



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU

Uuden edellä

”...ettei tarvi mitään täydellisiä äitejä tulla sinne esittämään...”

Mannerheimin Lastensuojeluliiton perhekahviloissa käyvien vanhempien kokemuksia ja odotuksia vertaistuesta

Kumpulainen, Marjo
Rekonen, Sami
Riihiranta-Laine, Emmi

Laurea-ammattikorkeakoulu
Otaniemi

**”...ettei tarvi mitään täydellisiä äitejä tulla sinne esit-
tämään...”**

Mannerheimin Lastensuojeluliiton perhekahviloissa käyvien vanhempien
kokemuksia ja odotuksia vertaistuesta

Marjo Kumpulainen
Sami Rekonen
Emmi Riihiranta-Laine
Hoitotyön koulutusohjelma
Opinnäytetyö
Toukokuu, 2014

Kumpulainen Marjo, Rekonen Sami ja Riihiranta-Laine, Emmi

”...ettei tarvi mitään täydellisiä äitejä tulla sinne esittämään...”

Mannerheimin Lastensuojeluliiton perhekahviloissa käyvien vanhempien kokemuksia ja odotuksia vertaistuesta

Vuosi 2014 Sivumäärä 40

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata Mannerheimin Lastensuojeluliiton (MLL) perhekahvilassa kävijöiden kokemuksia ja odotuksia vertaistuesta. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa ajankohtaista sekä kokemuksellista tietoa vertaistoiminnasta, jonka avulla MLL voi halutessaan kehittää perhekahvilatoimintaansa.

Opinnäytetyömme oli kvalitatiivinen tutkimus. Aineisto kerättiin keväällä 2014 yksilöhaastattelemalla MLL:n perhekahvilatoimintaan osallistuneita vanhempia. Haastattelu toteutettiin puolistrukturoituna teemahaastatteluna. Saatu aineisto analysoitiin induktiivisella sisällönanalyysillä.

Opinnäytetyössämme olemme keskittyneet vanhempien odotuksiin ja kokemuksiin vertaistuesta. Haastatteluissa odotuksia vertaistuesta ilmeni huomattavasti kokemuksia vähemmän. Vanhemmat odottivat toiminnalta pohjaa aikuiskontaktien ja ystävyyssuhteiden luomiselle. Heidän uteliaisuutensa myös herätti kiinnostuksen perhekahvilatoimintaa kohtaan.

Opinnäytetyön tutkimustuloksista ilmenee, että vanhemmat kävivät perhekahvilassa tavataksaan samassa elämäntilanteessa olevia muita vanhempia sekä saadakseen rytmiä ja vaihtelua arkeensa. He kokivat tärkeänä toiminnan vapaamuotoisuuden ja hyväksyvän ilmapiirin. Vanhemmat hakivat myös perhekahvilasta lapsilleen heidän ikätasoistaan leikkiseuraa.

Vertaistuki koettiin kaikin puolin hyödyllisenä ja esimerkiksi arjen vinkkien saamisen tärkeys muilta kävijöiltä nousi esille haastatteluissa. Vastauksissa korostui myös vertaisten kesken muodostunut vahva yhteisöllisyys ja kokemusten jakaminen avoimessa ilmapiirissä.

Opinnäytetyön tutkimustulokset osoittavat vertaistuen olevan tärkeä tekijä vanhemmuuden tukemisessa. Tulokset vahvistavat myös aikaisempia tutkimustuloksia vertaistuen merkityksestä lasten vanhemmille.

Asiasanat: vertaistuki, vanhemmuus, perhekahvila, Mannerheimin Lastensuojeluliitto

Kumpulainen Marjo, Rekonen Sami ja Riihiranta-Laine Emmi

The experiences and expectations of peer support among the parents visiting the family cafés of the Mannerheim League for Child Welfare

Year	2014	Pages	40
------	------	-------	----

The purpose of this thesis was to describe the experiences and expectations of peer support among the visitors of the Mannerheim League for Child Welfare (MLL) family cafés. The goal of this thesis was to produce current information about available peer support as well as describe peer support experiences in order to help MLL to develop its family café functions and operations in the future.

The study method was qualitative and the data was collected in the spring of 2014 by individual interviews of parents who participated in the activities of family café. The interview was carried out as a semi-structured theme interview. The collected material was analyzed by using content analysis.

The interviews revealed far less expectations of peer support than what the experiences had given. The parents expected to find a base for adult contacts as well as for creating friendships. With many, the curiosity inspired the interest to come and participate in the activities of family café.

The findings of this thesis indicate that the parents visited the family cafés to meet other parents in a similar stage of life and to create structure and variety for their everyday life. The parents found the informal way of running the cafe as well as the accepting atmosphere very important. The findings also show that the parents sought same age playmates for their children by attending the family cafés.

The interviews showed that peer support was considered useful in every way and for example receiving advice and information from other parents was experienced as an important part of their visits. The answers also highlighted the strong bond between people in the community and the ability to share the experiences in the open and accepted atmosphere of the family cafés.

According to the findings of this thesis peer support is an integral element in supporting bracing parenthood. The findings also validated earlier research results about the significance of peer support for the parents of young children.

Key words: peer support, parenthood, family café, the Mannerheim League for Child Welfare

Sisällys

1	Johdanto	6
2	Opinnäytetyön taustaa	7
3	Opinnäytetyön käsitteellinen tausta	8
	3.1 Vertaistuki	8
	3.2 Perheen määrittely	9
	3.3 Mannerheimin Lastensuojeluliitto	12
	3.4 Perhekahvilat	13
4	Vanhempien kokemuksia vertaistuesta	14
5	Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tutkimustehtävät	17
6	Kvalitatiivisen opinnäytetyön toteuttaminen	17
7	Aineiston keruu ja kohdejoukko	18
8	Aineiston analyysi	21
9	Tulokset	23
	9.1 Vertaistuen odotukset	23
	9.2 Vertaistuen kokemukset	25
10	Pohdinta	30
	10.1 Opinnäytetyön luotettavuus	30
	10.2 Opinnäytetyön eettisyys	31
	10.3 Opinnäytetyön tulosten tarkastelu	32
	10.4 Opinnäytetyön prosessin arviointi	34
	Lähteet	37
	Liite 1. Saatekirje	39
	Liite 2. Vertaistuen määritelmä / haastattelun teemat	40

1 Johdanto

Mannerheimin Lastensuojeluliitto (MLL) on valtakunnallinen kansalaisjärjestö, joka on avoin kaikille. Sen päätehtävänä on edistää lasten, nuorten ja lapsiperheiden hyvinvointia. Sen toiminta on poliittisesti sekä uskonnollisesti sitoutumatonta ja sillä on yli 93 000 jäsentä 565 paikallisyhdistyksessä ympäri Suomea. (MLL 2014a.) Opinnäytetyö tehdään yhteistyössä Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin kanssa.

Mannerheimin Lastensuojeluliiton perhekahvilat ovat kaikille avoimia kohtaustapahtumia. Ne ovat paikallisyhdistyksen perustamia ja niissä lapset sekä aikuiset kohtaavat toisiaan ja toimivat yhdessä. Perhekahvila toimii myös kulttuurien ja sukupolvien kohtaustapahtumana ja sinne ovat tervetulleita kaikki lapselle läheiset aikuiset. (Viinikka & Ylikojola 2009, 6)

Vanhemmuuteen kuuluu erilaisia jaksoja ja vaiheita. Usein pienten lasten vanhempia mietittävää lapsen nukkuminen, arjesta selviytyminen tai vaikkapa lapsen kehitykseen ja kasvuun liittyvät kysymykset. Samassa elämäntilanteessa eläminen voi tarkoittaa esimerkiksi perhemallia: yksinhuoltajaperhe, uusperhe, monikulttuurinen perhe tai ydinperhe. Vanhempien kokemus yhteenkuuluvuus toisten perheiden kanssa, helpottaa kokemusten jakamista eletystä ja kuluva elämäntilanteesta. Vanhemmuuteen liittyvien kokemusten jakaminen toisten vanhempien kanssa tuo uusia näkökulmia arkeen ja vanhempana toimimiseen. Usein on helpottavaa tietää, että muilla vanhemmilla on samanlaisia huolenaiheita ja asioita mietittävänä kuin itsellään. Monimutkainen ja hankala ilmaisu, kasvatustiedon hankkiminen, ei tarkoita teorioita lasten kasvatuksesta, vaan sillä tarkoitetaan vanhempien keskenään vaihtamia kokemuksia ja käytännössä kokeiltuja tekoja. Tätä kasvatustietoa vanhemmat jakavat toisilleen vertaistapaamisten avulla. (Antila, Keränen & Torkkeli 2003, 14.)

Vertaisuus voidaan määritellä esimerkiksi sen olevan toimintaa muiden samanlaisessa elämäntilanteessa olevien vanhempien kanssa. Tilanteet tarjoavat uudenlaisen mahdollisuuden oppia yhdessä, jakaa kokemuksia sekä tilaisuuden kasvatustiedon hankkimiseen. Vertaisuutta voidaan kokea hyvin matalalla kynnyksellä esimerkiksi perhekahvilatoiminnassa, lasten harrastustoiminnan ohessa, päiväkotien ja koulujen vanhempainilloissa, naisten saunailloissa, isien illoissa, äiti-lapsi -harrastuksiin liittyvissä ”pukuhuonekeskusteluissa”. (Antila, Keränen & Torkkeli 2003, 14.)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kartoittaa MLL:n perhekahvilakävijöiden kokemuksia ja odotuksia vertaistuesta. Opinnäytetyössämme käytämme kvalitatiivista tutkimusmenetelmää ja aineisto kerättiin teemahaastattelun keinoin. Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa ajankohtaista sekä kokemuksellista tietoa vertaistoiminnasta, jonka avulla MLL voi halutesaan kehittää perhekahvilatoimintaansa.

2 Opinnäytetyön taustaa

Opinnäytetyömme lähti liikkeelle keväällä 2013 Laurean Otaniemessä pidetystä opinnäytetyötorista, jossa saimme kontaktin Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piiriin. Alkuvaiheessa aiheita oli useampi, mutta koimme mielekkäänä tutkimuksen tekemisen, josta myös Mannerheimin Lastensuojeluliitto saisi eväitä toimintaansa sekä sen kehittämiseen. Mannerheimin Lastensuojeluliitto oli tehnyt vuonna 2011 perhekahvilakävijöilleen internet-kyselyn, jonka tuloksiin pohjautuen aloimme pohtia oman opinnäytetyömme ja tutkimuksemme kysymyksiä. Opinnäytetyöaiheeseemme saimme yhdistettyä kaikkien meidän kolmen tekijän mielenkiinnon ja osaamisen alueet.

Uudenmaan alueella toimii yli 90 MLL:n paikallisyhdistyksen perhekahvilaa, joita yleensä ohjaavat vapaaehtoiset toimijat. Toiminnan pohjana on tarkoitus tarjota mahdollisuus pienten lasten vanhemmille tavata toisiaan ja näin saada sekä antaa vertaistukea. Niin kuin muuhunkin yhdistyksen toimintaan, myös perhekahvilaan ovat kaikki lapsiperheet tervetulleita. (MLL 2014b.)

Mannerheimin Lastensuojeluliitto teetti valtakunnallisen perhekahvilakyselyn vuonna 2011 MLL:n piirien alueella. Kysely suoritettiin internet- lomakekyselynä. Yhdessä MLL:n Uudenmaan piirin perhekeskustoiminnan koordinaattorin kanssa päädyimme tekemään MLL:n teettämän internetkyselyn pohjalta haastattelun, jonka avulla kuvataan perhekahviloissa kävijöiden kokemuksia ja odotuksia vertaistuesta.

3 Opinnäytetyön käsitteellinen tausta

3.1 Vertaistuki

Vertaistukea määriteltäessä voidaan lähtökohtaisesti todeta ihmisen luontainen tarve kokea yhteenkuuluvuutta, halua liittyä muihin sekä luoda sosiaalisia suhteita. Sosiaalisilla suhteilla ja vuorovaikutuksella on suuri merkitys ihmisen hyvinvoinnin ja jaksamisen kannalta. Vertaistuki toteutuu usein läheisten ihmisten kautta ja sitä voidaan pitää osana ihmisen päivittäistä vuorovaikutusta. Vuorovaikutustilanteissa jaamme kokemuksiamme ja osallistumme toistemme arkeen. Me kuuntelemme mielellämme toisen kokemuksia samankaltaisesta elämäntilanteesta, jossa itse olemme ja peilaamme näitä vastavuoroisesti. (Mykkänen-Hänninen & Kääriäinen 2009, 10.)

Lapsiperheissä esimerkiksi koetaan voimaannuttavana vaihtaa kokemuksia ja ajatuksia samassa elämäntilanteessa elävien vanhempien kanssa. Vertaistuella tarkoitetaan sosiaalista tukea, jota samanlaisessa elämäntilanteessa oleva ihminen antaa. Sen merkitys on yhteydessä ihmisen tietoisuuteen siitä, että tiedollista, taidollista ja emotionaalista tukea on mahdollista saada toisilta ihmisiltä. Vertaistuki on englanniksi käännettynä peer support. (Pajunen 2012, 15.)

Vertaistuessa kokemuksellisen tiedon rooli on merkittävä ja se voi olla luonteeltaan joko positiivista tai negatiivista. Positiivisessa vertaistuessa korostuvat myötäeläminen ja vastavuoroisuus. Negatiiviselle tuelle leimaavaa taas on epäempaattinen, kriittinen ja pessimistinen asenne sekä vähättelevä suhtautuminen toisen kokemuksiin. (Mykkänen-Hänninen & Kääriäinen 2009, 11.)

Ihmisen elämässä on myös tilanteita, jossa vertaistuen tarve on tarjontaa suurempi. Läheisiltä saatu tuki ei ole riittävää tai sosiaalinen verkosto ei muutoin tue arjessa selviytymistä ja jaksamista. Tämä synnyttää tarpeen organisoidulle vertaistukitoiminnalle, jossa ihminen voi jakaa kokemuksiaan henkilökohtaisesti yhdessä vertaistukijan kanssa tai kollektiivisesti vertaistukiryhmässä. (Mykkänen-Hänninen & Kääriäinen 2009, 10.)

