

Vertaistukea Kaakon äipät ja iskät Facebook- ryhmässä

LAB-ammattikorkeakoulu
Sosionomi (AMK), Sosiaali- ja terveysala
2021
Mari Heiskanen ja Anna Henttonen

Tiivistelmä

| | | |
|--|--|-------------------------|
| Tekijät Heiskanen, Mari Henttonen, Anna | Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK Sivumäärä 30 | Valmistumisaika 2021 |
| Työn nimi Vertaistukea Kaakon äipät ja iskät Facebook-ryhmässä | | |
| Tutkinto Sosionomi (AMK), Varhaiskasvatuksen opettaja | | |
| Toimeksiantajan nimi, titteli ja organisaatio Mannerheimin Lastensuojeluliitto, Kaakkois-Suomen piiri | | |
| Tiivistelmä <p>Opinnäytetyömme tarkoituksena oli selvittää lapsiperheiden kokemuksia verkossa tapahtuvasta ryhmätoiminnasta. Mannerheimin Lastensuojeluliiton Kaakkois-Suomen piiri on kehittänyt Facebookiin ryhmän Kaakon äipät ja iskät. Tavoitteenamme oli selvittää, mitä ryhmän toiminta oli ollut ja miten se oli ryhmän vanhempien keskuudessa koettu. Tarkoitus oli myös selvittää, mitä hyvää tai minkälaisia haasteita ryhmä oli tuonut perheiden elämään ja kuinka ryhmän toimintaa voisi kehittää jatkossa.</p> <p>Loimme Webropol-kyselyn Kaakon äipät ja iskät Facebook-ryhmän jäsenille. Hyödynsimme mukaillen laadullisen tutkimuksen menetelmiä. Aineiston analysoimme laadullista sisällönanalyysia mukaillen. Havaintojemme mukaan aktiivisesti ryhmän toimintaa seuranneet saivat sieltä vinkkejä ja kokivat ryhmän toiminnan positiiviseksi ja hyödylliseksi. Ne, jotka eivät olleet seuranneet aktiivisesti ryhmän toimintaa, eivät olleet sisäistäneet ryhmän toiminnan ajatusta tai ideaa ja kokivat ryhmän etäiseksi.</p> <p>Ryhmän toiminnan merkitys vanhemmille ja perheille oli verkostoituminen muiden vanhempien kanssa sekä tiedottaminen erilaisista perheille suunnatuista tapahtumista ja yhteisestä tekemisestä. Osalle ryhmän jäsenistä ryhmän toiminnalla ei ollut merkitystä omaan tai perheen elämään tai merkitys oli ollut vähäinen. Vanhemmat kertoivat kiinnittäneensä ryhmän myötä huomiota positiiviseen puheeseen perheen sisällä ja he kokivat ryhmän muistuttavan sen tärkeydestä. Ryhmän toiminta ja julkaisut olivat saaneet ryhmän jäsenet pohtimaan vanhemmuutta eri näkökulmista. Ryhmän kehittämiskohteiksi kyselyssä nousivat arkiruokavinkit, ystävien etsiminen, perheiden monimuotoisuuden huomioiminen ja keskustelun vähäisyys ryhmän julkaisuissa.</p> | | |
| Asiasanat lapsiperhe, sosiaalinen media, vertaistuki | | |

Abstract

| | | |
|--|---------------------|-----------|
| Authors | Type of Publication | Published |
| Heiskanen, Mari | Thesis, UAS | 2021 |
| Henttonen, Anna | Number of Pages | |
| | 30 | |
| Title of Publication | | |
| Peer Support at Southeast Moms and Dads Facebook-Group | | |
| Name of Degree | | |
| Bachelor of Social Services (UAS), Early Childhood Education Teacher | | |
| Name, title and organization of the client | | |
| Mannerheim League for Child Welfare, District of Southeast Finland | | |
| Abstract | | |
| <p>The purpose of the thesis was to discover the experiences of families with children about group activities online. The Southeast Finland District of the Mannerheim League for Child Welfare has developed the Southeast Moms and Dads group on Facebook. Target was to discover what the group's activities had been like and how the group's parents had felt about those. What good or what challenges the group had brought to the lives of the families and how the group's activities could be developed in the future.</p> <p>Webropol inquiry was created to the members of the group. Methods of qualitative research were used. The matter was analyzed by using the matter analysis. According to results, those who had actively followed the activities of the group received tips and found the group's activities positive and useful. Those who had not actively followed the group had not internalized the idea or perception of the group and felt the group distant.</p> <p>The importance of the group's activities for parents and families was to network with other parents and provide information about various family-centered events and activities together. For some members of the group, the group's activities had no effect on their own or family life or had been insignificant. The parents had been paying more attention to positive conversation within the family after joining the group and felt the group reminded them of its importance. The group's activities and publications had made the group members think about parenting from different perspectives. The group's development targets in the survey were daily eating tips, making friends, taking family diversity into account, and a lack of discussion under the group's publications.</p> | | |
| Keywords | | |
| family with children, social media, peer support | | |

Sisällys

| | | |
|-----|--|----|
| 1 | Johdanto..... | 1 |
| 2 | Perheet..... | 2 |
| 2.1 | Vanhemmuus | 2 |
| 2.2 | Monimuotoiset perheet | 3 |
| 2.3 | Kasvatus..... | 4 |
| 2.4 | Varhainen vuorovaikutus, itsesääätelytaidot ja suojaavat tekijät | 5 |
| 3 | Lapsiperheiden hyvinvointi..... | 7 |
| 3.1 | Arkinen hyvinvointi ja hyvinvointierot..... | 7 |
| 3.2 | Koronan vaikutuksia lapsiperheiden hyvinvointiin | 8 |
| 4 | Vertaistuki..... | 11 |
| 4.1 | Tuen ja auttamisen muoto | 11 |
| 4.2 | Vertaistuki internetissä ja sosiaalisessa mediassa | 13 |
| 5 | Mannerheimin Lastensuojeluliitto..... | 14 |
| 5.1 | Toiminta-ajatus ja arvot | 14 |
| 5.2 | Yhes vahvemmaks- hanke ja Kaakon äipät ja iskät Facebook-ryhmä..... | 14 |
| 6 | Opinnäytetyön toteuttaminen | 16 |
| 6.1 | Tarkoitus ja tavoite..... | 16 |
| 6.2 | Tutkimusmenetelmä | 16 |
| 6.3 | Aineistonkeruu..... | 16 |
| 6.4 | Aineiston analyysi..... | 17 |
| 7 | Kyselyn tulokset..... | 19 |
| 7.1 | Käytännön toiminta | 19 |
| 7.2 | Kokemukset toiminnasta..... | 19 |
| 7.3 | Ryhmän toiminnan merkitys perheissä | 19 |
| 7.4 | Perhemyönteisyyden lisääntyminen perheissä | 20 |
| 7.5 | Ryhmän toiminnan kehittäminen..... | 20 |
| 8 | Pohdinta | 22 |
| 8.1 | Johtopäätökset | 22 |
| 8.2 | Eettisyyteen ja luotettavuuteen liittyviä näkökulmia..... | 23 |
| 8.3 | Opinnäytetyön prosessi | 25 |
| | Lähteet | 26 |

1 Johdanto

Mannerheimin Lastensuojeluliiton Kaakkois-Suomen piirillä on meneillään *Yhes vahvem- maks- parisuhde on lapsen kotina ja vanhemmuuden pilarina*-hanke (2020-2022). Hankkeen tarkoituksena on tukea perheitä panostamaan parisuhteeseen lapsen odotusajasta alkaen. Perheitä rohkaistaan hakemaan apua niin, että yksin pärjäämisen kulttuuri vähenisi. Perheille annetaan vertaistukea. Hankkeen tavoite on, että ilo lapsesta säilyisi arjen haasteidenkin keskellä.

Poikkeuksellinen vuosi 2020 koronavirusepidemian takia sotki hankkeen alkuperäisiä suunnitelmia. Kun ryhmätoiminnot, yleisötilaisuudet ja koulutukset olivat tauolla, oli keksittävä uusia vertaistukikeinoja. Mannerheimin Lastensuojeluliiton Kaakkois-Suomen piirillä on Facebook ryhmä Kaakon äipät ja isät, jonka tavoitteena on kohdata mahdollisimman moni Kaakkois-Suomen piirin alueen äiti ja isä. MLL Kaakkois-Suomen piiri tarjoaa Kaakon äipät ja isät ryhmän keskusteluille, vertaistuelle, verkon välityksellä tapahtuville tapaamisille, koulutuksille ja muulle mukavalle toiminnalle. Ammatillisesti perheiden hyvinvoinnin tukeminen ja vertaistuki ovat hyödyllisiä näkökulmia. Koronapandemian vaikutukset perheiden hyvinvoinnissa näkyvät vielä pitkään. Tietotekniikan ja verkon hyödyntäminen ovat nykypäivää.

Opinnäytetyömme tarkoituksena on selvittää tarkemmin lapsiperheiden kokemuksia verkossa tapahtuvasta ryhmätoiminnasta. Tavoitteenamme on selvittää, mitä ryhmän toiminta on ollut ja miten se on ryhmän vanhempien keskuudessa koettu. Mitä hyvää tai minkälaisia haasteita ryhmä on tuonut perheiden elämään ja kuinka ryhmän toimintaa voisi kehittää. Jatkossa tällaiset vertaistukimuodot ja toimintamallit voivat jäädä pysyviksi ja yleistyä. Loimme Webropol-kyselyn ryhmän jäsenille. Hyödynsimme mukaillen laadullista sisälönanalyysiä. Aineiston analysoimme aineistonanalyysiä mukaillen. Tutkimuksessa tehtyjä havaintoja on mahdollista hyödyntää ryhmän kehittämistyössä.

2 Perheet

2.1 Vanhemmuus

Perhe voi koostua nykyään monella tavalla ja jokaisessa perheessä on oma kulttuurinsa. Perheet jakavat yhdessä arkiaskareet, ilot, surut, leikit ja osan tavaroista. Nämä asiat toteutuvat jokaisessa perheessä, oli perhe millainen tahansa. Vanhemmuuden tärkein tehtävä on turvata lapsen elämänehdot. Vanhempi rakastaa lasta, huolehtii lapsen tarpeista, kasvattaa häntä sekä opettaa yhteiskunnan sääntöjä ja kulttuuria. Tärkeintä on, että vanhempi on lapselle turvallinen aikuinen. (Sinkkonen 2012, 53.)

Vanhemmaksi tuleminen muuttaa merkittävästi elämää. Vanhemmaksi kasvaessaan oppii ymmärtämään myös paremmin oman lapsuuden merkitystä. Vanhemmuudesta, lapsista ja omasta perheestä on lupa iloita ja tuntea ylpeyttä. Välillä voi olla ärsyntyneet, uupunut ja hakea itselleen tukea. Jokainen lapsi tarvitsee lämpimiä, pysyviä sekä vastavuoroisia ihmissuhteita, joissa hän saa toistuvasti kokea, että hänestä välitetään ja hänet hyväksytään omana itsenään. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2019.)

Väestöliiton vuoden 2018 perhebarometrissa tutkimusprofessori Osmo Kontulan mukaan Suomessa perhepoliittiset tukitoimet voidaan jakaa taloudelliseen tukeen, perheille tarjottaviin palveluihin sekä perhevapaisiin. Työn ja perheen yhteensovittamisen tavoitteena on parantaa vanhempien mahdollisuutta viettää lastensa kanssa aikaa, helpottaa työssäkäyntiä sekä kannustaa myös isiä käyttämään perhevapaita nykyistä enemmän. Aleneva syntyvyys haastaa perhepolitiikan, mutta viisaalla perhepolitiikalla on mahdollisuus vaikuttaa ihmisten motivaatioon hankkia lapsia. Tärkeimmäksi perhepoliittiseksi kehittämiskohteeksi koettiin työn ja perheen yhdistämisen joustavuuden helpottaminen. Joustavuuden jälkeen eniten oltiin huolissaan köyhistä lapsiperheistä. Tärkeä viesti vanhemmilta on kiinnittää huomiota lapsiin ja lapsiperheisiin tulevaisuuden resursseina eikä vain kuluina yhteiskunnalle. (Kontula 2018.)

