

KARELIA-AMMATTIKORKEAKOULU
Terveystenhoitajakoulutus

Anna-Liina Sillanpää
Niina Treuthardt

ISIEN JAKSAMINEN PIKKULAPSIARJESSA
- Isien illan järjestäminen Lehmon lastenneuvolassa

Opinnäytetyö
Maaliskuu 2020



KEHITTÄMISTYÖ
Maaliskuu 2020
Terveystenhoitajakoulutus

Tikkarinne 9
80200 JOENSUU
+358 13 260 600 (vaihte)

Tekijät

Anna-Liina Sillanpää ja Niina Treuthardt

Nimeke

Isien Jaksaminen pikkulapsiarjessa
- Isien illan järjestäminen Lehmon lastenneuvolassa

Toimeksiantaja

Siun sote, Lehmon lastenneuvola

Tiivistelmä

Nyky-yhteiskunta luo pikkulasten isille erilaisia vaatimuksia. Pitäisi olla paras mahdollinen isä lapselle, hyvä puoliso, työntekijä ja ystävä sekä jaksaa pitää itsestään huolta harrastusten ja oman ajan kautta. Isyys on osa mieheyttä. Jokainen isä on riittävän hyvä, kun haluaa osallistua lapsen elämään. Terveystenhoitajan tärkeänä tehtävänä neuvolassa on tukea lapsen ja perheen hyvinvointia, arvioida ja tarjota varhaista tukea sekä mahdollistaa vertaistuki. Neuvolatyössä keskiössä on koko perheen hyvinvointi.

Kehittämistyön tarkoitus oli lisätä isien jaksamista pikkulapsiarjessa ja näin ollen edistää heidän terveyttään ja hyvinvointiaan. Kehittämistyön tavoite oli lisätä tietoa ja mahdollistaa vertaistuki isille pikkulapsiarjessa. Kehittämistyön tehtävänä oli järjestää Isien ilta Siun soten Lehmon lastenneuvolassa pienten lasten isille.

Kehittämistyön toiminnallinen osuus toteutettiin maaliskuussa 2020. Tapahtuma toteutui osallistujien ja kehittämistyön tekijöiden välisenä keskusteluna. Isät kokivat illan tärkeäksi ja hyödylliseksi, ja vertaistuen merkitys korostui keskusteluissa. Saimme osallistujilta hyvää palautetta. Jatkokehitysideana olisi lasten näkökulma isyydestä.

Kieli

suomi

Sivuja 31

Liitteet 3

Liitesivumäärä 3

Asiasanat

isyys, vanhemmuus, pikkulapsiarki, työ, harrastukset, parisuhde



DEVELOPMENT ASSIGNMENT
March 2020
Degree Programme in Public
Health Nursing

Tikkarinne 9
FI-80200 JOENSUU
FINLAND
Tel. + 358 13 260 600

Authors

Anna-Liina Sillanpää and Niina Treuthardt

Title

How Fathers Cope with Everyday Life with Toddlers – Organising an Evening Event for Fathers at Lehmo Child Health Clinic

Commissioned by

Siun Sote, Lehmo Child Health Clinic

Abstract

The modern society sets various demands for the fathers of toddlers about their own sufficiency. One should be the best possible father for the child, a good spouse, a good worker and a friend and able to take care of oneself through hobbies and one's own time. Fatherhood is part of manhood. Every father is good enough to be involved in his child's daily life. It is very important that public health nurses support the well-being of children and families, evaluate and provide early support to families, as well as enable peer support. The well-being of the entire family is the focus of child health clinic work.

The purpose of the development assignment was to enhance the coping of fathers in everyday life with toddlers and thus promote their health and well-being. The aim of the development assignment was to increase knowledge and enable peer support in the daily life of fathers. The objective of this development assignment was to organize an evening event for the fathers of toddlers at Lehmo Child Health Clinic.

The practise-based part of the development assignment was completed in March 2020. The event was carried out as a conversation between the participants and the authors. According to the fathers, the event was important and useful and the importance of peer support was emphasised in the discussion. Good feedback was received from the participants. Children's perspective on fatherhood would be a further development idea.

Language

Finnish

Pages 31

Appendices 3

Pages of Appendices 3

Keywords

fatherhood, parenthood, everyday life with toddlers, work, hobbies, couple relationship

Sisältö

1 Johdanto	5
2 Isyys ja arki	6
2.1 Isyys käsitteenä	6
2.2 Isyyden moninaisuus arjessa	7
2.3 Tunteet, parisuhde ja vertaistuki	9
3 Jaettu vanhemmuus.....	12
3.1 Isä tasavertaisena kasvattajana.....	12
3.2 Isien saama tuki yhteiskunnassa	14
4 Kehittämistyön tarkoitus ja tehtävä	16
5 Kehittämistyön toteutus.....	16
5.1 Toiminnallinen kehittämistyö.....	16
5.2 Hyvän tapahtuman kriteerit	17
6 Prosessi	18
6.1 Lähtötilanne ja suunnittelu	18
6.3 Toteutus ja arviointi.....	21
7 Pohdinta.....	23
7.1 Kehittämistyön tarkastelu.....	23
7.2 Luotettavuus ja eettisyys	24
7.3 Ammatillinen kasvu ja kehitys	26
7.4 Hyödynnettävyys ja jatkokehitysideat	27
Lähteet.....	29

Liitteet

Liite 1	Kutsu
Liite 2	Tapahtuman aikataulu
Liite 3	Palautelomake

1 Johdanto

Isäkuvaan on luotu tietynlaiset nykypäivän ihanteet. Isän pitäisi olla yhtä aikaa hyvä isä, puoliso, työkaveri ja työntekijä. Usein ruuhkavuosien aikana tällaiset isäihanteet saattavat luoda paineita isille. Tärkeintä isyydessä on kuitenkin vanhemmuuteen sitoutuminen. Myönteiset kokemukset ja hyvinvoiva isä, lisäävät myönteistä ilmapiiriä niin kotona kuin työelämässä. (Linjama 2017, 2.) Isyyden ihannekuvaan vaikuttavat nykypäivän yhteiskunnalliset ja kulttuurisidonnaiset arvot ja asenteet. Entisaikaan ei ole luotettu isän luontaiseen kykyyn olla vanhempi ja tasa-arvoinen kasvattaja verrattuna äitiin. Nykypäivän tavoitteena on jaettu vanhemmuus äitiyden ja isyyden välillä, kuitenkin huomioiden isien erilaisuus ja tapa olla isä. Toisaalta isyyden tuomat muutokset ovat luoneet osittain hämmennystä ja epätietoisuutta, kuinka toteuttaa isyyttä sekä kuinka yhdistää perhe, työ ja vapaa-aika. (Mykkänen 2010.)

Kiintymyssuhde isän ja lapsen välillä ei välttämättä muodostu heti lapsen syntyttyä, vaan vaatii määrätietoista ja pitkäjänteistä tahtotilaa. Kiintymyssuhteen luomisen kannalta on tärkeää, että isä osallistuu lapsen hoitoon ja huolenpitoon heti lapsen syntymästä alkaen. Lapsen ja isän välisen kiintymyssuhteen perustana on isän tahtotila. (Huttunen 2017a, 20–21, Kekkonen, Lilja & Nieminen 2013, 11.) Isyyskulttuuri muutoksen myötä isät kokevat halua olla läheisempiä ja osallistuvampia isiä lapsilleen, kuin heidän omat isänsä ovat mahdollisesti olleet. Lapsen ja isän välinen psyykinen ja fyysinen läheisyys ovat muutoksen myötä nousseet tärkeiksi ominaispiirteiksi isyydessä. Nykypäivän yhteiskunta kannustaa ja tukee isiä ja perheitä osallistuvaan isyyteen lapsiperhearjessa. (Kekkonen ym. 2013, 7.) Isät kokevat lapsen kanssa yhdessä olemisen arkielämän yhdeksi tärkeäksi ja luonnolliseksi osaksi. Yhdessä oleminen lapsen ja isän välillä on suurimmaksi osaksi fyysistä yhdessä tekemistä. (Halme 2009.)

Terveydenhoitajan tärkeänä tehtävänä neuvolassa on tukea lapsen ja perheen hyvinvointia sekä vanhemmuutta ja parisuhdetta. Terveydenhoitajan työssä isossa roolissa on edistää perheen terveyttä ja hyvinvointia, arvioida ja tarjota varhaista tukea sekä mahdollistaa vertaistuki. Neuvolatyössä keskiössä on koko perheen hyvinvointi. (Pelkonen 2019.)

Kehittämistyön tarkoitus on lisätä isien jaksamista pikkulapsiarjessa ja näin ollen edistää heidän terveyttään ja hyvinvointiaan. Kehittämistyömme tavoitteena oli lisätä tietoa ja mahdollistaa vertaistuki isille pikkulapsiarjessa. Kehittämistyön tehtävänä oli järjestää Isien- ilta Siun soten Lehmon lastenneuvolassa pienten lasten isille.

2 Isyys ja arki

2.1 Isyys käsitteenä

Isyys käsitteenä tarkoittaa sitoutumista aktiivisesti isä-lapsisuhteeseen. Suhteen luominen alkaa jo raskausaikana. Isä-lapsisuhteen luomisen edellytyksenä ovat arjen vuorovaikutuksessa saataville oleva sekä hoivaa antava vanhempi. Hyvän isä-lapsisuhteen tukena on jaettu vanhemmuus sekä äidin antama hyväksyntä ja tuki. Hyvä isä-lapsisuhte parantaa moniosaisesti isän fyysistä ja henkistä hyvinvointia. (Huttunen 2010b.) Omaa isyyteen vaikuttavat isän aikaisemmat, jopa lapsuuteen liittyvät kokemukset vuorovaikutus- ja ihmissuhteissa. Myös lapsen ominaisuuksilla voi olla merkitystä lapsen ja isän vuorovaikutuksen synnyssä. (Sourander & Aronen 2019.)

