

Omaa aikaa ja vertaistukea vapaaehtoistoiminnan keinoin

Vanhempien kokemuksia Säröperheelle
tueksi –toiminnan vaikutuksista perheiden
hyvinvointiin.

LAHDEN
AMMATTIKORKEAKOULU
Sosiaali- ja terveysala
Sosionomi AMK
Sosiaalipedagoginen aikuis- ja
perhetyö
Opinnäytetyö
Syksy 2018
Suvi Aaltonen

Lahden ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma / Sosionomi AMK

AALTONEN, SUVI:

Omaa-aikaa ja vertaistukea
vapaaehtoistoiminnan keinoin

Vanhempien kokemuksia
Säröperheelle tueksi -toiminnan
vaikutuksista perheiden hyvinvointiin.

Sosiaalipedagogisen aikuis- ja perhetyön opinnäytetyö, 61 sivua, 7
liitesivua

Syksy 2018

TIIVISTELMÄ

Opinnäytetyön aiheena oli vanhempien kokemukset Säröperheelle tueksi -toiminnan vaikutuksista perheiden hyvinvointiin. Toiminta on Lahden diakonialaitoksen diakoniatyötä, jonka tarkoituksena on järjestää vapaaehtoistoiminnan ja ryhmätoiminnan keinoin perheille ennaltaehkäisevää, osallisuutta ja yhteisöllisyyttä lisäävää tukea. Opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää ennaltaehkäisevää tukea lapsiperheille sekä lisätä lapsiperheiden hyvinvointia. Opinnäytetyön tavoitteena oli saada tietoa säröperheelle tueksi-toiminnan kokemuksista vanhempien näkökulmasta.

Opinnäytetyö toteutettiin laadullista tutkimusmenetelmää käyttäen, jossa aineistonkeruu tapahtui teemahaastattelun keinoin, jossa haastattelin neljää yli vuoden toiminnassa mukana ollutta äitiä. Haastattelun tuloksista selvisi että vapaaehtoistoiminta tukee kokonaisvaltaisesti perheiden hyvinvointia. Toiminnalla voidaan lisätä perheiden osallisuutta sekä yhteisöllisyyttä, ja lisäksi äidit saivat toiminnasta vertaistukea, omaa-aikaa ja jaksamista. Suhteessa korostui vastavuoroisuus sekä luottamuksellisuus, jonka mahdollisti pitkäaikainen tukisuhde.

Opinnäytetyössä käytettiin laajaa tutkimuksellista teoriapohjaa sekä monipuolista haastatteluaineistoa. Opinnäytetyön tuloksia voidaan hyödyntää toiminnan kehittämisessä sekä mallintamisessa mahdollisimman monen perheen tarpeita vastaaviksi. Opinnäytetyö antaa myös hyvän kokonaiskuvan toiminnasta ja sen vaikuttavuudesta kaikille aiheesta kiinnostuneille.

Asiasanat: osallisuus, yhteisöllisyys, vapaaehtoistoiminta, hyvinvointi, vertaistuki

Lahti University of Applied Sciences
Bachelor Degree Programme in Social Services

AALTONEN, SUVI:

Parents experienced more quality time and peer support through volunteer work.

Parents experiences of the family support program “Säröperheelle tueksi” and its impact on their family's wellbeing

Bachelor's Thesis in option for social pedagogy for work with adults, 61 pages, 7 pages of appendices

Autumn 2018

ABSTRACT

The subject of my Bachelor's Thesis is Parents experiences of the family support program “Säröperheelle tueksi” and its impact on their family's wellbeing. This support program is directed by Lahti Diaconia institute which is common-good institution and social company that returns its actions profits to benefit the society. “Säröperheelle tueksi”- program arranges precautionary help for the families which increases their experiences of participation and communality through volunteer work and group activities. The purpose of this bachelor's thesis was to develop precautionary help for families with children and increase their wellbeing. This bachelor thesis aimed to gain information of the experiences of “säröperheelle tueksi”-program from the parents point of view.

This thesis follows qualitative research methods where by the collection of material happened via theme interview where I interviewed four mothers that has participated in the “säröperheelle tueksi” -program for over a year. The results of the interview reveals that the volunteer work helps and supports the overall wellbeing of the families. This research reveals that the experience of participation and communality can be increased through this program and in addition the mothers have experienced increase in peer support, their own quality time and strength from this program. The relationship between the family and parents was special and emphasized reciprocity and trust due to the long lasting supportive relationship between the volunteer worker and a parent. I use a wide range of academic literature researching for this subject to back my thesis and I have a big well collected interview materia. The results of this thesis can be used to develop the program and model them for as many families benefit as possible. This thesis will also build a good overall picture of the program in action and its impact on everyone interested in this matter.

Key words: participation, communality, volunteering, wellbeing, peer support

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT	2
2.1	Toimeksiantaja ja kohderyhmä	2
2.2	Säröperheelle tueksi -toiminta	3
2.3	Tarkoitus, tavoitteet ja rajaukset	4
3	LAPSIPERHEIDEN HYVINVOINTI	6
3.1	Hyvinvoinnin määritelmä	6
3.2	Perheiden hyvinvointi	7
3.3	Arki ja ajan käyttö	10
3.4	Ennaltaehkäisevä tuki	12
4	YHTEISÖLLISYYS LAPSIPERHEISSÄ	14
4.1	Yhteisöllisyys osana hyvinvointia	14
4.2	Yhteisöllisyydellä eroon yksinäisyydestä	15
4.3	Osallisuus yhteisöissä	16
4.4	Vapaaehtoistoiminta yhteisöllisenä apuna	18
4.5	Vertaistuki vapaaehtoistoiminnassa	22
5	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	24
5.1	Laadullinen tutkimus	24
5.2	Teemahaastattelu	25
5.3	Aineiston analyysi	27
5.4	Laadullisen tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys	29
6	HAASTATTELUIDEN TULOKSET	34
6.1	Vapaaehtoinen hyvinvoinnin edistäjänä	35
6.2	Yhteisöllisyys toiminnassa	36
6.3	Osallisuus toiminnassa	40
6.4	Vertaistuen merkitys hyvinvointiin	42
7	JOHTOPÄÄTÖKSET	47
8	POHDINTA	54
	LÄHTEET	57
	LIITTEET	62

1 JOHDANTO

Opinnäytetyö käsittelee Lahden Diakonialaitoksen organisoiman Säröperheelle tueksi -toiminnan vaikutuksia perheiden hyvinvointiin vanhempien kokemana. Toiminta toteutuu vapaaehtoistoiminnan ja ryhmätoiminnan keinoin. Vapaaehtoistoiminta on hyväntekeväisyyteen pohjautuvaa syrjäytymistä ehkäisevää toimintaa, jolla on suuri merkitys hyvinvoinnille, sosiaalisille suhteille ja vastavuoroisuudelle (Pessi & Oravasaari 2010, 113). Säröperheelle tueksi -toiminta on ennaltaehkäisevää tukea lahtelaisille lapsiperheille, jonka tavoitteena on lisätä perheiden osallisuutta ja yhteisöllisyyttä. Ennaltaehkäisevä tuki auttaa perheitä pienissä haasteissa, jolloin tavoitellaan hyvinvoinnin ylläpitoa sekä ehkäistään riskejä elämän muutosvaiheissa (Järvinen, Lankinen, Taajamo, Veistilä & Virolainen 2012, 72). Perheenjäsenten yhteisiä merkityksiä hyvinvoinnille ovat sosiaalinen verkosto, taloudellinen toimeentulo, arjen rytmittäminen, yhteishenki, arjen terveys ja mielekäs toiminta (Vuori 2012, 4).

Osallisuus sisältää osallistumista ja mukana oloa sekä syvemmän merkityksen, toiminnan ja asioihin vaikuttamisen sekä luottamusta, sitoutumista ja kuulluksi tuleamista. Osallisuus liittyy yhteisöllisyyteen, ja se nähdään syrjäytymisen vastavoimana. (Jämsen & Pyykkönen 2014, 7-32.) Yhteisöllisyyttä pidetään hyvän elämän kulmakivenä, sillä sosiaaliset suhteet saavat ihmiset toimimaan yhdessä ja synnyttävät halun vaikuttaa omaan elämään. Jokaisella on tarve saada muilta henkistä tukea ja konkreettista apua. Yhteisöllisyys auttaa sopeutumaan myös elämän erilaisiin muutosvaiheisiin. (Järvinen ym. 2012, 149-150.)

Opinnäytetyön tarkoituksena on kehittää lapsiperheiden ennaltaehkäisevää tukea sekä lisätä perheiden hyvinvointia. Tavoitteena on saada tietoa Säröperheelle tueksi -toiminnan kokemuksista vanhempien näkökulmasta. Laadullisen opinnäytetyön aineistonkeruumenetelmänä käytetään teemahaastattelua, jossa haastatellaan neljää yli vuoden toiminnassa mukana ollutta äitiä.

2 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT

2.1 Toimeksiantaja ja kohderyhmä

Opinnäytetyö toteutuu Lahden Diakonialaitoksen ja Lahden ensi- ja turvakoti ry:n organisoimaan Säröperheelle tueksi –toimintaan, jota järjestetään vapaaehtoistoiminnan sekä ryhmätoiminnan keinoin. DILA pyysi keväällä 2017 Lahden ammattikorkeakoulusta useita opinnäytetöitä, ja itseäni kiinnosti toteuttaa työ Säröperheelle tueksi -toiminnan vaikutuksista perheiden hyvinvointiin. Toiminnan vaikuttavuutta on kartoitettu viimeksi vuonna 2013 toimintakertojen merkityksen näkökulmasta ja vuonna 2011 vanhempien kokemusten näkökulmasta. Toiminta on laajentunut huomattavasti viime vuosien aikana, joten tutkimus on erittäin ajankohtainen toiminnan kehittämisen kannalta. Ajankohtaisen tiedon saaminen hyödyttää toiminnan kehittämisessä, rahoituksen hakemisessa sekä tuotteistamisessa ja mallintamisessa. Uudessa sosiaalihuoltolaissa on korostettu ennaltaehkaisevän tuen tarjoamista lapsiperheille, joten toiminnan kehittäminen on ajankohtaista myös lain toteutumisen kannalta. Aiheen ajankohtaisuus lisää myös työn kiinnostavuutta.

Lahden Diakoniasäätiö ylläpitää diakonialaitosta, jonka toiminta pohjautuu kristillisiin arvoihin. DILA:n, Lahden Diakonialaitoksen, missio on Hyvän elämän puolesta ja toiminnan ohjaaviksi arvoiksi on nostettu kristillinen lähimmäisenrakkaus, oikeudenmukaisuus ja jatkuvuus.

Lähimmäisenrakkaus ohjaa kohtaamaan toisemme kunnioittavasti ja arvostaen sekä huolehtimaan toisistamme, tekemään hyvää, pyytämään anteeksi ja antamaan anteeksi. Oikeudenmukaisuus ohjaa toimimaan rehellisesti ja edistämään tasavertaisuutta sekä synnyttämään luottamusta avoimuudella ja yhteisillä pelisäännöillä. Jatkuvuus edellyttää toiminnan ja osaamisen kehittämistä, talouden vastuullista hoitamista sekä palveluiden tuottamista yhdessä ja hyvässä hengessä. DILA:n toiminta jakautuu kolmeen palvelulinjaan, joita ovat sosiaali- ja terveystyöt, tila- ja juhlapalvelut sekä diakoniapalvelut. (DILA 2016.)

Diakoniatyön tarkoitus on täydentää yhteiskunnan sosiaali- ja terveyspalveluja ja tarjota tukea niille, jotka uhkaavat jäädä yhteiskunnassa tuen ulkopuolelle. Diakoniat toiminta keskittyy äiteihin, perheisiin sekä nuoriin ja toimintamuotoja ovat Vauvan taika- projekti, säröperheelle – tueksi toiminta, 1+1 mentoritoiminta, hengelliset palvelut laitoksen asiakkaille sekä vapaaehtoistoiminta ikäihmisille. Diakoniatyö toteutetaan diakoniasäätiön rahoituksella, ja toimintaan haetaan aktiivisesti ulkopuolista rahoitusta. Diakoniatyössä työskentelee säätiön työntekijöiden lisäksi vapaaehtoisia. (DILA 2016.)

2.2 Säröperheelle tueksi -toiminta

Säröperheelle tueksi -toiminta on Diakonialaitoksen diakoniatyötä, jonka periaatteena on tukea niitä, jotka uhkaavan jäädä muutoin ilman riittävää tukea.(DILA 2016). Säröperheelle tueksi –toiminta on alkanut vuonna 2009 projektina Lahden Diakonialaitoksen ja Lahden ensi- ja turvakoti ry:n yhteisenä hankkeena, jonka on rahoittanut Raha-automaattiyhdistys. Toiminta jatkui hankkeena vuoteen 2013 asti, minkä jälkeen se on jatkunut Lahden Diakonialaitoksen ja Lahden ensi- ja turvakoti ry:n yhteisenä toimintana kohdennetun toiminta-avustuksen piirissä. (Backman, Ylä-Jussila, Rikkinen 2013.) Säröperheelle tueksi -toiminnalla on tällä hetkellä rahoituspäätös vuoteen 2018 asti (DILA 2016).

Aluksi toiminnan tavoitteena oli kehittää erityistä tukea tarvitseville vauva- ja pikkulapsiperheille osallisuutta lisäävää ja syrjäytymistä ehkäisevää apua ammattiavun rinnalle ja sen jälkeen (Kuusinen-James, Tölkö 2011, 3). Tänä päivänä toiminnalla halutaan tarjota matalan kynnyksen palveluna ennaltaehkäisevää, perheiden osallisuutta ja yhteisöllisyyttä lisäävää tukea. Toiminnalla halutaan tarjota myös vapaaehtoisille mielekäs ja monipuolinen tapa toimia. Toiminnan kehittämisessä korostuu tällä hetkellä oppilaitosyhteistyön kehittäminen, toiminnan mallintaminen mahdollisimman monien lahtelaisten perheiden tarpeita vastaaviksi, alueellisen järjestöyhteistyön kehittäminen, vertaisohjaajuus sekä 3-12-vuotiaiden lasten tukeminen. (DILA 2017.)

Perheet ohjautuvat toiminnan piiriin neuvolan kautta, ensi- ja turvakodilta, lapsiperheiden kotipalvelusta, PHKS:n pikkulapsityöstä, perheneuvolasta, seurakunnan diakoniatyöstä sekä ottamalla itse yhteyttä säröperheille.

Perheet toivovat vapaaehtoisia arjen tukijoiksi, kuuntelijoiksi ja keskustelijoiksi, lastenhoitoavuksi, leikkikaveriksi, varamummoksi, -papaksi, -tädiäksi, -sedäksi tai ystäväksi, vanhemmuuden tukijaksi ja ilon tuojaksi. Tällä hetkellä toiminnassa on mukana 80 perhettä, joista 11 odottaa omaa vapaaehtoista. Perheitä kuvataan tavallisiksi perheiksi erilaisissa elämän tilanteissa, joissa on omat haasteet ja tuen tarpeet. Perheille etsitään toiveet ja tarpeet huomioiden oma vapaaehtoinen tai vapaaehtoisia, jolloin toiminta voi alkaa tutustumisen jälkeen. Perheille järjestetään myös tapahtumia, toimintailtoja sekä retkiä. (DILA 2017.)

Vapaaehtoistoiminta ei ole ammatillista toimintaa, vaan siihen riittävät tavallisen ihmisen tiedot ja taidot sekä halu auttaa. Tällä hetkellä vapaaehtoisia on toiminnassa mukana noin 90. Tavallisesti vapaaehtoistoimintaan sitoudutaan vuodeksi, ja vapaaehtoisen vuoteen sisältyvät alkuhaastattelu, perehdytys, perheeseen tutustuminen, seurantapalaveri kolmen kuukauden ja kuuden kuukauden jälkeen sekä toiminnan lopetus, jos vapaaehtoinen ei halua jatkaa perheessä. Säröperhekoordinaattori, vapaaehtoinen ja perhe ovat yhteydessä keskenään koko toiminnan ajan. Vapaaehtoisille järjestetään myös virkistystapahtumia sekä työhjoausta ja erilaisia koulutuksia. Vapaaehtoiset voivat osallistua myös perheiden ja vapaaehtoisten toimintailtoihin. Vapaaehtoisille järjestetään lisäksi retkiä sekä joulun- ja kevätjuhlat. Vapaaehtoiselle säröperhe - toiminta antaa mieluista ja monipuolista tekemistä, mahdollisuuden auttaa ja tukea perheitä, uusia tuttavuuksia ja kokemuksia, sisältää elämään, perehdytyksen toimintaan, ohjauksen ja virkistystoimintaa sekä vakuutuksen toiminnalle. (DILA 2017.)

2.3 Tarkoitus, tavoitteet ja rajaukset

Opinnäytetyön tarkoituksena on kehittää ennaltaehkäisevää tukea lapsiperheille sekä lisätä lapsiperheiden hyvinvointia. Opinnäytetyön

tavoitteena on saada tietoa säröperheelle – tueksi toiminnan kokemuksista vanhempien näkökulmasta. Kokemuksista halutaan selvittää, onko toiminta lisännyt perheiden hyvinvointia, yhteisöllisyyttä ja osallisuutta. Opinnäytetyön tavoitteena on myös saada tietoa, miten ennaltaehkäisevä tuki on toteutunut perheissä ja onko tuella ollut muita kuin tavoitteita vastaavia vaikutuksia perheen arkeen.

Opinnäytetyössä kohderyhmää on rajattu mahdollisimman laajan tiedonsaannin toiveessa. Haastattelen työssäni neljää vanhempaa, joiden valinnan ehtona oli vähintään vuoden kestänyt osallistuminen säröperheelle tueksi – toimintaan. Tällöin perheessä on voitu huomioida mahdollisia vaikutuksia perheen arjessa ja hyvinvoinnissa. Haastateltavat vanhemmat ovat säröperhe koordinaattoreiden valitsemat.

3 LAPSIPERHEIDEN HYVINVOINTI

3.1 Hyvinvoinnin määritelmä

Hyvinvointi voidaan jakaa moniin ja monenlaisiin osa-alueisiin. Yhdessä suppeassa nelikentässä Saari (2011) jaottelee hyvinvointi käsitykset koettuun hyvinvointiin, resurssipohjaiseen hyvinvointiin, taloustieteelliseen hyvinvointiin ja onnellisuustutkimusten hyvinvointiin. Hyvinvointia mitataan Suomessa usein loving-having-being-lähestymistavan kautta, jotka viittaavat elintason, yhteisyyssuhteisiin ja itsensä toteuttamiseen. Yksi teoria hyvinvoinnista jakautuu taas tarpeisiin, kykyihin, haluihin, objektiiviseen elämänlaatuun sekä subjektiiviseen elämänlaatuun. (Saari 2011, 7-30.)

Lammi-Taskula, Karvonen & Ahlström (2009, 11–12) määrittävät hyvinvoinnin koostuvan elinolosta, taloudellisesta toimeentulosta, terveydentilasta, sosiaalisista suhteista, itsensä toteuttamisesta sekä koetusta onnellisuudesta. Korvela & Tuomi-Gröhn (2014, 105) taas katsovat hyvinvoinnin muodostuvan materiasta, terveydestä ja sosiaalisista suhteista.