Vertaistukitoimintaa voi olla esimerkiksi erilaiset vanhempainryhmät, kuten asiantuntijuuteen perustuvat isä- ja äitiryhmät tai neuvolan organisoimat perhevalmennusryhmät. Mannerheimin Lastensuojeluliitto on kolmannen sektorin toimija, joka mahdollistaa seurakunnan ja muiden järjestöjen kanssa vertaistukitoimintaa järjestämällä esimerkiksi MLL:n päiväkerho- ja perhekahvilatoimintaa. Vanhemmuuden tukeminen on ensiarvoisen tärkeää ja perheissä äitien on erityisesti todettu hyötyvän erilaisista vertaistukiryhmistä ennen ja jälkeen lapsen syntymän.

Vertaistukiryhmät koetaan yleisesti ympäristöltään turvallisina, jossa osallistujat voivat vapaasti käsitellä ja ilmaista voimakkaitakin tunteita. (MLL 2014a; Pajunen 2012, 16.)

Vertaistuen merkitys on viime aikoina kohonnut huomattavaksi vapaaehtoistyön toimintamuodoksi. Vertaisuus merkitsee kahta tai useampaa ihmistä, joilla on samankaltainen elämäntilanne. Vertaisuus on hyvin väljä käsite ja sitä käytetään paljon. Vertaisia toisilleen voivat olla esimerkiksi äidit, isät, pikkulasten vanhemmat, urheilijat, työttömät, eläkeläiset ja monet muut ihmisryhmät. Usein vertaisryhmää perustettaessa tarvitaan aktiivinen ja asiasta innostunut ihminen, joka järjestää käytännön asiat jotta ryhmällä on mahdollisuus kokoontua. Vapaaehtoistyöntekijä ei kuitenkaan automaattisesti muutu vertaistukijaksi suhteessa perhekahvilassa asioivaa kohtaan. Oleellista vapaaehtoisella on kuunnella tämän kokemuksia ja erottaa omat tunteensa ja ratkaisunsa sekä luoda ymmärrystä perhekahvilassa asioivan kokemuksia kohtaan. Elämän isoissa muutosvaiheissa on hyvä pohtia mielessä askarruttavia kysymyksiä uusista näkökulmista. Avoimessa ja luottamuksellisessa ilmapiirissä on helppo ottaa puheeksi henkilökohtaisiakin asioita, jotka saattavat yhdistää ryhmässä kävijöitä. Muillakin samassa elämäntilanteessa olevilla, elämänvaiheen tuomat muutokset vaativat sopeutumista, jotta uusi tilanne saadaan hallintaan. Ryhmässä kävijöillä on mahdollisuus jakaa kokemuksiaan, tunteitaan sekä keskustella muiden samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien kanssa. (Mykkänen-Hänninen 2007, 26-27.)

Erilaisia vertaistukiryhmiä järjestävät kunnat, järjestöt, yhdistykset ja seurakunnat, muun muassa. Ryhmiä on tarjolla erilaisille ihmisryhmille, vanhemmille, lapsettomille, eronneille, läheisensä menettäneille ja useille muille. Joskus vertaistuen merkitys kohoaa merkittäväksi voimavaraksi, uuteen elämäntilanteeseen sopeutuessa. Parhaimmillaan vertaistuesta saa aidon tuntemuksen kuulluksi tulemisesta, kohdatuksi tulemisesta ja empatiasta, sekä uusia näkökulmia omaan elämäntilanteeseensa. Ryhmien kokoontumiset voivat olla avoimia, jolloin tapaamisiin voi tulla uusia kävijöitä vapaasti. Positiivista on jos ryhmässä kävijöille muodostuisi uusia ihmissuhteita, jotka jatkuvat vielä ryhmässä käymisen jälkeenkin. (Mykkänen-Hänninen 2007, 27.)

3.2 Perheen määrittely

Perheet määritellään kirjallisuudessa monella eri tavalla. Määritelmä on riippuvainen siitä, missä yhteydessä ja kuka perheestä puhuu. Tässä opinnäytetyössämme emme keskittyneet perheiden määritelmien erotteluun vaan keskityimme vertaistuen merkitykseen kaikenlaisten perheiden arjessa.

Rönkkö ja Rytönen (2010, 9-10) kiteyttävät perheen mielikuvaksi, jonka avulla ihmiset pyrkivät rakentamaan ja jäsentämään kuulumistaan elämän verkostoon, perheeseen ja perhe-elämään. Perheeseen kuuluvien suhteet eroavat muista yhteiskunnallisista ryhmistä, järjestelmistä tai yhteisöistä. Moraalisten, taloudellisten sekä yhteiskunnallisten määräykset ohjaavat näitä viitekehyksiä. Lisäksi myös biologiset, emotionaaliset ja sosiaaliset suhteet ovat merkittäviä raameja perheen määrittelemiselle. Vaikka kaikki perheet ovat yksilöllisiä ja oman perhekulttuurinsa muodostavia, perheen perusyksikkönä pidetään usein parisuhteesta syntyvää lasta ja hänen vanhempiaan sekä sukua.

Kulttuuri vaikuttaa ajatteluun perheestä, mutta Suomessa perhe määritellään niin, että siihen ei voi kuulua kuin kaksi peräkkäistä sukupolvea. Mikäli taloudessa asuu useampia sukupolvia, erillinen perhe muodostetaan talouden nuorimmasta jäsenestä lähtien. Perheen voivat muodostaa myös avoliitossa tai parisuhteensa rekisteröineet henkilöt sekä heidän lapsensa. Perhe määritellään lapsiperheeksi, mikäli kotona asuu ainakin yksi alle 18-vuotias lapsi. Vaihtoehtoisesti perheessä ei välttämättä ole kuin toinen vanhemmista tai avio- ja avopari, joilla ei ole lapsia. (Tilastokeskus 2013)

Ydinperheestä puhuttaessa tarkoitetaan perhettä, jossa on korkeintaan kaksi sukupolvea peräkkäin. Ydinperheen asema on vähentynyt 1960-luvulta lähtien länsimaissa kun esimerkiksi avoliitot yleistyivät. Suomen väestötietojen mukaan tämän perhemuodon merkitys ei kuitenkaan ole heikkenemässä nykypäivänä ja ydinperhe on edelleen yleisin avioparin muodostama lapsiperhe. (Vilen, Seppänen, Tapio & Toivanen 2010, 13.)

Yksinhuoltajaperheet muodostuvat yleisemmin äidistä ja hänen lapsistaan. Vuonna 2012 Suomen lapsiperheistä lähes 120 000 eli 20,4 % oli yksinhuoltajaperheitä. Yksinhuoltajaisia oli yksinhuoltajista vain 2,8 %, mutta on kuitenkin muistettava, että usein myös etävanhempi osallistuu lapsensa elämään. (Väestöliitto 2014.) Yhden vanhemman perheen perustamiseen voi alkuun liittyä kriisivaihe, jolloin perheen vertaistuen ja ammatillisen tuen tarve korostuu. Samoin taloudellisen ja kotiavun tarve saattaa olla korostunut. (Pouta ym. 2013, 26.)

Uusperheessä on kyse eronneiden tai leskeksi jääneiden uudesta liitosta. Siinä toisella tai molemmilla avo- tai aviopuolisolla on ainakin yksi alaikäinen lapsi aikaisemmasta liitosta, joka asuu suurimman osan ajasta heidän kanssaan samassa taloudessa. (Vilen ym. 2010, 14.) Toisen vanhemman ei ole tarkoitus korvata biologista vanhempaa perheessä, vaan hän voi etsiä oman roolinsa lapsen elämässä, mikä on tärkeää myös parisuhteen kannalta (Hermanson 2012).

Sateenkaariperheet ovat hyvin moninainen käsite. Perheet voivat koostua nais- tai miespareista ja heidän yhteisistä lapsistaan, jolloin kyseessä on ydinperhe. Samoin ydinperhe voi

koostua heterosuhteen ympärille rakentuneesta perheestä, jossa vähintään toinen vanhemmista on biseksuaali tai transihminen. Sateenkaariperheet voivat muodostua myös uusperheistä, joissa toisella vanhemmalla on lapsia edellisestä liitosta, usein heteroliitosta. Yksinhuoltajaperheet voivat olla sateenkaariperheitä myös, jos vanhempi tuntee kuuluvansa sukupuoli- tai seksuaalivähemmistöön. Yhteistä kaikille sateenkaariperheille on joka tapauksessa perheen tarkka suunnittelu ja vahva sitoutuminen lasten elämässä mukana olemiseen. (Jämsä 2007, 21-23.)

Sateenkaariperheet voivat kokea erityistä haavoittuvuutta sen johdosta, että perheen parisuhteet eivät saa riittävää tukea sosiaalisesta ympäristöstä tai perhepalveluista. Lapsen edun mukaista on, että vanhempia tuetaan erityisesti kasvussa vanhemmuuteen. Arvioidaan, että Suomessa on nykyhetkellä jo tuhansia sateenkaariperheitä. Vuonna 2006 sateenkaariperheprojektin tekemän kyselyn perusteella lapsien määrä sateenkaariperheissä on kasvamassa nopeasti. Kymmenen vuoden sisään seksuaalivähemmistöt ja heidän perheensä ovat rinnastettavissa suomenruotsalaiseen vähemmistöön. Vaikka sateenkaariperheet ovat hyvin moninaisia, löytyy heitä yhdistäviä tekijöitä useita. Yksi yhdistävä tekijä on kulttuuristen mallien puuttuminen. Toinen tällainen tekijä on juridisen turvan puuttuminen perheen välisistä ihmissuhteista. Perheillä on näin ollen suurempi vapaus luoda omia toimintamalleja perheenjäsenille. Toisaalta taas tilanne voi aiheuttaa perheelle ylimääräistä stressiä, koska perhemalli pitää rakentaa hyvin pitkälti ilman olemassa olevaa mallia. Juridisen turvan puuttuminen taas aiheuttaa useita monimutkaisia ongelmia sekä eriarvoisuutta vanhempien kesken. Perhevapaiden soveltamiseen liittyvät puutteet asettavat myös lapsen epätasavertaiseen asemaan suhteessa muihin lapsiin. (Jämsä 2007, 21-23.) Kaikissa tilanteissa on lapsen edun mukaista, että kaikkia lapsen vanhempina toimivia tuetaan vanhemmuudessa. Heille on myös syytä tarjota helposti vertaistukea ja perhepalveluja. (Pouta ym. 2013, 27.)

Adoptoinnissa on kyse prosessista, jossa adoptiovanhemmille siirtyvät lapsen biologisen vanhemman oikeudet ja velvollisuudet. Prosessi on yleensä pitkä ja sitä edeltää vanhempien harjas toive lapsesta. Tätä prosessia säätelevät useat lait ja asetukset. Adoptiolapsella ovat oikeudellisesti samat oikeudet, kuin biologisilla lapsilla. Tukea prosessiin adoptiovanhemmat saavat neuvolan terveydenhoitajalta tai kättilöltä, joka myös opastaa lapsen hoidossa ja vanhemmuudessa. (Vilen ym. 2010, 12; Pouta ym. 2013, 26-27.)

3.3 Mannerheimin Lastensuojeluliitto

”Mannerheimin Lastensuojeluliitto on kansalaisjärjestö, joka edistää lapsen oikeutta hyvään ja onnelliseen lapsuuteen.” (Vaikuttamista ja vertaistukea 2012)

Mannerheimin Lastensuojeluliitto on poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton valtakunnallinen kansalaisjärjestö, jonka toiminta on avointa kaikille. Päätehtävänä MLL:llä on edistää lasten, nuorten ja lapsiperheiden hyvinvointia. MLL:n kuuluu yli 93 000 jäsentä ja paikallisyhdistyksiä on 565 ympäri suomea. Ne tarjoavat eri-ikäisille mahdollisuuden osallistua toimintaan yhdessä lasten, nuorten ja lapsiperheiden kanssa. MLL pitää huolta lasten oikeuksista päätöksenteossa olemalla yhteydessä eduskuntaan, ministeriöihin, lapsiasiavaltuutettuun, tutkijoihin, muihin järjestöihin sekä mediaan. MLL pyrkii vaikuttamaan niin, että päätöksissä huomioidaan myös lapsivaikutukset. (MLL 2014a.)

Mannerheimin Lastensuojeluliitolla on useita eri toimintamuotoja. Se ylläpitää lasten ja nuorten puhelimia ja nettipalveluja, joihin voi soittaa nimettömänä, maksutta ja luottamuksellisesti. Vanhempainpuhelin ja vanhempainnetti tarjoavat apua vanhemmille. Palvelut toimivat koulutettujen vapaaehtoisten voimin. MLL pyrkii vähentämään lasten ja nuorten yksinäisyyttä, kiusaamista, päihteiden käyttöä ja syrjäytymistä. Avuksi on tehty koulujen käyttöön materiaaleja sekä tuetaan tukioppilastoimintaa, sekä kodin ja koulun mediakasvatusta. Oppaita tuotetaan myös neuvoloiden käyttöön ja vanhemmuuden tukemiseksi kehitetään jatkuvasti uusia toimintatapoja. Vanhempain netistä löytyy laaja tietopaketti 0-18 - vuotiaiden lasten vanhemmille. Toimintamuotoihin kuuluu yhdistäminen: pienten lasten vanhemmilla on mahdollisuus tutustua toisiin samassa elämäntilanteissa oleviin perhekahviloissa käydessään. Kahvilat tarjoavat miellyttävää tekemistä lapsille ja vanhemmille. Kylämummi- ja vaaritoiminta yhdistää sukupolvia. MLL kouluttaa sekä välittää tilapäistä lastenhoitoapua perheisiin, joilla on siihen tarvetta. Samoin koulutusta tarjotaan myös henkilöille, jotka haluavat toimia pikkulapsiperheen tukihenkilönä eli perheikummina. (MLL 2014a.)