Isyys on niin laaja käsite, että pelkkä biologinen isyys on pieni osa isä-lapsisuhdetta. Isyyteen kuuluu myös juridinen isyys, joka antaa oikeuksia ja velvoitteita lapseen.

Biologinen isyys ei kuitenkaan ole automaattisesti juridinen isyys, vaan esimerkiksi adoption kautta voi saada juridisesti oikeuden lapsen isäksi ja huoltajaksi. Avoliitossa lapsen äidin kanssa oleva mies voi tunnustaa isyyden, jolloin mies saa juridisen isän aseman (Huttunen 2001c, 58–60.)

Mies voi tunnustaa isyytensä ennen lapsen syntymää ilmoittamalla olevansa syntyvän lapsen isä siten kuin jäljempänä säädetään. Ilmoitus on annettava henkilökohtaisesti ja tulevan äidin läsnä ollessa terveydenhoitajalle tai kättilölle sen kunnan äitiysneuvolassa tai neuvolapalveluita kunnan toimeksiannosta tuottavassa yksityisessä terveydenhuollon toimintayksikössä, jossa syntyvän lapsen äidille ja miehelle on annettu raskaudenaikaisia neuvolapalveluita. Ennen tunnustamisen vastaanottamista osapuolille on selvitettävä tunnustamisen merkitys ja oikeusvaikutukset. (11/2015, 16§.)

Sourander ym. (2019) ovat listanneet hyvän vanhemman ominaisuuksia. He ovat nostaneet esille seuraavia ominaisuuksia: henkisesti tasapainoinen vanhempi, lapsen emotionaalisista ja fyysistä tarpeista huolehtiva vanhempi, lapselle positiivista palautetta antava ja iloa jakava vanhempi, kyky lapsen tarpeiden ja toiveiden erottaminen omista tarpeista ja toiveista, itsensä asettaminen lapsen asemaan, johdonmukaisuus ja selkeys kasvattamisessa, turvallisten rajojen ylläpitäminen sekä lapsen tunnereaktioiden vastaanottaminen ja sietäminen.

2.2 Isyyden moninaisuus arjessa

Vaikka työ koettaisiin haastavana pikkulapsiarjessa, se voi olla suuri voimavara joka vaikuttaa elämälaatuun ja terveydentilaan. Isyys-, vanhempain- ja perhevapaat ovat nykyisin osa työelämää ja lain turvaama oikeus pienten lasten isille. Työelämä voi olla kiireistä ja kuormittavaa, jolloin se voi vaikuttaa perheen yhteiseen aikaan. Tämä voi aiheuttaa isässä erilaisia tunteita kuten syyllisyyttä. Tärkeäksi nouseekin työn ja perheen yhteensovittamisen mahdollisuus, niin yhteiskunnan, työpaikkojen kuin perheiden ja yksilöiden hyvinvoinnin näkökulmasta. (Lammi-Taskula & Toppinen-Tanner 2019.)

Vanhempien epäsäännöllinen työaika vaikuttaa perheen arjenhallintaan heikentävästi. Mahdollisen ilta- ja yöpainotteisen työn vuoksi isät eivät välttämättä ehdi osallistua kotitöihin tai yhteisiin menoihin kuten haluaisivat. (Treas, Scott & Richards 2014.) Joustavuus työelämässä on tärkeä osa perheen ja työn yhteensovittamista. Nykyisin etätöiden tekeminen kotona on lisääntynyt ja säännöllinen työaika on muuttunut siten, että työntekijää tavoitellaan myös työajan ulkopuolella. Tämä on lisännyt työn ja perhe-elämän yhdistämisen haastavuutta. (Kekkonen ym. 2013, 19.) Työnteon isät kokevat kuitenkin tärkeäksi perheen elättämisen kannalta. Huolehtiminen perheen toimeentulosta koetaan luontevaksi tavaksi huolehtia perheestä. Myös opiskelu koetaan positiivisena asiana työelämään sijoittumisen kannalta. (Eerola 2008.) Äiteihin verrattuna isillä on enemmän joustavuutta työajoissa ja -paikoissa, mutta miesvaltaisilla aloilla on negatiivisempi suhtautuminen isien pitämiin pidempiaikaisiin poissaoloihin ja perhevapaisiin työelämässä (Närvi 2018.)

Osa-aikatyö isien kohdalla on vielä melko harvinaista, johtuen taloudellisista ja työhön liittyvistä haasteista. Kolmannes isistä kokee, että työ vie aikaa kotitöiltä ja perhe-elämältä. Toisaalta työ koetaan voimavarana, joka on parhaimmillaan omaa aikaa sekä mahdollisuus itsensä toteuttamiseen ja sosiaaliseen kanssakäymiseen. Isäystävällinen työkuluttuuri on työnantajan positiivista suhtautumista isän pitämiin perhevapaisiin sekä mahdollisuus työnkuvan joustavuuteen huomioiden perhetilanne, esimerkiksi työajat tai sairaan lapsen hoitaminen kotona. (Kekkonen ym. 2013, 19, 21.)

Isät voivat kokea ristiriitaisia tunteita, kun lapsiperheessä ei välttämättä ole niin paljon aikaa omille harrastuksille ja ystäville kuin itse haluaisi. On muistettava, että oman vapaa-ajan ja perheen yhteensovittaminen voi viedä aikaa ja vaatii motivaatiota. (Eerola 2008.) Vapaa-aika ilman lapsia ja puolisoa koetaan tärkeänä asiana, jolloin voi itse päättää kuinka ajan käyttää ja näin toteuttaa omia toiveita. Omat harrastukset ja ajankäyttö on parhaimmillaan arjen voimavara. Oma-aika koetaan voimaannuttavana, jolloin voi rentoutua ja keskittyä vain itselle tärkeisiin asioihin. Tärkeimmäksi asiaksi omassa ajankäytössä nousee esille itselle tärkeän ja voimaannuttavan asian tai toiminnon tekeminen. (Kortesoja 2014.)

Isät ovat kokeneet arjenhallinnassa haastavaksi työn ja perheen yhteensovittamisen. Myös ajanhallinta perheen ja omien menojen kanssa on koettu haasteelliseksi. Isät tuovat kuitenkin esille perheen olevan elämän tukikivi, jonka ympärille rakentuu ympärillä oleva muu elämä. Isät kokevat lapsiarjen mukavaksi ja tärkeäksi vaikka arjenhallinnan haasteitakin on. Arjen muuttuminen ja sen hyväksyminen ovat osa isäksi kasvamista. (Eerola 2008.) Arjenhallintaan sisällytetään usein koko perheen ajankäyttö. Arjen hallintaa helpottavia menetelmiä ovat ajan rytmitys ja organisointi. Vaikka ajan rytmittäminen ja organisointi voidaan kokea haastavaksi, rutiinit tuovat kuitenkin turvallisuutta ja helpotusta arjen hallintaan. Arjen rytmittämisellä oman ajan ja harrastusten mahdollistaminen voivat antaa voimavaroja. (Kortesoja 2014.)

2.3 Tunteet, parisuhde ja vertaistuki

Isyyteen ei kasveta hetkessä vaan se on jatkuvaa kasvamista ja kehittymistä lapsen kasvun ja kehityksen rinnalla arkielämässä (Kekkonen ym. 2013, 27; Hermanson 2012a). Valmiita vastauksia isyyteen ei ole, vaan jokaisen on luotava ne itse kokemuksen ja yhdessä olemisen kautta. Rikkauden vanhemmuuteen tuovat omat, yksilölliset tavat toimia vanhempana. (Kekkonen ym. 2013, 27.) Isäsuhteesta puhuttaessa voidaan puhua myös psykologisesta isyydestä (Huttunen 2001c,64). Huttunen (2001c, 64) kuvaa psykologista isyyttä tunnepohjaisena ja kiintymykseen perustuvana isäsuhteena. Miehellä psykologinen isyys on kiintymyssuhde miehen ja lapsen välillä, jolla on merkitystä tunnetasolla. Miehellä tunnepohjaisia merkityksiä lasten kohtaan voivat olla hoiva- ja suojeluhalu, henkinen tuki ja auttaminen sekä yhdessä oleminen lapsen kanssa. Psykologiseen isyyteen ja kuuluu vahvasti kasvattajan ja opastajan rooli.

Isyyden tunteet voivat olla moninaisia ja ristiriitaisiakin. Onnellisuus isyydestä voi vaihtua nopeasti kuormittavuudeksi. Isät ovat kokeneet lapsen syntymän kuvaillen sanoja euforia ja haltioituminen. Isän kiinnostuminen lapsesta, isänä parhaansa tekeminen, kannustaminen, arvostus ja kyky ymmärtää erillisyyttä ja eriytyvyys lapsesta, ovat isyyttä parhaimmillaan.

Useat isät tuovat esille tärkeänä tehtävänä turvallisuuden luomisen lapselle. Turvallisuudella on tarkoitettu lapsen kokemus olla turvassa ja suojassa vaaroilta. (Sinkkonen 2012, 103–104, 174.)

Isyydessä tulee eteen asioita, joita ei ole voinut ennakoida tai niihin ei ole pystynyt vaikuttamaan. Huolestumisen ja harmistuksen tunteita voi nousta esiin esimerkiksi kun ei tiedä miksi lapsi itkee. Vanhempana olo voidaan kokea rasakkaana ja rasittavana, mutta isät kokevat että positiiviset asiat ovat kuitenkin pääällimmäisiä asioita jotka jäävät mieleen. (Sinkkonen 2012, 207,216.) Isät ovat tuoneet esille mustasukkaisuuden ja kateuden tunteita lapsen ja äidin välisestä vuorovaikutuksesta. Tällaisia tunteita on isille herännyt varsinkin pikkulapsiarijessa ja silloin kun lapsi on ollut rintaruoaalla. Lapsen kasvun ja kehityksen myötä mustasukkaisuuden ja kateuden tunteet kuitenkin väistyivät. (Eerola 2008.)