Vaikka suomalaisten hyvinvointi on useiden mittareiden mukaan lisääntynyt, on lapsien ja lapsiperheiden pahoinvointi lisääntynyt. Suomessa kansalaisten hyvinvoinnista vastaa lait oikeuksista, vapauksista ja velvoitteista. (Lammi-Taskula, Karvonen & Ahlström 2009, 11–12.) Hyvinvointi liittyy vahvasti ihmisen moraalisiin ja hyvinvoinnin edistäminen toimii perusteena teoille. Hyvän kehän teoria esittää hyvinvointivaltion sosiaalipolitiikan (panostuksen) vähentävän eriarvoisuutta, vahvistavan sosiaalista pääomaa ja näin lisäävän hyvinvointia. Hyvinvointivaltiossa elämä on yksilöllisiin valintoihin perustuvaa, jossa yksilön onnellisuus sekä itsemääräämisoikeus ja oman elämän hallinta korostuvat. (Saari 2011, 29–40.)

Hyvinvoinnin edellytyksenä on ympäristön olosuhteet ja henkilökohtaiset olosuhteet ja ominaisuudet, joita voi hyödyntää arvojen ja asenteiden

määräämänä. Näin Hyvinvointi muodostuu siis ihmisen kyvykkyydestä käyttäen ominaisuuksiaan ympäristössään. Lisäksi ihmisen oma kokemus ja vuorovaikutus muihin ovat keskeinen osa hyvinvointia sekä lasten hyvinvoinnista huolehtiminen. (Korvela & Tuomi-Gröhn 2014, 105–106.) Hyvää vointia vahvistaviksi tuiksi Vuori (2011, 75) tiivistää läheisverkoston tuen ja läsnäolon, julkisen sosiaali- ja terveystalouden avun, yksilöllisen kohtelun, luottamuksellisen suhteen, vertaistuen sekä tuen jonka saa itse valita.

3.2 Perheiden hyvinvointi

Perheen monimuotoisuus on tehnyt perheen määrittelemisestä entistä monimutkaisemman ja ydinperheen käsite on monimutkaistunut myös. Perhe voidaan ymmärtää yksiköksi, jossa koetaan yhteenkuuluvuutta emotionaalisten siteiden avulla. Myös perheen olemuksen käsitteet muuttuvat perinteisen kestävän, avioliittoa kannattavan näkökulman ja yksilöllisen, naimattoman ja vähälapsisen näkemyksen välillä. (Korvela & Tuomi-Gröhn 2014, 10–14.)

Perhe kuuluu keskeisesti kaikkien elämään ja koostuu yksilöistä, joiden suhteita määrittävät moraaliset, taloudelliset ja yhteiskunnalliset ulottuvuudet sekä biologiset, emotionaaliset ja sosiaaliset suhteet (Rönkkö & Rytönen 2010, 10). Perheissä toteutuu vuorovaikutusjärjestelmä, jossa keskinäiset suhteet ja niiden muutokset vaikuttavat kaikkiin jäseniin. Perheen systeemi elää vuorovaikutuksessa myös jäsenten muissa systeemeissä (koulu, työ, harrastus, naapurit) sekä perheen alasysteemeissä (sisarukset, vanhemmat). (Rönkkö & Rytönen 2010, 92–100.)

Vuori (2012) tiivistää perheen hyvinvoinnin tukemisen avaimiksi perheen tukemisen niiden omista lähtökohdista käsin, joten tärkeää on perheen arjen tunteminen ja merkitysten ymmärtäminen. Perheen voimavaroja voi perhe itse vahvistaa tai niitä voidaan vahvistaa ulkopuolisella tuella. Voimavaroista lähtöisin katsottaessa perhe-elämää, siinä korostuvat itsemäärääminen ja vahvuudet sekä toimintakyky käyttää niitä. Perheen

omien voimavarojen vahvistamisessa on lähtökohtana perheen oma näkemys ja kokemus hyvinvoinnistaan. Tämä vaatii perheen kanssa työskentelevältä uskoa perheen voimavaroihin ja niiden löytymiseen. Perhe-elämässä hyvinvoinnin kannalta nousee esille perheen sisäinen toimivuus, johon kuuluu vuorovaikutus, parisuhde ja vastuullisuus toisilleen. Perheissä esiintyy myös me-henki ja kuuluminen johonkin. Hyvinvoinnin yhtenä tekijänä on myös usko omaan ja perheen selviytymiseen ja voimavarojen tai niiden puuttumisen tiedostaminen. Perheenjäsenten yhteisiä merkityksiä hyvinvoinnille ovat muun muassa tarkoituksen mukainen sosiaalinen verkosto, riittävä taloudellinen toimeentulo, arjen yhteinen rytmittäminen, "yhteen hiileen" puhaltaminen, arjen terveys ja mielekäs ja selviytymistä tukeva toiminta. (Vuori 2012, 21–30.)

Perhemuutokset aiheuttavat perheelle aina jonkinasteisen kriisin tai kehitystehtävän. Huomiota on herättänyt avo- ja avioerot lapsen syntymän ja ensimmäisen ikävuoden välillä. Yksi teoria tälle on isän käytös joka jatkaa elämää vanhojen rytmien mukaisesti ja äiti muuttaa elämän rytmin vauvan hoitoon sopivaksi. (Korvela & Tuomi-Gröhn 2014, 10–14.)

Vanhemmuus

Vanhempien voimavaroja arjessa vie stressi, epävarmuus, roolien sovittaminen, työn yhdistäminen, päihdeongelmat sekä tunteiden hallinta. Näistä johtuen voi olla vaikeaa löytää aikaa vanhemmuudelle sekä turvallisen suhteen luomiselle lapseen. Taloudellisten vaikeuksien lisäksi ongelmia tulee perheissä, joissa on pieni läheisverkosto, parisuhdeongelmia tai masennusta. (Halme, Vuorisalmi & Perälä 2014, 21.)

Yli puolet pikkulapsiperheiden vanhemmista on huolissaan omasta jaksamisesta ja ajan riittämättömyydestä lapsen kanssa. Lapsen kasvuun ja kehitykseen koetaan saavan apua eri tahoilta, mutta vanhempien yksinäisyyteen, parisuhdeongelmiin tai päihde- ja mielenterveysongelmiin ei koeta saavan apua. Lapsen liittyvissä asioissa huoli on helpompi myös

ottaa puheeksi kuin vanhemmuuteen liittyvissä asioissa. Tämä kertoo, että vanhemmuuden tukemiseen ja ongelmien ehkäisyyn tarvitaan uusia keinoja. Äitiys- ja lastenneuvoista on helppo ottaa huolet puheeksi ja perheet ovat kaivanneet sellaista tukea, jota sieltä ei ole mahdollista tarjota, kun taas esi- ja perusopetuksessa tuen antaminen olisi lähellä lapsen kasvua, mutta siellä ei havaita huolia yhtä paljon. Vanhempien osallisuuden lisääminen on yksi keino lisätä perheen hyvinvointia. (Halme ym. 2014, 96–98.)

Yksihuoltajuus

Yksihuoltajuuden määrittely on hankalaa, sillä usein vanhemmilla on yhteishuoltajuus, vaikka lapsi asuisi vain toisen vanhemman luona. Tällöin puhutaan lähi- ja etävanhemmasta. Yksihuoltajan lapsella voi olla myös samassa taloudessa toinen huoltaja, joka osallistuu lapsen hoitoon ja elatukseen. Yksihuoltaja on vanhempi, jolla on alle 18-vuotias lapsi, eikä vanhempi ole parisuhteessa toiseen vanhempaan. Yksihuoltajat ovat pääsääntöisesti naisia, ja nykyään voidaan puhua myös yhden vanhemman perheistä. Yksihuoltajaperheissä arki muodostuu omanlaisekseen vastuun kasaantuessa vain yhdelle vanhemmalle. (Räty 2014, 7-10.)

Yksihuoltajuuden etuna on tutkitusti ongelmatilanteiden helpompi ratkaiseminen sekä perheen sisäisen vuorovaikutuksen myönteisyys. Silti yksihuoltajuutta pidetään vaativampana sekä enemmän uhrauksia vaativana. Yksihuoltajien haasteena on tarjota lapsille aikaa, toisin kuin kahden vanhemman perheissä. Yksihuoltajien sosiaalisen verkoston puuttumisen haittana ovat lastenhoito-ongelmat sekä työn kuormittavuuden kokemus. (Räty 2014, 12–20.)

Muita haasteita yksihuoltajuudessa on vastuun lapsen kasvatuksesta jääminen yhdelle vanhemmalle ja vanhemman oma jaksaminen.

Yksihuoltajien jaksamiseen vaikuttaa erityisen paljon läheisten tuki ja apu lastenhoidossa. Sosiaalinen tukiverkosto onkin tärkein asia yksihuoltajan arjessa. Muita arkea helpottavia asioita on myös joustavuus työajoissa ja

yhteistyö päiväkodin kanssa. Läheisverkosta mahdollistaa yksinhuoltajalle omaa aikaa, joka mahdollistaa omasta kunnosta ja jaksamisesta huolehtimisen ja näin lisää perheen hyvinvointia. Varsinkin jos lapset eivät käy etävanhemman luona, on oman ajan löytäminen yksinhuoltajalle haastavaa. Yksinhuoltajuuden haasteet lapsen hyvinvoinnille on arjen rytmittömyys, päivähoitoajan pitkittyminen ja näin riittävän levon puute sekä kouluikäisten lasten yksin olo. (Räty 2014, 42–61.) Yksinhuoltajien hyvinvointia uhkaa pienituloisuus, sillä yhden ansaitsijan tuloilla elätetään useampaa henkilöä ja palkka saattaa olla matala. Myös ajankäyttörajoitteet voivat estää yksinhuoltajaa käymästä töissä. (Lammi-Taskula ym. 2009, 95.)

3.3 Arki ja ajan käyttö

Arki kuvastaa toimintaa ihmisen elinympäristössä yksin tai vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Arjessa tavoitellaan hyvinvointia erilaisin keinoin jotka vaativat resursseja, joita ovat muun muassa tulot, aika, terveys, tiedot, taidot ja sosiaalinen pääoma. Resurssien käyttöön liittyy olennaisesti toimintakyky käyttää niitä. Arki sisältää kolme eri toiminta kenttää, ansiotyö tai muu vastaava toiminta, kotityöt ja vapaa-aika, joilla on kaikilla oma merkityksensä ihmisen hyvinvoinnille. Ihmisen arjen elinympäristö, kotitalous, toimii vuorovaikutuksessa yhteiskunnan muiden sektoreiden kanssa sekä yhteiskunnan sosiaalisten, poliittisten ja kulttuuristen rakenteiden kanssa. (Raijas 2011, 240–270.)

Arjen todellisuus ymmärretään ja perustellaan omien kokemusten näkökulmasta, joten ihmisen auttamisen perustana on ihmisten käyttäytymisen ymmärtäminen. Arkilähtöisesti ajateltuna tuki tavoittelisi asioiden säännöllistä hoitumista ja sujumista, jolloin se edellyttäisi yhteistä elämämaailman ymmärtämistä. Jokaisella on omanlainen näkemys, kokemus ja tulkinta ympäröivästä maailmasta, joten yhteisen tulkintahorisontin löytäminen voi olla vaikeaa. (Hovi-Pulsa 2011, 11–18.)

Arki muodostuu sekä välttämättömistä että vapaavalintaisista toiminnoista, joiden suhde toisiinsa muodostaa arkirytmiejä. Erilaiset arjen rytmit, kuten

päivä- ja viikkorytmit rakentavat arjelle tukirakenteen jotka muodostavat arjesta tukevan. Arki kaipaa myös liikkuvuutta, jotta arjesta ei muodostuisi liian jäykkää. Vaikka arjessa olisi paljon rutiineja, sisältää se myös paljon ongelmien ratkaisua. Arkielämä sisältää myös suhteen yhteiskunnan rakenteisiin ja sitä muovaavat säännöt ja merkitykset. (Korvela & Tuomi-Gröhn 2014, 15-17.)

Ajan käyttö perheissä

Nyky-yhteiskunnassa ajankäyttö on jo vapaampaa ja vaatii itsesäätelyä ja rajojen asettamista. Yksilöllistyminen on yleisempää ja näkyy kotitalouksien keskikoon pienenemisenä ja avo- sekä avioerojen määränä. (Korvela & Tuomi-Gröhn 2014, 10–14.) Ansiotyö rytmittää päivää vahvimmin, mutta ansiotyön ajankohta on nykyään liukuvampi. Vapaa-aikaa vanhemmilla on entistä vähemmän ja se hajaantuu päivän eri ajankohdille. Vauvojen äidit eivät usein koe itseään kiireiseksi, kun taas kouluikäisten vanhemmat kokevat itsensä todella kiireisiksi. Työn ja perhe-elämän yhteensovittaminen on siis ajallisesti hankalaa, kun taas lasta kotona hoitavalla voi olla enemmän vapaa-aikaa kuin lapsettomalla työssä käyvällä naisella. (Korvela & Tuomi-Gröhn 2014, 70–72.) Arjen rutiinit tuovat erityisesti lapselle turvallisuutta sen ennustettavuuden kautta. Rutiinit eivät vaadi myöskään ajattelukapasiteettia ja näin säästää resursseja. Jos perheen rytmit puuttuvat, kuluu resursseja tilanteiden kohtaamiseen, selvittämiseen, suunnitteluun ja neuvotteluun. (Korvela & Tuomi-Gröhn 2014, 10–14.)

Alle kaksi vuotiaiden lasten äitien arkirytmiksi on selvästi erilainen kuin muiden naisten, sillä kotityöt ja lastenhoito hallitsevat arkea, kun taas muilla naisilla ansiotyö. Nykyään useimmat pienten lasten äidit hoitavat lasta kotona, eivätkä käy ansiotyössä. Koululaisten äidit käyvät usein ansiotyössä sekä hoitavat ajallisesti paljon kotitöitä. (Korvela & Tuomi-Gröhn 2014, 59- 62.) Perheissä, joissa kotitaloustöihin osallistuvat sekä äiti että isä, äiti käyttää niihin kaksinkertaisen ajan isään verrattuna, joten äidillä on suurempi työtaakka kuin isällä. Käsitykset oikeudenmukaisesta työnjaosta ovat usein äidillä ja isällä erilaiset ja selkeä työnjako voi eriyttää

puolisoita. Tasapuolinen työnjako lisää parisuhteen tyytyväisyyttä ja tyytymättömyyttä aiheuttaa liian pieni yhteinen aika ja yhdessä tekeminen. Äidit ovat useimmiten tyytymättömiä kotitöiden jakautumiseen, mikä aiheuttaa riitoja parisuhteessa ja heikentää koko perheen hyvinvointia. Parisuhteessa olisikin hyvä jakaa kotityöt tasaisesti ja molemmille suoda aikaa ja voimavaroja kodinhoidollisiin tehtäviin. (Lammi-Taskula ym. 2009. 50–56.)

3.4 Ennaltaehkäisevä tuki

Ennaltaehkäisevä tuki on riittävää, kun arjen sujumisessa on pieniä pulmia ja tavoitteena on ylläpitää hyvinvointia sekä ehkäistä muutostilanteen tuomia riskejä. Ajatuksena on auttaa perhettä löytämään omat voimavarat. Asiakkaana on usein pikkulapsi perheet, jolloin tuki on kotihoitoa tai tuki kohdentuu koulunkäyntiin tai päivähöitoon. Asiakkaan aktiivisuus on suuressa roolissa tuen saamiselle johon yhteiskunnan asenne, niin sanottu yksin pärjääminen vaikuttaa negatiivisesti. Työskentelyyn sisältyy suunnitelma, arjessa auttaminen, ohjaus ja neuvonta, keskusteluapu, toiminnalliset ja taidelähtöiset menetelmät, vertaisryhmät sekä moniammatillinen yhteistyö. (Järvinen ym. 2012. 72–73.)

Suomessa korostetaan varhaista puuttumista ja avointa yhteistyötä. Ongelmat pyritään havaitsemaan ja niihin löytämään ratkaisuja silloin, kun mahdollisuuksia ja vaihtoehtoja on vielä runsaasti. Varhainen tukeminen on puuttumista heti kriisitilanteessa sekä huolen puheeksi ottamista heti huolen synnyttyä ja edellyttää joustavia työmalleja eri organisaatioiden kanssa. Puheeksiottamisen tarkoitus on yhteistyön syntyminen ja asioiden kehittyminen myönteiseen suuntaan. Yhteistyössä korostuu voimavarojen yhdistäminen lapsen tueksi. Neuvolassa tehtävä perhetyö alkaa jo odotusaikana ja jatkuu läpi leikki-iän. Terveystilan tutkimisen lisäksi neuvolassa kiinnitetään huomiota koko perheen hyvinvointiin, muuttuvaan perhetilanteeseen, sosiaalisiin suhteisiin ja voimavaroihin sekä elinympäristöön. Keskustelujen tavoitteena on vahvistaa vanhempien

välistä vuorovaikutusta ja varhaisen vuorovaikutuksen syntymistä lapseen.
(Järvinen ym. 2012. 73-77.)

4 YHTEISÖLLISYYS LAPSIPERHEISSÄ

4.1 Yhteisöllisyys osana hyvinvointia

Ihminen syntyy ja liittyy erilaisiin yhteisöihin elämän varrella, jolloin yhteisöllisyys liittyy kaikkeen. Yhteisöt voivat olla myös symbolisia, jolloin yhteisöllisyyttä koetaan tiedostamalla yhteenkuuluvuutta.

Yhteisöllisyydessä pyritään löytämään yhteys toisiin, jakamaan asioista toisten kanssa ja vaikuttamaan toisiinsa. (Gothóni, Hyväri, Kolkka & Vuokila-Oikonen 2016, 15–16.) Yhteisöllisyyttä kuvataan yhdeksi hyvinvoinnin osa-alueeksi. Yhteisö koostuu useista sosiaalisista suhteista ja sitä pidetään hyvän elämän kulmakivenä. Yhteisöllä on vastuu yksilön hyvinvoinnista ja tätä vastuuta halutaan nykypäivä korostaa julkisen vastuun rinnalla, varsinkin ehkäisevässä työssä. Yhteisön jäsenillä esiintyy yhteisiä intressejä, jotka saavat ihmiset toimimaan yhdessä vastavuoroisesti sekä tuntemaan yhteyttä ja kuuluvuutta. Yhteisöllisyyden me-henki synnyttää valmiuden toimia ja ilmenee mm. auttamisena. Yhteisöllisessä auttamisessa yhdistyvät hyvinvointi, resurssit sekä moraalit. Yhteisöllisyys on suomessa ollut kadoksissa ja yhteisöllisyyttä pyritään synnyttämään uudestaan. (Pessi & Seppänen 2011, 300–330.)

Perheissä vanhempien kontaktit muihin aikuisiin ovat usein vähäisiä ja nykyään kontakteja syntyy pääosin internetin kautta. Monet elävät myös ilman ulkopuolista apua, isovanhempia tai ystäviä, eikä apua edes haluta pyytää, sillä perhe-elämä on yksityistä aluetta. Kuitenkin perheillä on tarvetta sekä henkiselle tuelle, että konkreettiselle tuelle. (Korvela & Tuomi-Gröhn 2014, 110–121.) Kykyyn rakentaa ja ylläpitää sosiaalista verkostoa vaikuttaa luonteenpiirteet, sosiaalisuus, vuorovaikutustaidot, kasvuympäristö, elämänvaiheisiin liittyvät tekijät, työpaikka, parisuhde ja ystäväpiiri. Sosiaalisen verkoston tuki vaikuttaa kuinka perhe mukautuu muutosvaiheisiin. Sosiaalisen verkoston tuoma tuki vaikuttaa myös terveyden ja hyvinvoinnin kokemiseen. Huono sosiaalinen verkosto voi myös kuluttaa voimavaroja. Verkoston puute vahvistaa negatiivisia

tuntemuksia ja voi vähentää halua vaikuttaa omaan elämään. (Järvinen ym. 2012. 149 -150.)

