



"KAIKKI OLI NIIN UUTTA"

Vanhempien kokemuksia ensisynnyttäjille
suunnatusta perhetyöstä

Emmi Hyvärinen

Opinnäytetyö
Maaliskuu 2015
Sosiaalialan koulutusohjelma

TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma

HYVÄRINEN, EMMI

"Kaikki oli niin uutta"

Vanhempien kokemuksia ensisynnyttäjille suunnatusta perhetyöstä

Opinnäytetyö 45 sivua, joista liitteitä 1 sivu
Maaliskuu 2015

Tämän opinnäytetyön idea lähti työelämän tarpeesta saada tietoa ensisynnyttäjille suunnatusta perhetyöstä. Perhetyöhön osallistuneilta perheiltä kerättiin haastattelemalla kokemuksia, ajatuksia ja ideoita perhetyöhön liittyen. Opinnäytetyön tavoite oli tuottaa haastattelujen perusteella työntekijälle työkaluja ja mahdollisuuksia oman työnsä kehittämiseen. Tutkimustehtävänä oli selvittää, miten ensisynnyttäjille suunnattu perhetyö on onnistunut tavoitteissaan tukea perhettä ensimmäisen lapsen syntymän jälkeen. Tutkimus toteutettiin teemahaastatteluna ja aineistoa analysoitaessa käytettiin aineistolähtöistä sisällönanalyysia.

Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys muodostui varhaisen vuorovaikutuksen teoriasta ja ennaltaehkäisevän työn tärkeydestä. Tutkimustulokset osoittivat perheiden tuen tarpeen kohdistuneen pääasiassa lastenhoidollisiin asioihin sekä erityisesti äitien oman jaksamisen tukemiseen. Haastattelujen perusteella haastateltavat olivat tyytyväisiä saamaansa apuun ja kokivat avun määrän pääosin riittäväksi. Perhetyölle asetetut odotukset ja perheiden tavoitteet näyttivät haastateltujen perheiden kohdalla toteutuneen kiitettävästi.

Perheiden suhteellisen suuri samankaltaisuus on todennäköisesti vaikuttanut tutkimuksen tuloksiin, sillä monet vanhemmat vastasivat samoihin kysymyksiin toisistaan tietämättä hyvin samalla tavoin. Haastattelut antoivat työntekijälle paljon palautetta työskentelystä ja ideoita työn kehittämiseen, jolloin opinnäytetyön tavoite tuottaa työntekijälle tietoa työskentelystä täyttyi. Työntekijää keuhuttiin, ja lisäksi kaikki haastatellut kokivat työn riittävän joustavaksi oman perheen tarpeita ajatellen. Kehitysehdotukset työntekijälle työn kehittämiseksi käsittelivät pääasiassa asioista puhumisen tärkeyttä työskentelyn alkuvaiheessa ja työskentelyn loppuvaihetta.

Asiasanat: ennaltaehkäisevä työ, perhetyö, ensisynnyttäjä, vuorovaikutus

ABSTRACT

Tampereen ammattikorkeakoulu
Tampere University of Applied Sciences
Degree Programme in Social Services

HYVÄRINEN, EMMI

"Everything was so new"

Parents' Experiences of Family Work Targeted at Families Having their First Child

Bachelor's thesis 45 pages, appendices 1 page

March 2015

The purpose was to gain knowledge of customers' the thoughts and ideas of the family work method targeted at first-time mothers in Lempäälä municipality. The data were collected through thematic interviews and analysed by using qualitative content analysis. The goal of the bachelor's thesis was to produce tools for the family worker to develop one's work further.

The results showed that the respondents' needs were quite similar to each other. All families mainly needed help with basic child care and housework. The families were happy and content with the help that they had received from the family worker. The expectations and set goals of the families were met creditably.

The similarity of the interviewed families might have had an effect on the study results, as the basic needs were quite similar to each other in all of the families and answers echoed each other. Through the interviews, plenty of knowledge was gathered about the worker and the form of work. In conclusion, some of the positive matters that the parents introduced during the interviews included the possibility to be very flexible according to the family's needs and the worker gained many praises about her abilities. Development suggestions included for example a request to a more open communication at the beginning.

Key words: preventive work, family work, first-time mother, interaction

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	VANHEMMUUS JA SEN TUKEMINEN	7
2.1	Vanhemmuuteen kasvu.....	7
2.2	Varhainen vuorovaikutus ja kiintymyssuhde.....	8
2.3	Mentalisaatiokyky varhaisen vuorovaikutuksen tukipilarina	9
2.4	Ennaltaehkäisevä työ ja varhainen tuki	10
3	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	13
3.1	Perhetyö ensisynnyttäjille	13
3.2	Opinnäytetyön tausta ja tavoitteet.....	14
3.3	Tutkimustehtävä sekä tutkimuskysymykset	15
3.4	Tutkimuksen käytännön toteutus	16
3.5	Tutkimusaineiston analyysi	17
4	VANHEMPIEN KOKEMUS ENSISYNNYTTÄJIEN PERHETYÖSTÄ.....	22
4.1	Vanhemmaksi tuleminen	22
4.2	Odotukset tuesta ja niiden täyttyminen.....	24
4.3	Työskentelyn tavoitteiden saavuttaminen.....	26
4.4	Elämä ilman perhetyötä ensisynnyttäjille	28
4.5	Kehitysehdotuksia ja palaute perhetyöntekijälle	29
5	JOHTOPÄÄTÖKSET	34
6	TUTKIMUSPROSESSIN POHDINTA.....	38
6.1	Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus	38
6.2	Tutkimuksen tavoitteiden saavuttaminen	40
	LÄHTEET	42
	LIITTEET	45
	Liite 1. Teemahaastattelun runko ja ohjaavat kysymykset.....	45

1 JOHDANTO

Lempäälän kunta on yksi edelläkävijöistä lapsiperheiden ennaltaehkäisevien palveluiden järjestämisessä. Lempäälässä on tarjolla monenlaisia palveluita pikkulapsiperheille, ja näistä yksi on perhetyö ensisynnyttäjille. Monessa kunnassa tällaista perhetyön muotoa ei ole toistaiseksi saatavilla. Kuitenkin hieman vastaavaan ennaltaehkäisevään työhön on aiemmin panostanut muun muassa Imatran kaupunki hyvinvointineuvola-toiminnallaan (Kuntaliitto 2013). Ensimmäisen lapsensa saaville suunnattu perhetyö on alkanut Lempäälässä vasta vuoden 2013 syksyllä, joten kovin pitkää kokemusta ei työmuodosta kunnassa ole.

Viime aikoina muun muassa mediassa on ollut paljon keskustelua lastensuojelusta ja lastensuojelun määrärahoista. On keskusteltu sijaishuollon tarpeellisuudesta ja hinnasta ja pikkuhiljaa herätty päättäjienkin tasolla siihen, minkä sosiaalialan työntekijät ovat tienneet jo pitkään: ennaltaehkäisy on tärkeää. Perheissä ilmenevien ongelmien ratkaiseminen on aina paljon kalliimpi vaihtoehto kuin mahdollisten ongelmien ennaltaehkäisy. Esimerkiksi lastensuojelun ennaltaehkäisevän työn kustannukset ovat noin 3000 euroa vuodessa lasta kohti, mutta huostaanottotapauksessa laitoshoidon sijoitetun lapsen kustannukset ovat jopa 90 000 euroa vuodessa (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2014).

Vuonna 2014 on valmisteltu uutta sosiaalihuoltolakia, joka tulee voimaan vuoden 2015 aikana. Uusi sosiaalihuoltolaki painottaa aiempaa huomattavasti enemmän ennaltaehkäisevien palveluiden merkitystä ja varhaista tukea perheille:

Lapsille, nuorille ja lapsiperheille tarkoitettuja palveluja annettaessa ja niitä kehitettäessä on huolehdittava siitä, että näiden palvelujen avulla tuetaan vanhempia, huoltajia ja muita lapsen hoidosta ja kasvatuksesta vastaavia henkilöitä lasten kasvatuksessa. – – Kotipalvelua ja sosiaaliohjausta lisäämällä pystytään lapsia ja perheitä tukemaan heidän omassa kodissaan ja omassa toimintaympäristössään, jolloin apu voidaan räätälöidä kunkin asiakkaan olosuhteita vastaavaksi ja sen vaikuttavuus paranee. (Hallituksen esitys sosiaalihuoltolaiksi 2014.)

Olen opintojeni aikana päässyt tutustumaan monenkirjaviin lapsiperheiden palveluihin aina varhaiskasvatuksesta perhetyöhön ja lastensuojeluun. Entinen työpaikkani, Lempäälän kunnan lapsiperheiden kotipalvelu on ennaltaehkäisevää palvelua. Tätä kautta

tutustuin myös ensisynnyttäjien perhetyöhön ja kiinnostukseni lähteä tutkimaan aihetta lähemmin heräsi.

Työn näkökulmaksi valitsin vanhempien kokemuksen perhetyön hyödyistä, sillä työelämätahon toiveena oli saada tietoa muun muassa siitä, missä kohtaa perhetyössä on onnistuttu, mikä on mennyt huonosti ja mikä vaatii kehittämistä. Tällaista tietoa on vaikea kerätä muuten kuin kyselemällä vanhempien henkilökohtaisia kokemuksia ja tunteuksia työn onnistumisesta heidän tukemisessaan. Teoriana opinnäytetyöni taustalla on kiintymyssuhdeteoreettinen näkökulma varhaiseen vuorovaikutukseen ja ennaltaehkäisevän työn merkitys vauvaperheissä.

2 VANHEMMUUS JA SEN TUKEMINEN

Vanhemmuus on ainutlaatuinen kokemus, joka kerran alettuaan jatkuu läpi koko yksilön elämänkaaren. Vanhemman roolista ei pääse eroon vaikka kuinka haluaisi. Tässä luvussa käsittelen vanhemmaksi tulemistä ensi kertaa, varhaista vuorovaikutusta vauva-perheissä sekä ennaltaehkäisevän työn merkitystä perheiden tukemisessa.

2.1 Vanhemmuuteen kasvu

Vanhemmaksi tuleminen on joka kerta erityinen elämäntapahtuma, ja varsinkin ensimmäistä kertaa vanhemmaksi tuleminen on iso muutos naisen ja miehen elämässä. Lapsen syntyessä puoliset siirtyvät dyadisesta eli kahdenvälisestä suhteesta triadiseen suhteeseen, jonka kolmantena osapuolena on syntyvä lapsi (Korja & Lindblom 2013, 357). Tämä siirtymä luonnollisestikin muuttaa parisuhdetta erilaiseksi. Parisuhteessa muuttuvat muun muassa keskinäinen työnjako sekä kommunikointityylit ja -tavat. Tyytyväisyys parisuhteeseen (relationship satisfaction) voi muuttua joko positiiviseen tai negatiiviseen suuntaan. (Feeney, Hohaus, Noller & Alexander 2001, 12–17.) Siirtymään valmistautuminen alkaa jo raskausaikana, kun vanhemmat alkavat rakentaa suhdetta kohtuvauvaan ja muodostavat mielessään mielikuvia lapsesta (Korja & Lindblom 2013, 360).

Ensimmäisen lapsen syntymä muuttaa vanhempien elämässä monia asioita. On totuttu tietynlaiseen elämänrytmiin, on tietyt rutiinit, harrastukset, ystäväpiirit ja tavat. Nämä kaikki mullistuvat kertaheitolla lapsen syntymän jälkeen. Entiseen ei ole paluuta, ja vanhemmat joutuvat myös luopumaan monista asioista lapsen syntymän myötä. (Kaikkeen ei voi riittää 2014.) On tärkeää, että vanhemmat kokevat olevansa onnellisia ja elävänsä hyvää elämää huolimatta siitä, että joistain asioista luopuminen ehkä surettaa. Surutyö kuuluu asiaan, mutta ristiriita on tärkeä tunnistaa, jotta äiti voi sitä työstää ja näin olla valmis lapsen syntymiseen (Niemelä 2003, 238–239). Vaikka raskaus olisi toivottu, aiheuttaa lapsen syntymä monine muutoksineen tulevaisuudessa vanhemmissa myös stressiä (Karling, Ojanen, Sivén, Vihunen & Vilén 2009, 78). Ennen vauvaa elämä on saattanut olla hyvinkin omanapaista, nuoret aikuiset ovat saaneet tehdä paljon asioita oman päänsä mukaan silloin kun huvittaa. Kuitenkin vauvan syntymän jälkeen vanhem-

pien on muutettava suhtautumistaan elämään ja laitettava lapsen tarpeet etusijalle. (Kaikkein ei voi riittää 2014.) Vanhempien on tärkeää keskustella tunteistaan ja ajatuksistaan avoimesti keskenään, vaikka vauva-arki tuntuisikin vievän kaiken energian. (KidsHealth 2011).