Mannerheimin lastensuojeluliiton päämääränä on, että lapsi on osallinen ja näkyvä yhteiskunnan jäsen. Tavoitteena on, että jokaisella lapsella on hyvä ja onnellinen sekä turvallinen kasvuympäristö. Tähän pyritään tarjoamalla tukea vanhemmuuteen ja kasvatustyöhön sekä nostamaan sen arvostusta sekä sen saaman tuen lisääminen. MLL pyrkii nostamaan välittämisen, vapaaehtoistyön, toisten auttamisen ja yhteisen vastuunkantamisen yhteiskunnan yhteisiksi näkyviksi arvoiksi. Sukupolvien ketjua pyritään vahvistamaan lapsuuden tukena. MLL:n arvoja ovat: lapsen ja lapsuuden arvostus, yhteisvastuu, inhimillisyys, suvaitsevaisuus ja yhdenvertaisuus, sekä ilo. (MLL 2014a.)

3.4 Perhekahvilat

Mannerheimin lastensuojeluliiton perhekahvilat ovat kaikille avoimia kohtauspaikkoja. Ne ovat paikallisyhdistyksen perustamia ja niissä lapset sekä aikuiset kohtaavat toisiaan ja toimivat yhdessä. Perhekahvila toimii myös kulttuurien ja sukupolvien kohtauspaikkana ja sinne ovat tervetulleita kaikki lapselle läheiset aikuiset. (Viinikka & Ylikojola 2009, 6)

Perhekahvilat tarjoavat miellyttävää puuhaa, keskustelukumppaneita sekä muiden vanhempien vinkkejä ja kokemuksia, joista on apua arjen isommissa ja pienemmissäkin pulmissa. Lapset saavat kokemuksia toisten lasten seurasta. (Perhekahvilaesite 2013.)

Ajatuksena on että perhekahvilat syntyvät vanhempien tarpeesta ja omasta aloitteesta, joten niiden toimintakin on suurimmaksi osaksi vapaaehtoisvoimin tehtävää (MLL 2014c).

Samassa elämäntilanteessa olevien yhteinen hetki muiden lapsiperheiden kanssa, jakaen kokemuksia, piristää ja tukee arjessa jaksamista. Pääasiassa perhekahvilassa on ohjelmana vapaata keskustelua. Joskus siellä voi vieraila eri alan asiantuntijoita. Näistä yleensä sovitaan yhdessä kävijöiden toiveiden mukaisesti. Useissa toimipisteissä järjestetään myös yhteisiä leikkituokioita, jumppahetkiä tai ulkoiluretkiä. Perhekahvilan periaatteena on, että toiminnan ja ohjelman suunnittelu sekä tehtävien ja vastuun jakaminen tehdään yhdessä kävijöiden että paikallisyhdistyksen kesken. Perhekahvilan on tarkoitus muotoutua kävijöidensä näköiseksi. Perhekahvilatoimintaa suunniteltaessa on kuitenkin hyvä noudattaa muutamia yhteisiä perussääntöjä

- Kuinka vastuu toiminnasta jaetaan, sen suunnittelu, toteutus
- Kuinka lasten väliset konfliktit ratkaistaan
- Miten toivotetaan tervetulleeksi uudet kävijät sekä vierailijat
- Järjestetäänkö tarjoilua
- Kuka huolehtii siivouksesta
- Miten ehkäistään tapaturmat. (Viinikka & Ylikojola 2009,9.)

Perhekahvilan ohjaajia tukee MLL:n paikallisyhdistyksen hallitus. Hallituksen vastuulla on järjestää tarkoitukseen sopivat tilat ja valitsevat vastaavan perhekahvilaohjaajan. Paikallisyhdistyksen hallitus myös vastaa taloudellisesti perhekahvilaohjaajan pääsystä perhekahvilakoulutukseen jos ohjaaja niihin haluaa. Paikallisyhdistyksen hallituksen tehtäviin kuuluu perhekahvilan taloudesta vastaaminen ja tarvittaessa rahoituksen suunnitteleminen sekä tiedotuksen hoitaminen perhekahvilan toiminnasta. Säännöllisissä tapaamisissa yhdysohjaajan kanssa käydään läpi perhekahvilan tilannetta, huomioidaan perheiden toivomuksia ja viedään niitä eteenpäin päättäjille ja lasten kanssa toimiville tahoille. Useilla paikkakunnilla perhekahvila on koko yhdistyksen keulakuva, ja toimiva perhekahvila elävöittää ja voimistaa sen toimintaa. (Viinikka & Ylikojola 2009, 12-13.)

Kunnat ja muut yhteisöt voivat tukea perhekahvilatoimintaa esimerkiksi antamalla tiloja perhekahvilan käyttöön. Perhekahvila taas tukee kuntaa merkityksellisesti ennaltaehkäisevänä lastensuojelutyönä ja perheiden arjen tukijana. Kunnan ja muiden järjestöjen edustajat ovat tervetulleita kertomaan omasta toiminnastaan. Tämänlainen kumppanuus on tärkeää ja luo toiminnalle mahdollisuuksia laajemmaltikin. (Perhekahvilaopas 2009, 21.) Perhekahvilatoiminnan avulla MLL pystyy vaikuttamaan ja kehittämään lasten ja perheiden hyvinvointia ja ympäristöä. Perhekahvilakeskusteluissa voi herätä yhteinen halu vaikuttaa oman kunnan asioihin lapsiperheen näkökulmasta. Lasten palvelut, turvallinen ympäristö ovat tärkeitä asioita lapsiperheille ja niihin voi vaikuttaa kannanotoin sekä yhteistyössä yhdistyksen kanssa. (Viinikka & Ylikojola 2009,24.)

4 Vanhempien kokemuksia vertaistuesta

Opinnäytetyössämme tarkastelemme Mannerheimin Lastensuojeluliiton perhekahviloiden antamaa vertaistukea perheille. Perhekahvilassa aikuiset ja lapset tapaavat toisiaan ja toimivat yhdessä yleensä vapaaehtoisen ohjaajan johdolla (MLL:n Uudenmaan piiri 2014). Mannerheimin Lastensuojeluliitto teetti vuonna 2011 valtakunnallisen perhekahvilakyselyn nettikyselynä, johon vastasi 594 perhekahvilassa kävijää sekä 333 perhekahvilan ohjaajaa. Perhekahviloissa äitien saama tuki ja voimaantuminen heijastuu koko perheen hyvinvointiin. Samassa elämäntilanteessa olevat perheenäidit vaihtavat kuulumisia ja kokemuksia ja saavat näin tukea toinen toisiltaan. Perhekahvilatoiminta auttaa myös solmimaan ystävyysuhteita. Sosiaalinen verkosto laajenee ja äidit kokevat ryhmän tuen voimaannuttavana ja eräänlaisena henkireikäneä arjen pyörteissä. Moni perhekahvilassa kävijä kokee perhekahvilat korvaamattomina paikkoina jakaa vanhemmuuden kokemuksia sekä saada vertaistukea ja ystäviä. Myös isiä perhekahvilatoiminta tavoittaa jossain määrin, mutta selkeästi äitejä vähemmän- kaikista vastaajista vain 7 oli miehiä. (Satuli-Kukkonen 2011, 4-40.)

Tutkimuksista saadut tulokset osoittavat vertaistuen merkityksen tärkeyden vanhemmuuden tukemisessa. Hiltunen (2003, 26-42) tutki opinnäytetyössään Maunulan perhekahvila - asiakkaiden kokemuksia perhekahvilatoiminnasta. Tutkimuksessa haastateltavat kertoivat suurimmaksi syyksi perhekahvilassa käynteihin juuri sieltä saadun vertaistuen. Sosiaalisen tuen lisäksi haastateltavat kokivat saaneensa toisiltaan tietoa sekä ratkaisumalleja arjen erilaisiin ongelmiin. Avun ja neuvojen saaminen muilta vertaisilta koettiin arvokkaana.

Pajunen (2012, 55-61) tutki pro gradu - työssään vanhempainvapaalla olevien äitien kokemuksia itseohjautuvasta, neuvolan järjestämästä äiti-vauvaryhmästä sekä vertaistuesta. Tutkielma täydensi aiempaa tietämystä vertaistuen merkityksestä ja tuen tarpeesta kasvussa kohti vanhemmuutta. Äiti-vauvaryhmässä jaettiin ja vaihdettiin tietoja ja kokemuksia sekä kannus-

tettiin toisia. Äidit kokivat saaneensa ryhmässä sellaista kokemuksellista ymmärrystä ja tukea, jonka eivät uskoneet mahdollistuvan läheisten tai ammattilaisten taholta. Ryhmän henkinen tuki koettiin myös merkittävänä ja se vähensi äitien ahdistuksen tunnetta. Vertaistukiryhmästä muodostui äideille merkittävä voimavara arjessa selviytymisessä. Tutkimuksen tulos vahvistaa käsityksen yhdessä aikaisempien tutkimusten kanssa siitä, että vanhempien voimavarojen vahvistamisella on annetulla vertaistuellalla merkittävä rooli.

Kanadalaisessa tutkimuksessa (2011, 357-379) astmaa ja allergiaa sairastavien lapsien vanhemmille järjestettiin mahdollisuus osallistua verkossa toimivaan vertaistukiryhmään. Tutkimuksessa nousi esille juuri verkkovertaiselta saadun tuen merkitys. Moni vanhempi koki alkuun yksinäisyyttä ja pelkoakin lapsen sairauden johdosta, mutta muiden samanlaisessa tilanteessa olevien perheiden kanssa käyty verkkokeskustelu auttoi jäsentämään tunteita sekä suhteuttamaan asioita oikeassa perspektiivissä. Tietojen ja tunteiden vastavuoroinen ja reaaliaikainen kokemuksellinen jakaminen koettiin voimaannuttavana. Internetinkin välityksellä tapahtunut vanhempien vertaistukiryhmä tuki vanhemmuutta ja vähensi yksinäisyyden tunnetta. (Stewart, Letourneau, Masuda, Anderson & McGhan 2011, 357-379.)

Kingsnorth, Gall, Beayni ja Rigby (2011, 833-840) tutkivat aikuistuvien, mutta erityistä tukea ja huolenpitoa myöhemminkin elämässään tarvitsevien lasten vanhempien kokemuksia vertaistukiryhmästä. Toisen perheen vertainen tuki nähtiin tärkeänä ja esille nostettiinkin kokemuksellisen asiantuntijuuden merkitys. Muiden perheiden samankaltaiset elämäntilanteet vahvistivat, ettei ongelmien kanssa tarvinnut olla yksin. Vertaistuen avulla edessä oleviin haasteisiin pystyttiin suhtautumaan optimistisemmin sekä suunnittelemaan aikuistuvan lapsen tulevaisuutta aiempaa paremmin. Vertaistukiryhmän tarjoaman sosiaalisen ja tiedollisen tuen merkitys korostui osallistujien vastauksissa.

Vertaistuen monitasoisista positiivisista vaikutuksista raportoivat myös Ritchie, Stewart, Ellerton, Thompson, Meade & Viscount (2000, 25-45) tutkimuksessaan. Vanhemmille, joiden lapsella oli jokin krooninen sairaus tai riski sairastumiseen oli korkea, järjestettiin viikoittainen puhelintukiryhmä 12 viikon ajan. Toisen vertaisen kanssa käydyt keskustelut lisäsivät tietoa sairaudesta sekä sen hoidosta ja auttoivat vanhempia jaksamaan aiempaa paremmin. Ryhmän mahdollistama sosiaalinen tuki paransi myös perheenjäsenten keskinäisiä välejä. Vuorovaikutus samankaltaisessa elämäntilanteessa olevan vanhemman kanssa koettiin merkityksellisenä ja moni osallistuja odottikin innolla viikottaista puhelua tutun ryhmän kanssa.

Kytöharju (2003, 33-52) kuvasi internetin Vauvalehden keskustelupalstalla äitien toisiltaan saamaa tukea jaksamiseensa. Vertainen tuki vahvisti äitien itsetuntoa sekä mahdollisti keskinäisen tiedon, kokemusten ja ajatusten jakamisen, osittain huumorinkin värittämänä. Positiiv-

visen tuen lisäksi esille nousi myös negatiivinen tuki. Äitien toimintaa ja persoonaa saatettiin arvostella verkkokeskustelussa ilkeästi.

Erovanhemmille suunnatun vertaistukiryhmän osallistujien kokemukset vertaistuen saamisesta ja vertaisuudesta olivat pääosin myönteisiä. Osallistujat kokivat, että hankalassa ja yllättävässäkin elämäntilanteessa vertaisuudesta saatiin tukea. Haasteellisina koettiin sitä vastoin tilanteet, jossa käsiteltiin henkilökohtaisia ja voimakkaitakin tunteita herättäviä tapahtumia. Osallistujalla saattoi myös olla epärealistisiäkin odotuksia tuen suhteen, esimerkiksi pahan olon poistamisesta toisen vertaisen avulla. Tällöin vertaistukemisessa voidaan mahdollisesti kokea myös frustraatiota ja pettymystä. (Mykkänen-Hänninen & Kääriäinen 2009, 54.)

Erityislasten vanhemmat kokivat Kinnusen (2006, 61-76) tutkimuksessa löytäneensä vertaistoiminnasta foorumin, jossa he pystyivät käsittelemään vaikeitakin emotionaalisia asioita. Sijoitettujen lasten vanhemmat kokivat usein syyllisyyttä ja riittämättömyyden tunteita, jolloin vertaistuen tarve korostui. Vanhemmat kokivat vertaistoiminnan vahvistavan heidän vanhemmuuttaan sekä antavan voimavaroja arkeen. Vertaisryhmät tarjoavat myös isille kaivatun mahdollisuuden isyyden pohtimiseen yhdessä toisten miesten kanssa. Vertaistoiminta voi myös synnyttää osallistujissa ahdistuksen tunteita uusien ihmissuhteiden kautta. Syyllisyyttä saattoi aiheuttaa etenkin äideissä vanhempien tarve vertailla perheitään keskenään. Vertaiskokemusta ei ehkä synnykään syytä tai toisesta, jolloin osallistujan vertaistoiminnalle asettamat tavoitteet eivät toteutuneet. Tämä voi jopa lisätä ulkopuolisuuden ja yksinäisyyden tunnetta. Vertaisryhmissä usein käytetty huumori saatetaan myös kokea mielipahaa aiheuttavana ja sattavana.

