toi se, että olimme suurimman osan ajasta eri paikkakunnilla, ja tämän vuoksi yhdessä kirjoittaminen oli vaikeampaa sovittaa yhteen. Yhdessä tehdessä saimme jakaa molempien ajatuksia ja kantoja opinnäytetyöstämme, mikä auttoi meitä pohtimaan asioita syvällisemmin. Vaikeissakin tilanteissa toinen pystyi kannustamaan ja auttamaan jaksamisessa prosessin aikana.

Opinnäytetyömme prosessi alkoi aiheen valinnalla, josta meillä oli jo valmis idea. Halusimme tehdä opinnäytetyömme jollakin tavalla varhaisen vuorovaikutuksen näkökulmasta, koska aihe on hyvin tärkeä ja merkityksellinen ammatillisen osaamisemme kannalta. Aihe muokkaantui yhteistyökumppanin saatuamme lopulliseen muotoonsa. Yhteistyökumppaniltamme Esikoiskahvilassa saimme ehdotuksen laajentaa tutkimuskohdettamme myös Seinäjoen seurakunnan Ekavauvakerhoon. Ekavauvakerho on myös tarkoitettu ensimmäisen lapsen saaneille ja siellä on ajatuksena äitien tarjoama vertaistuki niin kuin Esikoiskahvilassa. Päätimme kuitenkin

rajata opinnäytetyömme tutkimuksen Esikoiskahvilaan, koska se selkeytti työtämme. Jos olisimme tutkineet sekä kahvilaa että kerhoa, olisi se tuonut haastetta aiheen rajaamiseen. Tämä voisi kuitenkin olla yksi jatkotutkimuksen aihe. Tärkeää olisi tutkia myös Ekavauvakerhossa käyvien kokemuksia varhaisesta vuorovaikutuksesta esikoislapsen kanssa ja sen tuen tarpeesta. Jatkotutkimuksessa voitaisiin keskittyä varhaisen vuorovaikutuksen tutkimiseen, jotta saataisiin tarkempaa ja laajempaa tietoa siitä. Tutkimuksessa voitaisiin käyttää menetelmänä myös havainnointia, jolloin tutkimustuloksista saataisiin monipuolisempia.

Aiheen rajaamisen jälkeen aloimme tarkemmin suunnittelemaan tutkimustamme ja sen menetelmää. Päädyimme teemahaastatteluun ja avoimeen kyselylomakkeeseen, koska niiden avulla saisimme kattavammat tutkimustulokset tutkimukseemme. Valitsimme nämä menetelmät, koska meille oli Esikoiskahvilasta kerrottu, että kahvilakerroilla on yleensä äitejä noin 4–6. Tämän vuoksi päädyimme siihen, koska ainoastaan avoimet kyselylomakkeet eivät riittäisi tutkimuksemme toteuttamiseen. Kuitenkin tutkimuksemme aikana järjestetyillä Esikoiskahvilakerroilla äitejä oli enemmän, noin 7–10.

Avoimeen kyselylomakkeeseen saimme vastauksia kahdeksalta äidiltä. Emme saaneet niin paljon vastauksia tutkimukseemme, kuin olimme toivoneet. Tähän vähyyteen vaikuttivat monet eri tekijät. Tulimme siihen tulokseen, että äitien oli hankalampaa vastata kyselylomakkeisiin, kun heidän lapsensa olivat tilanteessa mukana. Vaikka tilanteessa olisi ollut muita äitejä ja työntekijöitä viettämässä aikaa lapsen kanssa kyselylomakkeen täyttämisen ajan, tämä osoittautui hankalaksi lapsien vierastamisen vuoksi. Vastaustilanteissa äideillä oli oma lapsi sylissä tai vieressä, jolloin äiti ei ehkä pystynyt keskittymään täysin kyselylomakkeen täyttämiseen. Tämän vuoksi osa kyselylomakkeista jäi vajaaksi. Toinen syy vastausten vähyyteen oli mielestämme se, että osa äideistä oli uusia kahvilassa kävijöitä eivätkä osanneet vastata osaan kyselylomakkeiden kysymyksistä.

