



**Sara Åker-Harju**  
Diakonia-ammattikorkeakoulu  
Johtamisen ja yhteiskunnallisesti vaikuttavan  
palvelutuotannon kehittäminen  
Sosionomi YAMK  
Opinnäytetyö, 2021

# HELSINGIN KAUPUNGIN LEIKKIPUISTOJEN VAUVAPERHETOIMINNAN NYKYTILA JA KEHITTÄMISTARPEET



## TIIVISTELMÄ

Sara Åker-Harju

Helsingin kaupungin leikkipuistojen vauvaperhetoiminnan nykytila ja kehittämistarpeet

59 sivua ja 4 liitettä

Syksy 2021

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveystieteiden YAMK-tutkinto

Sosionomi YAMK

Johtamisen ja yhteiskunnallisesti vaikuttavan palvelutuotannon kehittäminen

Helsingin kaupunki järjestää vauvaperhetoimintaa, joka on tarkoitettu tukemaan esikoislapsensa saaneiden helsinkiläisvanhempien arkea uudessa elämäntilanteessa. Vauvaperhetoiminta antaa tietoa varhaisesta vuorovaikutuksesta, vanhemmuudesta sekä vauvan vuorokausirytmistä. Lisäksi toiminta mahdollistaa vuorovaikutuksen sekä vertaistuen samassa elämäntilanteessa olevien perheiden kesken.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää vauvaperhetoiminnan nykytilaa sekä kehittämistarpeita. Tutkimuksessa tarkasteltiin, kuinka vauvaperhetoiminta vastaa asiakasperheiden tarpeisiin sekä miten toimintaa ja sen tavoitettavuutta olisi mahdollista kehittää. Tutkimuksen tavoitteena oli luoda asiakaskokemuksiin pohjaavia kehittämisehdotuksia. Opinnäytetyö on kvalitatiivinen tutkimus. Aineistonkeruun menetelmänä käytettiin asiakkaiden ryhmämuotoista teemahaastattelua sekä toiminnan havainnointia. Aineisto kerättiin kolmella kertaa, eri leikkipuistojen toimesta järjestettyjen etävauvaperhetoimintojen yhteydessä. Yhteensä asiakkaiden vastauksia haastatteluun tuli yksitoista. Lisäksi tutkimusta varten lähetettiin kaikille vauvaperhetoimintaa ohjanneille leikkipuisto-ohjaajille sähköpostikyselyt. Ohjaajien vastauksia tuli yhteensä neljä. Haastattelut suoritettiin touko- ja kesäkuussa 2021. Aineisto analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä.

Tutkimuksen perusteella vauvaperheet kaipaavat vertaistukea ja mahdollisuuksia kohdata muita samassa elämäntilanteessa olevia. Perheet kokevat myös tarpeelliseksi saada tutkimukseen perustuvaa tietoa vauvan kanssa toimimisesta. Tässä tutkimuksessa ilmeni, että kasvokkain järjestettyä toimintaa voi olla haastava saada toimimaan samalla kaavalla etätoimintana. Verkossa järjestetty toiminta ei vastannut perheiden vertaistuen tarpeisiin, sillä asiakkaat kokivat omien kokemusten jakamisen etänä haastavana. Toisaalta etätoiminta vastasi hyvin perheiden tiedon tarpeeseen. Vauvaperhetoiminnan tavoitettavuuteen vaikuttivat alueelliset erot markkinoinnissa sekä asiakkaiden kyvyt etsiä itsenäisesti tietoa vauvaperheiden palveluista.

Vauvaperhetoimintaa kehitettäessä tulee huomioida asiakkaiden tarpeet ja lisäksi etätoiminnan hyvät puolet. Etätoiminta toimii luentomaisena informaation jakamisena, lähitoiminta taas vertaistukea vahvistavana toimintana. Tavoitettavuutta voidaan kehittää systemaattisella yhteistyöllä muiden vauvaperhetoimijoiden kanssa sekä panostamalla sosiaalisen median markkinointiin.

Asiasanat: kehittäminen, osallisuus, ryhmätoiminta, vauvaperheet, vertaistuki

## ABSTRACT

Sara Åker-Harju

The current status and development need of infant-family activities in City of Helsinki playgrounds

59 pages and 4 appendices

Autumn 2021

Diaconia University of Applied Sciences

Master's Degree in the Development of Leadership and Socially Effective Service Provision

Master of Social Services

The City of Helsinki organises a baby family activity intended to support the daily life of parents who have had their firstborn child to help in their new life situation. Infant-family activities provide information about early interaction, parenting, as well as the baby's circadian rhythm. In addition, the activity allows for interaction and peer support among families in the same life situation.

The purpose of this thesis was to determine the current state of infant-family activities, as well as possible development needs. The study looked at how infant-family activities meet the needs of customer families and how it would be possible to develop the activities and their accessibility. The aim of the study was to create development proposals based on customer experiences. The thesis is a qualitative study. As a data collection method, the study used a group-format themed interview with clients as well as observation of activities. The data was collected on three occasions, in conjunction with remote infant-family activities organised by three different playgrounds. Total customer responses received to the interview were eleven. In addition, email inquiries were sent to all City of Helsinki playground counsellors that directed infant-family activities. In total, four counsellors responded to the inquiry. The interviews were conducted in May and June 2021. The data was analysed using data-based content analysis.

Based on the study, infant-families desire peer support and opportunities to confront others in the same life situation. Families also feel the need to have research-based information about how to interact with the infant. The study revealed that face-to-face organized activity can be challenging to operate with the same formula as a remote activity. Organised online activities did not meet the needs of peer-support for families, as customers felt sharing their own experiences online challenging. On the other hand, remote activity responded well to the need for families' knowledge. The accessibility of infant-family activities was influenced by regional differences in marketing, as well as customers' abilities to independently search for information about the infant-family services.

When developing infant-family activities, the needs of the customers and the good aspects of both face-to-face and remote activities should be considered. Remote operation acts as a lecture-like information sharing, while close proximity activities act as a strengthening of peer support. Accessibility can be developed through systematic collaboration with other infant-family operators, as well as investing in social media marketing.

Keywords: development, group activities, inclusion, infant-families, peer support

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO .....	4
2 VANHEMMUUDEN TUKEMINEN RYHMÄTOIMINNASSA .....	5
2.1 Vertaistuki .....	5
2.2 Osallisuuden tukeminen .....	7
2.3 Vanhemmuuden tukeminen etäpalveluissa.....	9
3 VAUVAPERHETOIMINNAN AIHEALUEET .....	12
3.1 Varhainen vuorovaikutus ja kiintymyssuhde .....	12
3.2 Vanhemmuuden tukeminen .....	13
3.3 Vauvan vuorokausirytmii.....	14
4 VAUVAPERHEIDEN PALVELUT HELSINGISSÄ.....	16
4.1 Vauvaperheiden tukipalvelut.....	16
4.2 Leikkipuistotoiminta Helsingissä .....	17
4.3 Leikkipuistojen vauvaperhetoiminta .....	18
4.3.1 Vauvaperhetoiminnan lähtökohdat.....	18
4.3.2 Vauvaperhetoiminnan nykytila .....	19
5 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET.....	21
6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS .....	22
6.1 Aineistonkeruumenetelmät.....	22
6.2 Aineiston keruu .....	24
6.3 Aineiston analyysi .....	25
7 TUTKIMUKSEN TULOKSET .....	30
7.1 Havainnot vauvaperhetoiminnasta .....	30
7.2 Asiakasperheiden tarpeet .....	31
7.3 Vauvaperhetoiminnan tavoitettavuus .....	33
7.4 Etätapaaminen vauvaperhetoiminnassa .....	35
8 TUTKIMUKSEN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS.....	37
9 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA.....	40
9.1 Johtopäätökset ja kehittämissuhteet .....	40

9.2 Pohdinta.....	43
9.3 Jatkotutkimusaiheet .....	46
9.4 Asiantuntijuuden kehittyminen .....	47
LÄHTEET.....	49
LIITE 1. KUTSUKIRJE RYHMÄHAASTATTELUUN .....	56
LIITE 2. RYHMÄHAASTATTELUKYSYMYKSET.....	57
LIITE 3. KUTSUKIRJE TYÖNTEKIJÖIDEN HAASTATTELUUN .....	58
LIITE 4. HAASTATTELUKYSYMYKSET TYÖNTEKIJÖILLE.....	59

## 1 JOHDANTO

Helsingin kaupunki järjestää leikkipuistoissa ensimmäisen lapsensa saaneille perheille vauvaperhetoimintaa. Vauvaperhetoiminnan tarkoituksena on tukea perheitä uudessa elämäntilanteessa. Sen kautta on mahdollista tavata muita samassa elämäntilanteessa olevia sekä saada vertaistukea.

Vauvaperhetoiminta on perheille vapaaehtoista ja maksutonta. Se on jatkumoa neuvolan perhevalmennukselle, johon perheet osallistuvat vauvan odotusaikana. Vauvaperhetoiminta koostuu kolmesta kokoontumiskerrasta, joista ensimmäinen käsittelee varhaista vuorovaikutusta, toinen vanhemmuutta ja kolmas vauvan vuorokausirytmistä. Perheet voivat ilmoittautua toimintaan haluamassaan leikkipuistossa sekä valita itse osallistuuko kaikille toiminnan kerroille vai jollekin niistä. Toiminnan aiheet ovat kaikissa sitä järjestävissä leikkipuistoissa samat.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää asiakkaiden ja toimintaa ohjaavien leikkipuisto-ohjaajien kokemuksia vauvaperhetoiminnan nykytilasta sekä mahdollisista kehittämistarpeista. Opinnäytetyö on laadullinen tutkimus, jonka aineisto on kerätty asiakkaiden ryhmähaastattelulla sekä leikkipuisto-ohjaajien sähköpostikyselyllä. Opinnäytetyön tavoitteena on luoda asiakaskokemuksiin perustuvia ehdotuksia vauvaperhetoiminnan kehittämiseksi.

Vauvaperhetoiminta on pysynyt melko samansisältöisenä koko sen toiminnan ajan, jonka vuoksi leikkipuistotoiminnan johto toivoi tutkimusta sen nykytilasta ja asiakkaiden toiveista. Palvelun nopeasti siirtäminen verkossa toteutettavaksi etätoiminnaksi on luonut tarvetta tarkastella asiakkaiden tarpeita ja tavoitettavuutta. Leikkipuistojen vauvaperhetoimintaa ei ole tässä muodossa aikaisemmin tutkittu, jonka vuoksi opinnäytetyön aihe on tärkeä ja ajankohtainen. Palveluiden jatkuva kehittäminen sekä asiakkaiden osallisuus kiinnostavat minua sosiaalialan asiantuntijana ja haluan tällä työllä vaikuttaa ja tuoda niitä enemmän esille.

## 2 VANHEMMUUDEN TUKEMINEN RYHMÄTOIMINNASSA

### 2.1 Vertaistuki

Vertaistukea muodostuu usein ryhmässä, joka koostuu samanlaisia kokemuksia läpikäyneistä henkilöistä. Vertaistoiminnassa yhteiset mielenkiinnonkohteet sekä samanlaiset kokemukset tai samassa elämäntilanteessa oleminen luo henkilöiden välille vertaisuutta. Vertaistoiminnalle ominaista on, että vertaiset kokevat sen vahvistavan toimintakykyä ja saavan siitä sosiaalista tukea. (Pietilä-Hella 2010, s.60-63.) Vertaistoimintaa voi rinnastaa sosiaalisen tuen käsitteeseen. Edellytys sosiaalisen tuen prosessille on jokaisen henkilökohtainen kokemus siitä, että haluaa jakaa kokemuksia ja olla sosiaalisessa vuorovaikutuksessa muiden samassa tilanteessa olevien kanssa. Vertaisuuden kokemusta tukee, mikäli henkilöt löytävät samaistuttavia piirteitä esimerkiksi sosiokulttuurillisesta taustasta ja kokemukset samanlaisista haasteista. Lapsiperheiden kohdalla yhdistävä tekijä usein on samanikäiset lapset, sillä vanhemmat saattavat kokea yhtäläisiä haasteita lapsen hoidon ja kasvatuksen kanssa. Sosiaalinen vertaistuki on ennen kaikkea vastavuoroisuutta, jossa tuen antaminen ja saaminen on kaikille osapuolille aktiivista sekä luontevaa toimintaa. (Pietilä-Hella 2010, s.60–66.)

Vertaistuki sisältää usein paljon sanallista viestittämistä, esimerkiksi tiedon välittämistä, neuvomista, rohkaisua sekä kannustamista. Tuki voi ilmetä myös ei-sanallisena viestintänä, katseena, eleenä tai läsnäolona toisen vierellä. (Pietilä-Hella 2010, s.65.) Vertaisryhmässä tärkeää on, että osapuolien välillä vallitsee luottamus. Luottamus ryhmässä mahdollistaa luontevan vuorovaikutuksen, omien kokemusten jakamisen, toisen kuulemisen sekä tunteiden ilmaisun ja niiden käsittelyn. Vertaistuen kokemus auttaa yksilöä sopeutumaan uuteen tilanteeseen, mikä kasvattaa osaltaan sosiaalista pääomaa ja luo osallisuuden tunnetta. (Mikkonen & Saarinen, 2018.) Lisäksi vertaistuellalla uudessa

elämänvaiheessa raskauden ja pikkulapsiaikana on useita myönteisiä vaikutuksia vanhempien kokemaan emotionaaliseen hyvinvointiin. (McLeish & Redshaw, 2017).

Vertaistuki pienten lasten vanhempien välillä ilmenee usein emotionaalisella tasolla. Emotionaalisessa vertaistuessa korostuu kuuntelun ja keskustelun merkitys. Jo tieto siitä, että toinen henkilö tietää, mitä itse käy läpi ja on läsnä, voi tukea haastavassa tilanteessa. Tarkkaavainen kuuntelu voi antaa tukea ja lohtua haastavassa tilanteessa, mutta myös kaksisuuntaista keskustelua pidetään tärkeänä emotionaalisen tuen muotona. Siihen kuuluu myös haastavien tilanteiden normalisointi ja huomion siirtäminen pois käsillä olevasta ongelmasta. (Finfgeld-Connert, 2015.) On tavallista, että tuoreet vanhemmat kokevat alhaista itsetuntoa sekä riittämättömyyden tunteita, kohdatessaan ristiriitaa tiettyjen sosiaalisten odotusten ja vauva-arjen haastavan todellisuuden välillä. Kokemus siitä, että on olemassa joku, joka ymmärtää ja jolle voi puhua, parantaa vanhempien emotionaalista hyvinvointia, vähentää stressiä sekä tukee heidän vanhemmuuttaan. (McLeish & Redshaw, 2017.) Lisäksi hieman itseä kokeneempien vanhempien kokemusten ja tietynlaisten selviytymistarinoiden kuuleminen voi optimoida vertaistukea entisestään (Pålsson ym., 2018). Vertaistuki on parhaimmillaan rohkaisevaa ja se normalisoi yksilön tilannetta. Emotionaaliseen vertaistukeen voi kuulua myös sopiva huumori ja iloiset kokemukset yhdessäolosta. Emotionaalinen vertaistuki on perinteisesti toteutunut kasvokkain kohtaamalla. Yhä enemmän vertaistukea kuitenkin haetaan myös internetistä. (Pietilä-Hella 2010, s.64–66.)

Haavoittuvassa tilanteessa olevat, esimerkiksi sosioekonomisesti epäedullisessa asemassa olevat ja sosiaalisesti eristäytyneet vanhemmat, ovat suuremmassa riskissä sairastua mielenterveyden sairauksiin raskauden tai pikkulapsivaiheen aikana. Sosiaalisen tuen puute on merkittävä riskitekijä masennukselle ja ahdistukselle. Vertaistuella on tunnistetut hyödyt erityisesti äitien mielenterveydelle ja hyvinvoinnille vanhemmuuden kriittisillä hetkillä. Erityisen arvokasta järjestetty vertaistuki on esimerkiksi maahanmuuttajataustaisille äideille sekä moniongelmissa haitoista kärsiville perheille, joilla voi olla muuten heikot sosiaaliset verkostot. (McLeish & Redshaw, 2017.)



## 2.2 Osallisuuden tukeminen

Osallisuus on kuulumista erilaisiin prosesseihin, joiden tarkoitus on vaikuttaa joko yksilötasolla, ryhmätasolla, palveluihin, asuinympäristöön tai laajemmin yhteiskunnassa. Osallisuus on henkilön mahdollisuuksia vaikuttaa ja olla aktiivisena toimijana itseään sekä ympäristöä koskeviin asioihin. (Isola ym. 2017, s.9-10.) Onnistunut osallisuuden kokemus vaatii tiivistä vuorovaikutusta, kokemusta kuulukseksi tulemisesta sekä luottamuksesta. On merkityksellistä, että henkilö kokee, että hänen tiedollaan on väliä ja se huomioidaan päätöksen teossa. (Laitinen & Niskala 2013, s.9-16.)