Avoimet perhekahvilat ja sen tyyppiset ryhmät ovat tutkimusten mukaan hyvin merkityksellisiä kotona lastaan hoitaville vanhemmille. Vanhemmat ovat päässeet verkostoitumaan ja he ovat pitäneet tärkeänä lapsen mahdollisuutta olla toisten lasten seurassa sekä tavata uusia aikuisia. Vanhemmat ovat arvostaneet lapsen sosiaalisten taitojen kehittymistä ja se on koettu toteutuvan hyvin tämänkaltaisissa ryhmissä. Perheen arkeen on perhekahvilatyypisessä ryhmässä käynti vaikuttanut positiivisesti. Vanhemmat ovat kokeneet piristyneensä sekä heidän yleinen jaksaminen, sekä jaksaminen lasten kanssa on parantunut. Toiminnan säännöllisyys on koettu vanhempien keskuudessa merkittävänä apuna arjen päivärytmin luomisessa lapselle. Tunne oman elämänhallinnan lisääntymisessä on ollut tutkimusten mukaan merkittävä. (Euramaa 2001, 27.)

5 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tutkimustehtävät

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata MLL:n perhekahviloissa kävijöiden kokemuksia ja odotuksia vertaistuesta. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa ajankohtaista sekä kokemuksellista tietoa vertaistukitoiminnasta, jonka avulla MLL voi halutessaan kehittää perhekahvilatoimintaansa.

Opinnäytetyömme tutkimuskysymykset olivat:

1. Minkälaista vertaistukea perhe on saanut MLL:n perhekahvilasta?
2. Minkälaista vertaistukea perhe odottaa saavansa perhekahvilatoiminnasta?

6 Kvalitatiivisen opinnäytetyön toteuttaminen

Kvalitatiivisen eli laadullisen tutkimuksen lähtökohtana voidaan pitää todellisen elämän kuvaamista. Todellisuus nähdään moninaisena, ja kvalitatiivisessa tutkimuksessa kohdetta pyritäänkin tutkimaan mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Tapahtumat muovaavat toinen toistaan ja niiden välillä onkin mahdollista löytää monentasoisia suhteita. Voidaan todeta, että laadullisessa eli kvalitatiivisessa tutkimuksessa pyrkimyksenä on eritoten paljastaa tai löytää tosiasioita eli faktoja sen sijaan, että todennettaisiin jo olemassa olevia väitteitä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2010, 161.)

Kvalitatiivisen tutkimuksen keskiössä on ihminen ja tutkimuksen kohdalla voidaankin puhua ihmislähtöisyydestä. Kysymys on tutkijoista itsestään sekä tutkimukseen osallistuvista toimijoista, informanteista. Laadullisessa tutkimuksessa aihepiirit ovat usein varsin henkilökohtaisia, ja näin ollen ne koskettavat myös tutkimuksen tekijää. Tätä piirrettä voidaankin pitää tunnusomaisena juuri laadullisessa tutkimuksessa. Tämän vuoksi myös eettisyys on hyvin tärkeä asia, kun puhutaan laadullisesta tutkimuksesta. (Kylmä & Juvakka 2007, 20.)

Kvalitatiivinen tutkimus voi käsittää joukon yksilöhaastatteluja tai aineistona voi olla vain yksi haastattelu tai jokin yksittäinen tapaus. Sinällään aineiston koolla ei ole merkitystä. Tavoitteena on ymmärtää tutkittavaa kohdetta. Laadullisen tutkimuksen aineiston riittävydestä käytetään termiä saturaatio- kylläntyminen. Tutkija ei pääte etukäteen aineistonsa kokoa, vaan tutkimuksen edetessä, samojen asioiden kertautuessa, on tapahtunut kylläntyminen ja aineisto voidaan nähdä riittäväksi. (Hirsjärvi ym. 2010, 181-182.)

Vilka (2005, 128) toteaa, että käytännössä kylläntymispisteen määrittäminen on vaikeaa, koska se on aina riippuvainen itse tutkimuksesta. Tutkijan taidoista myös riippuu, kuinka hy-

vin hän huomaa ja löytää tutkimuksestaan uusia näkökulmia, eli missä vaiheessa ja missä asioissa tutkimusaineiston kylläntyminen on tapahtunut. Erityisen vaikeaksi kylläntymispisteen määrittäminen nähdään tutkittaessa yksilön kokemuksia. Kokemus on aina ainutkertainen ja omakohtainen. Uusi haastattelutilanne voi tuoda taas jotain uutta tietoa saman ihmisen kohdalla. Tämän vuoksi kaikkien tutkimusmenetelmien aineiston kattavuuden määrittelyssä ei kylläntymispiste kriteerinä ole välttämättä toimivin.

7 Aineiston keruu ja kohdejoukko

Tutkimuksessamme kartoitimme vertaistuen merkitystä haastatteleamalla Mannerheimin lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin perhekahvilassa kävijöitä. Pyrimme löytämään mahdolliset vapaaehtoiset toimijat yhdessä Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin yhteyshenkilöme kanssa.

Keräsimme aineistoa yksilöhaastatteluna paikan päällä teemahaastattelun keinoin. Teemahaastattelu on vapaampi tapa kerätä aineistoa ja puolistrukturoituna se toimii toiminnallisissa opinnäytetöissä tilanteessa, jossa jostakin teemasta on tarkoitus tehdä asiantuntijoille konsultaatiota tai hankkia jostakin teemasta informaatiota (Vilkkä & Airaksinen 2003, 63).

Opinnäytetyön aiheemme valitsimme keväällä 2013 Laurean Otaniemessä olleessa opinnäytetyötorilla, jossa Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piiri oli mukana. Toukokuussa 2013 pidimme palaverin yhdessä (Mannerheimin Lastensuojeluliiton) MLL Uudenmaan piiriin edustajien kanssa ja päätimme yhteisen tavoitteemme, joka oli tuottaa ajankohtaista sekä kokemuksellista tietoa vertaistukitoiminnasta, jonka avulla MLL voi halutessaan kehittää perhekahvilatoimintaansa. Opinnäytetyömme lähtökohtana oli MLL:n vuonna 2011 toteuttama internetkysely, johon tutustui kesän 2013 aikana.

Opinnäytetyön kohderyhmäksi valitsimme luonnollisesti Mannerheimin Lastensuojeluliiton perhekahviloissa kävijät. Alkuvuodesta 2014 lähetimme sähköpostia Uudellamaalla sijaitsevien perhekahviloiden yhteyshenkilöille ja pyysimme heitä välittämään tiedon sekä pyynnön haastatteluista kävijöilleen. Pikkuhiljaa saimme vapaaehtoiset haastateltavat kasaan.

Haastateltaville emme asettaneet mitään muita kriteereitä, kuin perhekahvilassa käynnin. Emme halunneet spesifioida kävijöitä, koska haasteltavien ryhmä oli pieni ja näin pystyimme paremmin säilyttämään henkilöiden tunnistamattomuuden. Kun olimme saaneet vapaaehtoisten haastateltavien yhteystiedot, lähetimme heille sähköpostilla saatekirjeen (Liite 1.) tutkimuksesta sekä liitteenä lyhyen avauksen vertaistuen merkityksestä (Liite 2.) sekä haastattelumme teemoista, jotta he pystyivät hieman tutustumaan aiheeseen ennen haastattelua.

Aineiston keruu tapahtui paikanpäällä yksilöhaastatteluna, teemahaastattelun keinoin. Haastattelun tueksi olimme laatineet muutamia avainkysymyksiä tai - aihepiirejä (Liite 2), minkä ympärille haastattelu sittemmin rakentui. Haastattelut nauhoitettiin ja myöhemmin litteroitiin tekstiksi sanatarkasti. Litteroitua aineistoa kertyi kuusikymmentä (60) A4 arkkiä. Tämä aineiston käsittelyvaihe on tutkimuksessa hyvin tärkeä vaihe, vaikka se mielletään lähinnä mekaaniseksi tapahtumaksi. Aineiston keruun, analyysin sekä käsittelyn erottaminen toisistaan on usein mahdotonta. Laadullisen tutkimuksen luonteeseen kuuluu, että aineiston keruu ja analyysi nivoutuvat usein yhteen. Analysointia tapahtuu jo itse haastattelutilanteessa. (Kylmä & Juvakka 2007, 78-110.)

Kysyimme sähköpostitse haastateltaviltamme, missä ja mihin aikaan haastattelu heille parhaiten sopi. Tarjosimme vaihtoehtoiksi perhekahvila- aikaa, mutta myös muita paikkoja ja aikoja, mikäli haastateltava koki tärkeäksi myös perhekahvilatoimintaan osallistumisen. Olimme tarkastaneet etukäteen perhekahvilan internetsivuilta, että viikolla jolloin haastattelut suoritimme, ei perhekahviloissa ollut muuta suunniteltua toimintaa. Tarjouduimme hoitamaan ja viihdyttämään haastateltavan lapsia, mikäli hän koki sen hyväksi vaihtoehtoksi. Tällä pyrimme siihen, että lapset eivät mahdollisesti häiritse liikaa haastattelun kulkua ja haastateltava pystyi keskittymään keskusteluun paremmin. Otimme yhteyttä alueen kirjastoon sähköpostitse, jotta pystyimme tarvittaessa varaamaan sieltä tilat haastattelullemme.

Haastattelu voidaan tehdä joko yksilö-, pari-, tai ryhmähaastatteluna. Haastattelu on hyvä valita tutkimusmetodiksi kun halutaan korostaa sitä, että ihminen nähdään tutkimustilanteessa subjektina ja hänen annetaan tuoda itseään koskevia asioita esille mahdollisimman vapaasti. Näin hän on merkitystä luova ja aktiivinen osapuoli tutkimuksessa. Haastattelua voidaankin kuvata keskusteluksi, jolla on tarkoitus. Metodina se koetaan osapuolten taholta yleensä miellyttäväksi. Haastattelussa voimme kuulla ihmisten mielipiteitä, kerätä käsityksiä, uskomuksia, tietoa sekä saamme ymmärrystä siitä, miksi ihmiset toimivat havaintojemme mukaan. Haastattelu voidaankin tehdä monista lähtökohdista käsin ja toteuttaa usealla eri tavalla. Kaikilla niillä on erilaisia toimintasääntöjä sekä tavoitteita. Haastattelun haasteina voidaan nähdä, että se vaatii tekijältään taitoa ja kokemusta. Haastattelijan rooliin pitäisi kouluttautua. Haastattelut vievät lisäksi aikaa ja aiheuttavat eritasoisia kustannuksia, mm. tarvittavan materiaalin sekä mahdollisten matkakustannusten ja majoituksen muodoissa. Haastatteluaineiston tulkinta, analysointi ja raportointi ovat usein haasteellisia, koska tarjolla ei ole valmiita malleja. Haastattelun voidaan katsoa myös sisältävän monia virhelähteitä. Haastattelussa tutkittavalla ei ole mahdollisuutta anonymiteettiin siinä määrin kuin esimerkiksi lomaketutkimuksessa. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 11, 35; Hirsjärvi ym. 2010, 210.) Huomasimme haastattelujen edetessä, että harjaantumista tapahtui loppua kohden ja vuorovaikutuksesta tuli myös luontevampaa. Aikataulussa pysyminen ei tuottanut meille ongelmia ja haastattelujen kesto oli suunnitellut 30 minuuttia sekä kaikki haastattelut toteutuivat ennalta sovitusti.

Teemahaastattelua voidaan pitää lomakkeen avulla tehtävän haastattelun ja avoimen haastattelun välimuotona. Oleellista tälle menetelmälle on, että teemat eli aihepiirit ovat tiedossa, mutta kysymyksiä ei ole muotoiltu tarkasti ja niiden järjestys puuttuu.

Tätä menetelmää käytetään paljon kasvatus- ja yhteiskuntatieteellisessä tutkimuksessa, koska se vastaa hyvin monia laadullisen eli kvalitatiivisen tutkimuksen lähtökohtia. Kvantitatiivisissa tutkimuksissa voidaan myös käyttää teemahaastattelua, koska aineistosta on mahdollista laskea frekvenssejä ja sitä voidaan analysoida tilastollisesti. Tuloksia on myös mahdollista tulkita monin eri tavoin. (Hirsjärvi ym. 2010, 208.)

Hirsjärvi ja Hurme (2010, 72) ovat koonneet kirjassaan seuraavia ohjeellisia neuvoja teemahaastattelua tekeville. Haastattelurunko on syytä opetella ulkoa ennen haastattelua. Keskity itse haastattelutilanteeseen ja kuuntele. Ole luotettava ja muista ”vaitiolovelvollisuus”, tuttavan haastattelemista on hyvä välttää. Muista, että haastateltava on keskushenkilö ja varmista, että voit olla haastateltavan kanssa kahden. Varmista, että tarvittava välineistö toimii. Tarkista aina lopuksi, että haastattelutilanne on taltioitunut. Huolehdi aikataulussa pysymisestä ja siitä, että sovitut haastatteluteemat tulevat käsitellyiksi.