Isät ovat tuoneet esille stressin kokemuksia liittyen vanhempana toimimiseen. Vanhemmuuden taitojen puutteellisuuden kokemus sekä lapsen tunteiden ja tarpeiden tulkitsemisen haastavuus lisäävät isissä stressiä. (Halme 2009.) Hetkellisesti negatiiviseksi koettu asia voi kuitenkin jälkikäteen saada positiivisen merkityksen. Isän kokema uhrautuminen lapsen vuoksi, voi saada isän kokemaan olevansa lapselle tärkeä tai jopa korvaamaton, ja näin ollen kokemus voi olla merkityksellinen. Isyyden kasvuun kuuluvat myötä- ja vastoinkäymiset. Parhaimmillaan isä voi kokea vanhemmuuden tuovan tyydytystä elämisen arvoisesta elämästä ja että vanhemmuus lisää henkistä ja fyysistä hyvinvointia. (Huttunen 2010b.)

Isät kuvaavat parisuhteen olevan parhaimmillaan elämäkumppanuutta, tasa-arvoista ja sitoutunutta suhdetta. Hyvällä ja toimivalla parisuhteella voidaan tukea isyyttä. (Eerola 2008.) Hyvä ja toimiva parisuhde on siis kumppanuutta, jossa luottamus ja kunnioitus ovat molemminpuolista (Lindroos & Hyypiä 2009). Lapsen syntymä voi olla iso muutos parisuhteelle. Usein isä kokee lapsen syntymän parisuhteessa positiiviseksi. Toisaalta parisuhdetta ei koeta heti lapsen syntymän jälkeen yhtä tärkeäksi eikä puoliset järjestä enää parisuhdeaikaa niin usein kuin ennen lapsen syntymää. Molempien vanhempien tietoinen yhteisen ajan järjestäminen ja vastuunotto suhteesta, ovat tärkeät osat hyvinvoivalle pa-

risuhteelle. Isyyden ja vanhemmuuden peruspilareiksi voidaan kuvata neljä elementtiä: parisuhde, vanhemmuus, elämä kodin ulkopuolella ja minä itse. Jos jokin elementti puuttuu, se voi heijastua isyyteen. (Kekkonen ym. 2013, 17.)

Vuorovaikutussuhteet perheessä vaikuttavat myös osaltaan parisuhteeseen. Parisuhde, lapsen ja äidin välinen suhde, isän ja lapsen välinen suhde sekä lapsen ja vanhempien välinen suhde voivat tuoda oman rikkauden mutta myös haasteen vanhempien väliseen vuorovaikutukseen. Ajatuksia voi herätä isälle siitä millainen mies, puoliso, vanhempi tai kasvattaja on. Siksi onkin tärkeää parisuhteessa pohtia, millä tavoin pystyttäisiin ylläpitämään parisuhteen hyvinvointia. (Lindroos ym. 2009.) Kiintymyksen osoittaminen, leikkisä huumori ja puolison koskettelu ovat osa parisuhteen onnellisuutta lisääviä asioita (Ojanen 2018).

Yhteinen aika puolison kanssa voi olla esimerkiksi pieni hetki illalla, kun lapset ovat menneet nukkumaan (Eerola 2008). Kokemus vanhempien yhteisistä kiinnostuksen kohteista on positiivinen asia parisuhteelle (Halme 2009; Ojanen 2018). Tunteiden näyttäminen, keskustelu ja asioiden jakaminen, puolison kuuntelu sekä toiveiden ja tarpeiden esille tuominen luovat parisuhteeseen myönteistä ilmapiiriä (Ojanen 2018). Kun perheessä on pieni lapsi, seksuaalisuuden parisuhteessa isät ovat kokeneet haastavaksi. Hellyyden, läheisyyden ja seksuaalisuuden osoittaminen kumppanille nousevat esille huolesta ja tyytymättömyydestä parisuhteessa (Halme 2009). Tutkimusten mukaan toimiva parisuhde ja tyytyväisyys parisuhteessa edistävät isän ja lapsen välistä vuorovaikutusta ja yhdessäoloa. (Halme 2009; Eerola 2008). Seksi ja seksuaalisuus ovat parisuhteen herkin osa-alue. Pikkulapsiperheessä konkreettiset olot voivat luoda haasteita vanhempien väliselle seksille. Myös henkinen ja biologinen osa-alueet ovat osa seksuaalisuutta. Naisten ja miesten väliset kommunikaatioerot voivat aiheuttaa väärinkäsityksiä. Kyselytutkimuksissa on kuitenkin selvitetty, että suuriosa itseistä kokee oman puolisonsa äitiyden myötä seksikkäämmäksi ja eroottisemmaksi. (Hermanson 2012b.)

Vertaistukea on saatavilla monella eri tavalla. Toinen isä tai esimerkiksi vapaaehtoistyönä saatava vertaistuki on tärkeä osa arjen jaksamisessa sekä ymmär-

tämisessä, että muidenkin lapsiperhearki on samankaltaista iloineen ja huoli-
neen. Erilaisia kohtaamispaikkoja voivat olla avoimet kohtaamispaikat esimer-
kiksi perhekahvilat. Myös erilaisia puhelinpalveluja on tarjolla, joissa voi asioista
keskustella halutessaan nimettömästi. Nykyaikana digitalisaatio luo omat mah-
dollisuudet vertaistukeen. Erilaisista asiantuntijoiden nettivastaanotoilta ja verk-
kokursseilta sekä keskustelupalstoilta voi saada vertaistukea. (Heiskanen, He-
lamaa, Laru, Muuronen, Salmi, Satuli-Kukkonen, Ukkonen-Wallmeroth 2019,
32.)

Mannerheimin lastensuojeluliiton teettämän Isä- hankkeen vuonna 2010–2013
tulosten perusteella, isät kokivat tärkeäksi vertaistuen toisten isien kanssa. Esil-
le nousi tärkeäksi isyyden ja vanhemmuuskokemusten jakaminen. Varsinkin
lapsen hoitoon ja parisuhteeseen liittyvät asiat koettiin tärkeinä aiheina isien vä-
lissä keskusteluissa. 74 % prosenttia isistä piti tärkeänä vertaistukena ystäviä.
Tutkimuksessa oli tuotu esille myös palveluiden järjestämä vertaistuki, jolloin 64
% isistä piti tärkeänä neuvoloiden järjestämää vertaistukea. Tutkimuksessa isät
toivat tärkeimmäksi kodin ulkopuoliseksi tueksi arjessa omat vanhemmat. Isät
kokivat saavansa tukea arkeen myös sukulaisilta ja ystäviltä. Seitsemän pro-
senttia isistä toi tutkimuksessa esille, ettei heillä ole lainkaan tukiverkostoa. Ul-
kopuolista vanhempien, sukulaisten tai ystävien apua koettiin tarvitsevan silloin
kun lapsi esimerkiksi sairastuu. Yli puolet isistä ei kuitenkaan kokenut tarvitse-
vansa apua kodinhoidollisissa asioissa. (Lähteenmäki 2012.)

3 Jaettu vanhemmuus

3.1 Isä tasavertaisena kasvattajana

Vuorenmaan (2016) mukaan isien osallisuus lasten hoidossa, kasvun ja kehi-
tyksen tukemisessa sekä lasta koskevissa päätöksen teoissa on vahvaa. Mitä
enemmän isät osallistuvat lapsen hoitoon ja lapseen liittyvien asioiden päätök-
sen tekoon, sitä vahvemaksi isyyden kasvu muodostuu. Lapsesta vastuunot-

taminen ja huolehtiminen koetaan tärkeänä osana hyvää vanhemmuutta. (Eerola 2008.) Vanhemmuus on nykyisin jaettua vanhemmuutta, jossa isät osallistuvat yhä enemmän lastenhoitoon ja kotitöihin tasavertaisena vanhempana (Treas ym. 2014, 426).

Lastenhoito voidaan nähdä perheessä niin, että äiti osaa hoitaa lasta luontaisesti ja isä oppii lastenhoidon käytännön kokemuksen kautta. Joissakin tilanteissa onkin tärkeää, että isälle mahdollistetaan aikaa olla pienen lapsen kanssa ja näin ollen saada kokemusta lastenhoidosta sekä rakentaa isyyttä. Isyys kaikissa muodoissa on riittävän hyvää, kun isä haluaa osallistua lapsen elämään ja harjoittaa isyyttä. On tärkeää muistaa, ettei isyyttä voi toteuttaa väärin. (Mailasalo 2015.) Joskus isät voivat kokea epävarmuutta ja jopa pelkoa pienen lapsen hoidosta. Isät voivat kokea pelkoa siitä, etteivät osaa hoitaa pientä lasta mutta positiivisten kokemusten kautta pelko usein väistyy. (Jokipii 2010.) Isän tukeminen lastenhoidossa ilman painostusta vahvistaa isän ja lapsen suhdetta (Mailasalo 2015). Isyys ei ole vain kiintymyssuhde lapsen ja isän välillä vaan siihen liittyvät lapsen kanssa leikkiminen, kasvattaminen ja rajojen asettaminen. Lastenhoitoon liittyy vahvasti hyvä vuorovaikutussuhde, joka on edellytys lapsen kasvulla ja kehitykselle. (Sourander ym. 2019.)

Vaikka nykyisin isät osallistuvat lasten- ja kodinhoitoon enemmän kuin entisaikaan, sukupuolten roolijako kodin- ja lastenhoidon välillä edelleen on havaittavissa (Viikilä 2016). Jotkut isistä osallistuvat kotitöihin lähinnä puolison työtaakkaa keventämällä, mutta osa isistä kokee kotityöt puolison kanssa yhteiseksi velvollisuudeksi (Eerola 2008). Miehellä ja naisella voi olla erilaisia käsityksiä kotitöiden tekemisestä ja lastenhoidosta, joten ristiriitatilanteita saattaa helposti tulla. Siksi arkipäivän työnjaosta on tärkeää keskustella oman puolison kanssa. Lapsiperheessä työnjako muuttuu perheen tilanteiden mukaan. (Hermanson 2012a.) Yhteisistä säännöistä sopimalla ja keskustelemalla puolisojen välinen ymmärrys kotitöistä ja niiden hoitamisesta selkiintyy. Voi olla hyvä myös keskustella, mitkä kotitöistä ovat välttämättömimmät ja mistä kotitöistä voisi hiukan vähemmällä työllä selvitä. Perheenjäsenten kesken voi miettiä, miten kotitöitä olisi hyvä jakaa perheen kesken. Myös yhdessä kotitöiden tekeminen voi olla perheen ja puolisojen yhteistä ajanvietettä. (Sinnemäki 2019.)