Vanhempien hyvinvoinnilla ja elinolosuhteilla on suuri vaikutus lapsen terveyteen ja hyvinvointiin. Jos perheessä on huolia tai ongelmia, se voi vaikuttaa vanhempien jaksamiseen lastensa kanssa. Perheen vaikeudet voivat näkyä muutoksina perheen tasapainossa. Näissä tilanteissa lapsi voi alkaa toteuttaa vanhemmille kuuluvaa vastuuta arjen sujumisesta ja tämä voi vaikuttaa ikätasoiseen kehitykseen. Pitkään jatkuneessa kuormituksessa syntyy kohonnut riski mielenterveys, käytös tai kouluongelmille ja sosiaaliselle syrjäytymiselle. (Lastenmielenterveystalo.)

Haasteet, jotka koetaan varhain lapsuudessa, voivat lisätä ongelmien riskiä myöhemmin. Lapsen kehittyvään hermostoon ja tunteiden säätelykykyyn vaikuttaa varhainen vuorovaikutus. Ongelmat varhaisessa vuorovaikutuksessa ovat yhteydessä esimerkiksi lasten myöhempään masennus oireiluun. (THL 2021.)

Perheiden, lasten ja nuorten palvelukokonaisuus muodostuu sosiaali-, terveys, opetus-, liikunta ja kulttuurialojen palveluista, joita täydentävät seurakunnan, järjestöjen ja yksityisten palvelut. Näiden tulisi toimia asiakaslähtöisenä kokonaisuutena. Asiaa edistetään siinä palvelussa, jonne asiakas ottaa yhteyttä ensin. Palveluja saa äitiys- ja lastenneuvolasta, opiskeluhoollosta, lasten, nuorten ja perheiden sosiaalipalveluista, sekä perheoikeudellisista palveluista ja lastensuojelusta. (THL 2021.)

2.2 Monimuotoiset perheet

Sosiologisen perhetutkimuksen keskeinen teoreetikko Talcott Parson kiinnitti huomiota 1950-luvulla sen aikaisen perheihanteen mukaisesti ns. universaaliin ydinperheeseen, joka on muista sukulaissuhteista erillinen, jäykkiä sukupuolirooleja sisältävä väite ydinperheen luonteesta. Tarkastelunäkökulma aiheutti kritiikkiä ja sen voimistuessa tarkastelukulma siirtyi hiljalleen universaalista ydinperheestä monimuotoisempiin perhe- ja läheissuhteisiin. (Eerola & Pirskanen 2018, 14.)

Kaikki lapset eivät elä elämäänsä yhdessä biologisten vanhempiensa seurassa. Näin ollen vanhemmuus ei ole yksiselitteistä (Vilén ym. 2011, 86). Perheeksi mielletään vanhemmat lapsineen, yksi vanhempi lapsineen, lapsettomat puoliset, yhden tai useamman ihmisen talous, useamman sukupolven tai sisaruksen yhteistalous. Perhettä voidaan kuvata toiminnallisesti sosiaalisena verkostona, jossa ihmisten väliset suhteet ovat emotionaalisesti ladattuja. Viidennes kaikista perheistä on yhden vanhemman perheitä, joissa useimmiten huoltajana on äiti. Täysi yksinhuoltajuus on vähenemässä, koska nykyisin parisuhteen purkautuessa lasten huoltajuus jää useimmiten vanhemmille yhteisesti. (Suomen mielenterveys ry.)

Puolisoista ja heidän edellisistä suhteistaan syntyneistä lapsista sekä mahdollisista yhteisistä lapsista muodostuu uusperhe. Värikkyyttä perhemuotoihin ovat tuoneet myös maahanmuuttajat, sillä heidän kulttuureissaan ei ajatella tiukasti ydinperhettä, vaan perheeseen voi kuulua isovanhempia, vanhempien sisaruksia ja näiden lapsia. (Suomen mielenterveys ry.)

Kaksikulttuurisella perheellä tarkoitetaan erimaissa syntyneiden vanhempien muodostamaa perhettä. Puolisoiden kulttuuritausta ja äidinkieli ovat toisistaan usein erilaisia. Perhe,

jossa on lastensuojelun tukitoimien kautta sijoitettuja lapsia, kutsutaan sijaisperheeksi. Saateenkaariperheellä tarkoitetaan lapsiperhettä, jossa jompikumpi vanhemmista on seksuaalitali sukupuolivähemmistöä. Monikkoperheellä tarkoitetaan perhettä, jossa on kaksoset, kolmoset tai neloset. Monimuotoisia perheitä ovat myös adoptioperheet, lapsen menetyksen kohdanneet tai lapsettomuutta kohdanneet perheet, sekä leskeksi jääneet perheet. Perhettä, jossa arki pääsääntöisesti sujuu yhden vanhemman panostuksella, kutsutaan yhden vanhemman perheeksi. (Monimuotoiset perheet.)

2.3 Kasvatus

Lapsiperheissä arki on täynnä muuttuvia tilanteita. Näissä tilanteissa vanhempi kasvattaa lapsiaan. Kasvatusta on vanhempien toiminta, jolla he pyrkivät vaikuttamaan lapsiinsa. Myös lapset vaikuttavat vanhempaansa. Lapsi on vanhemman vastuulla, mutta vanhempi antaa vastuuta pikkuhiljaa lapsille. Kasvatuksella pyritään tukemaan lasta pärjäämään elämässä itsenäisesti. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2021.)

Kasvatus on kahden ihmisen vuorovaikutusta, joka on tasapuolista. Vanhemmuus on tautoa tukea ja auttaa lasta kasvamaan rakkaudella (Sinkkonen 2012, 13–14). Vanhemmuus edellyttää kykyä laittaa lapsen tarpeita omien edelle, antaa lohtua ja asettaa rajoja. (Mattila 2011, 55–56.) Kasvatuksen arvot ovat vanhemman tavoitteita, joita pidetään hyvänä ja tavoitellaan. Arvot ohjaavat vanhempien tekemistä ja toimintaa. (Jantunen & Ojanen 2011, 7-8.)

Kasvatuksessa opitaan oikea ja väärä, arvokas ja vältettävä, sopiva ja epäsopiva, oikeudet ja velvollisuudet sekä vastuuta. Lapsi syntyy aina tiettyyn yhteiskuntaan ja perheeseen, jota hän ei voi valita. Lapsen mahdollisuus vaikuttaa oman elämänsä ensivaiheisiin on vähäistä. Lapsen temperamentti vaikuttaa lapsen saamaan palautteeseen vanhemmiltaan, joka taas vaikuttaa lapsen toimintaan. Kasvatus toimii vastavuoroisesti. (Gjestad 2015, 260-264.)

Kasvatustietoisuudessa vanhempi miettii kasvatuksen arvoja, päämääriä ja tapaansa kasvattaa. Vanhempi tekee tietoisia valintoja, kun hänellä on kasvatustietoisuutta. Hän ei välttämättä toteuta kasvatusta, jonka on saanut lapsuudenkodissaan. Vanhempi saattaa myös kokeilla erilaisia kasvatustapoja löytääkseen itselleen ja lapselleen sopivat tavat, jotka vaikiintuvat. Lapsen ikä vaikuttaa kasvatuskysymyksiin, ne ovat erilaisia eri iässä. Myös sisarusuhteet haastavat kasvattajaa pohdintaan. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2021.)

Kasvatustietoisuuteen kuuluu vanhemman ajatukset tavoitteistaan, arvoistaan ja toimivasta vuorovaikutuksesta lapsensa kanssa. Tunteiden hyväksyntä ja käsittely, sekä hyvä kasvatustympäristö ja sen virikkeet kuuluvat kasvatustietoisuuteen. Kasvatustietoisuutta on tietää, minkälainen on lapsi ja ihminen, kuinka hän kehittyy ja kasvaa. Vanhemmuuteen kasvatetaan

hiljalleen vuorovaikutuksessa lasten kanssa. Asioita saa miettiä ja niistä saa puhua yhdessä puolison, ystävien, sukulaisten tai ammattilaisten kanssa. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2021.)

2.4 Varhainen vuorovaikutus, itsesäätelytaidot ja suojaavat tekijät

Lapsuus on ainutlaatuinen ja merkittävä elämänvaihe, jonka vaaliminen ja suojaaminen on kaikkien lasten kanssa työskentelevien tehtävä (Järvinen ym. 2009, 8-10). Perimäämme emme voi vaikuttaa, mutta voimme vaikuttaa siihen, minkälaisia viestejä lapset saavat. Perimän mukaan vastaamme yksilöllisesti ympäristön ilmiöihin ja viesteihin. Ihminen kehittyy vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa. (Mäkelä & Sajaniemi 2013.)

Vauvalla hyvänolon tunteeseen vastaaminen ruokkii mielihyvän tunnetta. Ilon kokeminen yhdessä on samalla toisen huomioon ottamisen, empatian, perusta. Varhainen vuorovaikutus on vahvin aivoja ja mieltä muovaava tekijä, mikä on mahdollista kokea, tuntea, ajatella ja sanoa. Yhteys toiseen ihmiseen lisää myönteistä tunnetilaa, luo kiinnostusta ja lisää taitoa ottaa toisen tunteet ja ajatukset huomioon. Tämä luo edellytykset terveeseen yhteisöllisyyteen. (Mäkelä & Sajaniemi 2013.)

Lapsen kohdatessa haastavan tilanteen aikuisen läsnäolo, kiinnostus ja lapsen kokemuksen jakaminen auttavat lasta ylläpitämään hyvän olon tunteita. Lapsen yrittämisestä ja onnistumisesta saama kiitos vahvistaa lapsen tunteiden hallintaa. Tunteiden hallitseminen kehittyy yksilöllisesti ja toisilta se vaatii enemmän harjoitusta. (Mäkelä & Sajaniemi 2013.)

Itsesäätely on tavoitteita kohti menevää tietoista itsensä ohjaamista. Itsesäätely on yksi tärkeimmistä ja keskeisimmistä luontevahvuuksista, jota käytämme joka päivä. Itsesäätelytaidot vaikuttavat vuorovaikutuksemme laatuun sekä siihen, miten erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa toimimme. Itsesäätely näkyy kyvyssä säädellä tunteita, vastustaa kiusauksia ja ohjata huomiota. Vahva itsesäätely on yhteydessä hyvään itsetuntemukseen, myönteisiin ihmissuhteisiin, turvalliseen kiintymiseen, parempiin oppimistuloksiin sekä elämässä menestymiseen. Hyvinvoivalle lapselle on tärkeää oman stressin säätelyn ja itsesäätelyn oppiminen. Itsesäätelyn oppiminen lähtee liikkeelle ajatuksesta, että jokainen lapsi haluaa toimia oikein, lapsi tarvitsee positiivista palautetta, myötätuntoa, kannustusta ja mahdollisuuksia harjoitella itsesäätelyn taitoja. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2017.)

Lasta suojaava tekijä on tyypillisesti perheessä oleva turvallinen huolenpitäjä. Muita tärkeitä tekijöitä kotona ovat toimivat arkirutiinit, lapsia kannustava ilmapiiri, sekä toisaalta huolenpitoon kuuluva sopivan tasoinen kontrolli. Mikäli perheenjäsenten välillä säilyy hyvä keskusteluyhteys ja keskinäisen kiintymyksen osoittaminen, selvittää ongelmista paremmin.