Asiakkaalla on oikeus osallisuuden kokemiseen. Osallisuus tukee yksilön hyvinvointia ja se voi heijastua myös yhteiskuntaan sosiaalisena yhteytenä ja luottamuksen kokemuksena. Osallisuus voidaan määritellä yksilölliseksi tunteeksi tai kokemukseksi ja se näkyy henkilön toimintakyvyn sekä toimintamahdollisuuksien hahmottamisena. Osallisuus voidaan nähdä syrjäytymisen vastaparina. Se ei ole yksilön ominaisuus tai pysyvä tila, vaan sen aste muuttuu elämäntilanteiden mukaan. Yksilö voi olla jossain elämänvaiheessaan osallisempi kuin toisessa. (Rai-vio & Karjalainen 2013, s.12-15.) Osallistuminen ja voimaantuminen ovat osatekijöitä osallisuuden kokemuksessa. Lapsiperheen vanhempien osallisuuteen kuuluu vanhemman ymmärrys sekä tietoisuus perheen elämäntilanteesta sekä kyky jäsentää sitä. Lisäksi osallisuuteen kuuluu kyky hankkia ja käyttää voimavaroja perheen hyvinvoinnin edistämiseksi. Vanhemman kyky hankkia erilaista tietoa sekä omaksua uusia hyvinvointia tukevia toimintatapoja on myös osallisuutta. Vanhempi on osallisena yhteiskuntaan myös lapsensa puolestapuhujana. Osallisuuteen kuuluu vanhemman tietoisuus asiantuntijuudesta lapsensa asioista, osallistuminen lapsen elämään kuuluviin päätöksentekoihin sekä kantaa vastuuta ja ratkoa ongelmia lapsen eri elämänvaiheisiin liittyen. (Vuorenmaa 2016, s.22-24.) Osallisuuden kokemus voi tukea vanhempaa haastavassa tilanteessa, jossa vanhemman on mahdollista suunnata voimavaransa selviytymiseen (Wakimizu ym., 2016).

Tutkimuksessa vanhempien osallisuudesta (Vuorenmaa, 2016) on todettu, että vanhempien osallisuus perheen sisällä ja lapsen palveluissa on vahvaa, mutta palveluiden kehittämisessä äitien ja isien osallisuus on toteutunut keskimääräisesti. Äitien kokemus osallisuudesta oli hieman vahvempi kuin isien. Vanhempien osallisuuden kokemuksesta heikentää, jos perheessä on erityistarpeisten lasten lisäksi muita lapsia (Wakimizu ym.2016). Nuorten alle 30-vuotiaiden äitien kokemus osallisuudesta lapsen palveluihin sekä palveluiden kehittämiseen oli heikompaa kuin tätä vanhempien äitien. Lisäksi osallisuuden kokemuksesta lisäsi, jos äiti oli työelämässä. (Vuorenmaa, 2016.)

Lastenkasvatuskäytäntöjen ammattimaistuminen voi osaltaan vaikuttaa vanhempien osallisuuden kokemukseen. Erityisesti heikommassa asemassa olevat vanhemmat voivat kokea asian ylhäältä alaspäin suuntautuvana toimintana, johon heidän vaikutusmahdollisuutensa ovat vähäiset. (Gillies, 2005.) Tiedonsaannilla on tärkeä merkitys osallisuuden kokemukseen. Vanhemmat arvioivat osallisuuden perheensä palveluiden kehittämiseen sitä vahvemmaksi, mitä paremmaksi he kokivat tiedonsaantinsa eri palveluista. (Vuorenmaa, 2016.)

Tieto olemassa olevista palveluista voi parantaa vanhemman kokemusta kyvyistään pärjätä arjessa. Avun hakemisen edellytyksenä voidaan pitää tietoa palveluista, joten se on oleellinen osa varhaisen tuen saamista. (Halme ym., 2014.) Tuoreet vanhemmat eivät myös välttämättä tiedä, mihin kaikkeen heidän tulee valmistautua ja mistä asioista heidän tulisi ottaa selvää, ennen kuin tilanteista vauvan kanssa tulee todellisuutta. Tämä aiheuttaa sen, että varhaista tukea voi olla hankala osata etsiä itselleen. (Pålsson ym., 2018.) Suurempien ongelmien ehkäisyn kannalta oleellista on panostaa lapsiperheiden palveluissa varhaisen huolen tunnistamiseen sekä avun saamiseen. Monet lapsiperheet käyttävät samanaikaisesti eri toimijoiden palveluita. Palvelujärjestelmä saatetaan kokea hajanaisiksi ja avun saaminen haastavaksi, jos palvelut ovat hajautettuna monelle eri palveluntarjoajalle. (Halme ym., 2014.) Myös ammattilaisilla, jotka työskentelevät lapsiperheiden palveluissa, voi olla vajalliset tiedot palvelujärjestelmästä, joka heikentää mahdollisuuksia ohjata perheitä joustavasti tarvitsemiensa palveluiden pariin (Joensuu ym., 2013).

Asiakkaan rooli palveluissa ja niiden kehittämisessä on muuttunut nopeasti. Asiakkaan asema muuttuu etenevissä määrin palveluiden kohteena olemisen sijaan oman elämän aktiiviseksi toimijaksi, jonka kokemustietoa on mahdollista hyödyntää palveluiden kehittämisessä. Asiakkaan osallisuuden takaamiseksi on ajateltu riittävän asiakastyytyväisyyskyselyt tai yksittäisten kokemusasiantuntijoiden käyttäminen palveluja suunniteltaessa. Asiakaslähtöiseen kehittämiseen tähdätessä on kuitenkin muokattava järjestelmää niin, että asiakkaalla on mahdollista olla tasavertainen palvelujärjestelmän muiden toimijoiden kanssa palvelun kehittämis- ja vaikuttamistyössä. Uusien palveluiden suunnitteluun ja muotoiluun sekä arviointiin tarvitaan asiakkaan osaamista. Palveluiden tuottamisessa painottuu yhteistoiminnallinen kehittäminen sekä tekeminen palveluammattilaisten rinnalla. Tämä mahdollistaa myös asiakkaan roolin laajenemisen osallisen ja osaavan kansalaisen kuvaan. Asiakkaan kokemustiedon sekä työntekijän ammatillisen ja tieteellisen ajattelun yhdistäminen tuottaa konkreettisesti uudenlaisia palvelukäytäntöjä. (Niskala ym., 2017.)

Yhteiskehittämisen eli kokemusasiantuntijuuden ja ammatillisen tietämyksen yhdistämisen avulla voidaan uudistaa palveluissa vallitsevia ajattelutapoja, käytäntöjä sekä ammatillisuutta. Yhteiskehittäminen mahdollistaa käytännön kannalta uusien ajattelutapojen muodostumisen, sillä asiakkaiden kanssa palvelua kehitettäessä ammattilaiset voivat oivaltaa työn merkityksen uudella tavalla. Asiakkaiden avulla on mahdollista esimerkiksi avata näkökulmia asiakaslähtöisyyden esteiden purkamiseen. Prosessi mahdollistaa asiakkaan henkilökohtaisen vahvistumisen ja kuntoutumisen, kun rooli tuen vastaanottajasta kehittyy aktiiviseksi toimijaksi ja palvelun kehittäjäksi. (Hietala & Rissanen, 2017.)

### 2.3 Vanhemmuuden tukeminen etäpalveluissa

Vanhemmat ovat perinteisesti luottaneet enemmän kasvokkain annettuun tukeen, mutta Covid-19-pandemia on globaalisti estänyt monissa tilanteissa asiakkaiden pääsyn sellaisiin palveluihin (Aston ym., 2021). Pandemia on haastanut kehittämään nopealla aikataululla erilaisia palveluita verkossa toteutettaviksi. Uudessa tilanteessa on otettu käyttöön erilaisia digitaalisia kanavia asiakkaiden

tavoittamiseksi. Perhevalmennus etäyhteyksin on koettu toimivaksi monessa kunnassa. Etäyhteyksin järjestetty perhevalmennus on antanut uusia mahdollisuuksia osallistua myös niille perheille, jotka pitkien etäisyyksien, hankalien liikenneyhteyksien tai aikataulujen vuoksi olisivat estyneet osallistumasta fyysiseen perhevalmennukseen. (Rönkä & Kekkonen 2020, s.2.)

Covid-19-pandemia on toisaalta luonut hyvin haastavan tilanteen haavoittuvassa asemassa oleville vauvaperheille. Perheitä on kehoitettu eristäytymään ja heille suunnattuja palveluita on työstetty tai muutettu etäyhteyksin toimiviksi. On kuitenkin tiedossa, että synnyttäneillä äideillä on kohonnut riski sairastua mielenterveydellisiin sairauksiin. Mahdollisten riskitekijöiden ja vuorovaikutushaasteiden varhainen havainnointi ja tukeminen voi olla haastavaa verkkovälitteisesti. (Aston ym., 2021.) Lisäksi vertaiskohtaamisten puute lisää myöhempien haasteiden riskiä sekä yksinäisyyden tunteita. (Aston ym., 2021; Klemetti ym., 2021).

Sosiaalityössä on perinteisesti koettu tärkeäksi kasvokkain kohtaamista. Pandemia sekä sote-alan muutokset ovat luoneet tarpeen kehittää myös sosiaalialan palveluja digitaalisiksi. Digitaalisten palveluiden lisääminen vaatii työntekijöiden osaamisen päivittämisen. Sote-kentän työntekijöiden tulee omaksua teknisen osaamisen lisäksi digitaalisen vuorovaikutuksen erityispiirteet sekä luottamuksellisen asiakassuhteen muodostamisen virtuaalisesti. (Granholm, 2016.) Verkkovälitteinen vuorovaikutus perustuu kasvokkain opitun vuorovaikutuksen säännöille. Kasvokkain tapahtuva vuorovaikutus vaikuttaa ihmisten tapaan olla vuorovaikutuksessa verkossa. Hyvät vuorovaikutustaidot näkyvät usein myös verkkokeskusteluissa, jos henkilö osaa kommunikoida hyvin kasvokkain. (Boyons & Loprieno, 2014, s.38-43)

Nettineuvolaa koskevassa tutkimuksessa (Kouri, 2006) todettiin, että verkossa voi muodostaa virtuaalisen yhteisön, jossa samankaltaisessa elämäntilanteessa olevat perheet jakoivat vertaistukea keskenään. Äitiyshuollon asiantuntijoiden mukaan nettineuvola mahdollisti syvemmän kuvan saamisen perheiden arkielämästä. Nettineuvolaa kokeillut ryhmä pysyi vuoden kokeilujakson ajan samana, joka vaikutti vertaistuen kokemuksen syntymiseen. (Kouri, 2006.) Verkkovälitteisten vanhemmuuden interventioiden on myös todettu toimivan

mielenterveyshäiriöistä kärsiville äideille. Toimintamallina verkkovälitteisyys on asiakkaita kiinnostava ja siitä voi olla apua vanhemmuuden taitojen tukemisessa sekä stressin lieventämisessä. (Kaplan ym., 2014)

Verkkovälitteiset foorumit ovat olleet pandemian aikana merkittäviä vertaistuen lähteitä erityisesti niille vanhemmille, joilla ei ole vahvoja sosiaalisia verkostoja muuten elämässään. Verkkofoorumit toimivatkin hyvin muiden tukimuotojen lisäresurssina. Verkkofoorumit tarjoavat tärkeitä tiedonlähteitä, emotionaalista tukea, empatiaa sekä varmuutta vanhemmuuteen. Tiiviiseen vuorovaikutukseen perustuva verkkofoorumi voi parhaimmillaan muodostaa samanlaisiin kokemuksiin perustuvan yhteisön, jossa keskustelijoiden välinen empatia tehostaa tiedonvaihtoa. (Aston ym., 2021.) Internet-pohjainen vertaistuki on ainutlaatuinen vanhemmuuden tuen muoto, joka ei korvaa, vaan täydentää kasvokkain ammattilaisten tarjoamaa tukea. Vanhemmat käyttävät verkkovälitteistä vertaistukea hieman erilaisista näkökulmista. Äidit ovat aktiivisempia hakemaan vertaistukea verkkovälitteisesti ja kaipaavat siltä henkistä tukea sekä tietoa. Iseille verkkovälitteinen vertaistuki tarjoaa tukea isyyteen siirtymisessä, tietoa sekä humoristista viestintää. (Niela-Vilen ym., 2014.)

### 3 VAUVAPERHETOIMINNAN AIHEALUEET

#### 3.1 Varhainen vuorovaikutus ja kiintymyssuhde

Varhainen vuorovaikutus vauvan ja vanhempien välillä alkaa jo odotusaikana. Vanhemmat muodostavat mielikuvia tulevasta lapsesta ja kiintymyssuhde vauvaan alkaa muodostua sillä hetkellä, kun vanhempi saa tiedon raskaudesta. Ras-kausaikana muodostuvat mielikuvat ovat tärkeitä, sillä ne kannattelevat pitkään vanhemman ja vauvan välistä suhdetta. Äitiysneuvolan tärkeä tehtävä on tukea vanhempia muodostamaan positiivisia mielikuvia niin itsestä vanhempana kuin syntyvästä vauvasta. (Puura ym., 2018.)

Varhaisella vuorovaikutuksella on merkittävä vaikutus lapsen fysiologiseen sekä psykologiseen kehitykseen. Lapsen ensimmäisien elinvuosien aikana aivojen kehitys on nopeinta, jolloin lapsi oppii paljon lähimpien hoivaajien vuorovaikutuksesta. (Mäntymaa, 2006) Vauva oppii jaetussa kokemuksessa hoivaajan kanssa tunnekommunikaation perustaidot. Vauvalle kehittyy asteittain ymmärrys hoivaajan ajatuksista ja päämääristä suhteessa omaan olemiseensa. (Bardy, 2013, s.109-110.) Vauvan ja vanhemman välinen suhde tarjoaa lapselle ensimmäiset sosiaaliset kokemukset, jonka mukaan vauvan muodostaa malleja siitä, mitä he voivat odottaa muilta ihmisiltä (Swain ym., 2007).

Vauva kiintyy aina lähimpään aikuiseen oman turvallisuudentarpeensa vuoksi. Näin tapahtuu, vaikka läheinen aikuinen laiminlöisi vauvan tarpeita tai olisi etäinen. Vauvan kiintymyskäyttäytymisen varhaisin muoto on itku. Sen tarkoituksena on saada hoivaaja lähestymään lasta ja pyrkimään poistaa itkun aihe. Myöhemmin vauva oppii hymyilemään ja jokeltamaan ja niiden tarkoituksena on saada hoivaaja vastaamaan vauvan ilmeisiin ja ääntelyyn. Vauva oppii varhaisimpia syy-seuraussuhteita, joiden pohjalta vauva voi olettaa hoivaajan reagoivan aina samalla tavalla vauvan toimintaan. Mikäli hoivaaja ei pysty vastaamaan vauvan

tarpeisiin oikea-aikaisesti ja sensitiivisesti, vauva ei opi näitä varhaisia syy-seurausketjuja. Syitä kiintymyssuhteen vaikeuksille voi olla esimerkiksi vanhemman masennus tai muu vakava mielenterveyden häiriö tai päihteiden käyttö. (Sinkkonen, 2018.) Varhaisen vuorovaikutuksen haasteet voivat näkyä vauvan käyttäytymisessä jo hyvin aikaisessa vaiheessa. Tutkimuksessa viiden kuukauden ikäisten vauvojen kykyä käsitellä ja tunnistaa tunteita kasvojen ilmeistä, näkyi eroja niiden vauvojen välillä, joiden varhainen vuorovaikutus oli laadultaan korkeaa suhteessa niihin vauvoihin, joiden vuorovaikutuksessa vanhemman kanssa oli ollut haasteita. (Boomen ym., 2021.)

Turvallinen kiintymyssuhde tukee lapsen kehitystä fysiologisen ja emotionaalisen säätelyn alueilla, lapsen sosiaalisia taitoja, ongelmanratkaisutaitoja sekä muuta älyllistä kehitystä, kielellisiä taitoja sekä itseluottamusta ja omanarvontunnetta. Turvallinen kiintymyssuhde vaikuttaa monella kehityksen alueella selvästi ennen kouluikää, mutta sen vaikutukset näkyvät myös myöhemmin lapsuudessa, nuoruudessa sekä aikuisuudessa. (Hughes, 2011, s.19-21.)

### 3.2 Vanhemmuuden tukeminen

Vanhemmuus on jatkuvaa lapsen tutustumista, ensihetkistä lähtien jatkuen läpi elämän. Vanhemmat muodostavat mielikuvia lapsestaan ja siitä, millaisia tarpeita hänellä on. Lapsella on myös oma sisäinen maailmansa, joka kuvastaa hänen mielikuviaan itsestään ja omia tarpeitaan. Vanhemman tulisi erottaa omat mielikuvansa lapsen mielikuvista ja näin tunnistamaan paremmin lapsen tarpeet. Jos vanhempi tulkitsee vuorovaikutustilanteet omien mielikuviansa ja tarpeidensa kautta, saattaa tulkita väärin, sen mitä lapsi todellisuudessa tarvitsee. Sensitiivisyys vanhemmuudessa auttaa aikuista tunnistamaan lapsen tunnetilat sekä vastaamaan lapsen turvallisuuden tarpeeseen. (Tapio ym., 2010, s.126-131.)

Nykypäivän vanhemmat ovat usein tiedostavia ja kiinnostuneita lapsensa kehityksestä ja elämästä. Vanhemmat hakevat tietoa ja vertaistukea muun muassa internetissä. Lisääntynyt tietoisuus lapsen kehityksestä ja siihen vaikuttavista asioista lisää myös paineita. Hyvän vanhemmuuden tavoitteet voivat olla melko

korkealle virittäytyneitä, jolloin vanhemmuuteen väistämättömänä kuuluvat epävarmuuden ja keskeneräisyyden tunteet jätetään herkemmin sivuun. Lapsiperheen arki saattaa usein olla erinäisten paineiden ja pakotteiden sovittamista yhteen. Lasten tärkein kehityksen vaihe ajoittuu usein vanhempien ruuhkavuosiin. Vanhempien paineet perheen, kodin ja työn yhdistämisessä vaikuttavat yhä useampien jaksamiseen ja julkiseen keskusteluun on noussut puheenaiheeksi vanhempien uupumus. (Bardy, 2013, s.212-213.)