4.2 Yhteisöllisyydellä eroon yksinäisyydestä

Yksinäisyys on Suomessa yksi eniten hyvinvointia heikentävistä tekijöistä, jota korostaa yksinäisyyden pysyvyys ja periytyvyys. Yksinäisyys määritellään negatiiviseksi, ahdistusta aiheuttavaksi olotilaksi, joka johtuu riittämättömistä ihmissuhteista. Yksinäisyys on kokemuksellinen olotila jonka jokainen määrittää itse. Yksinäisyys kumpuaa usein laadullisten suhteiden puutteesta eikä määrällisistä puutteista. Yksinäiset kokevat usein myös masentuneisuutta, sosiaalista pelkoa ja aloitekyvyttömyyttä ja näistä johtuen yksinäisyys passivoi ja heikentää hyvinvointia.

Yksinäisyyden tunne ei ole yhteydessä yksin oloon ja yksinäisyys voikin korostua muiden seurassa ulkopuolisuuden tunteen myötä. (Saari 2016, 52–67.)

Yksinäisyys koetaan sosiaalisen erillään olona ja voi olla myös myönteinen asia joka mahdollistaa rauhoittumisen ja levon. Tällainen yksinäisyys virkistää ja estää ylivirittyneisyyden, jonka oireita on unettomuus, keskittymisvaikeudet, ahdistus ja levottomuus. Ihminen tarvitseekin omaa tilaa ja aikaa sopivassa suhteessa ajatusten jakamiseen muiden kanssa. (Saari 2016, 85–86.)

Yksinäisyyden myötä tunteiden tunnistaminen heikkenee, sosiaalisten tilanteiden ymmärtäminen ja kyky lukea muita pienenee eikä yksinäinen kykene vastaamaan vuorovaikutusten vaatimukseen ja näin altistaa masennukselle. Tästä syystä yksinäisyyden hoitoa toteutetaan enimmäkseen masennuksen hoitona. (Saari 2016, 91–93.)

Yhteisöllisyyden lisääminen järjestöjen ja seurakuntien toimesta on ollut usein keino yksinäisyyden vähentämiseksi. Tutkimuksen mukaan apua yksinäisyyteen odotetaan läheisverkostolta, naapurustolta ja seurakunnalta, mutta ei niinkään järjestöiltä tai julkiselta sektorilta, muuten kuin tukiryhmien muodossa. (Saari 2016, 253-256.)

4.3 Osallisuus yhteisöissä

Osallisuus sisältää osallistumista ja mukana oloa sekä syvemmän merkityksen, jolloin osallistumisen lisäksi on mahdollista toimia ja vaikuttaa asioihin. Osallisuuteen, kuulumisen ja tekemisen kokonaisuuteen, sisältyy luottamus, sitoutuminen ja kuulluksi tuleminen. Osallisuus esiintyy yhteiskunnallisella tasolla, ympäröivissä yhteisöissä sekä omassa elämässä. Osallisuus on kytköksissä osallistujan ihmiskäsitykseen sekä elämismaailmaan. Osallisuus liitetään usein yhteisöön ja yhteiskuntaan kuulumisen tunteeseen ja nähdään syrjäytymisen vastavoimana. Osallisuuden toinen puoli on sen hyöty, kuten oikeudet, mahdollisuudet ja kokemukset. (Jämsen & Pyykkönen 2014,7–32.)

Sosiaalinen osallisuus liitetään köyhyyden torjumiseen, oikeudenmukaisuuden, yhdenvertaisuuden ja tasa-arvon edistämiseen sekä syrjäytymisen ehkäisemiseen. Sosiaalinen osallisuus viittaa vahvasti terveyteen ja hyvinvointiin sekä osallistumiseen yhteiskunnan toimintaan. Sosiaalinen osallisuus liittyy erilaisiin suhteisiin, kuten yhteisöllisiin suhteisiin joissa on yhteisiä identiteettejä. Osallisuuden kokemuksen tunnetta ja yhteenkuuluvuuden tunnetta voidaan myös lisätä muun muassa matalan kynnyksen palveluilla, joissa voi asioida ilman kustannuksia ja lähetettä. Matalan kynnyksen palvelut luo mahdollisuuksia kohdata muita ja sitoa ihmissuhteita ja näin lisätä osallisuutta. Sosiaalista osallisuutta esitetään prosessina osallistumisena ja osallistumisen yksilöllisenä kokemuksena yhteiskunnan markkinoilla, instituutioissa, palveluissa ja sosiaalisissa verkostoissa. (Leemann & Hämäläinen 2016, 586–592.)

1990-luvulla osallisuus käsite liitettiin julkiseen keskusteluun kansalaisosallistumisesta ja kansalaisten vaikuttamismahdollisuuksista. Niihin aikoihin osallisuudella tarkoitettiin vaikuttamisen kautta toteutuvaa demokratiaa ihmisten elinolosuhteissa. Myöhemmin osallisuuden määritelmä korostaa oikeutta saada itseä koskevaa tietoa sekä saada vaikuttaa itseä koskeviin asioihin. Osallisuuden määritelmiä ja järjestelmällistä edistämistä kritisoidaan ja kyseenalaistetaan, sillä

rakenteiden mahdollistaminen osallisuudelle ei automaattisesti tarkoita osallisuuden lisääntymistä tai osallisuuden lisääntyminen ei vaadi rakenteellisia muutoksia ja sen mahdollistajia. Myös osallisuuden pelkkää positiivista kuvailua pidetään puutteellisena ja laajaa määrittelyä tulosten kannalta hämmentävänä. (Nivala & Ryyänen 2013, 11–20.)

Myös lasten ja nuorten osallisuuden lisääminen on ollut keskeisenä osana osallisuuskehityksessä, jossa toisena tavoitteena on ollut syrjäytymisen ehkäiseminen. Myös Nivalan ja Ryyänen (2013) määritelmässä osallisuuden, osallisena olemisen vastakohtana pidetään osattomuutta, ulkopuolisuutta eli syrjäytyneisyyttä. Käsitteen kaksi lähestymistapaa, osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksien lisääminen ja syrjäytymisen ehkäiseminen, eivät aina kohtaa, vaikka niistä puhutaan samoissa asiayhteyksissä. Lasten osallisuus on nähty erityisesti oikeutena kertoa mielipiteensä itseään koskevissa asioissa sekä olla tietoinen itseä koskevista asioista. Asiakkaan osallisuus on käytännössä sitä, että toiminnassa huomioidaan asiakkaan mielipiteet, tärkeät asiat, tiedonkulku, kuuleminen sekä tehdään asiat yhteistyössä. Osallisuus on siis kovin arkista, mutta se vaatii aina dialogisen suhteen. (Nivala & Ryyänen 2013, 20–34.)

Eräs määritelmä osallisuudelle on kansalaisaktiivisuus eli yhteiskunnallinen osallistuminen sekä poliittinen vaikuttaminen, jonka vastakohtana on passiivisuus. Tämä määritelmä on enemmän kokemuksellinen asia ja muita vastakäsitteitä ovat välinpitämättömyys ja vieraantuminen ja näiden perusteella osallisuus olisi aktiivisuuden lisäksi kiinnostusta ympäristöstä, halua vaikuttaa siihen, osansa saamista yhteiskunnan resursseista, paikan löytämistä yhteiskunnassa sekä elämistä yhteydessä itseensä, ympäristöönsä ja yhteiskuntaan. Yksi näkemys osallisuudesta liittyy sen toiminnallisuuteen ja tunteeseen, eli osallisuus on tunne voimaantumista ja valtautumista yksilön ja yhteisön suhteessa. Osallisuuden toteutuminen edellyttää lähiympäristön ja suhteiden tukea, tunnuntusta ja kunnioitusta sen kokemiseen. Osallisuuden edistämiseen liittyy, millaisiksi me kasvamme ja millaisiksi

meitä kasvatetaan, millaisia kokemuksia saamme sekä miten suhtaudumme toisiimme. (Nivala & Ryyänen 2013, 18-34.)

4.4 Vapaaehtoistoiminta yhteisöllisenä apuna

Vapaaehtoistoimintaa määrittävät käsitteet vapaaehtoisuus ja palkattomuus ja sitä tehdään toisten ihmisten tai yhteisön hyväksi, sekä se on kaikille avointa toimintaa, joka kohdistuu perhe- ja ystäväpiiriin ulkopuolelle. Käsitteitä vapaaehtoistyö ja vapaaehtoistoiminta käytetään synonyymeina. (Pessi & Oravasaari 2010. 9.) Laasanen (2011) taas pitää käsitteet erillään ja kuvaa vapaaehtoistoiminnan olevan käsitteenä vapaaehtoistyötä laajempi ja se voi sisältää erilaisia aktiviteetteja. Suomessa vapaaehtoistyötä on tehty 1800-luvun lopulta asti, vaikka sille ei aina ole nähty tarvetta. Tarve korostui 1990-luvun laman aikana ja kolmannen sektorin kiinnostuksen myötä. (Marjovuo 2014, 26.) Yhteiskunnassa taloustaantuma, väestön ikääntyminen, maahanmuutto, juurettomuus, syrjäytyminen sekä päihteiden käyttö lisäävät vapaaehtoistoiminnan tarvetta (Pessi & Oravasaari 2010,122).

Vapaaehtoistyöllä koetaan olevan suuri merkitys ihmisten hyvinvoinnille, sosiaaliselle vuorovaikutukselle ja vastavuoroisuudelle. Tutkimuksen mukaan nämä merkitykset näkyvät konkreettisesti yhteistyönä, vuorovaikutuksena, sosiaalisuutena, yhteisöllisyytenä, hyvinvointina, itsetunnon nousuna, kuntoutumisena, vertaistukena, vastavuoroisuutena sekä syrjäytymisen ehkäisemisenä. Nämä tuottavat talouskasvua, turvallisia yhteisöjä, onnellisuutta ja elämänmittaista oppimista. (Pessi & Oravasaari 2010. 113–122.) Vapaaehtoistoiminnalla haetaan myös positiivisuutta ja hyviä muistoja matkanvarrelta ja toiminnassa on mahdollista toimia luontevasti täysin omana itsenään. Myös elämyksellisyys on osa vapaaehtoistoimintaa sekä nostalgisuus, jossa toiminnalle halutaan jatkumoa tekemällä itse vapaaehtoistyötä saatuaan ensin vastaanottaa sitä. Myös uudet kokemukset ovat tärkeä osa toimintaa sekä yhteishenki ja yhteenkuuluvuuden tunne. (Marjovuo 2014, 70–78.)

Vapaaehtoistoiminnalla saadaan valtavan paljon aikaan ja toimintaa kuvataan yhteiskunnan timanttiseksi aarrearkuksi. Vapaaehtoistoiminta koetaan merkityksellisemmäksi, kun toiminnalla on palkattu johtaja ja strategia tai suunnitelma. Vapaaehtoistoiminnalla tuodaan järjestötoimintaan uutta osaamista, erityisesti vertaisuutta ja kokemustietoa arjesta ja elämästä sekä monien alojen ammattiosaamista. (Pessi & Oravasaari 2010, 113–122.)

Vapaaehtoistyö on yksi syrjäytymistä ehkäisevistä toiminnoista, joka pohjautuu hyväntekeväisyyteen. Vapaaehtoistyö toteutuu yksilön omalla vapaa-ajalla ilman rahallista korvausta. (Mykkänen-Hänninen 2007, 5-10.) Marjovuon tutkimuksen mukaan toiminnan palkattomuus ylläpitää vapautta, vapaaehtoisuutta ja työn laatua. Työn luonne ja työajattomuus rinnastetaan vapaa-aikaan tai lomaan ja palkattomuus nähdään etuna ja vapaaehtoisuuden edellytyksenä. Jotain muuta palkintoa tai huomionosoitusta taas työstä kaivataan. (Marjovuo 2014, 54-59.)

Vapaaehtoistyö tarjoaa asiakkaalle kuulluksi tulemisen ja rinnalla kulkemisen kokemuksen jotka vahvistavat selviytymisen tunnetta. Vapaaehtoistyö ei ole ammatillista työtä ja toiminnan on oltava vapaaehtoistyöhön sopivaa toimintaa ilman ammatillisen osaamisen vaatimuksia. Yksilön hyötyjen (*elämäntilanteen lisäys, syrjäytymisen ehkäiseminen, yhteisöllisyyden vahvistaminen*) lisäksi vapaaehtoistyötä hyödynnetään sosiaali- ja terveydenhuollon palveluissa läheisverkoston ja ammattiavun rinnalla. Vapaaehtoistoimintaan vaikuttavat yhteiskunnan arvot, resurssit ja kulttuuri sekä yksilön arvot, yhteiskunnallinen arvostus ja ympäristö. Yhteiskunnallisesti merkittävä vapaaehtoistyö vaatii yhteisöllistä ajattelua ja painottuu kohtaamiseen ja vuorovaikutuksessa tapahtuvaan tukemiseen. (Mykkänen-Hänninen 2007, 10–24.) Vapaaehtoistyössä pyritään pieneen hierarkiaan ja se lisää yhteenkuuluvuutta sukupolvien ja kulttuurien kesken (Marjovuo 2014, 109).

Vapaaehtoistyön kenttä ulottuu Suomessa kaikille ammattialoille. Vapaaehtoistoiminta ja ammattiapu eivät saa asettua vastakkain tai vapaaehtoistyöntekijän toimia ammattilaisen apuna, vaan molempien tulee

toimia erikseen toisistaan tietoisina. (Mykkänen-Hänninen 2007, 31–33.) Yksi osa vapaaehtoistyötä on sosiaalista hyvinvointia tuottava toiminta, jossa työ nähdään lisäresurssina palkkatyölle ja sitä organisoidaan sosiaali- ja terveysalan järjestöissä. (Marjovu 2014, 15.)

Vapaaehtoistoimintaa ohjaavat organisaation säännöt, ohjeistukset ja toimintakulttuuri, jotka muodostavat rajat toiminnalle. Lisäksi auttaja asettaa itse omia rajoja toiminnalleen. Toiminnan odotetaan synnyttävän tuloksia, kun vapaaehtoinen voi oman arkikokemuksen avulla ymmärtää asiakkaan merkitysmaailmaa ja tunnekokemuksia keskustelujen, empatian ja vastavuoroisuuden kautta. Onnistumisen kokemuksia synnyttävät keskustelut, joissa syntyy yhteisymmärryksen kautta jotakin uutta ja uusia merkityksiä sekä näkökulmia. Vapaaehtoistyöntekijän jaksamista voidaan lisätä tuella ja ohjauksella, jonka järjestää toimintaa organisoiva taho. Organisaatiossa on hyvä olla myös vastuuhenkilö, joka huolehtii toiminnan organisoinnista. Vapaaehtoistoiminnan lisääntyessä arviointia sekä tuotteistamista tulisi suomessa kehittää. (Mykkänen-Hänninen 2007, 35–51.)

Vapaaehtoistyötä toteutetaan myös kansalaistoimintana muun muassa talkootyönä, urheiluseurojen vapaaehtoistyönä ja erilaisissa oma-apu ryhmissä, joissa päämääränä ei ole heikompien auttaminen vaan toimia yhteisön jäsenenä yhteisön hyväksi. Vapaaehtoistyötä voidaan tarkastella myös vapaa-ajan vieton näkökulmasta, jossa motiivina pidetään henkilökohtaisten taitojen kehittämistä sekä itsensä ilmaisua ja palkitsemista. Tämän kaltainen toiminta voi olla esimerkiksi näyttötelemistä, tutorointia tai tapahtumien järjestämistä. Vapaaehtoistyön perusmotiivina on auttaminen, jolle jokaisella on omat syyt. Vapaaehtoistoiminta saattaa saada myös negatiivista ulottuvuuksia esimerkiksi, kun ryhmäpaine painostaa osallistumaan toimintaan tai yhteiskunta edellyttää osallistumista. (Marjovu 2014, 16–22.)

Sitoutuminen vapaaehtoistyöhön katsotaan tärkeäksi ja siihen vaikuttaa vapaaehtoisen motiivit ja sen säilyminen toiminnan aikana. Sitoutumisen keston vaikuttaa myös toiminnan kuormittavuus, eikä vapaaehtoistyö saa

muuttua väsyttäväksi tai velvoittavaksi. Pitkäaikaista sitoutumista pidetään usein puuduttavana ja sitoutumiseen vaikuttaa omaan elämään liittyvät tekijät kuten ansiotyö, lapsien saanti ja asuinpaikkakunta. Hyvänä sitoutumisaikana pidetään yleisesti yhtä vuotta. (Marjovuo 2014, 92–95.)

Vapaaehtoistyössä rakennetaan ystävyys suhde, jossa ei odoteta henkilökohtaisuutta tai molempien osapuolten tasavertaista investointia. Marjovuo ilmaisee suhteen persoonattomaksi ystävyudeksi mutta suhteessa voidaan ystävyystyä, kun kohtaamisesta tulee henkilökohtaista. Luottamuksesta tällaisissa suhteissa tutkimus ei pystynyt muodostamaan johtopäätöstä. (Marjovuo 2014. 120–121)

Vapaaehtoistyön avulla hankitaan myös ammatillisen osaamisen pohjaa ja edistetään työnsaantia. Myös opiskelu ja vapaaehtoistyö voidaan yhdistää, mutta silloin jää epäselväksi vapaaehtoistyön motiivi, onko se opintosuorituksessa vai vapaaehtoistyössä ja kumpi on toiminnan hyöty, vapaaehtoistoiminta vai opintopisteet. Oppilaitoksia pidetään hyvänä rekrytointi paikkoina ja opiskelijaharjoittelijoita pidetään positiivisena asiana vapaaehtoistyössä. (Marjovuo 2014, 60–62.)

Vapaaehtoistyön kansantaloudellista vaikutusta on tutkittu verrattuna palkkaperusteiseen toimintaan, jolloin on saatu laskettua vapaaehtoistyön kustannus säästöt. Tuloksissa selvisi, että vapaaehtoistyön kansantaloudellinen arvo yhtä työtuntia kohden on arviolta 6,5-kertainen eli yhdellä vapaaehtoistyöhön sijoitetulla eurolla saa kuusinkertaisen tuloksen yhtä työtuntia kohden. On myös tutkittu vapaaehtoistyön osuuden sekä omaisten vastuun kasvavan tulevaisuudessa, jotta yhteiskunnassa selvitään palvelutarpeen kasvusta. (Laasanen 2011, 16–20.)

Suomessa vapaaehtoistoiminta on suhteellisen nuori ilmiö verrattuna vapaaehtoistyön ykkösmaahan, Yhdysvaltoihin, ja ilmiötä on tutkittu suomessa vain vähän, mutta koko ajan enenemässä määrin. Ilmiön tutkimista vaikeuttaa osin vapaaehtoistoiminnan suppea dokumentointi ja tilastointi. (Marjovuo 2014. 11–12.) Muiden maiden tai kansainvälisten tutkimusten pohjalta ei voida rakentaa kuvaa suomen vapaaehtoistyöstä ja

tutkimusten soveltaminenkin on kyseenalaista. (Marjovuo 2014, 44.)
Vapaaehtoistyön syvällisempi tutkiminen vaatisi rajausta eri alueisiin, sillä toiminnan luonne vaihtelee eri tieteenaloilla ja laaja tutkimus jää näin pinnalliseksi. (Marjovuo 2014, 14.)