Suojaavia tekijöitä voi löytyä myös kodin ulkopuolelta esimerkiksi lähiyhteisöistä ja verkostoista turvalliset aikuiset, kavereiden vanhemmat, naapurit, koulu, varhaiskasvatus ja harrastukset. Lapsen omia suojaavia ominaisuuksia ovat mm. hyvät ongelman ratkaisutaidot, sosiaaliset taidot, huumorintaju, älykyys ja tilanteen mukainen ymmärrys. Yksikin turvallinen aikuinen voi olla ratkaisevan tärkeä lapsen ja nuoren kasvulle. (Sinkkonen & Kalland 2001.)

Vanhemman tai huoltajan tapaan kasvattaa vaikuttavat esimerkiksi elämäkokemus, perhetausta, koulutus, temperamentti, persoonallisuus ja elämäntilanne. Vanhempien tarvitsemaan tukeen ja apuun vaikuttavat tukiverkostot ja läheiset ihmissuhteet. Kasvatukseen vaikuttavia tekijöitä ovat yhteiskunnan kasvatussuositukset, ihanteet ja vaatimukset. Myös yhteiskunnan tuki, olemassa olevat arvot ja ihmisten asenteet ovat osa kasvatusta. Kasvat-taja tarvitsee tietoa lapsen kasvun ja kehityksen tukemisesta. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2021.)

3 Lapsiperheiden hyvinvointi

3.1 Arkinen hyvinvointi ja hyvinvointierot

Perheen arkea ja hyvinvointia sitoo yhteen koti. Perheen hyvinvoinnin kokonaisuutta sitoo yhteen arkinen hyvinvointi. Hyvinvoinnin kokemiseen liittyvät perheen taloudellinen tilanne, sosiaaliset suhteet sekä itsensä toteuttamisen mahdollisuudet. Koti mielletään paikaksi, joka sitoo eri hyvinvoinnin osa-alueet yhteen. Sukupuolten välistä työnjakoa ja yhteiskunnallista asemaa tekee näkyväksi koti. Arki on tavanomaista ja tuttua, hetkittäin eteneviä asioita, joka ilman poikkeuksia alkaa tuntumaan tylsältä rutiinilta. Kansallisesti ja kansainvälisesti ajankohtainen tutkimuksen kohde on koetun hyvinvoinnin tutkimus. (Törrönen 2012.)

Hyvinvointia voidaan oppia ja opettaa. Yhteinen toive meillä kaikilla on hyvinvoiva ja tasapainoinen elämä lapsuudesta vanhuuteen. Rakkaus, rajat, hyväksyntä sekä turvallisuus luovat hyvinvoivan lapsuuden. Puutteiden korjaaminen sekä ongelmakeskeinen lähestyminen eivät ole lisänneet tutkimusten mukaan ihmisten hyvinvointia. Tartumme luontaisesti helpommin epäonnistumisiin kuin onnistumisiin. Mihin asioihin kiinnitämme huomiota, niin hyvässä kuin pahassa, se lisääntyy. Mitä enemmän kannustamme lapsia yrittämiseen ja mahdollisuuksiin, sitä enemmän luomme toimintakulttuuria, jossa häpeä ja epäonnistumisenpelko korvautuvat ilolla ja toisten tukemisella. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2017.)

Lapsiperheiden arki muuttui paljon 1990-luvun taloudellisen laman myötä. Tällöin talouskasvun epätasainen jakautuminen kasvatti tuloeroja ja suhteellista köyhyyttä. Ihmiset hakevat turvaa toisistaan yhteiskunnallisten ulkoisten uhkien ollessa suuria. Perhe-arvot ovat vahvistuneet yhä tärkeimmiksi tässä epävarmuuden ja nopeiden yhteyksien maailmassa. (Törrönen 2012.)

Vaikka hyvinvointierot eri väestöryhmien välillä ovat kasvaneet on samaan aikaan suomalaisten hyvinvointi viime vuosikymmenten aikana yleisesti parantunut. Lapsiperheiden elämässä näkyvät nämä hyvinvointierot. Enemmistö suomalaisista voi hyvin, mutta pienelle vähemmistölle on kasautunut vaikeaa pahoinvointia. 1990-luvun laman luvuista, 2008 alkanut talouskriisi kolminkertaisti lapsiköyhyyttä, vaikka elettiin taloudellisen kasvun vuosia. Vanhempien jaksamista lapsiperheen arjessa kuormittavat taloudelliset vaikeudet, joita koetaan erityisesti yksinhuoltajien ja monilapsisten perheiden keskuudessa. Perheet kokevat ajanpuutetta ja huolestumista lisää tunne jaksamattomuudesta vanhempana. Lastensuojelun asiakkuuden taustalla on usein vanhempien uupuminen. (Lammi-Taskula & Karvonen 2014.)

Huono-osaisuus liitetään vähäisiin taloudellisiin resursseihin kuten köyhyyteen, taloudelliseen niukkuuteen tai ylivelkaantumiseen sekä ongelmien pitkittymiseen. Huono-osaisuudessa on yksilön taloudellisessa, sosiaalisessa ja terveydellisessä hyvinvoinnissa selkeitä puutteita. Huono-osaisuuden kokeminen liittyy ihmisen henkilökohtaiseen kokemukseen ulkopuolelle jättämisestä tai elämisestä huono-osaisena. Huono-osaisen identiteetti voidaan omaksua jo varhain. Lapsen sosiaalisia toiminta mahdollisuuksia rajoittavat perheen niukat taloudelliset resurssit ja se heijastuu lasten välisiin yhteenkuuluvuuden tunteisiin. (Kallio & Hakovirta 2020.)

Ihmisen elämän keskeisiä alueita ja hyvinvoinnin osatekijöitä ovat perhe ja työ. Ansiotyö tuo toimeentuloa, mutta parhaimmillaan se voi olla myös palkitsevia sosiaalisuhteita sekä mielekästä toimintaa. Niin perhe-elämä kuin ansiotyö vaativat aikaa sekä henkisiä ja fyysisiä voimavaroja. Suuri merkitys yksilön hyvinvoinnin kannalta onkin työoloilla, työn järjestämisen tavoilla sekä työajoilla. Perheen ja työn vuorovaikutuksen luonne sekä ristiriitoja luovana että toisilleen resursseja antavana suhteenä kietoutuvat toisiinsa hyvinvoinnin vaikeuttamisessa tai mahdollistamisessa. Hyvinvoinnin näkökulmasta lapsiperheissä usein kielteisiä jännitteitä aiheuttaakin työn ja perhe-elämän yhteensovittaminen. (Lammi-Taskula & Karvonen 2014.)

Perheet arvostavat kiireetöntä aikaa yhdessä. Tutkimuksessa kerrotaan, että monilla vanhemmilla oli lasten kanssa erilaisia harrastuksia, esimerkiksi perhekerho tai muskari (Miettinen & Rotkirch 2012, 127.) Myös Ugaste tutki lapsen ja äidin välillä syntyvää vuorovaikutusta. Tutkimuksen mukaan perheet kuluttavat aikaa yhdessä käymällä vapaa-ajallaan esimerkiksi isovanhemmilla, elokuvissa, museoissa ja ulkomailla. (Ugaste 2005, 161.)

3.2 Koronan vaikutuksia lapsiperheiden hyvinvointiin

Koronapandemia toi keväällä 2020 elämäämme epävarmuuden ja tuntemattomuuden. Se levisi räjähdysmäisesti maapallon jokaiseen kolkkaan. Historiallista oli taudin leviämisenopeus mutta myös nopeus, jolla tautiin reagoitiin. Ympäri maailmaa valtiot siirtyivät ensimmäisistä tartunnoista kaikkia ihmisiä koskettavaan poikkeustilaan. Kouluja suljettiin, ravintolat laitettiin kiinni, kulttuuritapahtumat ja urheilukilpailut peruttiin ja toimistoissa siirryttiin etätöihin. Korona ja siihen liittyvä syvä epävarmuus on laittanut niin tavalliset kansalaiset kuin päättäjätkin ennennäkemättömien kysymysten ääreen. Koronan poikkeuksellisimpia ilmiöitä on ollut eristäytyminen ja vetäytyminen kotiin sekä pelko omasta ja läheisten terveydestä, jopa hengestä. (Halme-Tuomisaari 2020.)

Koronan myötä mullistui kokemuksemme varmuudesta ja turvallisuudesta. Äkkiä kaikki normaaliin elämäämme kuuluneet asiat näyttäytyivät poikkeuksellisina, kotiemme työtasot olivat mahdollisia viruspesäkkeitä ja matka julkisessa liikennevälineessä oli riskikäyttäytymistä. Näkymätöntä uhkaa torjuttiin pleksilasein, suojakäsinein ja käsidesein seuraukseen tunne epävarmuudesta, ahdistuksesta ja epätietoisuudesta. (Halme-Tuomisaari 2020.)

Fyysinen etäisyys on ollut maailmanlaajuisesti yleisin koronan ehkäisykeino. Eristys on vaikuttanut Suomessa erityisen voimakkaasti yli miljoonaan yksinasujaan. Koronatilanteen yksi konkreettisia seurauksia onkin ollut yksinäisyys, erityisesti karanteenissa oleville ikäihmisille. Koronapandemia on herättänyt kysymyksiä myös siitä, mihin pohjaamme käsityksemme normaaliperheestä. (Halme-Tuomisaari 2020.)

Nykyisin tapahtumat koetaan yhä enemmän mediavälitteisesti, myös tavallinen arki. Maailmamme on mediaa ja sosiaalisesta elämästämme suuri osa on siirtynyt verkkoon. Elämme kahden maailman välissä ja nuo maailmat lähestyvät koko ajan toisiaan. Korona laittoi jo käynnissä olevaan muutokseen lisää vauhtia ja teki näkyvämmäksi digitalisaatiota. Keskeinen osa globaalia politiikkaa on media. Koronapandemia on historian suurimpia globaaleja mediatapahtumia. Tämä herätti viimeistään digitaalisten riskien tiedostamiseen, sillä digitaalisessa riskiyhteiskunnassa riskit karkaavat nopeasti käsistämme, ovat arvaamattomia sekä vaikeasti ennakoitavissa. (Korpiola & Poutanen 2021.)

Lapsistrategian koronatyöryhmän raportissa (2020) tuodaan esille kevään poikkeustilanteen aiheuttamia alustavia havaintoja ja vaikutuksia. Raportin mukaan koronakriisin vaikutukset ovat huomattavat lasten, nuorten ja perheiden hyvinvoinnissa sekä oikeuksien toteutumisessa. Uhkana koetaan lasten ja nuorten eriarvoisuuden lisääntyminen, vanhempien kuormittuminen sekä sosiaali- ja terveystalouden perheille suunnatun tuen ja avunsaannin vaikeutuminen ja hidastuminen. (Valtioneuvoston julkaisu 2020.)

Selvityksen mukaan koronakriisillä on ollut erityisen suuri heikentävä vaikutus arjen sujuvuuteen ja hyvinvoinnin rakenteisiin. Samaan aikaan kun vanhemmuuteen saatava ammatillinen tuki sekä vertaistuki ovat vähentyneet, on vanhempien ahdistus ja uupumus lisääntynyt. Vastuu lapsista ympäri vuorokauden työn ja muiden vastuiden rinnalla on uuvuttanut vanhempia lisäten heidän keskinäisiä ristiriitojaan. Selvityksestä tulee ilme, että koronakriisi on tuonut uusia perheitä lastensuojelun asiakkaiksi. (Valtioneuvoston julkaisu 2020.)