Koti-isyys on tutkielman mukaan lähtöisin isän halusta jäädä kotiin hoitamaan pientä lasta. Koti-isänä ollessa, isät toivat tutkimuksessa esille huolehtivansa lapsista kokonaisvaltaisesti jo ennen kuin jäivät hoitamaan lapsia kotiin. (Viikilä 2016; Eerola 2008.) Läsnaolo ja kahdenkeskinen aika lapsen kanssa sisältyivät arkisiin toimiin ja yhdessäoloon. Isät kokivat tunnesiteen, kiintymyksen ja rakkauden vahvoina tunnetiloina. Koti-isyiden vastapainoksi koettiin tärkeänä hyvinvointia lisäävänä asiana toisten aikuisten kanssa käyty vuorovaikutus. Omat ystävät ja harrastukset koettiin voimavarana omassa hyvinvoinnissa. Myös suku ja omat vanhemmat nousivat isona asiana sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. (Viikilä 2016.) Koti-isyteen liitettiin lapsen perushoito, lasten kanssa ulkoileminen, lapsen kanssa leikkiminen ja kasvatuksen sekä opettamiseen liittyvät asiat. (Viikilä 2016; Eerola 2008.)

Viikilä (2016) tuo esille että suuri osa koti-isistä ottaa vastuun kotitöistä puolison ollessa töissä. Koti-isät toivat esille ottavansa vastuuta myös sellaisista kotitöistä, joita eivät ennen lapsen syntymää olleet tehneet. Kotona lapsen kanssa olevat isät kokivat ruoanlaiton ja siihen liittyvät asiat osaksi koti-isän roolia. Siivoamisen kuvataan tutkimuksessa kuuluvan tasapuolisesti sekä kotona olevalle isälle että töissä käyvälle äidille. Oma vapaa-aika, ilman välitöntä lapsesta otettavaa vastuuta, pidetään voimavarana koti-isydessä. Omaan vapaa-aikaan kuuluu pitkälti omat harrastukset. Jaksamista ylläpitävänä asiana isät toivat esille riittävän unen ja lepoaikat, joihin isät ovat kertoneet rauhassa kotitöiden tekemisen.

3.2 Isien saama tuki yhteiskunnassa

Sosiaali- ja terveysministeriö on linjannut neuvolatoiminnan tavoitteet joihin kuuluvat lasten fyysisen ja psyykkisen terveyden edistäminen mutta myös perheen hyvinvoinnin edistäminen. Neuvolan tehtävänä on tukea vanhemmuutta sekä parisuhdetta. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008, 13.) Yhteiskunnallisilla seikoilla on merkitystä, kuinka isyys toteutuu. Isyyden toteutumiseen vaikuttavat yhteiskunnallisella tasolla työmarkkinat sekä uudistukset vanhempien tasa-arvossa ja vanhempainvapaissa. (Immonen 2008, 10; Kekkonen ym. 2013, 23.)

Nyky-yhteiskunnassa suurempi perheyhteisö on entistä harvinaisempaa, joten vanhemmilla on enemmän vastuuta perheestä ja lasten kasvattamisesta. Myös työmarkkinoilla pienten lasten vanhemmilta vaaditaan paljon. Vaatimukset vanhemmuudesta ovat siis kasvaneet moninaiseksi. (Sourander ym. 2019.) Isät ovat tutkimuksessa kokeneet, että pystyvät vaikuttamaan päätöksentekoon palvelujärjestelmässä lasta koskevissa asioissa (Vuorenmaa 2016). Kun neuvolas- sa otetaan isät tasapuolisesti huomioon, tuetaan isien mahdollisuutta osallistua lasta koskeviin päätöksentekoihin (Eerola 2008).

Isällä on lakisääteinen oikeus pitää perhevapaita lapsen syntymän jälkeen. Isät voivat pitää perhevapaista isyysvapaan, vanhempainvapaan sekä hoitovapaita. (Kekkonen ym. 2013, 23.) Vanhempainrahan ehtona on, että isä on ollut Suomen sosiaaliturvan piirissä vähintään 180 päivää ennen lapsen laskettua aikaa. Isyysvapaa on isille tarkoitettu perhevapaan muoto, josta saa rahallista korvausta 54 arkipäivää. Siitä voi olla äidin kanssa yhtä aikaa kotona enintään 18 vuorokautta. Isä voi siis pitää loput isyysvapaapäivät enintään kahdessa jaksossa sen jälkeen, kun vanhempainrahakausi on päättynyt. Isyysvapaan lisäksi isä voi pitää vanhempainvapaata jonka voi jakaa äidin kanssa. Vanhempainvapaan kesto on 158 arkipäivää, jonka ajalta Kela maksaa korvausta. Kotihoidon tuelle voi jäädä vanhempainvapaan jälkeen, jolloin on oikeutettu saamaan kotihoidon- tukea siihen asti kun lapsi täyttää kolme vuotta. Näiden lisäksi isä tai molemmat vanhemmat voivat jäädä osittaiselle hoitovapaalle, jos isä palaa isyysvapaan jälkeen osa-aikaisesti töihin. Tällöin Kela maksaa osittaista hoitorahaa. (Kela 2020.)

Terveystenhoitaja on keskiössä lastenneuvolatoiminnassa terveydenedistämisen ammattilaisena. Terveystenhoitajan merkitys on tärkeä lapsen ja koko perheen terveyden- ja hyvinvoinnin edistämiseksi sekä terveellisten elintapojen ohjauksessa ja tukemisessa. Keskeistä on vanhemmuuden ja parisuhteen voimavarojen vahvistaminen erilaisin menetelmin. Terveystenhoitaja on perhehoi- totyön ammattilainen, jonka työ perustuu perhekeskeisyyteen ja voimavara- lähtöisyyteen. (Sosiaali- ja terveystministeriö 2004.)

Neuvolaikäisten lasten laajoja terveystarkastuksia on yhteensä kolme; 4 kuukauden, 18 kuukauden ja 4 vuoden iässä. Terveystarkastaja ja lääkäri tekevät omat arvionsa lapsen ja koko perheen hyvinvoinnista. Laajassa terveystarkastuksessa kartoitetaan ja arvioidaan lapsen ja koko perheen hyvinvointia, vanhempien voimavaroja ja keskinäistä vuorovaikutusta, perheen elintapoja ja tukiverkostoa sekä vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta. Mahdollinen päivähoiton arvio lapsen kokonaisvaltaisesta kehityksestä huomioidaan laajassa terveystarkastuksessa. Terveystarkastajan tärkeä rooli on arvioida lapsen kehitystä ja tarvittaessa ohjata sekä tukea vanhemmuutta. Terveystarkastaja kutsuu molemmat vanhemmat laajaan tarkastukseen. Terveystarkastaja tarvittaessa selvittää laajoista tarkastuksista poisjäävien perheiden tuen tarvetta. (Terveystarkastus ja hyvinvoinninlaitos 2019.)

4 Kehittämistyön tarkoitus ja tehtävä

Kehittämistyön tarkoitus on lisätä isien jaksamista pikkulapsiarjessa ja näin ollen edistää heidän terveyttään ja hyvinvointiaan. Kehittämistyömme tavoitteena oli lisätä tietoa ja mahdollistaa vertaistuki isille pikkulapsiarjessa. Kehittämistyön tehtävänä oli järjestää Isien ilta Siun soten Lehmon lastenneuvolassa pienten lasten isille.

5 Kehittämistyön toteutus

5.1 Toiminnallinen kehittäminen

Toiminnallisen kehittämistyön perusajatus pohjautuu kokonaisvaltaiseen näemykseen ihmisten todellisesta elämästä (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 161; Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 65–66). Toiminta on usein käytännönläheinen tuotos esimerkiksi toiminnallinen tapahtuma. Toiminnallisen ke-

hittämistyön toteutustapa on hyvä valita niin, että se palvelee osallistujia, vastaa osallistujien ja työelämän tarpeita. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 10, 51–64.) Näin ollen kehittämistyön avulla voidaan toteuttaa uusia menetelmiä, työvälineitä ja palveluja sekä kehittää entisiä käytäntöjä (Heikkinen, Jokela & Nurmela 2008, 21; Vilkkä ym. 2003, 9).

Toiminnallisessa kehittämistyössä tärkeäksi asiaksi voitaisiin nostaa käytännön ja tutkitun tiedon yhdistäminen. Toiminnallisen kehittämistyön tarkoitus on olla tiedon ja taidon osoittavaa toimintaa. (Vilkkä ym. 2003, 9-10.) Kehittämistyölle voidaan asettaa seitsemän eri vaihetta: alku- ja ideointivaihe, suunnitteluvaihe, käynnistysvaihe, toteutusvaihe, tulosten julkaiseminen, arviointi sekä käytännön ottaminen ja seuranta. Kaikissa kehittämistyön vaiheissa on tavoite oltava selkeästi esillä. Tällöin kehittämistyön hallitseminen ja rajaaminen ovat helpompaa. (Heikkilä ym. 2008, 58.) Laadun kriteerinä on monipuolinen aineisto joka vastaa kehittämistyön tavoitetta ja kohderyhmälle tuotavaa tietoa (Vilkkä ym. 2003, 64).