4.5 Vertaistuki vapaaehtoistoiminnassa

Vertaistuki on vapaaehtoista ja edellyttää osapuolet motivoitumaan yhteiseen toimintaan. Vertaistoimintaa määrittää samankaltaisten kokemusten jakavien osapuolten yhteinen tavoite. Vertaistuki kasvattaa sosiaalista pääomaa, kuten verkostoja ja luottamuksen rakenteita. Luottamus, joka syntyy tuttuudesta, vastavuoroisessa suhteessa, on keskeinen osa sosiaalisen pääoman kehittymistä. Vertaistuessa vuorovaikutuksen seurauksena epävarmuus pienenee ja hyväksytyksi tuleminen ja elämänhallinnan kokemus lisääntyy. (Gothóni ym. 2016, 165–168.)

Vertaistuki on sosiaalisen tuen muoto, jossa voimaannuttavaa on kokemusten jakaminen uusissa elämänvaiheissa, yhteenkuuluvuuden tunne sekä sosiaalinen suhde. Vertaisuutta voidaan kokea erilaisten ihmisten kesken sekä erilaisten elämäntilanteiden vuoksi samaistumisen ja myötäelämisen kautta. Kokemustieto ja elämän asiantuntijuus tuovat vertaisuuteen uskottavuutta sekä inhimillisyyttä ja mahdollistavat tunteiden ja kokemusten jakamisen, joka auttaa sopeutumaan uuteen elämäntilanteeseen. Vertaistuen kautta voidaan myös pyrkiä muutostyöhön sekä omaan kasvuun. Vapaaehtoistyössä toteutuu paljon organisoitua vertaistukea, jolloin toiminnassa korostuu oman kokemuksen hyödyntäminen, emotionaalinen läsnäolo, omien kokemusten perusta tukisuhteelle sekä tasavertainen ja vastavuoroinen tuki. Vertaistukijalla on omakohtainen kokemus sekä etäisyys tilanteeseen ja asiakkaalla mahdollisuus peilata kokemuksiaan tukijan tarinaan. Vertaistukijan ja asiakkaan välille syntyy yhteisymmärrys samojen arkikokemusten kautta. (Mykkänen-Hänninen & Kääriäinen 2009, 10–15.)

Ihmisen minäkuva ja merkitys rakentuvat suhteessa muihin ja vuorovaikutuksessa opitaan paljon itsestä ja muista. Vertaissuhteen avulla haetaan dialogisista keskusteluista uusia näkökulmia ja selviytymiskeinoja sekä merkityksiä ja tulkintoja omaan elämään. Dialogisuus vertaistuessa ei ole automaattista yhteisymmärrystä vaan synnyttää uutta, laajaa todellisuutta. Empatian säätely vertaissuhteessa on tärkeää asiakkaan toimintakyvyn, tilanteen hahmottamisen ja kuulluksi tulemisen kannalta. (Mykkänen-Hänninen & Kääriäinen 2009, 31–32.)

5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

5.1 Laadullinen tutkimus

Laadullista tutkimusta käytetään, kun ilmiötä ei tunneta kovin hyvin ja tutkimuksessa ei voida käyttää ongelman ratkaisemiseksi yksityiskohtaisia kysymyksiä. Laadullisella tutkimuksella pyritään saamaan syvällisempi ymmärrys aiheesta sekä tuottaa ilmiöstä hyvä kuvaus. (Kananen 2015, 36–40.) Laadullista tutkimusta luonnehditaan myös elämämaailman tutkimiseksi, jossa keskiössä on moninaiset merkitykset (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006).

Opinnäytetyön tavoitteena on saada ymmärrys söräperheelle tueksi-toiminnan vaikutuksista perheiden hyvinvointiin, joten laadullinen tutkimusmenetelmä antaa mahdollisuuden asiakkaiden kokemusten laajempaan esille tuloon. Aiheen tutkimiseksi olisi voinut yhdistää sekä laadullisen että määrällisen tutkimuksen menetelmät, jolloin kokemuksia olisi voitu tuoda esiin laajemmin. Tämä olisi vaatinut kuitenkin useamman opinnäytetyöntekijän.

Laadullinen tutkimus vaatii panostusta aineiston keruuseen, jotta aineisto olisi tarpeeksi kattava ja näin myös luotettava.

Aineistonkeruumenetelmänä haastattelu toimii yhtenä vaihtoehtona laadullisessa tutkimuksessa. Myös dokumentteja, kuten tilastoja, voidaan hyödyntää laadullista tutkimusmenetelmää käytettäessä. Laadullisessa tutkimuksessa haastattelut litteroidaan, eli puretaan tekstimuotoon, sekä analysoidaan. Aineisto yhteismitallistetaan tekstiaineistoksi joka mahdollistaa sisällön analysoinnin. (Kananen 2015, 57-62.). Valitsin aineistonkeruu menetelmäksi teemahaastattelun. Olisin halunnut käyttää aineistonkeruu menetelmänä haastattelun lisäksi perheiden alku- ja loppukartoitusta, mutta säröperhe toiminnassa on vasta viime aikoina aloitettu perheiden alkuhaastattelun sekä loppuhaastattelun dokumentointi, eikä näin ollen kyseisistä perheistä ollut saatavilla dokumentteja. Katsoin haastatteluiden olevan tarpeeksi laaja aineistonkeruumenetelmä.

Laadullisessa tutkimuksessa teoreettinen viitekehys tuo ilmiöön käsitteitä ja pohjustuksen, jonka avulla voidaan tulkita ja jäsentää uutta haastatteluista saatua materiaalia. Myös tutkijan oma ymmärrys aiheesta antaa näkökulmia johtopäätöksiin tekemiseen. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Teoreettinen tietoperusta rakentui aluksi hyvinvoinnin, perhe-elämän ja vapaaehtoisuuden aihealueista sekä yhteisöllisyyden ja osallisuuden käsitteistä. Tietoperusta tarkentui opinnäytetyöprosessin aikana ja käsittelee lisäksi vanhemmuutta, yksinhuoltajuutta, yksinäisyyttä, vertaistukea ja ennaltaehkäisevää työtä. Itselläni on kokemusta vapaaehtoistyötä, säröperhe- toiminnasta, perhe-elämästä ja yksinhuoltajuudesta.

5.2 Teemahaastattelu

Haastattelussa toiveena on ulkopuolisen haastattelijan vaikutus totuudenmukaisempaan vastaukseen. Analysoinnissa on otettava kuitenkin huomioon haastattelun virhemarginaali. Vaikka haastattelun keinoin pyritään saamaan syvällisempi tieto, voi haastattelu jäädä pinnalliseksi keskusteluksi. Teemahaastattelu toimii menetelmänä sen avoimuuden vuoksi, mutta aiheen kannalta olennaisiin teemoihin keskittyen. Teemahaastattelua ohjaa ennalta valitut aihepiirit joista keskustellaan joustavasti. Teemahaastattelua käytetään kun halutaan lisätä ymmärrystä ilmiöistä ja asioista. Teemahaastatteluun valitaan haastateltaviksi henkilöt, joilta arvellaan saavan parhaiten tietoa kokemuksista. Teemahaastattelussa on huomioitava ettei ennalta valitut teemat välttämättä osoittaudu samoiksi kuin vastauksissa nousevat teemat. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006). Haastattelun työssäni neljää vanhempaa, jotka ovat olleet säröperheelle tueksi – toiminnassa mukana vähintään vuoden. Tällöin perheessä on voitu huomioida mahdollisia vaikutuksia perheen arjessa ja hyvinvoinnissa. Haastateltavat vanhemmat ovat työntekijöiden valitsemat. Haastateltavien valinnan ehtona oli vähintään vuoden kestänyt osallistuminen toimintaan ja lisäksi valintaan vaikutti mahdollisimman laajan tiedonsaannin toive.

Teemahaastattelun käyttäminen tuntui loogiselta, sillä toiminnan tavoitteissa näkyvät selkeät teemat. Myös perheiden hyvinvoinnin käsitteissä korostuu erilaiset teemat. Teemahaastattelun keinoin selvitän säröperheiden kokemuksia toiminnasta sekä toiminnan vaikutuksia perheiden hyvinvointiin. Teemahaastattelu tuo aineistoon laadullisen tutkimusmenetelmän vaatimaa avoimuutta ja laajuutta. Esitän perheen vanhemmalle teemojen lisäksi tarkentavia kysymyksiä, jotta vastaukset olisivat mahdollisimman kattavia ja laajoja. Näin mahdollistuu jokaisen oman kokemuksen esille tulo ilman vastauksien johdattelua valmiisiin näkökulmiin.

Aineiston määrä täytyy laskea resurssien sekä toivottavan lopputuloksen mukaan (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006). Opinnäytetyön laajuuden sekä säröperheelle tueksi- toiminnan laajuuden perusteella päädyin neljän vanhemman haastatteluun. Neljän vanhemman haastatteluista sain kattavasti tietoa kokemuksista ja aineistojen litterointi sekä analyysi olivat vielä mahdollisia opinnäytetyön puitteissa. Arvioin haastatteluaineiston riittävyyttä kylläntymisellä, eli arvioimalla esiintyykö aineistossa useimpia näkökulmia tai toistaako vastaukset toisiaan (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006).

Laadullinen tutkimus edellytti tutkimusluvan saamista DILA:lta, jota hain ennen haastatteluiden toteuttamista. Lisäksi jokainen haastateltava allekirjoitti suostumuksen tietojen käyttämiseen opinnäytetyössä.

Laadullisen tutkimuksen mukaisesti opinnäytetyössä täytyy toteutua hypoteesittomuus, eli omat ennako-oletukset eivät saa ohjata tutkimusta. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Laadin haastattelurungon teoreettisen tietoperustan ja säröperhe toiminnan tavoitteiden ja arvojen pohjalta sekä halusin myös selvittää, toteutuuko toiminnassa tavoitteista poikkeavaa tukea.

Haastattelut toteutin marras- ja joulukuussa 2017. Haastattelut tehtiin haastateltavien kotona ja haastattelutilanteessa kaikkien lapset olivat kotona ja leikkivät itsenäisesti tai hoitajan kanssa. Lapset keskeyttivät muutamia kertoja haastattelut, mutta haastattelut sujuivat siitä huolimatta

hyvin ja keskusteluilmapiiri oli jokaisessa haastattelussa lämmin ja avoin. Jokainen haastattelu kesti noin tunnin ja litteroitua haastatteluaineistoa kerääntyi yhteensä 20 sivua.

Haastattelurungon teemat olivat hyvinvointi, yhteisöllisyys ja osallisuus. Laatamani haastattelurunko toimi tilanteissa hyvin ja kaikista teemoista sain kysytyä tarkentavia kysymyksiä sekä jatkokysymyksiä. Sain kaikkiin kysymyksiin vastaukset ja jokainen äiti kertoi keskusteluissa myös muita asioita säröperhe toiminnasta mitä en heiltä kysynyt.

5.3 Aineiston analyysi

Aineiston analyysillä tarkoitetaan lukemista, järjestelyä, erittelyä, luokittelua ja pohtimista. Analyysillä kiteytetään sisältöä ja tarkastellaan keskeisiä teemoja sekä käydään vertailua ja vuoropuhelua teorian, aineiston ja oman ymmärryksen välillä. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Analyysi on aina helpompi tehdä, kun aineisto on muutettu tekstinkäsittelyohjelmilla käsiteltäväksi. Analyysi sisältää kolme erilaista vaihetta, joista ensimmäiseksi toteutuu sisällön pilkkominen ja tiivistäminen, jolloin aineistosta saadaan koottua yläkäsitteitä ja aineistoa voidaan luokitella. Seuraavaksi toteutuu aineiston ryhmittely käsitteisiin, ominaisuuksiin ja alakäsitteisiin. Tämän jälkeen aineistoa käsitteellistetään ja kootaan päätelmät aiheesta. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 112–113.) Analyysissä toteutuu koko ajan aineiston tulkinta, jolloin tutkimustulos syntyy. Analyysissä esiintyy usein myös teemoittelu, keskeisten aiheiden muodostaminen ja tyypittely, jossa etsitään olennaisia, ominaisia ja keskeisiä asioita. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Päätin keskittyä opinnäytetyön tavoitteisiin vastaaviin asioihin ja teemoihin ja jätin muut aiheet työn tarkastelun ulkopuolelle.

Litterointi tarkoittaa haastattelujen puhtaaksi kirjoittamista. Haastattelu voi olla nauhoitetussa puhemuodossa tai haastateltujen vastaajien omalla

käsialalla kirjoittamia tekstejä. Aineisto kirjoitetaan yleensä tekstinkäsittelyohjelmalla hallitsemista ja analysoimista helpottavaan muotoon. Litteroinnissa epäselvyyttä saattaa aiheuttaa se, kuinka tarkasti esimerkiksi haastattelu pitää kirjoittaa puhtaaksi. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Litteroin äänitetyt haastattelut sana sanalta tekstimuotoon. Yksi äiti ei halunnut haastattelua äänitettävän, jolloin kirjasin haastattelusta muistiinpanoja, jotka kirjoitin puhtaaksi heti haastattelun jälkeen, jolloin haastattelu oli vielä tuoreessa muistissa.

Teemoittelu on sitä, kun laadullista aineistoa pilkotaan ja ryhmitellään erilaisten aihepiirien mukaan. Teemoittelun avulla tutkimusaineistosta hahmotetaan keskeiset teemat. Analyysimenetelmänä teemoittelu etenee keskeisimpien teemojen tunnistamisen ja ryhmittelyn jälkeen siihen, että teemoja pystyy tarkastelemaan yksityiskohtaisemmin. (Opinnäytetyöpakki 2016a.) Teemoittelin haastatteluaineiston haastattelurungon teemojen mukaisesti sekä haastattelussa esiin nousseiden teemojen mukaisesti, jolloin pystyin löytämään keskeisimmät tulokset.

Tyypittely voidaan tehdä teemoittelun jälkeen. Tyypittelyä käytetään, kun etsitään laadullisessa tutkimuksessa asioille yhteisiä ominaisuuksia. Yhteisistä ominaisuuksista muodostetaan yleistys eli tyypiesimerkki. Tyypittelyllä pyritään yksinkertaistamaan aineisto. Jos valitsee tyypittelyn analyysimenetelmäksi, tulisi aineiston olla riittävän laaja, jotta menetelmän käyttäminen sujuisi mielekkäästi. (Opinnäytetyöpakki 2016b.)

Laadullisen tutkimuksen analyysimuotoja ovat aineistolähtöinen, teoriasidonnainen ja teorialähtöinen ja työssäni toteutuu osittain jokainen analyysi muoto.

Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä pääpaino on aineistossa, jonka pohjalta rakennetaan teoria. Tätä voidaan kuvata siten, että käsitteitä yhdistelemällä saadaan vastaus tutkimustehtävään. Jotta uuden teorian luominen on mahdollista, tulee sitä verrata koko ajan alkuperäisaineistoon. Tällaista yksittäisestä havainnosta kohti yleisempiä väitteitä ja teorioita etenevää analyysiä kutsutaan induktiivisuudeksi. Puhdas aineistolähtöinen

tutkimustapa vaatii tutkijalta kykyä itsereflektioon esimerkiksi suhteessa tutkimusaineistoon, omiin ja yleisiin ennakkokäsityksiin, joten se toteutuu harvoin pelkästään tässä muodossa. Perusteluna tälle pidetään havaintojen, käsitteiden sekä menetelmien subjektiivista luonnetta sekä sitä, että pelkkään induktiiviseen päättelyyn perustuva tutkimus ei voi pohjautua pelkkään havaintojen kuvaamiseen, ilman ennakkokäsitystä tutkimuskohteesta. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 98, 113.) Haastatteluteemat olivat laajoja käsitteitä ja haastateltavien kokemukset olivat hyvin moninaisia, joten teoriapohjaa ja haastattelun tuloksia tuli verrata, yhdistellä ja etsiä havainnoille yleisempiä käsityksiä.

Teoriasidonnaisessa tutkimuksessa eli abduktiivisessa päättelyssä aineiston analyysi rakentuu sekä tutkittavasta aineistoista esiin nousseista löydöksistä että näiden tueksi ja vahvistukseksi haetuista teoreettisista selityksistä (Tuomi & Sarajärvi 2002, 95–99). Analyysimenetelmänä käytin vahvasti tätä menetelmää, jolloin etsin havainnoille vahvistusta teoreettisesta tietoperustasta.

Analyysissä tuli esiin myös teorioiden toteutuvuus myös muissa aihealueissa, jolloin olen tehnyt johtopäätöksiä monien teorioiden pohjalta. Deduktiivisessa eli teorialähtöisessä tutkimuksessa analyysin pohjalla on valmis teoria tai malli, jota tutkitaan uudessa asiayhteydessä. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 95–99.) Deduktion avulla joko hyväksymme tai hylkäämme teorioita tai olettamuksia, jonka tuloksena selitykset ja ennusteet syntyvät (Räsänen 2016, 3-4).

5.4 Laadullisen tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Tutkimuksen validiteettiin, eli pätevyyteen on kiinnitettävä huomiota valitessa haastattelukysymyksiä sekä teoriapohjaa. Myös reliabiliteettiin, eli luotettavuuteen ja johdonmukaisuuteen on kiinnitettävä huomiota haastatteluissa sekä analysoinnissa. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006).

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuskriteerit ovat siirrettävyys/sovellettavuus eli aineiston rikas kuvailu, totuudellisuus eli kuinka johtopäätökset vastaavat tutkimuskohteen todellista tilaa, vahvistettavuus eli kuinka tehdyt tulkinnan saavat tukea toisista tutkimuksista ja uskottavuus eli ennako-odotukset ja johtopäätösten oikeellisuus, tutkijan subjektiivisuus ja objektiivisuus sekä neutraali ote tutkimuksen löydöksiä kohtaan. Toisinaan väitetään, ettei laadullinen tutkimus pysty vastaamaan kysymykseen miksi ja syy-seuraus-suhde todetaan määrällisellä tutkimuksella. Yksi tapa tarkastella luotettavuutta on triangulaatio. Se yhdistää useita aineistoja ja menetelmiä, laadullisen ja määrällisen lähestymistavan. Tutkijatriangulaatio tarkoittaa taas useamman tutkijan osallistumista tutkimukseen. (Willberg 2009.) Olen pyrkinyt tuomaan monipuolisesti esille haastatteluiden tuloksia ja verrannut niitä laajaan teemojen mukaiseen teoria pohjaan. Johtopäätöksiini löytyy vahvistusta tutkimuksista ja olen käsitellyt aineistoa neutraalisti ja totuuden mukaisesti.

Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta lisää perustellut ja auki kirjoitetut kategorisoinnit. Haastattelun esitestaus ja harjoittelu lisää luotettavuutta. Yhtenäiset muistiinpanotekniikat ja käytänteet tutkijoiden kesken sekä videoiminen ja nauhoittaminen laajemman analysoinnin kannalta auttavat luotettavuudessa. On huomioitava, ettei vastaaja aina kerro muun muassa arkaluontoisista asioista todellista tilannetta. Pitää myös muistaa, että kertomus voi olla täysin tosi, vaikkei se siltä kuulostaisikaan. Uskottavuutta ja vakuuttavuutta voidaan parantaa kriittisellä ja arvioivalla työasenteella. Arviointi on kokonaisvaltaista kriittistä tarkastelua johon auttaa utelias ja skeptinen ote. Reflektointi koko prosessin ajan ja tarkastelemalla tutkimusta kokonaisuudessaan vaihe vaiheelta sekä miettimällä ongelman suhdetta menetelmiin luodaan luotettavampaa tutkimustulosta. (Menetelmäopetuksen tietovaranto 2013.) Haastattelu oli tarkoin mietitty ja esitettävä ja niiden äänittäminen lisäsi aineiston luotettavuutta. Haastattelutilanteisiin sain luotua luottamuksellisen ilmapiirin ja haastateltavat vastasivat kattavasti ja avoimesti kysymyksiin, joten haastatteluaineistoa voin pitää uskottavana.