Koronakriisi on tuonut perheille myönteisiä vaikutuksia lisääntyneen yhteisen ajan muodossa. Perheiden valmiudet sekä lähtökohdat ovat kuitenkin erilaisia, mikä kasvattaa lasten eriarvoisuutta. Koko yhteiskuntaa tarvitaan koronakriisin jälkihoidossa. Julkisten toimijoiden

lisäksi kolmannen sektorin toimijoilla on oma merkittävä roolinsa lasten, nuorten sekä lapsiperheiden hyvinvoinnin ja oikeuksien toteutumisen edistämässä sekä koronakriisin kielteisten vaikutusten torjumisessa. (Valtioneuvoston julkaisu 2020.)

Koronakriisin myötä on kehitetty uusia yhteistyökäytäntöjä sekä vahvistettu digitaalisuutta eri palveluiden muodossa. Koronakriisin myönteisenä puolena voidaan pitää eri toimijoiden parempaa yhteistyötä yli toimialarajojen. Näitä uusia ratkaisuja, yhteistyörakenteita sekä verkostoyhteistyötä tulee säilyttää ja kehittää kriisin jälkeenkin yhteisövaikuttavuuden suuntaan. (Valtioneuvoston julkaisu 2020.)

Korona voidaan nähdä siirtymänä johonkin uuteen ja tuntemattomaan aikakauteen. Pandemian pitkittyminen on aiheuttanut ihmisille tunteen, että he ovat jääneet ikään kuin jumiin kahden maailman väliin. Tämä koettelee psykologista turvallisuuden tunnetta, joka syntyy ennustettavuudesta sekä jatkuvuudesta. Tiedämme, että kriisit vaikuttavat ihmisten mieleen. Ihminen tarvitsee selvittääkseen tulevaisuuden ja toivon venyäkseen, selvittääkseen sekä palautuakseen. Kriisi on pakottanut pohtimaan, millaista on hyvä elämä. (Korpiola & Poutanen 2021.)

Toisilla ihmisillä on mahdollisuus tehdä valintoja oman hyvän elämänsä suhteen, mutta toisilla nämä valinnan mahdollisuudet ovat kaventuneet pandemian myötä merkittävästi. Joillekin tämä kriisi voi jättää pitkäkestoiset henkiset, terveydelliset tai materiaaliset vauriot elämään. Suomessa on näkyvissä ihmisten palautumiskyvyn koettelevuus, lähisuhdeväkivalta, huumausainerikollisuus sekä mielenterveyden ongelmat lisääntyneinä. Suomessa yksilöllisyyttä korostava kulttuuri voi jättää avunpyynnöt ja hädän kodin seinien sisäpuolelle. Tämä on ollut havaittavissa myös korona-aikana. (Korpiola & Poutanen 2021.)

4 Vertaistuki

4.1 Tuen ja auttamisen muoto

Vertaistuki perustuu siihen, että ihmisiä yhdistää jokin sairaus tai kokemus, johon he saavat toisiltaan tukea tavalla, jota he eivät muualta saa. Vertaistuella on yhteiskunnallista merkitystä, etenkin vaikeissa elämänvaiheissa. Vertaistoiminta perustuu kokemusasiantuntijuuteen. Tärkeitä arvoja ovat tasa-arvo ja toisen ihmisen kunnioitus. (Holm ym. 2010.)

Vertaistoimintaan osallistuvan henkilön osaamista voidaan kuvata käsitteellä vertaisuus. Vertaisen eli kokemusasiantuntijan tieto perustuu omakohtaiseen kokemukseen jostakin erityisestä elämäntilanteesta. Auttamisen ydin on vertaistukeen perustuva, ihmisten välinen arkinen kohtaaminen, johon eivät vaikuta mitkään roolit tai tittelit. Vertaistuki voidaan määrittellä vertaistuen kokemusten jakamiseksi samankaltaisissa elämäntilanteissa olevien kesken. Vertaistukea voidaan myös määrittellä omaehtoiseksi sekä yhteisölliseksi tueksi ihmisille, joita yhdistää jokin sosiaalisen tuen tarve. (Kosonen 2010.)

Ihmisellä on tarve olla vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa, olla sosiaalinen ja elää erilaisissa yhteisöissä. Nämä asiat ovat vertaistoiminnan taustatekijöitä. Koettua vertaistukea on kokemusten jakaminen, vertailu ja käytännön vinkit. Myös tiedon ja ajatusten jakaminen, itsetunnon vahvistaminen, kannustus ja rohkaisu sekä huumori koetaan vertaistueksi. Negatiivista tukea vastaavasti ovat vähättely, nimittely ja provosointi. (Holm ym. 2010.)

Vertaisuus käsitteenä tarkoittaa ymmärretyksi tulemistä ja samankaltaisuuden kokemusta, joka syntyy ihmisten välille, joiden elämässä on elämäkokemusten tai elämäntilanteen takia yhdistävä tekijä. Jokaisella perheellä on ainutlaatuinen tapa elää, mutta samankaltaisia asioita kokeneet voivat jakaa keskenään kokemuksia, joita muilla ei ole. Esimerkiksi vanhemmat voivat keskustella keskenään jaksamisestaan ja rohkaista toisiaan tukien ja palveluiden piiriin. Kokemuksia vaihdetaan tyypillisesti kahdestaan, ryhmässä tai internetissä keskustelupalstoilla. Vertaistukiryhmä on hyvä tapa päästä vuorovaikutukseen vertaisten kanssa. Kun monta ihmistä kokoontuu yhteen, kokemuksia ja vaihdettavaa tietoa kertyy yhteen. Ryhmä mahdollistaa myös kiinnostavien ja iloa tuovien asioiden tekemisen yhdessä. (Kehitysvammaisten tukiliitto ry 2017.)

Useissa erilaisissa tutkimuksissa on raportoitu vertaistuen positiivisista vaikutuksista. Vertaistuen kokemusten myötä ihminen voi tunnistaa sekä löytää voimavaransa ja vahvuutensa ja ottaa vastuun elämästään. Vertaistuki voidaan nähdä tällöin muutosprosessina sekä voimaantumisenä. Vertaiskeskusteluissa kuvastuivat oman ymmärryksen ja näkökulmien laajentuminen sekä elämänhaasteisiin ratkaisujen etsiminen yhdessä. Vertaistukea

käytetään laajasti parantamaan terveyttä ja edistämään itsehoitoa monissa erilaisissa olosuhteissa. Vertaistukisuhteissa kokemuksia ja ajatuksia vaihdettaessa näkyviksi tulevat ihmisten tilanteiden erilaisuus ja ainutlaatuisuus. Hyvässä tapauksessa ihminen saa kokemuksen, ettei hän ole yksin ja tilanteeseen voi saada täysin uuden näkökulman. Vertaistuki lisää tietoisuutta omista tavoitteista, niiden suunnittelusta ja muutoksesta. Se on ihmisten välinen, vastavuoroinen ja tasa-arvoinen suhde, jossa on mahdollista olla sekä tuen saajan että antajan roolissa. (Mynttinen 2013.) Taulukossa 1 esitellään vertaistoiminnan monimuotoisia käsitteitä.

| | | |
|--|--|--|
| Sosiaalinen tuki | - Suhdeperusteista tukea, joka voi tapahtua yhteisöissä niin kuin yksittäisissäkin ihmissuhteissa - yläkäsite vertaistuelle. | Sosiaalisen tuen edellytyksiä ja sitä mahdollistava rakenteita: - Sosiaaliset verkostot - Sosiaaliset yhteisöt |
| Vertaistuki | -Sosiaalisen tuen muoto -kokemukseen, omaehtoisuuteen, ihmisten väliseen suhteeseen liittyvä kokemus tuesta tai avusta | |
| Vertainen | Henkilö, jolla on joku samankaltainen kokemus tai muu yhdistävä tekijä toisen henkilön kanssa. | |
| Vertaisuus | Syntyy samankaltaisista kokemuksista tai elämäntilanteista. | |
| Vertaistoiminta | Kaikki toiminta, joka kuuluu vertaistukeen tai toimii sen ympärillä. | |
| Vertaistukiryhmä | - Osallistujia, tukijoita on enemmän kuin yksittäisessä ihmissuhteessa - sosiaalinen verkosto, jossa on mahdollista olla vuorovaikutuksessa samankaltaisia kokemuksia omaavien ihmisten kanssa. | Sisältää sekä vertaisuuden että ryhmän käsitteen. |
| Lähikäsitteitä ja vertaistoiminnan kenttiä: | -Vapaaehtoistoiminta ja vapaaehtoistyö -kansalaisaktiivitoiminta -kokemusasiantuntijuus ja kokemusasiantuntijaryhmät -ryhmämuotoinen työskentely -yhteisöllinen työskentely. | |

Taulukko 1. Vertaistoiminnan käsitteitä (mukailtu Ruokonen 2021.)

4.2 Vertaistuki internetissä ja sosiaalisessa mediassa

Suomalaisille internet on tärkeä tiedon hankinnan ja kommunikaation apuväline. Verkon kautta haetaan tietoa, viestitään ja käytetään palveluita. Myös moni yksityinen ja julkinen palvelu toimii ja tiedottaa toiminnastaan verkossa. Internet on mahdollistanut myös yhteisöllisen median, joka toimii käyttäjälähtöisesti toiminnan eläen ja muotoutuen mukana olevien ihmisten tarpeiden mukaan. Siellä toimii paljon erilaisia vertaistukea tarjoavia yhteisöjä. (Holm ym. 2010.)

Facebook on suosittu sosiaalisen median palvelu. Facebookin tärkeimpiä ominaisuuksia ovat käyttäjien omat profiilisivut, omat julkaisut, sekä omien kontaktien julkaisujen seuraaminen. Facebookin käyttäminen edellyttää henkilökohtaisen käyttäjätunnuksen luomista eli palveluun rekisteröitymistä. Osalle Facebookin käyttäjälle tärkeitä ovat erilaiset käyttäjäryhmät, yritysten, julkisten ja muiden tahojen ylläpitämät sivut sekä erilaiset pelit. Käyttäjät voivat perustaa erilaisia keskusteluryhmiä Facebookiin ja kutsua kavereitaan niiden jäseniksi. (Pönkä 2014.)

Liittyessään ryhmään, käyttäjä pääsee ryhmän asetusten mukaan joko suoraan ryhmän jäseneksi tai hänet täytyy ryhmän ylläpitäjän toimesta hyväksyä jäsenyys. Ryhmä voi olla julkinen, jolloin kaikki voivat nähdä ryhmän, sen jäsenet ja jäsenten julkaisut tai se voi olla suljettu ryhmä, jolloin kaikki voivat löytää ryhmän ja nähdä sen jäsenet, mutta vain jäsenet voivat tarkastella julkaisuja. Salaisessa ryhmässä vain jäsenet voivat löytää ryhmän ja tarkastella julkaisuja. (Pönkä 2014.)

Kytöharju (2003) kuvaa tutkimuksessaan Vauva-lehden keskustelupalstalla käytäviä äitien välisiä keskusteluja jaksamisestaan. Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää miten ja millaiset asiat nostivat esiin keskustelua ja millaista vertaistukea toisilta äideiltä saatiin. Keskustelupalstan viesteissä tuotiin esiin avunpyytäminen, fyysinen ja henkinen uupuminen, epävarmuus, syyllisyys ja negatiiviset tunteet. Viesteissä tuli esiin myös jaksamista edistäviä asioita, kuten onnen tunteet ja ilon hetket, sekä voimauttavat asiat ja kaikenlaiset onnistumiset.