Perheen ulkopuolinen tuki on tärkeä voimavara erityisesti varhaislapsuuden aikana. Tukiverkostot voivat lieventää vanhemman kokemaa stressiä, jolla voi olla vaikutusta vanhemman kykyyn vastata vauvan tarpeisiin. Lisäksi jatkuvalla stressi on yhteydessä masennuksen riskitekijöihin. Vauvaperheiden kanssa toimivien tahojen tulee tiedostaa vanhemmuuden tuen vaikutus ennaltaehkäisevänä toimenä, jotta he voivat tarjota riittävää tukea varhaisvanhemmuudessa. (Kerstis ym., 2016.)

### 3.3 Vauvan vuorokausirytm

Vastasyntynyt vauva nukkuu suurimman osan vuorokaudesta, mutta uni on katkonaista eikä vauvoilla ole luonnostaan vuorokausirytmia (Bruni ym., 2014). Katkonaiset yöunet ja siitä aiheutuva väsymys ovat usein yksi raskaimmista asioista vauvojen vanhemmille. Unenpuute aiheuttaa herkemmin riitoja vanhempien välille, alentaa mielialaa sekä vastustuskykyä ja voi altistaa masennukselle. (Keski-Rahkonen & Nalbantoglu, 2012, s.9-15.)

Vauvan vuorokausirytm kehittyy kolmesta kuuden kuukauden ikään mennessä. Silloin yhtenäisimmät useamman tunnin unet tulevat yleensä öisin. Vaikka vuorokausirytm alkaa muodostua, niin monilla vauvoilla yöheräilyt jatkuvat edelleen. Vauvan unisykli on noin 50 minuuttia, kun aikuisella se on 1,5-2 tuntia. Unisyklin lopuksi vauva havahtuu hetkeksi unestaan. Osa vauvoista oppii nopeasti tyyntyttämään itsensä takaisin uneen, osa taas itkee havahtuessaan. (Keski-Rahkonen & Nalbantoglu, 2012, s.16-23.) Kyky unen jatkamiseen on osittain opittu taito. Vanhemmat voivat riippuen omasta toiminnastaan lisätä vauvan heräilyä tai



vahvistaa vauvan taitoa jatkaa unta. Vanhempien intensiivinen osallistuminen vauvan unen saamiseen vaikuttaa vauvan itsensä rauhoittumistaitojen kehittymiseen (Bruni ym., 2014.) Vauvan vuorokausirytmien muutoksiin voivat hetkellisesti vaikuttaa myös erilaiset kehitysvaiheet. (Keski-Rahkonen & Nalbantoglu, 2012, s.16-23.) 6-9 kuukauden iässä vauva on jo suurimman osan päivästä hereillä ja päiväunet vakiintuvat. Suurin osa lapsista nukkuu enimmäkseen yöllä 12 kuukauden ikään mennessä. (Bruni ym., 2014.)

Pienten lasten unihaasteet ovat hyvin yleisiä ja ne vaikuttavat koko perheen hyvinvointiin. Uniongelmat usein helpottavat toiseen ikävuoteen mennessä. Pienen lapsen unessa tapahtuu suuria muutoksia kahden ensimmäisen elinvuoden aikana. Lapsen nukahtamisviive lyhentyä 20 minuuttiin puolen vuoden ikään mennessä ja keskimääräiset heräämiset yöllä vähenevät toisen ikävuoden aikana yhteen kertaan. (Paavonen ym., 2019.)

Ihmisen unentarve vaihtelee yksilöllisten erojen sekä tiettyjen sosiaalisten ja kulttuurillisten käytäntöjen ja normien mukaan. Tämän vuoksi kansainvälisissä tutkimuksissa vauvan unesta voi näkyä erilaisia tulkintoja siitä normaalin unen käsitteestä. (Barry, 2020.) Esimerkiksi Aasian maista kotoisin olevien lasten nukahtamisaika oli hitaampi ja kokonaisunenmäärä lyhyempi kuin Euroopan maista kotoisin olevien lasten. Erilaisten unikäsitysten vuoksi vanhemmat määrittelevät uniongelmat ja käsittelevät niitä ensisijaisesti kulttuurillisten normien mukaisesti. (Bruni ym., 2014.)

## 4 VAUVAPERHEIDEN PALVELUT HELSINGISSÄ

### 4.1 Vauvaperheiden tukipalvelut

Helsingissä vauvaperheiden terveyden ja hyvinvoinnin tukemiseen ovat keskittyneet neuvolat. Lastenneuvoloiden tarkoituksena on tukea vanhempia vanhemmuudessa sekä turvata lapsen terveys. (Perheen tuki, 2020.) Helsingin leikkipuistot järjestävät monipuolista toimintaa pienten lasten perheille. Usein ohjattu toiminta järjestetään arkena aamupäivisin. Kaikki toiminta on perheille maksutonta sekä avointa riippumatta siitä missä perhe asuu. Toiminnan tarkoituksena on tarjota lapsille ja vanhemmille yhteistä tekemistä sekä mahdollistaa tutustuminen muihin samassa elämäntilanteessa oleviin. Vauvaperheille suunnattua toimintaa Helsingin leikkipuistossa ovat erilaiset musiikkihetket ulko- ja sisätiloissa, vauvahieronnat sekä värileikit. Leikkipuistoissa järjestetään vauvaperheaamuja sekä perhekerhoja, joissa perheet voivat kohdata. Lisäksi toimintaa järjestetään tietyille ryhmille, kuten isä-lapsi-toimintaa sekä suomen kielen tukemiseen keskittyviä ryhmiä. (Perheen tuki, 2021.)

Avointen palveluiden lisäksi Helsinki tarjoaa palveluita haastaviin tilanteisiin vauvaperheille. Terapeuttinen vauvaperhetyö tarjoaa apuaan silloin, kun vauvan odotukseen, syntymään tai sen jälkeiseen aikaan liittyvät haasteet vaikuttavat vanhemman ja vauvan vuorovaikutukseen sekä vanhemmuuteen. Usein terapeuttista vauvatyötä tarjotaan silloin, kun neuvolan ja perustason palveluiden tuki ei enää riitä. Lapsiperheiden kotipalvelu on tarkoitettu perheille, joilla on haastavan elämäntilanteen vuoksi voimavarat vähentyneet. Kotipalvelu tukee lasten hoitoon ja kasvatukseen liittyvissä asioissa perheen kodissa sekä auttaa muissa kodin toiminnoissa. Lapsiperheiden sosiaaliohjaus antaa matalan kynnyksen maksutonta tukea pikkulapsiperheille, joissa tarvitaan neuvontaa tai apua vanhemmuuteen liittyvissä kysymyksissä. (Perheen tuki, 2020.)

## 4.2 Leikkipuistotoiminta Helsingissä

Leikkipuistot tarjoavat avointa varhaiskasvatusta. Varhaiskasvatustalaki (2018) määrittelee, että varhaiskasvatuksella tarkoitetaan lapsen suunnitelmallista ja tavoitteellista kasvatusta, opetuksen ja hoidon muodostamaa kokonaisuutta, jossa painottuu erityisesti pedagogiikka. Laki määrittää, että yksi varhaiskasvatuksen toimintamuoto on avoin varhaiskasvatustoiminta, jota järjestetään toimintaan soveltuvassa paikassa. Kunta voi järjestää avointa varhaiskasvatustoimintaa alueella esiintyvän tarpeen mukaan. (L 540/2018.)

Leikkipuistot ovat avoimia paikkoja kaikille helsinkiläisille lapsiperheille ja koulu-  
laisille. Ne tarjoavat turvallisen paikan viettää aikaa sekä mielekästä tekemistä lapsille. Leikkipuistoissa järjestetään ohjattua ulko- ja sisätoimintaa arkipäivisin. Ohjattua toimintaa järjestävät leikkipuiston työntekijät, leikkipuisto-ohjaajat sekä sosiaaliohjaajat. Ulkotilat ovat lasten ja perheiden vapaassa käytössä myös iltai-  
sin ja viikonloppuisin. Leikkipuistoissa on mahdollisuus osallistua toimintaan sekä kohdata muita samassa elämäntilanteessa olevia perheitä. (Helsingin kaupunki, 2021.)

Helsingin kaupungin leikkipuistojen juuret ovat 1800-luvun lopulla, jolloin Helsinki kasvoi nopeasti ja sen myötä lapsille kaivattiin paikkoja, joissa viettää aikaa. 1900-luvun alussa joukko voimistelunopettajia esitti vaatimuksen leikkikenttien lisäämisestä sekä ohjatusta leikkitoiminnasta. Ohjattu toiminta leikkikentillä vakiin-  
tui Helsingissä 1920-30-luvulla. 40-luvulla leikkikentillä aloitettiin ruoan jakelu pöytä-ajan näännyttämien lasten vahvistamiseksi. 50-luvulla leikkikenttien toiminta kunnallistettiin ja niille nimettiin oma tarkastaja. Tämä johti leikkikenttien nopeaan kehitykseen ja uusia kenttiä perustettiin useita. 80-luvulla alettiin puhua leikki-  
puistoista toiminnan muuttuessa laajemmaksi. Koululaisille järjestettiin ilta-  
toimintaa ja asiakkaina ruvettiin näkemään lasten lisäksi myös perheet. Nykyisin Helsingissä toimii 70 ympärivuotista leikkipuistoa, jotka tarjoavat monipuolista toi-  
mintaa ja palveluja alueen erilaisille sekä eri-ikäisille asukkaille. (Jäppinen, 2011, s.97-107.)

### 4.3 Leikkipuistojen vauvaperhetoiminta

#### 4.3.1 Vauvaperhetoiminnan lähtökohdat

Helsingissä perhevalmennusta on kehitetty vuosina 2005-2008 Lapaset-perheverkostohankkeessa. Hanke toteutettiin yhteistyössä sosiaaliviraston ja terveyskeskuksen kesken ja se oli Stakesin koordinoima ja Sosiaali- ja terveysministeriön rahoittama. Monitoimijaisen perhevalmennuksen pilotti toteutettiin vuonna 2007 Malmin, Pukinmäen ja Pihlajanmäen alueen terveysasemilla ja leikkipuistoissa. Vuonna 2009 perhevalmennusmalli laajeni koko Helsingin alueelle. Tällöin perhevalmennuksen toimijoina olivat neuvoloiden terveydenhoitajat, leikkipuisto-ohjaajat ja sosiaaliohjaajat sekä muut alueiden lapsiperhetoimijat. Perhevalmennuksen tavoitteena oli, että Helsingin Kaupungin lapsiperheiden eri toimijat työskentelevät perheiden kanssa niin, että se vahvistaa perheiden voimavaroja ja vahvuuksia. Tarkoituksena oli luoda peruspalveluiden yhteyteen palvelu, joka tukee vanhempien vertaistoimintaa sekä luo vertaisryhmiä. Erityisenä pyrkimyksenä oli lisäksi edistää isien osallisuutta, vahvistaa isyyttä ja jaettua vanhemmuutta. (Klen ym., 2009.)

Perhevalmennus korvasi aiemmin Helsingissä ensimmäistä lasta odottaville tarjotun synnytysvalmennuksen. Perhevalmennus muokkautui kahdeksan kerran kokonaisuudeksi, jossa neljä ensimmäistä kertaa perheet kävivät ennen vauvan syntymää neuvolassa ja synnytysairaalassa. Neljä viimeistä kertaa perheet kävivät vauvan syntymän jälkeen oman asuinalueen leikkipuistossa. Neuvolassa perhevalmennusta ohjasivat terveydenhoitajat. Ensimmäisen kerran vauvan syntymän jälkeen valmennusta ohjasivat perheille tuttu terveydenhoitaja sekä leikkipuiston työntekijä ja lapsiperheiden sosiaaliohjaaja. Kolme viimeistä kertaa valmennuksesta vastasi leikkipuiston työntekijä sekä sosiaaliohjaaja. Lisäksi valmennuksessa vieraili myös muita alueen lapsiperheiden palveluiden toimijoita. (Klen ym., 2009.)

Ennen vauvan syntymää valmennuksen aiheet koskivat raskausajan muutoksia, mielikuvavauvaa, parisuhdetta, synnytystä sekä vauvan hoitoa. Leikkipuistossa järjestetyt valmennuskerrat koskivat taas vauvaperheen arkea, synnytys- ja imeytyskokemuksia, varhaista vuorovaikutusta, vauvan unta, parisuhdetta ja arjessa jaksamista. Teemoja muokattiin myös perheiden toiveiden mukaisesti. Perheet kutsuttiin neuvolan tietojen perusteella lapsen lasketun ajan mukaan perhevalmennukseen ja se pysyi kiinteänä ryhmänä koko valmennuksen ajan. (Klen ym., 2009.)

Perhevalmennus jatkui neuvolan ja leikkipuistojen yhteispalveluna vuoteen 2013. Vuonna 2014 kaupungin organisaatiomuutosten ja sen aiheuttamien resurssien uudelleen tarkastelun vuoksi monitoimijaista perhevalmennusta muokattiin niin, että neuvolan terveydenhoitaja ei enää osallistunut leikkipuistoissa järjestettävän perhevalmennuksen ensimmäiselle kerralle eikä valmennukseen pystynyt enää osallistumaan muut alueen lapsiperheiden toimijat. Vauvan syntymän jälkeiset valmennuskerrat muokattiin kokonaan leikkipuiston järjestämäksi toiminnaksi ja samalla niiden nimi vaihdettiin vauvaperhetoiminnaksi. Nykyiseen valmennuskonaisuuteen perheet ilmoittautuvat itse. (Minna Karhu, sosiaaliohjaaja, henkilökohtainen tiedonanto 8.10.2021; Nina Vuori, johtava leikkipuisto-ohjaaja, henkilökohtainen tiedonanto 25.10.2021.)

#### 4.3.2 Vauvaperhetoiminnan nykytila

Vauvaperhetoiminnan tarkoituksena on edelleen luoda kohtaamisia samassa elämäntilanteessa oleville perheille ja jakaa vertaistukea. Keskustelu on perheyön asiantuntijoiden ohjaamaa ja suunnitelmallista toimintaa. Vauvaperhetoiminnan tavoitteena on tukea perheiden hyvinvointia sekä ehkäistä yksinäisyyttä. (Outi Halme, johtava leikkipuisto-ohjaaja & Tiina Mesiniemi, johtava leikkipuisto-ohjaaja, henkilökohtainen tiedonanto 4.12.2020.)

Leikkipuistojen vauvaperhetoiminta on tarkoitettu helsinkiläisille ensimmäisen lapsensa saaneille vanhemmille. Toiminta on jatkumoa neuvolan perhevalmennukselle, jossa perheet käyvät odotusaikana. Vauvaperhetoiminnan aiheita on

kolme ja ne ovat samansisältöisiä kaikissa leikkipuistoissa. Toiminnan aihealueet on avattu tarkemmin luvussa 3. Toimintaa ohjaavat leikkipuisto-ohjaajat, jotka ovat koulutettu vauvaperhetoiminnan ohjaamiseen. Toiminnalle on selkeä runko, jonka mukaan sen kolme eri toimintakertaa järjestetään. Toimintaa järjestetään sekä suomen että ruotsin kielellä. Toiminta on vapaaehtoista sekä maksutonta perheille. Alkuvuodesta 2021 vauvaperhetoimintaa alettiin järjestämään etäyhteyksin. Etävauvaperhetoiminnan aiheet ovat samat kuin leikkipuistoissa järjestävissä tapaamisissa. (Outi Halme, johtava leikkipuisto-ohjaaja & Tiina Mesi-niemi, johtava leikkipuisto-ohjaaja, henkilökohtainen tiedonanto 4.12.2020.)

Vauvaperhetoiminnan ensimmäisenä aiheena keskustellaan varhaisesta vuoro-vaikutuksesta ja sen merkityksestä vauvan kehitykselle. Toinen aihe käsittelee vanhemmuuden voimavaroja. Samalla kerralla keskustellaan perheiden kanssa myös perheen liikuntatottumusten periytymisestä lapselle. Kolmannessa aiheessa käsitellään vauvan vuorokausirytmiiä. Perheet saavat itse valita, käyvätkö kaikissa tapaamisissa vai vain jossain tietyissä. Toimintaa järjestetään leikkipuistoissa ympäri Helsingin ja niihin voi osallistua missä vain toimipisteissä. Perheet ilmoittautuvat etukäteen jokaiselle toiminnan kerralle erikseen ottamalla yhteyttä kyseiseen leikkipuistoon. (Outi Halme, johtava leikkipuisto-ohjaaja & Tiina Mesi-niemi, johtava leikkipuisto-ohjaaja, henkilökohtainen tiedonanto 4.12.2020.)

## 5 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää Helsingin kaupungin vauvaperhetoiminnan nykytilaa sekä kehittämishaasteita. Tutkimuksessa selvitetään asiakasperheiden ja toimintaa järjestävien työntekijöiden kokemuksia vauvaperhetoiminnasta ja sen tavoitettavuudesta. Tutkimuksen tavoitteena on luoda asiakaskokemuksiin pohjaavia ehdotuksia Helsingin kaupungin vauvaperhetoiminnalle, joita on mahdollista hyödyntää toiminnan kehittämisessä.

Tutkimuskysymykset:

1. Miten vauvaperhetoiminta tuki asiakasperheiden tarpeita heidän kokemuksensa mukaan?
2. Miten vauvaperhetoimintaa ja sen tavoitettavuutta olisi mahdollista kehittää?

## 6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

### 6.1 Aineistonkeruumenetelmät

Kun ihmiseltä halutaan tietää mitä hän ajattelee tai toimii kuten toimii, on asian kysyminen silloin järkevää. (Tuomi & Sarajärvi, 2017.) Keräsin tutkimuksen aineiston haastattelemalla asiakasperheitä ja toimintaa ohjaavia työntekijöitä heidän kokemuksistaan vauvaperhetoiminnasta ja siitä, kuinka toiminta vastaa asiakkaiden tarpeita. Toteutin asiakkaiden ryhmähaastattelut puolistrukturoituina teemahaastatteluina. Haastatteluteemat olen luonut tutkimuksen teorian sekä tutkimuskysymysten pohjalta. Teemahaastattelussa tutkija päättää etukäteen tutkimuksen kannalta keskeiset teemat ja muotoilee niistä kysymyksiä haastateltaville. Teemahaastattelu antaa tilaa haastateltavan puheelle. (Hyvärinen ym., i.a). Tässä tutkimuksessa haastatteluteemat ovat vauvaperhetoiminnan tavoitettavuus sekä vauvaperhetoiminnan sisältö.