Teemahaastattelua on käytetty yleisimmin tutkimushaastattelumuotona ja siinä tutkimustehtävistä esille nousseet teemat johdattelevat haastattelun etenemistä. Teemahaastattelua voidaan pitää ns. puolistrukturoituna haastatteluna, vaikkakin se on ehkä lähempänä strukturoimatonta kuin strukturoitua haastattelumuotoa. Tässä kohdin kävimme eettistä keskustelua siitä, millaisia tarkentavia kysymyksiä voimme tarvittaessa esittää kaikkien ennalta suunniteltujen teemojen läpikäymiseksi, jotta ne eivät olisi liian johdattelevia. Haastattelun tueksi olimme laatineet itsellemme haastattelurungon, jotta laatimamme haastatteluteemat toteutuisivat. Teemahaastattelussa kysymykset eivät hallitse tai ohjaa haastattelutilannetta voimakkaasti ja siinä voidaan edetä myös siten että teemojen järjestys on eri kuin paperilla on mainittu. Teemahaastattelussa tulee vahvasti ja konkreettisesti esille ihmisten välinen keskinäinen vuorovaikutus. Teemahaastattelun toteutuksessa on tärkeää edetä tiettyjen aihepiirien mukaan ja tarvittaessa on oltava valmiina tarkentamaan lisäkysymyksiin, jos haastateltavan on vaikea lähteä puhumaan asiasta avoimesti. Teemahaastattelussa haastateltavalla on kuitenkin vapaus omiin merkityksiin ja tulkintoihin, koska haastattelu ja haastattelutapa on vuorovaikutteinen. Teemahaastattelussa lähdetään liikkeelle siitä olettamuksesta, että haastateltava eli tutkimuksen toimija sekä haastattelija tietävät tutkittavasta asiasta vähintäänkin paljon tai ovat kokeneet kyseisen tilanteen. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 48.) Kolme haastattelua toteutimme parityöskentelynä siten että toinen toimi päähaastattelijana, toisen tehdessä samanaikaisesti muistiinpanoja sekä mahdollisia tarkentavia lisäkysymyksiä, pysyen kuitenkin enemmän taustalla. Haastateltaville olimme lähettäneet ennakkoon haastattelumme teemat sekä avanneet vertaistuen käsitettä hieman.

8 Aineiston analyysi

Tämän opinnäytetyön aineisto analysoitiin induktiivisella sisällönanalyysi menetelmällä, jota voidaan käyttää laadullisen tutkimuksen perinteissä ja sen avulla voidaan tehdä monenlaista tutkimusta. Sitä voidaan pitää yksittäisenä metodina ja se myös tarjoaa väljän teoreettisen kehyksen analyysikokonaisuuksille. Aineiston analysoinnin taustalla on tutkimustehtävät tai tutkimusongelmat, jotka ohjaavat tutkijaa tutkimusaineiston lajittelussa ja karsinnassa. Toisessa vaiheessa aineisto litteroidaan tai koodataan, tässä tutkija voi käyttää omaa luovuutta merkinnöissään. Haastattelujemme litterointi alkoi heti seuraavalla viikolla, kun olimme saaneet haastattelut päätökseen. Seuraavaksi aineisto luokitellaan, teemoitetaan ja tyypitetään. Teemoittelussa taas painottuu aineiston pilkkominen aiheiden mukaan, jota edeltää esimerkiksi haastateltavien ryhmittely. Aineistosta etsitään tiettyjä teemoja eli aiheita. Teemahaastattelu mahdollistaa usein jo itsessään aineiston jäsennyksen. Tyypittelyssä teemojen sisältä haetaan yhteinen nimittäjä ja muodostetaan ikään kuin yleistys, tyyppiesimerkki. Analyysin viimeisessä vaiheessa tehdään aineistosta yhteenveto ja päätetään haetaanko aineistosta samanlaisuutta vai erilaisuutta. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 91-93.) Sisällönanalyysin tavoitteena on tiedon tuottaminen tutkimuksen kohteena olevasta ilmiöstä kerätyn materiaalin avulla. Menetelmä on systemaattinen ja se on perustyöväline laadullisen aineiston analyysissa. (Kylmä & Juvakka 2007, 112.)

Haastattelun hahmottaminen kokonaisuutena antaa mahdollisuuden tehdä aineistosta yksityiskohtaisempaa, aineistolähtöistä analyysia. Yksityiskohtainen analyysi sisältää kolme vaihetta; pelkistäminen, ryhmittely sekä abstrahointi. Pelkistämässä eli tiivistämisessä haastattelusta etsitään ilmauksia, jotka ovat tutkimuksen kannalta merkityksellisiä. Nämä ilmaisut toimivat sittemmin pohjana pelkistämälle eli koodaukselle. Koodauksessa asia tiivistetään niin, ettei aineiston sisältö muutu. Tämän jälkeen samankaltaisia, pelkistettyjä ilmauksia ryhmitellään ja niille nimetään luokka. Ryhmittelyä voidaan kutsua myös klusteroinniksi. Ryhmittelyssä vaiheita voi olla useampia ja luokille voi muodostua myös yläluokkia. Edellämainituissa vaiheissa on jo aineiston abstrahointia mukana ja tämä sisällönanalyysin kolmas vaihe limittyikin näiden vaiheiden kanssa. Näin aineistoa analysoimalla saadaan vastaus tutkimuksen tarkoitukseen ja tehtäviin. (Kylmä & Juvakka 2007, 112-120.) Litteroinnin jälkeen kävimme haastattelut läpi yksi kerrallaan, etsien niistä suoria ilmauksia, jotka parhaiten vastasivat tutkimuskysymyksiimme. Alleviivasimme ilmaukset tutkimuskysymyksittäin eri väreihin. Suorat ilmaukset siirsimme tämän jälkeen erilliselle word- tiedostolle ja merkitsimme myös mistä haastattelusta kukin ilmaus oli irrotettu. Tämän jälkeen pelkistimme ilmaukset niin, että aineiston sisältö pysyi samana. Pelkistetyt ilmaukset kokosimme isolle lakanalle ja etsimme niistä samankaltaisuutta ryhmittelyn avulla. Syntyneille ryhmille annoimme yhteisen nimittäjän - teeman eli luokan ja näin vähitellen saimme vastaukset opinnäytetyömme tutki-

muskyksymyksiimme. Saadut tulokset avaamme tutkimuskysymyksittäin seuraavassa kappaleessa.

Taulukko 1

Esimerkki pelkistettyjen ilmausten ryhmittelystä luokaksi.

Muutkin lapset temppuilevat.	Yhteisten kasvatuskokemusten jakaminen.
Yhteinen ongelma yhdisti.	
Yhteinen vanhemmuus.	
Osa laittaa ongelmat oikeaan mittasuhteeseen.	
Muidenkin lapset kiukuttelee normaalisti.	
Lapset samaan aikaan kouluun.	
Muillakin tämmöistä.	
Kiva kuulla muidenkin samoja kokemuksia.	
Ongelmat eivät ole ylitsepääsemättömiä.	
Huomaa että on erilaisia tapoja olla lasten kanssa.	
Yhteinen ongelma	
Puhutaan lasten asioista.	

Taulukko 2

Esimerkki pelkistettyjen ilmausten ryhmittelystä luokaksi.

Tulee mukavia keskustelunaiheita.	Aikuiskontaktien ylläpitäminen.
Sosiaalista kanssakäymistä.	
Mahdollisuus kanssakäymiseen.	
Tärkeitä tuttavuuksia.	
Näkee muiden lasten vanhempia.	
Tavata äitejä.	
Tapaa tuttuja.	
Näkee muita vanhempia.	
Jonkun verran lounastreffejä.	
Muuten ei vanhemmat olisi tavanneet.	
Pinnallisia tuttavuuksia.	
Näkee vanhempia.	
Nähdä muita ihmisiä.	
Juttua riittää.	
Spontaania keskustelua.	
Voi rauhassa puida asioita.	

9 Tulokset

9.1 Vertaistuen odotukset

Haastateltavien odotuksissa perhekahvila käynneiltä oli aikuiskontaktien luominen. He odottivat saavansa aikuista seuraa ja perhekahvilan mahdollistavan paikan missä kontaktien luominen on luontevaa. He odottivat perhekahvilan olevan eräänlainen foorumi vanhempien keskusteluille ja kokemusten jakamiselle.

”...kontaktia muihin, koska se on se aikuiskontakti joka tietenkin aika helposti jää puuttumaan.”

Ystävyysuhteiden luominen tuli esille haastateltavien odotuksissa ja he toivoivat löytävänsä perhekahvilasta ystäviä. He ajattelivat, että päivittäinen arki olisi huomattavasti yksinäisempää ilman perhekahvilassa luotuja kontakteja.

”...voi löytää jonkun sydänystävänkin...”

Haastateltavien odotuksissa korostui vakiintuneen matalankynnyksen kohtaamispaikan tärkeys. He odottivat perhekahvilan olevan matalankynnyksen paikka, johon voi mennä ilman ennakoilmoittautumista ja sitoutumista toimintaan. Haastatteluissa nousi esille, että jo pelkkä tieto perhekahvilan olemassa olosta luo turvallisuutta arkeen.

”...mä pidän tärkeenä, et se on olemassa paikka mihin voi niinku mennä...”

Odotuksissa korostui myös haastateltavien uteliaisuus perhekahvilatoimintaa kohtaan. Positiiviset mielikuvat toiminnasta innostivat hakeutumaan siihen mukaan. He pohtivat oman elämäntilanteensa olevan sopivan tämän kaltaiseen toimintaan.

”...meni vaan kattoo, et mitäs täällä on.”

Perhekahvilatoiminnalta kävijät odottivat löytävänsä lapsilleen heidän ikäistään seuraa sekä paikan, jossa lapset pääsevät leikkimään myös sisätiloissa.

” Plus et mä halusin myös, et mun lapset näkee vähän muita lapsia.”

Haastateltavat odottivat toiminnalta vapaamuotoisuutta sekä epävirallisuutta. He epäilivät, että kynnys osallistua toimintaan nousee, mikäli toiminta ei ole vapaamuotoista.

”...nään sen tärkeenä, että toi pysyykin tommosena aika vapaamuotosena, ettei sitä ruveta liikaa laittamaan mihinkään formaattiin...”

Odotuksissa kävijät toivoivat lapsensa tottuvan kodin ulkopuoliseen elämään sekä kehittävän sosiaalisia taitoja tulevaa päiväkotielämää varten.

”Ja sit myös, et (lapsi) tottuu olemaan niinku tilassa mikä ei ole koti.”

”Niin, et semmoseen niinku (lapsi) vähän valmistautuu... päiväkotiin menoonkin.”

Haastateltavat odottivat saavansa vinkkejä arkeen sekä evästystä aikaan kotivanhemmuuden jälkeen.

”...jotain hyvin arkipäiväisiä pieniä juttuja, mut ne voi niinku vaivaa jotain.”

Toiminnan ajateltiin olevan luotettavaa. Haastateltavat kokivat luontevana ajatuksen MLL:n toimintaan osallistumisesta. He ajattelivat, että perhekahvilan vetäjiin olisi helppo ottaa yhteyttä tilanteen niin vaatiessa.

”...luontevampaa kyllä mennä tonne niinku MLL:ään... puolelle sitte jos rupee tulee liian synkkiä pilviä ittensä päälle et siel niinku kyl sil oma paikkaansa on ihan ehdottomasti.”

Kaikilla haastateltavilla ei ilmennyt ennako-oletuksia lainkaan. Tämä käy ilmi myös tuloksia analysoidessa, odotusten vähyytenä.

9.2 Vertaistuen kokemukset

Vanhemmat kokivat aikuiskontaktien ylläpitämisen mahdollisuuden tärkeäksi ja se ilmeni laajalti haastatteluissa, monin eri tavoin. Paikkana perhekahvila mahdollisti vertaisten tapaamiset, jotka muuten olisivat jääneet toteutumatta. Vertaisten kanssa jutteleminen ja spontaanit keskustelut muiden vanhempien kanssa olivat mielekkäitä. Perhekahvilassa kävijät kokivat, että sieltä saadut tuttavuudet olivat tärkeitä sen hetkisessä elämäntilanteessa ja joskus ne syvenivät jopa ystävyudeksi.

”...se mikä täs perhekahvilas ois hyvää, et siellä näkee muitten lasten vanhempia kans...”

Haastatteluista ilmeni perhekahvilan toiminnan myönteinen vaikutus parisuhteeseen. Perhekahvilassa kävijät kokivat, että kun he saavat keskustella vertaistensa kanssa arjen asioista, ei heidän tarvinnut purkaa kaikkea enää puolisolleen. Näitä kokemuksia ilmeni kuitenkin suhteellisen niukasti parisuhteen hyvinvointiin liittyen vertaistuen näkökulmasta.

”... on ihan ehdottomasti ollut, et ku puoliso tulee töistä kotiin, ni mulla ei oo ollu mitää tarvetta purkaa päivän paineita sitten hänen niskoihinsa.”

Vanhemmat kokivat toiminnan vapaamuotoisuuden tärkeänä. Vapaa oleminen ja tuleminen nähtiin olennaisena osana perhekahvilatoimintaa. Helppo yhdessäolo, jossa ei vaadita mitään, sopi perheille tähän elämäntilanteeseen hyvin. Kaikki vastaajat toivoivat vapaamuotoisuuden säilyttämistä perhekahvilatoiminnassa.

”...ihan hyvä et on sitten paikka mihin voi tulla kun huvittaa...”

Perhekahvila koetaan kävijöiden taholta tärkeäksi paikaksi juuri vertaistuen näkökulmasta. Samassa elämäntilanteessa olevat vanhemmat vaihtavat keskenään kokemuksia ja kuulumisia. Perhekahvilassa mahdollistuu näin vertaisten keskinäinen vuorovaikutus sekä sosiaalisten suhteiden luominen. Monelle vanhemmalle perhekahvila voi olla myös ainoa paikka tavata muita samassa elämäntilanteessa olevia vanhempia. Ystäväperheillä ei välttämättä ole vielä lapsia tai he asuvat toisella paikkakunnalla. Muuttoliike voi myös aiheuttaa sen, että vanhemmille ei ole ehtinyt muodostua muunlaistakaan sosiaalista verkostoa tai ystävyysuhteita uudella paikkakunnalla.

” ...kyl mä niinku sanon, et siis vertaistukea tarvitaan ja jos ei sitä oo niinku muualt saatavissa ni kyl perhekahvila on ihan hyvä paikka.”

” No ois se kyllä kyl ois jääny monta lyhytaikaista tuttavuutta, jotka taas sit ehkä siihen elämäntilanteeseen ollu hirveen tärkeitä...”

Vertaistuki voidaan nähdä osana päivittäistä ja keskinäistä vuorovaikutustamme. Tilanteesta riippuen koemme voimaannuttavana kuulla samassa elämäntilanteessa olevan kokemuksia ja neuvoja, mutta myös saada jakaa niitä toiselle vertaiselle. Vertaistuen näkökulmasta tärkeää on vuorovaikutuksen vastavuoroisuus sekä kokemuksellinen osallistuminen toisen arkeen.