Tutkimuksen tuloksena havaittiin, että äitien jaksaminen muodostui vauvan tyytyväisyydestä, vauvanhoidon sujumisesta, voimavarojen ylläpitämisestä ja jaksamista tukevista ihmissuhteista. Tutkimuksessa ilmeni, että äidit saivat vertaistukea jaksamisen suhteen toisiltaan. Saatu vertaistuki oli kokemusten, tiedon ja ajatusten jakamista, itsetunnon vahvistamista, huumoria, mutta myös negatiivista tukea. Tutkimuksesta saatu tieto lisää tietoisuutta myös verkossa tapahtuvasta vertaistuesta. Tutkimuksen tiedolla on merkitystä myös äitien jaksamisen huomioimiseen. (Kytöharju 2003.)

5 Mannerheimin Lastensuojeluliitto

5.1 Toiminta-ajatus ja arvot

Mannerheimin lastensuojeluliitto (MLL) on avoin kansalaisjärjestö. Sen tehtävänä on tukea niin lasten, nuorten kuin lapsiperheidenkin hyvinvointia. Mannerheimin lastensuojeluliittoa haluaa Suomen olevan lapsiystävällinen yhteiskunta, jossa panostetaan lasten ja nuorten hyvinvointiin. Lapsen etu asetetaan etusijalle. Se on lasten, nuorten ja perheiden arjen asiantuntija ja luotettava vapaaehtoistyön toteuttaja, kehittäjä sekä vaikuttaja. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2017.)

MLL:n toiminta-alueina on vapaaehtoistoiminta lasten, nuorten ja perheiden kanssa mm. kehittämällä perhekeskustoimintaa yhdessä muiden tahojen kanssa sekä toteuttaa ja kehittää lapsiperheiden kohtaamispaikkoja, joissa on tarjolla seuraa, vertaistukea ja yhteistä tekemistä. Toimintaa viedään sinne missä perheet liikkuvat sekä palveluja tarjotaan myös iltaisin ja viikonloppuisin. MLL kehittää ja edistää eri sukupolvien yhdessäoloa kuten kylämummi- ja vaaritoimintaa, monikulttuurista lapsi- ja perhetoimintaa, vanhemmuuden tukea, eri-ikäisille suunnattuja vapaaehtoistoiminnan muotoja sekä vapaaehtoistyön näkyväksi tekemistä. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2017.)

MLL:n arvoja ovat inhimillisyys, lapsen arvostaminen, yhdenvertaisuus sekä yhteisvastuu. Työtä ohjaavia periaatteita ovat avoimuus, ilo, kumppanuus, arjen arvostus sekä osallisuus. Toiminnassa pyritään avoimuuteen sekä ymmärrettävään ja innostavaan viestintään. Toiminta tavoittaa helposti lähestyttävästi erilaiset, eri-ikäiset ja erilaisissa elämäntilanteissa olevat lapset, nuoret ja perheet. Yhdessä tekemällä iloitaan lapsesta, nuoresta, perheestä ja isovanhemmudesta luoden osallisuutta koko yhteiskuntaan. Arkea tukemalla vahvistamme perheiden, lasten ja nuorten kykyä kohdata ja selvitä elämän haasteista. Osallisuutta tuetaan kohtaamalla lapset, nuoret, perheet ja isovanhemmat aktiivisina tekijöinä ja toimijoina. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017.)

5.2 Yhes vahvemmaks- hanke ja Kaakon äipät ja isät Facebook-ryhmä

Mannerheimin lastensuojeluliiton Kaakkois-Suomen piirillä on käynnissä Yhes vahvemmaks- hanke, joka on lasta odottavien ja alle 4-vuotiaiden lasten vanhempien, parisuhteen ja vanhemmuuden tukeminen ammatillisesti ohjatuin vertaisryhmin. Hankkeen tavoitteita ovat lapsen äänen ja näkökulman huomioiminen erotilanteessa, sekä yhteistyövanhemmuuden tukeminen vapaaehtoisuuteen perustuvan kohtaamispaikkatoiminnan ja ammatillisesti ohjattujen vertaisryhmien keinoin. (Carpelan 2020.)

Perhepoliittisesti tärkeimmäksi kehittämiskohteeksi on noussut työn ja perheen yhteensovittaminen. Työssäkäyvien vanhempien työn kuormittavuus haittaa lapsiperheiden hyvinvointia ja parisuhdetta. Poikkeuksellinen vuosi 2020 koronavirusepidemian takia sotki hankkeen alkuperäisiä suunnitelmia. Kun ryhmätoiminnot, yleisötilaisuudet ja koulutukset ovat tauolla, oli keksittävä uusia vertaistukikeinoja. Näin syntyi Kaakon äipät ja iskät Facebook-ryhmä. (Carpelan 2020.)

Kaakon äipät ja iskät Facebook-ryhmässä viestitään perhemyönteisyydestä. Se on vertais-tuellinen keskustelualusta ja tiedotuskanava vanhemmille. Vanhempien pyritään aktivoimaan osallistumaan keskusteluihin ja leikkimielisiin kisoihin. Ryhmässä julkaistaan säännöllisesti hyvinvointi-, leikki- ulkoilu- ja parisuhdevinkkejä. Siellä myös tiedotetaan kaikista hankkeen toimista sekä Kaakon alueen lapsiperheille suunnatuista palveluista. (Carpelan 2020.)

Vaali rakkautta -tempauksissa viestitään parisuhteen huoltamisen, toisen huomioimisen, läheisyyden ja yhteistyön tärkeydestä pikkulapsiarjessa parisuhde- ja leikkionnenpyörän avulla. Perheitä kannustetaan yhdessä tekemiseen sekä toisistaan ja arjen pienistä iloista nauttimiseen. Koulutukselliset tilaisuudet ovat yksi kanava välittää parisuhteen vaalimisen ja lapsen huomioimisen tärkeyttä kaikissa elämäntilanteissa. Kaakon äipät ja iskät ryhmä on julkinen ryhmä. (Carpelan 2020.)

6 Opinnäytetyön toteuttaminen

6.1 Tarkoitus ja tavoite

Opinnäytetyössämme selvitettiin tarkemmin lapsiperheiden kokemuksia verkossa tapahtuvasta ryhmätoiminnasta. Selvitimme Facebook-ryhmä Kaakon äipät ja iskät vanhempien kokemuksia ja näkemyksiä ryhmän toiminnasta. Jatkossa tällaiset vertaistukimuodot ja toimintamallit voivat jäädä pysyviksi ja yleistyä. Tutkimuksessa saatuja vastauksia on mahdollista hyödyntää kehittämistyössä.

Tavoitteenamme oli pyrkiä selvittämään mitä ryhmän toiminta on ollut ja miten se on ryhmän vanhempien keskuudessa koettu. Mitä hyvää tai minkälaisia haasteita ryhmä on tuonut perheiden elämään ja kuinka ryhmän toimintaa voisi kehittää.

6.2 Tutkimusmenetelmä

Tarkoituksenamme oli selvittää perheiden kokemuksia Kaakon äipät ja iskät ryhmän toiminnasta. Hyödynsimme mukaillen laadullisen tutkimuksen menetelmiä. Aineistonkeruumenetelmänä käytimme Webropol-kyselyä, jonka suuntasimme Facebook ryhmälle. Näin saimme parhaiten havainnoitua, miten perheet ovat kokeneet vertaistuen ja mitä höytyjä on koettu verkossa olevasta vertaistuki-ryhmästä, sekä kuinka palvelua voisi kehittää jatkossa.

Laadullisen tutkimuksen tavoitteena on tulkinnan antaminen, ilmiön kuvaaminen ja ymmärtäminen. Etukäteen ei ole määriteltävissä kerätyn tiedon määrää ja mitä tieto on. Laadullinen tutkimus tarjoaa tavan ymmärtää ilmiötä ja pyrkii saamaan yhdestä havainnosta irti mahdollisimman paljon. Laadullisessa tutkimuksessa kiinnostutaan merkityksistä ja ihmisten ilmiöiden kokemuksista. (Kananen 2017.)

Laadullisessa tutkimuksessa kannattaa asettaa avoin tutkimustehtävä, eikä tehdä liian tarkkoja määritelmiä tutkittavaan asiaan. Mitä ja miten kysymyksiä on hyvä käyttää laadullisessa tutkimuksessa, koska tavoitteena on ymmärtää ja selittää jotain ilmiötä. Tarkoituksena ei ole tilastollisten yhteyksien ymmärtäminen. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 49.)

6.3 Aineistonkeruu

Keräsimme aineiston Webropol-kyselyllä. Yleisempiä aineistonkeruu menetelmiä laadullisessa tutkimuksessa ovat haastattelu, kysely, havainnointi ja erilaisista dokumenteista kerätty tieto (Tuomi & Sarajarvi 2018). Mietimme kysymykset yhdessä Mannerheimin lastensuojeluliiton Kaakkois-Suomen piirin koordinaattorin kanssa. Hankkeen yhtenä teemana oli

perhemyönteisyys ja tästä syystä lisäsimme kysymyksen positiivisen puheen lisääntymisen kokemuksesta ryhmän jäsenten keskuudessa.

Päädymme viiteen kysymykseen, jotka olivat:

1. Mitä toiminta on ollut käytännössä?
2. Millaisena olet kokenut toiminnan? Kerro hyvät ja huonot puolet.
3. Mikä merkitys ryhmän toiminnalla on ollut sinulle ja perheellesi?
4. Millaista positiivista puhetta ja tekemistä toiminta on lisännyt perheessäsi?
5. Millä tavalla toimintaa voisi kehittää?

Kyselyn tekemisessä on otettava huomioon vastaajien aika, taidot ja halu vastata kyselyyn. Kyselylomake suunnitellaan huolella. (Suomen Yhteiskunnallinen tietoarkisto). Kyselyn linkki avattiin helmikuun alussa ja vastausaikaa annettiin kuukausi. Kyselyä mainostettiin Facebook-ryhmän sivuilla ja jaoimme sen myös omilla Facebook seinillämme.

Tarkoituksenamme oli saada kyselyyn mahdollisimman paljon vastauksia. Saimme vastauksia yhteensä 16, joka oli odotettua vähemmän, mutta riittävästi vastaamaan opinnäytetyömme tarkoitukseen ja tavoitteeseen. Laadullisen tutkimusmenetelmän keinoin toteutussa tutkimuksessa tutkimusaineiston laatu on tärkeämpää kuin sen määrä. Tutkimusaineisto toimii apuna asian tai ilmiön ymmärtämisessä ja tulkinnan muodostamisessa. (Vilkkä 2005, 126.)