5.2 Hyvän tapahtuman kriteerit

Hyvän tapahtuman tavoitteena on ainutkertainen vaikuttaminen osallistujiin. Tapahtuman järjestäjien toiminta vaikuttaa tilaisuuden tunnelmaan ja osallistujien sekä tapahtuman järjestäjien väliseen vuorovaikutukseen. Tapahtuman hyvä suunnittelu, toteutus ja järjestäjien sitoutuminen ovat tärkeitä asioita tapahtuman onnistumisen kannalta. Kun tapahtuma on suunniteltu ja valmisteltu hyvin, järjestäjän on helppo reagoida nopeasti muuttuviin, suunnittelemattomiin tilanteisiin ja tarvittaessa muuttaa toimintatapaa. Tapahtumaa suunniteltaessa on tärkeää miettiä kolmea kysymystä: Mikä on tavoite ja viesti tapahtumalla? Ketkä ovat tapahtuman kohderyhmä? ja Millä tavalla, missä ja milloin tapahtuma järjestetään? Tapahtuman järjestämiseen kuuluu kolme vaihetta: suunnittelu-, toteutus- ja jälkivaihe. Tavoite kulkee kaikkien vaiheiden mukana. Tällöin myös tapahtuman arviointi toteutuksen jälkeen on helpompaa. (Vallo & Häyrynen 2016, 111–291.)

Tapahtuman keskiössä on ennalta asetettu tavoite, jonka pohjalta kokonaisuus muodostuu. Siksi onkin tärkeää tuoda tapahtumassa tavoite selkeästi esille. Parhaimmillaan tapahtumassa osallistuja voi pysähtyä kiireen keskellä ja saada itselleen uusia näkökulmia omaan arkeen. Tapahtuma voi olla ainutkertainen hetki osallistujien pysähtyä jonkun teeman äärelle. Osallistuja voi saada tapahtumasta elämyksen kokemuksia ja mahdollisuuden kohdata toisia ihmisiä. (Vallo ym. 2016, 291–293.)

6 Prosessi

6.1 Lähtötilanne ja suunnittelu

Halusimme alusta alkaen tehdä kehittämistyömme lapsiperheille. Koemme lapsiperheiden hyvinvoinnin terveydenedistämisen näkökulmasta terveydenhoitajan yhtenä tärkeänä työnä. Koemme, että isien mahdollisuudet osallistua entistä enemmän lapsensa kohdistuvaan päätöksentekoon esimerkiksi lastenneuvolassa, ovat kasvaneet viime vuosina. Haluammekin tulevana terveydenhoitajina jatkaa kasvukehitystä, jossa isät nähdään yhtä tasavertaisena kasvattajana ja osallistujana lapsen elämässä kuin äidit. Halusimme molemmat tehdä kehittämistyön toiminnallisena työnä, jossa voisimme osallistaa itsejä. Koemme vertais-tuen tärkeänä terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen menetelmänä, joten halusimme korostaa tätä asiaa toiminnallisessa osuudessa. Aihealueet joita käsittelemme kehittämistyössä, ovat muotoutuneet sairaanhoitajan käytännön työn pohjalta sekä omien kokemusten kautta. Olemme molemmat tehneet sairaanhoitajan työtä ennen terveydenhoitajan opintoja ja kokemusta on kertynyt laajalti terveydenhuollon eri alueilta. Siksi oli mielenkiintoista lähteä kartoittamaan, millaisia aihealueita kehittämistyössä nostamme esille.

Saimme toimeksiannon Siun soten Lehmon lastenneuvolasta. Neuvolapalvelut ovat suunnattu lapsille ja perheille. Siun soten lastenneuvolan tavoitteena on lapsen kasvun ja kehityksen sekä terveyden ylläpitämisen turvaaminen. Las-

tenneuvolasta vanhemmat saavat ohjausta ja tukea liittyen lapsen kasvatukseen mutta myös parisuhteeseen. Lasten neuvolapalvelujen piiriin kuuluvat kahden viikon ikäisestä kouluikäiseen olevat lapset ja heidän perheensä. (Siun sote 2020.)

Kävimme tapaamassa marraskuussa 2019 lastenneuvolan terveydenhoitajia, joilta saimme lisätietoa millaista tarvetta he kokivat pienten lasten isillä olevan. Terveydenhoitajat kokivat tärkeäksi, että toiminnallinen osuus on isejä osallistava, posterinä tai muuta vastaavaa tuotosta he eivät kokeneet niin tarpeelliseksi ja hyödylliseksi. Niinpä yhdessä päätimme, että järjestämme lastenneuvolassa maaliskuussa Isien illan liittyen isien jaksamiseen pikkulapsiarjessa.

Keskustelut neuvolan terveydenhoitajien kanssa tukivat aihealueiden valintaa. Keskusteluissa nousivat esille erityisesti parisuhde ja arjenhallinta, jonka ympärille lähdimme rakentamaan kehittämistyötä. Oman aikaisemman pohdintamme lisäksi päätimme yhdessä neuvolan terveydenhoitajien kanssa valita kohderyhmäksi pienten lasten isät. Kohderyhmän rajaaminen oli kehittämistyön hallittavuuden ja toiminnallisen osuuden suunnittelun kannalta tärkeää. Päätimme neuvolan terveydenhoitajien ehdotuksesta, että he kokoavat sovitun kohderyhmän sisällä olevat isät. Sovimme samaisessa palaverissa toiminnallisen osuuden ajankohdan ja kuinka isät kutsutaan tapahtumaan. Muutoin saimme vapauden tehdä kehittämistyöstä omannäköisen.

Palaverin jälkeen lähdimme kasaamaan tutkittua teoretietoa kehittämistyöllemme. Samalla suunnittelimme Isien illan alustavaa sisältöä ja millä tavoin haluamme tuoda esille tärkeitä aiheita. Lisäksi pohdinnassa oli kuinka osallistamme osallistujia. Emme halunneet luentotyypistä tapahtumaa vaan koimme alusta asti tärkeäksi, että isät saavat tuoda esille omia ajatuksia perhe-elämästä ja isyydestä. Näin päädyimme rakentamaan tapahtumasta vertaistuki tyyppisen illan, johon yhdistämme kehittämistyössä esille tuotua teoretietoa.

Tapahtuma sovittiin järjestettäväksi Lehmon neuvolan tiloissa 12.3.2020 klo 17:30-19:00. Sovimme terveydenhoitajien kanssa, että teemme kutsut tapahtumaan. Terveydenhoitajat lupautuivat kasaamaan kohderyhmään kuuluvien isien

tiedot ja lähettämään kutsut heille. Tällöin varmistamme kohderyhmän anonymiteetin, koska emme itse opiskelijoina ole asiakassuhteessa henkilöiden kanssa. Näin ollen täyttyy tutkimuksen eettisestä näkökulmasta lähtökohtana oleva itsemääräämisoikeus, jolloin ihmiset voivat päättää omasta osallistumisestaan (Hirsjärvi ym. 2009.)

Kutsujan lähettämisen ajankohdaksi sovimme noin kolme viikkoa ennen tapahtumaa. Koska Isien illassa on tarkoituksena tarjota pientä syötävää, pyysimme kutsussa isiä ilmoittautumaan etukäteen meille kehittämistyön tekijöille sähköpostitse. Terveystoimijat toivoivat, että ilmoittautuminen olisi suoraan meille opiskelijoille, ett' tapahtuman kokonaisuus olisi hallittavissa. Laadimme kutsut (kts. liite 1) tammikuun aikana. Halusimme kutsuista selkeät ja hieman humoristiset. Saimmekin mielestämme kutsussa olevalla kuvalla tuotua esille huumorin kautta, millaista isyys parhaimmillaan pikkulapsiarjessa on. Testasimme kutsun toimivuutta tutulla isällä, jonka kommentti oli: *"Tuollaistahan se onkin"*. Toimitimme kutsut terveydenhoitajille Lehmon neuvolaan, josta ne lähetettiin sovitusti eteenpäin kohderyhmän isille.

Alustavasti olemme suunnitelleet Isien iltaa liitteen 2 mukaisesti. Olimme ajatelleet pitävämme toiminnallisen osuuden ensiksi ja lopuksi kahvitarjoilun. Saimme terveydenhoitajilta ehdotuksen, jos kahvitarjoilu olisikin ensimmäisenä. Moni isä voi tulla tapahtumaan mahdollisesti pian työpäivän jälkeen, joten kahvittelu voisi olla rentouttava ja virkistävä aloitus. Kahvittelun aikana olimme suunnitelleet pitävämme meidän opiskelijoiden esittäytymisen. Keitä me olemme ja miksi olemme järjestäneet kyseisen tapahtuman. Tämän jälkeen isille on mahdollisuus esittäytyä niin halutessaan. Jokainen isä voi kertoa itsestään ja perheestään sen minkä kokee haluavansa. Esittäytymisen jälkeen avaamme kehittämistyömme ja tapahtuman aiheita tarkemmin. Isien tehtävänä on pohtia omia ajatuksia ja kokemuksia antamiemme aiheiden pohjalta. Isät saavat kirjoittaa ajatuksensa post-it lapuille ja laittaa ne aihealueittain valmiille kartonkipohjille. Tämän jälkeen isien tuomat ajatukset käydään yhdessä keskustellen läpi ja vertaistukea hyödyntäen. Tuomme keskusteluissa aihealueittain kehittämistyömme teorian tietoa esille.

Lopuksi isiltä pyydetään kirjallisesta palautetta palautelomakkeella (liite 3) sekä isillä on mahdollisuus vapaaseen jutusteluun muiden isien ja/tai meidän opiskelijoiden kanssa. Lopuksi isät saavat kotitehtävän parisuhteeseen liittyen.