Vanhemmuuteen kasvamisessa yhtenä tärkeänä osana on tulevan lapsen kuvittelu. Osana lapsen kuvittelua tulee myös oman itsen kuvittelu äitinä tai isänä. Näiden mielikuvien syntyminen ajoittuu sekä isillä että äideillä jo raskauden ensimmäiselle kolmannekselle, vaikka prosessit myöhemmin ovatkin hieman erilaisia johtuen isän ja äidin omanlaisista rooleista odotusaikana ja sen jälkeen. (Punamäki 2011, 95–96; Flykt & Ahlqvist-Björkroth 2013, 339.) Jos vanhemmilla on takanaan kiintymyssuhdehäiriöitä tai muuta, joka mahdollisesti vaikuttaa vanhemman kykyyn kuvitella syntymätöntä kohtuvauvaa ja muodostaa vauvaan suhde jo raskausaikana, on tärkeää, että jo neuvolassa perheet saavat tukea vanhemmuuteensa ja tietoa raskausajan jälkeen saatavilla olevasta lisäävusta, kuten ensisynnyttäjille suunnatusta perhetyöstä.

Ensisynnyttäjien tukeminen on ennaltaehkäisevää toimintaa, jolla pyritään minimoimaan lastensuojelun intervention tarve myöhemmin. Kun vanhemmat saavat tukea ja ohjausta sekä vastauksia kysymyksiinsä jo heti lapsen synnyttyä, vahvistuu myös vanhemman mielikuva omasta itsestään vanhempana. Ensisynnyttäjien perhetyö auttaa, tukee ja tarvittaessa ohjaa vanhempia myös vuorovaikutukseen lapsen kanssa.

2.2 Varhainen vuorovaikutus ja kiintymyssuhde

Varhaista vuorovaikutusta on käytännössä kaikki toiminta ja oleminen, mikä tapahtuu vauvan ja vanhemman välillä (Lapsen ja vanhemman varhainen vuorovaikutus 2014). Jokainen vuorovaikutussuhde on omanlaisensa. Ei ole olemassa sääntöä sille, milloin vanhemman ja vauvan varhainen vuorovaikutus on oikeanlaista. Äiti ja vauva sekä isä ja vauva rakentavat yhdessä oman vuorovaikutussuhteensa ja silloin myös muodostuvat yhteiset vuorovaikutuksen tyylit ja tavat olla vuorovaikutuksessa toisen kanssa. (Siltala 2003, 16–18.)

Kyky kuvitella lapsi on tärkeä taito äidin ja lapsen tai isän ja lapsen varhaisen vuorovaikutuksen kannalta. Varhainen vuorovaikutus alkaa jo ennen syntymää kun äiti on ruu-

miillisessä dialogissa vauvan kanssa ja vanhemmat puhuvat kohtuvauvalle (Siltala 2003, 19), muuttaa muotoaan lapsen syntyessä ja jatkuu erilaisina ilmeiden, eleiden ja sanojen vaihtona vauvan kanssa tämän synnyttyä (Siltala 2003, 27).

Vanhemman omat, varhaiset kokemukset vaikuttavat siihen, millainen vuorovaikutus-systeemi vanhemman ja vauvan välille kehittyy (Siltala 2003, 18). Kiintymyssuhdehäiriöistä kärsivän vanhemman saattaa olla hyvin hankalaa olla vauvan kanssa vuorovaikutuksessa ja muodostaa kahdenvälistä kiintymyssuhdetta. Varhaisessa vuorovaikutussysteemissä mahdollisesti ilmenevissä häiriöissä on aina mahdollisuus uuteen alkuun ja asiantilan korjaamiseen. (Siltala 2003, 17–18.) Ensisynnyttäjien perhetyöntekijä on vanhempien apuna ja tukena myös niissä tilanteissa, kun vuorovaikutukseen pääsemisessä ilmenee ongelmia.

Turvallinen kiintymyssuhde syntyy, kun vanhempi reagoi sensitiivisesti vauvan tarpeisiin (Punamäki 2011, 112), eli on saatavilla vuorovaikutukseen silloin ja sitä tarkoitusta varten, johon vauva apua tarvitsee. Sensitiivisyys, tiivis vuorovaikutus syntymästä asti ja lapsen hyväksyminen sellaisenaan on vauvalle avain hyvään kiintymyssuhteeseen vanhempiensa kanssa. Tämä taas luo pohjan tulevaisuuden sosiaalisille ihmissuhteille. Kun äiti vastaa vauvan tarpeeseen, on vauvan vuoro antaa palautetta äidille siitä, miten tämä tehtävässään onnistui ja vastasiko äiti oikeaan tarpeeseen. Vauvasta alkaa kehittyä taitava sosiaalinen toimija vuorovaikutuksessa primäärihoitajansa kanssa. Silloin, kun äidin sensitiivisyys on puutteellista tai puuttuu kokonaan, alkaa vauva hakea vuorovaikutusta muilta ihmisiltä. Jos muita ei ole saatavilla eikä äitiin saa psyykkistä kontaktia, saattaa vauvasta tulla välttelevästä kiintynyt. (Kivijärvi 2003, 254–255; Sinkkonen 2004.) Tämä taas altistaa lapsen tulevaisuudessa monille ongelmille.

2.3 Mentalisaatiokyky varhaisen vuorovaikutuksen tukipilarina

Kun äiti tai isä raskausaikana kuvittelee lasta, alkaa kiintyminen lapseen ja kiintymyssuhteen muodostaminen. Mielikuvat ja mentalisaatiokyky eli kyky pitää lapsi mielessä ovat tärkeässä roolissa suhteen muodostumisen kannalta, ja ilman niitä voi vanhemman olla vaikea kiinnittyä lapseen. Moni asia on mukana vaikuttamassa vanhemman raskausajan mielikuviin lapsesta: elämäntilanne, parisuhde, aiemmat raskaudet, raskau-

denajan riskit, taustalla olevat lapsettomuushoidot, mielenterveyden ongelmat tai lapsen ennenaikainen syntymä (Flykt & Ahlqvist-Björkroth 2013, 346–348).

On tutkittu, että äidin hyvä mentalisaatiokyky ennustaa lapsen turvallista kiintymyssuhdetta ja nopeampaa mielen teorian kehittymistä. Jos äiti ei jostain syystä kykene kuvittelemaan syntymätöntä lastaan, se ennustaa vaikeuksia muodostaa tunneside lapseen syntymän jälkeen. (Punamäki 2011, 102; Flykt & Ahlqvist-Björkroth 2013, 346.)

Myöskään yltiöpositiiviset mielikuvat lapsesta raskausaikana eivät ole hyväksi, sillä synnytyksen jälkeen pettymys voi olla suuri, kun lapsi ei vastaa sitä ideaalimielikuvaa jonka äiti on muodostanut. Mielikuvien tulisi olla mahdollisimman realistisia (Punamäki 2011, 100–102.), ja moni äiti alkaakin raskauden viimeisellä kolmanneksella purkaa aiemmin syntyneitä mielikuviaan vauvasta ja näin valmistautuu siihen, että lapsi saattaa olla syntyessään hyvin erinäköinen ja eriluonteinen siihen verrattuna, mitä äiti on ajatellut (Niemelä 2003, 238).

Vuorovaikutuksessa tapahtuva yhteissäättely on monella tapaa hyväksi vauvan kehitykselle: se vaikuttaa muun muassa vauvan aivojen, hermoston, ajattelun, tunne-elämän ja motoriikan kehitykseen opettaen samalla vauvalle monia myöhemmin elämässä tarvittavia taitoja, kuten empatiaa ja muuttuviin tilanteisiin sopeutumista (Isosävi & Lundén 2013, 379). Raskaudenaikainen vauvan kuvitteluprosessi ja syntymän jälkeinen äidin hyvä mentalisaatiokyky siis edistävät äidin ja vauvan varhaista vuorovaikutusta ja vaikuttavat positiivisesti kiintymyssuhteen kehittymiseen.

2.4 Ennaltaehkäisevä työ ja varhainen tuki

Ennaltaehkäisevän perhetyön tavoitteena on perheen hyvinvoinnin turvaaminen ja elämän muutostilanteisiin (kuten esimerkiksi lapsen syntymä) liittyvien riskien ehkäisy. Perheen tukeminen arjessa ja voimavarakeskeinen työskentely ovat ennaltaehkäisevän työn painopisteitä. (Järvinen, Lankinen, Taajamo, Veistilä & Virolainen 2007, 35.)

Mannerheimin lastensuojeluliitto (MLL) on viimeisen kahdenkymmenen vuoden aikana toteuttanut useita vanhemmuuteen ja ongelmien ennaltaehkäisyyn liittyviä projekteja. Vahvuutta vanhemmuuteen -hankkeessa (2010–2014) keskeisinä taustateorioina ovat

olleet kiintymyssuhdeteoria ja mentalisaatioteoria. Hanke toteutettiin ryhmätoimintana, johon osallistuivat ensimmäisen lapsensa saaneet vanhemmat sekä vauva. Ryhmien tavoite oli muun muassa vuorovaikutuksen vahvistaminen, perheen hyvinvoinnin lisääminen ja vanhempien vanhemmuustaitojen (lapsen tarpeiden havaitseminen, tunnistaminen ja ymmärtäminen) vahvistaminen. (Vahvuutta vanhemmuuteen 2010–2014.) Hankkeen tulokset olivat positiivisia, vanhemmat kertoivat itseluottamuksensa vanhempana kasvaneen ja ymmärtävänsä vauvaansa paremmin ryhmien jälkeen (Vahvuutta vanhemmuuteen -hanke 2014).

Samankaltaisia tuloksia Mannerheimin lastensuojeluliitto on raportoinut myös vuosina 1996–2000 järjestetystä Lapsiperhe-projektista, jonka lopputuloksena syntyi neuvolapalveluiden ja lastensuojelutyön välimaastoon asettava varhaisen tuen malli (Häggman-Laitila, Ruskomaa & Euramaa 2000). Mallin avulla on tehty näkyväksi perheiden tarvetta ennaltaehkäisevään työhön ja työn merkitystä perheiden tukemiseksi.

Vastaavankaltaiset projektit ja hankkeet ovat omiaan tuomaan näkyväksi sen, miten paljon nyky-yhteiskunnassa on kysyntää ennaltaehkäiseville perhetyön muodoille ja kuinka tärkeää on tarttua ongelmiin kiinni jo ennen kuin ne ovat ilmenneet. Aikaisempi lastensuojelulaki sanoo ennaltaehkäisevästä työstä seuraavaa:

Ehkäisevällä lastensuojelulla edistetään ja turvataan lasten kasvua, kehitystä ja hyvinvointia sekä tuetaan vanhemmuutta. Ehkäisevää lastensuojelua on tuki ja erityinen tuki, jota annetaan esimerkiksi opetuksessa, nuorisotyössä, päivähoidossa, äitiys- ja lastenneuvolassa sekä muussa sosiaali- ja terveydenhuollossa. (Lastensuojelulaki 2010).

Uudesta, 1.4.2015 voimaan tulevasta lastensuojelulain momentista kyseinen kohta on kuitenkin poistettu, ja laissa todetaan ennaltaehkäisevästä työstä vain "Lastensuojelun lisäksi kunta järjestää lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi ehkäisevää lastensuojelua silloin, kun lapsi tai perhe ei ole lastensuojelun asiakkaana." Laki velvoittaa kuntia kuitenkin ehkäisemään lasten ja nuorten kasvuolojen epäkohtien syntymistä. (Lastensuojelulaki 2014.)

Ongelmia on aina helpompi ennaltaehkäistä kuin korjata jo syntyneitä vaurioita, ja lisäksi ennaltaehkäisy on todistetusti halvempi vaihtoehto (Kuntaliitto 2013; Sosiaali- ja terveystieteiden aikakauslehti Tesso 2013). Varsinkin ensisynnyttäjäperheille on tärkeää, että apua on mahdollista saada jos vähänkin siltä tuntuu, sillä vanhemmuus on

monelle uusi ja vieras asia, johon mielellään otetaan apua vastaan jos oma tukiverkosto ei ole saatavilla ja olo on epävarma tai perheen tilanne sitä vaatii.

Ylilääkäri Hannele Kallio toteaa Suomen Lääkärilehdessä (2008) Juha-Pekka Honkasen haastattelussa seuraavasti: "Väsyneet vanhemmat tarvitsevat apua siinä hetkessä. Kun avun saa nopeasti, ongelmien pahenemisen kierre saadaan katkaistua." Tähän pyrkii muun muassa Lempäälän ensisynnyttäjille suunnattu perhetyö. Kun perheille kerrotaan avun mahdollisuudesta raskausaikana jo neuvolassa ennen kuin mahdolliset ongelmat ilmenevät tai kriisitilanteet kärjistyvät, on työntekijän helpompi lähteä perhettä auttamaan ja tukemaan perheiden omista lähtökohdista käsin.