Tutkimus, niin haastattelukin toteutetaan noudattaen tiedeyhteisön tunnustamia toimintatapoja eli rehellisyyttä, yleistä huolellisuutta ja tarkkuutta valmistelussa, tallentamisessa, esittämisessä sekä tulosten arvioinnissa. Vilppi ja piittaamattomuus ovat hyvän tieteellisen käytännön loukkauksia joita voi esiintyä myös haastattelussa. Sen lisäksi että ne ovat hyvän käytännön vastaisia, ne voivat olla myös lainvastaisia. Vilppi on väärän tiedon tai tulosten esittämistä. Haastattelussa vilppi voi ilmetä kysymysten tai vastausten vääristelyllä tai havaintojen vääristelyllä, eli muokkaamista niin että tulos vääristyy. Vääristelyllä tarkoitetaan perusteetonta tulosten muuttamista tai valikointia tai johtopäätösten kannalta olennaisen tuloksen esittämättä jättämistä. Piittaamattomuus esiintyy laiminlyöntinä ja holtittomuutena eri vaiheissa. Haastattelussa se on huolimaton ja siten harhaanjohtava raportointi, haastattelun puutteellinen kirjaaminen ja säilyttäminen sekä samojen tulosten julkaiseminen useita kertoja näennäisesti uusina. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012.) Olen toiminut koko prosessin ajan rehellisesti ja huolellisesti, säilyttänyt materiaalia asianmukaisesti sekä ollut kirjaamisessa tarkka.

Kun haastattelun kohteena on kokemus, tutkija tekee tulkinnan haastateltavan kertomuksesta, eikä näin ollen voida saada yleispätevää ymmärrystä tutkimuskohteesta. Tutkijan on osattava kuvata kokemuksellinen ilmiö ilman että se muuttuu tutkijan merkitysyhteydeksi. Yleensä ymmärrämme maailmaa sen mukaan, miten itse olemme kokeneet ja ymmärtäneet. Etukäteinen ymmärrys on korvattava tieteellisellä asenteella. Haastattelija on aloitteen tekijä, mutta asiasta tietämätön, kun haastateltavalla on tieto asiasta. Haastattelijalla on aina vaikutus haastateltavan vastauksiin. Haastattelija aina myös jollain tapaa ohjaa tai suuntaa keskustelun puheenaiheita. Haastattelun runko tehdään usein intuition perusteella, joka on haasteellista tutkimuksen kokonaisuudelle; mieleen juolahtaneet asiat ovat vaillinaisia, tutkijan ennakkokäsityksiin pohjautuvia, näin myös analysointi on hankalaa ilman teoreettista kytköstä. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012.) Koska haastattelu runko pohjautui sekä teoriaan että toiminnan tavoitteisiin, ei

omat näkemykseni ohjanneet haastattelua. Kysymykset olivat avoimia ja tein avoimia tarkennus- ja jatkokysymyksiä jotka mahdollistivat haastateltavan oman näkemyksen esiintulon. Haastattelun tuloksiin olen vaikuttanut sillä, kuinka paljon olen tehnyt jatkokysymyksiä eri teemoista ja eri haastateltavien kohdalla. Tähän on vaikuttanut haastateltavien erilaiset kokemukset teemoista.

Haastattelun teeman tulee olla niin väljä, että tutkittavan ilmiön todellinen monipuolisuus tulee esiin. Tähän auttaa teema-alueuuttelo. Alueiden pohjalta haastattelua voidaan jatkaa ja syventää niin paljon kuin tutkimusintressit edellyttävät. Tutkija voi tarkentaa omilla vastauksilla vastauksia, mutta on varmistettava, että kaikki teema-alueet käydään läpi. Esihaastattelu auttaa kohdejoukkojen, teema-alueiden ja sanavalintojen tarkentamisessa. Tärkeää haastattelussa on synnyttää luottamusta vapaamuotoisella keskustelulla ennen haastattelua sekä haastattelun lopuksi. Henkilökohtaisia asioita käsiteltäessä ei ole sopivaa lopettaa keskustelua heti kun omat tavoitteet on täytynyt. Tutkija ei saa käyttää haastattelussa liian ohjaavia kysymyksiä, sillä se ohjaa vastausten painopisteen tutkittavan ajatuksista tutkijan näkemyksiin. Mielenkiinto kohdistuu nimenomaan tutkittavaan ja hänen kokemuksiinsa. Teema-alueet antavat vapauden kysymysten järjestykseen eikä näin ohjaa tietynlaisten vastausten antamiseen. Tutkijan on osattava käyttää haastattelumenetelmää, jotta menetelmä tulee hyödynnettyä hyvin ja luotettavasti. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 68–69, 73–75, 90–92.) Haastattelu tilanteen aloitin aina itseni esittelyllä ja vapaalla keskustelulla. Kävin kaikkien kanssa läpi haastattelun tarkoituksen ja jokainen haastateltava allekirjoitti suostumuksen haastattelumateriaalin käyttöön. Haastatteluissa käytiin kaikki teema-alueet läpi ja haastateltavat saivat puhua heille tärkeistä asioista. Teemahaastattelu toteutui asianmukaisesti ja onnistuneesti ja myös haastattelurunko osoittautui toimivaksi.

Saadut tulokset tulee esittää selkeästi, huolellisesti, rehellisesti ja tarkasti. Raportin ja raportoinnin perusteella arvioidaan opinnäytetyön luotettavuutta ja uskottavuutta. Opiskelijan tulee noudattaa kirjoittamista koskevia eettisiä periaatteita ja sääntöjä. (Opinnäytetyön eettiset

suositukset 2016.) Hyvän tieteellisen käytännön näkökulmasta on tärkeää, että tulosten tallentamisessa noudatetaan rehellisyyttä. Tutkimuksen tuloksia julkaistaessa toteutetaan vastuullista tiedeviestintää ja avoimuutta. (Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa 2012, 6.)

6 HAASTATTELUIDEN TULOKSET

Perheet ja äitien toiveet vapaaehtoistoiminnalle

Haastattelin neljän perheen äitejä heidän kokemuksistaan vapaaehtoisesta perheessä. Kolme haastateltavista oli yksinhuoltajia ja lapsia perheissä oli yhdestä neljään. Kaikki neljä äitiä kertoivat kuulleensa neuvolasta säröperhe- toiminnasta ja saaneensa nopeasti vapaaehtoisena. Jokaisen neljän perheen luona on käynyt vapaaehtoinen yli vuoden ajan. Vapaaehtoisten käynnit ovat toteutuneet kahdesta neljään kertaan kuukaudessa, muutaman tunnin kerrallaan. Kaikki perheet olivat haastatteluhetkellä edelleen yhteydessä vapaaehtoiseen. Kahdessa perheessä vapaaehtoinen jatkoi vuoden jälkeen perheessä edelleen vapaaehtoisena ja kahdessa perheessä vapaaehtoinen käy perheessä perheen ystävänä eikä ole enää säröperhe-toiminnan kautta vapaaehtoinen.

Kahdella perheellä oli toiveena saada vapaaehtoistoiminnan kautta omaa aikaa ja aikaa omien asioiden hoitoon. Yhden perheen toiveena toiminnalle oli saada isommalle lapselle jakamatonta huomiota äidin ollessa pienemmän lapsen kanssa. Yhden perheen odotukset toiminnalle oli saada kaveri itselleen ja lapsilleen sekä saada tukea Lahdessa liikkumiseen ja tapahtumiin osallistumiseen. Perheiden toiveet pysyivät samana toiminnan aikana, lukuun ottamatta yhtä perhettä, jossa toivottiin lasten kasvaessa vapaaehtoisena olevan molempien lapsien kanssa, jotta äiti saisi enemmän omaa aikaa.

"Et odotukset oli siinä et sais vähän omaa aikaa varsinkin arki-iltasin, ku vaikee päästä kauppaa ja mihkää, ku koska se on se kahen tunnin aika haarukka mis pitää lapset ruokkii ja pestä hampaat ja saada viel nukkuu."

"Et saa sitä omaa-aikaa... sitä, et se on jonkun luona, et saa hoidettuu asioita ja et ku sillon pienempänä varsinki, ku se oli kokoajan mus kiinni 24/7 ja sillon nii sai tehtyy ruokaa ja käytyy suihkussa."

6.1 Vapaaehtoinen hyvinvoinnin edistäjänä

Vapaaehtoisten käynnit perheissä sisälsivät puistoissa käyntiä sekä mahdollistivat kaikille neljän perheen äideille hengähdystaukoja ja omaa aikaa esimerkiksi kaupassa tai suihkussa käyntiin. Yksi äiti totesi lisäkäsien olleen erittäin tervetulleet perheen arkeen.

Vapaaehtoisten käyntien määrä tuntui kaikista äideistä sopivalta. Yksi äiti kertoi aluksi parin tunnin tuntuneen lyhyeltä ajalta ja toivoneen määrällisesti enemmän apua, mutta olevan määrään tällä hetkellä tyytyväinen. Yksi äideistä kertoi, että he sopivat vapaaehtoisen kanssa tilanteen mukaan tapaamiset, joita oli välillä useimmin ja toisinaan saattoi tulla muutaman viikon tauko.

Yksi äiti kertoi pyytäneensä perheelle vapaaehtoista, jotta saisi pidempiaikaista tukea ja pidempiaikaisuuden vuoksi hän koki vapaaehtoisen avun parempana kuin perhetyöntekijän muutamat tunnin kestävät käynnit.

"ku piti saada jotenki pitkäaikasempaa ni ne ehotti säröö"

"et must tää on sillee paljon parempi, ku ne perhetyöntekijät, ku ne on vaa sen kuukauden tai kaks... ni seki meni niin nopeesti et siit en saanu sille mitää hyötyy ja ku ne tuli niinku sillee luokse ja me vaa höpötettii se tunti vai kauan neki oli ni jotenki se vaa meni ni se ei ollut niin sellasta et mä sain apua, tai no juttu seuraa joo mut sit se jäi se semmonen oma aika mitä mä silloin tarvitsin et täs on ku tää on tällai pidempi aika"

Kaksi äitiä halusi aluksi enemmän tukea ja vapaaehtoisen käyntejä ja myöhemmin elämäntilanteen muututtua tarve vähentyi. Yhden perheen äiti on ollut tapaamisten lisäksi yhteydessä vapaaehtoiseen myös paljon puhelimitse. Yksi äiti kertoi voivansa pyytää vapaaehtoista käymään myös useammin, jos sille on tullut tarvetta.

Kolme äitiä kertoi vapaaehtoisen käyntien auttaneen jaksamisessa. Yksi äideistä kuvasi piristyneen paljon vapaaehtoisen aloittamisen jälkeen ja masennuksen helpottaneen. Hän piti piristäväenä tekijänä sitä, että oli joku jonka kanssa jutella. Yksi äideistä koki hyvinvointiin vaikuttaneen, kun sai

levätä ja tehdä omia asioita, eivätkä kaikki asiat liittyneet lapseen. Äiti kuvasi, että tapaamisista on tullut rutiini arjessa, sillä käynnit ovat aina samana päivänä ja rutinoitumisen auttavan asioiden hoitamisessa.

"...no jaksamisessa näkyy, et tottakai ku itte voi paremmin ja saanu kaverin ja vähä sitä tukea.."

"Nii onhan se jotenki vaikuttanut, saanu levättyy ja tehä niit omii asioita, ettei aina oo ollu vaa ton lapsen ympärillä ne asiat ja omaa jaksamiseen."

Kolme äitiä kertoi vapaaehtoisen tuoneen myös uusia asioita lapsen elämään, kuten erilaisia leluja, lukuhetkiä ja enemmän huomiota ja leikkiseuraa sekä uusia makuelämyksiä. Yksi äideistä koki positiiviseksi asiaksi, kun lapsi sai myös miehen arkeen ja kuvasi että on kiva, kun on muitakin ihmisiä perheen arjessa. Yksi kertoi saaneensa vapaaehtoistoiminnan kautta joululahjoja lapsille ja toinen äiti kertoi vapaaehtoisen muistavan lasta lahjalla hänen syntymäpäivänään. Yksi äideistä kertoo vapaaehtoisen keksivän paljon erilaista tekemistä lapsen kanssa. Äiti ei touhua niin paljon lasten kanssa ja hänestä on ihanaa, että vapaaehtoinen esimerkiksi askartelee lapsen kanssa ja käy puistoissa ja kuvaa vapaaehtoisen käymisen rikastuttavan perhettä tuodessaan monipuolista tekemistä ja seuraa.

6.2 Yhteisöllisyys toiminnassa

Kaikkien neljän perheen lähipiiri ja tukiverkosto oli olematon tai pieni vapaaehtoisen aloittaessa. Yksi perhe oli vapaaehtoisen aloittaessa vasta muuttanut Lahteen ja äidin vanhemmat kävivät töissä. Äiti kertoo, ettei enää tarvitse vapaaehtoista sillä omat vanhemmat ovat eläkkeellä ja perhe saa apua heiltä. Äidit kertovat, että he ovat jakaneet vapaaehtoisen kanssa perheen asioita, vastuuta arjen rutiineista, ruokailuista ja ulkoiluista, ja yksi kuvasi arjen jakamisen olevan voimauttavaa.

Kolme äideistä oli viettänyt aikaa yhdessä vapaaehtoisen kanssa esimerkiksi puistossa käydessä ja yhdessä perheessä vapaaehtoinen

vietti aikaa enimmäkseen lapsen kanssa. Kaksi perhettä kävi yhdessä vapaaehtoisen kanssa myös erilaisissa lastentapahtumissa, jolloin lasten puuhastellessa äideillä ja vapaaehtoisella oli aikaa keskustella keskenään.

"...et siin on toinen aikuinen et sellasee niinku autto ja madalsi kyl sitä rimaa osallistuu kaikkee ja lähteä sielt kotoa, ...se oli kyllä ihan hyvä et se auttaa siihen et lähtee pois kotoa ja se aina auttaa jaksamaan et saa lähettyy jonnekki, ku se on tietys vaihees aika raskasta se pois kotoota lähteminen."

Yhden perheen äiti kuvaa vapaaehtoisen käymistä myös äidin henkilökohtaiseksi tueksi, mutta kertoo myös lasten saaneen huomiota, joka on auttanut äidin taakkaa.

"On se ollut munki henkilökohtanen juttu, mut on lapsetki saanu aina siinä huomiota et se oma henkilökohtanen taakka, et minä vaan huomioin lapsia, et se on niinku ja kun ne luottaa siihen tukihenkilöön et ei ne multa tuu aina kysyy kaikkea."

Kaksi äitiä koki, että oli helppoa lähteä toimintaan mukaan ja yhteistyö sujui hyvin. Yksi äiti kertoo omien asioiden jakamisen olleen helppoa oman avoimuuden vuoksi ja helpottaneen entisestään tutustuttuaan vapaaehtoiseen paremmin. Myös vapaaehtoisen samankaltainen elämäntilanne helpotti asioiden jakamista sekä vastavuoroinen suhde, jossa vapaaehtoinen itsekin jakoi asioita perheen kanssa.

"...mä oon aika avoin tyyppi ni mua ei niinku, se ei ollut mulle vaikeeta, ja sit ku selvis et on samallai elämäntilanne..."

Kahden äidin mukaan aluksi oli tuntunut hankalalta sopia tapaamisia ja asioiden jakaminen oli tuntunut vaikealta. Toinen äiti kertoi olleensa aluksi epäileväinen ja äitiä mietityttäneen, miten lapsi pärjää vapaaehtoisen kanssa.

"lähti se ja mun mielest aika nopeestikki kyllä et sillon, ku tuli särötoimintaan, ni löys ton perheen ja se oli nopeeta ja sitte kyl toikii toiminta oli sillee, et olinhan mä tosi varautunut ku oli just vapaaehtosest kyse et ketä siel on... mut kyl se pikkuhiljaa sit et just ku vaikutti niin mukavilta, ni aika nopeesti tuli sellai luottamus."

"alku oli vähän vaikee tai piti itse vaan vaikeempaan kuin se olikaan, et löyty helposti se et käydään puistossa ja kun sillä oli samanikänen lapsi ni se oli helppo sitte se kohtaaminen"

Äidit kertoivat yhteistyön lähteneen sujumaan hankalan alun jälkeen hyvin. Yksi äiti tuli vapaaehtoisen kanssa läheisimmiksi, kun hän kertoi rehellisesti tilanteestaan. Äidille oli ollut myös suuri kynnys pyytää perheelle vapaaehtoista, sillä ajatteli että yksin pitää pärjätä. Äiti kuvasi, ettei ikinä ole ollut hyvä puhumaan omista asioistaan. Vapaaehtoisen ihana persoona auttoi siinä, että hän uskalsi avautua hänelle sekä vastavuoroinen suhde. Vastavuoroinen suhde on äidin mielestä mukavampi ja kertoo vapaaehtoisen luottavan häneen ja toteaa vastavuoroisesta suhteesta kehittyvän kaveruus.

"Siis helppoahan se ei ollut et mä otin sit sen asenteen tai et mä päätin sen et ite hyötyy enempi jos kertoo vähän niinkö, ihan rehellisesti et miten menee... aattelin et nyt annetaan mennä, et annetaan mahdollisuus toiselle."

Kaksi äitiä kertoo positiiviseksi asiaksi, että vapaaehtoisen kanssa oli helpompi lähteä kodista pois ja vapaaehtoisen käynnit auttoivat jaksamaan, että saa lähdettyä ja kiinnosti lähteä. Kaksi äitiä kuvasi seurasta olevan myös konkreettista apua liikkussa puistossa useamman lapsen kanssa ja että pääsee esimerkiksi vessaan kauppakeskuksessa, kun lapsi on rattaissa ja näin madaltaneen kynnystä lähteä eri tapahtumiin.

"helppo lähtee hänen kanssa vaikka sinne perhepuistoon et neljä villii lasta et yksin ei kyl tuu lähetty... et tullu ainaki liikuttuu ja saanu sellasta varmuutta siihen että voi yksinki lähteä"

"..ku yksin menee johki lasten tapahtumiin niin... siin on aina pieni sellai raskas vire et mä oon niinku yksin siellä et mul ei oo ketään ja sit ku menee sinne jonkun toisen kanssa ni se aina tuntuu paljon paremmalta mennä sinne vaikka siel nyt jonkun tutun tapaiski mut kyl se tuki sitä osallistumista noihin yhteiskunnan toimintaa et oli helpompi lähteä"

Yksi äiti kertoi käyneensä paljon säröperhe-toiminnan tapahtumissa ja saaneen sieltä lisää apua lasten hoitoon, joka helpotti tapahtumissa käymistä. Äiti on tutustunut tapahtumissa toisiin perheisiin ja piti myös

erilaisia elämyksiä tärkeinä lapsille. Perheen äiti kertoi, että palattuaan töihin, perhe ei ole osallistunut aikataulujen vuoksi niin usein tapahtumiin kuin haluaisi.

"...säröthän ku ne järjestää kaikenlaisia tapahtumia... ni kyl käytiin kaikissa niissä ja sieltä tuli sitten, ...apua ni uskalsi lähteä, ...aivan ihania kaikkia juttuja järjestäneet ja niistä lapset saa elämyksiä."