Tutkimukseemme saimme kolme haastateltavaa äitiä, ja toteutimme haastattelut teemahaastatteluina. Kahdessa haastattelutilanteessa oli esikoinen äidin mukana, joka toi lisähaastetta haastattelutilanteeseen. Äidit eivät pystyneet keskittymään täysin tilanteeseen ja haastattelukysymyksiimme, kun lapsi oli heillä sylissä. Myös

tässä tilanteessa työntekijät ja muut äidit olisivat voineet olla lapsen kanssa haastattelun ajan, mutta vierastamisen vuoksi lapsi oli äidin kanssa. Kuitenkin yksi lapsi jäi työntekijän ja muiden äitien sekä lasten kanssa haastattelun ajaksi. Tämä haastattelu kesti huomattavasti kauemmin ja tuntui, että saimme tästä haastattelusta kattavammin vastauksia tutkimuskysymyksiimme kuin muista haastatteluista. Haastateltava äiti pystyi tällöin keskittymään haastatteluun, ja tämän vuoksi koko haastattelutilanne oli antoisampi.

Tämän jälkeen jatkoimme opinnäytetyöprosessiamme tutkimustulosten analysoinnilla, joka oli mielestämme sujuvaa. Pelkistämisen jälkeen ryhmittelimme ja luokitelimme litteroidun aineistomme. Näiden luokitteluvaiheiden kautta saimme muodostettua tutkimusaineistomme pääluokat. Pääluokat vastasivat tutkimuksessa käytettyjä teemoja, jolloin saimme juuri tutkimuskysymystemme kannalta tärkeitä vastauksia. Opinnäytetyömme tulosluvun ja teorian yhdistäminen ehjäksi kokonaisuudeksi oli haastavampaa. Tämä prosessi vaati paljon jäsentelyä ja muokkaamista, mutta kuitenkin saimme kokonaisuutta ehjemmäksi prosessin edetessä.

Opinnäytetyöprosessi on opettanut meille ammatillisen osaamisemme kannalta tärkeitä tietoja ja taitoja tulevina varhaiskasvattajina. Opinnäytetyömme näkökulman pohjalta sosionomilla (AMK) on laaja-alaista osaamista varhaiskasvatuksessa lapsen ja perheiden kohtaamiseen, mutta sosionomi (AMK) -tutkinnolla ei kuitenkaan saada niin kattavaa tietämystä pedagogisesta osaamisesta varhaiskasvatuksessa kuin yliopistotutkinnolla. Sosionomilla (AMK) on kokonaisvaltaisesti enemmän valmiuksia kohdata koko perhe ja osata tavoitteellisesti ohjata asiakkaita ja asiakasryhmiä. Näitä valmiuksia sosionomi (AMK) saa sosionomi (AMK) kompetenssien omaksumisen kautta. Nämä kompetenssit jaetaan kuuteen eri kompetenssiin: sosiaalialan eettinen osaaminen, asiakastyön osaaminen, sosiaalialan palvelujärjestelmäosaaminen, kriittinen ja osallistava yhteiskuntaosaaminen, tutkimuksellinen kehittämis- ja innovaatio-osaaminen sekä työyhteisö-, johtamis- ja yrittäjyysosaaminen. (Sosionomi (AMK) kompetenssit, 2016.)

Sosionomin (AMK) on käytännön työssä tärkeää kohdata ihminen tasa-arvoisesti ja ihmisarvoa kunnioittaen. Mielestämme sosionomilla (AMK) on hyvät valmiudet toimia sosiaalialan arvojen, lakien ja ammattieettisten periaatteiden mukaisesti sekä

lisäksi edistää tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta. Laadukkaan ja hyvän varhaiskasvatuksen toteuttamiseksi meidän tulevien varhaiskasvatuksessa työskentelevien sionomien (AMK) tulee sisäistää ja osata muun muassa näitä edellä mainittuja asioita.