3 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

Tässä luvussa esittelen ensisynnyttäjille suunnattua perhetyön muotoa sekä tuon esille opinnäytetyön tutkimukseen liittyviä näkökohtia, opinnäytetyön tavoitteet sekä tutkimuskysymykset. Kerron myös siitä, miten aineiston hankinta toteutui ja esittelen aineistolähtöisen sisällönanalyysin perusteita sekä sitä, miten analysoin haastattelujeni tuloksia.

3.1 Perhetyö ensisynnyttäjille

Lempäälän kunnalla ensisynnyttäjien perhetyö on alkanut syksyllä 2013 vastaamaan kunnan tarpeeseen saada enemmän ennaltaehkäiseviä palveluja sosiaalipalvelujen kentälle. Työntekijöitä on tällä hetkellä yksi, ja opinnäytetyön tarkoituksen mukaisesti pyrin tuottamaan työntekijälle tietoa hänen työskentelystään ja välittämään hänelle tietoa asiakkaiden mietteistä ja mahdollisista ideoista työskentelyn eteenpäin kehittämiseksi. Konkreettisesti perhetyö ensisynnyttäjille tarjoaa perheille apua vauvan hoitoon ja varhaisen vuorovaikutuksen tukemiseen, mahdollisuuden keskusteluapuun (Bandara 2015) ja lisäksi tarvittaessa apua arkiaskareisiin ja tukea jaksamiseen (Lempäälän kunta). Työ tarjoaa myös mahdollisuuden äidin omaan aikaan, jolloin on mahdollisuus esimerkiksi käydä asioilla tai tarvittaessa vain levätä ja kerätä voimia.

Perhetyö ensisynnyttäjille aloitettiin tarkoituksenaan tarjota ennaltaehkäisevää palvelua vauvaperheille vanhempien jaksamisen tueksi. Perhetyön ensisijainen tavoite on ohjata sekä tukea vanhempia vauvan hoitoon liittyvissä asioissa. Lisäksi perhetyöntekijä voi tukea vanhempia esimerkiksi varhaisessa vuorovaikutuksessa ilmenevien tai muiden vanhemmuuteen liittyvien ongelmien kanssa. Vaikka perhetyöllä on yksi yleinen tavoite, eli tarjota tukea arkeen ensisynnyttäjäperheille, jokaisen asiakasperheen tavoitteet ja avuntarpeet määritellään kuitenkin yksilöllisesti parhaan mahdollisen lopputuloksen varmistamiseksi. (Bandara 2014, 2015.) Monet perhetyöntekijän käynneistä ovat pelkästään keskustelukäyntejä, mutta esimerkiksi tämän opinnäytetyön tutkimusotannassa apu on painottunut jaksamisen tukemiseen ja vauvan hoitoon.

Perhetyö ensisynnyttäjille on vahvasti moniammatillista työtä. Työntekijä osallistuu tarpeen mukaan asiakkaidensa verkostopalaveriinhin ja muihin tapaamisiin. Yhteistyötä

tehdään neuvolan terveydenhoitajien lisäksi muun muassa sosiaalityöntekijöiden ja pikkulapsitiimin kanssa. Yhteistyö korostuu erityisesti sellaisten perheiden tilanteissa, joista on tehty ennakoiva lastensuojeluilmoitus jo ennen lapsen syntymää. Tällaiset perheet tarvitsevat usein hyvinkin intensiivistä apua. Työntekijä on lisäksi läsnä kunnan neuvoloissa kuukausittain läsnä, jolloin työntekijä tulee tutuksi niin asiakkaille kuin terveydenhoitajille ja heillä on mahdollisuus tavata työntekijää esimerkiksi omien neuvolakäyntien yhteydessä. (Bandara 2015.)

Neuvolassa kaikille ensisynnyttäjille kerrotaan mahdollisuudesta perhetyöhön, ja perhetyöntekijä käy neuvolan perhevalmennuksissa esittäytymässä perheille. Perhe voi joko itse pyytää apua tai aloite perhetyöhön tulla esimerkiksi terveydenhoitajalle heränneen huolen perusteella. Ensimmäinen tapaaminen perhetyöntekijän kanssa voi olla jo loppuraskauden aikana esimerkiksi neuvolan tai sosiaalitoimiston käynnin yhteydessä. Kotikäynti on mahdollista järjestää myös erillisenä tapaamisena. Loppuraskauden käynnin aikana kartoitetaan perheen tilannetta ja taustoja sekä suunnitellaan mahdollisuuksien mukaan tulevaa työskentelyä (myöhemmin tässä opinnäytetyössä kyseisestä tapaamisesta käytetään nimitystä aloituskeskustelu). Kotikäynti pyritään tekemään kaikille perheille, jotka sitä toivovat, mutta intensiivistä ja pitempiaikaista tukea annetaan niille, joilla on erityisen vaikea elämäntilanne tai mahdollinen riskitilanne, kuten monikkoraskaus, vanhempien nuori ikä tai mielenterveys- tai päihdeongelmia. Vauvan syntymän jälkeen perhetyöntekijä käy perheen luona keskimäärin 1-2 kertaa viikossa. Perhetyötä jatketaan tarpeen mukaan, kuitenkin korkeintaan siihen asti, että lapsi täyttää vuoden. (Bandara 2014.)

3.2 Opinnäytetyön tausta ja tavoitteet

Opinnäytetyöni idea tuli Lempäälän kunnan perhetyön esimieheltä ollessani siellä töissä. Aihe kuulosti erittäin mielenkiintoiselta, ajankohtaiselta ja työelämää palvevalta, ja ideaa hetken hauduteltuani keskustelin aiheesta ensisynnyttäjien perhetyötä tekevän työntekijän kanssa, jonka jälkeen lähdimme pohtimaan työlle mahdollisia lähestymistapoja. Varsin pian valikoitui varhainen vuorovaikutus yhdeksi osaksi opinnäytetyön teoreettisista viitekehystä. Koska työ on vahvasti ennaltaehkäisevää, olen ottanut myös ennaltaehkäisevän työn merkityksen yhdeksi opinnäytteen teoreettisista lähtökohdista.

Opinnäytetyön toteutusta pohtiessamme päädyimme melko nopeasti siihen lopputulokseen, että tässä opinnäytetyössä haastattelu olisi todennäköisesti kyselylomakkeita parempi vaihtoehto aineiston keräämiselle. Opinnäytetyön haastattelujen tarkoitus oli kerätä muutamalta työskentelyyn osallistuneelta asiakasperheeltä (äiti, isä tai molemmat yhdessä) kokemuksia työskentelystä ja tietoa siitä, minkälaisia tuntemuksia työskentely herätti.

Tärkeimpänä tutkimuksessa kuitenkin on se tieto, kokivatko vanhemmat saavansa hyötyä perhetyöstä ja minkälaista koettu hyöty on. Tämän kerätyn tiedon on tarkoitus hyödyttää ensisynnyttäjien kanssa työskenteleviä työntekijöitä kehittämään työskentelyä enemmän perheiden toiveita ja tarpeita vastaavaan suuntaan. Koska perhetyö ensisynnyttäjille on aloitettu vasta verraten vähän aikaa sitten, koen tärkeäksi tuottaa tietoa työntekijöille toiminnan kehittämisen tueksi.

Opinnäytetyöni on empiirinen kvalitatiivinen tutkimus. Tämä tarkoittaa lyhyesti kokemusperusteista, laadullista tutkimusta. Tutkimuksen tavoite oli kerätä konkreettisia kokemuksia ja/tai ajatuksia haastateltavilta asiakkailta. Haastatteluja ei tehty kovin montaa, joten työn fokus on laadullisessa tutkimisessa varman faktatiedon ja tilastojen sijasta. Absoluuttisia totuuksia ei opinnäytetyössäni voida esittää, sillä haastateltavien otanta verrattuna perhetyön asiakkaiden kokonaismäärään on varsin pieni. Tilanteesta riippuen joitakin yleistyksiä tuloksista lienee mahdollista kuitenkin tehdä.

3.3 Tutkimustehtävä sekä tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön tavoitteiden mukaisesti tutkimustehtäväni oli selvittää, miten ensisynnyttäjien perhetyö on onnistunut tavoitteissaan tukea perhettä ensimmäisen lapsen syntymän jälkeen. Tutkimuskysymykseni valitsin sen mukaisesti. Asiakkaiden haastattelu on jaettu kolmeen eri teemaan (katso liite 1.), joten myös tutkimuskysymykseni käsittelevät näitä teemoja.

- Millaisia tunteita ja kysymyksiä vanhemmaksi tuleminen vanhemmissa herätti?
/Teema 1
- Mitä odotuksia, tarpeita ja toiveita perheillä on ollut työskentelystä sen alkaessa?
/Teema 2

- Millaista tukea ja apua vanhemmat ovat kokeneet saaneensa ensisynnyttäjien perhetyöstä? /Teema 3

3.4 Tutkimuksen käytännön toteutus

Menetelmäksi valikoitui teemahaastattelu hyvin selkein perusteluin. Opinnäytetyön tarkoitus on tuottaa työntekijälle tietoa asiakkaiden ajatuksista ja kokemuksista, ja parhaiten tämä saavutetaan henkilökohtaisilla haastatteluilla. Lisäksi haastatteluilla tutkijan ominaisuudessa oleva henkilö pääsee lähemmäs tutkimuskohdettaan eli haastateltavaa henkilöä, mikä mahdollistaa esimerkiksi lisäkysymysten ja tarkennusten esittämisen (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 205) huomattavasti paremmin kuin paperinen lomakekysely. Näin tutkimuksessa on mahdollisuus joustaa tilanteiden mukaan (Hirsjärvi ym. 2009, 204), esimerkiksi vaihdella kysymysten esittämisjärjestystä sujuvan keskustelun aikaansaamiseksi.

Kyselylomakkeiden yksi huono puoli on se, että niihin ei välttämättä vastata tai vastaa-minen tehdään huolimattomasti. Lisäksi kyselylomakkeissa ei ole mahdollisuutta tarkentaviin kysymyksiin sen perusteella, mitä kyselyn täyttäjällä on vastannut johonkin kysymykseen. Tässä tapauksessa, kun kyse on varsin pienestä asiakkaiden otannasta ja vastaavaa tutkimusta ei ole aikaisemmin tehty, on kannattavinta käyttää tutkimusmenetelmänä haastattelua. Teemahaastattelu valikoitui menetelmäksi siksi, että kysymysten runkoon tulisi jonkinlainen jäsentely työskentelyn alkamisen ja loppumisen välille, ja jakamalla kysymykset eri teemoihin se näytti onnistuvan parhaiten.

Perheet valikoituvat perhetyön asiakkaiden joukosta niin, että työntekijä oli asiakaksiinsa ensin ennakoivasti yhteydessä ja tiedusteli kiinnostusta osallistua opinnäytetyöni tutkimukseen. Tämä koettiin sekä työntekijän, että tämän esimiehen mielestä parhaaksi tavaksi lähestyä perheitä sen sijaan, että ventovieras henkilö olisi ottanut perheisiin yhteyttä. Lisäksi tällä turvattiin asiakasperheiden anonymiteetti mahdollisimman pitkälle. Kaikki ne perheet, joihin työntekijä oli yhteydessä, eivät luonnollisesti halunneet lähteä mukaan tutkimukseen. Työntekijä välitti tämän jälkeen minulle mukaan halunneiden perheiden yhteystiedot, ja itse sovin heidän aikatauluihinsa parhaiten sopivan ajan sekä paikan haastatteluille.

Haastatteluja tehtiin yhteensä neljä ja ne kestivät keskimäärin puolesta tunnista 45 minuuttiin. Kolmesta asiakasperheestä haastatteluun osallistui perheen äiti, yhdestä perheestä haastatteluun osallistuivat äiti sekä isä yhdessä. Tutkimuksessa mukana oli siis yhteensä viisi vanhempaa. Haastateltavien joukkoon oli syystä tai toisesta valikoituneet verrattain suuri määrä monikkoperheitä, eli perheitä, joihin oli syntynyt kaksoset yhden lapsen sijasta.

Haastattelut toteutettiin joulukuun 2014 ja tammikuun 2015 välillä, ja kaikkien haastateltujen perheiden osalta perhetyö oli joko loppunut tai oli loppumassa pian. Lisäksi näiden perheiden kohdalla työskentely oli jatkunut pitkäaikaisemmin usean kuukauden ajan. Tämän koin tärkeäksi seikaksi opinnäytetyöni kannalta, sillä vanhemmat, jotka ovat vasta alkaneet saada perhetyötä, eivät välttämättä pysty arvioimaan työn onnistuneisuutta tai tavoitteiden saavuttamista yhtä hyvin kuin he, jotka ovat olleet asiakkaina jo pidemmän aikaa.

3.5 Tutkimusaineiston analyysi

Haastattelujen jälkeen litteroin nauhoitetut haastattelut kirjalliseen muotoon aineiston analysoinnin helpottamiseksi ja tutkimuksen luotettavuuden säilyttämiseksi. Litteroitua materiaalia kertyi yhteensä 25 sivua ja litterointiin meni aikaa noin 17 tuntia. Litteroinnin fokus oli suunnattu opinnäytetyön kannalta olennaisiin asioihin, ja työn kannalta tarkoituksenmukaista ei ollut kirjata ylös jokaista hymähdystä, kaikkia yskähdyksiä tai muita katkoksia haastattelutekstissä.