Haastattelun etu tutkimusmenetelmänä on sen joustavuus. Haastattelussa tutkija voi toistaa kysymyksen, oikaista väärinymmärryksiä, selventää sekä käydä keskustelua haastateltavan kanssa. Samanlaista mahdollisuutta ei ole esimerkiksi haastateltavien itse täytettävissä lomakekyselyissä. (Tuomi & Sarajärvi, 2017.) Kuten yksilöhaastelussa, myös ryhmähaastattelussa tutkijan tulee säilyttää ulkopuolisen tarkkailijan asema. Tutkija toimii lisäksi ryhmähaastattelun mahdollistajana sekä moderaattorina. Koko haastattelun ajan tutkija havainnoi haastateltavien vuorovaikutusta ja pyrkii mahdollistamaan kaikkien osallistujien mahdollisuudet tuoda omat näkökulmat esille. Ryhmähaastattelussa tutkijan tulee ottaa huomioon, että osa ihmisistä ei tuo esille ryhmähaastattelussa samoja asioita, joita he kertoisivat haastattelijalle yksityisesti. (Taylor, 2016.)

Tutkimuskysymysten pohjalta loin kuusi avointa haastattelukysymystä (Liite 2). Avointen kysymysten tarkoituksena ei ole tarjota vaihtoehtoja vastauksille, vaan



houkutella haastateltavaa vastaamaan omin sanoin. Haastattelukysymykset muodostin niin, että tutkimuksen konteksti sekä teoreettinen tausta olisivat mahdollisimman ymmärrettävässä muodossa haastateltaville. Kysymysten asettelussa otin huomioon, että niihin olisi mahdollista vastata annetussa ympäristössä, kuitenkin niin, että ne antaisivat lisäksi mahdollisimman paljon ja tarkkaa tietoa tutkittavasta ilmiöstä. (Puusa, 2020a) Kysymysten muokkaamisen jälkeen suoritin koehaastattelun, jonka tarkoituksena oli paikantaa haastattelun mahdolliset kehittämistarpeet sekä testata sen toimivuutta käytännössä. Koehaastattelusta sekä opinnäytetyön ohjausryhmästä saatujen palautteiden pohjalta muokkasin kysymykset lopulliseen muotoonsa.

Toisena aineistonkeruumenetelmänä käytin tutkimuksessa sähköpostikyselyä, joka oli tarkoitettu vauvaperhetoimintaa ohjanneille leikkipuisto-ohjaajien vastattavaksi. Kyselylomakkeeseen päädyin sen tehokkuuden vuoksi, koska toimintaa järjestäviä leikkipuistoja oli yhteensä 21. Verkkovälitteinen kysely on perusteltua sen sujuvuuden sekä aineiston nopean käsittelyn vuoksi (Hirsjärvi & Hurme, 2015). Suunnittelin sähköpostikyselyn huolellisesti ja muokkasin useampaan otteeseen kysymyksiä. Tarkoituksena oli saada mahdollisimman lyhyt kysely, jotta siihen vastaamiseen olisi mahdollista leikkipuisto-ohjaajien työn ohessa. Kyselyn kohtuullinen pituus on tärkeää sekä vastaajalle että tutkijalle, sillä ylipitkä kysely voi karkottaa haastateltavan vastaamishalun (Borg, i.a). Lisäksi tein saatekirjeeksi haastattelukutsun (Liite 3). Kutsun tarkoituksena oli informoida vastaajia tutkimuksen tarkoituksesta ja tavoitteista sekä motivoida vastaajia vastaamaan kyselyyn (Borg, i.a).

Aineistonkeruuta täydentävänä menetelmänä käytin havainnointia. Havainnointia tekee jokainen tutkija, joka on suorassa yhteydessä tutkittavaan ilmiöön (Paalunmäki & Vähämäki, 2020). Osallistuin tutkijan roolissa kolmeen eri vauvaperhetoiminnan kertaan, joiden yhteydessä toteutin asiakkaiden ryhmähaastattelut. Tutkijana kuuntelin ja tein havaintoja 1,5 tuntia kestävien vauvaperhetoiminnan kertojen aikana. Tieteellinen havainnointi on systemaattista tietojen keräämistä, joka suuntautuu tieteellisen työskentelyyn. Havainnoinnin etuna on autenttisuus. Tutkija saa seurata todellista tilannetta tutkittavasta ilmiöstä reaaliaikaisesti, joka antaa enemmän näkökulmaa kuin pelkkä haastattelu. Havainnoinnin kautta tutkija

voi ymmärtää myös niitä ilmiöön liittyviä ulottuvuuksia, joita haastateltavan ei välttämättä ole mahdollista sanallistaa. Havainnointia varten tutkija tekee suunnitelman, jossa kuvataan, mihin asioihin kiinnitetään huomiota ja miten niitä havainnoidaan. (Paalumäki & Vähämäki, 2020.) Koska minulla ei ollut laajaa käsitystä tai aiempia kokemuksia etävauvaperhetoiminnan järjestämisestä, suunnitelma havainnoinnista oli melko avoin. Havainnoinnin tarkoituksena oli täydentää kuvaa vauvaperhetoiminnan nykytilasta. Erityistä huomiota havainnoinnissa kiinnitin toiminnan kulkuun sekä vuorovaikutukseen osallistujien kesken.

## 6.2 Aineiston keruu

Asiakasperheiden haastattelut toteutin ryhmämuotoisina kolmessa eri leikkipuistossa etävauvaperhetoiminnan yhteydessä varsinaisen toimintaosuuden lopuksi. Näihin kolmeen etävauvaperhetoimintaan ilmoittautuneille perheille leikkipuistohjaajat lähettivät laatimani kutsun haastatteluun (Liite 1), joka sisälsi tarpeellisen tiedon tutkimuksesta. Toiminnan alussa esittelin itseni ja kerroin tutkimuksestani, jotta kaikille osallistujille oli selvää, miksi seuraan toimintaa ja esitän heille kysymyksiä. Esitin kysymyksen kerrallaan sekä ääneen että Teams-alustan chattiin, joihin haastateltavat pystyivät vastaamaan joko ääneen tai chattiin kirjoittamalla. Reagoin aktiivisesti vastauksiin ja olin vuorovaikutuksessa haastateltavien kanssa. Kun kysymys oli käyty läpi, siirryttiin seuraavaan kysymykseen. Haastattelun lopuksi vastaajat pystyivät halutessaan vielä tarkentamaan vastauksiaan.

Haastattelin vauvaperhetoimintaa järjestävien leikkipuistojen työntekijöitä heidän kokemuksistaan vauvaperhetoiminnasta ja sen tavoitettavuudesta. Työntekijöiden haastattelut toteutin sähköpostikyselyinä. Pyrin saamaan vastaajia työntekijöiden kyselyihin usealta eri alueelta. 21 eri leikkipuistoa järjestivät vauvaperhetoimintaa keväällä 2021. Haastattelukutsut (Liite 3) sekä -kysymykset (Liite 4) lähetin näihin 21 leikkipuistoon. Lähetin viestit leikkipuistojen yhteisiin sähköpostiosoitteisiin. Vastaajilla oli näin mahdollisuus vastata halutessaan nimettömästi. Halukkaat osallistajat vastasivat kyselyyn sähköpostitse suoraan tutkimuksen tekijälle eli minulle. En ollut läsnä työntekijöiden vastatessa haastattelukysymyksiin.

Kaksi asiakkaiden ryhmähaastattelua toteutui suunnitellusti. Toisessa ryhmässä asiakkaita oli yhteensä kolme, toisessa seitsemän. Yhdelle suunnitelluista ryhmähaastatteluista osallistui ennakoilmoittautumisista poiketen vain yksi asiakas, joten hänet haastattelin yksilöhaastatteluna. Yhteensä haastattelin yhtätoista asiakasta. Molemmissa ryhmähaastatteluissa oli vastaajia, jotka halusivat vastata kysymyksiin chatin kautta, osa taas vastasi ääneen keskustelemalla. Työntekijöiden haastatteluista tuli yhteensä neljä.

Lisäksi keräsin aineistoa havainnoimalla vauvaperhetoimintaa haastattelukertojen yhteydessä, jotta sain mahdollisimman hyvän kuvan vauvaperhetoiminnan nykytilasta. Havainnot kirjasin toiminnan aikana tiedostoon. Havainnoista kertyi yhteensä kolme sivua tekstiä, asiakkaiden sekä työntekijöiden haastatteluista tekstiä kertyi kuusi sivua.

### 6.3 Aineiston analyysi

Analysoin tutkimuksen aineiston laadullisen sisällönanalyysin keinoin. Sisällönanalyysi keskittyy siihen, mistä aiheista ja teemoista aineisto kertoo. Analyysi ei kiinnitä tarkempaa huomiota kielellisiin tai muihin ilmaisun muotoihin. Tutkimuksen analyysitavaksi valitsin sisällönanalyysin, koska tavoitteena oli muodostaa selkeä sanallinen kuvaus ilmiöstä, joka oli tutkimuksen kohteena. Sisällönanalyysi sopii analysointimenetelmäksi hyvin silloin, kun tutkimuksen kohteena on tiedonanto, tässä tapauksessa haastattelu sekä kysely, joiden sisällöstä tutkija haluaa tehdä päätelmiä. (Denscombe, 2014, s.285.)

Aloitin aineiston analyysin tutustumalla aineistoon sekä muodostamalla siitä kokonaiskuvan. Muutin haastatteluaineistot tekstimuotoon litteroimalla aineiston. Laadun kannalta on sitä parempi, mitä nopeammin tutkija litteroi haastattelun (Hirsjärvi & Hurme, 2015, s.185). Keräsin aineistoni ryhmähaastattelun, sähköpostikyselyn sekä havainnoinnin keinoin. Nauhoitin ryhmähaastattelut. Tallennetun ääninauhoituksen ensimmäinen tutustumisvaihe on aineiston litterointi. Litteroinnin avulla tutkija pääsee tutustumaan ensimmäisiä kertoja aineistoon ja alkaa

tutustumaan siinä esiintyviin teemoihin. Tutkimuskysymys ja haluttu analyysin tarkkuustaso määrittävät pitkälti sen, kuinka tarkasti aineisto on litteroitava. Jos aineisto on suuri, ei ole aina tarkoituksen mukaista litteroida sitä alusta loppuun. Tutkijan on tehtävä litterointivaiheessa ensimmäiset perustellut päätökset lopullisen aineiston valikoimisesta. (Ruusuvuori ym., 2010.) Tutkimuksessani haastattelin vauvaperhetoiminnan asiakkaita. Toteutin haastattelun ryhmämuotoisena puolistrukturoituna teemahaastatteluna. Litteroin aineistosta kaikki haastateltavien vastaukset liittyen haastatteluteemoihin. Jätin litteroinnista suunnitelman mukaisesti ulkopuolelle muut keskustelut ja äänet, esimerkiksi juttelut vauvalle, yskäisyt tai etäyhteyteen liittyvät käytännön kommentit. Sähköpostihaastatteluiden vastaukset keräsin omaan tiedostoonsa, johon luokittelin vastaukset haastattelukysymysten mukaan. Havainnointimuistiinpanot kokosin samaan tiedostoon asiakkaiden haastatteluiden kanssa, jotta havainnot oli tarpeen vaatiessa mahdollista yhdistää kunkin kerran käytyihin keskusteluihin. Kun aineisto oli tutkittavassa muodossa, siirryin varsinaiseen analyysivaiheeseen (Günther ym., i.a.).

Aineistoon tutustuminen ja alustavat analyysit ovat mahdollista aloittaa jo samaan aikaan aineiston keruun kanssa. Tutkimusta tehdessä tutustuin aineistoon monessa eri vaiheessa ja usealla eri tavalla. Yksi tapa tutustua aineistoon on sen rajaaminen ja luokittelu. Luokittelussa tutkija etsii aineistosta tutkimuksen kannalta kiinnostavia teemoja. (Ruusuvuori ym., 2010.) Luokittelu on usein käytössä haastatteluaineiston analyysin apuna. Aineiston teemat ovat eri asia, kuin haastattelun teemat. Valitsin haastattelun teemat ennen aineiston keräämistä, analyysin teemat sen sijaan nousivat aineistosta. Tutkijan ennakkojäsennys ei anna luotettavia tuloksia tutkimuksesta. Aineistoa tulee lukea ja kuunnella herkästi, jotta kaikki mahdolliset jäsenysperiaatteet sekä teemat voivat nousta esiin. (Juhila, i.a.) Tutkimuksessa haastattelin sekä asiakkaita että työntekijöitä. Eri vastaajaryhmillä oli eri kysymykset, joten luokittelu lähti aluksi liikkeelle tarkastelemalla erikseen sekä asiakkaiden että työntekijöiden vastauksia. Aineiston luokittelu auttaa tutkijaa hahmottamaan aineistoa kokonaisuutena (Ruusuvuori ym., 2010). Kävin aineistoa systemaattisesti läpi useamman kerran pitäen mielessä tutkimuskysymykseni. Keräsin Excel-taulukkoon aineistosta kaikki ne kohdat, jotka vastasivat tutkimuskysymyksiini. Valitusta aineistosta muodostin yhteensä neljä

taulukkoa, asiakkaiden ja työntekijöiden vastauksista kaksi erillistä taulukkoa, joista toiseen keräsin vauvaperhetoiminnan sisältöön liittyviä vastauksia ja toiseen tavoitettavuuteen liittyviä vastauksia. Näistä vastauksista etsin yhtäläisyyksiä ja luokittelin ne sisällön perusteella omiksi ryhmikseen. Vastaajaryhmien perusteella tekemäni luokittelun jälkeen vertasin niiden sisältöä toisiinsa ja tein uusia luokitteluita yhtäläisyyksien perusteella (Taulukko 1). Havainnointiaineistosta nostin alleviivauksin sellaisia seikkoja, jotka olivat tutkimuksen kannalta mielenkiintoisia. Havainnoinnista nostetut asiat tukivat kokonaiskuvan muodostumista tutkitusta aiheesta.

Taulukko 1. Esimerkki alaluokkien muodostamisesta.

Alkuperäinen sitaatti	Alaluokka
Olisi mukava nähdä muita perheitä, ei tarvitse olla vedettyä keskustelua, mut liveinä ois kivempi.	Vertaiskohtaamisen tarve
Etäily on sopinut meille oikein hyvin, koska asumme hankalien liikenneyhteyksien päässä.	Etätoiminnan hyöty
Osallistuisin ulkotapaamisiin, jos niitä järjestettäisiin omalla alueella.	Vaihtoehtoinen toimintatapa – ulkotoiminta
Tää toimis hyvin just asiantuntijaluontona.	Etätoiminnan luonne

Taulukko 2. Esimerkki pääluokkien muodostamisesta.

Alaluokka	Yläluokka
Vertaiskohtaamisen tarve	Lähitapaaminen vertaisryhmässä
Ulkotoiminta	
Etätoiminnan hyöty	Etätoiminta
Etätoiminnan luonne	

Taulukko 3. Esimerkki yhdistävien luokkien muodostamisesta.

Yläluokka	Yhdistävä luokka
Lähitapaaminen vertaisryhmässä	Toiminnan toteutustapa
Etätoiminta	

Analysoidessa tutkijan ei tule takertua yksityiskohtiin, vaan vertailla aineiston sisällä yleisempiä johtopäätöksiä. Vertailussa tutkija kiinnittää huomiota aineiston yhtäläisyyksiin ja eroavaisuuksiin. (Vuori, i.a.) Analyysin viimeisessä vaiheessa yhdistin ryhmittelyvaiheen käsitteet yläluokiksi (Taulukko 2). Lopulta muodostin pääluokista vielä yhdistävän luokan (Taulukko 3). Tässä vaiheessa loin tutkimuksen teoreettisen yleiskäsitteistön. Laadullisen sisällönanalyysin tarkoituksena on analysoida aineistoa objektiivisesti sekä systemaattisesti. Tavoitteena oli luoda kerätystä aineistosta selkeä sanallinen kuvaus, josta on mahdollista tehdä johtopäätöksiä. (Vuori, i.a.)

Aineiston sisällönanalyysissä tutkija pyrkii kuvailemaan, tulkitsemaan sekä ymmärtämään tutkimuksen kohteena olevaa ilmiötä. Analyysissä kuvailun merkitys on tärkeä, sillä tutkija pystyy sen avulla avaamaan lukijoille sitä kontekstia, jossa

tutkittava aihe esiintyy. Kuvailun avulla lukija pystyy paneutumaan paremmin tutkimuksen prosessiin sekä arvioimaan tulosten luotettavuutta ja uskottavuutta. (Puusa, 2020b.)

Tutkimuksessa käytin aineistositaatteja kuvaamaan tutkittavaa ilmiötä. Sitaattien avulla pyrin perustelemaan tulkintoja, joita olin tehnyt aineistosta. Sisällönanalyysissä ei kuitenkaan ollut kyse pelkästään eri luokitteluiden esittelystä sitaattien tukemana. Analyysin tarkoituksena oli löytää aineistosta järjestelmällisesti sitä läpi käyden jotain uutta, jotain, jota ei välttämättä edes näy sellaisenaan suorissa sitaateissa. (Ruusuvuori ym., 2010.) Sisällönanalyysi voi tuoda esiin joitain piilotettuja näkökulmia. Analyysin avulla oli mahdollista tuoda esiin myös syvemmälle juurtuneita viestejä. (Denscombe, 2014, s. 284.) Systemaattisen aineiston läpikäymisen sekä analyysin tuotoksena syntyi uusia käsitteitä sekä tuore kuva tutkimuksen kohteena olevasta ilmiöstä (Ruusuvuori ym., 2010).