Kaksi äideistä ei ole osallistunut särötoiminnan tapahtumiin aikataulujen vuoksi, vaikka piti niitä mielenkiintoisina. Yksi äiti koki lahdessa olevan niin paljon muutakin toimintaa perheille, ettei osallistunut särön toimintailtoihin, tapahtumiin tai retkiin. Yksi äiti toteaa olevan huono lähtemään tapahtumiin, vaikka haluaisi.

Kaksi äitiä ystäväystyi vapaaehtoisen kanssa ja myös kolmas äiti kokee saaneensa vapaaehtoisesta yhden ihmisen lisää lähipiiriinsä ja uskoo, että vapaaehtoinen pysyy perheen arjessa pitkään. Kaksi äitiä kertoi viettäneensä aikaa vapaaehtoisen kanssa myös ilman lapsia. Yksi äiti kertoo vapaaehtoisen olevan koko perheen ystävä jolta kaikki saavat huomiota ja seuraa niin yhdessä kuin erikseen. Äiti on käynyt vapaaehtoisen kanssa muun muassa kahvilla ja lapset elokuvissa sekä kylässä vapaaehtoisen luona. Yksi äideistä kuvasi lapsen ystäväystyneen vapaaehtoisen kanssa. Yksi äiti kertoi käyneensä perheineen vapaaehtoisen perheen kanssa yhteisellä lomamatkalla, kun suhde muodostui ystävyysuhteeksi. Yksi äiti kertoo, ettei osannut odottaa vapaaehtoiselta saavan niin suurta hyötyä vaan odotukset kohdistuivat omaan aikaan. Yksi äiti kertoi tutustuneen myös uusiin ihmisiin vapaaehtoisen kautta.

"osuva tyyppi et ollaan edelleenkin yhteyksissä et meist tuli tosi hyvät kaverit ja et lapsista tuli kans kavereita."

"No kyl mä aattelen lapsienkin kannalta, et se on niinku tuttu turvallinen aikuinen siinä, et niinkö ystävä, et ei oo mikää kumminkaa mikää niinkö varamummo tai mitää semmost..."

6.3 Osallisuus toiminnassa

Kaikki neljä äitiä kokivat saaneensa apua vapaaehtoisesta jo heti muutaman kerran jälkeen. Kaksi äitiä kuvasi apua erittäin tärkeäksi masennuksen vuoksi sekä kaivanneensa apua jaksamiseen voimavarojen ollessa jo vähissä. Yksi äiti kertoi, että vapaaehtoisen käynnit piristivät heti koko perhettä. Yksi äiti kertoi avoimen mielen auttaneen nopean avun kokemuksen syntymiseen ja ettei hän ottanut toiminnasta paineita, vaan antoi toiminnan käynnistyä omalla painolla.

"nopeesti sai sitä aikuis-seuraa ja lasten kans käytti et piristi kyl kaikkia varmasti"

Kaikki äidit kertoivat luottamuksen syntyneen nopeasti vapaaehtoisen kanssa ja vuorovaikutuksen olevan sujuvaa. Yksi äideistä kertoi vapaaehtoisen ammatin synnyttäneen luottoa suhteen alkuvaiheessa siihen, että vapaaehtoinen tulee toimeen lasten kanssa. Toinen äiti kertoi luottamuksen kokemuksen syntymistä auttaneen se, että vapaaehtoinen on nainen ja itsekin äiti. Yksi äideistä kertoi olleensa varautunut ja epäileväinen aluksi, mutta luottamuksen syntyneen nopeasti tutustuttuaan vapaaehtoiseen.

Kaikille äideille oli tärkeää pidempiaikainen suhde. Yksi äiti kuvaa, että pidempiaikaisessa suhteessa on ehtinyt tutustumaan kunnolla, toisin kuin perhetyöntekijöiden kanssa aikaisemmin, sillä he vaihtuivat muutaman kuukauden välein.

(merkityksellinen suhde) "Joo, ku et se ois vaan joku, tai just jos vertaa siihen perhetyöntekijää... ku onks se kuukauden vai kahen ja sit se loppuu, ni sit jos otti lisää ni tulee aina uus tyyppi, ni toihan on aina sama et kerkee niinku tutustuu."

Myös toinen äiti kertoi tärkeäksi, että auttaja on aina sama henkilö, jotta vapaaehtoiseen syntyy luottamuksellinen suhde. Se että perheellä on vapaaehtoinen, tuo äidille turvallisuuden tunnetta, kun lähellä on joku keneen voi luottaa ja joka voi auttaa. Yksi äiti kertoi luottamuksen syntymisen olleen erittäin tärkeä asia vapaaehtoisen kanssa, jotta äiti voi hyvillä mielin keskittyä omiin asioihin ja painotti saman henkilön avun

merkityksellisyyttä luottamuksellisen suhteen säilymiseksi. Yksi äiti kertoi, että vapaaehtoisesta on muodostunut lapselle tuttu ja turvallinen aikuinen.

Kaikki äidit kokivat lastensa pitävät vapaaehtoisesta ja luottavan häneen. Kolmen äidin mukaan lapset muistavat vapaaehtoisen ja ilmaisevat suhteen merkittävyyttä puhumalla vapaaehtoisesta sekä kyselemällä hänestä. Yksi äideistä kertoo lapsien ottavan vapaaehtoisen innoissaan halien vastaan sekä hyvästelevänsä hänet halauksin. Toinen äiti kertoo lasten luottavan vapaaehtoiseen mikä ilmenee kontaktin ottamisella vapaaehtoiseen. Kaksi äitiä kertoi lasten saavan vapaaehtoiselta aikuisen jakamatonta huomiota. Toinen äiti kertoo, ettei hän itse olisi lähtenyt esimerkiksi vain yhden lapsen kanssa elokuviin.

"Saa vähän spesiaalia aikaa jokainen siinä."

"mitä on puhuneet täällä ja kyselleet et millon hän tulee. Ja just se, että et miten ottaa vastaa, ku tulee ja lähtee. Innoissaa aina ovat, et sehän sen kertoo."

Yhden perheen lapsien oli äidin mukaan helppo suhtautua vapaaehtoiseen eivätkä he ujostelleet vapaaehtoista. Yksi Äiti kertoo kahden-vuoden ikäisen lapsen tunnistavan ja sanovan vapaaehtoisen nimen ja lähtevänsä mielellään vapaaehtoisen luokse ja äiti uskoo lapsen tykkäävän olla vapaaehtoisen luona ja piti hyvänä asiana, että lapsi viettää aikaa myös miespuoleisen ihmisen kanssa.

Yhdessä perheessä lapset ovat itse saaneet päättää mitä vapaaehtoisen kanssa tehdään. Muut ilmaisivat vapaaehtoisen ja äidin päättävän mitä vapaaehtoisen kanssa tehdään.

"no oikeestaan lapsilta on kysynyt et, jos on sillee et ottanut yhen kerrallaa ja kysynyt et mihinkä haluaa... et ihan kaikkee mitä lapset on halunnut tehdä."

Kaksi äitiä kuvaa kokevansa tulleeensa kuulluksi ja saaneen rinnalla kulkijan. Yksi äiti kertoi sekä perheen että vapaaehtoisen huomioivan toistensa toiveita sekä vapaaehtoisen auttavan myös lasten vahtina, jos vanhemmilla on tärkeitä menoja. Yksi äideistä kertoo, että vapaaehtoisen kanssa pystyy myös juttelemaan ja häneltä saa tukea, jos on vaikeata.

Toinen äideistä kertoo, että vapaaehtoinen on ollut kuulolla perheen tilanteessa ja tarjonnut itse lisäapua, kun perhe on sitä tarvinnut.

Vapaaehtoisen kautta yksi äiti koki saaneen uusia näkökulmia elämään sekä hän koki alkaneensa arvostamaan erilaisia asioita kuten lasten isää ja omaa elämäntilannetta ja perhettään.

Yhteen perheeseen kuului myös isä. Isällä ei ollut toiveita toimintaa kohtaan eikä isää huomioitu toiminnassa, muuten kuin joskus vapaaehtoinen oli ollut lasten kanssa, niin että äiti ja isä olivat päässeet yhdessä jonnekin. Joskus isä oli ollut kotona, kun vapaaehtoinen oli ollut käymässä.

Yhden perheen luona aloitti aluksi kaksi vapaaehtoista, joiden vapaaehtoistoiminta liittyi heidän koulun (LAMK) kurssiin. Äiti koki aselman huonoksi sillä apu ei tuntunut vapaaehtoiselta, sillä he suorittavat samalla opintopisteitä ja äiti koki heidän motiivin olevan opintopisteet, jolloin apu ei tuntunut aidolta. Äiti myös koki, ettei muutamassa kuukaudessa ehdi tutustua toiseen kunnolla ja syntyä luottamuksellista suhdetta.

6.4 Vertaistuen merkitys hyvinvointiin

Kolme neljästä äidistä kertovat vertaistuen olleen merkittävä ja tärkein tuki arjessa jota vapaaehtoiselta saa. He kokivat tärkeäksi, että auttajan kanssa syntyy vastavuoroinen suhde. Kaksi äitiä kuvaa suhteen vapaaehtoiseen muodostuneen ystävyysuhteeksi.

"Se muodostui erilaiseksi loppupelissä loppuakohden, kun meillä oli tukihenkilön kanssa aika samanlaiset elämäntilanteet ja hänkin oli yksinhuoltaja ni meistä tuli tosi hyviä kavereita et sit se oli enemmänkin sellasta vertaistukea sitte lopulta."

Vertaistuki mahdollisti äideille asioiden jakamista, keskustelu apua, ymmärretyksi tulemista sekä vähensi yksinäisyyttä. Kaksi äitiä kuvasi vertaistuen olleen voimavara ja henkireikä heille. Yksi äiti toteaa vapaaehtoisen olevan "osuva tyyppi" ja heidän olevan edelleenkin

yhteyksissä, sekä myös heidän lapsistaan tulleen kavereita. Toinen äiti koki pystyvänsä aina soittamaan vapaaehtoiselle ja vapaaehtoinen oli saatavissa.

" Se et oli joku seura johonkin leikkipuistoon, ei tarvinnu yksin olla, ku asuttii keskustas ni ne oli aina eri ihmiset leikkipuistossa ni ei siel pystynyt tutustuu keneenkään, et vaik oli kerran jutellu jonku kans ni ei todennäköisesti enää ikinä nähny sitä".

"...se vertaistuki, et pysty puhuu samoista asioista ja ymmärs mistä on kyse, et se oli sillai aika hyvä."

Yksi äideistä kertoi saaneensa tukea vapaaehtoiselta ja kertoo luottamuksen syntymistä helpottaneen se, että perheen vapaaehtoisella on lapsia ja hän työskentelee lasten kanssa, joten äiti voi kysyä vapaaehtoisen näkemyksiä tilanteissa ja ottaa mallia vapaaehtoisen toiminnasta. Yksi äideistä oli toivonut naista vapaaehtoiseksi, sillä hänen kokemuksensa mukaan oli helpompi kommunikoida naispuoleisen vapaaehtoisen kanssa, jolla on lapsia ja joka osaa leikkiä lasten kanssa ja ymmärtäisi perheen tilannetta. He vaihtavat aina kuulumiset ja juttelevat, vaikka vapaaehtoinen keskittyy osan aikaa lapsen kanssa olemiseen. Äiti kuvaa suhdetta lämpimäksi ja molemminpuoliseksi, sillä myös vapaaehtoinen voi kertoa itsestään. Äiti kuvaa keskusteluita voimaannuttaviksi kokemuksiksi ja hän kokee tullessa kuulluksi ja ymmärretyksi.

Kaksi äitiä kuvaa vapaaehtoisen tuoman avun näkyneen henkisessä jaksamisessa sekä heitä auttaneen vertaistuki ja tieto, että muitakin ihmisiä on vaikeassa elämäntilanteessa.

"sellast henkistä jaksamista... henkistähän se onkii nii, et ku tietää et on muitaki ihmisiä jotka on vaikees tilantees."

Yksi äiti koki suhteen syntymistä helpottaneen myös lyhyt välimatka, jolloin oli helppoa sopia ulkoiluista. Hän ei muistanut oliko asettanut mitään toiveita vapaaehtoiselle, mutta arveli että jos hän jotakin on sanonut kaipaavansa, niin vertaistukea, eikä toiminnan edetessä kaivannutkaan

muuta tukea. Hän myös kuvasi olleensa yllättynyt, kuinka hyvä onni oli saada juuri hänet vapaaehtoiseksi.

"osaa sillee arvostaa tiettyjä asioita, kun saa uudenlaisen näkökulman tähän samaan elämäntilanteeseen. Vaik näyttää ulospäin et elää samas tilentees, mut sit ei kaikki aina oookkaa niin, ja puolin ja toisin arvostaa enemmän jotain asioita."

Yksi äiti arveli molempien toimineen vertaistukena toisilleen ja sen tuntuneen luonnolliselta. Hän kertoo heillä käyneen aiemmin perhetyöntekijä, mutta äiti koki aselman vaivaannuttavaksi, eikä ollut halunnut puhua perhetyöntekijälle asioistaan, eikä sen myöskään tuntuneen luonnolliselta, vaan jäykältä. Äiti arveli asennoituneen vapaaehtoiseen paremmin, sillä uskoi vapaaehtoisen oikeasti haluavan auttaa ja häntä kiinnostavan auttaa. Vapaaehtoistoimintaan turvautumiseen oli matalampi kynnys ja toiminnassa oli häilyvämpi avunsaaja – avunantaja asetelma, eikä se myöskään tuntunut niin teennäiseltä kuin perhetyöntekijän apu.

"Sillon ku nuorempi synty ni kävi perhetyöntekijä... ni siin oli sellai niinku vaivaannuttava, enkä mä halunnu puhua sille eikä se tuntunut luonnollista ja mul tuli sellai olo et se oli sellast jäykkää ja täs ehkä jo asennoitu ku oli vapaaehtoinen et oikeesti haluaa tehdä ja kiinnostaa ja kun ei oo työssäkäymisestä kyse, ni se vertaistuki... ihan sitä vaa et sais hetken hengähtää ja puhua, ...ehkä se on siit henkilökemiastakin kyse."

"Ehkä se just madals sitä kynnystä täs vapaaehtoistoiminnassa et hän on ihan tavallinen ihminen eikä ammattilainen. ...siks ehkä siihen suhtautu avoimemmin."

Yksi äideistä ei koe saavansa vapaaehtoiselta vertaistukea, vaan saa vertaistukea erilaisista äitiryhmistä. Hän kertoo vaihtavansa kuulumiset vapaaehtoisten kanssa, mutta ei muuten keskustele heidän kanssaan niin paljon.

Toiminnan jatkuminen sekä tärkeimmät asiat

Kolme äitiä koki suhteen vapaaehtoiseen olleen niin merkityksellinen että halusivat vapaaehtoisen jatkavan perheessä. Yksi äiti kertoi, että vertaistuen saaminen sai jatkamaan vapaaehtoisen käyntejä ja se että itse sai omaa aikaa sekä lapset saivat leikkiseuraa. Toinen äiti koki lähentyneen vapaaehtoisten kanssa ja kuvasi heitä mukaviksi sekä kertoi heidän pitävän perheestä ja nämä asiat saavat jatkamaan vapaaehtoisen käymistä. Kolmas äiti kuvaa vapaaehtoista aivan ihanaksi ihmiseksi joka tulee toimeen lasten kanssa sekä kertoo saaneensa toiveensa mukaisesti vapaaehtoisesta kaverin itselleen ja nämä asiat saavat jatkamaan vapaaehtoisen käymistä.

”...et oli ihana yllätys ja heti tuntu, mä muistan, ku tuli tähän ni heti tuli semmoi niinkö lämmin olo et varmasti hyvin tullaan toimeen...”

Yksi äideistä kertoi vapaaehtoisen auttavan jaksamisessa sekä rikastuttavan perheen arkea ja nämä asiat saavat jatkamaan suhdetta vapaaehtoisen.

Tärkeimmiksi asioiksi vapaaehtoistoiminnassa kolme äitiä nimesi vertaistuen. Lisäksi yksi nimesi sen, että on saanut itselleen kaverin ja lapset saavat elämyksiä, yksi kertoi merkittävimmäksi asiaksi sen, että isompi lapsi saa jakamatonta huomiota äidin ollessa pienemmän lapsen kanssa sekä yksi äiti nimesi oman ajan tärkeimmäksi asiaksi.

Kokemus koko säröperhe-toiminnasta sekä koordinaattoreista

Äideillä ei ollut mitään negatiivista sanomista säröperhe-toiminnasta. He kokevat, että kaikki on toiminut hyvin ja sanoivat kokemuksien olleen positiivisia, mutta kaksi äitiä totesi toiminta-iltojen, retkien ja tapahtumien olevan heille haasteelliseen aikaan. Kaikki äidit kehuivat särötoiminnan koordinaattoreita ja pitivät positiivisena, että koordinaattorit ovat soitelleet ja kysyneet kuulumisia. Yksi äiti kertoi pohtivansa itsekkin ryhtyvän vapaaehtoiseksi, kun lapset menevät kouluun.

Äidit kehuivat vapaaehtoistoiminnan koordinaattoreita positiivisiksi, ystävällisiksi ja aktiivisiksi he kertoivat yhteistyön olleen aktiivista, sujuvaa ja nopeaa.

"koko täs särö jutushan on aivan ihania ihmisiä mukana"

Yksi äideistä mainitsi kokeneensa, että perheet huomioidaan ja perheelle sopivan vapaaehtoisen löytymiseen on panostettu.

"...ei olis voinut paremmin käydä."

Äiti kehui myös tapahtumia, joita särötoiminnassa järjestetään. Äiti kokee saavansa näistä kaikista voimavaroja ja kertoo niiden piristävän sekä saavansa niistä vahvuutta että pystyy ja uskaltaa liikkua lasten kanssa.

"...et pelkkää positiivist näist särötyypeist ja muutenki toiminnasta..."

7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Säröperheelle tueksi – toiminnan tavoitteena on tarjota perheille matalan kynnyksen palveluna ennaltaehkäisevää, perheiden osallisuutta ja yhteisöllisyyttä lisäävää tukea (Dila 2017). Pyrin tuomaan esille vanhempien kokemuksia toiminnasta ja laadin haastattelurungon toiminnan tavoitteiden mukaisesti teorian tietoa apuna käyttäen.

Toiveet toiminnalle

Neuvola on keskeinen toimija ennaltaehkäisevässä perhetyössä ja kaikki haastateltavat äidit olivatkin tulleet särötoimintaan mukaan neuvolan kautta. Perheiden toiveissa näkyi aiemmin esiin tulleet hyvinvoinnin haasteet perheissä. Yksinhuoltajien haasteena on oman ajan löytäminen ja ajan tarjoaminen lapselle (Räty 2014, 12-20). Kolme neljästä vanhemmasta oli yksinhuoltajia ja tämä näkyi toiminnan tavoitteissa ja odotuksissa, jotka kohdistuivat kolmella äidillä omaan aikaan. Myös lapseen kohdistettuun aikaan sekä läheisverkoston rakentamiseen haluttiin tukea. Yksinäisyys on suomessa eniten hyvinvointia heikentävistä tekijöistä (Saari 2016, 52) ja sosiaalinen verkosto onkin merkittävä tekijä perheen hyvinvoinnille (Vuori 2012, 4). Tutkimusten mukana vanhempien on vaikea hakea perheelle apua, varsinkin vanhemmuuteen liittyvissä asioissa. Neuvolassa on helppo ottaa asioita puheeksi ja neuvola onkin hyvä paikka ohjata asiakkaita toiminnan piiriin. Tästä voidaan päätellä, että haastateltavat perheet kokevat suurimmat hyvinvoinnin haasteet ja tuen tarpeet samankaltaisesti kuin tutkimuksissa on tullut ilmi.