LÄHTEET

- Aholainen, J. 2007. Lapsen syntymään ja hoitoon liittyvät perhe-etuudet. Teoksessa: A. Armanto & P. Koistinen (toim.) Neuvolatyön käsikirja. Hämeenlinna: Karisto Oy, 385–392.
- Antikainen, I. 2007. Varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen. Teoksessa: A. Armanto & P. Koistinen (toim.) Neuvolatyön käsikirja. Hämeenlinna: Karisto Oy, 375–382.
- Dumas, L., Lepage, M., Bystrova, K., Matthiesen, A-S., Welles-Nyström, B. & Widström, A-M. 2012. Influence of Skin-to-Skin Contact and Rooming-In on Early Mother-Infant Interaction: A Randomized Controlled Trial. [Verkkojulkaisu]. Clinical Nursing Research. 22 (3), 310–336. [Viitattu: 23.10.2017]. Saatavana: <http://libts.seamk.fi:2195/doi/pdf/10.1177/1054773812468316>
- Gerhardt, S. 2004. Rakkaus ratkaisee: Varhaisen vuorovaikutuksen merkitys aivojen kehittymiselle. Suomentaja Marja Kivirauma. Helsinki: Edita.
- Haataja, M. 2011. Hyvä syntymä: kirja odottavalle äidille. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Harrison, M., Neufeld, A. & Kushner K. 1995. Women in transition: acces and barriers to social support. [Verkkojulkaisu]. Journal of Advanced Nursing. 21, 858–864. [Viitattu 13.9.2017]. Saatavana: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1046/j.1365-2648.1995.21050858.x/pdf> Vaatii käyttöoikeuden.
- Heydemann, I. 1980. Suomen lapsen pitkä marssi: Mannerheimin Lastensuojeluliiton vaiheita. Porvoo: WSOY.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15.uud.p. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Historia. [Verkkosivu]. Helsinki: Mannerheimin lastensuojeluliitto (MLL). [Viitattu 26.9.2017]. Saatavana: <https://www.mll.fi/tietoa-mlista/historia/>
- Honkaranta, E. 2007. Lapsen sosioemotionaalisen kehityksen arvioiminen neuvolassa. Teoksessa: A. Armanto & P. Koistinen (toim.) Neuvolatyön käsikirja. Hämeenlinna: Karisto Oy, 140–142.
- Huotilainen, M. 2009. Musiikillinen vuorovaikutus ja oppiminen sikiö- ja vauva-aikana. [Verkkojulkaisu]. Teoksessa: Louhivuori, J., Paananen, P. & Väkevä, L. (toim.) Musiikkikasvatus: Näkökulmia kasvatukseen, opetukseen ja tutkimukseen. [Viitattu: 29.10.2017]. Saatavana: <https://fisme.fi/wp-content/uploads/2017/08/Musiikillinen-oppiminen-ja-vuorovaikutus-siki%C3%B6-ja-vauva-aikana-Huotilainen.pdf>

- Karjalainen, A. & Virtanen, M. 2015. Äitiys nykypäivänä: Älylaitteet ja sosiaalinen media osana vauva-arkea. [Verkkosivut]. Seinäjoki: Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Sosiaali- ja terveysala. Opinnäytetyö. [Viitattu 11.10.2017]. Saatavana: https://theseus.fi/bitstream/handle/10024/102901/Karjalainen_Anniina%20ja%20Virtanen_Maija.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Keltikangas-Järvinen, L. 2012. Pienen lapsen sosiaalisuus. Helsinki: WSOY.
- Kivirikon perhetalo. [Verkkosivu]. MLL:n Seinäjoen paikallisyhdistys: Mannerheimin lastensuojeluliitto (MLL). [Viitattu 6.9.2017]. Saatavana: <https://seinajoki.mll.fi/kivirikon-perhetalo/>
- Koistinen, P. 2007. Asiakkaan ja ryhmänohjaaminen neuvolassa. Teoksessa: A. Armanto & P. Koistinen (toim.) Neuvolatyön käsikirja. Hämeenlinna: Karisto Oy, 431–438.
- Koko Suomi leikkii–hanke (2014-2015). [Verkkosivu]. MLL:n Pohjanmaan piiri: Mannerheimin lastensuojeluliitto (MLL). [Viitattu 20.9.2017]. Saatavana: <https://pohjanmaanpiiri.mll.fi/toiminta/koko-suomi-leikkii-hanke-2014-20/>
- L 19.1.1973/36. Varhaiskasvatuslaki.
- L 26.1.2001/55. Työsopimuslaki.
- L 28.5.1993/477. Äitiysavustuslaki.
- Lammi-Taskula, J. (toim.) 2011. Sosiaali- ja terveydenhuollon perusteet. 7. uud. p. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Lapsen ja vanhemman varhainen vuorovaikutus. [Verkkosivu]. Helsinki: Mannerheimin lastensuojeluliitto (MLL). [Viitattu 12.1.2016]. Saatavana: http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemmuus_ja_kasvatus/lapsen_ja_vanhemman_varhainen_vu/
- Launonen, K. 2007. Vuorovaikutus- kehitys, riskit ja tukeminen kuntoutuksen keinoin. Helsinki: Oppimateriaalikeskus Opike.
- Leikki tekee hyvää. Kaikille. [Verkkosivu]. Leikkipäivä. [Viitattu 20.9.2017]. Saatavana: <https://www.leikkipäivä.fi/>
- Lindholm, M. 2007. Neuvolatyön verkostot. Teoksessa: A. Armanto & P. Koistinen (toim.) Neuvolatyön käsikirja. Hämeenlinna: Karisto Oy, 26–30.