6.4 Aineiston analyysi

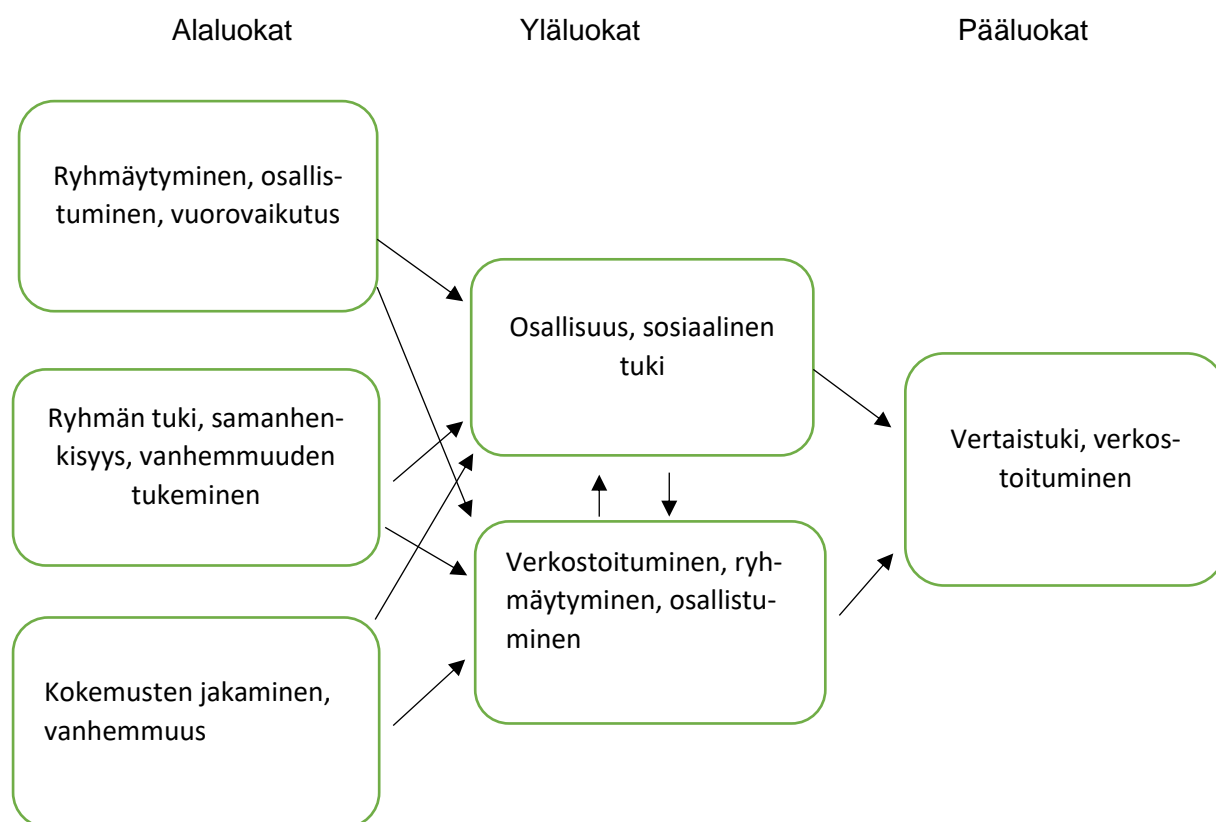
Opinnäytetyömme aineiston analysoimme laadullista sisällönanalyysiä mukaillen. Kerättyämme kyselyn vastaukset luimme ne aluksi huolellisesti useampaan kertaan läpi. Sitten etsimme vastauksista tutkimukselle oleellisia kohtia alleviivaten. Merkitsemämme kohdat pelkistimme kirjoittamalle ne uudelleen tiivistetympään muotoon. Pelkistetyt ilmaukset ryhmittelimme niin, että samaa asiaa tarkoittavat ilmaukset muodostivat alaluokat, jotka nimesimme sisältöä kuvaavalla tavalla. Jatkoimme luokittelua yhdistämällä alaluokat yläluokiksi, joista muodostimme pääluokkia. Kaikki luokat nimettiin sisältöä kuvaavalla tavalla.

Sisällönanalyysin ensimmäinen vaihe on pelkistäminen, eli auki kirjoitetaan kyselyt. Näistä karsitaan tutkimukselle epäolennainen tieto pois eli tiivistetään. Tämän jälkeen aineisto ryhmitellään. Aineistosta etsitään samankaltaisia tai toisistaan eroavia käsitteitä. Samanlaiset käsitteet ensin ryhmitellään ja sitten yhdistetään erilaisiin luokkiin. Luokittelussa aineisto tiivistyy. Aineiston ryhmittelyn jälkeen aineisto käsitteellistetään, jolloin erotellaan tutkimuk-

sen kannalta tärkeä tieto. Sen perusteella teoreettiset käsitteet muodostuvat. Käsitteellistämistä jatketaan yhdistelemällä luokituksia edeten kielellisistä ilmauksista teoreettisiin käsitteisiin sekä johtopäätöksiin. (Tuomi & Sarajärvi 2018.)

Laadullinen tutkimus voidaan kuvata prosessina, jossa tutkimustoiminta ymmärretään myös eräänlaisena oppimistapahtumana. Tutkimuksen eri vaiheet eivät ole välttämättä etukäteen selkeästi jäseneltävissä, vaan erilaiset ratkaisut muovautuvat vähitellen tutkimuksen edessä. Tutkimusotteen avoimuudella pyritään tavoittamaan ja ymmärtämään paremmin tutkittavien näkemystä tutkittavasta ilmiöstä. Tutkimustehtävä, teorian muodostus, aineiston keruu sekä aineiston analyysi kehittyvät joustavasti tutkimuksen edetessä. Tutkimusmenetelmien kehittelyn avoimuus ei kuitenkaan merkitse suunniteltujen ja etukäteen pohdittujen ajatusten puutetta. (Valli 2018, 73-76.)

Analyysissa haasteeksi nousi osittain avoimiin kysymyksiin saamamme lyhyet vastaukset. Lyhyissä vastauksissa oli valmiiksi asian ydin jo tiivistetysti, joten meille muodostui haasteeksi luokitella vastausta. Nämä lyhyet vastaukset analysoimme suoraan oikeaan pääluokkaan. Kuviossa 1 esitämme, kuinka analysoimme vastauksia.



Kuvio 1. Esimerkki laadullisen sisällönanalyysin mukailusta. Alaluokat, yläluokat, pääluokat.

7 Kyselyn tulokset

7.1 Käytännön toiminta

Vertaistuki nousi esiin useaan kertaan kysyttäessä, mitä toiminta on ollut käytännössä. Vastauksissa esiin nousi myös somejulkaisut ja tapahtumavinkit, sekä erilaiset mainokset. Vastaajat osasivat kertoa, että ryhmä on perustettu koronavuoden aikana ja että ryhmän toiminta tapahtuu etänä. Vastaajista pieni osa kertoo vain seuranneensa ryhmän julkaisuja, kun taas osa kertoo jo tässä vaiheessa osallistuneensa etäkahveille sekä odottavien olohuone iltaan.

“Facebook ryhmä missä on vertaistukea ja samanhenkisiä perheitä.”

“Olen vasta liittynyt ryhmään, niin olen ehtinyt osallistumaan vain kerran odottavien olohuone –iltaan.”

Vastauksien perusteella ryhmän toiminnan perusajatus on tullut ryhmässä esille ja se tiedetään vastaajien keskuudessa. Ryhmän käytännön toiminnassa tärkeäksi vastausten perusteella koetaan yhteinen tekeminen, lapsilähtöisyys sekä samanhenkiset perheet.

7.2 Kokemukset toiminnasta

Kyselyssä pyydettiin kertomaan millaisena perheet ovat kokeneet toiminnan ja kertomaan toiminnasta sekä hyviä, että huonoja puolia.

Vastauksissa positiivisiksi asioiksi ryhmän toiminnassa nostettiin ryhmän toiminnan positiivinen ote, erilaiset vinkit perhe-elämästä, sekä tapahtumista, vertaistuki ja perheiden yhteinen toiminta.

“Kivaa saada vertaistukea uudessa elämävaiheessa. En keksi mitään huonoja puolia.”

“Tykkään kun tulee vinkkejä tekemisiin ja tietoa tapahtumista sekä MLL:n toiminnasta.”

Huonoiksi puoliksi vastauksissa koettiin ryhmän idean sisäistäminen. Osa vastaajista kokee ryhmän kaukaisena ja etäisenä. He kokevat, että ryhmän ilmoitukset hukkuvat Facebookin muihin ilmoituksiin ja näin ollen kokevat ryhmän hankalaksi seurata. Keskustelun vähäisyys mainittiin myös vastauksissa.

7.3 Ryhmän toiminnan merkitys perheissä

Kysyttäessä ryhmän toiminnan merkityksestä vanhemmille ja perheille vastauksissa korostui verkostoituminen muiden vanhempien kanssa. Myös tässä kohtaa esille nousi tiedottaminen erilaisista perheille suunnatuista tapahtumista. Vinkkejä oli vastausten perusteella

hyödynnetty perheissä myös yhteiseen tekemiseen, kuten retkeilyyn ja leikkeihin. Eräs vastaajista kuvaili ryhmän toiminnan merkitystä näin:

”On sillä suuri merkitys, kun olemme vasta muuttaneet Etelä-Karjalan alueella ja itselläni ei täällä ole vielä tuttuja”

Vastaajista osa kertoi kuitenkin, ettei ryhmän toiminnalla ole ollut merkitystä omaan, tai perheen elämään tai merkitys on ollut vähäinen.

7.4 Perhemyönteisyyden lisääntyminen perheissä

Vastaajia pyydettiin kertomaan, onko ryhmän toiminta lisännyt positiivista puhetta tai tekemistä perheiden keskuudessa. Perheiden kanssa puuhailu ja positiivisuus nostettiin yhä uudelleen esiin. Eräs vastaajista kertoi omasta kokemuksestaan seuraavaa:

”Meillä muutenkin mennään positiivisuuden kautta, joten en koe ryhmän siihen vaikuttaneen, mutta etenkin korona-aikana on mukava lukea ryhmän positiivisia julkaisuja, vs. Yleinen koronavalitus.”

Suuri osa vastaajista kertoi kiinnittäneensä huomiota positiiviseen puheeseen perheen sisällä ja kokevansa ryhmän muistuttavan sen tärkeydestä. Vastauksissa tuli esiin myös se, että ryhmän toiminta ja julkaisut ovat saaneet pohtimaan muutenkin vanhemmuutta eri näkökulmista.

7.5 Ryhmän toiminnan kehittäminen

Kun perheiltä kysyttiin, miten ryhmän toimintaa voisi kehittää esiin tuotiin konkreettisia asioita ja esimerkkejä. Vastauksissa nostettiin esille esimerkiksi arkiruokavinkit, jotka helpottaisivat arjen hallintaa perheissä. Eräs vastauksista ehdotti mahdollisuutta etsiä samanhenkisiä ystäviä tai kavereita ryhmästä ilmoituksen avulla.

Kehittämiskohteina vastaajat pyysivät huomioimaan myös perheiden moninaisuuden, kuten yksinhuoltajat tai sateenkaariperheet. Toiveena esitettiin tekemään tällaisille perheille julkaisuja enemmän. Kuten eräs vastaaja kirjoitti:

”Toivoisin erilaisten perheiden julkituontia myös, perheessä voi olla myös esim. kaksi äitiä, että ehkä vieläkin monipuolisempaa sisältöä.”

”Ryhmä on iso ja keskustelun aloittaminen siksi aika kynnyksen takana. Keskustelua vertaistuen kannalta juuri toivoisin.”

Keskustelun vähyys nousi vastauksissa esille. Toiveena esitettiin tehdä ryhmässä enemmän keskusteluun osallistavia julkaisuja, joiden alle kommenttikenttään syntyisi keskustelua.

8 Pohdinta

8.1 Johtopäätökset

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli selvittää tarkemmin lapsiperheiden kokemuksia verkossa tapahtuvasta ryhmätoiminnasta. Mannerheimin Lastensuojeluliiton Kaakkois-Suomen piiri on kehittänyt Facebookiin-ryhmän Kaakon äipät ja iskät. Tavoitteenamme oli selvittää, mitä ryhmän toiminta on ollut ja miten se on ryhmän vanhempien keskuudessa koettu. Mitä hyvää tai minkälaisia haasteita ryhmä on tuonut perheiden elämään ja kuinka ryhmän toimintaa voisi kehittää.