6.3 Toteutus ja arviointi

Lehmon lastenneuvolan terveydenhoitajat lähettivät kutsut sovitusti kaksi viikkoa ennen toiminnallista toteutusta. Kutsuja lähetettiin 45 isälle. Kutsuissa oli pyydetty ilmoittautumaan opiskelijoille sähköpostitse viikko ennen tapahtumaa. Aloimme huolestua kun ilmoittautumisia ei tullut yhtään sovittuun päivämäärään mennessä. Olimme yhteydessä neuvolan terveydenhoitajiin ja sovimme että he rekrytoivat neivolakäyntien yhteydessä isiä osallistumaan. Saimme viisi päivää ennen toteutusta yhden ilmoittautuneen. Lisäksi rekrytoimme itse yhden neuvolaikäisen lapsen isän osallistumaan. Päätimme terveydenhoitajien kanssa, että pidämme tapahtuman vähäisestä osallistujia määrästä huolimatta.

Koska osallistujia oli kaksi, jouduimme muokkaamaan toteutusta uudelleen. Halusimme toteuttaa Isien illan rentona ja keskustelevana. Suunnitelman muuttaminen oli myös terveydenhoitajien mielestä toimiva pienelle ryhmälle. Päätimme, että isät saavat tuoda ajatuksiansa esille keskustellen, joten emme otta neet alustavan suunnitelman mukaista post-it tehtävää laisinkaan illan ohjelmaan.

Valmistelimme tapahtuman materiaalit ja tilan ennen Isien illan toteutusta. Olimme varanneet pientä tarjottavaa tapahtumaan. Laitoimme tarjottavat esille ennen osallistujien saapumista lasten neuvolan tiloihin. Kun isät saapuivat paikalle, toivotimme heidät tervetulleeksi. Koska halusimme illasta rennon ja kotoisan, kahvitelimme toteutuksen aikana. Aluksi esittelimme itsemme, keitä olemme ja miksi olemme järjestäneet illan. Lisäksi toimme esille kehittämistyömme tarkoituksen ja miksi olemme päätyneet käsiteltävään aiheeseen. Tämän jälkeen isät saivat kertoa itsestään ja perheestään.

Esittäytymisen jälkeen lähdimme käsittelemään kehittämistyömme aihealueita. Esitimme isille muutamia kysymyksiä käsiteltävistä aiheista. Johdattelimme keskustelun aiheita kehittämistyön teemojen pohjalta. Keskustelua syntyi isien välillä paljon, he toivat esille omia kokemuksia isyydestä ja pikkulapsi arjesta. Lisäksi isien kesken heräsi paljon kysymyksiä ja ajatuksia isyydestä ja vanhemmuudesta. Isät lähtivät keskenään keskustelemaan ja jakamaan omia toimintatapoja, kuinka he esimerkiksi toimivat pikkulapsen kanssa tietyssä tilanteessa. Keskustelua olisi syntynyt isien välillä suunniteltua aikaa pidempäänkin, joten jouduimme johdattelemaan iltaa päättyväksi. Lopuksi isät ja terveydenhoitajat täyttivät palautelomakkeet. Ennen kotiinlähtöä isille annettiin parisuhteeseen liittyviä kotitehtäviä esimerkiksi yhteisen ajan järjestäminen ja puolison huomioiminen arjessa. Isät innostuivat tehtävistä ja kokivat ne hyväksi tavaksi pohtia omaa parisuhdetta.

Pyysimme kirjallista palautetta isiltä ja terveydenhoitajilta (liite 3). Molemmat isät kokivat illan hyödylliseksi ja aiheet kiinnostaviksi. Toteutus oli isien mielestä toimiva. Aiheet herättivät isissä ajatuksia omasta isyydestä sekä he saivat vinkkejä ja uusia ajatuksia pikkulapsi arjen tueksi. Palautelomakkeessa oli viisi väittämää, johon isät saivat vastata ovatko samaa mieltä, eri mieltä vai ei osaa sanoa. Molemmat isät vastasivat kaikkiin väittämiin olevansa samaa mieltä. Avoimiin kysymyksiin isät vastasivat:

”Olisi voinut olla enemmänkin keskustelua (enemmän osallistujia)”
 ”Myös enemmän aiheita olisi mahtunut.”
 ”Mies illan vetäjänä voisi tuoda myös enemmän näkökulmia.”
 ”Erittäin hyvää oli tilaisuuden keskustelunomaisuus.”
 ”Tilaisuuden kulku oli mutkatonta ja aiheet hyviä.”
 ”Kiitos! ☺”

Terveydenhoitajat vastasivat samaan palautelomakkeeseen kuin isät, mutta terveydenhoitajan näkökulmasta. Lisäksi saimme avointa kirjallista palautetta:

”Todella hyvä ja tärkeä aihe.”
 ”Harmi ettei osallistujia ollut enempää.”
 ”Mukavan rento tunnelma.”
 ”Kiva, kun isät osallistuivat keskusteluun, tärkeitä aiheita otitte käsitellyyn.”
 ”Leppoisa ilta!”

Vaikka osallistujia määrä oli pieni, isät kokivat illan tärkeäksi sekä aiheet ajankohtaisiksi ja kiinnostavaksi. Myös lastenneuvolan terveydenhoitajat kokivat aiheet tärkeäksi ja sen että isät saivat äänensä kuuluviin.

7 Pohdinta

7.1 Kehittämistyön tarkastelu

Kehittämistyömme tarkoitus oli antaa tietoa ja vertaistukea isille pikkulapsiarjessa. Kehittämistyön tavoite oli lisätä isien jaksamista ja näin ollen edistää heidän terveyttään ja hyvinvointiaan. Kehittämistyön tehtävänä oli järjestää Isien ilta Siun sotien Lehmon lastenneuvolassa pikkulasten isille.

Kehittämistyöhömmme valitut aihealueet osoittautuivat ajankohtaisiksi pikkulapsiperheiden isille. Suunnitteluvaiheessa halusimme korostaa vertaistuen merkitystä isyydestä. Vaikka osallistujamäärä olikin pieni, isät saivat paljon keskustelua aikaiseksi. Lisäksi isät jakoivat keskenään paljon kokemuksia ja erilaisia tapoja toteuttaa isyyttä. Oli hienoa huomata, että isät saivat toisiltaan vinkkejä lapsiperhearkeen ja arjen haasteisiin. Huomasimme vertaistuen merkityksen tärkeyden toteutuksen aikana, kuten olimme teorian tiedon lähteissä tuoneet esille. Vaikka kehittämistyömme teemojen alustus oli meillä opiskelijoilla, isät omalla keskustelullaan tekivät aiheista ja tapahtumasta kokonaisuuden.

Isät toivat esille illassa kuinka tärkeäksi he kokivat, että valitsemiamme aiheita otetaan puheeksi ja isät pääsevät keskustelemaan turvallisessa ja luotettavassa ympäristössä omasta vanhemmuudesta. Aiemmin kehittämistyössä viittasimme Lammi-Taskulaan kuinka työelämä voi olla kiireistä ja kuormittavaa, jolloin se vaikuttaa muun muassa perheen yhteiseen aikaan. Pohdimme olisiko tämä ollut yksi syy, ettemme saaneet enempää osallistujia paikalle. Myös isien oman vapaa-ajan ja työn yhteensovittaminen sekä kiireinen arki ovat haasteita pikkulapsiarjessa.

Keskustelimme yhdessä neuvolan terveydenhoitajien kanssa, että mahdollisesti perheet priorisoivat menoja ilta-aikana ja osallistuminen tämänkaltaisiin tilaisuuksiin jää vähäiseksi.

Kokemuksemme oli, että osallistujat saivat meidän järjestämästä illasta ajatuksia ja työkaluja omaan lapsiperhe arkeen ja parisuhteeseen. Viittauksemme Eerolan tutkimukseen, jossa isät kuvaavat parisuhteen olevan parhaillaan tasa-arvoinen ja sitoutunut suhde, oli hienoa huomata että isien keskusteluissa korostui parisuhteen merkitys ja kuinka parisuhteesta tulisi pitää huolta myös kiireisen pikkulapsiarjen keskellä. Meille kehittämistyön tekijöille oli tärkeää, että olimme osanneet teoriapohjassa nostaa esille pieniä käytännön vinkkejä, kuinka tukea parisuhdetta. Isät pohtivat illan aikana, ettei parisuhdeaikaa järjestetä enää niin usein kuin ennen lapsen syntymää. Tämän asian toi myös Kekkonen ym. viittauksissamme esille. Isät kokivat pienet arkiset hetket ja huomion osoitukset hyväksi asiaksi parisuhteen hyvinvoinnin kannalta, kuten Eerolakin oli tutkimuksessaan todennut. Saimme annettu näkökulmia vanhemmuuden tukemisesta. Teorialähteessämme Sourander & Aronen ovat tuoneet esille, että aktiivinen sitoutuminen isä-lapsisuhteeseen alkaa jo raskausaikana. Myös Isien iltaan osallistuneet isät havaitsivat keskustelun aikana, kuinka isyyteen kasvaa lapsen kasvun ja kehityksen mukana. Isät toivatkin esille, ettei aina vanhempana ole valmiita vastauksia ja he saivat toisiltaan vertaistukea isyyteen.

Ilmapiiri oli koko illan aikana rennon keskusteleva. Koimme että isät pystyivät tuomaan omia ajatuksia ja mielipiteitä luontevasti esille. Meidän kokemuksen mukaan tapahtuma ilmapiiri oli luonteva ja luotettava. Korostimme tilaisuuden alussa isille, että he voivat vapaasti tuoda esille mielipiteitään ja ajatuksiaan ilman arvostelua. Halusimme korostaa isille anonymiteetin säilymistä kehittämistyössämme.

7.2 Luotettavuus ja eettisyys

Kehittämistyössä tärkeänä osana on noudattaa periaatteita hyvästä tieteellisestä toiminnasta (Heikkilä ym. 2008, 44). Tämä pitää sisällään kehittämistyön ai-

heen eettisyyden, tehtävän tutkimusongelman – ja kehittämisen eettisyyden, mitä ja mistä tietoa hankitaan, aineiston ja tiedon toteutuksen, -analyysin, -arvioinnin ja raportoinnin luotettavuuden. (Heikkilä ym. 2008, 44; Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 84.) Olemme käyttäneet lähteenä tutkimuksellista tietoa esimerkiksi tutkimuksellisia pro-gradu ja väitöskirjoja. Tutkimukset ovat pohjautuneet pääpiirteittäin vanhempien kokemuksiin ja kokemusten analysointiin. Koemme kokemukselliset tutkimukset tärkeänä osana kehittämistyömme eettisyyttä ja luotettavuutta. Olemme käyttäneet tutkimusten haussa Finnan hyväksymiä hakukoneita, jotta tutkimustieto olisi mahdollisimman luotettavaa.