## 7 TUTKIMUKSEN TULOKSET

### 7.1 Havainnot vauvaperhetoiminnasta

Havainnoin kolmea eri etävauvaperhetoiminnan kertaa sekä haastattelin asiakkaita ja työntekijöitä heidän näkemyksistään vauvaperhetoiminnasta. Näiden havaintojen sekä haastatteluiden pohjalta kuvasin vauvaperhetoiminnan nykytilaa. Kolme eri leikkipuistoa järjesti toiminnat, joita seurasin ja joissa haastattelin asiakkaita. Sen vuoksi kaikissa kolmessa vauvaperhetoiminnan kerroissa toimintaa ohjasivat eri työntekijät. Myös asiakkaat olivat jokaisella kerralla eri henkilöitä, jotka asuivat Helsingin eri asuinalueilla. Yhteistä kaikille asiakkaille oli, että he olivat saaneet viimeisen yhdeksän kuukauden sisällä esikoislapsensa. Jokaisen havainnoimani vauvaperhetoiminnan aiheena oli vauvan vuorokausirytmii.

Vauvaperhetoimintaa ohjaa usein kaksi leikkipuiston työntekijää, mutta havaintojen mukaan toimintaa ohjaa joissain leikkipuistoissa yksi työntekijä. Toiminnan sisällössä ja rakenteessa näkyi jonkun verran eroja leikkipuistojen välillä. Ohjaajista riippuen toiminta painottui joko enemmän yhteiseen keskusteluun tai luentomaisempaan alustukseen. Luentomaisessa alustuksessa ohjaaja viittasi tutkituun tietoon vauvan unesta. Eroja näkyi lisäksi siinä, kuinka ohjaajat huomioivat vauvat osana toimintaa. Yhdessä havainnoitavista kerroista ohjattiin lyhyt laulu-leikki vauvan kanssa tehtäväksi, toisissa vauvoja huomioitiin lähinnä esittäytymisen yhteydessä. Kaikissa toiminnan kerroissa yhteinen aloitus tapahtui esittelykierroksella, jonka yhteydessä ohjaajat kyselivät tarkentavia tietoja asiakkailta, kuten asuinpaikkaa tai toiveita kyseiselle vauvaperhetoiminnalle. Yhteistä oli myös faktaan perustuva alustus keskustelulle, jonka pituus vaihteli leikkipuistojen välillä. Kaikki ryhmät kävivät alustuksen jälkeen ohjaajan vetämänä kierroksen asiakasperheiden vauvojen vuorokausirytmistä. Asiakkaiden kertomukset omista kokemuksistaan vaihtelivat jonkin verran, osa asiakkaista kuvasi, että oli tullut



vain kuuntelemaan ennakoivasti mahdollisten haasteiden varalta, osalla taas oli juuri akuutteja pohdintoja oman lapsensa uneen liittyvissä kysymyksissä.

Toiminnan rakenne oli huolellisesti suunniteltu, joka näkyi siinä, että hiljaisia hetkiä keskustelussa ei ollut ja toiminta kulki koko aika tehokkaasti eteenpäin. Toisaalta tarkka suunnitelma heijastui myös siihen, että ajoittain läsnä oli myös kiireen tuntu. Ohjaajat kävivät tehokkaasti läpi jokaisen asiakkaan tilanteen ja vastasivat kysymyksiin, mutta aiheeseen syventymiseen eikä vapaaseen keskusteluun osallistujien kesken tuntunut olevan aikaa. Jokaisessa havainnoimassani etävauvaperhetoiminnassa vuorovaikutus oli joko työntekijän ja asiakkaan välistä tai työntekijöiden keskinäistä keskustelua. Asiakkaiden välillä ei näkynyt juurikaan vuorovaikutusta. Siihen ei myöskään ohjattu tai järjestetty erillistä aikaa. Asiakkaat käyttivät havaintojen mukaan herkemmin chatiin kirjoittamista kommunikoinnin välineenä, kun työntekijät taas keskustelivat ainoastaan puhumalla ja he kannustivat siihen myös asiakkaita. Keskustelu toiminnan yhteydessä oli luonteeltaan myönteistä, vauvan tarpeisiin keskittyvää sekä siinä korostui vanhemman ja vauvan väliseen vuorovaikutukseen kannustaminen.

## 7.2 Asiakasperheiden tarpeet

Asiakasperheet kertoivat heidän odotuksistaan ja toiveistaan vauvaperhetoiminnasta. Vauvaperhetoiminnalta perheet odottivat eniten vertaistukea sekä käytännön vinkkejä vauva-arkeen.

*Olen saanut täältä tietoa, joka auttaa ymmärtämään ja jaksamaan.*

Vauvaperhetoiminta oli asiakkaille odotettu tekeminen päiviin ja mahdollisuus sosiaaliseen kontaktiin. Vastauksista kävi ilmi, että perheillä oli ollut haasteita tutustua muihin samassa elämäntilanteessa oleviin perheisiin.

*En tiennyt tästä aiemmin, mutta ajattelen, että tiedon saaminen tämmösisistä tilaisuuksista ja lähialueen perheisiin tutustuminen olis tärkeätä.*

Perheet olivat kiinnostuneita lisätiedon saamisesta vauvan uneen liittyen ja sitä pidettiin tärkeänä aiheena. Monet asiakkaat odottivat toiminnan olevan enemmän luentomainen tilaisuus. Myös toiveissa vauvaperhetoimintaa kohtaan esiintyi toiveita asiantuntijaluennoista.

*Ajattelin, että täältä vois saada vinkkejä ja tietoa vauva-arkeen liittyen. Just esim. näistä uniasioista on hyvä keskustella.*

*Mä ehkä odotin enemmän et tää ois semmonen uniluento.*

Tutkimuksessa haastattelin myös vauvaperhetoimintaa ohjaavia leikkipuisto-ohjaajia. Heidän kokemusten mukaan asiakasperheiden tarpeisiin vastattaisiin, jos joihinkin aiheisiin olisi enemmän resursseja syventyä. Myös työntekijät pohtivat mahdollisuutta kutsua vauvaperhetoimintaan vierailevia asiantuntijoita alustamaan aihetta. Työntekijät olivat huomanneet, että asiakkaat odottivat etätoiminnalta enemmän luentomaisuutta, jonka vuoksi he kokivat, että etätoiminnan sisältö ei toimi samanlaisena kuin kasvokkain järjestetty toiminta. Yhdeksi vauvaperhetoiminnan kehittämistarpeeksi työntekijät nostivat etätoiminnan kehittämisen enemmän asiakkaiden tarpeiden ja odotusten vastaiseksi.

Vapaampi keskustelu vauvaperhetoiminnan yhteydessä oli yksi asiakkaiden toiveista. Toiveissa oli tapaamisia vertaisryhmissä, jonka järjestäjänä leikkipuisto voisi toimia ja alustaa keskustelua sekä antaa asiakkaille aikaa jatkaa keskustelua ilman ennalta päätettyä teemaa. Myös työntekijät toivat vastauksissa ilmi mahdollisuuden tapaamisille, joissa ei olisi ennalta päätettyä teemaa ja näin enemmän tilaa avoimelle keskustelulle. Vertaistuen kannalta olisi toimivaa, jos ryhmässä olisi enemmän aikaa tutustua muihin osallistujiin ja mahdollisesti jatkaa samalla ryhmällä myös muilla vauvaperhetoiminnan kerroilla. Asiakkaiden yhteiselle keskustelulle ei toiminnassa jäänyt aikaa ollenkaan eikä siihen juurikaan kannustettu ohjaajien puolelta. Tämä saattoi osaltaan vaikuttaa siihen, ettei vertaistuen kokemuksia juurikaan saatu etävauvaperhetoiminnassa.

*Tällä hetkellä olisi tosi mukava nähdä muita perheitä, ei tarvis olla ennestään päätettyjä teemoja, vaan yhdessä tekemistä, jossa näkis muita.*

*Kyllä mulla on korkeampi kynnyks tutustua tälleen etänä muihin, kasvokkain se tulisi varmaan luonnollisemmin, esim. tämmösen tilaisuuden päätteeksi.*

Kysyin perheiltä kehittämisehdotuksia vauvaperhetoiminnalle. Vastauksissa tuli ilmi esimerkiksi toive ulkotiloissa järjestettyyn toimintaan. Asiakkaat kokivat ulkotoiminnan turvalliseksi kohtaamiseksi pandemia-aikana. Lisäksi ulkotoiminnassa olisi paremmin mahdollisuuksia saada vertaistukea kuin etäyhteyksin järjestetyssä toiminnassa. Myös aika toiminnan järjestämiselle nousi haastatteluissa esiin. Osa koki aamupäivän hyväksi ajaksi järjestää toimintaa vauvan unirytmien vuoksi. Aamupäivät toimivat hyvin luentomaisiin etätapaamisiin. Toisaalta alkuilta toiminnan järjestämisen ajankohtana toimii myös hyvin, jotta perheen työssäkäyvän vanhemman olisi mahdollista osallistua toimintaan. Vertaistuen näkökulmasta koko perheen osallistuminen toimintaan olisi tärkeää. Osa perheistä toivoi myös, että molempien vanhempien olisi mahdollista osallistua luentomaiseen toimintaan, jotta tieto tulee tasapuoleisesti molemmille ja toisen vanhemman on mahdollista keskittyä vauvaan, mikäli siihen on tarve. Työntekijät nostivat esille lisäksi tarpeen tarjota yhden vanhemman perheiden kohdennettua vauvaperhetoimintaa.

### 7.3 Vauvaperhetoiminnan tavoitettavuus

Niin asiakasperheiden kuin työntekijöiden vastauksissa kävi ilmi, että vauvaperhetoimintaa ei markkinoida tarpeeksi hyvin. Monet asiakkaat olivat sattumalta huomanneet ilmoituksen vauvaperhetoiminnasta eikä heillä ollut aikaisempaa tietoa, että kyseistä palvelua tarjotaan juuri heidän kohderyhmälleen.

*Huomasin ihan sattumalta (ilmoituksen vauvaperhetoiminnasta), kun selailin Helsingin kaupungin tapahtumat nettisivua.*

*Seuraan leikkipuiston facebook-sivua ja siellä ilmoitus osui silmiin.*

Asiakasperheet totesivat neuvolan terveydenhoitajilta saatavan informaation luonnollisimmaksi ja tehokkaimmaksi tavaksi tavoittaa vauvaperhetoiminnan kohderyhmää. Kaikki haastatteluun osallistuneet perheet olivat käyneet

neuvolassa ja suurin osa myös neuvolan järjestämässä perhevalmennuksessa. Haastateltavat kokivat neuvolan perhevalmennuksen hyvin samantyyppiseksi ryhmämuotoiseksi toiminnaksi kuin vauvaperhetoiminta on. Vauvaperhetoiminnasta ei kuitenkaan tiedoteta samalla tavalla kuin perhevalmennuksesta. Tutkimuksen mukaan perheet eivät saaneet informaatiota perhevalmennuksessa leikkipuiston järjestämästä vauvaperhetoiminnasta, vaikka Helsingin kaupungin Perheen tuki- sivustolla vauvaperhetoiminnan kerrotaan olevan jatkumoa neuvoloissa järjestettävälle perhevalmennukselle. Haastatteluissa asiakkaat vertasivat myös vauvaperhetoiminnan nimeä perhevalmennukseen. Perhevalmennus nimenä kertoi asiakkaille enemmän toiminnan luonteesta, kun taas vauvaperhetoiminta kuulosti enemmän yleisluonteiselta termiltä, josta ei selviä ilman tarkempaa selvittämistä, mistä toiminnassa on kyse. Haastatteluiden mukaan joissain neuvoloissa terveydenhoitaja oli maininnut vauvaperhetoiminnasta, mutta aikataulu sekä ilmoittautumisohjeet olivat jääneet asiakkaan itse selvitettäväksi. Myös neuvolan ilmoitustaululla oli ollut mainos vauvaperhetoiminnasta, mutta sen huomaa minen osoittautui tutkimuksen mukaan sattumanvaraseksi. Leikkipuiston ilmoitustauluilla olleita mainoksia ei ollut kukaan haastatelluista huomannut.

Työntekijöiden haastattelussa kävi ilmi, että aiemmin vauvaperhetoiminnassa on ollut käytäntönä, että neuvolan perhevalmennuksesta jatketaan samana ryhmänä synnytyksen jälkeiseen valmennukseen, jota nykyisin kutsutaan vauvaperhetoiminnaksi. Tällöin perhevalmennusta ohjannut terveydenhoitaja on ollut myös mukana saattamassa perheet vauvaperhetoiminnan ensimmäiselle kerralle. Käytäntönä tämä malli toimi haastateltavien mukaan hyvin ja osallistujia leikkipuiston toiminnassa oli nykyistä enemmän.

Sekä asiakkaiden että työntekijöiden haastatteluissa korostui sosiaalinen media. Suurin osa haastateltavista oli tavoitettu sosiaalisen median kautta, ja he ajattelivat sen olevan hyvä tapa tavoittaa heidän kohderyhmäänsä. Monet kohderyhmästä käyttävät sosiaalista mediaa aktiivisesti, sieltä etsitään paljon tietoa ja tieto leviää sitä kautta nopeasti. Sosiaalinen media on myös vauvaperhetoimintaa ohjaavien työntekijöiden mielestä tehokas tapa tavoittaa kohderyhmää. Some-markkinoinnissa näkyi haasteita sekä suoria kehittämistarpeita. Tutkimuksessa ilmeni koulutuksen tarve sosiaalisen median ammatilliseen käyttöön. Moni

työntekijä käyttää sosiaalista mediaa leikkipuiston toiminnan markkinointiin, mutta siinä nähtiin alueellisia eroja, koska yhtenäistä linjaa sosiaalisen median käyttöön ei ollut ja somen käytön aktiivisuuteen sekä markkinoinnin laatuun vaikuttivat työntekijän vapaa-ajalla kartuttamat taidot sosiaalisen median käytöstä. Myös Helsingin kaupungin viestinnän ammattilaisten osallistumista markkinointiin toivottiin haastatteluissa.

#### 7.4 Etätapaaminen vauvaperhetoiminnassa

Kysyin haastatteluissa asiakkaiden sekä työntekijöiden kokemuksia etäyhteyksin järjestetystä vauvaperhetoiminnasta. Teema nousi esiin myös muiden kysymysten vastauksissa. Odotukset etätoiminnasta olivat monilla erilaiset kuin järjestetty toiminta oli. Stereotypiat etätoiminnasta ja etukäteen jaettu informaatio vauvaperhetoiminnasta loivat asiakkaille mielikuvan asiantuntijaluennosta. Asiakkaille yllättävää oli tapaamisen vastavuoroisuus. Etäyhteyksin järjestetyssä tapaamisessa omien kokemusten ja kysymysten ääneen kertominen oli haastavampaa kuin kasvokkain järjestetyssä tapaamisessa. Pieni osallistujaryhmä helpotti kuitenkin osaltaan keskustelua. Etätoiminnassa ääneen keskustelua helpompaa oli alustan chattiin kirjoittaminen.

*Mul ois ollu suurempi kynnys osallistua, jos oisin tiennyt etukäteen mimmonen tää ois ollut, et joutuu puhumaan aika paljon itekin.*

*Jos ois ollut isompi ryhmä, niin en ois varmaankaan avannut mikkiä, et oisin ollut vaa kuuntelevana korvana.*

Tutustuminen muihin perheisiin oli etätoiminnassa vaikeaa. Tapaamisen alussa ohjaaja veti esittäytymiskierroksen. Keskustelu eteni kuitenkin ohjaajan ja asiakkaiden vuorovaikutuksena, asiakkaiden välillä ei ollut keskustelua. Kanssakäyminen muiden perheiden kanssa ei tuntunut asiakkaista kovin luonnolliselta, jonka vuoksi myöskään tutustumisen ei koettu olevan mahdollista. Haastateltavat perheet olivat kaikki saaneet vauvan Covid-19-pandemian aikana, jonka vuoksi heillä ei ollut kokemusta perinteisesti kasvokkain tapahtuvista vauvaperheille suunnatuista palveluista. Moni perheistä kaipasi tutustumista muihin vertaisiin ja

he ajattelivat, että mahdolliseen tutustumiseen olisi pienempi kynnys kasvokkain järjestetyssä toiminnassa.

Etätoimintaan osallistumisessa näkyi selkeästi alueellisia eroja. Toisilla alueilla etätoimintaan oli tullut selkeästi vähemmän osallistujia kuin aiemmin järjestettyihin leikkipuiston tiloissa kasvokkain järjestettyihin toimintoihin. Toisilla alueilla osallistujia etätoimintaan olisi taas ollut enemmän kuin paikkoja ja osallistuminen runsaampaa kuin perinteisesti järjestetyissä tapaamisissa.

Etätoiminnassa oli myös hyviä puolia verrattuna lähitoimintaan. Osallistuminen etätoimintaan mahdollisti osallistumisen asiakkaalle itselleen sopivampaan aikaan järjestettyyn toimintaan. Etätapaamisissa asiakkaita on ollut selkeästi useammalta eri asuinalueelta, mikä on osaltaan lisännyt toiminnan moninaisuutta. Etätoiminta on tavoittanut myös sellaisia perheitä, jotka asuvat hankalempien liikenneyhteyksien päässä lähimmistä leikkipuistoista, joissa toimintaa järjestetään. Myös arjen käytäntöjen kannalta etätoiminta tuntui monesta käytännölliseltä.