Litteroinnin jälkeen analysoin haastatteluja aineistolähtöisen sisällönanalyysin keinoin. Sisällönanalyysi pyrkii löytämään tutkimusaineistosta merkityskokonaisuuksia ja merkityssuhteita. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä tutkimusaineisto ensin pelkistetään (redusointi). Sitten aineisto ryhmitellään (klusterointi) sen mukaan, miten kyseisen tutkimuksen tutkimuskysymykset ohjaavat. Sen jälkeen nämä kategoriat nimetään (abstrahointi). Kategorioista voidaan muodostaa vielä yläkategorioita ja löytää lopuksi yksi yhteinen, kaikkia kategorioita kuvaava nimitys. Tutkimuskysymyksiin vastataan näiden kategorioiden avulla. (Vilka 2007, 139–140; Tuomi & Sarajärvi 2013, 101–109).

Erilaisia ryhmittelyjä taulukkomuodossa kertyi kategoriointivaiheessa 24 sivua. Osa kaikesta haastattelumateriaalista abstrahoitui yläluokkiin asti. Analyysissä ei ollut taroituksenmukaista viedä kaikkia teemoja yhdistävään luokkaan asti, mutta silloin kun sen nähtiin olevan tarpeellista, abstrahointia jatkettiin pääluokkiin tai yhdistäviin luokkiin saakka.

Redusointi

Aineiston redusointivaiheessa muodostin litteroitujen haastattelujen perusteella taulukon, johon kirjasin kunkin haastatteluteeman mukaisia asioita ja muodostin näistä pelkistettyjä ilmauksia. Materiaalia haastatteluista kertyi todella paljon, joten tein jokaiselle teemalle selvyuden vuoksi oman taulukon ja käsittelin niitä toisistaan irrallisina palapelin osina analysoinnin helpottamiseksi. Taulukossa 1 on esimerkki haastatteluaineiston redusoinnista.

TAULUKKO 1. Aineiston pelkistäminen eli redusointi

ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS
"...joo ja sitten niihin kodin askareisiin..ei varmaan muuta.."	Kodin askareet
"...että ihan näiden käytännön töihin ja lastenhoitoon"	Lastenhoitoapu ja käytännön työt
"...enemmän ja enemmän painottunu tähän taloudenhoitotoimenpiteisiin"	Taloudenhoitoapu
"...vasta ehkä nyt täs vähän myöhemmin vast ehkä on tajunnu ruveta kyselemään niinku silleen et ehkä enemmän niinkun hyödyntämään sitä ensisynnyttäjien perhetyötä sillä tiedollisella puolella"	Mahdollisuus kysellä
"...jo pelkästään se läsnäolokin auttaa"	Paikalla oleminen
"...se aika [synnytyksen jälkeen] oli niinku henkisesti raskasta"	Kuormittava aika
"...mikä nyt vaik on vauvoilla semmonen normaali päiväunirytmä"	Kysymys unirytmistä
"...ni sitte siinä tajusin sit [työntekijältä] kysyä et miten tää niinku yleensä menee"	Varmistus ammattilaiselta
"...kyllähän me aina kun tuli mieleen niin kysyttiin..."	Kysymysten esittäminen

Klusterointi

Aineistoa ryhmitellessäni käytin edelleen samaa, teeman mukaista jaottelua taulukoihin. Ryhmitteleminen vaati jo hieman enemmän aikaa sekä vaivaa, sillä ilmauksista piti saada esiin samankaltaisuudet ja erot, joiden mukaan muodostin alaluokat. Toisinaan ilmaukset kuuluivat selkeästi johonkin samaan alaluokkaan, mutta joitakin joutui pyörittelemään enemmän ennen kuin niille löytyi samankaltaisia ilmauksia. Alaluokkia aineis-

tosta tuli useita kymmeniä, mutta taulukossa 2 on yksi havainnollistava esimerkki aineiston klusteroinnista.

TAULUKKO 2. Aineiston ryhmittely eli klusterointi

PELKISTETTY ILMAUS	ALALUOKKA
Kodin askareet	Käytännön apu
Lastenhoitoapu ja käytännön työt	
Taloudenhoitoapu	
Mahdollisuus kysellä	Henkinen apu
Paikalla oleminen	
Kuormittava aika	
Kysymys unirytmistä	Tiedollinen apu
Varmistus ammattilaiselta	
Kysymysten esittäminen	

Abstrahointi

Abstrahoinnin koin sisällönanalyysin haastavimmaksi vaiheeksi. Ryhmitelystä aineistosta yhdistävien yläluokkien löytäminen oli toisinaan varsin haastavaa. Osan aineiston kohdalla jatkoin abstrahointia pääluokkiin ja yhdistävään luokkaan asti seuraavan sivun taulukoiden 3a ja 3b esimerkkien mukaisesti. Abstrahointivaiheessa apunani oli käyttämäni haastattelurunko (Liite 1.), jonka pohjalta lähdin etsimään vastauksia haastattelussa esitettyihin kysymyksiin. Lisäksi etsin samanaikaisesti vastauksia tutkimuskysymyksiini.

TAULUKKO 3a. Aineiston abstrahointi

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA
Käytännön apu	Perhetyöstä saatu apu
Henkinen apu	
Tiedollinen apu	
Neuvolan rooli tiedon saamisessa	Avun piiriin ohjautuminen
Oma aktiivisuus tiedonhankinnassa	
Luotettavuus	Työntekijän ominaisuudet
Oikeanlainen työote	
Suhtautuminen avun vastaanottamiseen	Suhtautuminen perhetyöhön
Suhtautuminen ulkopuoliseen apuun	
Työntekijä tulee kotiin	Ajatukset avun alkaessa
Työskentelyn aloitus	
Syy ottaa apua vastaan	
Toive avun kohdistumisesta	
Työntekijän tapaaminen	

TAULUKKO 3b. Esimerkki pitkälle viedystä abstrahoinnista

YLÄLUOKKA	PÄÄLUOKKA	YHDISTÄVÄ LUOKKA
Avun piiriin ohjautuminen	Työskentelyn alkaminen	Kokemus perhetyöstä ensisynnyttäjille
Asiakkaan suhtautuminen perhetyöhön		
Ajatukset avun alkaessa	Työskentelyn sujuminen	
Työntekijän ominaisuudet		
Perhetyöstä saatu apu		

Abstrahointiprosessi auttaa tutkimuksen tekijää löytämään aineistosta ne asiat, jotka tukevat vastausten löytämistä tutkimustehtävään ja tutkimuskysymyksiin, sillä pääluokat muodostuvat tässä prosessissa sen mukaan, mihin suuntaan tutkimuskysymykset tutkijan ajattelumalleja ohjaavat. Taulukossa 3b on esimerkiksi nähtävillä tutkimuskysymysteni ongelmat perheiden tuen tarpeesta työskentelyn alkaessa (Mitä odotuksia, tarpeita ja toiveita perheillä on ollut työskentelystä sen alkaessa?) ja se, miten käytännössä työskentely on perheiden mielestä sujunut (Millaista tukea ja apua vanhemmat ovat kokeneet saaneensa ensisynnyttäjien perhetyöstä?). Nämä kaksi asiaa olen voinut yhdistää yläkäsitteen "Kokemus perhetyöstä ensisynnyttäjille" alle.

4 VANHEMPIEN KOKEMUS ENSISYNNYTTÄJIEN PERHETYÖSTÄ

Tässä luvussa erittelen analyysivaiheessa esiin nousseita asioita työskentelystä ja vastaan opinnäytetyöni tutkimuskysymyksiin. Lisäksi tämän luvun lopussa käyn läpi myös palautetta perhetyöntekijälle ja vanhemmilta tulleita kehitysehdotuksia työn eteenpäin viemiseksi.

4.1 Vanhemmaksi tuleminen

Vanhemmaksi tuleminen jäi haastatteluissa melko pinnalliseksi puheenaiheeksi, toiset haastateltavat intoutuivat kertomaan tuntemuksistaan enemmän, toiset taas hieman vähemmän. Tämä on ymmärrettävää, sillä raskausaika, sen aikaiset tunteet ja vanhemmaksi kasvaminen ovat yksilöllisiä prosesseja ja toisille hyvin henkilökohtaisia. Raskausajan tunteiden skaala ulottui ilosta ja onnesta pelkoon ja epävarmuuteen tulevasta.

"...semmosta jännitystä, ja sit myös iloa, onnee – – pelkoa, laidasta laitaan."

Kaikki viisi haastateltua vanhempaa kertoivat, että raskausaikana ainakin hieman jännitti tai pelotti tuleva. Jännitykset ja pelot kohdistuivat eri asioihin: yksi pelkäsi enemmän raskautta tai synnytystä, toinen itse käytännön lastenhoitoa ja kolmas sitä, syntyykö lapseen tai lapsiin minkäänlaista tunnesidettä syntymän jälkeen. Osasta pelkoja todettiin, että jälkikäteen se on ollut turhaa, kaikki sujui hyvin.

"...aika paljon pelotti se vanhemmaks tulo kun ei tiennyt mitä se on."

"...no tottakai sitä vähä mietti varmaan että kuinka sitä sitten pärjää."

"...huoletti aika paljon että tuleeko tästä mitään."

Vaikka haastatteluissa pääasiallisimmaksi tunteeksi näyttääkin nousevan pelko erilaisista asioista, suurin osa vanhemmista koki kuitenkin odotusaikana pääasiassa positiivisia tunteita tulevasta äitiydestä tai isyydestä. Myös kaksosraskausuutiset aiheuttivat vanhemmissa yllätyksen tunteita.

"...iha siis semmosii pelkästään positiivisii [tunteita ja ajatuksia]."

"...se oli vähä yllättävää että mistä ne kaksoset siihen tuli."

Lähes kaikki vanhemmat kertoivat, että raskaus oli odotettu ja toivottu, mutta yhtälailla joissakin tapauksissa yllätys, kuitenkin positiivinen sellainen. Vanhemmat tuottivat, että vanhemmuuteen asennoituminen sinänsä oli helpohkoa, koska asiaa oli ehtinyt jo ennen raskautta miettiä ja sulatella. Lähes kaikki kertoivat elämänvaiheen olevan sellainen, että lapsi on tervetullut, joten suuria järkytyksiä raskauksien takia ei koettu.

"...osittain yllätys tämä tilanne [raskaus] – – ja siitä myöhemmin sitten et niit onkin kaks."

"...se kun sai tietää että on raskaana ni oli silleen odotettu että se oli toivottu."

Kaksosten vanhempia oli haastateltujen joukossa useampia, ja kaksosraskauden kokeneilla pelot raskauden aikana näyttivät olevan hieman monilukuisempia kuin yhden lapsen saaneilla. Kaksosraskauksia kohdellaan eri tavalla kuin yhden lapsen raskauksia ja äidin sekä lasten vointia seurataan raskausaikana tarkemmin. Tämä ymmärrettävästi lisää jännitystä myös vanhemmissa, vaikka mitään vikaa ei missään vaiheessa olisi todettukaan.

Todennäköisesti vanhemmuuteen kasvamisen ja vanhemmaksi tulemisen tutkimustulokset voisivat olla hieman erilaisia, jos haastateltavien joukossa olisi ollut esimerkiksi nuoria vanhempia, joille raskaus olisi tullut yllätyksenä. Nuorilla vanhemmuuteen suhtautuminen on todennäköisesti hyvin erilaista, osalla on ehkä oma nuoruus vielä elämättä ainakin osittain, ellei kokonaan, ja tämä muutos voi olla nuorille vanhemmille kova paikka. Haastatellut vanhemmat kuitenkin olivat kaikki jo villeimmät teini- ja nuoruusvuotensa ylittäneitä ja siten valmiita vanhemmuuden mukanaan tuomiin uusiin haasteisiin.

"...ihan niinku odottanu sitä kotielämää – – et on niinku muitakin ihmisiä kelle elää."

"...sitte kun sen päätöksen teki että niinku haluaa tavallaan lapsia ja sillai ni sit se oli niinku sillai siihen asennoituu."

4.2 Odotukset tuesta ja niiden täyttyminen

"..mää olin ainakin niinku mielestäni ainakin ihan tyytyväinen siihen niinku odotukset ja tavallaan se tarjonta kohtas mitä siinä ajattelin."

Yllä oleva lainaus erään äidin haastattelusta summaa hyvin perheiden pääasiallisen näkökannan perhetyön odotusten täyttymisestä. Syitä perhetyöhön hakeutumiselle on yhtä monta kuin on asiakasperheitäkin, mutta haastatteluotannassa avun tarve lähti haastateltavien mukaan siitä, että itse oli vielä heikkokuntoinen synnytyksen jälkeen, mies teki pitkiä työpäiviä tai esimerkiksi omat vanhemmat tai muu tukiverkko asuivat kauempana eivätkä kyenneet olemaan apuna vastasyntyneen vauvan/vauvojen kanssa.