- Menetelmiä vuorovaikutuksen kehittymisen tukemiseksi. [Verkkosivu]. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). [Viitattu 27.1.2016]. Saatavana: <https://www.thl.fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/lapset-perheet/pieni-lapsi/kiintymyssuhde#vanhempien-tukeminen>
- MLL:n Strategia. [Verkkosivu]. Helsinki: Mannerheimin lastensuojeluliitto (MLL). [Viitattu 6.9.2017]. Saatavana: <https://www.mll.fi/tietoa-mllsta/organisaatio/mlln-strategia/>
- Mykkänen-Hänninen R., Kääriäinen A. 2009. Vertaisuus ja vertaistuki eroauttamisessa. Helsinki: Lastensuojelun keskusliitto.
- Mäntymaa, M. 2006. Early Mother-Infant Interaction: Determinants and Predictivity. Tampere: Tampereen Yliopisto.
- Niemelä, P., Siltala, P. & Tamminen, T. (toim.) 2003. Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Helsinki: WSOY.
- Nätkin, R. 1997. Kamppailu suomalaisesta äitiydestä: Maternalismi, väestöpolitiikka ja naisten kertomukset. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Ollila, A. 1994. Perhe- ura vai vankila. Teoksessa: K. Immonen (toim.) Naisen elämä: Mistä on pienet tytöt tehty, mistä tyttöjen äidit. Keuruu: Otava, 263–347.
- Organisaatio. [Verkkosivu]. Helsinki: Mannerheimin lastensuojeluliitto (MLL). [Viitattu 6.9.2017]. Saatavana: <https://www.mll.fi/tietoa-mllsta/organisaatio/>
- Perhetalo Kivirikko. [Verkkosivu]. MLL:n Pohjanmaan piiri: Mannerheimin lastensuojeluliitto (MLL). [Viitattu 6.9.2017]. Saatavana: <https://pohjanmaan-piiri.mll.fi/toiminta/>
- Piensoho, T. 2001. Äitiyden alkumetrit: Naisten raskaudelle ja synnytykselle antamat merkitykset ja oppimiskokemukset. Helsinki: Yliopistopaino.
- Reenkola, E. 2012. Äidin valta ja voima. Helsinki: Minerva Kustannus Oy.
- Romppanen, R. 2000. Äitien tunteita ja kokemuksia raskaus-ajalta sekä esikoisen syntymän jälkeen. [Verkkójulkaisu]. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteen laitos. Pro gradu –tutkielma. [Viitattu 22.10.2017]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:ju-2000859805>
- Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. (toim.) 2010. Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino.
- Salo, S. & Tuomi, K. 2008. Hoivaa ja leiki: vauvan ja vanhemman vuorovaikutus. Helsinki: Psykologinen kustannus.