## 8 TUTKIMUKSEN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Jotta tutkimus olisi luotettava ja se täyttäisi tieteellisen tutkimuksen kriteerit, on koko tutkimusprosessin ajan noudatettava eettisiä periaatteita (Puusa & Juuti, 2020b). Perehdyin tutkimuksen pohjana olevaan teoretietoon hyvin ennen aineiston keräämistä. Näin voin varmistaa tutkijana ymmärtäväni mahdollisimman hyvin haastateltavien sanoman. Pidin huolta, että aineiston keruun aikana tarkensin tarvittaessa haastateltavilta, jos en ollut varma, mitä haastateltava tarkoittaa. Näin varmistin, ettei tutkimuksen tuloksiin vaikuttaisi tutkijan väärinymmärrys. Aikaisempia aiheeseen liittyviä tutkimuksia käsittelin ja viittasin asianmukaisesti ja arvostavasti (TENK, i.a.).

Hankin tutkimusluvan Helsingin kaupungilta ennen aineiston keräämistä. Otin huomioon tutkimusta tehdessä, että tiedotan haastateltavia mahdollisimman tarkasti tutkimuksesta ja sen luonteesta. Jokaista tutkimukseen osallistuvaa kohtelin kunnioittavasti ja pidin huolta, että jokainen haastatteluihin kutsuttu ymmärsi, että hänellä on oikeus tietoon perustuvaan suostumukseen osallistua tai olla osallistumatta tutkimukseen. (Arene, 2020.) Tutkimuksen aineisto käsiteltiin tietosuojatuna, eikä haastateltuja ole mahdollista tunnistaa valmiin tutkimuksen tuloksista. Tiedotin haastateltavia ennen haastattelua aineiston käyttötarkoituksista ja sen säilyttämiseen liittyvistä asioista. Tutkimus ei saa aiheuttaa haittaa tutkimukseen osallistuneille tai sen yhteistyötaholle (Puusa & Juuti, 2020b). Litteroinnin jälkeen aineistosta ei ole mahdollista tunnistaa vastaajia. (Kuula & Tiitinen, 2010).

Tutkimuksen aineisto koostuu melko pienestä määrästä vastauksia (asiakkaiden haastattelut  $n=11$ , työntekijöiden kysely  $n=4$ ). Pieni aineisto ei kuitenkaan ole este luotettavien johtopäätösten tekemiselle. Laadullisessa tutkimuksessa on mahdollista hyödyntää määrään liittyviä tekniikoita. Jo neljää vastausta, joissa voi tulkita samanlaisia merkityksiä tutkittavaan ilmiöön, voidaan pitää tilastollisessa

mielessä merkittävänä tuloksena. (Metsämuuronen, 2018.) Kerätystä aineistosta sain tehtyä laadukkaita johtopäätöksiä, jotka vastaavat tutkimuskysymyksiini.

Jotta tutkimus olisi luotettava, tulee haastatteluaineiston olla laadukas (Hirsjärvi & Hurme 2015, s.185). Haastatteluaineistoa käsiteltäessä otin huomioon kaikki tekemäni haastattelut. Pidin huolta, että kaikki haastattelut tallennetaan sekä literoidaan asianmukaisesti. Käsitelin aineistoa tasapuolisesti ja läpinäkyvästi. Tutkimuksen analyysiä tuin haastateltujen suorilla sitaateilla. Ne tukevat aineiston luotettavuutta, sillä niiden avulla lukija voi verrata päätelmiä haastatteluihin.

Tutkimuksen analyysia tehdessä otin huomioon kaikki aineiston osat tasapuolisesti huomioon. Analyysi ei ole luotettava, jos tutkija valitsee vain omasta näkökulmasta hyviä otteita, jotka mahdollisesti tukevat tutkijan ajatuksia aiheesta. (Ruusuvuori ym., 2010) Tutkimuksessa esiteltyt sitaatit valitsin sen mukaan, että ne riittävät havainnollistamaan tutkimuksessa havaittuja ilmiötä. Pidin raporttia kirjoittaessani huolen, että toin aineistosta esille kaikki tutkimuskysymyksen kannalta oleelliset asiat.

Säilytin tutkimusaineiston aina asianmukaisesti suojattuna. Aineistosta ei ollut mahdollista tunnistaa henkilötietoja. Tutkimuksen valmistuttua hävitin aineiston. (Arene, 2020.) Tutkimusaineistot eli ryhmähaastattelun äänitteet sekä tutkijan muistiinpanot ja sähköpostihaastattelut kokosin tiedostoihin heti haastatteluiden jälkeen. Tiedostoihin pääsy oli salasanalla turvattu.

Tutkimusta tehdessä reflektoin omaa toimintaani jatkuvasti ja kirjoitin tutkimuspäiväkirjaa, jotta pystyin tarvittaessa palaamaan tutkimusprosessin aiempiin vaiheisiin ja peilaamaan omaa toimintaani. Kävin aineistoa huolellisesti läpi eri vaiheissa tutkimusta ja muistin oman objektiivisuuteni suhteessa aineistoon. Oma tutkimusta on syytä tarkastella kriittisesti ja tarvittaessa kyseenalaistaa tekemiään valintoja. Kävin tutkimusprosessia läpi suljetussa opinnäytetyöryhmässä ohjaavien opettajien sekä vertaisopiskelijoiden kanssa. Opinnäytetyöryhmästä saamani palautteet vastaanotin ja tein oman harkintani mukaan korjauksia niiden pohjalta.



Tutkimuksen tekoon vaikuttavat erilaiset arvot. Tutkijana minun on kyseenalais-tettava omat arvoni ja punnittava niiden vaikutusta tutkimukseen. Tutkijana osoi-tin olevani luottamuksen arvoinen, jotta haastateltavat pystyivät antamaan avoi-mia ja luotettavia vastauksia. Pysin ansaitsemaan sekä tutkimuksen yhteistyö-kumppaneiden kuin haastateltavien luottamuksen selkeällä informaatiolla, ystä-vällisellä ja arvostavalla kohtaamisella sekä pitämällä lupauksistani kiinni. Tutki-jana otin huomioon yhteiskunnalliset asenteet ja arvot siitä, minkälainen asema eri taustaisilla vauvaperheillä on Helsingissä. Otin myös Helsingin kaupungin leik-kipuistojen edustamat arvot tutkimusta tehdessä huomioon.

Tutkimusta tehdessä tiedostin oman asemani tutkijana suhteessa tutkimukseen. Tutkijan tulee olla tietoinen omista ennakkokäsityksistä ja säilyttää jokaisessa tut-kimuksen vaiheessa tutkijan puolueeton rooli, johon ei vaikuta esimerkiksi työ-suhde. Tein tutkimuksen Helsingin kaupungille, jossa olen itse työsuhteessa. En työni kautta ole tekemisissä vauvaperhetoiminnan kanssa enkä tuntenut etukä-teen haastateltavia työntekijöitä tai asiakkaita. Tutkijana olen vastuussa hyvien tieteellisten käytäntöjen noudattamisesta. Olen ollut jokaisessa tutkimuksen vai-heessa rehellinen, huolellinen sekä tarkka tutkimustyössä ja tulosten tallentami-ssa, esittämisessä sekä tulosten arvioinnissa. Tutkimuksen tulosten julkaisu-vaiheessa noudatin tieteelliseen tietoon kuuluvaa avoimuutta sekä vastuullista tiedeviestintää. (TENK i.a.)

## 9 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

### 9.1 Johtopäätökset ja kehittämissuhteet

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää Helsingin leikkipuistojen vauvaperhetoiminnan nykytilaa sekä kartoittaa mahdollisia ehdotuksia toiminnan kehittämiseksi. Tutkimukseen osallistui esikoisensa saaneita vauvaperheitä, jotka osallistuivat vauvaperhetoimintaan keväällä 2021 sekä toimintaa ohjaavia työntekijöitä. Haastatteluiden avulla haluttiin selvittää, miten vauvaperhetoiminta vastaa asiakasperheiden tarpeisiin ja mitä ajatuksia toiminnan tavoitettavuus herättää asiakkaiden sekä toimintaa ohjaavissa työntekijöissä. Helsingin Kaupungin järjestämää leikkipuistojen vauvaperhetoimintaa ei ole aikaisemmin tutkittu, mutta leikkipuiston johto koki sille olevan nyt tarvetta. Toiminnassa jouduttiin tekemään hyvin nopealla aikataululla muutoksia vuoden 2020 ja 2021 aikana, kun ryhmien kokoontuminen leikkipuistoissa ei ollut mahdollista ja toiminta jouduttiin muokkaamaan etäyhteyksin toimivaksi. Tutkimuksen tekeminen oli tämän vuoksi nyt ajankohtaista, jotta tulevaisuuden kehittämistyössä olisi mahdollista ottaa huomioon myös etätoiminnan kehittäminen.

Tutkimuksessa kävi ilmi, että vauvaperheet kokivat vertaistuen tarpeelliseksi ja kaipaivat arkeensa enemmän kohtaamisia toisten vauvaperheiden kanssa. Vertaistuki ja luonnolliset kohtaamiset muiden samassa tilanteessa olevien kanssa olivat jääneet hyvin vähäisiksi perheillä ja sitä perusteltiin Covid-19-pandemian aiheuttamilla rajoitustoimilla. Tutkimuksen tulos tukee Terveystieteiden ja hyvinvointilaitoksen julkaisemia FinLapset- kyselytutkimuksen tuloksia. Tutkimuksen mukaan pandemian aiheuttamat rajoitustoimet ovat lisänneet erityisesti synnyttäneiden vanhempien kokemusta yksinäisyydestä (Klemetti ym., 2021). Perheet toivoivat mahdollisuutta vapaaseen keskusteluun, joka voisi johtaa verkostoitumiseen lähialueiden vauvaperheiden välillä. Kuitenkin vastaajat toivat esille, ettei etäyhteyksin järjestetty toiminta vastannut perheiden tarpeisiin tutustua ja

kohdata muita perheitä. Tuloksista kävi ilmi, että perheet kokivat vertaistuen jakamisen haastavaksi ennestään tuntemattomien henkilöiden kanssa, kun ryhmä ei ollut fyysisesti läsnä samassa tilassa. Kasvokkain kohdatessa vertaistuki voi ilmentyä elein ja ilmein sekä aktiivisella läsnäololla ja kuuntelulla, joita voi olla vaikea huomata etäyhteyksin järjestetyssä ryhmätoiminnassa (Pietilä-Hella 2010, s.65-66). Vertaistuki voi toimia myös internetin välityksellä, mutta se vaatii enemmän panostusta vertaisryhmän tutustuttamiseksi ja mahdollisesti pitkäaikaisempaa työskentelyä saman ryhmän kanssa.

Etäyhteyksin järjestetyssä toiminnassa nähtiin sekä negatiivisia että positiivisia puolia. Etätoiminta ei tukenut perheiden vertaistuen eikä sosiaalisten kohtaamisten tarvetta. Lisäksi omien kokemusten jakaminen uudessa ryhmässä tuntui vieraalta. Tuloksista kävi ilmi, että asiakkaat kokivat pienen ryhmäkoon kuitenkin hieman helpottaneen ryhmän keskusteluihin osallistumista, sillä isommassa ryhmässä moni olisi ollut mieluummin kuuntelijan roolissa. Vuorovaikutus etätoiminnassa toimii hieman eri tavoin kuin kasvokkain olevissa tapaamisissa. Tämä seikka on tärkeä tiedostaa, kun lähtee kehittämään toimintaa verkkoon. Toimintaa voi olla hyvin vaikea saada toimimaan samalla lailla kuin lähitapaamisin suunniteltu toiminta. Läsnäoleva kuuntelu ja vuorovaikutuksellinen keskustelu voi olla etätoiminnassa haastavampaa kuin kasvokkain. Verkossa toimivissa vertaistukiryhmissä on aidon läsnäolokokemuksen tuottaminen perusta, jolle vuorovaikutuksellisuus sekä mahdollisuus vertaistuelle rakentuvat. On myös mahdollista, että etätyöskentelyssä ympäristön muut virikkeet saattavat vaikeuttaa kuuntelua ja läsnäoloa. Etätapaamisen aluksi suositeltavaa olisikin pysähtyä yhteisesti juuri siihen hetkeen ja muiden kuunteluun. (Muhonen 2015, s.159.)

Vaikka perheiden verkostoituminen ja vuorovaikutus koettiin haastavaksi etätoiminnassa, nähtiin sillä olevan myös positiivisia puolia verrattuna kasvokkain järjestettyyn toimintaan. Tutkimuksen mukaan kotoa käsin on helppo osallistua toimintaan myös kesken vauva-arjen, kun siirtymiin ei tarvitse varata aikaa. Etätoiminta toimii erityisen hyvin sellaisille perheille, jotka asuvat hankalampien liikenneyhteyksien päässä leikkipuistosta tai joille liikkuminen oli muusta syystä haastavaa. Vastaavia kokemuksia on näkynyt myös esikoistaan odottavien perhevalmennuksessa, jotka on jouduttu siirtämään verkkovälitteisiksi (Rönkä &

Kekkonen, 2020). Etäyhteyksin järjestetty toiminta mahdollisti myös monipuoleisemman osallistujaryhmän, sillä ryhmään pystyy helpommin osallistumaan Helsingin eri kaupunginosissa asuvia perheitä. Tämä koettiin myönteiseksi puoleksi etätoiminnassa.

Etätoiminnan ja kasvokkain järjestetyn toiminnan luonne nousi tutkimuksessa merkittäväksi eroksi. Etäyhteyksin järjestetty toiminta sopii tutkimuksen mukaan paremmin luentotyypin kokoontumiseen, jossa pääosassa on ohjaajan faktoihin perustuva luento ja asiakkailla lähinnä kuuntelijan rooli, niin, että heillä on mahdollisuus kysyä itseään mietityttäviä asioita, liittyen esimerkiksi vauvan vuorokausirytmiiin tai vuorovaikutukseen vauvan kanssa. Tutkimuksen mukaan faktoihin perustuva tieto vauvan kanssa toimimisesta auttoi vanhempia ymmärtämään vauvaansa ja näin myös tuki osaltaan perheiden jaksamista. Lähitapaamisissa on helpompi tuoda omakohtaisia kokemuksia ja se soveltuu tutkimuksen mukaan etätoimintaa paremmin vertaistuen jakamiseen. Kasvokkain kohdatessa ei taas nähty niin suurta painoarvoa ohjaajan luennolle kuin etätoiminnassa, vaan toiminnan toivottiin sisältävän enemmän vapaata keskustelua. Tulevaisuudessa toimintaa kehittäessä, on hyvä ottaa huomioon näiden molempien toteutusmuotojen hyvät puolet ja tarkastella mahdollisuutta järjestää toimintaa sekä luento-maisena etätoimintana että vertaistukea vahvistavana lähitoimintana.

Tutkimuksessa ilmeni, että vauvaperhetoiminnan tavoitettavuudessa on ollut haasteita sekä alueellisia eroja. Poikkeusolot koronapandemian vuoksi koettiin myös vaikuttaneen toiminnan tavoitettavuuteen. Esimerkiksi perinteiset ilmoitustaulut leikkipuistoissa eivät toimineet etätoiminnan markkinointikeinona. Mainonnassa tärkein kanava tutkimuksen mukaan on sosiaalinen media. Tämä saattaa vaikuttaa myös alueellisiin eroihin, sillä markkinointi on pitkälti toimintaa ohjaavien työntekijöiden vastuulla, mutta työntekijöiden valmiudet somemarkkinointiin ovat vaihtelevia. Työntekijöiden vastauksissa korostui koulutuksen tarve ammatilliseen sosiaalisen median käyttöön. Vauvaperhetoiminnan kohderyhmän tavoitettavuuden kannalta tärkeiksi yhteistyökumppaneiksi nousi neuvolat sekä raskauden aikainen perhevalmennus. Nämä tahot koettiin luontevaksi yhteydeksi välittää perheille tietoa vauvaperhetoiminnasta, mutta käytännössä tätä mahdollisuutta ei hyödynnetä tarpeeksi usein. Tutkimuksen mukaan joissain neuvoloissa

toimintaa oli mainostettu ilmoitustaululla tai neuvolan terveydenhoitaja oli siitä maininnut, mutta tarkempi aikataulu oli asiakkaiden itse etsittävässä. Myöskään perhevalmennuksessa ei haastateltavien mukaan mainostettu vauvaperhetoimintaa. Systemaattinen yhteistyö neuvolan ja vauvaperhetoiminnan välillä voisi lisätä toiminnan näkyvyyttä.

Tutkimuksessa nousi esiin vauvaperhetoiminnan nimi. Nimeä verrattiin neuvolan järjestämään perhevalmennukseen, joka koettiin yleisesti informatiivisemmaksi kuin vauvaperhetoiminnan nimi. Toiminnan nimi ei välttämättä avaa asiakkaille mitä toiminnassa tehdään ja mikä sen tavoite on. Tätä asiaa olisi myös hyvä tarkastella, kun toimintaa jatkossa kehitetään. Toisaalta on hyvä myös huomioida, että valmennus sanana voi joillekin olla luotaantyydyttävä, joka saattaa luoda kynnöksen osallistua toimintaan.