"...et ku meil ei oo mitää sukulaisia tässä lähistöllä."

"...noiden kanssa se kokonainen vuorokaus yksin on silleen aika rankka."

"Lähinnä nyt sillä just kun kaksoset oli tulossa."

Kaikki haastatelluista vanhemmista tuottivat samankaltaisia vastauksia siihen, mitä perhetyöltä odottivat. Yleisin odotus oli niin sanottu *"normaali lastenhoitoapu"*, eli esimerkiksi lasten sylissä pitäminen ja kanniskelu silloin, kun äidin voimat olivat vielä vähäisiä, sekä tuttipullosta syöttäminen, vaipanvaihto ja vaunulenkit vauvan kanssa.

"Suurin osahan tästä nyt niinku siitä avusta mihin sitä kaipas oli tietysti siinä alkuun se lasten kanniskelu ja syöttäminen."

"Hyvin niinku tommost konkreettista lastenhoitoapua."

"Meillä oli siinä se pulloshow aika iso alkuun..."

Toinen asia, jossa vanhemmat kaipasivat työntekijän apua, oli olla pienissä kodin päivittäisaskareissa apukäsiä. Työntekijä saattoi perheessä esimerkiksi laittaa tiskejä koneeseen ja tyhjentää tiskikoneen, pestä tuttipulloja tai auttaa esimerkiksi ruuanlaitossa.

"Ajattelin sitä ehkä enemmän just siinä et että se henkilö siinä on niinkun apukäsinä..."

Kukaan ei tuottanut, että olisi tarvinnut loppujen lopuksi runsaasti tukea vanhemman rooliin asettumiseen, se tuntui haastateltavilla tulleen ikään kuin luonnostaan lasten syntymän myötä. Tähän todennäköisesti on vaikuttanut haastateltavien perhetilanne ja se, että haastatellut perheet ovat varsin hyvinvoivia monilla elämän osa-alueilla eikä suuria kriisejä vielä ainakaan äidin raskausaikana ollut ilmentynyt. Eräs äiti kertoi, kuinka perhetyöntekijä on onnistunut tukemaan häntä vanhemmuudessa siten, että äiti on kokenut olevansa kelpo vanhempi omine puutteineen ja vikoineenkin.

On todennäköistä, että sellaiset perheet, joissa jotain isoja ongelmia on, eivät välttämättä koe haluavansa lähteä mukaan tämän kaltaisiin tutkimuksiin, sillä oma tilanne voi olla arka paikka monelle vanhemmalle. Tilanteesta kertominen jollekin täysin ulkopuoliselle voi olla mahdoton ajatus. Tällöin jättäydytään mieluummin pois tutkimuksesta, vaikka mahdollisimman erilaiset haastateltavat olisivatkin tutkimuksen kannalta rikkaus.

Opinnäytetyön ennakko-oletus siitä, että yksi suurimmista syistä avun hakemiseen on ollut vanhempien (tässä tapauksessa yleensä äitien) jaksamisen tukeminen näyttää haastattelujen pohjalta pitävän paikkansa. Eräs äiti tuotti haastattelussa seuraavaa: *"...se aika [synnytyksen jälkeen] oli niinku henkisesti raskasta."* Työntekijä on ollut äidin tukena synnytyksen jälkeen kun voimavarat ovat olleet vähissä, ja tämä koettiin toimivaksi tavaksi auttaa äitiä jaksamaan.

Kolmas odotus, joita vanhemmilla oli perhetyötä kohtaan, oli se, että he saavat hieman omaa aikaa, mahdollisuuden käydä hoitamassa asioita (haastatteluissa mainittu muun muassa kaupassakäynti sekä kampaaja ja pankkiasiointi) tai vain levätä jos siihen on tarve yöllisten valvomisten jälkeen. Usealla haastatelluista vanhemmista on kaksoset ja tämä vielä lisäsi vanhempien kuormitusta, joten toiveet hetken hengähdystauosta ovat täysin ymmärrettävissä.

"...et pääsee vaikka kaupassa käymään tai koiran lenkittäään ilman vaunuja..."

"Välillä me nukuttiin päivällä kaksin parin tunnin torkut."

Kysyttäessä vanhemmilta odotusten täyttymisestä ovat vastaukset yhtäläillä yhdensuuntaisia. Kehuja saavat sekä työntekijä että työskentely itsessään. Moni vanhemmista tuotti haastatteluissa sitä, että kun ei aiemmin oikein tiennyt mitä tällainen perhetyö on, tuli odotukset ja tavoitteet asetettua sen perusteella mitä neuvolasta tai perhetyöntekijältä työskentelystä kuuli. Tällöin myöskään kukaan ei kokenut joutuneensa pettymään ennakko-odotusten ja todellisuuden kohtaamattomuuden vuoksi, vaan odotusten koettiin täyttyneen kiitettävästi.

"...ihan silleen täysin hyvin [on odotukset täyttyneet] ku ei nyt ollu mitään kauheen...kauheen semmosii monimutkaisia odotuksia."

"...on vastannu sitä kuvaa mitä siit on annettu ja mitkä on sit tietysti sen mukaan odotuksetki ollu."

Vaikka kaikilla haastatelluilla olikin ennakko-ajatuksena se, että pääasiassa apu kohdistetaan käytännön konkreettisiin asioihin, niin monet totesivat kuitenkin, että käytännön avun lisäksi apu on ollut äidin psyykkistä "tsemppaamista" (*"...jo pelkästään se läsnäolokin auttaa."*). Lisäksi tieto siitä, että työntekijä on kohta tulossa paikalle, on auttanut jaksamisen kanssa. Vanhemmat kokivat myös sen olevan suuri apu, kun aina saattoi kysyä ammattilaisen mielipidettä johonkin mieltä askarruttavaan asiaan (*"...aina tulee niitä joitain asioita mikä saattaa olla että mietityttää [vanhemmaksi kasvamisessa tai lastenhoidossa] – on sit joku jolta kysyä."*).

4.3 Työskentelyn tavoitteiden saavuttaminen

Kaikki haastatteluissa mukana olleet henkilöt olivat yhtenä rintamana yhtä mieltä siitä, että etukäteen asetetut tavoitteet (jaksamisen tukeminen, oman ajan tarjoaminen, lastenhoitotyön helpottaminen) tulivat täytetyiksi kiitettävästi. Kukaan ei sanonut, että olisi ollut tyytymätön ensisynnyttäjien perhetyöhön. Päin vastoin, työtä kiiteltiin tarpeellisenä ja haastateltavat kokivat siitä saadun hyödyn suureksi avuksi oman elämän hallinnassa ja henkisessä koossapysymisessä.

"...tai silleen mikä nyt on tietysti se eka kuukausi sitä rankinta aikaa...tai ne ekat kuukaudet – et siihen väliin ainakin niin on ehdoton apu ulkopuolisesta kenestä tahansa."

Osa vanhemmista koki, että perhetyölle asetetut odotukset ylittyivät. Vanhemmat olivat tyytyväisiä siihen, että perhetyössä oli melko paljon jouston varaa yllättävien tilanteiden varalta. Joustavuus tuntui haastatteluissa olevan yksi suurimmista asioista jonka kaikki vanhemmat toivat esille ja olivat erittäin tyytyväisiä siihen, että palvelu on niin henkilökohtaisesti mukautettavissa.

Kaikki vanhemmat olivat jännittäneet työntekijän tulemistä omaan kotiin, mutta loppujen lopuksi kuvailivat kuitenkin, että sekin oli *"sitten kun siihen tutustu"* mennyt oikein hyvin.

"...vähän oli semmonen tunne että miltä se nyt tuntuu et joku outo ihminen tulee käymään."

"Ainahan noi uudet ihmiset niin vaatii vähän ennenkun tutustuu."

Eräs äiti totesi, että työntekijän läsnäolo ja auttaminen on ollut avuksi, kun on saanut kysyä mieltä painavista asioista ja tätä kautta työskentely on tukenut myös omaa vanhemmuutta ja tunnetta siitä, että on kuitenkin ihan hyvä vanhempi vaikka aina ei täydellinen voi ollakaan. Myös moni muu haastateltavista tuotti kiitosta mahdollisuudesta kysyä työntekijältä mieltään askarruttavista aiheista ja kulloinkin pinnalla olevista mahdollisista lastenhoidollisista pulmista kuten kiinteiden ruokien syömisestä tai päiväunirytmistä. Haastateltavat kokivat myös saaneensa työntekijältä riittävästi vastauksia näihin kysymyksiin. Lisäksi työntekijä on opettanut vanhemmille oman riittämättömyyden tunteen sietämistä. Tämä on tärkeää varsinkin kaksosperheissä, koska äidillä on vain kaksi kättä eikä aina mahdollisuutta venyä joka paikkaan.

Monen perheen tavoite eli äidin jaksamisen tukeminen näyttäisi haastateltujen perheiden kohdalla toteutuneen niin ikään kiitettävästi. Äidit kokivat perhetyöstä saadun konkreettisen hyödyn joko lastenhoidossa tai kotitaloustöissä tukeneen heidän omaa jaksamistaan arjen keskellä.

"...tai se et on lähteny – – lenkille ja ollu vähän aikaa erossa niist lapsista ni sitte on taas jaksanu paljon paremmin..."

4.4 Elämä ilman perhetyötä ensisynnyttäjille

"...kyllähän toi työ ni se voi joitakin perheitä ihan varmaan pelastaa."

Moni perhe koki perhetyön todella tärkeäksi osaksi perheen arjen pyörittämistä ja lasten kasassa pitämistä. Kysyttäessä siitä, voivatko he kuvitella elämää ilman perhetyön apua, vastauksissa pyörii pitkälti samansuuntaisia ja -sisältöisiä termejä. Elämää ilman apua kuvattiin monen vanhemman toimesta todennäköisesti rankemmaksi, väsyttävämmäksi niin henkisesti kuin fyysisestikin, stressaavammaksi tai kiireisemmäksi. Moni vanhempi toi esille sen, kuinka paljon helpompaa asioilla käyminen on ollut kun ei ole tarvinnut ottaa lasta mukaan ja on saanut sen ajan käyttää hengähdystaukona arjesta.

"...ihan kaiken tommosen käytännön asioitte hoitamiseen et oltais jouduttu siis aina lapset ottaan sitten mukaan joka paikkaan kaikille asioille."

"Jotain epävarmuutta ehkä niinku tämmösissä käytännön asioissa sit vois olla enempi et jos ei ois niinku semmosta tarkistuspaikkaa."

"Varmaan ois ollu aika paljon väsyneempi ja enempi stressannu varsinki aluks."

Vanhemmat kokivat perhetyön hyödyt voimakkaina, ja olivat iloisia siitä, että tämän kaltaista palvelua on saatavilla, jopa tällaisena aikana kun kuntien talous on tiukalla ja monesta asiasta joudutaan karsimaan. Työtä kuvattiin aidosti ennaltaehkäiseväksi palveluksi, sillä sitä on mahdollista saada jo kauan ennen kuin vanhempi edes ehtii ajatella olevansa hieman väsynyt. Muutama haastateltava korosti myös työn positiivista merkitystä parisuhteelle. Esillä oli niin äidin kuin isänkin jaksaminen. Se, että toisinaan vanhemmat saivat yhdessä viettää pari tuntia keskenään koettiin hyväksi ja parisuhdetta hoitavaksi avuksi.

Vanhemmat kokivat perhetyön ensisynnyttäjille lähes yksinomaan positiivisena kokemuksena, joka käytännön lastenhoitoavun lisäksi tarjoaa suoraa apua jaksamiseen ja oman vanhemmuuden vahvistamiseen sekä välillistä tukea muun muassa parisuhteelle. Vaikka työskentelyn alkuvaiheessa vieras ihminen tuntui jännittävältä, kertoivat monet vanhemmat, että parin kerran jälkeen jännitys unohtui ja työntekijää oikein odotti saapuvaksi.

4.5 Kehitysehdotuksia ja palaute perhetyöntekijälle

Suurena vahvuutena haastatteluissa nousi esille työntekijän oma tietotaito ja kokemus, kaikki vanhemmat olivat erittäin tyytyväisiä siihen, että työntekijä pystyi toisinaan samaistumaan heidän tilanteeseensa ja antamaan neuvoja omista lähtökohdistaan käsin, omiin kokemuksiin perustuen. Tämä koettiin huomattavasti paremmaksi tavaksi auttaa, kuin jos työntekijällä ei olisi ollut omakohtaisia kokemuksia asioista.

Työskentelyn alkamisen vanhemmat kokivat pääasiassa positiivisena. Ensisynnyttäjien perhetyöhön kuuluu aloituskeskustelu esimerkiksi neuvolakäynnin yhteydessä tai ensimmäisellä kotikäynnillä. Moni koki tästä olevan hyötyä myöhemmin varsinkin sen suhteen, että tiesi mitä uskaltaa työntekijältä pyytää. Kuitenkin osa vanhemmista koki, että keskustelu oli jäänyt osin puutteelliseksi tai keskustelua ei oltu käyty lainkaan, eikä keskustelussa oltu riittävän kattavasti puhuttu auki asioita, jotka työntekijän toimenkuvaan kuuluvat.