- Sarkkinen, M & Juutilainen, K. 2007. Vauvaperheen masentunut äiti neuvolassa. Teoksessa: A. Armanto & P. Koistinen (toim.) Neuvolatyön käsikirja. Hämeenlinna: Karisto Oy, 316–333.
- Silvén, M. 2010. Varhainen vuorovaikutus, kognitio ja kielen kehitys: hermostoa kaikki tyynni. Teoksessa: M. Silvén (toim.) Varhaiset ihmissuhteet: polku lapsen suotuisaan kehitykseen. Helsinki: Minerva, 45–63.
- Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.) 2011. Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Sinkkonen, J. 2001. Lapsen puolesta. Helsinki: WSOY.
- Sosionomi (AMK) kompetenssit. 2016. [Verkojulkaisu]. Kuopio: Innokylä. [Viitattu: 23.10.2017]. Saatavana: <https://www.innokyla.fi/web/verkosto1167849/sosionomi-amk-kompetenssit-socionom-yh-kompetenser-hyvaksytyy/godkanda-kuopio-29.4.2016>
- Tamminen, T. 2004. Olipa kerran lapsuus. 2.p. Helsinki: WSOY.
- Toiminta. [Verkkosivu]. Pohjanmaan piiri: Mannerheimin lastensuojeluliitto (MLL). [Viitattu 6.9.2017]. Saatavana: <https://pohjanmaanpiiri.mll.fi/toiminta/>
- Tuomi, J & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 5. uud. p. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Vanhempainpäivärahat. [Verkkosivu]. Kansaneläkelaitos (Kela). [Viitattu 11.10.2017]. Saatavana: <http://www.kela.fi/vanhempainpaivaraha>
- Vanhempien tukeminen. [Verkkosivu]. Helsinki: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos (THL). [Viitattu 27.1.2016]. Saatavana: <https://www.thl.fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/lapset-perheet/pieni-lapsi/kiintymyssuhde#vanhempien-tukeminen>
- Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. 2016. Helsinki: Opetushallitus. Määräykset ja ohjeet 2016:17. [Verkojulkaisu]. [Viitattu 25.9.2017]. Saatavana: http://www.oph.fi/download/179349_varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2016.pdf
- Vertaistuki. [Verkkosivu]. Helsinki: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos (THL). [Viitattu 20.9.2017]. Saatavana: <https://www.thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/itsenaisen-elaman-tuki/vertaistuki#merkitys>
- Vilén, M., Vihunen, R., Vartiainen, J., Silvén, T., Neuvonen, S. & Kurvinen, A. 2013. Lapsuus: Erityinen elämänvaihe. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

LIITTEET

Liite 1. Tutkimuslupahakemus

Liite 2. Saatekirje

Liite 3. Kyselylomake

Liite 4. Teemahaastattelu

LIITE 1 Tutkimuslupahakemus**TUTKIMUSLUPAHAKEMUS****Hakijan tiedot**

Nimi:	Puhelinnumero:	Sähköpostiosoite:
Katuosoite:	Postinumero:	Postitoimipaikka:
Oppilaitos tai muu yhteisö / Tutkimusyksikkö:	Hakijan tehtävä/virka-asema:	

Lyhyt kuvaus tehtävästä tutkimuksesta

Tutkimuksen nimi:	<input type="checkbox"/> Tutkimussuunnitelma liitteenä
Tutkimuksen aihe:	Tutkimuksen aikataulu:

Tutkimuksen aineisto ja tutkimusmetodi:

Tutkimuskohteen kuvaus:

Seinäjoen ammattikorkeakoulun rooli tutkimuksessa

Pyydetyt erikoisjärjestelyt SeAMKissa:

Tutkimuksesta SeAMKille aiheutuvat kustannukset:

Päiväys ja hakijan allekirjoitus

Paikka ja päivämäärä:	Allekirjoitus:
-----------------------	----------------

Tutkimusluvan myöntäminen

Tutkimuslupa myönnetään

Tutkimuslupaa ei myönnetä

Lisätiedot:

Päätäjän nimi:

Paikka ja päivämäärä:

Allekirjoitus:

LIITE 2 Saatekirje

Hyvä Esikoiskahvilan kävijä!

Olemme kaksi sosionomiopiskelijaa Seinäjoen ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyötä Esikoiskahvilan kokemuksista ja toiminnasta sekä äidin ja lapsen välisestä varhaisesta vuorovaikutuksesta yhteistyössä Mannerheimin lastensuojeluliiton kanssa. Opinnäytetyömme tarkoituksena on tutkia Esikoiskahvilassa käyneiden kokemuksia kahvilan toiminnasta sekä heidän vuorovaikutustaan esikoislasten kanssa.