## 9.2 Pohdinta

Mahdollisuus toiminnan kehittämiseen laajemmalla näkökulmalla voisi toteutua yhteiskehittämisen prosessina. Yhteiskehittäminen on tapa lisätä asiakkaiden sekä erilaisten toimijoiden osallisuutta osana palveluiden kehittämistä. Yhteiskehittämisen toimintatapojen avulla palvelun käyttäjien, ammattilaisten, johdon sekä muiden toimijoiden on mahdollista osallistua palvelun tavoitteelliseen kehittämiseen. Palvelu kehittyy vuorovaikutuksessa näiden toimijoiden kanssa kaikissa yhteiskehittämisen prosessin vaiheissa; suunnittelussa, toteutuksessa sekä arvioinnissa. (Kostilainen ym. 2020 s.36-38.) Vauvaperhetoiminnan yhteiskehittämisessä voisi olla mukana asiakasryhmän lisäksi toimintaa vetävät leikkipuisto-ohjaajat, leikkipuistojen johto, neuvola sekä lapsiperheiden sosiaaliohjaus. Kun palveluita kehitetään vastaamaan kaikenlaisten perheiden tarpeita, tulee huomioida, että myös osallisuutensa heikommaksi arvioivien perheiden ääni tulisi kuulluksi (Vuorenmaa 2016, s.21). Tämä on haaste, jota tulee pohtia, kun jatkossa luodaan työkaluja palveluiden asiakaslähtöiseen kehittämiseen. Tutkimuksessa tuli ilmi, että vauvaperhetoimintaan todennäköisesti osallistuvat ne perheet, joilla on hyvin osaamista sekä jaksamista hakea tietoa heidän kohderyhmälleen tarkoitetuista palveluista. Toimintaan osallistuu esimerkiksi hyvin vähän maahanmuuttajataustaisia perheitä, joka mahdollisesti kertoo, että tieto

toiminnasta ei tavoita heitä tai he eivät koe palvelua omakseen. Mikäli erilaisten haavoittuvassa asemassa olevien asiakasryhmien osallisuutta halutaan kehittää, tulee pohtia mahdollisuuksia olosuhteiden muokkaamiselle sekä panostaa kunnioittavaan keskusteluun ja tilanteen vaatimaan tukeen, jotta kaikkien ääni pääsee kuuluviin. (Kostilainen ym., 2020, s.41)

Lisäksi pohdin, kuinka yhteistyö leikkipuistojen vauvaperhetoiminnan ja muiden vauvaperhetoimijoiden kanssa todellisuudessa toteutuu. Tutkimuksen tuloksissa kävi ilmi, että neuvolan puolelta asiakkaiden ohjaus vauvaperhetoiminnan pariin on ollut vaihtelevaa. Tämä herätti kysymyksen siitä, kuinka muut vauvaperhetoimijat tuntevat leikkipuistojen vauvaperhetoiminnan ja millaiset mahdollisuudet heillä on ohjata asiakkaita toiminnan pariin. Tutkimuksessa kävi ilmi, että neuvolan ja perhevalmennuksen mahdollisuuksia markkinoida vauvaperhetoimintaa kohderyhmälle ei hyödynnetä tarpeeksi hyvin. Selkeää tarvetta systemaattiselle yhteistyölle on, joka toisaalta herättää myös pohtimaan, minkälaiset käsitykset toimintaa ohjaavilla leikkipuisto-ohjaajilla on neuvolan palveluohjauksesta vauvaperhetoimintaan. Toiminnan kehittämisessä tulee huomioida, että muiden yhteistyötahojen palveluohjaus vauvaperhetoiminnan pariin ei ole itsestään selvää, vaan kontakti sekä keskusteluyhteys tulisi säilyä jatkuvana esimerkiksi juuri neuvolan ja leikkipuiston välillä.

Ensimmäisen lapsen saaneet vanhemmat eivät välttämättä tiedä, mitä heidän tulisi tietää tai mitä he voisivat kysyä terveydenhuollon sekä perhetyön ammattilaisilta (Pålsson ym., 2018). Tämän vuoksi yhteistyö neuvolan ja vauvaperhetoiminnan välillä olisi suotavaa olla tiivistä, jotta neuvola ja vauvaperhetoiminta voisivat kehittää toimintaansa vastaamaan entistä paremmin juuri sen hetken vanhempien tarpeita.

Tämän tutkimuksen aikana olen pohtinut yleisesti sitä, miten kaupungin tai yhteiskunnan tasolla arvostetaan matalan kynnyksen avoimia palveluita. Keväällä 2021 tämän tutkimuksen kulkuun vaikutti sen hetkinen haastava tilanne Helsingin varhaiskasvatuksessa. Tällöin leikkipuistojen toimintaa jouduttiin ajamaan alas ja siirtämään henkilöstöresursseja päiväkoteihin, jotta varhaiskasvatustoiminta oli

mahdollista turvata. Tämä vaikutti siihen, että myös vauvaperhetoiminnan järjestämisessä oli tauko ja jo suunniteltuja kertoja jouduttiin perumaan. On mielenkiintoista pohtia, miksi leikkipuistotoiminnan kaltaisiin avoimiin palveluihin ei nähdä tarvetta resursoida, vaikka varhaiseen tukeen ja vauvaperheiden hyvinvointiin panostamisella on vaikutusta myöhempien haasteiden ehkäisyssä (Pietikäinen ym., 2019). Esimerkiksi matalan kynnyksen vertaistukiryhmillä on tunnistettuja hyötyjä äitien mielenterveyden tukemiselle ja hyvinvoinnille (McLeish & Redshaw, 2017). Tämä tukee sitä, että raskauden ja synnytyksen jälkeiseen vertaistukeen tulee panostaa entistä enemmän myös rahoituksen osalta, etenkin Covid-19-pandemian aiheuttamien lieveilmiöiden, kuten vauvaperheiden yksinäisyyden kokemusten, vuoksi.

Tämän tutkimuksen ohjaajilta kerätty aineisto oli hyvin pieni. Sain vastauksia neljältä leikkipuiston työntekijältä, sähköpostikyselyitä lähetin yhteensä 21 eri leikkipuistoon. Monessa näistä leikkipuistoista oli useampi kuin yksi työntekijä, joka oli ohjannut vauvaperhetoimintaa, sillä osassa leikkipuistoissa toimintaa ohjataan parityöskentelynä. Aineistonkeruu-aika oli 25.5-17.6.2021, eli reilu kolme viikkoa, jonka aikana lähetin kahdesti muistutusviestin tutkimuksesta. Lisäksi olin yhteydessä johtaviin leikkipuisto-ohjaajiin ja toivoin heidän puoleltaan tutkimuksen puheeksi ottoa leikkipuistojen työntekijöiden kanssa. Muistutin myös kolmen eri vauvaperhetoiminnan yhteydessä ohjaajia vastaamaan tutkimuksen kyselyyn. Määrällisesti pieneksi jäänyt aineisto saa kuitenkin pohtimaan, mitkä tekijät mahdollisesti vaikuttivat tähän. Aineistonkeruu-aika sijoittui kesän alkuun, joka ei ajankohtaisesti ollut optimaalinen aika lähettää sähköpostikyselyitä. Helsingin kaupungin leikkipuistotoiminnassa kesä on poikkeuksellista aikaa toiminnan osalta, sillä monessa leikkipuistossa tarjotaan maksutonta kesäruokailua alle 16-vuotiaille. Tämän lisäksi kesällä järjestetään erilaista toimintaa kuin muina toimintakausina, esimerkiksi päiväleirejä koululaisille. Valmistautuminen kesätoimintaan on mahdollisesti ollut kiireistä aikaa leikkipuistoissa. Tästä minulle myös huomauttavat johtavat leikkipuisto-ohjaajat pohtiessani niukkaa vastaajamäärää. Myös omalla aktiivisuudella olisi voinut olla vaikutusta vastaajamääriin. Olisin esimerkiksi voinut vieraila henkilökohtaisesti leikkipuistoissa kertomassa tutkimuksestani, mikäli pandemian tilanne ja henkilökohtaiset aikaresurssini olisivat sallineet sen, jolloin kyselyssä olisi ollut henkilökohtaisempi ote. Sähköpostikyselyssä

voi olla riskinä se, että vastaajat eivät välttämättä jaksaa panostaa vastaamiseen, kun haastattelija ei ole avustamassa ja valvomassa vastaamista (Borg, i.a). Haasteena varmasti oli myös valitsemani aineistonkeruumuoto. Sähköpostikyselyihin ei tarkasta suunnittelusta huolimatta vastata yleisesti kovin aktiivisesti, jonka vuoksi vastausmuistutukset ovat tarpeellisia (Borg, i.a). Jälkeenpäin ajateltuna olisin voinut kerätä myös kasvokkain tai etäyhteyksin haastattelemalla, jolloin vastauksia olisi tullut todennäköisesti enemmän, mutta aineistonkeruuseen käytetty aika olisi myös reilusti lisääntynyt.

### 9.3 Jatkotutkimusaiheet

Jatkotutkimusaiheena olisi mielenkiintoista saada tietoa, kuinka kehittämisprosessi vauvaperhetoiminnan kaltaisessa kunnan järjestämässä avoimessa palvelussa toimii. Esimerkiksi toimintatutkimus yhteiskehittämisen prosessista, voisi kuvata hyvin toiminnan kehittämistyötä ja asiakkaiden osallisuuden toteutumista. Tässä tutkimuksessa tuli esille, että vauvaperhetoimintaa hakeutuu useimmiten ne perheet, joilla on taitoa ja voimavaroja hakea itse tietoa eri palveluista, jonka vuoksi vieraskielisiä perheitä ei välttämättä osallistu toimintaan kovin paljoa. Tämän vuoksi jatkotutkimusaiheena voisi olla monikulttuuriset asiakkaat osana vauvaperhetoimintaa, jossa tutkittaisiin heidän osallistumistaan sekä osallisuuden mahdollisuuksien lisäämistä toimintaan. Tavoitettavuuden näkökulmasta tutkimuksessa nousi esille sosiaalisen median käyttö toiminnan markkinoinnissa. Mielenkiintoinen jatkotutkimusaihe tästä olisi sosiaalisen median käyttö vauvaperheiden palveluiden markkinoinnissa. Tutkimuksessa voisi selvittää minkälainen markkinointityyli toimii vauvaperheiden asiakasryhmälle ja mitä asioita tulisi ammattilaisten ottaa huomioon, kun he markkinoivat kunnan palveluita asiakkaille. Tutkimuksen sivutuotteena voisi kehittää esimerkiksi some-markkinoinnin oppaan vauvaperhetyöhön. Tätä tutkimusta vauvaperhetoiminnan nykytilasta ja kehittämis ehdotuksista olisi mahdollista hyödyntää kehittämisspainotteisessa produktiossa, jossa tuotettaisiin opas vauvaperhetoiminnan ohjaajalle. Lisäksi ajatellen, että yhteiskunnallisella tasolla olisi tarvetta avointen matalan kynnyksen palveluiden vaikuttavuuden tutkimukselle. Esimerkiksi Britanniassa on tutkittu, että raskauden ja synnytyksen jälkeisen masennuksen hoidosta aiheutuvat kulut ovat noin 75 000 puntaa jokaista potilasta kohden (Bauer ym., 2016).



Vastaavanlaisia laskelmia tarvitaan ehdottomasti myös kotimaisessa tutkimuksessa, joka voisi luoda painetta panostaa entistä enemmän taloudellisesti varhaiseen tukeen sekä pienten lasten vanhempien mielenterveyden tukemiseen.

#### 9.4 Asiantuntijuuden kehittyminen

Tämän opinnäytetyön tekeminen on ollut tiivis vuoden kestänyt prosessi, jonka aikana olen päässyt sisälle niin vauvaperheiden palvelukenttään kuin leikkipuistojen toimintaan yleisesti. Ennen kaikkea olen saanut syventää tieteellistä osaamistani sekä tutkimuksellisen tekstin tuottamista. Henkilökohtaisesti tämän tutkimuksen tekeminen on opettanut paljon ammatillisen kehittymisen kannalta, erityisenä opin paikkana haluan nostaa uuden innostuksen lähteä perehtymään tarkemmin yhteiskehittämisen prosessiin. Yhteiskehittäminen antaa aivan uudenlaisia mahdollisuuksia palveluiden monitoimijaiselle kehittämiselle, jossa asiakkaiden osallisuus on otettu kaikissa sen vaiheissa huomioon. Toivon, että pääsen tulevaisuudessa syventämään osaamistani sekä olemaan osa yhteiskehittämisen prosessia myös työelämässä.

Minusta oli kiinnostavaa tehdä tästä aiheesta opinnäytetyö, sillä halusin laajentaa osaamistani lapsiperheiden palveluiden kentällä. Olin perustutkinnon osalta tehnyt tutkimuksen tasa-arvoisesta varhaiskasvatuksesta yhteistyössä Helsingin kaupungin kanssa. Aiemmat positiiviset kokemukset tutkimuksen tekemisestä sekä kiinnostus osaamisen laajentamisesta oman työnantajan kentällä motivoivat minua ottamaan yhteyttä leikkipuistotoiminnan johtoon. Heidän tarpeensa vauvaperhetoiminnan kehittämisestä tarkensi tutkimuksen aihetta. Johtavien leikki-  
puisto-ohjaajien kanssa käytyjen keskusteluiden perusteella rajasin tutkimuksen koskevan vauvaperhetoiminnan tarkastelua erityisesti sisällön sekä tavoitettavuuden näkökulmasta. Työelämän yhteistyökumppaneiden kannalta oli kiinnostavaa kuulla, kuinka toiminta vastaa tällä hetkellä asiakasperheiden tarpeisiin. Lisäksi huomionarvoista oli, että toiminnan tavoitettavuudessa oli jonkin verran alueellisia eroja ja sitä haluttiin lähteä kehittämään yhtenäisemmäksi. Aihetta olisi voinut lähestyä myös muista näkökulmista, esimerkiksi tekemällä

vertailututkimuksen eri leikkipuistojen vauvaperhetoimintojen välillä tai ottaa erityiseen tarkasteluun vieraskielisten asiakkaiden osallisuuden vauvaperhetoiminnassa.

Opinnäytetyöprosessissa tuli matkan aikana joitakin muutoksia suunnitelmiin. Yksi suurimmista syistä muutokseen oli Covid-19-pandemia, joka vaikutti vauvaperhetoiminnan järjestämiseen. Prosessin alussa toimintaa järjestettiin kasvokkain ja suunnitelmissa oli, että havainnoisin ja järjestäisin haastattelut paikan päällä leikkipuistoissa. Alkuvuonna 2021 toiminta kuitenkin jouduttiin nopeasti siirtämään etätoiminnaksi, jonka vuoksi jouduin myös muokkaamaan opinnäytetyöni suunnitelmaa. Tällöin tutkimukseen tuli mukaan myös etätoiminnan tarkastelu. Keväällä 2021 leikkipuiston henkilöstöresursseja jouduttiin siirtämään varhaiskasvatukseen, jonka vuoksi vauvaperhetoiminnan kertoja jouduttiin perumaan. Minulle ilmoitettiin silloin, että niitä kertoja vauvaperhetoimintaa, jolloin olin suunnitellut järjestäväni ryhmähaastattelut, ei järjestetäkään. Toiminnan suunniteltiin jatkuvan normaalisti vasta seuraavana syksynä. Keskustelin johtavien leikkipuisto-ohjaajien kanssa tilanteesta sekä tutkimukseni kulusta ja päädyimme siihen, että etävauvaperhetoimintaa järjestettäisiin vielä loppukeväästä kolme ylimääräistä kertaa, jotta saisin tehtyä niiden yhteydessä ryhmähaastattelut. Näiden kertojen teemaksi valittiin vauvan vuorokausirytmä, koska se oli toiminnan järjestäjien kokemuksen mukaan ollut suosituin kerta. Tämä järjestely mahdollisti aineiston keräämisen.

Henkilökohtaisesti suurimmat haasteet ja samalla omat opinpaikkansa ovat liittyneet aikaresurssien käyttöön. Koen, että olen kehittynyt prosessin aikana erityisesti itseni johtamisen taidoissa, jotka tulevat olemaan tarpeellisia asiantuntijan roolissa. Opinnäytetyöprosessi tarkoittaa vastuun ottamista, suuremman kokonaisuuden hallintaa sekä olemassa olevien resurssien kohdentamista ja priorisointia. Säännöllinen oman työn reflektointi ja oppimispäiväkirjan pitäminen on ollut tärkeä osa tätä prosessia ja sen myötä olen voinut tarkastella omaa kehittymistäni ammatillisena tutkijana ja kirjoittajana.

## LÄHTEET

Arene 2020. *Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset.*

<http://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?t=1578480382>

Aston, M., Price, S., Hunter, A., Sim, M., Etowa, J., Monaghan, J., & Paynter, M. (2021). *Second Opinions: Negotiating Agency in Online Mothering Forums.* Canadian journal of nursing research. Vol. 53 (4), p.327-339.

Bardy, M. (2013). *Vaativa vauvaperhetyö.* Teoksessa M. Bardy (toim.) *Lastensuojelun ytimessä.* Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.

Barry, E. S. (2021). *What Is “Normal” Infant Sleep? Why We Still Do Not Know.* *Psychological reports*, 124(2), 651-692.

Bauer, A., Knapp, M., & Parsonage, M. (2016). *Lifetime costs of perinatal anxiety and depression.* *Journal of Affective Disorders.* Vol. 192 p.83-90.

Boomen, C., Munsters, N. M., Deković, M. & Kemner, C. (2021). *Exploring emotional face processing in 5-month-olds: The relation with quality of parent–child interaction and spatial frequencies.* *Infancy*, 26(6), 811-830.

Borg, S. (i.a). *Posti- ja verkkokyselyaineiston kokoaminen.*

Teoksessa *Kvantitatiivisen tutkimuksen verkkokäsikirja.*

Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto.

<https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvanti/postikysely/postikysely/>

Boyons, D., & Loprieno, D. (2014). *Feeling Trough Presence: Toward a Theory of Interaction Rituals and Parasociality in Online Social Worlds.*

Teoksessa T. Benski & E. Fisher (toim.) *Internet and Emotions.*

Routledge. s. 33-47.