” ...oon ehkä ite ollu enemmän antavana osapuolena ku saavana.”

Haastatteluissa nousi esille kokemus perhekahvilan voimaannuttavasta vaikutuksesta kävijän arjessa. Perhekahvilassa saa jutella asioista tai vaan olla. Haastateltavat kokivat saaneensa perhekahvilasta myös henkistä tukea, jolla oli myönteinen vaikutus arjessa jaksamiseen. Vertaistuen näkökulmasta haastateltavien voimaantumisen kokemukset ovat merkittäviä, koska toisen vertaisen mahdollistama tuki on vertaistoiminnan ydin ja siitä saatava hyöty on arvokasta.

” Niin vanhemmalle sit henkireikä.”

”...vähän käydä läpi milt on tuntunu joku asia ja mite se on ratkastu ehkä jo jollakin.”

Yhteiset arjen haasteiden kokemukset yhdistivät vanhempia. He kokivat saavansa tärkeää vertaistukea ongelmien oikeaan mittasuhteeseen asettelussa. Vanhempien välisissä keskusteluissa tuli usein ilmi samankaltaisia pulmia ja huomattiin, että muillakin on vastaavanlaisia tilanteita ratkottavanaan. Tieto siitä, ettei ole ainut vanhempi, joka kamppailee kasvatustilanteiden ja arjen rutiinien kanssa, helpotti monia ja synnytti hedelmällisiä keskusteluja perhekahvilassa. Mahdollisuus yhteisten kasvatuskokemusten jakamiseen koettiin hyvin merkittävänä.

”... siel on jonkunnäkönen tämmönen niinku yhteinen vanhemmmus olemassa...”

” ... näkee ko muutkin lapset kiukutteli et sit vaan et huh huh, et ei se oo ainut, on se ehkä ihan normaalia kuitenkin. ”

”... kuitenkin muut on samassa elämäntilanteessa siel aina keskustellaan.”

”...huomaa että ei nää omat ongelmat oo mitenkää ylitsepääsemättömiä...”

Perhekahvilan tarjoamia tilaisuuksia lasten leikkeihin ja tapaamisiin pidettiin merkittävänä. Kotona hoidossa oleville lapsille kaivattiin mahdollisuuksia tavata muita ikäisiään ja näin oppia sosiaalisia taitoja ja ryhmässä olemista. Tähän perhekahvilatoiminta tarjosi tarpeelliset puitteet ja hyvät harjoitusmahdollisuudet. Vanhemmat kokivat lasten leikkiseuran saamisen ja toisiin lapsiin tutustumisen keskeisenä osana perhekahvilatoimintaa.

”...perhekahvila on silti, et tääl niinko semmone ainoo mis lapset pystyy leikkii keskenää...”

” ... lapset tykkää, ko on leikkikavereita...”

Haastatteluissa kävi ilmi, että lapsiperheiden luottamus Mannerheimin Lastensuojeluliiton toimintaa kohtaan on vakaata. Jotkut kokivat, että vapaaehtoisten pyörittämään toimintaan on helpompi mennä mukaan kuin ”ammattilaisten” järjestämään. Tuloksissa kävi ilmi myös, että omien ongelmien esiintuomiseen on matalampi kynnys vapaaehtoistoiminnassa. Positiivinen mielikuva vapaaehtoistyöstä ja jo tietä MLL:n perhekahvilatoiminnan olemassaolosta, loi vanhemmille turvallisuudentunnetta.

”...silti se et tietää, et se on MLL:n toimintaa ni se jotenki luo siihe vaa semmoset puitteet, et siel on helpompi puhuu sit syvemmistä tunteista.”

” ... se, että tietää, et on se mahdollisuus olemassa ni se anto semmosen turvallisuuden tunteen. ”

Hyväksytyksi tuleminen on yksi ihmisen perustarpeista. Perhekahvila tarjoaa vanhemmille matalan kynnyksen paikan, jonne kaikki ovat tervetulleita. MLL:n perhekahviloiden ilmapiiri koetaan hyväksyvänä ja perhekahvilaan voi tulla omana itsenään. Haastateltavien kokemukset ovat erityisen arvokkaita, sillä hyvän vertaistoiminnan peruselementtejä on salliva sekä ymmärtävä ilmapiiri. Tämä näyttää toteutuvan perhekahviloissa ja se luo varmasti hyvän pohjan MLL:n perhekahvilatoiminnalle jatkossakin.

”...ettei tarvi mitään täydellisiä äitejä tulla sinne esittämään...”

Haastattelijat kokivat perhekahviloissa käynnilleen tärkeäksi sen, että MLL:n perhekahvila on matalankynnyksen paikka, jonne voi mennä ilman ilmoittautumista. Heille lämpimänä koettu ilmapiiri sekä toiminnan avoimuus olivat tärkeitä. Perhekahvilassa käyvät vanhemmat hyväksyvät toistensa toimintatapojen erilaisuuden ja peilasivat omaa arkeaan ja tapansa toimia muihin. Avoin ilmapiiri antoi tunteen, että kaikkien kanssa voi jutella, eikä tarvitse miettiä, mitä toinen ajattelee. MLL:n perhekahvila koettiin turvallisena paikkana ilmaista tunteitaan.

”Joo ja se on varmaan se laskee sitä kynnystä sitte mennä sinne, ku sinne ei tarvii ilmottautuu.”

”...lämpimästi otettiin vastaan...”

”...kaikki on tervetulleita.”

Vinkkien saamisen arkeen haastateltavat kokivat tärkeäksi vertaistuen muodoksi perhekahvilassa. Perhekahvilassa kävijät olivat itse antaneet, sekä saaneet vertaistukea. Haastatteluissa tuli ilmi, että apua oli annettu vertaiselle aivan konkreettisin keinoin ja käyty esimerkiksi kaupassa katsomassa tarvittavia tuotteita, avuksi ongelman ratkaisemiseksi. Perhekahvilassa kokeneimmat saattoivat neuvoa vähemmän kokeneita ja kävijät saattoivat jakaa kokemuksia, kuinka he ovat itse ratkaisseet samankaltaisia haasteita.

”... ihan käytännön neuvoja.”

”...toi on niinku se foorumi, mistä tiedot lähtee liikkeelle.”

”...joskus tietysti hyviä käytännön vinkkejä saanut...”

MLL:n perhekahviloissa käydessään kävijät kokivat saavansa mielekästä toimintaa arkeensa ja tuovan sen runkoa heidän viikoonsa. Haastateltavat kokivat, että MLL:n perhekahvilalla on ehdottomasti oma paikkansa vertaistukiverkostossa ja kun löytyy tekemistä pihapiirin ulkopuolelta, tuo se vaihtelua arkeen.

”...ja erilaisia päiviä .”

” ...valmiiksi jotain ohjelmaa.”

”...tulee semmosta mielekästä tekemistä...”

”... ehkä enemmän että on tavallaan sellaista vähä runkoo siinä viikossa...”

Suurena osa-alueena vertaistukikokemuksille haastatteluissa muodostui lähialueiden lapsiperheiden verkostoituminen MLL:n perhekahviloiden kautta. Vertaistukea määriteltäessä voidaan lähtökohtaisesti todeta ihmisen luontainen tarve kokea yhteenkuuluvuutta. Haastateltavat kokivat, että MLL:n perhekahviloista saa uusia kavereita ja tutustuu lähialueiden lapsiperheisiin sekä perhekahvila tarjoaa myös pohjan kontaktien luomiselle. Haastatteluista nousi esille vertaisilta saatu tuen tärkeys lähialueen asioiden hoitamiseen. Me-hengen luominen ja verkostojen luominen perhekahvilan kautta loi tunnetta, että asioihin on mahdollista vaikuttaa. Vanhemmat pitivät tärkeänä, että tätä kautta he myös tutustuivat saman asuinalueen lapsiin ja heidän vanhempiinsa, joka toi vakauden tunnetta elämään. Jo se, että vanhemmat tiesivät lastensa kavereita edes nimeltä, auttoi heitä luomaan parempaa luottamusta päästää esimerkiksi lapsensa kaverilleen kyläilemään.

”...sit sitä kautta järjestäydyttiin...”

”Must se on tosi hyvä asia, koska meidän lapset tulee leikkimään keskenään, niin must on kiva, et mä tunnen ne vanhemmat...”

”Joo kyllä nimenomaan tutustunut, että tuntuu, et tuntee melkein kaikki pienten lasten vanhemmat täältä alueelta.”

” Mut sit toistaalta se, että ku mä oon tutustunu siel MLL:ssä se oli tossa yks syykin ehkä, että tuntee sitten, kun mä en tuntenu täältä niin paljon aikaisemmin...”

10 Pohdinta

10.1 Opinnäytetyön luotettavuus

Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta voidaan määritellä erityisin laadullisen tutkimuksen luotettavuuskriteerein: vahvistettavuus, siirrettävyys, uskottavuus sekä refleksiivisyys. *Vahvistettavuus* (dependability, auditability) on sidonnainen koko tutkimusprosessiin ja siinä tutkimuspäiväkirjan merkitys korostuu. Tutkija kirjaa havaintojaan, tekemiään päätelmiä sekä johtopäätöksiään ylös koko prosessin ajan. Tuomi ja Sarajärven (2009) teoksessa englanninkielisellä sanalla confirmability tarkoitetaan tutkimuksen vakiintuneisuutta, vahvistuvuutta, vahvistettavuutta (dependability.) *Siirrettävyys* (transferability) tarkoittaa, että tutkimuksen tulokset on siirrettävissä muihin vastaavanlaisiin tilanteisiin. *Uskottavuus* (credibility) kuvaa tutkimustulosten uskottavuutta ja paikkansapitävyyttä. *Refleksiivisyys*-kriteeri tarkoittaa, että tutkimuksen tekijä tiedostaa omat vaikuttimensa koko tutkimusprosessin ajan ja mainitsee ne raportissaan. (Kylmä & Juvakka 2007, 127-129; Tuomi & Sarajärvi 2009, 138-139.)

Muistiinpanojen sekä tutkimuspäiväkirjan avulla dokumentoimme eri vaiheita opinnäytetyösämme varmistaen näin tutkimuksen *Vahvistettavuutta*. Keräämällämme aineistolla voimme myös osoittaa, miksi päädyimme työssämme tiettyihin johtopäätöksiin ja tuloksiin. Aineiston pelkistäminen ja luokittelu sekä grafiikan esittäminen työssämme tukee tekemiämme tulkin-toja ja johtopäätöksiä. Vahvistettavuus on tosin ongelmallinen siinä suhteessa, että laadullisessa tutkimuksessa toinen tutkija ei välttämättä päädy samaan tulkintaan samankaan aineiston perusteella. *Siirrettävyyden* lisäämiseksi pyrimme työssämme taustoittamaan tutkimuksen lähtökohtia riittävästi. Opinnäytetyömme eri vaiheet dokumentoitiin huolellisesti varmistaen tutkimuksen *Uskottavuuden*. Tuloksia on myös hyvä peilata yhdessä tutkimukseen osallistuneiden kanssa ja varmistua, että saadut tulokset vastaavat heidän käsityksiään. Haastateltavilla oli mahdollisuus tutustua opinnäytetyöhöemme sen valmistuttua sekä antaa siitä myös palautetta. Tuloksia voi myös tarkastella toisten samaa aihetta tutkivien kanssa ja peilata nyt saatuja tuloksia aiempiin samankaltaisiin tutkimuksiin. *Refleksiivisyys* varmistettiin tiedostamalla omat lähtökohtamme opinnäytetyön tekijöinä ja olla tietoisia siitä, kuinka vaikutamme aineistoomme ja itse tutkimusprosessiin. MLL:n perhekahvilatoiminta oli entuudestaan tuttua vain yhdelle meistä, mutta olimme saaneet tietoa toiminnasta kirjallisuuden kautta sekä luoneet toiminnasta positiivisen mielikuvan. Opinnäytetyöhön sisältyvää tutkimusta sekä aineiston analysointia emme olleet aikaisemmin tehneet, eikä meillä ollut teemahaastattelumenetelmästä aiempaa käytännön kokemusta.

10.2 Opinnäytetyön eettisyys

Tutkijaa ohjaa aina erityinen ammattietiikka. Siihen kuuluvat eettiset periaatteet, kuten arvot, normit ja hyveet. Hyvässä tutkimuksessa noudatetaan aina hyvää tieteellistä käytäntöä. Se tarkoittaa, että tutkimuksen aineiston kerääminen, käsittely ja säilytys, kysymyksen asetelu, tavoitteet ja tulosten esittäminen ei loukkaa hyvää tieteellistä tapaa, eikä tutkimuksen kohderyhmää. Kaikkia tutkijoita sitovat myös tutkimuksen yksityisyyttä koskevat normit ja ne ovat yhteneväiset lainsäädännön kanssa. Tutkijan velvollisuus on huolehtia tietosuojasta niin, että tutkittavien yksityisyyden suojaa ei loukata ja mahdolliset henkilötiedot muutetaan tunnistamattomiksi. Tutkittavan tutkimukseen osallistuminen perustuu aina vapaaehtoisuuteen ja hänellä on oikeus keskeyttää tutkimukseen osallistumisensa milloin tahansa (Tuomi & Sarajärvi 2009, 131). Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta (ETENE) ottaa kantaa periaatteellisesti sosiaali- ja terveysalaan sekä asiakkaaseen ja potilaaseen liittyviin eettisiin kysymyksiin sekä antaa tästä suosituksia (ETENE 2010). Tutkimuksen eettisyyteen liittyy oleellisesti myös plagioinnin vaarojen tiedostaminen. Toisen tutkijan esittämiä ajatuksia tai ilmauksia omissa nimissä on vastoin tutkimusten eettisiä pelisääntöjä. Tämän vuoksi tutkimuksessa käytettävät lähdeviitteet on merkittävä asianmukaisesti ja tarkasti. (Vilka 2007, 89-90, 95; Vilka & Airaksinen 2003, 78.)