Vapaaehtoinen hyvinvoinnin edistäjänä

Saaren (2016, 86) mukaan ihminen tarvitsee omaa tilaa ja aikaa sopivassa suhteessa ajatusten jakamiseen muiden kanssa. Perheiden haasteissa näkyy oman ajan sekä sosiaalisten kontaktien riittämättömyys (Halme ym. 2014, 21, 97.) Haastatteluista selviää, että perheiden odotukset ovat täyttyneet ja äidit pitivät vapaaehtoisen käyntien määrää hyvänä sekä he saivat toiminnan kautta hengähdystaukoja ja omaa aikaa. Toiminnassa oli toteutunut perheiden hyvinvoinnin kohentuminen. Äidit saivat levähtyä,

saivat juttelu seuraa ja pystyivät keskittymään omiin asioihin. Tämä näkyi jaksamisessa, masennuksen helpottumisena ja piristymisenä. Tästä voidaan päätellä, että toiminnalla tuetaan perheitä monella eri hyvinvoinnin osa-alueilla, kuten elinoloissa, sosiaalisissa suhteissa, itsensä toteuttamisessa, koetussa onnellisuudessa ja terveydentilassa. Perheet hyötyvät matalan kynnyksen palveluista ja kaipaavat toiminnan pysyvyyttä. Vapaaehtoistoiminnalla voidaan vastata hyvin tähän tarpeeseen.

Yksi äiti kertoi tapaamisista tulleen rutiini heidän arkeen. Korvela ym. (2014, 10-14) totesi arjen rutiinien tuovan lapselle turvallisuutta ja arjen rytmien muodostavat arkeen tukipilareita jotka eivät vaadi perheeltä resursseja. Tästä voidaan päätellä, että säännöllinen vapaaehtoisen käyminen tuo arkeen toivottua rytmiä ja säästää perheen resursseja.

Hyvinvointi koostuu myös materiasta ja tuloksissa kävi ilmi perheiden saaneen toiminnan kautta myös muun muassa leluja ja makuelämyksiä. Koska tuloksien mukaan hyvinvointia on tuettu jokaisella hyvinvoinnin osa-alueella, voidaan tuloksien perusteella toiminnan avulla tukea haastateltavien perheiden hyvinvointia laaja-alaisesti.

Halmen ym. (2014, 96) mukaan vanhemmat ovat huolissaan ajan riittämättömyydestä lapsen kanssa. Tämä haaste oli myös haastateltavien perheissä ja tähän pystyttiin tarjoamaan toiminnan kautta tukea. Lapset saivat vapaaehtoiselta jakamatonta huomioita ja uuden turvallisen aikuisen elämään ja tämä vähensi äidin taakkaa. Lapsen saivat myös elämyksiä ja toimintaa kodin ulkopuolella. Kaksi äitiä kokivat saaneensa apua myös henkiseen jaksamiseen. Rädyn (2014, 7-10) tutkimuksessa ilmeni, että on haaste olla yksin vastuussa arjen sujumisesta. Tästä voidaan päätellä, että arjen asioiden jakaminen ja vastuun jakaminen toisen aikuisen kanssa lisää näiden perheiden voimavaroja.

Yhteisöllisyyden kasvu

Toiminta tuki myös perheiden osallistumista yhteiskunnan toimintaan kuten erilaisiin tapahtumiin ja erilaisiin kohtaamispaikkoihin ja puistoihin. Yksinäisyyden passivoiva vaikutus ja aloitekyvyn heikkeneminen (Saari 2016, 52-67) näkyi perheissä ja vapaaehtoistoiminnalla osallisuuden ja

yhteisöllisyyden lisääminen (Pessi & Oravasaari 2010, 113-122) vaikuttivat osallistumiseen ja omaan elämään vaikuttamisen haluun, jolloin perheet alkoivat käymään kodin ulkopuolella erilaisissa paikoissa ja tapahtumissa. Tästä voidaan päätellä, että toiminta lisää perheiden yhteisöllisyyttä ja osallisuutta jotka tukevat perheiden hyvinvointia.

Kaikki vapaaehtoiset viettivät aikaa perheiden lasten kanssa ja kolme äitiä neljästä oli viettänyt aikaa vapaaehtoisen kanssa. Kolmen perheen kohdalla vapaaehtoisen tuki kohdistuu koko perheeseen ja huomioi jokaista perheen jäsentä. Yksi äiti kuvasi toiminnan kohdistuvan enemmän äitiin, mutta vapaaehtoisen olevan samalla läsnä lapsille ja huomioivan heitä. Yhteisöllisyydessä toteutuu useita sosiaalisia suhteita ja yhteisen intressin kautta syntynyt yhteinen tekeminen (Pessi & Seppänen 2011,300-330.) Tästä voidaan päätellä vapaaehtoisen käymisen lisäävän perheen yhteisöllisyyttä.

Niin kuin tuloksista selviää, oli kaikkien perheiden läheisverkosto pieni tai olematon. Vapaaehtoistoiminnalla on tutkitusti yhteisöllisyyttä lisäävä vaikutus ja toimintaa hyödynnetään läheisverkoston ja ammattiavun rinnalla. Vapaaehtoistoiminnalla ei ole tarkoitus korvata ammattiapua tai läheisverkostoa. (Mykkänen-Hänninen 2007, 16–24). Tulosten mukaan toiminnassa toteutuu yhteisöllisiä piirteitä, kuten yhteyttä, asioiden jakamista ja niihin vaikuttamista ja vastavuoroista toimintaa (Pessi & Seppänen 2011,300–330.) Rätty (2014, 7-10) kirjoittaa yksinhuoltajien haasteena olevan myös vastuun jäämisen vain yhdelle vanhemmalle. Kaikki äidit jakoivat vastuuta arjesta vapaaehtoisen kanssa ja kokivat tämän tukeneen perheen hyvinvointia ja yksi kuvasi tämän olevan voimaannuttavaa. Nämä tulokset tukevat myös aiemmin mainittua teoriaa että, sosiaaliset suhteet ovat tärkein tekijä perheiden hyvinvoinnille. Tätä kuvaa myös yhden perheen kokemus, etteivät he tarvitse haastattelu hetkellä vapaaehtoista, sillä äidin vanhemmat voivat olla arjessa apuna.

Kahdelle äidille oli helppoa lähteä toimintaan mukaan. Avoimuus ja samankaltainen elämäntilanne ja vastavuoroinen suhde auttoivat toimintaan avoimesti asennoitumista. Järvinen (2010, 150) kuvaa sosiaalisten suhteiden rakentamiseen ja ylläpitoon vaikuttavan mm.

luonteenpiirteet, elämänvaihe ja vuorovaikutustaidot. Korvela ym. (2014, 110-121) sekä Järvinen ym. (2012, 150) toteaa tutkimuksissaan, etteivät perheet aina halua pyytää apua ja halutaan pärjätä yksin, sillä perhe-elämä koetaan yksityisenä alueena. Kaksi äideistä kertoi toiminnan alun tuntuneen hankalalta, mutta toiminnan alkaneen sujumaan nopeasti. Tästä voidaan päätellä, ettei matalan kynnyksen palveluihinkaan ole kaikilla helppoa hakeutua ja tämä vaatisi yhteiskunnallisen asenteen muuttumista. Äidit ymmärsivät tarvitsevänsä apua ja halusivat panostaa suhteen toimivuuteen.

Tuen tarpeesta ja läheisverkoston pienuudesta voidaan päätellä, että perheet tarvitsevat pitkäaikaista tukea. Säröperhe toiminnassa vapaaehtoinen sitoutuu toimintaan mukaan vuodeksi kerrallaan ja tätä pidetään Marjovuon (2014, 95) mukaan hyvänä sitoutumisaikana vapaaehtoistoiminnassa. Yksi äiti kertoikin tarvitsevänsä pitkäaikaista tukea ja sen vuoksi hakeutuneen särötoimintaan mukaan.

Marjovuon (2014, 120) kirjoitti vapaaehtoistoiminnassa rakentuvan persoonaton ystävyys suhteen, joka ei ole henkilökohtainen ja jossa ei toteudu tasavertaista panostusta, ellei kohtaaminen ole henkilökohtaista. Kaksi haastateltavista äideistä ystävyystyi vapaaehtoisen kanssa ja yksi tutustui toiminnan kautta myös muihin ihmisiin. Tästä voidaan päätellä, että vapaaehtoistoiminnan kautta voidaan laajentaa ja rakentaa läheisverkostoa.

Yhden perheen kohdalla myös särötoiminnan tapahtumat lisäsivät perheen yhteisöllisyyttä ja osallisuutta, eli toiminnan tuki ei rajoitu vain vapaaehtoisen kanssa olemiseen, vaan kaikkeen toimintaan jota organisaatiossa toteutetaan.

Osallisuuden kokemukset

Osallisuus ilmenee mm. asioihin vaikuttamisena ja toimimisena sekä kuulluksi tulemisena ja voidaan nähdä voimaantumisenä, aktiivisuutena ja osansa saamisena. Kaikki äidit kokivat saaneensa apua heti muutaman kerran jälkeen, joten hyödyistä päätellen osallisuutta on toiminnalla pystytty lisäämään heti toiminnan alkaessa.

Osallisuuteen sisältyy luottamus, sitoutuminen ja kuulluksi tuleminen (Jämsen ym. 2014, 7-32) ja kaikkien äitien ja vapaaehtoisten välille oli syntynyt nopeasi luottamuksellinen, sujuva ja vastavuoroinen vuorovaikutus suhde. Luottamusta oli synnyttänyt vapaaehtoisen ammatti, sukupuoli, roolit ja tutustuminen. Luottamusta synnyttää vertaisuus, tuttuus ja vastavuoroinen suhde (Gothóni ym. 2016,165.) Kaksi äitiä koki tulleensa kuulluksi ja saaneen rinnalla kulkijan. Tämä näkyi molemmin puolisenä huomioimisena, keskusteluapuna, vapaaehtoisen olemisena kuulolla perheen tilanteessa ja uusien näkökulmien esiin tulemisena. Haastateltaville äideille oli tärkeää, että tuki on pitkäaikaista ja säännöllistä. Erityisesti tutustuminen auttajaan ja luottamuksellisen suhteen syntyminen oli tärkeää. Luottamuksellinen suhde toi toiminnalle turvallisuutta ja äidille vapauden keskittyä omiin asioihin. Dialoginen suhde edisti äidin osallisuutta ja koska myös lasten toiveita ja tarpeita huomioitiin, lisääntyi myös lasten osallisuus toiminnan avulla. Kaksi äitiä vertasi tukisuhdetta ammattilaisen antamaan tukeen, ja he kuvasivat, ettei ammattilaisen kanssa syntynyt luottamuksellista, vastavuoroista suhdetta eikä tuki ollut vastannut perheen tarpeisiin. Myös Vuoren (2011, 21–30) tutkimuksessa ilmeni äitien ristiriitaisia tuntemuksia liittyen apuun ja viralliseen apuun, jolloin äidit kokivat tuensaannin hajanaiseksi ja raskaaksi, eivätkä he kokeneet tulleensa kuulluksi ja ymmärretyksi. Myös kokemus tarkkailun kohteena olemisesta ja luottamuksen puute mursivat tuen saamista. (Vuori 2011, 72–75.) Tästä voidaan päätellä, että vapaaehtoistoiminnan kautta voidaan muodostaa tukisuhde, jossa perheen jäsenet kokevat olevansa osallisia tilanteessa. Äidit kokivat myös lasten pitävän vapaaehtoisesta ja luottavan häneen.

Vertaistuki toiminnassa

Kolmelle äidille vertaistuki oli merkittävä ja tärkein tuki toiminnassa ja vastavuoroinen suhde koettiin tärkeäksi. Vertaissuhteen avulla dialogisessa suhteessa etsitään uusia näkökulmia ja selviytymiskeinoja omaan elämään jolloin dialogisuus synnyttää laajempaa todellisuutta. Vertaistuessa voimaannuttaa asioiden jakaminen, yhteen kuuluvuus ja sosiaalinen suhde (Mykkänen-Hänninen ym. 2009, 10–15). Vertaistuki

kasvattaa sosiaalista pääomaa, hyväksytyksi tuleminen ja elämänhallinnan kokemusta ja vähentää epävarmuutta (Gothóni ym. 2016, 165–168.)

Vertaistukea äidit kuvasivat henkireiäksi ja voimavaraksi sekä korostivat vapaaehtoisen olevan saatavilla ja vapaaehtoisen kanssa syntyneen yhteisymmärryksen. Äideille oli myös tärkeää, että vapaaehtoinen halusi vilpittömästi auttaa perhettä. Näistä tuloksista voidaan päätellä, että vertaisuutta kaivataan paljon ja vertaistukea voidaan tarjota vapaaehtoistoiminnan avulla.

Yksi äideistä oli maininnut haluavansa naisen vapaaehtoiseksi, jotta keskustelu olisi helpompaa. Kahden haastateltavan kohdalla vertaisen vapaaehtoisen saaminen ei ollut suunnitelmallista.

"...et oli hämmästyne tai yllättyne siitä et tää oliki tosi hyvä säkä."

Vertaisohjaajuutta on siis tuloksien mukaan kannattavaa kehittää toiminnassa, jotta vertaistuen toteutuminen ei olisi toiminnassa sattuman varaista.

Asiat, jotka saivat jatkamaan toiminnassa sekä tärkeimmät asiat

Vapaaehtoisen merkityksellisyys sai jatkamaan toiminnassa mukana. Merkityksellisen vapaaehtoisesta teki vertaistuki, lähentyminen ja ystävystyminen. Myös jaksamisen lisääntyminen sai jatkamaan toiminnassa mukana.

Tuloksissa perheiden odotukset ja tärkeimmäksi asiaksi muodostunut tuki eivät vastaa toisiaan. Yksi äiti totesi, ettei tarkkaan tiennyt mitä toiminnalta odottaa. Toiveet ja odotukset muotoituivat perheen haasteiden mukaan. Tärkeintä toiminnassa kolmelle äidille oli vertaistuki ja yhdellä äidillä oma-aika. Tärkeimmiksi asioiksi äidit kertoivat myös elämykset lapsille sekä lapsen saama huomio.

Vertaissuhteen vaikutukset liittyivät perheen hyvinvointiin, yhteisöllisyyteen sekä osallisuuteen ja voidaan tiivistää vertaistuen olevan yksi vapaaehtoistoiminnan keino yhteisöllisyyden, osallisuuden ja hyvinvoinnin lisäämiseksi.

Vaikka oma aika oli kolmella äidille toiveena toiminnalle, vain yksi äiti nosti sen yhdeksi tärkeimmäksi asiaksi toiminnassa. Tästä voidaan päätellä, ettei vertaistukea osattu odottaa ja toivoa toiminnalta ja tämä tuli äideille yllätyksenä. Vaikka kaikilla oli pieni tai olematon läheisverkosto, vain yksi haki toiminnasta sosiaalisia suhteita verkostoon.

Yhteenveto

Tuloksen osoittavat, että toiminta keskittyy vahvasti hyvinvoinnin eri osa-alueiden tukemiseen. Hyvinvoinnin tukeminen toteutuu vahvasti sosiaalisen suhteen, yhteisöllisyyden ja osallisuuden kautta. Tulokset osoittavat, että toiminnassa kannattaa kehittää vertaistuen muotoa sekä yhteisöllisyyttä lisäävää tukea.

Säröperhe toiminta kokonaisuudessaan toimii perheiden mukaan hyvin. Kaksi äitiä koki tapahtumien olevan haastavaan aikaan joka ei tue toimintaan osallistumista. Koska perheiden ajankäyttö on nykyään vapaampaa ja yksilöllisempää (Korvela & Tuomi-Gröhn 2014, 10–14), on haastavampaa löytää toiminnalle kaikkia miellyttäviä ajankohtia. Tämä on yksi ongelma, johon toiminnassa voitaisiin etsiä vastauksia.

Äidit kehuivat koordinaattoreita aktiivisiksi, positiivisiksi ja kertoivat yhteistyön sujuneen hyvin. Tästä voidaan päätellä, että organisaatio on panostanut koordinointiin ja osaavien työntekijöiden valintaan. Äidit kokivat, että sopivan vapaaehtoisen löytämiseen on panostettu. Tästä voidaan päätellä, että vaikka perheet eivät ole toivoneet vertaistukea, on perheelle pyritty löytämään vapaaehtoinen joka voi toimia myös vertaistukena äidille.

Tuloksista voidaan päätellä, että vapaaehtoistoiminnan kehittämiseen, erityisesti mallintamiseen, vertaisohjaajuuteen sekä yhteisöllisyyteen on syytä panostaa. Myös särö perheelle toiminnan- tapahtumia ja muuta oheistoimintaa on syytä kehittää toiminnan laajentuessa vastaamaan mahdollisimman monen perheen tarpeita.

8 POHDINTA

Opinnäytetyön tarkoituksena on kehittää ennaltaehkäisevää tukea lapsiperheille sekä lisätä lapsiperheiden hyvinvointia. Saatujen tulosten perusteella opinnäytetyö vastaa tarkoitustaan ja työtä voidaan hyödyntää toiminnan kehittämisessä ja näin lisätä lapsiperheiden hyvinvointia. Opinnäytetyön tavoitteena on saada tietoa säröperheelle – tueksi toiminnan kokemuksista vanhempien näkökulmasta ja haastatteluiden avulla on saatu laajasti tietoa neljän vanhemman kokemuksista.

Opinnäytetyössä on käytetty laajaa teoriapohjaa sekä haastattelun tuloksia kuvaamaan toiminnan kokemuksia ja vaikutuksia. Prosessi on toteutunut yhteistyössä toimeksiantajan ja ohjaavan opettajan kanssa sekä ryhmänohjauksessa muiden opiskelijoiden vertaistukea hyödyntäen. Yhteistyön moitteeton sujuminen tuki prosessia ja koin sen erityisen tärkeäksi työtä yksin tehdessä. Aikataulu eli prosessin aikana ja opinnäytetyö valmistui normaalissa ajassa. Opinnäytetyö antaa myös hyvän ja selkeän kuvan säröperheelle tueksi-toiminnasta ja sen vaikutuksista kaikille aiheesta kiinnostuneille. Samana vuonna on tehty opinnäytetyö myös toiminnan kokemuksista lapsien näkökulmasta.

Äidit kertoivat hyvin avoimesti kokemuksistaan särötoiminnasta ja haastatteluista kertyi paljon tietoa vanhempien kokemuksista. Haastatteluiden tuloksista selviää, että toiminnalla on pystytty tarjoamaan äitien toivomaa apua ja toiminta on vastannut äitien odotuksia. Toiminta tukee kokonaisvaltaisesti perheiden hyvinvointia ja lisää perheiden osallisuutta ja vahvistaa läheisverkostoa. Toiminnalla voidaan mahdollistaa äideille omaa-aikaa sekä tarjota hengähdystaukoja arkeen. Tukea perheet saavat toiminnan kautta määrällisesti sopivasti ja toiminnalla voidaan lisätä äidin jaksamista. Perheet viettivät aikaa yhdessä vapaaehtoisen kanssa ja kävivät puistoissa sekä tapahtumissa, jolloin perheen yhteisöllisyyttä on pystytty lisäämään.

Vapaaehtoisen ja äidin suhteessa korostui vastavuoroisuus sekä luottamuksellinen suhde, jonka mahdollisti toiminnan pitkäaikaisuus.