Ryhmän toiminnan idea oli suuressa osassa vastauksista sisäistetty hyvin ja vertaistuen merkitys nostettiin perheiden puolelta useasti esiin. Perheet ovat kokeneet saaneensa ryhmästä vertaistukea, vinkkejä erilaisiin tapahtumiin ja perheen kanssa yhteiseen olemiseen ja tekemiseen. Selvityksessä korostui myös, että ryhmän positiivisuus koetaan hyvänä asiana ja se muistuttaa vanhempia tuomaan myös kotona positiivista puhetta ja tekemistä arkeen.

Osa vastaajista kertoi kuitenkin kokeneesta hankalaksi ryhmän idean sisäistämisen ja keskustelun syntymisen ryhmässä. Ryhmä saatettiin kokea kaukaisena ja etäisenä. Kyselysämme tuli ilmi, että ryhmän ilmoitukset hukkuvat Facebookin muihin ilmoituksiin ja se tekee ryhmän hankalasti seurattavaksi. Ryhmän seuraamisen haastavuus saa ryhmän tuntumaan etäiseltä. Kaakon äipät ja iskät Facebook ryhmä on koko Kaakkois-Suomen piirin alueen ryhmä, johon kuuluu paljon ihmisiä. Facebookissa ihmiset esiintyvät pääsääntöisesti omilla nimillä ja kuvillaan, mikä poistaa anonyymiteetin mahdollisuuden.

Jäimme pohtimaan voiko juuri anonyymiteetin puuttumisella olla vaikutusta keskustelun vähäisyyteen. Voi olla hankalaa tuoda esille isossa ryhmässä, omalla nimellä omia henkilökohtaisia haasteita, esimerkiksi lasten kohdalla. Näin ollen keskustelua ei pääse syntymään, kuin yleisellä tasolla. Erilaisiin keskustelupalstoihin verrattuna omia huoliaan tai mieltä askarruttavia kysymyksiä on vaikea avoimessa ryhmässä lähteä pohtimaan ja tuoda julki monelle silmäparille. Havaintojemme mukaan nimimerkin takaa anonyymeillä keskustelupalstoilla vertaistuen hakeminen kohdistetummin voi olla helpompaa. Tästä syystä myös Kaakon äipät ja iskät ryhmän keskustelun syntyminen voi olla haastavaa. Positiivista on, että ryhmän keskustelu pysyy asiallisena ja kunnioittavana.

Ryhmä on perustettu keväällä 2020, kun poikkeusolot koettelivat Suomea ja myös Mannerheimin Lastensuojeluliiton perinteiset ryhmätoiminnot, kuten perhekerhot ja kahvilat jouduttiin sulkemaan. Ryhmässä on tarjolla myös erilaisia vertaistuki ryhmiä esimerkiksi eronneille tai omat kahvit vain iseille. Ryhmän toimintaa on pyritty kehittämään kuluneen vuoden ajan.

Koronatilanteen pitkittyessä myös tämän vertaistuellisen ryhmän merkitys perheiden arjessa korostuu. Myös ne perheet, jotka eivät ole verkon välitteistä vertaistuen muotoa aiemmin käyttäneet, ovat saaneet esimerkiksi tämän ryhmän myötä siihen tilaisuuden. Etätoiminta erilaisilla alustoilla on tullut jäädäkseen, ainakin jossain määrin myös koronan jälkeiseen elämään. Toisille ihmisille etätoiminta voi olla mieleisempää, kuin perinteinen kohtaaminen samassa tilassa.

Tutkimuksestamme on havaittavissa, että ne, jotka seuraavat aktiivisesti ryhmän toimintaa, saavat sieltä vinkkejä ja kokevat ryhmän toiminnan positiiviseksi ja hyödylliseksi. Ne, jotka eivät ehdi tai muusta syystä pysty seuraamaan aktiivisesti ryhmän toimintaa, eivät olleet sisäistäneet ryhmän toiminnan ajatusta tai ideaa ja kokivat ryhmän etäiseksi.

Kehittämisen kohteina kyselyssä perheet toivat esille konkreettisesti ajatuksiaan arkiruokavinkeistä ja ystävien etsimisestä. Perheiden moninaisuuden huomioimiseen pyydettiin kiinnittämään julkaisuissa enemmän huomiota. Havaintojemme pohjalta Mannerheimin lastensuojeluliiton on mahdollista hyödyntää havaintojamme kehittämistyössä.

Jatkon kannalta mielenkiintoista olisi tutkia pitkittyneen koronaepidemian vaikutuksia lapsiperheisiin tai yleisesti koronan vaikutuksia verkossa tapahtuvaan vertaistukeen. Omaa tutkimustamme voisi syventää esimerkiksi teemahaastatteluilla, joissa saisi syvempää ja tarkempaa tietoa ryhmän jäsenten kokemuksista.

8.2 Eettisyyteen ja luotettavuuteen liittyviä näkökulmia

Tutkimusetiikka liittyy hyvien tieteellisten käytäntöjen huomioimiseen ja noudattamiseen, vaikuttaen monella tavalla tutkimuksen tekemiseen. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjeet ohjaavat hyvään tieteelliseen käytäntöön. Tutkimusetiikka kulkee mukana koko tutkimusprosessin ajan. Kaikkia tutkimuksen tekijöitä velvoittaa hyvän tieteellisen käytännön noudattaminen samalla tavalla. Käytännössä tutkijat noudattavat tällöin eettisesti kestäviä tiedonhankintamenetelmiä ja tutkimusmenetelmiä, jotka ovat tiedeyhteisön hyväksymiä. Tutkijan on myös noudatettava rehellisyyttä, yleistä huolellisuutta ja tarkkuutta tutkimustyössään ja esitellessään tutkimustuloksia. Huomioitava on myös toisten tutkijoiden työn ja saavutusten kunnioittaminen. (Vilka 2021.)

Tuottaaksemme uutta tietoa meidän on oltava ajassa kiinni. Sosiaalisen median käyttäminen tutkimuksissa on lisääntynyt, mutta siihen liittyvien tutkimuseettisten näkökohtien arvioiminen on osoittautunut haastavaksi mm. vähäisen kokemuksen vuoksi. Tutkimuksessa korostuu ympäristöjen jatkuva muutos. (Kosonen ym. 2018.)

Tutkimuksen etiikassa on painotettava tutkittavien vapauksia ja oikeuksia. Tutkimukseen osallistuvilla on oltava mahdollisuus omaan, itsenäiseen ja tietoon perustuvaan päätökseen osallistumisesta tutkimukseen. Yksityisyyttä korostetaan ja tätä tutkimuksen tekeminen tai sen tulosten julkaiseminen ei saa rikkoa. Erityisesti kolme eettistä periaatetta on syytä muistaa, tutkittavien itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen sekä yksityisyyden ja tietosuojan säilyttäminen. On myös huolehdittava suostumukset tietojen tallentamiseen sekä hyödyntämiseen. (Kosonen ym. 2018.)

Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta koskevat tarkastelut voidaan kuvata käsittein uskottavuus, luotettavuus ja eettisyys. Uskottavuudella viitataan siihen, että muut ihmiset hyväksyvät tulokset tosiksi luottaen siihen, että tutkimuksen aineisto on kerätty ja analysoitu huolellisesti. Luotettavuudella tutkija vakuuttaa lukijan siitä, että hän on käyttänyt oikeanlaisia menetelmiä tutkimusongelman ratkaisemiseen sekä toteuttaakseen tutkimuksen. Eettisyydellä tarkoitetaan eettisten periaatteiden noudattamista koko tutkimuksen teko ajan. Tutkimuksesta ei siis saa aiheutua mitään haittaa millekään tutkimukseen liittyvälle taholle. (Puusa & Juuti 2020.)

Tutkimusetiikaksi voidaan kutsua tutkimustoimintaa, jossa noudatetaan ja edistetään eettisesti oikeita ja vastuullisia toimintatapoja. Kaikkien tieteen alojen tutkimustoiminnassa on tunnistettava ja torjuttava epärehellisyyksiä sekä loukkauksia. Erottamattomia ovat tutkijan eettiset ratkaisut sekä tutkimuksen uskottavuus. Hyviä tieteellisiä käytäntöjä noudattamalla tutkijat luovat uskottavuutta. Tutkimuksen tekijä, tutkimusryhmä sekä tutkimusyksikön johtaja kantaa vastuuta hyvän tieteellisen käytännön noudattamisesta, tutkimuksen rehellisyydestä sekä vilpittömyydestä. (Tuomi & Sarajärvi 2018.)

Jokaisessa tutkimuksessa on arvioitava tutkimuksen luotettavuutta virheiden välttämiseksi. Kuitenkin laadullisiin tutkimuksiin liittyy erilaisia käsityksiä tutkimuksen luotettavuuteen liittyviin kysymyksiin. Eri oppaissa laadullisen tutkimuksen luotettavuustarkastelut ovatkin monesti eri asioita painottavia. Reliabiliteetti ja validiteetti käsitteinä kuvaavat tutkimusmenetelmien luotettavuutta. Validiteetti kertoo siitä, onko tutkimuksessa tutkittu sitä mitä on luovattu. Reliabiliteetti taas kertoo tutkimustulosten toistettavuudesta. Usein laadullisen tutkimuksen piirissä näitä käsitteitä kuitenkin myös kritisoidaan, koska ne vastaavat lähinnä vain määrällisen tutkimuksen tarpeita. (Tuomi & Sarajärvi 2018.)

Koko opinnäytetyöprosessimme ajan olemme noudattaneet hyvää tieteellistä käytäntöä ja huomioineet eettisiä näkökulmia sekä ohjeita. Aineiston vastaukset on kerätty anonymiminä ja kyselyyn vastaaminen oli vapaaehtoista. Jokaisen vastaus on huomioitu aineistoa analysoidessa ja vastauksia on kunnioitettu. Olemme viitanneet lähteisiin asianmukaisesti, alkuperäistä kirjoittajaa kunnioittaen. Tutkimusluvan haimme Mannerheimin Lastensuojeluliiton

Kaakkois-Suomen piiriltä asianmukaisesti. Kyselyn alkuun sisältyi saatekirje, josta selvisi mihin vastauksia tullaan hyödyntämään.

8.3 Opinnäytetyön prosessi

Opinnäytetyömme prosessi alkoi keväällä 2020. Aloitimme aiheen pohtimisella ja valinnalla. Otimme yhteyttä Mannerheimin Kaakkois-Suomen piirin koordinaattoriin, jolta saimme idean opinnäytetyöhömme. Piirin toiveena oli selvittää, millaisia vaikutuksia koronapandemialla on ollut perheiden hyvinvointiin ja jaksamiseen ja kuinka juuri koronan vuoksi perustettu Kaakon äipät ja iskät vertaistukiryhmä on koettu perheiden keskuudessa.

Työstimme opinnäytetyömme suunnitelmaa syksyllä 2020 yhdessä koordinaattorin kanssa. Aihe alkoi rajautua tarkemmin perheiden hyvinvoinnin tutkimisesta Facebook ryhmän jäsenten kokemusten tutkimiseen. Tutkimuslupa haettiin vielä joulukuussa 2020.

Kysely toteutettiin Webropolilla ja se jaettiin Facebookissa Kaakon äipät ja iskät-ryhmän jäsenille. Kysely jaettiin ryhmään helmikuun alussa 2021 ja vastausaikaa annettiin kuukausi. Saimme 16 vastausta, jotka analysoimme kevään 2021 aikana. Opinnäytetyömme raportti valmistui kesän 2021 aikana.

Piirin alkuperäisenä toiveena perheiden hyvinvoinnin ja jaksamisen, sekä ryhmän vaikuttavuuden tutkiminen olisi ollut liian laaja aihe selvityksellemme. Päädyimme keskustelujen myötä siis selvittämään ryhmän jäsenten kokemuksia ryhmän toiminnasta, perhemyönteisyyden lisääntymisestä ja ryhmän toiminnan kehittämisestä.