- Bruni, O., Baumgartner, E., Sette, S., Ancona, M., Caso, G., Di Cosimo, M., Mannini, A., Ometto, M., Pasquini, A., Ulliana, A., & Ferri, R. (2014). *Longitudinal Study of Sleep Behavior in Normal Infants during the First Year of Life*. *Journal of Clinical Sleep Medicine*. Vol 10(10): 1119-1127.
- Denscombe, M. (2014). *The Good Research Guide. For small-scale social research projects*. 5<sup>th</sup> edition. Open University Press.
- Fingeld-Connett, D. (2015). *Clarification of social support*. *Journal of Nursing Scholarship*. 37(1): 4-9.
- Gillies, V. (2005). *Meeting parents' needs? Discourses of 'support' and 'inclusion' in family policy*. *Critical social policy*, 25(1), 70-90.  
<https://doi.org/10.1177/0261018305048968>
- Granholm, C. (2016). *Digitaalinen murros koskettaa myös sosiaalityötä*. Helsingin Yliopisto, uutiset ja tiedotteet. Saatavilla 11.9.2021.  
<https://www.helsinki.fi/fi/uutiset/terveempi-maailma/digitaalinen-murros-koskettaa-myo-sosiaalityota>
- Günther, K., Hasanen, K., & Juhila, K. (i.a). *Johdanto: Analyysi ja tulkinta*. Teoksessa J. Vuori (toim.) *Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja*. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto.  
<https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/analyysitavan-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/analyysi-ja-tulkinta/>
- Halme, N., Perälä, M-L. & Kanste, O. (2014). *Lasten ja perheiden palvelujen saavutettavuus ja avun riittävyys – rakenneyhtälömallin kehittäminen ja arviointi*. *Hoitotiede* 26 (3) s.217-230.
- Helsingin kaupunki (2021). *Leikki puistot ja perhetalot*. <https://www.hel.fi/varhaiskasvatus/fi/leikki-puistot-ja-perhetalot/>
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. (2015). *Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Gaudeamus. E-kirja.
- Hietala, O., & Rissanen, P. (2017). *Yhteiskehittäminen uudenlaisen vastavuoroisuuden virittäjänä*. Teoksessa A. Pohjola, M. Kairala, H. Lyly & A. Niskala (toim.) *Asiakkaasta kehittäjäksi ja vaikuttajaksi. Asiakkaiden osallisuuden muutos sosiaali- ja terveyspalveluissa*. Vastapaino. E-kirja.

- Hughes, D. A. (2011). *Kiintymyskeskeinen vanhemmuus. Toimivuutta kasvatukseen*. PT-Kustannus.
- Hyvärinen, M., Suoninen, E. & Vuori, J. (i.a.) *Haastattelut*. Teoksessa J. Vuori (toim.) *Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja*. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto.
- Isola, A-M., Kaartinen, H., Leeman, L., Lääperi, R., Schneider, T., Valtari, S. & Keto-Tokoi, A. (2017). *Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa*. Työpaperi 33/2017. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.
- Joensuu, J., Halme, N., Nummi, T. & Perälä, M-L (2013). *Lasten ja perheiden palveluiden yhteensovittaminen kunnissa – rakenneyhtälömallin kehittäminen ja arviointi*. *Hoitotiede* 25 (1) s.36-48.
- Juhila, K. (i.a.) *Teemoittelu*. Teoksessa J. Vuori (toim.) *Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja*. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto.  
<https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/analyysitav-an-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/teemoittelu/>
- Juuti, P., & Puusa, A. (2020). *Laadullisen tutkimuksen luotettavuus*. Teoksessa A. Puusa & P.Juuti (toim.) *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Gaudeamus. E-kirja.
- Jäppinen, J. (2011). *Meillä on laulu, meillä on nuoruus, meillä on aurinko*. *Helsingin leikkikenttien vaiheita*. Teoksessa L. Helenius & J. Hynninen (toim.) *On meillä nasta täti. Leikkikenttien vanhoja laululeikkejä*. Suomalaisen kirjallisuuden seura.
- Kaplan, K., Solomon, P., Salzer, M.S., & Brusilovskiy, E. (2014). *Assessing an Internet-based parenting intervention for mothers with a serious mental illness: A randomized controlled trial*. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 37(3), 222–231.
- Kerstis, B., Nohlert, E., Öhrvik, J. & Widarsson, M. (2016). *Association between depressive symptoms and parental stress among mothers and fathers in early parenthood: A Swedish cohort study*. *Upsala journal of medical sciences*, 121(1), 60-64.
- Keski-Rahkonen, A., & Nalbantoglu, M. (2012). *Unihiekkää etsimässä. Ratkaisuja vauvan ja taaperon unipulmiin*. Duodecim

- Klemetti, R., Vuorenmaa, M. & Helakorpi, S. (2021). *Vauvaperheiden hyvinvointi – FinLapset- kyselytutkimus 2020: Koronaepidemia on heikentänyt vauvaperheiden jaksamista – tyytyväisyys perhe-elämään silti suurta*. Tilastoraportti. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.
- Klen, I., Lindqvist U., Manninen, S. & Mäkinen, A. (2009). *Lapaset Perheverkosto-hanke 2005-2008. Loppuraportti*. Helsingin kaupungin sosiaalivirasto. Selvityksiä 2009:3
- Kostilainen, H., Määttä, A., Nieminen, A. & Perikangas, S. (2020). *Yhteiskehittäminen hyvän elämän palvelujen muotoiluna*. Teoksessa J. Helminen (2020). *Näkökulmia osallistavaan tutkimukseen, kehittämis- ja innovaatiotoimintaan*: Diakonia-ammattikorkeakoulun TKI-toiminnan vuosikirja 5. Diak Työelämä 18. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-493-348-3>
- Kouri, P. (2006). *Development of Maternity Clinic on the Net Service. Views of Pregnant Families and Professionals*. Väitöskirja. Kuopion yliopisto.
- Kuula, A., & Tiitinen, S. (2010). *Eettiset kysymykset ja haastattelujen jatkokäyttö*. Teoksessa J. Ruusuvoori, P. Nikander & M. Hyvärinen (toim.) *Haastattelun analyysi*. Vastapaino. E-Kirja.
- L 540/2018. *Varhaiskasvatustililaki*. 13.7.2018/540  
<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20180540#Lidp448375120>
- Laitinen, M. & Niskala, A. (2013). *Sosiaalityön suhde asiakkuuteen*. Teoksessa M. Laitinen & A. Niskala (toim.) *Asiakkaat toimijoina sosiaalityössä*. Vastapaino.
- McLeish, J., & Redshaw, M. (2017). *Mother's accounts of the impact on emotional wellbeing of organised peer support in pregnancy and early parenthood: a qualitative study*. BMC Pregnancy and Childbirth, 17:28
- Metsämuuronen, J. (2018). *Pienten aineistojen tilastollinen testaaminen*. Teoksessa R. Valli (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin*. Ps-kustannus. E-kirja.

- Mikkonen, I. & Saarinen, A. (2018). *Vertaistuki sosiaali- ja terveysalalla*. Tietosanoma.
- Muhonen, P. (2015). *Etäryhmien tutorohjaajana*. Teoksessa M. Koivuluhta & P. Kauppila (toim.) *Toimijuuden tuki: dialoginen ohjaus*. Itä-Suomen yliopisto.
- Mäntymaa, E. (2006). *Early Mother-infant Interaction*. Väitöskirja. Tampereen yliopisto.
- Niela-Vilen, H., Axelin, A., Salanterä, S., & Melender, H-L. (2014). *Internet-based peer support for parents: A systematic integrative review*. In: International Journal of Nursing Studies, Vol.51 (11), 1524-1537.
- Niskala, A., Kairala, M., & Pohjola, A. (2017). *Asiakkaan aseman ja toimijaroolin muutos*. Teoksessa A. Pohjola, M. Kairala, H. Lyly & A. Niskala (toim.) *Asiakkaasta kehittäjäksi ja vaikuttajaksi. Asiakkaiden osallisuuden muutos sosiaali- ja terveyspalveluissa*. Vastapaino. E-kirja.
- Paalumäki, A., & Vähämäki, M. (2020). *Havainnointi organisaatiotutkimuksessa*. Teoksessa A. Puusa & P. Juuti (toim.) *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Gaudeamus. E-kirja.
- Paavonen, E.J., Morales-Muñoz, I., Pölkki, P., Paunio, T., Porkka-Heiskanen, T., Kylliäinen, A., Partonen, T., & Saarenpää-Heikkilä, O. (2019). *Development of sleep-wake rhythms during the first year of age*. Journal of Sleep Research.
- Perheen tuki (2021). *Palveluita vauvaperheille. Leikkipuistojen tarjonta vauvaperheille*. <https://www.hel.fi/sote/perheentuki-fi/0-1-vuotiaat/palveluita-vauvaperheille/leikkipuistojen-tarjonta-vauvaperheille/> <https://www.hel.fi/sote/perheentuki-fi/0-1-vuotiaat/palveluita-vauvaperheille>
- Perheen tuki (2020). *Palveluita vauvaperheille*. <https://www.hel.fi/sote/perheentuki-fi/0-1-vuotiaat/palveluita-vauvaperheille/>
- Pietikäinen, J., Hakulinen, T., & Holopainen, A. (2020). *Raskausajan ja synnytyksen jälkeisen masennuksen ja ahdistuneisuuden varhaista hoitoa tulee tehostaa*. Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti 57(2).

- Pietikäinen, J., Taka-Eilola, T., & Paunio, T. (2019). *Suomeen tarvitaan perinataalipsykiatriaa*. Lääketieteellinen aikakausikirja Duodecim. 2019;135(19):1809-11.
- Pietilä-Hella, R. (2012). *Tuntemattomista vertaistuttaviksi. Esikoisäitien- ja isien perhevalmennusprosessi Espoon uudentyyppisessä perhevalmennuskokeilussa*. Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Puusa, A. (2020a). *Haastattelutyypit ja niiden metodiset ominaisuudet*. Teoksessa A. Puusa & P. Juuti (toim.) Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Gaudeamus. E-kirja.
- Puusa, A. (2020b). *Näkökulmia laadullisen aineiston analysointiin*. Teoksessa A. Puusa & P. Juuti (toim.) Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Gaudeamus. E-kirja.
- Pålsson, P., Kvist, L. J., Ekelin, M., Hallström, I. K. & Persson, E. K. (2018). "I Didn't Know What to Ask About": First-Time Mothers' Conceptions of Prenatal Preparation for the Early Parenthood Period. *The Journal of perinatal education*, 27(3), 163-174.
- Raivio, H. & Karjalainen, J. (2013). *Osallisuus ei ole keino tai väline, palvelut ovat!* Teoksessa T. Era (toim.) *Osallisuus – oikeutta vai pakkoa?* Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. (2010). *Haastattelun analyysi*. Teoksessa J. Ruusuvuori, P. Nikander & M. Hyvärinen (toim.) *Haastattelun analyysi*. Vastapaino. E-Kirja
- Rönkä, A. & Kekkonen, M. (2020). *Yhteentörmäyksiä yhteistyöhön – vauvan tulo käynnistää kasvun yhteisvanhemmuuteen*. Ruusuipuiston kärkiuutiset, 2020 (3). Jyväskylän yliopisto.
- Sinkkonen, J. (2018). *Kiintymyssuhteet elämänkaareissa*. Duodecim. E-kirja.
- Swain, J. E., Lorberbaum, J. P., Kose, S., & Strathearn, L. (2007). *Brain basis of early parent-infant interactions: Psychology, physiology, and in vivo functional neuroimaging studies*. *Journal of child psychology and psychiatry*, 48(3-4), 262-287.
- Tapio, N., Seppänen, P., Hyppönen, T., Janhunen, T., Prusila, L., Salo, S., Toivanen, R., & Vilén, M. (2010). *Parisuhde ja vanhemmuus*. Teoksessa M. Vilén, P. Seppänen, N. Tapio, & R. Toivanen (toim.) *Kohtaamisia lapsiperheissä. Menetelmiä perhetyöhön*. Kirjapaja.



- Taylor, S. J. (2016). *Introduction to Qualitative Research Methods*. Wiley.
- TEM (2013). *Osallisena Suomessa- hankkeen arviointiraportti*. Työ- ja elinkeinoministeriö. <https://tem.fi/documents/1410877/2864661/Osallisena%20Suomessa%20hankkeen%20arviointiraportti%2010122013.pdf/2e774d9d-3062-4d27-bd79-ffc66a4db9c8>
- TENK (i.a.). *Tutkimuseettinen neuvottelulautakunta* (TENK) <https://tenk.fi/fi/ohjeet-ja-aineistot/opetusmateriaalit>
- Tuomi, J., & Sarajärvi, A. (2017). *Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi*. Uudistettu laitos. Tammi.
- Vuorenmaa, M. (2016). *Äitien ja isien osallisuus perheessä ja lasten palveluissa sekä osallisuuteen yhteydessä olevat tekijät*. Väitöskirja. Tampereen yliopisto.
- Vuori, J. (i.a). *Laadullinen sisällönanalyysi*. Teoksessa J. Vuori (toim.) *Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja*. Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto.
- Wakimizu, R. & Fujioka, H. (2016). *Analysis of the Issues and Needs of Parents of Children With Developmental Disabilities in Japan Using Focus Group Interviews*. *The journal of nursing research*, 24(1), 068-078.

## LIITE 1. KUTSUKIRJE RYHMÄHAASTATTELUUN

Hei

Osallistutte touko-kesäkuussa 2021 Helsingin kaupungin etävauvaperhetoimintaan. Teen tutkimusta asiakasperheiden kokemuksista vauvaperhetoiminnasta. Kutsun teidät mukaan luomaan uusia kehittämissuhteita vauvaperhetoiminnalle.

Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, kuinka vauvaperhetoiminnan sisältö vastaa esikoisensa saaneiden perheiden arjen tarpeisiin sekä toiveisiin. Tutkimuksen tavoitteena on luoda asiakaslähtöisiä ehdotuksia vauvaperhetoiminnan kehittämiseksi.

Olette ilmoittautuneet yhdelle niistä vauvaperhetoiminnan kerroista, joissa tutkimuksen aineisto kerätään. Aineisto kerätään ryhmähaastatteluna vauvaperhetoiminnan yhteydessä. Haastattelu tallennetaan ääninauhalle. Haastatteluun on varattu aikaa noin 30 minuuttia.

Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Tutkimuksessa ei käytetä osallistujien henkilötietoja missään muodossa, eikä tutkimukseen osallistujia ole mahdollista tunnistaa valmiista tutkimuksesta. Haastatteluaineisto hävitetään asianmukaisesti tutkimuksen valmistuttua. Valmis tutkimus julkaistaan Theseus-palvelussa loppuvuodesta 2021.

Kiittäen jo etukäteen,

Sara Åker-Harju  
Sosionomi YAMK- opiskelija  
Diakonia-ammattikorkeakoulu

## LIITE 2. RYHMÄHAASTATTELUKYSYMYKSET

1. Mistä sait tiedon vauvaperhetoiminnasta?
2. Millä keinoin tieto vauvaperhetoiminnasta tavoittaisi mielestäsi perheet parhaiten?
3. Minkälaisia odotuksia ja toiveita sinulla oli vauvaperhetoiminnasta?
4. Minkälaista tukea olet saanut vauvaperhetoiminnasta?
5. Minkälaisia muutoksia toivoisit vauvaperhetoimintaan?
6. Miten etäyhteyksin järjestetty vauvaperhetoiminta on vastannut perheenne odotuksiin ja tarpeisiin?

### LIITE 3. KUTSUKIRJE TYÖNTEKIJÖIDEN HAASTATTELUUN

Hei

Olen Sara Åker-Harju ja opiskelen johtaminen ja yhteiskunnallisesti vaikuttavan palvelutuotannon kehittäminen -koulutusohjelmassa Sosionomi YAMK- tutkintoa. Teen tutkimusta Helsingin kaupungin vauvaperhetoiminnan kehittämisestä. Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää asiakkaiden sekä työntekijöiden kokemuksia vauvaperhetoiminnasta ja sen tavoitettavuudesta. Tutkimuksen tavoitteena on luoda asiakaslähtöisyyteen pohjaavia kehitysehdotuksia vauvaperhetoiminnalle.

Haluaisin haastatella sinua tutkimustani varten. Osallistumalla haastatteluun pääset tuomaan esiin oman näkökulmasi vauvaperhetoiminnan kehittämisestä. Haastatteluun osallistuminen on vapaaehtoista. Haastattelut toteutetaan touko- ja kesäkuussa 2021 sähköpostitse. Voit ilmoittautua haastatteluun vastaamalla tähän sähköpostiin, niin lähetän haastattelukysymykset. Kysymyksiä on yhteensä neljä ja vastausaikaa 17.6.2021 asti. Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista.

Tutkimuksessani en käsittele henkilötietoja, eikä valmiista tutkimuksesta ole mahdollista tunnistaa vastaajien henkilöllisyyttä. Haastatteluaineisto hävitetään asianmukaisesti tutkimuksen valmistuttua. Valmis tutkimus julkaistaan Theseus-palvelussa loppuvuodesta 2021.

Yhteistyöterveisin,

Sara Åker-Harju  
Sosionomi YAMK- opiskelija  
Diakonia-ammattikorkeakoulu

#### LIITE 4. HAASTATTELUKYSYMYKSET TYÖNTEKIJÖILLE

1. Millaisena koet vauvaperhetoiminnan tavoitettavuuden tällä hetkellä?
2. Miten vauvaperhetoiminnan markkinointia kohderyhmälle voitaisiin mielestäsi kehittää?
3. Miten vauvaperhetoiminnan sisältöä voisi mielestäsi kehittää?
4. Miten vauvaperhetoiminta etäyhteyksin on mielestäsi vastannut perheiden tarpeisiin? Miten se on vaikuttanut perheiden tavoitettavuuteen?