Suhde muodostui kolmella neljästä äidistä myös vertaistukisuhteeksi. Toiminnasta selviää, että perheissä haluttiin vertaistukea ja se myös osoittautui perheissä odotettua tärkeämmäksi tueksi, joten vertaisohjaajuutta on kannattavaa kehittää toiminnassa. Äitien mukaan myös lapset pitivät vapaaehtoisesta sekä luottivat vapaaehtoiseen. Tulosten mukaan toiminta vastaa DILA:n arvoja sekä tarjoaa tavoitteiden mukaisesti ennaltaehkäisevää, osallisuutta ja yhteisöllisyyttä lisäävää tukea perheille. Perheiden tilanteissa korostui läheisverkoston olemattomuus ja yksinäisyys, johon voidaan vastata vapaaehtoistoiminnalla hyvin. Vapaaehtoinen perheessä mahdollistaa monipuolisesti arjen jakamisen toisen kanssa, josta on perheille monenlaista hyötyä. Tuloksista selviää, että perheille on etsitty vapaaehtoinen, joka vastaa perheiden odotuksia ja pystyy olemaan avuksi perheiden tilanteissa.

Opinnäytetyön tuloksia voidaan hyödyntää toiminnan kehittämisen lisäksi toiminnan tutkimiseen. Tuloksien teema-alueita voisi tutkia syvemmin sekä toteuttaa myös määrällisen tutkimuksen. Tulosten mukaan aiheellista olisi tutkia syvemmin perheiden yhteisöllisyyttä ja yhteisöllistä kasvatusta. Myös vertaistuen tutkimista perhe-elämän arjessa pidän tärkeänä toiminnan kehittämisen kannalta sekä vastavuoroisen suhteen merkityksen ja rakentamisen tutkimista. Tämän kaltaisia tutkimuksia olisi mahdollista toteuttaa jatkossa myös opinnäytetöinä. Toimintaa voidaan kehittää vapaaehtoistyön osalta sekä ryhmätoiminnan ja tapahtumien osalta vastaamaan erilaisiin toiveisiin. Myös tapahtumien ja ryhmätoiminnan näkökulmasta olisi toimintaa tarpeellista tutkia. Opinnäytetyön perusteella ei voida yleistää vapaaehtoistyön vaikutuksia perheiden hyvinvointiin. Tämä vaatisi laajempia ja useampia tutkimuksia aiheesta sekä jatkotutkimuksia.

Opinnäytetyön toteutuksessa on kiinnitetty huomiota eettisyyteen ja luotettavuuteen. Luotettavan opinnäytetyöstä tekee tarkkaan harkittu tutkimuksellinen teoriapohja, joka vastaa toiminnan tavoitteita sekä esiintulleita teemoja. Tuloksista esiintyy yhtäläisyyksiä aiheiden tutkimuksiin ja olen analysoinut tuloksia neutraalisti. Haastattelut sujuivat hyvin ja

avoimessa ilmapiirissä, joka lisää työn luotettavuutta. Työ on toteutettu asiallisesti ja eettisesti, rehellisesti ja huolellisesti. Aikataulu mahdollisti prosessimaisen työskentelyn, jolloin pystyin keskittymään tiiviisti työn eri vaiheisiin.

LÄHTEET

- Backman, P., Ylä-Jussila, L. & Rikkinen, K. 2013. 2012–2013. Säröperheelle tueksi. Loppuraportti. Diakonialaitos Lahti. [viitattu 1.11.2017]
- Dila. 2016. Toimintasuunnitelma. Tiivistelmä 2017. Diakonialaitos Lahti. [viitattu 1.11.2017]
- Dila. 2017. Säröperheelle tueksi. Diaesitys. Diakonialaitos Lahti. [viitattu 1.11.2017]
- Gothóni, R., Hyväri, S., Kolkka, M. & Vuokila-Oikkonen, P. 2016. Osallisuus yhteiskunnallisena haasteena – Diakonia-ammattikorkeakoulun tki-toiminnan vuosikirja 2. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Helsinki. [viitattu 13.2.2018] Saatavissa:
http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/117560/Ty%c3%b6el%c3%a4m%c3%a4_7_9789524932752.pdf?sequence=6&isAllowed=y
- Halme, N., Vuorisalmi, M. & Perälä, M-L. 2014. Tuki, osallisuus ja yhteistoiminta lasten ja perheiden palveluissa. Työntekijöiden näkökulma. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Tampere [viitattu 13.2.2018] Saatavissa:
http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/114954/URN_ISBN_978-952-302-110-5.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2000. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hovi-Pulsa, R. 2011. Arkilähtöinen työote lastensuojelun perhetyössä. Sosiaalipedagoginen aikakausikirja. Itä-Suomen yliopisto.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa [viitattu 5.6.2018]. Saatavissa:
http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_verkkoversio040413.pdf.pdf#overlay-context=fi/ohjeet-ja-julkaisut

Jämsén, A. & Pyykkönen, A. 2014. Osallisuuden jäljillä. Pohjois-Karjalan sosiaaliturvayhdistys. Saarijärvi.

Järvinen, R., Lankinen, A., Taajamo, T., Veistilä, M. & Virolainen, A. 2012. Perheen parhaaksi: Perhetyön arkea. Helsinki: Edita.

Kananen, J. 2015. Opinnäytetyön kirjoittajan opas. Näin kirjoitan opinnäytetyön tai pro gradun alusta loppuun. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja –sarja. Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Korvela, P. & Tuomi-Gröhn, T. 2014. Arjen rakentuminen ja rytmit perhe-elämän käännekohdissa. Kuluttajatutkimuskeskus. Tampere.

Kuusinen-James, K. & Tölkö, S. 2011. "Olen ollut rohkea lähtiessäni mukaan, mutta vielä rohkeampi on hän, joka avaa minulle ovensa". Säröperheelle tueksi 2009–2011-projektin loppuraportti. Diakonialaitos Lahti. [viitattu 1.11.2017]

Laasanen, J. 2011. Vapaaehtoistyön kansantaloudelliset vaikutukset. Raportteja 70. Helsingin Yliopisto. [viitattu 28.5.2018] Saatavissa: <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/225281/Raportteja70.pdf?sequence=1>

Lammi-Taskula, J., Karvonen, S. & Ahlström, S. 2009. Lapsiperheiden hyvinvointi 2009. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki. [viitattu 5.4.2018] Saatavissa: <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80047/0e6f5676-9ccf-4490-8496-45c7b3acce5f.pdf?sequence=1>

Leemann, L. & Hämäläinen, R-M. 2016. Asiakasoallisuus, sosiaalinen osallisuus ja matalan kynnyksen palvelut. Yhteiskuntapolitiikka 81. [Viitattu 28.5.2018]. Saatavissa: http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131350/YP1605_Leemann%26Hämäläinen.pdf?sequence=2

Marjovuori, A. 2014. Vapaaehtoistyön ytimessä. Järjestömuotoinen vapaaehtoistyö sosiaalisten representaatioiden näkökulmasta. Väitöskirja. Helsingin yliopisto.

Menetelmäopetuksen tietovaranto 2013. Yhteiskuntatieteellinen tietovarasto [viitattu 5.6.2018]. Saatavilla:

<http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/index.html>

Mykkänen-Hänninen, R. 2007. Vapaaehtoistyön rajapinnoilla. Helsingin ammattikorkeakoulu Stadian julkaisuja. Helsinki.

Mykkänen-Hänninen, R. & Kääriäinen, A. 2009. Vertaisuus ja vertaistuki eroauttamisessa. Lastensuojelun keskusliitto. Helsinki.

Nivala, E. & Ryyänen, S. 2013. Kohti sosiaalipedagogista osallisuuden ideaalia. Sosiaalipedagoginen aikauskirja, vuosikirja 2013, vol. 14. [viitattu 5.6.2018] Saatavilla:

<http://www2.uef.fi/documents/1381035/2330652/NivalaRyyan%C3%A4nen2013.pdf>

Opinnäytetyön eettiset suositukset. 2016. Kajaanin ammattikorkeakoulu. [Viitattu 5.6.2018]. Saatavissa:

<http://www.kamk.fi/opari/Opinnaytetyopakki/Opinnaytetyoprosessi/SoTeLi/Opinnaytetyoprosessi/Eettiset-suositukset>

Opinnäytetyöpakki 2016a. Teemoittelu. Kajaanin ammattikorkeakoulu [viitattu 5.6.2018]. Saatavissa:

<http://www.kamk.fi/opari/Opinnaytetyopakki/Teoreettinen-materiaali/Tukimateriaali/Laadullisen-analyysi-ja-tulkinta/teemoittelu>

Opinnäytetyöpakki 2016b. Tyypittely. Kajaanin ammattikorkeakoulu [viitattu 5.6.2018]. Saatavissa:

<http://www.kamk.fi/opari/Opinnaytetyopakki/Teoreettinen-materiaali/Tukimateriaali/Laadullisen-analyysi-ja-tulkinta/tyypittely>

Pessi, A-B. & Oravasaari, T. 2010. Kansalaisjärjestötoiminnan ytimessä. Tutkimus RAY:n avustamien sosiaali- ja terveystieteiden

vapaaehtoistoiminnasta. Avustustoiminnan raportteja 23. Raha-
automaattiyhdistys. Helsinki

Pessi, A. & Seppänen, M. 2011. Teoksessa: Saari, J. 2011. Hyvinvointi.
Suomalaisen yhteiskunnan perusta. Helsinki: Gaudeamus.

Raijas A. 2011. Teoksessa: Saari, J. 2011. Hyvinvointi. Suomalaisen
yhteiskunnan perusta. Helsinki: Gaudeamus.

Räsänen, H. 2016. Kvalitatiiviset tutkimusmenetelmät [viitattu 5.6.2018].
Saatavissa:

http://www.hamk.fi/verkostot/kudos/menetelmat/Documents/4_Kvalitatiiviset_tutkimusmenetelmaet.pdf

Räty, S. 2014. "Kyllähän mun pitää niille soittaa, kun mä olen iltavuorossa,
että nyt syökää ruokaa". Vanhemmuus, arki ja hyvinvointi vuorotyötä
tekemien yksinhuoltajien kokemana. Pro-gradu tutkielma. Jyväskylän
yliopisto.

Rönkkö, L. & Rytönen, T. 2010. Monisäikeinen perhetyö. Helsinki:
WSOYpro Oy.

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV -
Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen
tietoarkisto [viitattu 1.11.2017.] Saatavilla:

<http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/index.html>

Saari, J. 2011. Hyvinvointi. Suomalaisen yhteiskunnan perusta. Helsinki:
Gaudeamus.

Saari, J. 2016. Yksinäisten Suomi. Helsinki: Gaudeamus.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi.
Sosiaali- ja terveysala. Lahden ammattikorkeakoulu.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen
loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa [viitattu 5.6.2018] Saatavissa:

http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_verkkoversio040413.pdf.pdf#overlay-context=fi/ohjeet-ja-julkaisut

Vuori, A. 2012. Vähävaraisten lapsiperheiden hyvä vointi ja sen tukeminen. Akateeminen väitökirja. Tampereen yliopisto. Tampere.

Willberg, E. 2009. Laadullisen aineiston luotettavuus [viitattu 5.06.2018].
Saatavilla: <https://www.jyu.fi/edu/laitokset/eri/opiskelu/opiskelu-info/prosem/laadullinen>

LIITTEET

Liite 1 Haastattelulupa-anomus

Liite 2 Tutkimuslupa-anomus

Liite 3 Teemahaastattelurunko

Liite 1.

Haastattelulupa-anomus

Kiitos, että olet suostunut haastateltavaksi! Olen sosionomiopiskelija Lahden ammattikorkeakoulusta ja teen opinnäytetyötä säröperheelle tueksi-toiminnan vaikutuksista perheiden hyvinvointiin.

Opinnäytetyön tarkoituksena on kehittää ennaltaehkäisevää tukea lapsiperheille sekä lisätä lapsiperheiden hyvinvointia. Opinnäytetyön tavoitteena on saada tietoa säröperheelle – tueksi toiminnan kokemuksista vanhempien näkökulmasta.

Haastattelen neljää toiminnassa mukana olevaa vanhempaa.

Opinnäytetyössäni en julkaise haastateltavien nimiä.

Opinnäytetyössä en kuvaa perheitä, haastatteluista tai kokemuksia niin, että haastateltavan henkilöllisyys voisi paljastua. Pidän haastattelumateriaalin ja tiedostot vain itselläni ja tuhoan ne asianmukaisesti, kun niitä ei enää tarvita.

Allekirjoittamalla tämän anomukset annat minulle luvan käyttää haastatteluaineistoa opinnäytetyössäni.

Ystävällisin terveisin

Sosionomiopiskelija Suvi Aaltonen, Lahden ammattikorkeakoulu.

Haastateltavan nimi _____

Aika __/__/2017 Paikka _____

Allekirjoitus _____

Liite 2.

Opinnäytetyön tutkimuslupa anomus

Säröperheelle tueksi-toiminnan vaikutus perheiden hyvinvointiin

1. Opinnäytetyön tekijä	Nimi: Suvi Aaltonen Koulutusala: Sosiaali- ja terveystieteet Koulutusvastuu/pääaine: AMK Sosionomi, sosiaalipedagoginen aikuis- ja perhetyö
2. Opinnäytetyön tavoite ja tarkoitus	Opinnäytetyön tarkoituksena on kehittää ennaltaehkäisevää tukea lapsiperheille sekä lisätä lapsiperheiden hyvinvointia. Opinnäytetyön tavoitteena on saada tietoa säröperheelle – tueksi toiminnan kokemuksista vanhempien näkökulmasta.
3. Menetelmä	Opinnäytetyön toteutan laadullista tutkimusmenetelmää käyttäen, jossa aineiston keruu menetelmänä toimii teemahaastattelu.
4. Aikataulu ja toteutus	Opinnäytetyön prosessi on käynnistynyt elokuussa 2017. Aihe hyväksytty syyskuussa, lokakuussa ollut ensimmäinen ryhmänohjaus, marraskuussa suunnitelma hyväksytty. Haastatteluiden alkuperäinen suunniteltu ajankohta on marraskuu. Opinnäytetyön valmistumisajankohta tammikuuhelmikuu.
5. Laajuus	Ei tarkkaa haastattelurunkoa valmiina. Muutama pääteema sekä alateemoja. Keskusteleva haastattelu mahdollistaa uusien teemojen esille tulon.
6. Kohderyhmä	Haastattelen neljää särö vapaaehtoistoiminnassa mukana olevaa vanhempaa
7. Eettiset lähtökohdat	Aineiston säilytän itselläni ja tuhoan heti kun aineistoa ei enää tarvita. Opinnäytetyössä ei julkaista haastateltavien nimiä tai sisällöstä ei voida päätellä haastateltavien henkilöllisyyttä.
8. Opinnäytetyön ohjaaja	Tarja Kempe-Hakkarainen

- Noudatan Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisemia hyvän tieteellisen käytännön menettelytapoja:
http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf
- Anomuksen liitteenä on opinnäytetyön ohjaajan hyväksymä suunnitelma
- Anomuksen liitteenä on tutkimuslupa anomus haastateltaville

Aika, paikka ja hakijan allekirjoitus

____/____/2017 _____

Nimen selvennys _____

Aika, paikka ja tutkimusluvan myöntäjän allekirjoitus

____/____/2017 _____

Nimenselvennys _____

9. Päätös	<ul style="list-style-type: none">○ Tutkimuslupa myönnetään○ Tutkimuslupaa ei myönnetä Perustelut:
-----------	---

Liite 3.

Teema haastattelu

Hyvinvointi

-Taustatietoa

- Perheen tavoitteet, toiveet, odotukset, määrällinen toteutuminen

Esimerkki kysymyksiä:

Minkälaista tukea saat vapaaehtoiselta? Mitä tukea vielä kaipaisit?

Kuinka kauan vapaaehtoinen on käynyt ja kuinka usein vapaaehtoinen käy luonanne ja kuinka kauan hän on yhdellä kerralla? miltä määrä on tuntunut?

- Perheen kokemukset hyvinvoinnista, sen muutoksista ja vapaaehtoistoiminnan vaikutuksesta hyvinvointiin

-Miten toiminta näkyy arjessa

- Laajemmat yhteydet hyvinvointiin

esimerkki kysymyksiä:

Mikä on ollut mielekästä vapaaehtoisen käydessä? Mikä ei ole mielekästä?

Miten kuvailisit toiminnan vaikuttaneen perheen hyvinvointiin? Mitä hyötyä olette kokenut toiminnasta saavan?

Millä osa-alueilla perheen hyvinvointi on kohentunut sinä aikana kun vapaaehtoinen on käynyt teillä?

Mitkä asiat vapaaehtoistoiminnassa on vaikuttanut hyvinvoinnin kohentumiseen?

Onko toiminta tuonut perheelle jotakin odottamatonta hyötyä? konkreettista, näkyvää tai koettua? Ja mitä se hyöty on?

Onko toiminnan myötä perheenne saanut muuta tukea ja apua kuin vapaaehtoisen tuoman avun?

Miten toiminta näkyy perheen jaksamisessa? entä arjen rutiineissa?

Mikä saa jatkamaan vapaaehtoisen kanssa?

Yhteisöllisyys

- Perheen yhteisöllisyyden kokemuksia ja vapaaehtoistoiminnan vaikutukset niihin, yhteisöllisyyden elementtien ilmentymät

- Mitä tehdään yhdessä
- Millaista yhteistyö ja vuorovaikutus on, vaikutukset ystävyys-suhteisiin, läheisverkostoon
- kuulluksi tulemisen kokemus, asioiden jakaminen, me-henki, kaikkien perheenjäsenten huomioiminen

esimerkki kysymyksiä:

Minkälaisia asioita perheenjäsenet tekevät vapaaehtoisen kanssa?

Käyttökö yhdessä vapaaehtoisen kanssa jossakin? Missä?

Miten koet perheen asioista puhumisen ja asioiden jakamisen vapaaehtoisen kanssa? Onko perheenjäsenten suhtautumisessa ja vuorovaikutuksessa vapaaehtoisen kanssa eroja?

Miten vapaaehtoisen tuoma apu ja tuki on vaikuttanut perheen me-henkeen? Ystävyys suhteisiin? lähiverkostoon?

Onko vapaaehtoinen toiminut vertaistukena jollekin perheen jäsenelle?

Miten?

Miten olet kokenut tulleenne kuulluksi vapaaehtoistoiminnassa?

Miten lasten toiveita on huomioitu? äidin? isän?

Osallisuus

- Perheen kokemukset osallisuudesta ja vapaaehtoisen vaikutukset osallisuuteen

- Suhteet vapaaehtoiseen ja perheen suhteet

- Kokemus hyödyistä

Esimerkki kysymyksiä:

Miten ja kuinka paljon lapsi/lapset puhuvat vapaaehtoisesta? Kertooko lapsi yhteisistä hetkistä vapaaehtoisen kanssa?

Näyttääkö lapsi muulla tavoin suhteen merkityksellisyyttä vapaaehtoiseen?

Miten?

Miten vapaaehtoistoiminta on vaikuttanut perheen keskinäisiin suhteisiin?

Millaista vaikutusta vapaaehtoistoiminnalla on ollut muihin suhteisiin?

Ystäviin? läheisverkostoon?

Kuinka nopeasti koit saavasi hyötyä vapaaehtoistoiminnasta? Mikä auttoi tämän kokemuksen syntymistä?

Miten kuvailisit suhdetta vapaaehtoiseen?

Lopuksi

Äidillä mahdollisuus ilmaista muita ajatuksia

Esimerkki kysymyksiä:

Mikä on tärkein asia perheenne kohdalla vapaaehtoistoiminnassa ja miksi?

Haluaisitko itse nostaa vielä jotakin aiheesta?