"Sitä ois ehkä toivonu et siinä aluks ois ehkä niinku jotenkin puhuttu auki se että mitä mä voin siltä pyytää."

Nämä tilanteet ratkesivat vanhempien mukaan niin, että he kysyivät työntekijältä, että onnistuuko jokin tietty juttu. Tämänkaltaiset tilanteet vanhemmat kokivat osittain epä-mukavina. Epävarmuus ja avun pyytäminen voi tuntua ahdistavalta ja rohkeus kysyä voi olla tällöin korkean kynnyksen takana. Tämä on hyvin yksilöllistä riippuen asiakkaan luonteesta. Jatkossa olisi aloituskeskusteluissa hyvä kiinnittää huomiota siihen, että kaikki vanhemmat saavat samat tiedot työskentelyn sisällöistä, jotta se käytännössä sujuisi jouhevasti. On muistettava, että asiakas on uuden tilanteen edessä, eikä välttämättä osaa kysyä juuri oikeita asioita, vaan tällöin työntekijän on tuotava asiat itse kattavasti esille. Kun ei oikein tiedä mitä odottaa, on vaikea kysyä.

Toisilla vanhemmilla saattaa olla aikaisempaa lastenhoitokokemusta esimerkiksi työn tai sukulaislapsien kautta, mutta suuri joukko ensisynnyttäjiä on sellaisia, jotka eivät ole aiemmin hoitaneet pientä vauvaa. Riippuu perheestä, kuinka paljon käytännön vinkkejä, esimerkkejä ja ohjausta he tarvitsevat lastenhoitoon. Haastatelluista vanhemmista osa tuotti, että olisi kaivannut enemmän ohjeita lasten hoitamiseen, osa taas oli tyytyväisiä siihen, että työntekijä ei alkanut ohjeistaa heitä, sillä lasten perushoito oli heille tuttua.

"Et jos nyt vaan tarvitaan lisää käsiä niin ei se opastus sit siin kauheesti auta."

"...voi aatella et ei liikaa sit niinku tuputa jotain omia neuvoja, mutta oltais vaikka voitukin niinkun enemmän jotain vinkkejä ottaa."

Aloituskeskusteluissa tulisi siis muistaa puhua myös siitä, kuinka paljon kulloinenkin asiakasperhe tarvitsee käytännön apua tai ohjeistusta. Koska työ on hyvin räätälöitävissä perheiden tarpeiden mukaisesti, palvelee riittävä keskustelu paitsi perhettä, myös työntekijää omassa työssään kun tämä tietää perheiden tilanteen ja lastenhoidollisen taustan. Keskustelu tästä auttaa löytämään työntekijälle sopivan paikan, jotta tämä ei tuputa liikaa ohjeita osaaville ihmisille mutta osaa kuitenkin neuvoa ja tukea uusia vanhempia riittävästi heidän tarpeidensa mukaan.

Työmuodon joustavuudesta annettiin myös paljon palautetta. Haastateltavat kiittelivät mahdollisuutta toisinaan pikaisiinkin käyntiaikojen muutoksiin ja lisäksi sitä, että työntekijä pystyi joustamaan myös käyntikerran sisällä, sillä vauvaperheissä tilanteet saattavat toisinaan muuttua nopeastikin, eikä etukäteen suunniteltu aina toteudu. Työntekijä myös mukautui kiitettävästi perheiden kulloistenkin avuntarpeiden mukaan käyttäen perhekohtaista harkintaa siinä, minkälainen apu kutakin perhettä milloinkin auttaa.

Ainoana miinuspuolena työskentelyssä vanhemmat näkivät sen, että he olisivat mielellään ottaneet työntekijältä enemmänkin apua vastaan, mutta tämä ei ole ollut mahdollista työntekijän lukuisan asiakasmäärän vuoksi.

"...ei se ollu sitten aina mahdollista saada sillon kun olis tarvinnu niin se oli ikävä."

Tämän vanhemmat ymmärtävät, vaikka sitä harmittelevatkin. Muutama vanhempi toi esille sen, miten paljon helpompaa olisi käyntien sopiminen jos työntekijällä olisi "varamies" tai työpari. Tällöin olisi ehkä mahdollista saada paremmin apua juuri sille ajankohdalle ja hetkelle, kun avun tarve on suuri. Työntekijöiden suurta vaihtelua asiakkaat eivät nähneet positiivisena asiana, mutta kuitenkin totesivat, että kahden henkilön vuorottelussa hyödyt olisivat haittoja suuremmat ja tällä mahdollistettaisiin se, että avun tarpeessa olevat ja/tai väsyneet perheet saisivat apua todennäköisimmin juuri silloin, kun sille on tarvetta.

"...jos niitä ois ollu kaks jotka ois voinu vuorotella niin oisko ollu parempi tilanne.."

"...jos siinä olis joku varamiespalvelu jos tuleekin jotain yhtäkkistä."

Ne vanhemmat, joiden kohdalla perhetyö oli jo loppunut, kertoivat, että työntekijä oli riittävästi keskustellut heidän kanssaan mahdollisista jatkoavun muodoista. Vanhemmat olivat tietoisia lapsiperheille tarjottavasta kotipalvelusta, osa oli palvelua käyttänyt ja osa ei kokenut sitä enää tarpeelliseksi. Lisäksi työntekijältä oli saatu muun muassa vinkkejä kunnan perhetuvista ja psykologipalveluista. Vertaistuen merkitys nousi haastatteluissa esiin useaan otteeseen, ja työntekijältä saadun vertaistuen lisäksi vanhemmat kertoivat hakeneensa tukea muun muassa perhetuvilta ja erilaisista äideille suunnatuista ryhmistä.

"...se Akuliina ryhmä – – on ollu kans hyvä vertaistukiryhmä."

Eräässä perheessä toivottiin siirtymistä kotipalvelun asiakkaiksi hieman kehitettävän. Tässä perheessä koettiin, että he eivät olleet saaneet tietoa siitä, koska ensisynnyttäjien perhetyö loppuu ja jäivät kaipaamaan selkeämpää vaihdosta ja riittävän suorapuheista alustusta siitä, että seuraavaksi tarjolla olisi kotipalvelun mahdollisuus. Perhe toivoi työntekijän puhuvan asioista suoraan, ilman turhia kiertelyjä jotka saattavat jättää vanhemmat epätietoisiksi työskentelyn jatkumisesta tai loppumisesta.

"...ehkä ois voinu olla mukavampi saada jotain aikataulua."

On muistettava, että ensisynnyttäjille suunnattu perhetyö joustaa paitsi perheiden, myös työntekijän osalta. Jos työntekijällä riittää tilaa kalenterissa, on työskentelyä ehkä mahdollista venyttää aiottua pitempään, mutta aina tulee uusia ensisynnyttäjäperheitä, jotka tarvitsevat apua. Näin ollen ymmärretään se, että tarkkaa työskentelyn lopetuspäivämäärää on aluksi vaikea tietää, mutta asiasta tulisi puhua riittävästi ja suoraan asiakkaiden kanssa silloin, kun se alkaa olla ajankohtaista, jotta perheet eivät joutuisi kärsimään epätietoisuudesta.

Haastatellut vanhemmat ovat kokeneet keskimääräisen käyntimäärän kerran viikossa riittäväksi, ja moni kehui haastattelussa sitä, että tarvittaessa apua oli mahdollista saada kaksikin kertaa viikossa, jolloin toisella kerralla ehti tehdä asioita ja toisella kerralla sai

esimerkiksi levätä. Yksittäisen käynnin pituus vaihteli asiakasperheiden mukaan kahdesta neljään tuntiin, ja perheet kokivat tämän ajan olevan heille juuri sopiva, että ehtii tehdä kaikki asiat, mitä on suunnitellut. Eräs vanhempi totesi, että käynti olisi voinut olla pitempikin, mutta aika riitti kuitenkin kaikkeen oleelliseen.

"...ois se [kertakäynti] voinu olla pidempikin, mut kyl se siihen riitti."

"...se on mun mielestä ollu ihan sopiva se puoli päivää. On ehtiny tehdä kaiken mitä tarttee"

Kaikki haastateltavat, joiden työskentely oli jo loppunut, olivat yhtä mieltä siitä, että apu on ollut niin tarpeellista ja hyvää, että olisivat mielellään jatkaneet pitempäänkin perhetyön asiakkaina. Näistä perheistä osa on sittemmin jatkanut lapsiperheiden kotipalvelun piiriin, mutta osa on kokenut, että ei enää perhetyön loppumisen jälkeen ole tarvinnut vastaavankaltaista apua.

Työntekijää keuhuttiin siitä, että tällä selvästi on työn ohjat käsissään ja hän tietää mitä tekee. Lisäksi useat perheet totesivat, että on hienoa kun työntekijä on oma-aloitteinen ja tietää mitä kulloinkin kannattaa tehdä. Työssä tarvittavaa pelisilmää asiakkaiden mukaan työntekijällä riittää, ja hän kykenee näkemään ne paikat tai hetket, joissa apua kulloinkin kaivataan, oli kyse sitten tuttipullojen pesemisestä tai tiskikoneen tyhjentämisestä. Vanhemmat kiittelivät sitä, että alun jälkeen työntekijää ei tarvinnut ohjata näyttämällä missä mitäkin on ja mistä mitäkin löytyy.

"...ei se kauheesti silleen edes kauheesti tommosia kysele – – mikä on tosi kiva."

"...heti alustakin lähtien sitte niinku sit vaan rupes tekeen asioit."

Työntekijä on joidenkin asiakkaiden mielestä enemmän kuuntelija kuin aktiivinen puhuja, mutta tämän todettiin olevan useassa tilanteessa positiivinen asia. Toisinaan kuunteleminen on tärkeintä ja jos vanhemmalla on jotain mielen päällä, tekee hyvää saada purkaa ajatuksiaan ihmiselle, joka tosissaan kuuntelee murheita. Välillä asiakkaat tunsivat kaipaavansa työntekijältä enemmän aktiivisuutta, enemmän vinkkejä siihen, miten asiat kannattaisi tehdä, sillä he tiesivät työntekijällä olevan käytännön kokemusta esimerkiksi kaksosten kanssa toimimisesta kun taas vanhemmilla tätä tietoa ei vielä ollut. Osa asi-

akkaista olisi halunnut, että työntekijä olisi enemmän antanut vinkkejä oma-aloitteisesti, mutta olivat kuitenkin tyytyväisiä siihen, että saivat hyvin vinkkejä kun itse kysyivät työntekijältä. Nämä ovat asioita, joihin työntekijä voi tarttua jo keskustellessaan perheen kanssa ensimmäistä kertaa.

"...ois enemmän voinu toivoo että vois antaa ehkä enemmän jotain vinkkejä siis näitten lasten hoitoon liittyen. – – kun ei tota ei sitä silleen alkuun tiedä että mitä kannattais kysyä."

Kaiken kaikkiaan asiakkaille jäi haastattelujen perusteella positiivinen kuva ensisynnyttäjien perhetyöstä, työntekijästä ja saadusta avusta. Työntekijä koettiin asiansa osaavaksi, näppäräksi ja tilannetajaiseksi ihmiseksi, josta oli paljon apua perheen arjen tukemisessa. Suurimpana miinuspuolena vanhemmat pitivät sitä, että työntekijöitä on vain yksi, sillä se rajoittaa avun saantia vanhempien kokemuksen mukaan toisinaan hyvinkin paljon.

5 JOHTOPÄÄTÖKSET

Opinnäytetyössäni alkuoletus oli, että perheet saisivat hieman enemmän tukea vanhemmaksi kasvamiseen ja varhaiseen vuorovaikutukseen, mutta haastattelujen perusteella näyttää siltä, että eniten tukea perheissä tarvittiin käytännön arjen pyörittämiseen, vaikka keskusteluapua olisi myös ollut mahdollista saada. Jos vanhemmat voivat hyvin, myös varhainen vuorovaikutus onnistuu paremmin kuin huonompivointisilla vanhemmilla eikä suuria ongelmia välttämättä ilmene. Todennäköistä on myös, että asiakasperheistä haastatteluihin lähtivät sellaiset perheet, joilla mahdollisia ongelmia vanhemmuudessa oli varsin vähän, ja näin ollen siihen ei varsinaisesti suoraa tukea tarvittu.

Tutkimuksen tulos olisi mahdollisesti voinut olla erilainen jos haastatteluissa olisi ollut mukana perheitä laajemmin erilaisista elämäntilanteista. Nyt kaikki perheet olivat suhteellisen tavallisia, melko hyvinvoivia perheitä. Ainoa silmiinpistävä ominaisuus perheillä oli kaksosten yleisyys otannassa. Monella perheellä myös oma tuki- tai turvaverkosto asui kauempana, ja tällöin ulkopuolisen avun merkitys perheelle korostuu.