Halusimme tavoittaa mahdollisimman monta ryhmäläistä, joten valitsimme aineistonkeruumenetelmäksi kyselyn. Facebook ryhmässä on yli tuhat jäsentä, joten päätelimme saavuttavamme kyselyn avulla heistä useamman. Lisäksi Kaakkois-Suomen piiri on iso alue, joten koimme, ettei meillä ollut resursseja lähteä haastattelemaan ihmisiä. Kysely mahdollisti vastaajien anonyymiteetin säilymisen ja ettei läsnäolomme vaikuttaisi vastauksiin. Kyselyn vastausten analysointiin ja raportin viimeistelyyn jäi suunnitelmamme mukaan useampi kuukausi aikaa.

Lähteet

- Carpelan, C. 2020. Mannerheimin Lastensuojeluliiton Kaakkois-Suomen piirin avustushakemus. Jatkohakemus: Hankeavustus C 6980 (julkinen). STEA.
- Eerola, P. & Pirskanen, H. 2018. Perhe ja tunteet. Tallinna. Gaudeamus Oy
- Gjestad, E. Kuka on kukkulan kuningas? Lasten ja aikuisten valtasuhteet kasvun tukena. Jyväskylä: Ps-kustannus
- Halme-Tuomisaari, M. 2020. Kaikki kotona. Kun korona mullisti maailmamme. Helsinki: Kirjapaja
- Holm, J. & Huuskonen, P. & Jyrkämä, O. & Karnell, S. & Laimio, A. & Lehtinen, I. & Myllymaa, T. & Vahtivaara, J-M. 2010. Vertaistoiminta Kannattaa. Asumispalvelusäätö ASPA.
- Järvinen, M., Laine, A. & Hellman-Suominen K. 2009. Varhaiskasvatusta ammattitaidolla. Helsinki: Premedia Oy
- Kallio, J. & Hakovirta, M. (toim.) 2020. Lapsiperheiden köyhyys & huono-osaisuus. Tampere: Vastapaino.
- Kananen, J. 2017. Laadullinen tutkimus pro graduna ja opinnäytetyönä. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja -sarja. Suomen Yliopistopaino Oy.
- Kehitysvammaisten tukiliitto Ry, 2017. <https://www.tukiliitto.fi/toiminta/perheet-ja-vertaistuki/vertaistuki/>. Viitattu 26.5.2021
- Kontula, O. 2018. 2020-luvun perhepolitiikkaa. Helsinki: Väestöliitto ry.
- Korpiola, L. & Poutanen, P. 2021. Korona ja digitaalinen riskiyhteiskunta. Helsinki: Tammi.
- Kosonen, K. 2010. "Voimia ja virtaa vertaistuesta" – Tutkimus invalidiliiton vertaistukeen perustuvasta toiminnasta. Tampereen yliopisto. Sosiaalitutkimuksen laitos. Pro gradu – tutkielma.
- Kosonen, M. Laaksonen, S-M. Terkamo-Moisio, A. & Rydenfelt H. 2018. Sosiaalinen media ja tutkijan etiikka. Etiikka.fi. [hthttps://etiikka.fi/tutkimusetiikka/sosiaalinen-media-ja-tutkijan-etiikka/](https://etiikka.fi/tutkimusetiikka/sosiaalinen-media-ja-tutkijan-etiikka/). Viitattu 3.11.2020.
- Kytöharju, H. 2003. Äitien jaksaminen ja vertaistuki Vauva-lehden keskustelupalstalla Internetissä. Tampereen yliopisto. Pro-gradu tutkielma. Viitattu 13.11.2020. Saatavissa <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/92280/gradu00401.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Lammi-Taskula, J. & Karvonen, S. (toim.) 2014. Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Lastenmielenterveystalo.https://www.mielenterveystalo.fi/lapset/vanhemmille/perhe_ja_vanhemmuus/Pages/default.aspx. Viitattu 10.11.2020.

Lastenmielenterveystalo.https://www.mielenterveystalo.fi/lapset/vanhemmille/perhe_ja_vanhemmuus/perhetta_kuormittavat_tapahtumat/Pages/default.aspx. Viitattu 23.5.2021

Lapsistrategian koronatyöryhmän raportti lapsen oikeuksien toteutumisesta 24.6.2020. Lasten ja nuorten hyvinvointi koronakriisin jälkihoidossa. Valtioneuvoston julkaisuja 2020:2.

Mannerheimin lastensuojeluliitto. <https://www.mll.fi/tietoa-mllsta/organisaatio/> viitattu 3.11.2020.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto,2021.<https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/vanhemmuus-ja-kasvatus/lapsen-kasvatus-ja-vanhemman-kasvatustietoisuus/>. Viitattu 23.5.2021

Mattila, K-P. 2011. Lapsen vahvistava kohtaaminen. Juva: Bookwell Oy.

Miettinen, A. & Rotkirch, A. 2012. Yhteistä aikaa etsimässä - Lapsiperheiden ajankäyttö 2000-luvulla. Väestöntutkimuslaitos. Helsinki: Vammalan Kirjapaino Oy. Viitattu 1.8.2021. Saatavissa <http://vaestoliitto-fi.directo.fi/@Bin/3b121272a9c08cf197547453389df55f/1627841841/application/pdf/4660236/Yhteist%C3%A4%20aikaa%20etsim%C3%A4ss%C3%A4.pdf>

Monimuotoiset perheet. <https://monimuotoisetperheet.fi/ammattilaisille/monimuotoisten-perheiden-kohtaaminen/>. Viitattu 19.4.2021.

Mynttinen, M. 2013. Vertaistuen merkitys terveyden edistämässä pienten lasten äitien kuvaamana. Itä-Suomen yliopisto. Terveystieteiden tiedekunta. Pro gradu – tutkielma.

Mäkelä & Sajaniemi 2013. Mäkelän diat. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/136176/M%C3%A4kel%C3%A4.pdf?sequence=1&isAllowed=y> Viitattu 23.5.2021

Jantunen, T.& Ojanen E., 2011. Arvot kasvatuksessa. Latvia: Tammi, Livonia Print.

Puusa, A. & Juuti, P. 2020. Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki: Gaudeamus Oy.

Pönkä, H. 2014. Sosiaalisen median käsikirja. Jyväskylä: Docendo Oy.

- Ruokonen, M. 2021. Vertaistoiminnan merkitystä paikantamassa lastensuojelun avohuollossa- vanhempien kokemuksia vertaistuesta. Turun yliopisto. Sosiaalitieteiden laitos. Progradu- tutkielma. Viitattu 3.8.2012. Saatavissa https://www.utupub.fi/bitstream/handle/10024/151142/Ruokonen_Mirka_opinnayte.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Saaranen-Kauppinen A. & Puusniekka A. 2009. Menetelmäopetuksen tietovaranto KvaliMOTV – kvalitatiivisten menetelmien verkko-oppikirja. Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto: Tampereen yliopisto. Viitattu 26.5.2021. Saatavissa <https://www.fsd.tuni.fi/fi/tietoarkisto/julkaisut/kvalimotv.pdf>
- Sinkkonen, J. 2012. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. Helsinki. WSOY.
- Sinkkonen, J. 2012. Lapsen kanssa hyvinä ja pahoina päivinä. Helsinki: WSOY.
- Sinkkonen, J. & Kalland M. 2001. Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Helsinki: WSOY
- Suomen mielenterveys ry. <https://mieli.fi/fi/mielenterveys/ihmissuhteet/perheit%C3%A4monenlaisia>. Viitattu 19.4.2021.
- Suomen Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto 2010. Opiskelijoille. Menetelmäopetuksen tietovaranto. KvantiMOTV. Kyselylomakkeen laatiminen. <https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kyselylomake/laatiminen.html> Viitattu 20.5.2021
- Terveysten- ja hyvinvoinninlaitos, 2021. Lapset ja nuoret. <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut>. Viitattu 23.5.2021
- Terveysten- ja hyvinvoinninlaitos, 2021. Hyvinvointi- ja terveyserot. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/elamankulku/lapset-ja-perheet>. Viitattu 23.5.2020
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Törrönen, M. 2012. Onni on joka päivä. Lapsiperheen arki ja hyvinvointi. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.
- Ugaste, A. 2005. The Child's play world at home and the mother's role in the play. Väitöskirja. Jyväskylä: University of Jyväskylä. JYVÄSKYLÄ STUDIES IN EDUCATION PSYCHOLOGY AND SOCIAL RESEARCH 259. Viitattu 1.8.2021. Saatavissa <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/13360/951392047X.pdf?sequence=1>
- Uusitalo-Malmivaara, L. & Vuorinen, K. 2017. Huomaa hyvä! Näin autat lasta ja nuorta löytämään luonteenvahvuutensa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Valli, R. (toim.) 2018. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus.

Vilén, M. Vihunen, R. Vartiainen, J. Sivén, T. Neuvonen, S. & Kurvinen, A. 2011. Lapsuus erityinen elämänvaihe. Helsinki: WSOY.

Vilkka, H, 2005. Tutki ja kehitä. Keuruu: Tammi.

Vilkka, H. 2021. Tutki ja kehitä. Jyväskylä: PS-kustannus.

Liite.1 Saatekirje

LAB ammattikorkeakoulu Lappeenranta**Saatekirje**

Hei,

Olemme sosiaali- ja terveysalan opiskelijoita LAB ammattikorkeakoulusta Lappeenrannasta. Valmistumme sosionomeiksi (AMK) ja varhaiskasvatuksen opettajiksi vuonna 2021.

Mannerheimin Lastensuojeluliiton Kaakkois-Suomen piirillä on käynnissä Yhes vahvemmaks- parisuhde on lapsen kotina ja vanhemmuuden pilarina-hanke (2020-2022). Hankkeen tarkoituksena on tukea perheitä panostamaan parisuhteeseen, jo lapsen odotusajasta alkaen, vahvistaa vauva-, lapsi- ja perhemyönteistä ilmapiiriä, jotta ilo lapsesta, positiivinen puhe ja perheissä yhdessä tekemisen lisääntyisivät. Perheitä rohkaistaan hakemaan apua, niin, että yksin pärjäämisen kulttuuri vähenisi sekä tarjotaan mahdollisuutta vertaistukeen ryhmätoiminnoissa.

Opinnäytetyömme tarkoituksena on selvittää ja tutkia tarkemmin verkossa tapahtuvan vertaistuen merkitystä perheiden hyvinvointiin ja jaksamiseen. Yhdistyksen toiveena on erityisesti selvittää vertaistukiryhmän Kaakon äipät ja iskät hyödyllisyyttä. Jatkossa tällaiset vertaistukimuodot voivat yleistyä tai jäädä pysyviksi. Meidän tutkimuksemme pohjalta yhdistyksen on mahdollista kehittää tätä vertaistuen muotoa. Koska opintomme suuntautuu varhaiskasvatukseen, tutkimuksen kohderyhmänä on pikkulapsiperheet.

Kyselyyn vastaaminen on vapaaehtoista. Kyselyssä on viisi avointa kysymystä, joihin voi vastata lyhyesti omin sanoin. Vastaaminen on nopeaa ja helppoa. Vastaaminen tapahtuu anonyymisti ilman tunnistetietoja. Kyselyn perusteella kartoitamme Facebook-ryhmän toimivuutta ja kehittämisen tarpeita.

Toivomme, että osallistut kyselyyn ja ryhmän toiminnan kehittämiseen. Oheisesta linkistä pääset vastaamaan ja lopuksi lähettämään vastauksesi meille. Kiitos!

Jos haluat lisätietoja, voit ottaa meihin yhteyttä.

Yhteistyöterveisin:

Mari Heiskanen

Anna Henttonen