Kehittämistyön tulosten siirrettävyydellä tarkoitetaan, että tuloksia voidaan ottaa jatkokäyttöön ja arvioida jatkossakin esimerkiksi muissa kehittämis- tai organisaatiohankkeissa. Tämä vuoksi kehittämistyössä on tärkeää tuoda hyvin esille aihe ja sille asetettu tavoite. (Toikko & Rantanen 2009, 126.) Kehittämistyössä luotettavuutta tutkimusmenetelmien käytössä voidaan pohjata validiteettiin ja reliabiliteettiin. Validiteetilla tarkoitetaan, että kehittämistyössä käsitellään sitä aihetta mitä tavoitteissa ja käsitteissä on luvattu. Reliabiliteetti tarkoittaa, että kehittämistyön tulokset ovat toistettavissa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 160; Kankkunen ym. 2013, 189.) Reliabiliteetilla tarkastellaan myös tulosten pysyvyyttä, johdonmukaisuutta sekä vastaako näkökulmat muita aiemmin tehtyjä tutkimuksia (Kankkunen ym. 2013, 194).

Kehittämistyössä voidaan käyttää laadullisen tutkimuksen arvioinnin kriteereitä; uskottavuutta, siirrettävyyttä, riippuvuutta ja vahvistettavuutta. Uskottavuus edellyttää tulosten selkeää kuvaamista ja analyysin tarkkaa kuvausta. (Kankkunen ym. 2013, 197–198.) Tuomen ym. (2018; 184–186) mukaan laadullisessa tutkimuksessa on viisi arviointikriteeriä. Ensimmäinen arviointikriteeri on raportin selkeys, jossa arvioidaan prosessin selkeää kuvaamista niin että lukija saa kokonaiskuvan tutkimuksesta. Toisessa arviointikriteerissä otetaan huomioon kehittämistyössä käytettyjen menetelmien ja keinojen oikeellisuutta sekä loogisuutta. Lisäksi arvioidaan hyvän tutkimuskäytännön noudattamista. Kolmantena arvioidaan tutkimustuloksia ja onko tulokset yhdistettävissä suhteessa aiempaan tietoon.

Neljänneksi arvioinnissa nostetaan esille teorian selkeys sekä aineiston ja käsitteiden yhdistäminen aikaisempaan tutkittuun tietoon. Viimeisenä eli viidentenä arviointikriteerinä on tutkimuksen hyödynnettävyys ja käytettävyys jatkokehittämiseksi.

Kehittämistyön aiheena on tärkeää olla asiakkaan tai potilaan näkökulma ja heidän hyvinvointi. Aihetta valittaessa on mietittävä mikä on kehittämistyön tarkoitus ja miten sitä voidaan hyödyntää. (Heikkilä ym. 2008, 44–46.) Laadullisessa kehittämistyössä tarkasteltavana ovat hoitoyön moninaiset merkitykset ja asian tai ilmiön ymmärryksen lisääminen. Näitä voivat olla ihmisten kokemukset terveydestä tai sairaudesta, sairauden hoidosta tai hoitojen merkityksestä ihmisen elämässä. Myös asiakaslähtöisyys korostuu laadullisessa kehittämistyössä. (Kankkunen ym. 2013, 74.) Tärkeänä osana aiheen valinnassa on asiakkaiden tai potilaiden kunnioittava ja oikeudenmukainen kohtelu. (Heikkilä ym. 2008, 46).

Sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta ETENE julkaissut sosiaali- ja terveysalalle eettiset suositukset: 1. Asiakkaiden ja potilaiden ihmisarvon ja perusoikeuksien kunnioittaminen. 2. Asiakkaan ja potilaan etu lähtökohtana hoidolle ja palvelulle. 3. Ammattilaisten, potilaiden ja asiakkaiden välinen vuorovaikutus. 4. Ammattilaisten vastuu laadukkaasta työstä. 5. Päätöksien ja toimintakulttuurin vastuullisuus. ETENEn eettiset ohjeet antavat työhön ohjausta joita voidaan soveltaa yksilöllisesti. Lisäksi eettiset ohjeet herättävät kansallista keskustelua. (Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta ETENE 2011.)

7.3 Ammatillinen kasvu ja kehitys

Koemme terveyden edistämisen ja ennaltaehkäisevän työn tärkeänä osana terveydenhoitajan työnkuvaa. Mielestämme ennaltaehkäisevään työhön tulisi olla enemmän terveydenhoitajalla työaikaa ja huomasimme isien palautteesta kuinka tärkeää vanhempien yksilöllinen huomioiminen on. Tulevina terveydenhoitajina haluamme kiinnittää huomioita perheiden hyvinvointiin ja ennaltaehkäise-

vään perhehoitotyöhön. Tärkeäksi huomioitavaksi asiaksi asiakastyössä nousee luotettavan ilmapiirin luominen, jolloin asiakas voi tuoda esille myös vaikeita asioita ja tunteita. Koemme, että pystyimme omalla ammattitaidolla luomaan luotettavan ilmapiirin, jolloin isien oli helppo osallistua keskusteluun. Saamamme palaute vahvisti ajatustamme kuinka tärkeän aiheen äärellä olimme. Huomasimme kuinka tärkeää vertaistuki oli isille ja että pystyimme sen mahdollistamaan.

Haasteeksi nousi kehittämistyö prosessin aikana aikatauluttaminen. Pääsimme aloittamaan kehittämistyömme melko myöhäisessä vaiheessa, koska emme saaneet toimeksiantajaa heti syksystä. Haasteeksi nousi aikatauluttamisessa yhteisen ajan löytäminen perhearjen keskellä. Joten aihe oli myös itsellemme ajankohtainen ja tärkeä. Koemme että pystymme tulevassa terveydenhoitajan työssä huomioimaan perheiden tarpeet, haasteet ja vanhemmuuden moninaisuuden. Työ- ja opiskelu elämässä tapahtuu päivittäin odottamattomia muutoksia, joten terveydenhoitajankin työssä on osattava ja pystyttävä reagoimaan nopeasti muuttuviin tilanteisiin. Tästä saimme oppia omassa kehittämistyössämme, kun osallistujamäärä ei ollutkaan, kuten olimme suunnitelleet. Pystyimme mielestämme muuttamaan toteutuksen nopealla aikataululla toimivaksi ja osallistujien tarpeita vastaavaksi. Saimme toimeksiantajan terveydenhoitajilta myös positiivista palautetta illan suunnittelusta ja toteutuksesta.

Meidän molempien aikaisempi sairaanhoitajan koulutus ja työkokemus tukivat vuorovaikutusta sekä luontevan ilmapiirin luomista. Lisäksi koemme omalla ammattitaidolla ja kokemuksella olevan merkitystä, kuinka käsittelimme aiheita toteutuksessa. Keskinäinen tekemisemme on ollut koko kehittämistyön ajan sujuvaa ja selkeää. Ajatuksemme ja tavoitteemme ovat olleet samanlaisia, joten yhteistyö on ollut helppoa.

7.4 Hyödynnettävyys ja jatkokehitysideat

Toivomme kehittämistyömme herättävän terveydenhoitajissa ajatuksia vanhemmuuden moninaisuudesta ja isien huomioimisesta neuvoloissa. Kehittämis-

työtämme voisi käyttää työkaluna vanhemmuuden puheeksi ottamisessa. Myös perhevalmennuksissa olisi tärkeää huomioida isien osuus osana lapsen kasvua ja kehitystä. Kehittämistyötämme tietoperustaa voisi käyttää osana perhevalmennuksien sisältöä. Jatkokehitysideana voisi järjestää isille teemailtoja matalan kynnyksen toimipaikoissa. Aihealueita näin ollen pystyisi laajentamaan ja herättämään erilaista keskustelua liittyen isyyteen ja vanhemmuuteen. Jatkossa olisi mielenkiintoista kuulla kokemuksia ja ajatuksia lapsien näkökulmasta isyydestä ja vanhemmuudesta.

Lähteet

- Eerola, P. 2008. Isyys liikkeessä- Tutkimus nuorista miehistä, isyydestä ja muutoksesta. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteiden laitos. Pro gradu-tutkielma.
<https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/80629/gradu03583.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. 2.1.2020.
- Halme, N. 2009. Isän ja leikki-ikäisen lapsen yhdessäolo. Tampereen yliopisto. Hoitotieteen laitos. Akateeminen väitöskirja.
<https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/66490/978-951-44-7794-2.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. 2.1.2020.
- Heikkilä, A., Jokinen, P. & Nurmela, T. 2008. Tutkiva kehittäminen- Avaimia tutkimus- ja kehittämishankkeisiin terveysalalla. Helsinki; WSOY Oppimateriaalit Oy.
- Heiskanen, L., Helamaa, T., Laru, S., Muuronen, K., Salmi, A., Satuli-Kukkonen, T. & Ukkonen-Wallmeroth, J. 2019. Vanhemmuuden ja parisuhteen tukeminen järjestöjen yhteistyönä. Teoksessa Hakulinen, T., Laajasalo, T. & Mäkelä, J. (toim.) Vanhemmuuden ja parisuhteen tuen vahvistaminen, kohtaavat palvelut. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinninlaitos, 31–37.
http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138389/URN_ISBN_978-952-343-357-1.pdf?sequence=1&isAllowed=y. 10.1.2020.
- Hermanson, E. 2012a. Isäksi ja äidiksi kasvetaan, ei synnytä!. Kustannus Oy Duodecim.
https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=kot00201&p_hakusana=is%C3%A4. 4.1.2020.
- Hermanson, E. 2012b. Pari- ja seksisuhde koetuksella. Kustannus Oy Duodecim.
https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=kot00205&p_hakusana=is%C3%A4. 4.1.2020.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Hämeenlinna: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Huttunen, J. 2017a. Työ ja muu elämä tasapainoon. Pelastakaa lapset ry, isämies elämässä- hanke. 2017:2. Joensuu. Offsetpaino Tuovinen ky.
- Huttunen, J. 2010b. Isyyteen sitoutuminen ja merkitys miehelle. Suomen lääkärilehti.
https://www.terveysportti.fi/dtk/ltk/koti?p_artikkeli=ykt01107&p_haku=is%C3%A4. 2.1.2020.
- Huttunen, J. 2001c. Isänä olemisen uudet suunnat. Juva: WS Bookwell Oy.
- Immonen, K. 2008. Isien ja ja isyyden tukeminen äitiys ja lastenneuvoloissa. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2008:24. Helsinki.
<http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/72376/Selv200824.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. 16.12.2019.
- Isyyslaki 11/2015.
- Jokipii, M. 2010. Nimeni on isä. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Pro gradu-tutkielma.
<https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/81550/gradu04276.pdf;jsessionid=DFF7DBADCE0757453F1E791AF192EB37?sequence=1>. 28.1.2020.

- Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Kekkonen, M., Lilja, J. & Nieminen, K. 2013. Isätietoa. Lahden ammattikorkeakoulu. 2013. Lahti. M&P Paino Oy.
- Kela 2020. Lapsiperheet. <http://www.kela.fi/isyyssraha>. 3.1.2020.
- Kortesoja, S. 2014. Lapsiperheiden arjen ajallisuus ja sen merkitykset vanhempien kertomana. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteiden laitos. Pro gradu- tutkielma. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-201406081961>. 10.1.2020.
- Lammi-Taskula, J. & Toppinen-Tanner, S. 2019. Työelämä ja vanhemmuuden haasteet - Työpaineet kuormittavat äitiyttä ja isyyttä. Teoksessa Hakulinen, T., Laajasalo, T. & Mäkelä, J. (toim.) Vanhemmuuden ja parisuhteen tuen vahvistaminen, kohtaavat palvelut. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinninlaitos, 73–81. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138389/URN_ISBN_978-952-343-357-1.pdf?sequence=1&isAllowed=y. 10.1.2020.
- Lindroos, S. & Hyypiä, M-L. 2009. Lapsiperheet neuvolassa. Kustannus Oy Duodecim. https://www.oppiporssi.fi/op/ppp00073/do?p_haku=parisuhde%20ja%20vanhemmuus#q=parisuhde%20ja%20vanhemmuus. 4.1.2020.
- Linjama, T. 2017. Työ ja muu elämä tasapainoon. Pelastakaa lapset ry, isämies elämässä- hanke. 2017:2. Joensuu. Offsetpaino Tuovinen ky.
- Lähteenmäki, M. 2012. Vauvaperheiden isien näkemyksiä sosiaalisesta tuesta. Turun Yliopisto. 4/2012. Turku. Turun Lapsi- ja nuorisotutkimuskeskus. <https://bin.yhdistysavain.fi/1558685/nwcl5dRvvg9FMqYDJjC70Rf5Ds/Selvitys%20vauvaperheiden%20isien%20sosiaalisesta%20tuesta.pdf>. 13.12.2019.
- Mailasalo, M. 2015. Osaamaton, vastuun ottava vai näkymätön isä? Isyys ja isään liittyvät riskit vuosien 1999-2013 neuvolajulkaisuissa. Helsingin yliopisto. Valtiotieteellinen tiedekunta. Pro gradu- tutkielma. https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/153304/Mailasalo_Sosiologia.pdf?sequence=2&isAllowed=y. 28.1.2020.
- Mykkänen, J. 2010. Isäksi tulon tarinat, tunteet ja toimijuus. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Väitöskirja. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/22712/9789513938024.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. 12.12.2019.
- Närvi, J. 2018. Isä hoitaa- vai hoitaako? Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/136012/URN_ISBN_978-952-302-995-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y. 9.1.2020.
- Ojanen, J. 2018. Millaiset asiat yhdistävät onnellisia pariskuntia?. Väestöliitto. <https://www.hyvakysymys.fi/artikkeli/millaiset-asiat-yhdistavat-onnellisia-pariskuntia/>. 8.1.2020.
- Pelkonen, M. 2019. Vanhemmuuden ja parisuhteen tuki perhekeskuksen ydintehtävänä. Teoksessa Hakulinen, T., Laajasalo, T. & Mäkelä, J. (toim.) Vanhemmuuden ja parisuhteen tuen vahvistaminen, kohtaavat palvelut. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. 110. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138389/URN_ISBN_978-952-343-357-1.pdf?sequence=1&isAllowed=y. 16.1.2020.

- Sinkkonen, J. 2012. Isäksi ensi kertaa. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.
- Sinnemäki, M. 2019. Kotityöt lapsiperheessä. Väestöliitto.
<https://www.hyvakysymys.fi/artikkeli/kotityot-lapsiperheessa/>.
 8.1.2020.
- Siun sote. 2020. Lastenneuvola. <https://www.siunsote.fi/lastenneuvola>.
 16.2.2020.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2008. Isien ja isyyden tukeminen äitiys- ja lastenneuvoloissa.
<http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/72376/Selv200824.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. 8.1.2020.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2004. Lastenneuvola lapsiperheiden tukena: opas työntekijöille. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201504227303>. 18.2.2020.
- Sourander, A. & Aronen, E. 2019. Perhe ja vanhemmuus. Kustannus Oy Duodecim.
https://www.oppiporssi.fi/op/pkr02203/do?p_haku=vanhemmuus#q=vanhemmuus. 4.1.2019.
- Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. 2019. Lastenneuvolakäsikirja.
<https://thl.fi/fi/web/lastenneuvolakasikirja/maaraaikaistarkastukset/terveystarkastusten-tarkempi-sisalto>. 29.2.2020.
- Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Tampere; Tampereen Yliopistopaino Oy – Juvenes Print.
- Treas, J., Scott, J. & Richards, M. 2014. The Wiley Blackwell companion to the sociology of families. <https://ebookcentral-proquest-com.tietopalvelu.karelia.fi/lib/pkamk-ebooks/reader.action?docID=1652082&query=9781118374115>.
 3.2.2020.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisältöanalyysi. Helsinki; Kustannusyhtiö Tammi.
- Vallo, H. & Häyrinen, E. 2016. Tapahtuma on tilaisuus. Tallinna; Tietosanoma Oy.
- Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta ETENE. 2011. Sosiaali- ja terveysalan eettinen perusta. Sosiaali- ja terveysministeriö. <https://etene.fi/documents/1429646/1559058/ETENE-julkaisu+32+Sosiaali-+ja+terveysalan+eettinen+perusta.pdf/13c517e8-6644-4fa5-8c5f-193cfdce9841/ETENE-julkaisu+32+Sosiaali-+ja+terveysalan+eettinen+perusta.pdf>. 22.1.2020.
- Viikilä, J. 2016. Koti-isän arki ja jaksaminen. Jyväskylän yliopisto. Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos. Pro Gradu tutkielma.
<https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/49300/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201604112044.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
 13.12.2019.
- Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä; Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Vuorenmaa, Maaret. 2016. Äitien ja isien osallisuus perheessä ja lasten palveluissa sekä osallisuuteen yhteydessä olevat tekijät. Tampereen yliopisto. Terveystieteiden yksikkö. Akateeminen väitöskirja.
<https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/98335/978-952-03-0019-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. 16.12.2019.

Kutsu

MITÄ ON ISIEN JAKSAMINEN PIKKULAPSI ARJESSA?

Tervetuloa Isien iltaan torstaina 12.3.2020 klo 17:30-19

Lehmon lasten neuvolaan, Kylmäojantie 49

Tavoitteena on antaa isille tukea arjen jaksamisessa kun perheessä on pieni lapsi.

Valmistuvat terveydenhoitajat järjestävät Isien illan yhteistyössä Lehmon neuvolan kanssa pikkulasten isille. Isien ilta on osa opiskelijoiden kehittämistyötä.

Tarjoilujen vuoksi pyydämme ystävällisesti ilmoittautumaan **6.3.2019** mennessä:
AnnaLiina.Sillanpaa@edu.karelia.fi
Niina.Treuthardt@edu.karelia.fi



Sion
SOTE

Karelia
AMMATTIKORKEAKOULU

Tapahduman aikataulu Isien iltaan 12.3.2020

- Aihealueet:
 - Jaettu vanhemmuus
 - Lastenhoito
 - Kotityöt
 - Koti-isyys
 - Yhteiskunnan tuki
 - Isyys ja arki
 - Työelämä ja vapaa-aika
 - Arjenhallinta ja parisuhde
 - Tunteet
 - Vertaistuki

Aikataulutus:

17:30–17:45	Kahvi, esittäytyminen ja aiheen avaus
17:45–17:55	Vapaaehtoinen isien esittäytyminen
17:55–18:00	Ohjeistus isien omaan pohdintaan
18:00–18:15	Isien ”ajatushautomo”
18:15–18:45	Tuotosten läpikäynti ja terveydenhoitajaopiskelijoiden kehittämistyön yhdistäminen isien tuotokseen
18:45–19:00	Vapaata keskustelua ja palautteen anto

Palautelomake

Toivomme saavamme sinulta palautetta pitämästäämme Isien illasta.

Palautteen perusteella arviomme toimintaamme kehittämistyön raportissa.

Palautteet käsitellään anonyymisti.

	samaa mieltä	eri mieltä	en osaa sanoa
1. Isien ilta oli minulle hyödyllinen			
2. Aiheet olivat kiinnostavia			
3. Toteutus oli toimiva			
4. Isien ilta herätti minussa ajatuksia omasta isyydestä			

Ruusut ja risut

Kiitos osallistumisesta ja palautteesta 😊

T. Niina ja Anna-Liina