Todennäköisesti perheiden suhteellisen hyvistä lähtökohdista johtuen esiin ei haastattelujen aikana noussut myöskään alkuoletuksen mukainen varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen. Vaikka ensisynnyttäjien parissa työtään tekevä työntekijä on valmis tukemaan perhettä myös tilanteissa, joissa perhettä uhkaa esimerkiksi kriisi ja varhaisessa vuorovaikutuksessa on ongelmia masennuksen tai muun vastaavan takia, ei haastatteluotannassa tällaisia tilanteita ollut ilmennyt, tai niistä ei ainakaan haastatteluissa mainittu. Vastaavasti varhaiseen vuorovaikutukseen suoraan liittyviä kysymyksiä olisi haastattelussa voitu esittää enemmänkin ja aihetta pohtia syvemmältä, nyt aihetta raapaistiin haastattelujen aikana vain pintapuolisesti ja käytännön esimerkkien kautta.

Tutkimustehtävänäni opinnäytetyössä oli pyrkiä selvittämään miten ensisynnyttäjien perhetyö on onnistunut tavoitteissaan tukea perhettä ensimmäisen lapsen syntymän jälkeen. Opinnäytetyöni tutkimus kuvaa vain hyvin pientä osaa ensisynnyttäjien perhetyön asiakkaita, eivätkä tulokset näin ollen ole yleistettävissä kattamaan kaikkia Lempäälän kunnan ensisynnyttäjien perhetyön asiakkaita. Haastattelujen perusteella voi kuitenkin tehdä sellaisen johtopäätöksen, että perhetyön tavoite on saavutettu varsin kiitettävästi niissä perheissä, jotka haastatteluissa olivat mukana. Kaikki haastatellut vanhemmat

kokivat oman jaksamisensa olevan parempaa työskentelyn takia ja ne vanhemmat, jotka ovat kokeneet tarvetta saada vinkkejä vanhemmuuteen liittyen, kokivat saaneensa perhetyöstä irti riittävästi. Yleiskuva työskentelystä oli kaikilla vanhemmilla positiivinen, ja monet olivat suositelleen palvelua omille tuttavilleen.

Opinnäytetyön tutkimuskysymyksiin haastatteluista saatiin vastauksia hyvin. Vanhemmaksi tuleminen ja vanhemmuus herättivät haastatteluissa sekä positiivisia, että negatiivisia tunteita ja ajatuksia. Tämä on täysin normaalia, sillä vanhemmuus on elämässä suuri askel. Haastatellut vanhemmat kertoivat asettaneensa omat tavoitteet ja odotukset sopivalle tasolle, jolloin myös vanhempien kokemus odotusten täyttymisestä on hyvä. Kaiken päätteeksi vanhemmat kokivat perhetyön onnistuneen suuresti auttamaan heidän perhettään lapsen tai lasten vauva-aikana.

Haastatteluaineistosta heräsi muutamia hyviä ajatuksia joita haluan tässä nostaa esille. Riittääkö yksi työntekijä vastaamaan kasvavan kunnan tarpeeseen vai tarvittaisiinko tämänsuuntaiseen työhön lisäresursseja? Tulee myös miettiä, mikä ensisynnyttäjien perhetyön rooli on sosiaalipalveluiden kentällä, ja pitääkö sen roolia selkeyttää jotenkin. Tällä hetkellä työ keinuttelee jossain lapsiperheiden kotipalvelun ja lastensuojelun perhetyön välimaastossa olematta kumpaakaan. Rajanveto esimerkiksi kotipalvelun ja ensisynnyttäjien perhetyön välille voi olla haasteellista, mutta saattaa silti olla tarpeen. Syytä olisi miettiä, tulisiko nimenomaan ensisynnyttäjille suunnatun perhetyön luonnetta painottaa aiempaa enemmän jo siinä vaiheessa, kun palvelua markkinoidaan tuleville vanhemmille neuvolassa. Opinnäytetyön perusteella ei voida tehdä johtopäätöksiä siitä, kuinka suuri osa vanhemmista käyttää ensisynnyttäjien perhetyötä arjen pyörittämisen apuun ja kuinka suuri osa mahdollisesti tarvitsee enemmän tukea vanhemmuuteensa tai varhaisen vuorovaikutuksen tukemiseen. Kaikki haastatellut perheet painottivat kuitenkin puheissaan ensisijaisesti käytännön arjen apua kotipalvelun tyyppisesti.

Työskentelyn onnistumiseksi on tärkeää, että työntekijä kuuntelee asiakasta ja ymmärtää asiakkaan tilanteen sekä tarpeet. Osa haastatteluista vanhemmista koki työntekijän enemmän asioiden tekijänä kuin sellaisena, jolle ensimmäisenä mennään kertomaan asioista. Tämä liittyy myös ensisynnyttäjien perhetyön profiloitumiseen. Tällä hetkellä kuunteluapu kyllä mainitaan, mutta tämän haastatteluaineiston perusteella syntyy mieluinen kuva enemmän käytännön töihin painottuvasta kotiavusta kuin ensimmäisen lapsensa saaneen äidin auttamisesta vauvan hoidossa ja vuorovaikutukseen tukemisessa. Halu-

taanko perhetyö ensisynnyttäjille säilyttää jatkossakin kotipalvelun tapaisena käytännön apuna, vai halutaanko nimenomaan ensisynnyttäjille tarkoitettua palvelua korostaa jollakin tavalla, joka eriyttäisi perhetyötä enemmän kotipalvelusta? Tässä muistetaan kuitenkin haastatteluaineiston rajallisuus ja jo mainittu perheiden samankaltaisuus. Tältä pohjalta on opinnäytetyössä vaikea lähteä tekemään yleistyksiä koskien ensisynnyttäjien perhetyön suuntaa ja perheiden ensisijaisia avun tarpeita. On hyvä, että apua on saatavilla monessa eri muodossa (keskustelut, vauvan hoito, opastus ja arjen apu), jotta jokaiselle perheelle varmasti löytyy keino, joka auttaa heidän tilanteessaan parhaiten.

Yhteiskunnalliselta kannalta tarkasteltuna perhetyö ensisynnyttäjille on *"aidosti ennaltaehkäisevä palvelu"*, kuten eräs äiti haastattelussa totesi. On hyvä, että yhteiskunta on herännyt ennaltaehkäisevien palveluiden tarpeeseen. Aikaisemmin vallalla ollut käsitys "hyvästä perheestä" eli perhe, jossa äiti on lasten kanssa kotona, hoitaa heidät ja kodin sekä jaksaa vielä harrastaa omia juttujaan siihen päälle eikä missään vaiheessa väsy tai ainakaan näytä väsymystään, on murentumassa. Nykyvanhemmat näyttävät mielellään ottavan apua vastaan, ja vaikka työntekijän tuleminen kotiin on tuntunut joistakin omalle tontille astumiselta, on työntekijä silti toivotettu tervetulleeksi avuksi kotiin. Vanhemmuus on tällä vuosisadalla jälleen murroksessa ja on yhteiskunnassakin aiempaa hyväksytympää myöntää, että pelkää omaa pärjäämistään, jaksamistaan tai on jo väsynyt. Onneksi yhteiskunta tulee näissä tilanteissa nykyisin hyvin vastaan, sillä monessa kunnassa on aloitettu erilaisia projekteja lapsiperheiden hyvinvoinnin ja jaksamisen tueksi.

Perhetyö ensisynnyttäjille on yksi tapa tukea perheitä ja sopii selvästi Lempäälän kunnan lapsiperheiden tarpeisiin, mutta tukemisen keinoja on monia, ja jokainen kunta toivottavasti uuden sosiaalihuoltolain myötä löytää omat, toimivat työmuotonsa lapsiperheiden ennaltaehkäisevälle tukemiselle. Mallia voidaan hakea paitsi Lempäälästä, myös Imatran hyvinvointineuvolan toiminnasta ja muista kunnista, joissa vastaavaan ennaltaehkäisevään työhön on jo alettu panostaa.

Seuraavan sivun kuvioon 1 on lopuksi tiivistetty vanhempien kokemat ensisynnyttäjien perhetyön suurimmat vahvuudet sekä kehittämisen kohteet.

PERHETYÖ ENSISYNNYTTÄJILLE**VAHVUUDET**

- konkreettinen apu perheiden arjessa
- joustavuus
- riittävä viikoittainen apu
- työntekijän ominaisuudet, (osaava, kokenut, omaaloitteinen)
- lisäävun piiriin ohjaaminen (kotipalvelu, vertaisryhmät ym.)

KEHITETTÄVÄÄ

- työntekijäresurssi
- aloituskeskustelun sisältö
- avoin keskustelu perheiden tarpeista

KUVIO 1. Ensisynnyttäjien perhetyön vahvuudet ja kehittämistarpeet

6 TUTKIMUSPROSESSIN POHDINTA

Opinnäytetyöni viimeisessä luvussa tarkastelen opinnäytetyöprosessin luotettavuutta aina haastateltavien valinnasta tutkimuksen loppuraportointiin asti ja kerron siitä, miten omasta mielestäni tutkimuksen tavoitteet on saavutettu ja mitä itse olen prosessin aikana oppinut.

6.1 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tuomi ja Sarajärvi (2013, 140) toteavat, että laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arviointi ei ole yksiselitteistä. Vilkan (2007, 158–160) mukaan laadullisessa tutkimuksessa tutkijan omat tulkinnat aineistosta nousevat suureen rooliin, jolloin tutkija joutuu tutkimuksen luotettavuutta arvioidessaan refleктоimaan kattavasti myös omaa toimintaansa tutkimusprosessin eri vaiheissa. Tutkimustekstissä tulee olla esimerkkien kautta nähtävissä se, mitä kautta tutkija on johonkin tiettyyn johtopäätökseen päätenyt. Vilka (2007, 160) puhuu kirjassaan teoreettisen toistettavuuden periaatteesta, eli siitä, että lukijan tulee tutkimustekstiä lukiessaan päästävä samantaiseen lopputulokseen tutkimuksen tekijän kanssa. Tekstistä on siis käytävä selkeästi ilmi se, miten johtopäätöksiin on päädytty.

Myös tutkijan puolueettomuus liittyy tutkimuksen luotettavuuden arviointiin. Laadullisessa tutkimuksessa tutkija itse luo tietoja havaintojensa kautta, joita hän mahdollisesti suodattaa perustuen omiin lähtökohtiinsa ja taustoihin, kuten ammatti, ikä ja sukupuoli. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 137–138.) Lähes poikkeuksetta kaikissa laadullisissa tutkimuksissa on tämä sama ongelma (Vilka 2007, 160).

Opinnäytetyöni tutkimusprosessin alussa tapahtunut haastateltavien perheiden valikointuminen on yksi asia, johon haluan kiinnittää lukijan huomion. Perheet valikoituivat työntekijän kautta, kun tämä tiedusteli perheiden kiinnostusta osallistua. Näin työntekijä on saattanut tiedostamattaan valikoida tietynlaisia perheitä. Tästä emme kuitenkaan voi olla varmoja, mutta varsinkin haastateltujen perheiden samankaltaisuuksia silmällä pitäen tämä on seikka, jota ei voi jättää huomiotta.

Muutoin olen tutkimusprosessissani pyrkinyt toimimaan niin, että tutkimuksen luotettavuus säilyy ja eettiset näkökohdat ovat läpileikkaavana teemana tutkimusprosessissa. Lisäksi olen totta kai pyrkinyt siihen, että tutkimukseni olisi hyvän tieteellisen käytännön mukainen (Tuomi & Sarajärvi 2013, 132). Opinnäytetyössäni pyrin johdonmukaiseen raportointiin koherenssin periaatteen (Tuomi & Sarajärvi 2013, 140) mukaisesti. Tutkimusraporttini alkaa tutkimuksen taustojen selittämällä, josta edetään aineiston keräämisprosessin kautta haastatteluanalyysiin ja analyysien perusteella tehtyihin tulkintoihin aiheesta. Tulkintoja tukemassa on riittävä määrä haastattelulainauksia.

Jo haastatteluja puhelimitse sopiessani pyrin kertomaan haastateltavilleni mitä tutkin, miksi ja miten, sikäli kuin puhelun aikana jäi sellaiseen aikaa. Lisäksi kävimme nämä asiat läpi ennen haastattelujen aloittamista, ja haastateltavilla oli mahdollisuus kysymyksiin jos heillä sellaisia itse opinnäytetyöstä oli. Ennen haastattelua kerroin myös salassapitovelvollisuudesta ja siitä, että haastattelut ja raportointi tehdään nimettöminä ja vaikka opinnäytetyössäni olisi suoria lainauksia haastatteluista, ei niiden perusteella pysty henkilöitä yksilöimään. Haastattelujen jälkeen vastasin mahdollisesti haastateltavien mieleen nousseisiin kysymyksiin, ja lisäksi kaikki vanhemmat esittivät pyynnön saada valmis opinnäytetyöni luettavaksi. Linkki valmiiseen opinnäytteeseen menee näin ollen myös haastatteluissa mukana olleille vanhemmille.