Pyrimme opinnäytetyössämme noudattamaan jo potilastyössä opittua korkeaa ammattietiikkaa. Toimintaamme ohjasi kaikilta osin omat sisäiset arvomme, moraalit sekä eettisyyden periaatteet. Tarkoituksenamme oli, että opinnäytetyömme ei työn missään vaiheessa loukkaa hyviä tieteellisiä tapoja, eikä tutkimuksemme kohderyhmää. Tutkimuslupaa emme tarvinneet, koska aloite opinnäytetyön aiheesta tuli suoraan MLL:n Uudenmaan piirin edustajalta. Opinnäytetyömme tutkimukseen osallistuminen oli vapaaehtoista ja sen pystyi keskeyttämään milloin tahansa. Haastatteluun osallistuvilta pyydettiin myös kirjallinen suostumus saatekirjeeseen (liite 1.) Pyrimme siihen, että opinnäytetyössämme haastateltuja vanhempia ei voitu tunnistaa, tai yhdistää juuri tiettyyn pääkaupunkiseudun perhekahvilaan. Haastateltavien henkilöllisyys ja yhteystiedot pysyivät koko projektin ajan vain opinnäytetyön tekijöiden tiedossa. Henkilöllisyyden suojaamiseksi pidimme sähköpostitse yhteyttä vain meidän tekijöiden ja haastateltavan kesken. Anonymiteetin varmistamiseksi haastattelut sovittiin myös perhekahviloiden ulkopuolelle. Opinnäytetyössämme käyttämiemme suorien lainausten yhteydessä varmistimme, ettei haastateltavaa voi tunnistaa lainauksen sisällön perusteella. Haastatelluissa saattoi nousta esille hyvinkin henkilökohtaisia ja arkaluonteisia asioita, jolloin meiltä tutkimuksen tekijöiltä edellytettiin erityistä herkkyyttä, luottamuksellisuutta sekä erityistä yksityisyyden ja nimettömyyden suojelua. Opinnäytetyössämme pyrimme hyvään, olemaan avoimia, rehellisiä sekä oikeudenmukaisia. Raportoimme tuloksista mahdollisimman totuuden mukaisesti. Opinnäytetyössä käyttämämme lähteet pyrimme merkitsemään mahdollisimman huolellisesti määrätyn lähdeviitteen noudattaen näin myös tutkimuksen eettisiä pelisääntöjä.

Huolehdimme myös haastattelumateriaalin asianmukaisesta säilyttämisestä sekä sen hävittämisestä opinnäytetyön valmistumisen jälkeen. Poistimme haastattelut sanelukoneen ääniraidoilta sekä tietokoneen tiedostoista opinnäytetyömme valmistumisen jälkeen.

10.3 Opinnäytetyön tulosten tarkastelu

Opinnäytetyömme haastatteluissa yllätti se, että haastattelujen alussa haastateltavat sanoivat, että eivät juuri tarvitse vertaistukea itselleen. Aistimme, että he kokivat vertaistuen olevan ihmisille, jotka kaipaavat apua jo syntyneisiin ongelmiinsa. Sanaa vertaistuki vierastettiin jollan tasolla, vaikka olimme saatekirjeessämme (liite 2) pyrkineet avaamaan vertaistuki käsitettä, emme ehkä kuitenkaan riittävän laajasti. Haastattelujen edetessä MLL:n perhekahvilassa kävijät kuitenkin toivat esille lukuisia kokemuksiaan vertaistuesta. Tästä johtuen ajatella, että vertaistuki- termiä on hyvä avata aina mahdollisuuksien mukaan eri yhteyksissä. Vertaistukea pitäisi myös laajemmin tuoda esille positiivisena, ennaltaehkäisevänä ja arkea tukevana asiana, jonka mahdollistavat samassa elämäntilanteessa olevat ihmiset.

Opinnäytetyömme haastatteluissa vanhempien odotuksia vertaistuesta ilmeni huomattavasti kokemuksia vähemmän. Vanhemmat odottivat toiminnalta pohjaa aikuiskontaktien luomiselle ja he toivoivat myös löytävänsä perhekahvilasta ystäviä. Vanhemmat odottivat saavansa toisilta vertaisilta käytännön vinkkejä arjen ongelmiin sekä neuvoja esimerkiksi lapsen kasvatukseen ja hoitoon liittyen. He odottivat myös löytävänsä perhekahvilasta lapsilleen heidän ikätasoista leikkiseuraa, jotta lapsi tottuisi myös kodin ulkopuoliseen elämään, esimerkiksi tulevaa päiväkotielämää ajatellen. Vanhemmat myös odottivat MLL:n perhekahvilatoiminnan olevan luotettavaa ja heidän odotuksissa tietynlainen uteliaisuus sai hakeutumaan mukaan perhekahvilatoimintaan. Haastattelujemme tulosten perusteella vanhempien odotukset perhekahvilatoiminnan tarjoamasta vertaistuesta tuntuivat olevan maltillisia sekä realistisia.

Toisin kuin opinnäytetyömme tuloksissa, Mykkänen-Hänninen ja Kääriäinen (2009, 54) totesivat erovanhemmille suunnatun vertaistukiryhmän kävijöiden odotuksista, että osallistujalla saattaa olla myös epärealistisia odotuksia vertaistuen suhteen. Tämä näyttäytyi esimerkiksi oletuksena pahan olon poistamisesta toisen vertaisen avulla. Vertaistukemisessa voidaan tällöin mahdollisesti kokea myös frustraatiota ja pettymystä. Kinnunen (2006, 61-76) toteaa myös, että vertaistukemisesta ei ehkä synnykään syystä tai toisesta, jolloin osallistujan vertaistoinnille asettamat odotukset eivät toteudu. Tämä voi jopa lisätä ulkopuolisuuden ja yksinäisyyden tunnetta. Haastattelujemme tuloksien pohjalta syntyi vahva vaikutelma, että vanhemmat odottivat MLL:n perhekahvilatoiminnan jatkuvan nykyisenlaisena matalankynnyksen vapaamuotoisena paikkana, jonne on helppo mennä ja tavata siellä muita samassa elämäntilanteessa olevia vanhempia.

Haastatteluissamme painottui vanhempien positiiviset vertaistuen kokemukset. Vanhemmat toivat esille yksinomaan vertaistuen myönteisiä puolia. Positiivisessa vertaistuessa korostuvat myötäeläminen ja vastavuoroisuus. Negatiivista tukea taas leimaa epäempaattinen, kriittinen ja pessimistinen asenne sekä vähättelevä suhtautuminen toisen kokemuksiin. (Mykkänen-Hänninen & Kääriäinen 2009, 11.) Edellämainittuja negatiivisia vertaistuen kokemuksia ei haastatteluissamme tullut esille. Perhekahvilat koettiin tärkeinä paikkoina juuri vertaistuen näkökulmasta. Vanhemmat tapasivat perhekahvilassa muita samassa elämäntilanteessa olevia vanhempia ja saivat näin tukea toinen toisiltaan. Perhekahvilatoiminta mahdollisti myös vanhempien sosiaalisen verkoston laajenemisen sekä keskinäisen tiedon jakamisen. Perhekahvilasta saadulla vertaistuella oli voimaannuttava ja vanhemmuutta tukeva vaikutus. Vertaistuen samanlaisia positiivisia kokemuksia nousi esille myös MLL:n laajassa perhekahvilakyselyssä (2011) jossa moni perhekahvilassa kävijä koki perhekahvilat korvaamattomina paikkoina jakaa vanhemmuuden kokemuksia sekä saada vertaistukea ja ystäviä. Hiltunen (2003, 26-42) kuvaa myöskin opinnäytetyössään kuinka haastateltavat kertoivat suurimmaksi syyksi perhekahvilassa käynteihin juuri sieltä saadun vertaistuen. Opinnäytetyömme haastatteluiden tulokset osoittavat saadun vertaistuen kokemuksen olevan tärkeä tekijä osana vanhemmuuden tukemista.

Pajunen (2012, 55-61) kuvaa pro-gradu tutkielmassaan, kuinka äidit kokivat saaneensa neuvolan järjestämässä äiti-vauvaryhmässä sellaista kokemuksellista ymmärrystä ja tukea, jonka eivät uskoneet mahdollistuvan heidän läheisten tai ammattilaisten taholta. Kingsnorth, Gall, Beayni ja Rigby (2011, 833-840) toteavat saadun vertaistuen vahvistavan vanhemmuutta ja vertaisten tukemana vanhemmat pystyivät suunnittelemaan aikuistuvien erityislastensa tulevaisuutta aiempaa paremmin. Vertaistuen monitasoisista positiivisista vaikutuksista vanhemmuuden tukemisessa raportoivat myös Ritchie, Stewart, Ellerton, Thompson, Meade & Viscount (2000, 25-45) tutkimuksessaan. Tuloksemme vahvistavat osaltaan aikaisempia tutkimustuloksia vertaistuen merkityksestä lasten vanhemmille.

Ihmisen yksi perustarpeista on hyväksytyksi tuleminen. MLL:n perhekahvila tarjoaa vanhemmille matalan kynnyksen paikan, jonne kaikki ovat tervetulleita. Sen ilmapiiri koetaan hyväksyvänä ja paikkana, jonne voi tulla omana itsenään. Kytöharju (2003, 33-52) kuvasi internetin Vauvalehden keskustelupalstalla äitien toisiltaan saamaa tukea jaksamiseensa ja myös näissä tutkimustuloksissa vertainen tuki vahvisti äitien itsetuntoa, mutta vertailu saattoi olla myös ilkeilevää, mitä MLL:n perhekahvilakävijöiden keskuudessa ei esiintynyt. Opinnäytetyössämme haastateltavien kokemukset ovat kuitenkin täysin positiivisia ja erityisen arvokkaita, sillä hyvän vertaistoiminnan peruselementtejä on salliva sekä ymmärtävä ilmapiiri. Haastattelumme osoittivat, että tämä toteutuu MLL:n perhekahviloissa.

Vertaiset kokevat usein voimaannuttavana kuulla samassa elämäntilanteessa olevan kokemuksia ja neuvoja. Näiden jakaminen voidaan myös kokea tärkeänä osana omaa vertaisuutta. Vertaistuki voidaan nähdä osana päivittäistä ja keskinäistä vuorovaikutustamme. Vertaistuen näkökulmasta tärkeää on vuorovaikutuksen vastavuoroisuus sekä kokemuksellinen osallistuminen toisen arkeen. MLL:n perhekahvila kävijät kokivat vertaisuuden positiivisena asiana, toisin kuin Kinnunen (2006, 61-76) kuvaa tutkimuksessaan vertaisuuden voivan olla myös negatiivinen kokemus, jolloin syyllisyyttä saattoi aiheuttaa etenkin äideissä vanhempien tarve vertailla perheitään keskenään.

Vanhempia yhdistivät yhteiset arjen haasteiden kokemukset. Vertaistuen avulla he kokivat voivansa asettaa ongelmansa oikeisiin mittasuhteisiin. Keskustellessaan keskenään, he huomasivat, että muillakin on samankaltaisia ongelmia ja tilanteita ratkottavanaan. Pelkästään jo tieto siitä, että he eivät ole ainoita, jotka kamppailevat arjen rutiineiden ja esimerkiksi lasten kasvatustilanteiden kanssa, helpotti useita luomaan luottamusta arkeensa. Haastattelemamme vanhemmat kokivat, että mahdollisuus yhteisten kasvatuskokemusten jakamiseen on merkittävää. Tämä haastateltavien kokemus vahvisti Kanadalaistutkimuksesta (2011, 357-379) saatuja tuloksia, jossa muiden samanlaisessa tilanteessa olevien perheiden kanssa käyty verkokeskustelu auttoi jäsentämään tunteita sekä suhteuttamaan asioita oikeassa perspektiivissä. Tietojen ja tunteiden vastavuoroinen ja reaaliaikainen kokemuksellinen jakaminen koettiin voimaannuttavana.

Niin kuin Euramaan (2001, 27) tutkimuksessa, myös opinnäytetyössämme tuli esille, että perhekahvilan tarjoamia tilaisuuksia lasten leikkeihin ja tapaamisiin pidettiin merkittävänä. Vanhemmat kaipasivat lapsille mahdollisuuksia tavata muita ikäisiään ja näin oppia sosiaalisia vuorovaikutustaitoja sekä ryhmässä olemista, mihin MLL:n perhekahvila tarjosi tarpeelliset puitteet.

10.4 Opinnäytetyön prosessin arviointi

Opinnäytetyö prosessin aloitimme arvioimalla ja keräämällä tietoa eri mahdollisuuksista suorittaa opinnäytetyö. Harkinnan jälkeen päädyimme aiheeseen, jonka koimme mielenkiintoiseksi, lapsiperheiden hyvinvointi. Mannerheimin lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin avustuksella löysimme tutkimuskohteen, josta kaivattiin enemmän ja laajemmin tietoa. Perhekahvilakävijöiden kokemuksista oli tehty vuonna 2011 kvantitatiivinen tutkimus, johon kaivattiin lisää syvyyttä. Meitä kiinnosti laadullisen tutkimus, haastattelujen tekeminen, jonka näin valitsimme työvälineeksemme. Päätimme siis jatkaa jo tehtyä tutkimusta sekä selvittää vanhempien odotuksia ja kokemuksia MLL:n perhekahvilatoiminnan tuomasta vertaistuesta.

Prosessin alkuun ryhdyimme miettimään tutkimuskysymyksiämme tarkoin, koska halusimme valita ne huolella työn tuloksellisuutta ajatellen. Pohdimme useissa tapaamisissa erilaisia tutkimuskysymysvaihtoehtoja sekä sitä, minkälaisiin asioihin haluaisimme saada vastauksia. Pikkuhiljaa perehdyttyämme työmme teoreettiseen osuuteen, alkoivat myös tutkimuskysymykset muotoutua mielestämme aiheeseen sopiviksi.

Tiedonhakuun ja siihen liittyviin taitoihin päätimme perehtyä tarkoin, koska se oli meille lähes täysin uutta asiaa. Varasimme ajan kirjaston informaatikolle, joka ystävällisesti opastaen ohjasi meitä tiedonhaun taitajiksi. Perehtyminen tietokantojen hakukoneen käyttöön oli mielenkiintoista ja avartavaa. Näitä ohjauksia varasimme muutaman kerran ja saimme niistä suuresti hyötyä sekä oppia.