Opinnäytetyöhömmme liittyen keräämme tietoa kokemuksistasi MLL:n Kivirikon Esikoiskahvilasta kyselylomakkeiden sekä mahdollisen haastattelun avulla. Avoin kyselylomakkeemme sisältää kuusi eri kysymystä kokemuksistanne sekä tiedoistanne. Kysely sekä haastattelu tehdään luottamuksellisesti. Näitä vastauksia käytämme opinnäytetyössämme niin, ettei niitä ole mahdollista yhdistää vastanneeseen henkilöön.

Vastauksenne ovat meille tärkeitä ja olemme kiitollisia, jos voisit vastata kyselymme.

Kiitos!

Ystävällisin terveisin,

sosionomiopiskelija

Anniina Koivumäki

████████████████████
████████████████████

sosionomiopiskelija

Marissa Haapala

████████████████████
████████████████████

LIITE 3 Kyselylomake

KYSELYLOMAKE ESIKOISKAHVILASSA KÄVIJÄLLE

Maaliskuu 2017

1)

Ikä: _____

Lapsen/lapsien ikä: _____

Asuinpaikkakunta: _____

2)

Miten ja miksi olet päätenyt MLL:n Esikoiskahvilan toimintaan?

3)

Millaiseen muuhun MLL:n Kivirikon toimintaan olet osallistunut?

(voit valita monta eri vaihtoehtoa)

- Lapsiparkki
- Porinatupa
- Perhekahvila
- Maitokahvila
- Yksin- ja yhteishuoltajien tapaamiset
- Muuhun toimintaan, mihin?

4)

Millaisia kokemuksia sinulla on Esikoiskahvilan toiminnasta?

5)

Millaista tukea ja tietoa olet saanut Esikoiskahvilasta vuorovaikutukseen lapsesi kanssa?

6)

Millä tavalla koet olevasi hyvässä vuorovaikutuksessa lapsesi kanssa? (esimerkiksi silittämällä ja puhumalla lapselle vatsaan, hoivaamalla lasta, leikkimällä lapsen kanssa)

7)

Miten Esikoiskahvilan toimintaa voisi mielestäsi kehittää?

Kiitos paljon ajastasi ja vastauksistasi!

Haastattelemme myös Esikoiskahvilassa käyneiden kokemuksia kahvilan toiminnasta sekä vuorovaikutuksesta lapsen kanssa.

Olisimme kiitollisia, jos sinulla olisi aikaa osallistua myös meidän haastatteluunne!

Voit jättää yhteystietosi tähän:

nimi: _____

puhelinnumero: _____

sähköpostiosoite: _____

Sosionomiopiskelijat Anniina Koivumäki ja Marissa Haapala

LIITE 4 Teemahaastattelu

TEEMAHAASTATTELU

Teema 1

Esikoiskahvilan kokemukset ja kehittämiskohteet

- 1) Mikä on ollut mielestäsi parasta Esikoiskahvilassa?
- 2) Mitä olet saanut itsellesi ja lapsellesi Esikoiskahvilasta?
- 3) Mitä toivoisit lisää Esikoiskahvilan toimintaan?

Teema 2

Varhaisen vuorovaikutuksen tuen tarve

- 1) Millaiseksi koet vuorovaikutuksen lapsesi kanssa? Miten se näkyy?
- 2) Koetko joskus vuorovaikutuksen haastavaksi lapsesi kanssa? Jos koet, niin millaisissa tilanteissa?
- 3) Mitä koet tärkeäksi vuorovaikutuksessa lapsesi kanssa? Miksi?
- 4) Koetko, että olet saanut Esikoiskahvilasta riittävästi tukea vuorovaikutukseen lapsesi kanssa? Millaista tukea olet saanut?

Teema 3

Äitiys ja esikoinen

- 1) Miltä tuntuu/tuntui tulla äidiksi?
- 2) Mitä odotuksia sinulla oli äitiydestä (ennen raskaaksi tulemista/lapsen saamista) ja miten todellisuus erosi omista odotuksista?
- 3) Koetko tarvitsevasi tukea äitiydessä? Jos koet, niin millaista tukea tarvitsisit?