Se, että tutkimuksessa mukana olleet henkilöt tulevat myös lukemaan tutkimusraportin, on osaltaan varmistamassa sitä, että raportoidut asiat ovat sellaisia kuin haastateltavat ovat kertoneet. Haastattelutilanteissa pyrin toimimaan haastattelijana eettisesti niin, että en loukannut haastateltavia tai heidän yksityisyyttään ja annoin haastateltavien kertoa monipuolisesti omista näkemyksistään ja ajatuksistaan. Tarvittaessa tein selvittäviä lisäkysymyksiä ja annoin haastateltavien kertoa melko vapaasti tunteistaan ja ajatuksistaan perhetyötä kohtaan.

Vaikka haastattelujen sisällönanalyysi ja tutkimustulosten auki kirjoittaminen on tapahtunut varsin lyhyen ajan sisällä, koen silti kyenneeni panostamaan ja keskittymään haastattelujen analysointiin riittävästi luotettavan tutkimustuloksen saamiseksi. Haastatteluaineiston sisällönanalyysissä pohdin tarkoin eri asioiden merkityksiä, yhteyksiä ja syyseuraussuhteita, jotka toivottavasti näkyvät tutkimusraportissani. Lisäksi opinnäytetyössäni on kattavat esimerkit sisällönanalyysin tekemisestä. Pyrin valitsemaan esimerkit niin, että ne olisivat mahdollisimman helpot lukijan sisäistää. Sisällönanalyysistä kerty-

neen materiaalin perusteella olisin voinut esitellä taulukoita laajemminkin, mutta sen tarkoituksenmukaisuus on hieman kyseenalaista, varsinkin kun tutkimusraportin tekstistä on löydettävissä kattavat esimerkit siitä, miten tiettyyn loppupäätelmään olen päätenyt. Opinnäytetyöhön olen sisällyttänyt runsaan määrän haastattelulainauksia, jotka osoittavat todeksi kulloinkin esitetyn väitteen.

6.2 Tutkimuksen tavoitteiden saavuttaminen

Tutkimuksen kannalta huomattavasti mielenkiintoisempaa olisi ollut se, että perheiden tilanteet olisivat olleet heterogeenisempiä kuin mitä haastatteluihin valikoitui. Tällöin olisi todennäköisesti ollut mahdollisuus päästä tutkimaan syvemmin varhaisen vuorovaikutuksen ongelmia ja perhetyön siihen tarjoamia ratkaisuja tai apukeinoja. Kukaan ei ainakaan kertonut, että olisi alussa toivonut vanhemmuuteensa tukea tai että perheessä olisi ollut varhaisen vuorovaikutuksen ongelmia.

Haastatteluissa olisin voinut takertua enemmän varhaiseen vuorovaikutukseen vanhempien kokemana sekä esimerkiksi mentalisaatiokyvyn ja saatavillaolon tukemiseen, mutta tässä tutkimuksessa nämä asiat jäivät kohtalaisen vähäiselle huomiolle. Varhaista vuorovaikutusta käsiteltiin pääasiassa haastatteluissa käytännön esimerkkien kautta, ei suorilla, haastattelijan tekemillä kysymyksillä.

Tällä kertaa tutkimus käsitteli pääasiassa ainoastaan sitä, miten vanhemmat perhetyön kokivat. Tämä ei ole lainkaan huono asia, sillä opinnäytetyöni päätarkoitus on nimenomaan tuottaa työntekijälle tietoa omasta toiminnastaan jotta työtä voidaan edelleen kehittää perheiden tarpeita vastaavaksi. Tavoite mielestäni täyttyi kiitettävästi, sillä haastatteluissa työntekijä sai sekä kehuja, että ehdotuksia työn kehittämiseksi vieläkin asiakasystävällisempään suuntaan.

Varhaisen vuorovaikutuksen ongelmista ensisynnyttäjien perheissä riittäisi varmasti tutkittavaa, joten siinä yksi hyvä jatkotutkimuksen aihe. Jatkon kannalta lisäksi olisi mielenkiintoista tutkia sitä, minkälaisia varhaisen vuorovaikutuksen eroja on monikko-perheissä ja yhden lapsen perheissä, varsinkin ensisynnyttäjien ollessa kyseessä. Olisi myös mielenkiintoista kuulla enemmän isien ääntä varhaisen vuorovaikutuksen tukemisessa.

Opinnäytetyön tekeminen on lisännyt myös omia ammatillisia valmiuksiani. Olen tutustunut prosessin aikana monipuolisesti erilaisiin ennaltaehkäisevän työn muotoihin ja tutustunut varhaisen vuorovaikutuksen teoriaan. Olen kohdannut perheitä heidän omassa elinympäristössään ja samalla harjoitellut haastattelujen tekemistä. Sen lisäksi, että opinnäytetyön tarkoitus on osoittaa opiskelijan osaaminen, on opinnäytetyön prosessi kokonaisuudessaan äärimmäisen opettava kokemus. Kaikesta oppimastani ja lukuisista lukemistani artikkeleista ja teoksista on varmasti hyötyä tulevaisuudessa, riippumatta siitä onko työni päiväkodissa, lastensuojelun parissa vai ennaltaehkäisevässä työssä.

LÄHTEET

Bandara, A., perhetyöntekijä. 2014. Opinnäytetyö. Sähköpostiviesti. anna.bandara@lempaala.fi. Luettu 24.9.2014.

Bandara, A., perhetyöntekijä. 2015. Opinnäytetyöstä. Sähköpostiviesti. anna.bandara@lempaala.fi. Luettu 10.3.2015.

Feeney J., Hohaus L., Noller P. & Alexander, R. 2001. Becoming parents - Exploring the Bonds between Mothers, Fathers, and Their Infants. Cambridge University Press.

Flykt, M. & Ahlqvist-Björkroth, S. Raskausajan mielikuvat vanhemmuuden ja lapsen kehityksen ennustajina. Psykologia 48(2013):5/6. Suomen psykologinen seura.

Halituksen esitys sosiaalihuoltolaiksi. HE 164/2014 vp.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. uudistettu painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Isosävi, S. & Lundén, M. Vanhemman ja vauvan vuorovaikutuksellinen yhteissääty. Psykologia 48(2013):5/6. Suomen psykologinen seura.

Järvinen R., Lankinen A., Taajamo T., Veistilä M & Virolainen A. 2007. Perheen parhaaksi - perhetyön arkea. Helsinki: Edita Prima.

Kaikkeen ei voi riittää. Mannerheimin lastensuojeluliitto, Vanhempainnetti. 2014. Luettu 23.10.2014.

http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemmuus_ja_kasvatus/vanhemmaksi_kasvu/kaikkeen_ei_voi_riittaa/

Karling, M., Ojanen, T., Sívén, T., Vihunen, R. & Vilén, M. 2009. Lapsen aika. 12. painos. WSOY Oppimateriaalit Oy.

KidsHealth. 2011. How becoming parents can affect your relationship. Julkaistu marraskuun 2011. Luettu 22.1.2015.

http://kidshealth.org/parent/positive/family/becoming_parents.html#

Kivijärvi, M. 2003. Äidin sensitiivisyys varhaisessa vuorovaikutuksessa. Teoksessa Niemelä, P., Siltala, P. & Tamminen, T. (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Juva: WS Bookwell Oy.

Korja, R. & Lindblom, J. Dynaamiset perhesuhteet vauvaperheissä. Psykologia 48(2013):5/6. Suomen psykologinen seura.

Kuntaliitto. 2013. Imatran hyvinvointineuvola palkittiin Kunnallinen lastensuojeluteko - palkinnolla. Julkaistu 21.3.2013. Luettu 8.1.2015.

<http://www.kunnat.net/fi/Kuntaliitto/media/tiedotteet/2013/03/Sivut/lastensuojelun-palkittu.aspx>

Lapsen ja vanhemman varhainen vuorovaikutus. Mannerheimin lastensuojeluliitto, Vanhempainnetti. 2015. Luettu 12.1.2015.

http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemmuus_ja_kasvatus/lapsen_ja_vanhemman_varhainen_vu/

Lastensuojelulaki. 12.2.2010/88.

Lastensuojelulaki. 30.12.2014/1302.

Lempäälän kunta. 2013. Lapsiperheiden kotipalvelu ja perhetyö. Päivitetty 3.12.2013. Luettu 8.1.2015.

<http://www.lempaala.fi/palvelut/sosiaali-ja-terveyspalvelut/sosiaali-ja-perhetyo/lapsiperheiden-kotipalvelu/>

Honkanen, J-P. 2008. Vauvaperhetyö neuvoloissa auttaisi ajoissa. Suomen lääkärilehti 36/2008, 2880.

Häggman-Laitila, A., Ruskomaa, L. & Euramaa, K-I (toim.). 2000. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Varhaista tukea lapsiperheille - kokemuksia Lapsiperhe-projektin perhetyöstä.

Niemelä, P. 2003. Äitiyden tunteen syntyminen. Teoksessa Niemelä, P., Siltala, P. & Tamminen, T. (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Juva: WS Bookwell Oy.

Niemelä, P., Siltala, P. & Tamminen, T. (toim.). 2003 Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Juva: WS Bookwell Oy.

Punamäki, R-L. 2011. Vanhemmuuteen siirtyminen: raskausajan ja ensimmäisen vuoden kiintymyssuhteet. Teoksessa Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.). 2011. Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. 1.painos. Helsinki: WSOYpro.

Siltala, P. 2003. Varhainen vuorovaikutus kokemuksen ja tutkimuksen valossa. Teoksessa Niemelä, P., Siltala, P. & Tamminen, T. (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Juva: WS Bookwell Oy.

Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.). 2011. Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. 1.painos. Helsinki: WSOYpro.

Sinkkonen, J. 2004. Kiintymyssuhdeteoria- tutkimuslöydöksistä käytännön sovelluksiin. Internet-julkaisu. Luettu 22.1.2015. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim 2004; 120(15).

Sosiaali- ja terveystieteellinen aikakauslehti Tesso. 2013. Ennaltaehkäisystä tuli investointi. Julkaistu 7.8.2013. Luettu 22.1.2015.

<http://www.tesso.fi/artikkeli/ennaltaehkaisyta-tuli-investointi>

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2014. Vaikuttavuus ja kustannukset. Päivitetty 16.12.2014. Luettu 12.1.2015.

<http://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/seuranta-ja-vaikuttavuus/vaikuttavuus-ja-kustannukset>

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2013. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 10., uudistettu laitos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Vahvuutta vanhemmuuteen 2010–2014. 2012. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Esite 8.10.2012. Luettu 22.1.2015.

<https://mll-fi->

[bin.directo.fi/@Bin/c26da74cecafa301b8621e743c8e4c4c/1421918796/application/pdf/15856637/VV_ESITE_08102012kt_yhtiedot.pdf](https://mll-fi-bin.directo.fi/@Bin/c26da74cecafa301b8621e743c8e4c4c/1421918796/application/pdf/15856637/VV_ESITE_08102012kt_yhtiedot.pdf)

Vahvuutta vanhemmuuteen -hanke. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Luettu 22.1.2015.

<http://www.mll.fi/mll/toiminta/projektit/vahvuuttavanhemmuuteen/>

Vilkka, H. 2007. Tutki ja kehitä. 1.-2. painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

LIITTEET

Liite 1. Teemahaastattelun runko ja ohjaavat kysymykset

Teema 1: Vanhemmaksi tuleminen

- Mitä ajatuksia vanhemmaksi tuleminen herätti?
- Millaisia tunteita vanhemmaksi tuleminen herätti?
- Minkälaisiin kysymyksiin toivoitte löytävänne vastauksia?

Teema 2: Työskentelyn alkaminen

- Minkälainen tunne oli ennen työskentelyn alkamista?
- Mitä odotuksia teillä oli työskentelystä?
- Mikä oli suurin syy avuntarpeeseen? Minkälaista apua toivoitte saavanne?
- Koittekko työntekijän luotettavaksi auttajaksi?
- Kuunteliko työntekijä toiveitanne työskentelyn alettua?

Teema 3: Työskentelyn onnistuminen

- Millaista tukea/apua saitte työskentelystä vanhemmuuteen lapsen syntymän jälkeen?
- Miten työskentely vastasi odotuksianne ja toiveitanne?
- Onko jotain, mitä olisitte lisäksi toivoneet työskentelyn sisältävän? Jäikö jotakin puuttumaan? Kehitysehdotuksia?
- Onko käyntien pituus ollut sopiva?
- Onko apua saatu riittävän pitkän aikaa?
- Millaista eteenpäin ohjaus on ollut? Tiedättekö mistä jatkossa hakea apua jos tarvitaan?
- Millaista elämä olisi ollut ilman ensisynnyttäjien perhetyön tukea?