Haasteena tiedonhaussa koimme vähäisen tutkimustiedon löytymisen nimenomaan aiheestamme vanhempien välinen vertaistuki. Vertaistuesta liittyen esimerkiksi sairauksiin löytyi tutkimuksia enemmänkin. Luonnollisesti ulkomaalaisia artikkeleita Mannerheimin Lastensuojeluliitosta oli vaikea löytää. Työlään hakuprosessin jälkeen saimme kuitenkin mielestämme kerättyä riittävästi tasokasta ja tuoretta tutkimustietoa sekä löysimme kiintoisia ulkomaisia tutkimuksia liittyen opinnäytetyömme aiheeseen. Artikkelit, tutkimukset ja kirjallisuus rajattiin valitsemalla mielestämme tärkeimmät määritelmät ja tiedot työhön.

Työn teoriavaihetta tehdessämme perehdyimme keräämäämme materiaaliin huolellisesti. Aikaa ja työtunteja kului erityisesti ulkomaisten tutkimusten kääntämisessä. Vaikka englanti onkin opinnäytetyöntekijöillä vahva, toi ammattikielen tulkitseminen omat haasteensa käännösten tekemiseen. Pyrimme kuitenkin sanatarkkaan käännökseen, jotteivät tutkimusten tulokset pääsisi muuttumaan.

Työn merkittävää osuutta, haastattelujen tekemistä suunnittelimme huolellisesti. Ensin otimme yhteyttä moneen MLL:n Uudenmaan piirin perhekahvilan vetäjiin ja heidän avullaan saimme koottua toivomamme määrän vapaaehtoisia haastateltavia. Haastattelumetodiksi valitsimme kvalitatiivisen tutkimuksen ja teemahaastattelun. Haastattelutilanteen tueksi teimme kysymyksiä, joita pystyimme tarvittaessa esittämään. Haastattelut sujuivat hyvin ja saimme niistä varsin tärkeää tietoa sekä vastauksia tutkimuskysymyksiimme.

Haastatteluaineiston analysointivaiheen koimme mukavimmaksi, kuin teoritiedon etsimisen, mutta samalla se oli myös aikaa vievin opinnäytetyön työvaihe. Aloitimme käymällä tarkoin läpi litteroituja haastatteluja etsien niistä vastauksia tutkimuskysymyksiin: Minkälaista vertaistukea perhe on saanut MLL:n perhekahvilasta? Minkälaista Vertaistukea perhe odottaa saavansa perhekahvilatoiminnasta? Näihin kysymyksiin vastaavia kommentteja ja ajatuksia alleviivasimme, erotellen ne kahdella eri värillä. Näistä keräsimme suorat lainaukset kahden eri

otsikon alle ja pelkistimme lainaukset omiin lokeroihinsa. Pelkistykset taas ryhmittelimme aiheen mukaan. Tässä ryhmittelyssä käytimme mielekkääksi kokemaamme leikkaa - teippaa - tekniikkaa ja muodostimme ryhmät kolmelle suurelle paperilakanalle. Ryhmittelyä, samoin kuin lainauksien valitsemista jouduimme punnitsemaan tarkoin. Halusimme, että tulokset vastaavat nimenomaan valitsemaamme tutkimustehtävään ja näin muodostaisi opinnäytetyötämme luotettavan ja eettisen. Tulosten analysointia teimme vain useissa keskinäisissä tapamisissamme, joka näin vahvisti tulosten luotettavuutta. Ryhmittelyistä etenimme kokoaan vaiheeseen ja pyrimme löytämään parhaiten ryhmää kuvaavan luokan, jonka alle pelkistykset asetimme. Nämä luokat sitten ”avasimme” tekstiksi ja valitsimme työhömmä niitä parhaiten kuvaavat sitaatit.

Tulosten analysointi ja luokittelu oli mielenkiintoista ja opettavaa. Sitä tehdessämme myös punnitsimme jatkuvasti työn eettisyyttä ja sen luotettavuuden säilyttämistä. Välillä koimme mielipide-eroja joistain tulosten tulkinnasta, mutta keskusteltuamme päädyimme poikkeuksetta kallistumaan samaan loppupäätelmään. Tulosten työstäminen ja niiden saaminen oli positiivisesti ja iloisesti yllättävä kokemus. Luokittelun ja ryhmittelyn koimme kiinnostavana työtapana ja jopa hauskana sellaisena. Opinnäytetyön tulosten reflektointi löydämiimme tutkimuksiin osoittautui myös perin kiintoisaksi ja antoisaksi osaksi työtämme.

Koko opinnäytetyöprosessimme ajan ryhmämme yhteistyö sujui saumattomasti. Olimme jo aikaisemmin tehneet useita projekteja yhdessä, joten oli luonnollista jatkaa yhdessä myös opinnäytetyön merkeissä. Työn tekemistä helpotti jo valmis luottamus ryhmäläisten välillä, joka työtä tehdessä vain vahvistui. Ryhmä tunsu jokaisen vahvuudet, jolloin työn jakaminen toteutui luontevasti ja jokainen sai työstää itselleen mielekästä osuutta. Merkittävää työn kannalta oli kuitenkin jokaisen halu tehdä laadukasta tulosta sekä yhteiset tavoitteet ja niihin sitoutuminen.

Lähteet

- Euramaa, K-I. 2001. Ryhmätoiminta lapsiperhe-projektin perhetyössä, Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Käpylä: Paino Käpylä print Oy.
- Hiltunen, P. 2003. ”...Onhan se äitikin sitten ilonen, kun on ollu juttelemassa ja kahvittelemassa...” Maunulan Perhekahvila - asiakkaiden kokemuksia Perhekahvilatoiminnasta ja sille asetetuista tavoitteista. Opinnäytetyö. Diakonia ammattikorkeakoulu. Helsingin yksikkö. Diakoninen sosiaali-, terveys-, ja Kasvatusalan koulutusohjelma.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2008. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2010. Tutkimushaastattelu, Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2010. Tutki ja kirjoita.15.-16. painos. Helsinki: Tammi.
- Jämsä, J. 2007. Sateenkaariperheet ovat monenlaisia lapsiperheitä. Terveystieteiden aikakauslehti 6/2007, 21-23.
- Kingsnorth, S., Gall, C., Beayni, S. & Rigby, P. 2011. Parents as transition experts? Qualitative findings from a pilot parent-led peer support group. Child: care, health and development 37, 6, 833-840.
- Kinnunen, T. 2006. Vertaistuki erityislasten vanhempien voimavarana. Pro gradu - tutkielma. Kasvatustieteen laitos. Jyväskylän yliopisto.
- Kylmä, J. & Juvakka, T. 2007. Laadullinen Terveystutkimus. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Kytöharju, H. 2003. Äitien jaksaminen ja vertaistuki Vauva-lehden keskustelupalstalla Internetissä. Pro gradu-tutkielma. Hoitotieteen laitos. Tampereen yliopisto.
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto, 2013. Perhekahvilaesite. 2013. MLL.
- Mykkänen-Hänninen, R. & Kääriäinen, A. 2009. Vertaisuus ja vertaistuki eroauttamisessa. Helsinki: Neuvo.
- Mykkänen-Hänninen R.2007. Vapaaehtoistyön rajapinnoilla. Helsinki: Yliopistopaino
- Pajunen, P. 2012. ”Meidän oma ainutlaatuinen ryhmämme”. Vertaistuki äiti-vauvaryhmässä. Pro gradu - tutkielma. Terveystieteiden yksikkö. Tampereen yliopisto.
- Perhekahvilaesite. 2013. MLL. Painoryhmä Oy.
- Pouta, A. ym. 2013. Äitiysneuvolaopas. Tampere: Suomen Yliopistopaino Oy.
- Ritchie, J., Stewart, M., Ellerton, M., Thompson, D., Meade, D. & Viscount, P. 2000. Parents' Perceptions of the Impact of a Telephone Support Group Intervention. Journal of Family Nursing 6(1), 25-45.
- Rönkkö, L. & Rytönen, T. 2010 Monisäikeinen perhetyö. Helsinki. WSOY pro Oy.
- Satuli-Kukkonen, T. 2011. ”Virkistyn, kun saan juttuseuraa”. Perhekahvilakysely 2011. Mannerheimin Lastensuojeluliitto.

Stewart, M., Letourneau, N., Masuda, J., Anderson, S. & McGhan, S. 2011. Online Solutions to Support Needs and Preferences of Parents of Children with Asthma and Allergies. *Journal of Family Nursing* 17(3), 357-379.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 6. uud.p. Helsinki: Tammi.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2011. Laadullinen tutkimus ja sisältöanalyysi. 7. uudistettu painos. Vantaa: Tammi.

Viinikka, A. & Ylikojola, L. 2009. Perhekahvilaopas. Helsinki: Mannerheimin Lastensuojeluliitto

Vilen, M., Seppänen, P., Tapio N. & Toivanen R. 2010. Kohtaamisia lapsiperheissä. Menetelmiä perhetyöhön. Helsinki; Kirjapaja.

Vilkka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

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

Vilkka, H. 2006. Tutki ja havainnoi. Vaajakoski: Gummerus.

Vilkka, H. 2007. Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet. Jyväskylä: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Vaikuttamista ja vertaistukea esite. 2012. MLL. Hämeen kirjapaino Oy.

Internet-lähteet

Hermanson E. Terveyskirjasto. Monimuotoiset perheet. 2012. Viitattu 1.3.2014.
http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=kot00211&p_haku=PERHE

Jämsä J. 2011. Sateenkaariperheet lastensuojelun asiakkaina. Viitattu 17.3.2014.
<https://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/lastensuojelunkasikirja/tyoprosessi/erityiskysymykset/sateenkaariperheet>

Mannerheimin Lastensuojeluliitto MLL 2014a. Tietoa MLL:sta. Viitattu 4.3.2014.
<http://www.mll.fi/mll/>

Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2014b. Viitattu 4.3.2014.
<http://uudenmaanpiiri.mll.fi/toiminta/perhekahvilat/>

Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2014c. Vanhempainnetti. Viitattu 5.3.2014.
<http://www.mll.fi/vanhempainnetti/paikallintoiminta/#anchor-17286853>

Tilastokeskus 2013, Perhe. Viitattu 6.3.2014.
<http://www.tilastokeskus.fi/meta/kas/perhe.html>

Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta ETENE 2010. Viitattu 2.1.2014. <http://www.etene.fi/fi>

Väestöliitto 2014., Yksinhuoltajaperheet Suomessa. Viitattu 6.3.2014.
http://www.vaestoliitto.fi/tieto_ja_tutkimus/vaestontutkimuslaitos/tilastoja-ja-linkkeja/tilastotietoa/perheet/yksinhuoltajaperheet_suomessa/

Liite 1. Saatekirje

Hyvä perhekahvila kävijä!

Kiitos että olet päättänyt osallistua opinnäytetyöhömmme.

Olemme kolme sairaanhoitaja/terveydenhoitaja opiskelijaa Otaniemen Laurea ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyötä Mannerheimin lastensuojeluliitolle ja opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata Mannerheimin Lastensuojeluliiton perhekahvilassa kävijöiden kokemuksia ja odotuksia perhekahvilan tuomasta vertaistuesta. Tavoitteena on tuottaa ajankoh- taista sekä kokemuksellista tietoa vertaistukitoiminnasta, jonka avulla Mannerheimin lasten- suojeluliitto voi halutessaan kehittää perhekahvilatoimintaansa.

Opinnäytetyö on osa sairaanhoitajan/terveydenhoitajan ammattikorkeakoulututkinnon suorit- tamista.

Opinnäytetyö toteutetaan laadullisella tutkimusmenetelmällä ja haastattelu toteutetaan teemahaastatteluna, jotta saadaan monipuolista tietoa perhekahvilakävijän näkökulmasta. Haastattelujen jälkeen aineisto litteroidaan ja analysoidaan teemoittelemalla ja etsimällä haastattelumateriaalista juuri tälle työlle olennaiset aiheet. Henkilötietoja ei kerätä. Haastattelut nauhoitetaan. Saatua haastattelumateriaalia käytetään ainoastaan tätä opinnä- tetyötä varten ja nauhat hävitetään asianmukaisesti opinnäytetyön valmistuttua. Haastattelut suoritetaan anonyymisti niin, että haastateltavaa ei voida tunnistaa. Osallistuminen on va- paaehtoista.

Haastatteluun on hyvä varata noin puoli tuntia aikaa. Liitteenä laitamme teille lyhyen määri- telmän vertaistuen merkityksestä sekä haastattelumme teemoja.

Valmis opinnäytetyö on luettavissa Theseus järjestelmästä joka on ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden julkaisukanava.

Paikka ja aika _____

Allekirjoitus ja nimen selvennys

Tarvittaessa saat lisätietoja opinnäytetyön tekijöiltä

Emmi Riihiranta-Laine
Marjo Kumpulainen
Sami Rekonen

emmi.riihiranta-laine@laurea.fi p. XXX XXX XX XX
marjo.kumpulainen@laurea.fi p. XXX XXX XX XX
sami.rekonen@laurea.fi p. XXXX XXX XXX

Liite 2. Vertaistuen määritelmä / haastattelun teemat

Määritelmää vertaistuesta

Vertaistuellla tarkoitetaan sosiaalista tukea, jota samanlaisessa elämäntilanteessa oleva ihminen antaa. (Pajunen 2012)

”Vertaisuus = Toiminta toisten samassa elämäntilanteessa elävien vanhempien kanssa tarjoaa uudenlaisen mahdollisuuden yhdessä oppimiseen, kokemusten jakamiseen ja kasvatustiedon hankkimiseen.” (MLL)

Haastattelun teemat

Teema 1

Motivaatio ja syyt perhekahvilassa käynnille

Teema 2

Perhekahvilan toiminnan sisältö vertaistuen näkökulmasta

Teema 3

Kehittämisajatuksia vertaistuen vahvistamiseksi MLL:n perhekahvilassa